

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FPSI

PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP KEMARAHAN FITRIYAH ALFATH

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=74846&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh dari regulasi emosi terhadap kemarahan, sebab menurut Boston kemarahan dapat menimbulkan agresivitas yang dapat membuat seseorang melakukan tindakan kriminal (Susanti et al., 2014). Seperti terjadinya konflik yang terjadi dimasyarakat juga dapat ditimbulkan oleh kemarahan. Maka dapat disimpulkan bahwa kemarahan merupakan suatu hal yang dapat membuat seseorang melakukan tindakan yang tidak baik. Hal ini juga didukung oleh hasil penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya. Kemarahan ini sendiri dapat dikontrol dengan regulasi emosi, hal ini diungkapkan oleh Gross (2007). Lebih lanjut dikatakan oleh Gross bahwa regulasi emosi merupakan sesuatu yang dapat mengontrol emosi seseorang. Responden dalam penelitian ini berjumlah (213) dengan jenis kelamin wanita dan pria yang berada pada perkembangan dewasa awal dengan rentang usia 18-40 tahun. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah The Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) yang dikembangkan oleh James J. Gross dan Oliver P. Jhon (2003) yang terdiri atas 10 item, State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI) versi pertama yang dikembangkan oleh Spielberger et al., (1999) terdiri atas 44 item. Teknik analisa data pada penelitian ini menggunakan analisa Regresi dan IBM SPSS versi 23. Hasil penelitian ini menunjukkan jika pengaruh dari regulasi emosi terhadap kemarahan adalah negatif signifikan dengan nilai koefisien $r = -0,244$; sebesar - 0,244 dan nilai signifikansi ($P < 0,001$). Hal ini menunjukkan jika regulasi emosi secara signifikan dapat mempengaruhi kemarahan seseorang, yang artinya semakin baik individu dalam meregulasi emosinya maka dapat mengurangi kemarahan yang dirasakan.