

ABSTRAK

GAMBARAN REGULASI EMOSI PADA DEWASA AWAL YANG BERPACARAN

Ely Setiawan

Program Studi Psikologi

Salah satu tugas perkembangan dewasa awal adalah membangun komitmen dalam berhubungan dengan orang lain yang disebut pacaran. Namun, dalam saat berpacaran terdapat celah terjadinya kekerasan yang berhubungan dengan regulasi emosi yang dimiliki dewasa awal yan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran regulasi emosi pada dewasa awal yang berpacaran. Penelitian ini berjenis kuantitatif deskriptif dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Dengan jumlah sampel berjumlah 100 subjek terdiri dari 29 laki-laki dan 71 perempuan. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan alat ukur *Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS)* yang dikemukakan oleh Gratz dan Roemer (2004) dengan rentang validitas ($r \geq 0,32 - 0,62$ dan koefisiensi reliabilitas ($\alpha = 0,880$ dengan jumlah aitem yang valid dan reliabel sebanyak 18 aitem. Hasil penelitian ini menunjukkan dewasa awal yang memiliki regulasi emosi tinggi berjumlah lebih banyak sebesar 51%. Subjek dengan jenis kelamin laki-laki lebih banyak yang memiliki regulasi emosi yang tinggi sebesar 68%, pada dewasa awal perempuan lebih banyak memiliki regulasi emosi yang rendah sebesar 56%. Pada subjek dewasa awal yang berasal dari suku Betawi dan Batak lebih banyak memiliki regulasi emosi tinggi masing-masing sebesar 59 % dan 55%. Temuan pada penelitian ini ada lah jenis kelamin berkontribusi dalam membentuk regulasi emosi.

Kata Kunci : Dewasa Awal, Regulasi Emosi, Berpacaran

ABSTRACT

DESCRIPTION OF THE EMOTIONAL REGULATION IN EARLY ADULTS DATING

Ely Setiawan

Psychology Study Program

One of the tasks of early adult development is to build commitment in relating to others called courtship. However, in the time of dating there is a gap in the occurrence of violence related to the regulation of emotions that early adulthood has. The purpose of this study was to determine the picture of emotion regulation in early adult dating. This research is descriptive quantitative type with purposive sampling technique. With a sample of 100 subjects consisting of 29 men and 71 women. The measuring instrument used in this study is based on the measuring instrument Difficulties in Emotion Regulation Scale (DERS) proposed by Gratz and Roemer (2004) with a range of validity (r) of 0.32 – 0.62 and the coefficient of reliability (α) = 0.880 with a number of valid and reliable item as many as 18 item. The results of this study showed that early adults who have high emotional regulation amounted to more by 68%. Subjects with more male sex have high emotional regulation by 56%, in early adulthood more women have low emotional regulation by 81.6%. In early adult subjects who came from the Betawi and Batak tribes had more high emotional regulation of 59% and 55%, respectively. The findings of this study are that gender contributes in shaping the regulation of emotions.

Keywords: Early Adults, Emotion Regulation, Dating