Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FPSI

PENGARUH MUSIK TERHADAP REGULASI EMOSI

Salshabilla Ananda Putri

Deskripsi Lengkap: http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=74863&lokasi=lokal

---

Abstrak

Musik merupakan sesuatu yang kompleks, pengguaan musik dinilai aktif dalam mengetahui bagaimana individu dalam mengatur emosi yang dimiliki. Musik mampu untuk meningkatkan ataupun menurunkan emosi pendengar. Regulasi emosi memiliki pengaruh dalam pemilihan musik individu dalam kehidupan sehari hari. Pilihan situasi yang tepat dalam mendengarkan musik merupakan indikator yang jelas dalam pengaturan emosi yang dimiliki. Musik yang telah lama dianggap sebagai alat dalam pengaturan emosi yang dimiliki individu memiliki berbagai macam faktor yang mempengaruhinya. Maka penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui pengaruh musik terhadap regulasi emosi. Penelitian ini melibatkan 200 responden. Metode penelitian ini menggunakan menggunakan pendekatan kuantitatif. Instumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen musik menggunakan adaptasi dari Music Uses and Gratification Scale (α = .950) yang disusun oleh Lonsdale dan North (2011), sedangkan variabel regulasi emosi diukur menggunakan skala Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) (α = .797) yang disusun oleh Gross dan John (2003). Analisis data menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana. Dengan Teknik Analisa regresi linear sederhana diperoleh r 2 = .107 dengan p = .000 (p<0,01) yang berarti bahwa musik memberikan pengaruh yang signifikan terhadap regulasi emosi sebesar 10,7% sedangkan 89,3% regulasi emosi dijelaskan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Semakin meningkat individu dalam mendengarkan musik, maka semakin meningkat pula regulasi emosi yang dimilikinya.