

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN *PERCEIVED ORGANIZATIONAL SUPPORT* DENGAN RESILIENSI PADA
IBU BEKERJA DI KOTA SURABAYA**

SKRIPSI



Disusun Oleh:

Wanda Putri Sri Devi

(NIM: 20211770089)

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2025

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN *PERCEIVED ORGANIZATIONAL SUPPORT* DENGAN RESILIENSI PADA IBU BEKERJA DI KOTA SURABAYA

SKRIPSI



**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah
Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat – syarat Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

Disusun Oleh:

Wanda Putri Sri Devi

(NIM: 20211770089)

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2025

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya :

Nama : Wanda Putri Sri Devi

NIM : 20211770089

Fakultas : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan antara Regulasi Emosi dan *Perceived*

Organizational Support dengan Resiliensi pada Ibu
Bekerja Di Kota Surabaya

Menyatakan bahwa SKRIPSI yang saya tulis benar-benar karya tulis saya sendiri dan bukan merupakan hasil plagiasi. Bila pada kemudian hari terbukti hasil plagiasi karya tulis orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan dan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 2 Agustus 2025

Yang Bertanda Tangan,



Wanda Putri Sri Devi
20211770089

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN *PERCEIVED*
ORGANIZATIONAL SUPPORT DENGAN RESILIENSI PADA IBU
BEKERJA DI KOTA SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan oleh:

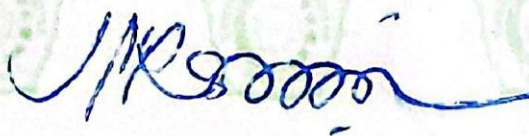
WANDA PUTRI SRI DEVI

20211770089

Disetujui untuk diuji:

Surabaya, 1 Agustus 2025

Dosen Pembimbing I



Dr. Wiwik J. Prihastiwi, M.Si., Psikolog

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2025

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN *PERCEIVED*
ORGANIZATIONAL SUPPORT DENGAN RESILIENSI PADA IBU
BEKERJA DI KOTA SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan oleh:

WANDA PUTRI SRI DEVI

20211770089

Disetujui untuk diuji:

Surabaya, 1 Agustus 2025

Dosen Pembimbing II



Fety Khosianah, S.Psi., M.Psi., Psikolog

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2025

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN *PERCEIVED*
ORGANIZATIONAL SUPPORT DENGAN RESILIENSI PADA IBU
BEKERJA DI KOTA SURABAYA**

Disusun oleh:

WANDA PUTRI SRI DEVI

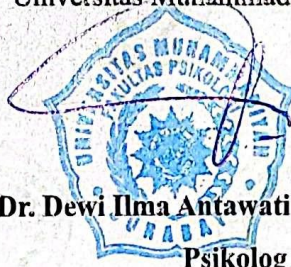
NIM: 20211770089

Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi.

Pada Tanggal, 6 Agustus 2025

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Surabaya



**Dr. Dewi Ilma Antawati. S.Psi., M.Psi.,
Psikolog**

Dewan Penguji:

Ketua : Agus Poerwanto, S.Psi., M.Si
Anggota 1 : Dr. Wiwik J. Prihastiwi, M.Si., Psikolog
Anggota 2 : Fety Khosianah, S.Psi., M.Psi., Psi

()
()
()

MOTTO

“Masalah itu tidak ada habisnya, maka itu butuhunya adalah sabar dan tawakkal”

KATA PENGANTAR

Segala Puji bagi Allah SWT atas segala limpahan rahman rahimNYA kepada penulis karena dengan izin-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Regulasi Emosi dan *Perceived Organizational Support* dengan Resiliensi pada Ibu Bekerja Di Kota Surabaya.” Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana psikologi (S.Psi).

Penulis memiliki keterbatasan selama penyusunan skripsi, dengan pengalaman dan ilmu pengetahuan yang sedikit serta atas bimbingan Ibu Dr. Wiwik J Prihastiwi, M. Si & Ibu Fetty Khosinah., S. Psi., M. Psi., Psikolog, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis juga menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan. Akhir kata semoga karya tulis sederhana ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan perkembangan ilmu pengetahuan khususnya ilmu psikologi.

Surabaya, 2 Agustus 2025

Wanda Putri Sri Devi

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT atas segala limpahan berupa nikmat iman dan kesehatan, serta hanya dengan izin dan pertolongan-Nya, peneliti dapat melalui setiap proses sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, pengetahuan, dukungan, dan do'a dari semua pihak yang selama ini membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi. Dengan Penuh rasa syukur dan hati yang paling dalam penulis ucapkan terimakasih dan mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Allah SWT yang senantiasa memeluk, memberikan kekuatan, kenikmatan, kemudahan, petunjuk, kebahagiaan, beserta rahman dan rahimNya yang tiada henti tercurahkan selama proses perjalanan skripsi ini. Segala puji syukur penulis panjatkan kepada dzat lagi maha dzat yang mendengarkan dan maha yang tidak pernah meninggalkan.
2. Nabi Muhammad SAW yang telah menjadi contoh sekaligus panutan bagi penulis untuk selalu senantiasa menjadi pribadi yang lebih baik lagi.
3. Ibu dan Bapak yang telah memberikan dukungan material dan moril yang amat tak terhingga dan selalu mendoakan kelancaran untuk pendidikan anak-anaknya, terutama anak yang sedang menjalani tugas akhir ini. Tanpa doa serta dukungan kalian mustahil peneliti bisa sejauh ini.
4. Bapak Dr. Mundakir, S.Kep., Ns. M. Kep., Fisqua selaku rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya beserta jajarannya.
5. Dr. Dewi Ilma Antawati, S.Psi., M.Psi., Psikolog sebagai Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya.

13. Teman-teman Psikologi Angkatan 2021, terutama kelas A dan sobat-sobat penghuni perpustakaan selama proses skripsi, sebagai rekan seperjuangan masa perkuliahan dan dalam menyelesaikan skripsi ini.
14. Teman-teman penulis selama di perkuliahan Shima, Viola, Nevanda, Mery, Zainina, Aqilah, Hamka, dan teman-teman yang tidak dapat disebutkan satu-persatu terimakasih sudah sabar mendengarkan keluh kesah dan menghadapi tingkah laku penulis, serta banyak membantu penulis.
15. Teman saya sejak semester 1 hingga sekarang, yaitu Karin Sabina Nur Firmansyah, telah menemani saya dalam proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi serta selalu memberikan semangat dalam pengerjaan skripsi ini
16. Kakak Venta Ananda Ramadhanty dan Adik Danisa Fahma yang telah memberikan dukungan materil dan moril serta memberikan candaan selagi peneliti mengalami keadaan kesusahan dan selalu siap membantu peneliti saat meminta pertolongan. Selalu terlekatkan rasa peduli dan cinta kasih sampai maut memisahkan kita
17. Grup kode-kode yang selalu mmeberikan peneliti tempat diskusi untuk menyelsaikan skripsi dengan baik sehingga peneliti dapat memberikan hasil yang maksimal. Tanpa kalian tidak ada rasa humor dalam skripsi ini
18. Diriku yang harus selalu kuat dalam keadaan apapun, sangat tidak dapat diungkapkan secara verbal namun peneilit bersyukur dengan rakitan fisiologis dan psikologis yang kuat dan kokoh.

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK
KEPERLUAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Wanda Putri Sri Devi

NIM 20211770089

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Surabaya Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: “Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan *Perceived Organizational Support* Dengan Resiliensi Pada Ibu Bekerja Di Kota Surabaya”.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non Eksklusif ini Universitas Muhammadiyah Surabaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan karya saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta sebagai Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surabaya

Pada Tanggal : 2 Agustus 2025

Yang menyatakan,

(Wanda Putri Sri Devi)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING I	iii
HALAMAN PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING II	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
UCAPAN TERIMA KASIH	viii
SURAT PERSETUJUAN PUBLIKASI	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
ABSTRAK	xviii
BAB I: PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian.....	14
C. Tujuan Penelitian.....	14
D. Manfaat Penelitian.....	15
1. Manfaat Teoritis.....	15
2. Manfaat Praktis.....	15
BAB II: TINJAUAN PUSTAKA	17
A. Ibu Bekerja.....	17
1. Pengertian Ibu Bekerja.....	17
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ibu Bekerja.....	19
B. Resiliensi.....	22
1. Pengertian Resiliensi.....	22

2. Teori Resiliensi	22
3. Faktor-Faktor Resiliensi	28
4. Aspek-Aspek Resiliensi	29
C. Regulasi Emosi	32
1. Pengertian Regulasi Emosi	32
2. Aspek-Aspek Regulasi Emosi	34
3. Faktor-Faktor Mempengaruhi Regulasi Emosi	36
D. Perceived Organizational Support (POS)	37
1. Pengertian Perceived Organizational Support (POS)	37
2. Aspek-Aspek Perceived Organizational Support	40
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi POS	41
E. Hubungan antara Regulasi Emosi dan POS	42
F. Kerangka Konseptual	49
G. Hipotesis	50
BAB III: METODE PENELITIAN	51
A. Tipe Penelitian	51
B. Identifikasi Variabel Penelitian	51
1. Variabel Dependen (Y)	51
2. Variabel Independen (X1)	51
3. Variabel Independen (X2)	51
C. Definisi Operasional	52
1. Variabel Dependen (Y) Resiliensi	51
2. Variabel Independen (X1) Regulasi Emosi	51
3. Variabel Independen (X2) <i>Perceived Organizational Support</i>	51
D. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	53
1. Populasi	53
2. Sampel	54
3. Teknik Pengambilan Sampel	55
E. Teknik Pengumpulan Data	55
F. Validitas, Daya Diskriminasi Aitem dan Reliabilitas	62
1. Uji Validitas	62

2. Uji Daya Diskriminasi Aitem	63
3. Uji Reliabilitas	63
G. Teknik Analisis Data	64
1. Uji Asumsi	65
2. Uji Hipotesis	66
BAB IV: HASIL PENELITIAN	66
A. Pelaksanaan Penelitian	66
1. Gambaran Umum Tempat Penelitian	66
2. Gambaran Umum Subjek Penelitian	66
B. Hasil Penelitian	68
1. Uji Daya Diskriminasi Aitem	68
2. Uji Reliabilitas Alat Ukur	71
C. Hasil Uji Asumsi	73
1. Uji Normalitas	73
2. Uji Linearitas	75
D. Uji Hipotesis	79
E. Hasil Uji One-way Anova	76
F. PEMBAHASAN	82
BAB V: PENUTUP	87
A. KESIMPULAN	87
B. SARAN	87
DAFTAR PUSTAKA	90
LAMPIRAN	96

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Skor aitem tiap-tiap skala	56
Tabel 3.2	Blueprint Resiliensi	57
Tabel 3.3	Blueprint Regulasi Emosi.....	59
Tabel 3.3	Blueprint Perceived Organizational Support	61
Tabel 4.1	Karakteristik responden berdasarkan usia	67
Tabel 4.2	Karakteristik responden berdasarkan perusahaan	67
Tabel 4.3	Distribusi Aitem Skala Resiliensi	69
Tabel 4.4	Distribusi Aitem Skala Regulasi Emosi.....	70
Tabel 4.5	Distribusi Aitem Skala Perceived Organizational Support.....	71
Tabel 4.6.	Hasil Uji Reliabilitas Resiliensi.....	72
Tabel 4.7.	Hasil Uji Reliabilitas Regulasi Emosi	72
Tabel 4.8.	Hasil Uji Reliabilitas Percieved Organizational Support	73
Tabel 4.9.	Hasil Uji Normalitas	74
Tabel 4.10.	Hasil Uji Linearitas Resiliensi dan Regulasi Emosi.....	75
Tabel 4.11.	Hasil Uji Linearitas Perceived Organizational Support.....	76
Tabel 4.12.	Hasil Uji Regresi Linear Berganda.....	76
Tabel 4.13.	Kategorisasi Hasil Uji Anova.....	77
Tabel 4.14.	Hasil Coefficients	78
Tabel 4.15.	Hasil Descriptive One Way Anova	80
Tabel 4.14.	Hasil Analisis Homogenitas	81
Tabel 4.14.	Hasil Uji One Way Anova.....	81

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Konseptual	49
---------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian	96
Lampiran 2. Surat Balasan Izin Penelitian.....	99
Lampiran 3. Skala Resiliensi	102
Lampiran 4. Skala Regulasi Emosi.....	104
Lampiran 5. Skala Perceived Organizational Support.....	105
Lampiran 6. Tabulasi Data Variabel Y	107
Lampiran 7. Tabulasi Variabel X1	113
Lampiran 8. Tabulasi Variabel X2	119
Lampiran 9. Uji Daya Diskrimnasi Aitem Variabel Resiliensi (Y)	125
Lampiran 10. Uji Daya Diskrimnasi Aitem Variabel Regulasi Emosi (X1)	127
Lampiran 11. Uji Daya Diskrimnasi Aitem Variabel POS (X2).....	128
Lampiran 12. Hasil Uji Normalitas	129
Lampiran 13. Hasil Linearitas Variabel (X1) dengan Variabel (Y)	129
Lampiran 14. Hasil Linearitas Variabel (X2) dengan Variabel (Y)	129
Lampiran 15. Uji Regresi Linear Berganda.....	130
Lampiran 16. Hasil descriptives One Way Anova	131
Lampiran 17. Analisis Homogenitas.....	131
Lampiran 18. Hasil Uji One Way Anova.....	131
Lampiran 19. Kartu Konsultasi Bimbingan.....	132
Lampiran 20. Uji Surat Keterangan Hasil Uji Plagiasi.....	133
Lampiran 21. Surat Bebas Pinjam i.....	139
Lampiran 22. Endorsement Letter	140
Lampiran 23. Surat Bebas Plagiasii.....	141

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN PERCEIVED ORGANIZATIONAL SUPPORT DENGAN RESILIENSI PADA IBU BEKERJA DI KOTA SURABAYA

Wanda Putri Sri Devi

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surabaya

wanda.putri.sri-2021@fpsi.im-surabaya.ac.id

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dan *perceived organizational support* dengan resiliensi pada ibu bekerja di kota surabaya dan variabel mana yang lebih berpengaruh terhadap resiliensi. Variabel terikat (V_y) dalam penelitian ini adalah resiliensi pada ibu bekerja di kota surabaya dengan variabel bebas (V_{x1}) adalah regulasi emosi dan (V_{x2}) *perceived organizational support*. Penelitian menggunakan metode kuantitatif. Sampel penelitian berjumlah 130 ibu bekerja di Surabaya yang menjadi partisipasi dalam penelitian ini. Metode pengumpulan data menggunakan kuisioner dalam bentuk google form dan menggunakan skala likert. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah random sampling. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linear berganda dan analisis korelasi product moment. Hasil analisis regresi linear berganda diperoleh $R_{x1, x2, y}$ sebesar 0.810 dan nilai F 120.826 dengan $P=0.000$ 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi dan *perceived organizational support* berhubungan secara signifikan terhadap resiliensi pada ibu bekerja di kota surabaya. Hasil korelasi product moment diperoleh nilai sumbangan efektif variabel regulasi emosi terhadap resiliensi sebesar 74,1%, sedangkan sumbangan efektif *perceived organizational support* terhadap resiliensi sebesar 14,1%, maka dapat disimpulkan bahwa variabel yang lebih berpengaruh terhadap resiliensi adalah variabel regulasi emosi yang memberikan sumbangan efektif sebesar 74,1%.

Kata Kunci: Resiliensi, Regulasi Emosi, *Perceived Organizatonal Support*

ABSTRACT

The Relationship between Emotional Regulation and Perceived Organizational Support and Resilience among Working Mothers in Surabaya

Wanda Putri Sri Devi

Faculty of Psychology, Universitas Muhammadiyah Surabaya

wanda.putri.sri-2021@fpsi.im-surabaya.ac.id

This study aimed to determine the relationship between emotional regulation and perceived organizational support and resilience among working mothers in Surabaya and to determine which variables have the most significant influence on resilience. The dependent variable (V_y) in this study was resilience among working mothers in Surabaya, with the independent variables (V_{x1}) being emotional regulation and (V_{x2}) being perceived organizational support. The study used quantitative methods. A sample of 130 working mothers in Surabaya participated in the study. Data collection methods used a Google Form questionnaire and a Likert scale. The sampling technique used in this study was random sampling. The data analysis technique used multiple linear regression analysis and product moment correlation analysis. The results of the multiple linear regression analysis obtained $R_{x1, x2, y}$ of 0.810 and an F value of 120.826 with $P = 0.000 < 0.05$. It could be concluded that emotional regulation and perceived organizational support are significantly related to resilience in working mothers in Surabaya. The results of the product moment correlation obtained a practical contribution value of 74.1% for emotional regulation variables to resilience, while the effective contribution of perceived organizational support to resilience was 14.1%. It could be concluded that the variable that has a greater influence on resilience was emotional regulation, which provided an effective contribution of 74.1%.

Keywords: Resilience, Emotional Regulation, Perceived Organizational Support