HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU AGRESIF PADA REMAJA DI KABUPATEN PASURUAN

SKRIPSI

Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi

Shavira Nur Saqina
21090000251

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG
MALANG
2025

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama	:	Shavira Nur Saqina
NIM	:	21090000251
Universitas	:	Universitas Merdeka Malang
Fakultas	:	Fakultas Psikologi
Program Studi	:	S1 Psikologi
Judul Skripsi	:	Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Agresif Pada Remaja di Kabupaten Pasuruan

Malang, 30 Januari 2025

DISETUJUI DAN DITERIMA

Ketua Program Studi Psikologi	Dosen Pembimbing
Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si	Dr. Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang

Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Agresif pada Remaja di Kabupaten Pasuruan

Dipersiapkan dan disusun oleh
Shavira Nur Saqina
21090000251

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 20 Januari 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji	Sekertaris Penguji
Dr. Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si	Deasy Christia Sera, S.Psi., M.Si

Anggota Penguji

Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana

Malang, 30 Januari 2025
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang

Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Shavira Nur Saqina
Nomor Pokok	21090000251
Program Studi	: Psikologi
Bidang Kajian Skripsi	: Psikologi Perkembangan
Judul Skripsi	: Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Agresif pada Remaja di Kabupaten Pasuruan
Lokasi Penelitian	: Kabupaten Pasuruan
Alamat Rumah Asal	:Tamping, RT.01/RW.04, Watukosek, Kecamatan Gempol Kabupaten Pasuruan
No. Telp/Email	: 083848044613/shaviranurs692@gmail.com

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia dicabut gelar akademik saya. Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 30 Januari 2025



Shavira Nur Saqina

MOTTO

"*We often use the expression win or lose. But, I prefer the expression win or learn. I think that's exactly right. I never lost but I learned a lot*." – Mark Lee

…

"*Don't be stress about anything. Eat well, sleep well, take care!"* – Kang Hae Jun

…

"If I give up now, I'm going to regret it. As long as I live, there are infinite chances!" – Monkey D Luffy

LEMBAR PERSEMBAHAN

Laporan skripsi ini penulis persembahkan kepada orang tua, saudara, sahabat, dan teman-teman yang setia memberi semangat untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini. Untuk diri sendiri, selaku penulis skripsi, yang konsisten dan tidak pernah menyerah untuk menyelesaikan skripsi ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan segala puji syukur kepada Allah SWT dan atas dukungan dan doa dari orang-orang tercinta, akhirnya skripsi ini dapat dirampungkan dengan baik dan tepat pada waktunya. Oleh karena itu, dengan rasa bangga dan bahagia saya ucapkan rasa syukur dan terima kasih kepada:

1. Tuhan yang Maha Esa, karena atas izin dan ridho-Nya skripsi ini dapat dibuat dan selesai pada waktunya. Puji syukur yang tak terhingga pada Allah SWT yang telah memberikan saya kesempatan untuk bisa tetap hidup dan berada di garis takdir ini.
2. Bapak Prof. Dr. Anwar Sanusi, SE., M.Si (Alm), terima kasih atas jasa-jasa yang telah diberikan untuk memajukan dan mengembangkan Universitas Merdeka Malang menjadi lebih baik seperti sekarang. Semua jasa akan terkenang selalu di hati para mahasiswa dan alumni Universitas Merdeka Malang.
3. Ibu Dr. Prihat Assih S.E., M.Si., Ak., CSRS, terima kasih atas jasa-jasa yang telah diberikan selaku rektor Universitas Merdeka Malang. Semoga dengan semua hal yang didapatkan di Universitas Merdeka Malang dapat bermanfaat di masa depan.
4. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Uiversitas Merdeka Malang, terima kasih atas bimbingan dan dukungan yang telah diberikan selama saya menempuh pendidikan di fakultas psikologi. Pengarahan dan visi ibu sangat berharga bagi perkembangan akademik saya.
5. Bapak Muhammad Untung Manara, S.Psi., M.A., Ph. D selaku wakil dekan 1 di Fakultas Psikologi Uiversitas Merdeka Malang, saya mengucapkan terima kasih atas perhatian dan dukungan yang telah diberikan, serta atas kesempatan yang diberikan untuk belajar dan berkembang dalam lingkungan akademik yang kondusif.
6. Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku wakil dekan 2 di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang, saya mengucapkan terima kasih atas perhatian dan dukungan yang telah diberikan, serta atas

7. kesempatan yang diberikan untuk belajar dan berkembang dalam lingkungan akademik yang kondusif.
8. Ibu Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si selaku kepala program studi di Fakultas Psikologi Uiversitas Merdeka Malang, terima kasih atas segala ilmu dan motivasi yang telah Ibu berikan. Pengalaman dan pengetahuan yang Ibu sampaikan sangat membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Ibu Dr. Agustin Rahmawati, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku dosen wali angakatan 2021 di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang, terima kasih atas bimbingan dan nasihat yang selalu membangun. Dukungan Ibu selama masa studi sangat berarti bagi saya.
10. Bapak Dr. Rinto Wahyu Widodo, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing, terima kasih atas kesabaran, bimbingan, dan kritik konstruktif yang telah membantu saya menyelesaikan penelitian ini. Tanpa bimbingan Bapak, skripsi ini tidak akan dapat terselesaikan dengan baik. Dengan kata-kata tersebut, Anda dapat menunjukkan rasa terima kasih dan penghargaan kepada para pihak yang telah mendukung Anda selama proses penulisan skripsi. Pastikan untuk menyesuaikan nama dan gelar sesuai dengan kondisi sebenarnya.
11. Seluruh tenaga kerja di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang yang telah memberikan tempat, fasilitas dan layanan terbaik bagi kami semuanya untuk mempermudah kami dalam mencapai gelar di Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
12. Cinta pertama dan pahlawan ku Bapak Ghufron, terima kasih telah berjuang dan mencintai anak-anak dan keluarga kecilnya. Terima kasih atas semua jasa, keringat dan air mata yang Bapak berikan untuk memenuhi semua hal seperti pendidikan, kesehatan, kebutuhan. Terima kasih atas cinta dan kasih sayang Bapak. Beliau memang tidak sempat menyelesaikan bangku perkuliahannya karena adanya suatu halangan, namun beliau mampu mendidik, membimbing, memberikan semangat dan motivasi tiada henti hingga saya dapat menyelesaikan studinya sampai sarjana. Terima kasih sudah menjadi ayah yang baik untuk anak-anaknya. Semoga Ayah selalu diberikan Panjang umur dan sehat wal’afiat.

13. Malaikat tak bersayapku Ibunda Silviana Bilqis, terima kasih atas kasih sayang, kesabaran, dan perhatiannya selama ini. Terima kasih atas semua hal-hal yang tidak bisa penulis jabarkan, akan tetapi terima kasih atas semua pelukan hangat yang melindungi penulis dari hal-hal yang membuat sedih, kecewa dan putus asa. Cintamu akan selalu terpantri di dalam hatiku. terima kasih sebesar-besarnya saya berikan kepada beliau yang sudah melahirkan, segala bentuk bantuan, semangat, doa dan dukungan yang diberikan selama ini. Terima kasih atas kesabaran dan kebesaran hatinya menghadapi penulis. Terima kasih sudah menjadi tempatku untuk pulang dan bersedia mengusap air mata anakmu. Semoga Umik selalu diberikan Panjang umur dan sehat wal'afiat.
14. Adik-adikku yaitu Haviz, Rizky (Alm) dan Emir, terima kasih atas semua canda tawa, senyum dan gurauan yang selama ini menemani penulis at.dalam penyusunan skripsi ini. Terima kasih untuk kalian berdua.
15. Adisti Aulia Rahma, selaku sahabat dan saudara yang telah menemani dan mendukung penulis selama ini. Terima kasih atas semua nasehat yang engkau berikan kepada penulis dan doa-doa yang engkau panjatkan selama ini. Penulis berdoa semoga engkau senantiasa diberikan kebahagiaan, kesuksesan, kesehatan dan kelancaran sekarang hingga di masa depan nanti.
16. Sahabat dan Teman tersayangku Adisti, Putri, Syaira, Afifah, Jalo, terima kasih untuk semua dukungan, kasih sayang, bantuan dari kalian semua. Terima kasih atas canda tawa, tangis, nasehat dan perjuangan yang kita lewati bersama dan kenangan manis yang terukir indah selama ini. Sahabat masa kecilku Jessica, Rensi dan Ikhbal, terima kasih atas waktu dan support kalian selama ini. Selama belasan tahun kita berteman mengukir kenangan indah dari TK 2004 – sekarang.

17. Jason D Huang, terima kasih telah menjadi sumber inspirasi, penyemangat dan dukungan yang tak ternilai selama perjalanan ini. Setiap kata yang penulis tulis, setiap ide yang penulis kembangkan, tidak lepas dari semangat yang anda berikan. Kehadiranmu membuat setiap tantangan terasa lebih ringan dan setiap langkah menjadi lebih berarti. Semoga pencapaian ini bisa menjadi bukti kita untuk saling mendukung dan tumbuh bersama. Penulis berharap kita bisa terus melangkah bersama menuju masa depan yang lebih cerah. Dan terima kasih atas semua candaan dan perhatian anda selama ini. Penulis berharap dan berdoa yang terbaik untuk Jason D Huang.
18. Kepada sosok yang belum diketahui Namanya namun sudah tertulis jelas di *lauhul mahfudz*. Terima kasih menjadi salah satu sumber motivasi penulis untuk menyelesaikan skripsi ini sebagai upaya memantaskan diri. Semoga kita berjumpa di versi terbaik kita masing-masing.
19. Diriku Sendiri, terima kasih sudah bertahan sejauh ini. Hal-hal yang telah dilalui semoga bisa terukir indah dan menjadi obat di masa depan nanti.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya. Karena atas izin-Nya lah peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **"Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Agresif pada Remaja di Kabupaten Pasuruan".** Penyusunan skripsi ini ditunjukkan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.

Skripsi ini bertujuan untuk melihat adanya hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Agresif pada Remaja di Kabupaten Pasuruan. Penulis berharap bahwa hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang psikologi. Selain itu, penulis juga berharap agar hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan pihak-pihak yang berkepentingan.Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk perbaikan di masa mendatang.

Malang, 30 Januari 2025

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN ii
LEMBAR PENGESAHAN iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS iv
MOTTO v
LEMBAR PERSEMBAHAN vi
UCAPAN TERIMA KASIH vii
KATA PENGANTAR xi
DAFTAR ISI xii
DAFTAR TABEL xiv
DAFTAR GAMBAR xv
DAFTAR LAMPIRAN xvi
INTISARI xvii
ABSTRACT xviii
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan Penelitian 4
D. Manfaat Penelitian 4
BAB II KAJIAN PUSTAKA 6
A. Perilaku Agresif 6
1. Pengertian Perilaku Agresif 6
2. Aspek-Aspek Perilaku Agresif 6
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku agresif 10
B. Regulasi Emosi 13
1. Pengertian Regulasi Emosi 13
2. Aspek-Aspek Regulasi Emosi 14
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi 18
C. Keterkaitan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Agresif 20
D. Hipotesis 22
BAB III METODE PENELITIAN 23
A. Desain Penelitian 23

B. Identifikasi dan Operasional Variabel 23
1. Variabel terikat: Perilaku Agresif 24
2. Variabel bebas: Regulasi Emosi 24
C. Partisipan Penelitian 24
1. Populasi 24
2. Sampel 25
D. Cara Pengumpulan Data 26
1. Skala Perilaku Agresif 27
2. Skala Regulasi Emosi 27
E. Cara Analisis Data 28
1. Uji Asumsi Dasar 28
a. Uji Normalitas 28
b. Uji Linearitas 29
2. Uji Hipotesis 29
F. Prosedur Penelitian 30
1. Tahap Persiapan 30
2. Tahap Pelaksanaan 30
3. Tahap Pasca Pelaksanaan 31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 32
A. Deskripsi Subjek Penelitian 32
B. Kategorisasi Data 33
C. Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur 35
D. Hasil Uji Hipotesis 35
1. Uji Prasyarat 36
a. Uji Normalitas 36
b. Uji Linearitas 36
2. Uji Regresi 37
E. Pembahasan 38
BAB V PENUTUP 42
A. Kesimpulan 42
B. Saran 42
DAFTAR PUSTAKA 44
LAMPIRAN 49

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skala Likert 27
Tabel 2. Data jumlah usia remaja di Kabupaten Pasuruan 32
Tabel 3. Data jumlah jenis kelamin remaja di Kabupaten Pasuruan 32
Tabel 4. Hasil analisis deskriptif statistik..... 33
Tabel 5. Rumus skor standar 33
Tabel 6. Kategorisasi data regulasi emosi 34
Tabel 7. Kategorisasi data perilaku agresif 34
Tabel 8. Nilai minimum, Nilai maksimal, Nilai rata-rata (M), Standar Deviasi (SD), dan Reliabilitas Alpha Cronbach 35
Tabel 9. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov Variabel X dan Y 36
Tabel 10. Hasil Uji Linearitas Variabel X dan Y..... 37
Tabel 11. Hasil Analisa Regresi antara X dan Y 38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pemikiran 21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.Skala dan *Blueprint* 50
Lampiran 2.Tabulasi Data Penelitian 55
Lampiran 3.Hasil Uji Reliabilitas, Asumsi Dasar dan Regresi 61
Lampiran 4.Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah untuk Kepentingan Akademis 65
Lampiran 5.Lembar Hasil Turnitin 67
Lampiran 6.Daftar Riwayat Hidup 70

Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Agresif

Pada Remaja di Kabupaten Pasuruan

Shavira Nur Saqina
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang
Shaviranurs692@gmail.com

INTISARI

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan regulasi emosi dengan perilaku agresif pada remaja di Kabupaten Pasuruan. Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional, dengan jumlah responden sebesar 100 responden. Penentuan sampling menggunakan teknik *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala *Emotion Regulastion Questionner* (ERQ) (α=0.80) dan skala *Buss-Perry Aggression Questionner* (BPAQ) (α=0.859). Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linear sederhana. Hasil analisis data menunjukkan nilai sebesar – 0.838 signifikansi sebesar 0.00 < 0.05. Berdasarkan hasil tersebut, maka terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dengan perilaku agresif pada remaja di Kabupaten Pasuruan. Penelitian ini menemukan bahwa remaja di Kabupaten Pasuruan, 61% memiliki perilaku agresif dalam kategori sedang dan regulasi emosi dengan katergori sedang sebanyak 68%. Perilaku agresif ini terkait dengan regulasi emosi yang rendah, di mana 68 remaja memiliki regulasi emosi sedang dan 3 remaja rendah. Ketidakmampuan dalam mengelola emosi berkontribusi pada perilaku agresif, yang sering dipicu oleh kemarahan berlebihan. Regulasi emosi salah satu faktor yang mempengaruhi tinggi rendahnya perilaku agresif pada remaja di Kabupaten Pasuruan, sehingga perlu adanya peningkatan regulasi emosi pada remaja dengan cara tidak takut untuk mengekspresikan perasaannya ketika merasa sedih atau kecewa dan memikirkan kembali situasi dan perasaan ketika merasakan marah dan frustasi agar mengurangi perilaku agresif.

Kata Kunci: Regulasi Emosi; Remaja; Perilaku Agresif

Relationship of Emotional Regulation with Aggressive Behavior

In Adolescents in Pasuruan Regency

Shavira Nur Saqina
Faculty of Psychology, Merdeka University, Malang
Shaviranurs692@gmail.com

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the relationship between emotional regulation and aggressive behavior in adolescents in Pasuruan Regency. This research method uses quantitative correlation, with the number of respondents being 100 respondents. Determination of sampling using accidental sampling technique. The measuring instruments used were the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) scale (α = 0.80) and the Buss-Perry Aggression Questionnaire (BPAQ) scale (α = 0.859). The data analysis technique used simple linear regression analysis. The results of the data analysis showed a value of -0.838 with a significance of 0.00 <0.05. Based on these results, there is a negative relationship between emotional regulation and aggressive behavior in adolescents in Pasuruan Regency. This study found that adolescents in Pasuruan Regency, 61% have aggressive behavior in the moderate category and emotional regulation in the moderate category as much as 68%. This aggressive behavior is related to low emotional regulation, where 68 adolescents have moderate emotional regulation and 3 adolescents have low. The inability to manage emotions contributes to aggressive behavior, which is often triggered by excessive anger. Emotional regulation is one of the factors that influences the level of aggressive behavior in adolescents in Pasuruan Regency, so it is necessary to improve emotional regulation in adolescents by not being afraid to express their feelings when they feel sad or disappointed and rethinking the situation and feelings when they feel angry and frustrated in order to reduce aggressive behavior.

Keywords: Emotional Regulation; Adolescents; Aggressive Behavior