

**REGULASI EMOSI MAHASISWA YANG MENGALAMI
TRAUMA MASA KECIL: STUDI DESKRIPTIF**

***EMOTION REGULATION OF STUDENTS EXPERIENCING
CHILDHOOD TRAUMA: A DESCRIPTION STUDY***



TESIS

**Disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan
Mencapai gelar Magister Keperawatan**

**Mei Putri Crismayanti
22020123410007**

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
2025**

TESIS
REGULASI EMOSI MAHASISWA YANG MENGALAMI TRAUMA
MASA KECIL: STUDI DESKRIPTIF

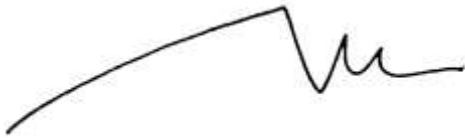
Disusun oleh

Mei Putri Crismayanti
22020123410007

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji
Pada tanggal, 13 Maret 2025
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Menyetujui

Pembimbing I



Prof. Dr. Meidiana Dwidiyanti, S.Kp., M.Sc
NIP. 196005151983032002

Pembimbing II



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat
NIP. 197708302001122001

Mengetahui,
Ketua Program Studi Magister Keperawatan
Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang



Dr. Fitria Handayani, S.Kp., M.Kep., Sp. Kep.MB
NIP. 197810142003122001

TESIS
REGULASI EMOSI MAHASISWA YANG MENGALAMI TRAUMA
MASA KECIL: STUDI DESKRIPTIF

Disusun oleh

Mei Putri Crismayanti
22020123410007

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji
Pada Tanggal, 13 Maret 2025
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Menyetujui

Pembimbing I



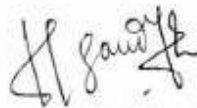
Prof. Dr. Meidiana Dwidianti, S.Kp., M.Sc
NIP. 196005151983032002

Pembimbing II



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat
NIP. 197708302001122001

Penguji I



Megah Andriany, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom., Ph.D
NIP. 197905072002122001

Penguji II



Sri Padma Sari, S.Kep., Ns., MNS., Ph.D
NIP. 198405062008122003

Mengetahui,
Ketua Departemen Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat
NIP. 197708302001122001

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri, Mei Putri Crismayanti NIM 22020123410007. Tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya, serta tidak terdapat unsur-unsur yang tergolong *plagiarism* sebagaimana dimaksud dalam Permendiknas No. 7 Tahun 2010. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka. Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan dengan sebenar-benarnya.

Semarang, 26 Maret 2025

Peneliti



Mei Putri Crismayanti
NIM. 22020123410007

RIWAYAT HIDUP

A. Identitas

Nama : Mei Putri Crismayanti
Tempat/tanggal lahir : Blitar, 29 Mei 1998
Agama : Islam
Jenis kelamin : Perempuan
Alamat rumah : Bodean, RT 01 RW 03 Klepu, Kecamatan Pringapus,
Kabupaten Semarang, Provinsi Jawa Tengah
No. Telp. : 081332359083
Alamat e-mail : meiputri50@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

No	Tingkat Pendidikan	Tempat Sekolah	Tahun Lulus
1	TK	TK Darul Ma'arif	2006
2	SD	SDN Klepu 03	2012
3	SMP	MTs Al- Uswah Bergas	2014
4	SMA	SMA Islam Sudirman Ambarawa	2017
5	S1	STIKES Telogorejo Semarang	2021
6	Profesi Ners	STIKES Telogorejo Semarang	2022

C. Riwayat Keluarga

No	Riwayat Keluarga	Status
1	Darodji	Ayah
2	Swiin	Ibu
3	Mei Putri Crismayanti	Anak Pertama
4	Dimas Alfa Rizky	Anak Kedua
5	Raditya Oji Alfariz	Anak Ketiga

D. Riwayat Publikasi

No	Judul Publikasi	Nama Jurnal	Volume/Issue/Tahun
1	<i>Psychological Impact of Childhood Trauma on Adolescents: A Scoping Review</i>	Indonesian Journal of Global Health Research	Volume 7 No 1, Februari 2025

E. Riwayat Pelatihan

No	Riwayat Pelatihan	Tahun
1	BTCLS SMART Emergency Service	2019
2	Regulasi Emosi	2023

PRAKATA

Segala Puji kehadiran Allah SWT Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat, dan taufik hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesis yang berjudul “Regulasi Emosi Mahasiswa yang Mengalami Trauma Masa Kecil: Studi Deskriptif”. Tesis ini diajukan sebagai salah satu persyaratan mata kuliah tesis Program Studi Magister Keperawatan Universitas Diponegoro Semarang.

Peneliti mengambil topik tesis ini untuk mendukung kemajuan dalam bidang pengetahuan dan teknologi, serta dapat bermanfaat dalam praktik keperawatan. Peneliti mengharapkan masukan dan saran yang sifatnya membangun agar tesis ini menjadi lebih baik.

Semarang, 26 Maret 2025

Peneliti



Mei Putri Cismayanti
NIM. 22020123410007

PERSANTUNAN

Tesis ini dapat terselesaikan karena telah banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih setulusnya kepada:

1. Prof. Dr. Meidianan Dwidiyanti, S.Kp., M.Sc selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, pengetahuan serta masukan.
2. Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat selaku ketua Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro dan dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, pengetahuan serta masukan.
3. Megah Andriany, S.Kp., Sp.Kom., M.Kep., Ph.D selaku Penguji I, terima kasih atas kesediaan dan keikhlasannya meluangkan waktu untuk menguji, membimbing dan mengarahkan dan memberikan motivasi kepada penulis.
4. Ns. Sri Padma Sari, S.Kep., MNS., Ph.D selaku Penguji II, terima kasih atas kesediaan dan keikhlasannya meluangkan waktu untuk menguji, membimbing dan mengarahkan dan memberikan motivasi kepada penulis.
5. Ketua Program Studi Magister Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
6. Seluruh partisipan yang bersedia untuk diwawancarai dalam penelitian
7. Kedua Orang tua tercinta (Darodji) dan (Suwi'in). Terima kasih atas jerih payah, tetesan keringat, doa kalian yang selalu menyertai langkahku.
8. Teman-teman terutama Magister Keperawatan Universitas Diponegoro Angkatan 2023 (Mohamad Fikriyanto H. Kilo) yang telah memberikan dukungan dan berbagi ilmu.

9. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Firman SH. S.Tr Pel (Kiwul) telah berkontribusi dalam menyelesaikan tesis ini, memberikan dukungan baik untuk mental peneliti maupun secara materil. Terimakasih telah menjadi bagian hidup peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesis ini.

Semoga Allah SWT senantiasa memberikan balasan yang lebih baik dan keberkahan atas segala kebaikan. Peneliti mengharapkan sumbang saran untuk perbaikan tesis menjadi lebih baik.

Semarang, 26 Maret 2024

Peneliti

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Mei Putri Crismayanti', written in a cursive style.

Mei Putri Crismayanti
NIM 22020123410007

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iv
RIWAYAT HIDUP	v
PRAKATA.....	vi
PERSANTUNAN	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.5 Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Trauma Masa Kecil	9
2.2 Faktor yang Mempengaruhi Trauma Masa Kecil	10
2.3 Karakteristik Trauma Masa Kecil	12
2.4 Regulasi Emosi Pada Trauma Masa Kecil	13
2.5 Proses Regulasi Emosi Pada Trauma Masa Kecil	15
2.6 Aspek-aspek Regulasi Emosi Trauma Masa Kecil	16
2.7 Strategi Regulasi Emosi Pada Trauma Masa Kecil	18
2.8 Ciri-ciri Regulasi Emosi Pada Trauma Masa Kecil	19
2.9 Faktor yang mempengaruhi Regulasi Emosi Pada Trauma Masa Kecil	19
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1 Desain Penelitian.....	21
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian.....	21
3.2.1 Tempat Penelitian.....	21
3.2.2 Waktu Penelitian	21
3.3 Populasi dan Partisipan Penelitian	21
3.3.1 Populasi Penelitian.....	21
3.3.2 Partisipan Penelitian.....	22
3.3.3 Teknik Sampling	22
3.4 Definisi Istilah.....	23
3.5 Instrumen Penelitian.....	24

3.6 Proses Pengumpulan Data.....	25
3.7 Analisa Data Penelitian	28
3.8 Etika Penelitian	33
3.9 Keabsahan Data.....	36
 BAB IV HASIL PENELITIAN	
4.1 Konteks Penelitian	41
4.2 Karakteristik Demografi Partisipan.....	43
4.3 Tema Hasil Penelitian.....	45
4.3.1 Tema 1: Regulasi emosi positif mahasiswa terhadap trauma masa kecil yang dialami.....	46
4.3.2 Tema 2: Regulasi emosi negatif mahasiswa terhadap trauma masa kecil yang dialami	47
4.4 Penarikan Kesimpulan	49
 BAB V PEMBAHASAN	
5.1 Analisis Tema Hasil Penelitian	51
5.1.1 Tema 1: Regulasi emosi positif mahasiswa terhadap trauma masa kecil yang dialami	51
5.1.2 Tema 2: Regulasi emosi negatif mahasiswa terhadap trauma masa kecil yang dialami	57
5.2 Keterbatasan Penelitian.....	61
5.3 Implikasi Keperawatan.....	62
 BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	
6.1 Kesimpulan	63
6.2 Saran.....	63
6.2.1 Bagi Universitas	63
6.2.2 Bagi Mahasiswa	64
6.2.3 Bagi Praktik Keperawatan.....	64
6.2.4 Bagi Akademisi	65
6.2.5 Bagi Peneliti Selanjutnya	65
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN.....	76

DAFTAR TABEL

No	Judul Tabel	Halaman
1	Tabel 1. Keaslian Penelitian	7
2	Tabel 2. Definisi Istilah	23
3	Tabel 3. Distribusi Frekuensi Karakteristik Demografi Partisipan	43
4	Tabel 4. Tema Hasil Penelitian	45

DAFTAR GAMBAR

No.	Judul Gambar	Halaman
1	Gambar 1. Diagram Hasil Penelitian	50

DAFTAR LAMPIRAN

No	Judul Lampiran	Halaman
1	Lampiran 1. Lembar <i>Informed Consent</i>	76
2	Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Partisipan	78
3	Lampiran 3. Lembar Pedoman Wawancara	79
4	Lampiran 4. Lembar Catatan Lapangan	82
5	Lampiran 5. Lembar <i>Etichal Clearance</i>	83
6	Lampiran 6. Surat Permohonan Uji Expert	84
7	Lampiran 7. Surat Izin Penelitian FK UNDIP	85
8	Lampiran 8. Bukti Uji Expert	86
9	Lampiran 9. Analisa Data Penelitian	90
10	Lampiran 10. Dokumentasi Penelitian	96

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
PTSD	: <i>Post-Traumatic Stress Disorder</i>
ACE	: <i>Adverse Childhood Experience</i>
KDRT	: Kekerasan Dalam Rumah Tangga
FK UNDIP	: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
KEPK	: Komite Etik Penelitian Kesehatan

ABSTRAK

Mei Putri Crismayanti

Regulasi Emosi Mahasiswa yang Mengalami Trauma Masa Kecil: Studi Deskriptif

xvi + 94 halaman + 4 tabel + 1 gambar + 10 lampiran

Masalah psikologis pada anak masih cukup tinggi di Indonesia, salah satu faktor yang mempengaruhi masalah psikologis pada anak adalah trauma yang pernah dialami sejak kecil. Anak yang memiliki pengalaman trauma masa kecil sering kali menunjukkan gejala gangguan mental emosional, jika masalah ini tidak diatasi dengan baik akan memungkinkan remaja mengalami PTSD. Penelitian terkait trauma masa kecil telah banyak dilakukan, namun belum ada penjelasan tentang regulasi emosi pada mahasiswa yang mengalami trauma masa kecil di kampus sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian tentang regulasi emosi mahasiswa yang mengalami trauma masa kecil. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan regulasi emosi mahasiswa yang mengalami trauma masa kecil. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dan dilakukan di salah satu kampus di Semarang dengan jumlah partisipan 8 mahasiswa yang dipilih berdasarkan metode *snowball sampling* sesuai dengan kriteria inklusi yaitu mahasiswa yang pernah mengalami trauma masa kecil. Data dikumpulkan langsung melalui wawancara semi terstruktur menggunakan pedoman wawancara dan alat perekam. Analisa data menggunakan metode Miles dan Huberman. Hasil penelitian mengidentifikasi dua tema yaitu regulasi emosi positif mahasiswa terhadap trauma masa kecil yang dialami dan regulasi emosi negatif mahasiswa terhadap trauma masa kecil yang dialami. Kesimpulan bahwa regulasi emosi positif mahasiswa yang mengalami trauma masa kecil dipengaruhi oleh sifat memaafkan, mampu mengontrol emosi dan sabar, serta cara berpikir mahasiswa, sementara untuk mahasiswa yang memiliki regulasi emosi negatif dipengaruhi oleh perasaan marah, sedih, takut, kesepian dan tidak percaya diri. Penelitian ini terbatas karena belum sepenuhnya mengeksplorasi dan menggambarkan keseluruhan fenomena regulasi emosi mahasiswa yang mengalami trauma masa kecil yang ada di Indonesia. Saran penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi tentang regulasi emosi mahasiswa yang mengalami trauma masa kecil dengan metode kuantitatif.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Mahasiswa, PTSD, Trauma Masa Kecil

Master of Nursing Study Program
Mental Health Nursing Concentration
Department of Nursing
Faculty of Medicine
Universitas Diponegoro
January 2025

ABSTRACT

Mei Putri Crismayanti

Emotion Regulation of College Students Who Experience Childhood Trauma: A Description Study

xvi + 94 pages + 4 tables + 1 figure + 10 attachments

Psychological problems in children are still quite high in Indonesia, one of the factors that affect psychological problems in children is trauma that has been experienced since childhood. Children who have experienced childhood trauma often show symptoms of mental emotional disorders, if this problem is not properly addressed, it will allow adolescents to experience PTSD. Research related to childhood trauma has been carried out, but there has been no explanation of emotional regulation in students who experience childhood trauma on campus so that researchers are interested in conducting research on the emotional regulation of students who experience childhood trauma. This study is a descriptive qualitative research and was conducted on one of the campuses in Semarang with a total of 8 student participants selected based on the snowball sampling method according to the inclusion criteria, namely students who have experienced childhood trauma. Data were collected directly through semi-structured interviews using interview guidelines and recording devices. Data analysis used the Miles and Huberman method. The results of the study identified two themes, namely students' positive emotional regulation towards experienced childhood trauma and students' negative emotional regulation towards experienced childhood trauma. The conclusion is that the positive emotional regulation of students who experience childhood trauma is influenced by forgiveness, being able to control emotions and patience, and the way students think, while for students who have negative emotional regulation is influenced by feelings of anger, sadness, fear, loneliness and lack of confidence. This research is limited because it has not fully explored and described the entire phenomenon of emotional regulation of students who experienced childhood trauma in Indonesia. Future research suggestions can explore the emotional regulation of students who experience childhood trauma with quantitative methods.

Keywords: *Emotion Regulation, College Students, PTSD, Childhood Trauma*