

**PENGARUH PELATIHAN REGULASI EMOSI UNTUK
MENURUNKAN PERILAKU AGRESIF PASANGAN MENIKAH MUDA
(STUDI KASUS DI KELURAHAN SIDOLUHUR SLEMAN DIY)**



SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar

Sarjana Sosial (S.Sos) Strata Satu

pada Prodi Komunikasi dan Penyiaran Islam

Fakultas Agama Islam

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Oleh:

Irvan Anugrah Hutasuhut

NIM: 201401710045

PROGRAM STUDI KOMUNIKASI DAN PENYIARAN ISLAM

FAKULTAS AGAMA ISLAM

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

2018

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Irvan Anugrah Hutasuhut

Nomor Mahasiswa : 20140710045

Program Studi : Komunikasi dan Penyiaran Islam

Judul Skripsi : **PENGARUH PELATIHAN REGULASI EMOSI UNTUK
MENURUNKAN PERILAKU AGRESIF PADA PASANGAN
MENIKAH MUDA (STUDI KASUS DI KELURAHAN
SIDOLUHUR SLEMAN DIY)**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini merupakan karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, 23 Agustus 2018

Yang membuat pernyataan

Irvan Anugrah Hutasuhut

MOTTO

Saat logika dan hati beradu pendapat, ikuti kata hatimu, niscaya itu lebih selamat dan menenangkan diri di kemudian harinya.

PERSEMBAHAN

skripsi ini penulis persembahkan kepada Allah SWT yang dengan nikmatnya kami mampu untuk melaksanakan amal-amal kebaikan.

Skripsi ini juga penulis persembahkan kepada mereka yang terus bertanya kapan nikah, yang membuat penulis menjadi lebih terpacu untuk memperbaiki diri dan memantaskan diri sembari mencari tambatan hati di saat proses pengerjaan skripsi setiap hari.

Kakak kandung dan adik kandungku yang keren, meskipun kita jarang berkomunikasi via telepon, aku akan selalu ingat dan terus untuk menjaga asa agar bisa segera kembali dan membangun kehidupan di Pekanbaru sana demi kehidupan yang lebih baik.

Kedua orangtua penulis yang terus menyemangati dan memberikan suntikan semangat setiap hari di dalam bait-bait do'a mereka, yang menjadikan penulis masih bisa hidup dan melihat matahari setiap harinya.

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER	i
HALAMAN JUDUL	ii
NOTA DINAS	iii
PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN	2
A. Latar Belakang Masalah.....	2
B. Pokok dan Rumusan Masalah	12
C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI	14
A. Tinjauan Pustaka	14
B. Kerangka Teori.....	23
BAB III METODE PENELITIAN	38
A. Pendekatan Penelitian	38

B. Lokasi Penelitian.....	38
C. Variabel dan Definisi Operasional.....	39
D. Populasi dan Sampel.....	41
E. Teknik Pengumpul Data.....	42
F. Penyusunan Blueprint.....	43
G. Desain Penelitian.....	44
H. Modul Penelitian.....	44
I. Analisis Data.....	44
BAB IV PEMBAHASAN.....	45
A. Persiapan Penelitian.....	45
1. Orientasi Kancan Penelitian.....	45
2. Persiapan Administrasi.....	46
3. Uji coba Skala perilaku agresif.....	47
a. Uji validitas isi.....	47
b. Pelaksanaan.....	47
1) Uji Validitas.....	47
2) Uji Reliabilitas.....	49
B. Pelaksanaan Eksperimen Penelitian.....	51
C. Prosedur Penelitian.....	52
D. Hasil dan Analisis Data.....	59
E. Pembahasan.....	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	70
A. Kesimpulan.....	70
B. Saran.....	70

1) Bagi orangtua	70
2) Bagi pasangan nikah muda	71
3) Bagi peneliti selanjutnya	72
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN	
Lampiran 1. Data hasil alat ukur penelitian di Kecamatan Kasihan	78
Lampiran 2. Data hasil uji coba alat ukur di Kecamatan Gamping	81
Lampiran 3. Alat ukur skala regulasi emosi di Kecamatan Gamping	84
Lampiran 4. Alat ukur skala regulasi emosi di Kecamatan Kasihan	90
Lampiran 5. Hasil uji validitas dan reliabilitas alat ukur	95
Lampiran 6. Alat ukur untuk <i>post-test</i> penelitian	97
Lampiran 7. Alat ukur untuk <i>pre-test</i> penelitian	101
Lampiran 8. Dokumentasi kegiatan kelas pelatihan regulasi emosi	106
Lampiran 9. Hasil gambar peserta kelas pelatihan regulasi emosi	107
Lampiran 10. Hasil uji Turnitin naskah skripsi	
Lampiran 11. Hasil uji Turnitin naskah publikasi	
Lampiran 12. Form persetujuan naskah publikasi	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penyusunan <i>blueprint</i>	43
Tabel 2. item yang gugur setelah uji skala.....	48
Tabel 3. Item dari sebaran alat ukur yang gugur saat uji skala.....	49
Tabel 4. Nilai <i>Cronbach Alpha</i>	49
Tabel 5. Kategorisasi ujicoba skala	50
Tabel 6. Deskripsi statistik skor <i>pre</i> dan <i>post test</i>	57
Tabel 7. Kategorisasi <i>pre-test</i>	58
Tabel 8. Kategorisasi post-test.....	58
Tabel 9. Skor perbandingan <i>pre</i> dan <i>post-test</i>	59
Tabel 10. Hasil Uji <i>Wilcoxon</i>	60
Tabel 11. Perbandingan kondisi subjek pra dan pasca pelatihan regulasi emosi	61
Tabel 12. Skor hasil <i>pre</i> dan <i>post-test</i> subjek	62