

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sepak bola merupakan salah satu cabang olah raga yang memiliki sisi unik dan menarik untuk disaksikan. Itulah sebabnya olah raga ini mempunyai banyak penggemar. Salah satu bentuknya adalah muncul kelompok supporter sepak bola (Rahayu, 2008). Kemunculannya dapat dilihat melalui penonton yang datang langsung menyaksikan pertandingan club kesayangannya. Supporter sering menggunakan atribut-atribut kesebelasan kesayangannya (Prakoso & Masykur, 2013). Contoh-contoh atribut seperti spanduk, syal, jersey dan yang lainnya. Supporter hadir di lapangan untuk memberikan dukungan terhadap tim kesayangan, untuk memeriahkan suasana di stadion. Dalam satu pertandingan bias saja ada pertemuan satu supporter club sepak bola dengan supporter club sepak bola yang lainnya. Dalam situasi seperti ini banyak terjadi rivalitas dukungan yang anarkis.

Bentuk dukungan rivalitas yang terjadi tergolong cukup marak di dalam sejarah sepak bola Indonesia (Septi, 2018). Hal ini ditandai dengan banyaknya korban pada supporter akibat ekspresi memberikan dukungan yang berlebihan. Rivalitas anarkis sering terlihat melalui jatuhnya korban pada supporter. Seperti yang tertulis di dalam berita akibat rivalitas pendukung sepak bola seorang pendukung menjadi korban (Imaduddin, 2018). Korban tersebut ternyata merupakan korban ke – 76 berdasarkan data dari 1994 sampai 2018 yang dihimpun oleh litbang SOS (Wirajati, 2018). Terkait dengan rivalitas, pendukung sepak bola kerap melakukan kerusuhan yang mengakibatkan pembatalan jadwal pertandingan dan pengamanan paksa yang dilakukan para anggota polisi untuk memulangkan para supporter ke daerahnya (Edi, 2018). Kerusuhan yang sering terjadi para antar supporter juga dapat mengakibatkan kerusakan pada stadion, serta merugikan club

kesayangannya karena harus membayar denda akibat pelanggaran yang dilakukan oleh para supporter (Arifin, 2018). Pelanggaran yang kerap dilakukan oleh supporter seperti melempar botol ke lapangan, menyalakan petasan, dan sebagainya.

Seringnya terjadi rivalitas antara supporter yang kerap terlihat yaitu The JakMania pendukung dari tim sepak bola PERSIJA Jakarta dan Viking pendukung dari tim sepak bola PERSIB Bandung. Rivalitas antara kedua supporter ini, terjadi sudah berlangsung sejak lama hingga sekarang disebabkan karena rentang waktu 1985 hingga 1995 menjadi masa keemasan PERSIB, sejak tahun 1993 Viking sudah terbentuk untuk menjadi pendukung setia tim sepak bola PERSIB. Di samping kejayaan PERSIB, saat itu masyarakat Ibu Kota membentuk kelompok untuk mendukung club sepak bola yang bernama PERSIJA Jakarta dan kelompok itu dinamakan Persija Fans Club. Pada suatu kejadian tim PERSIJA menerima kedatangan PERSIB, pada liga Indonesia ke dua. Viking memenuhi Ibu kota, sementara Persija Fans Club hanya berjumlah kurang dari 10% dari pendukung PERSIB. Fans Persija Club merasa tidak terima apabila kotanya di penuh dengan supporter lain, maka terjadilah persaingan yang terbentuk antara kedua supporter tim sepak bola tersebut (Setiyawan, 2018). Dalam dua kubu diantara keduanya, Viking dan JakMania berpandangan bahwa penyerangan verbal maupun fisik kepada lawan adalah bentuk dari solidaritas dan kelayaitasan terhadap kelompoknya. Viking dan JakMania juga sering ditemui pada daerah perbatasan seperti Depok dan Bekasi, kelompok ini juga mengalami konflik antar supporter bahkan lebih sering dari kelompok yang ada di bagian daerahnya seperti Jakarta dan Bandung (Wibowo, 2018).

The JakMania merupakan sekelompok masyarakat pendukung tim sepak bola PERSIJA yang mayoritasnya adalah penduduk Ibu Kota Jakarta. The JakMania terbentuk sejak liga Indonesia ke IV tepatnya pada tanggal 19 Desember 1997 (Wicaksono & Prabowo, 2010). Dalam seiring jangka waktu 21 tahun perkebangannya, JakMania berhasil menjadi salah satu supporter

terbesar di Indonesia, JakMania terbilang sukses dalam mengambil alih perhatian masyarakat di dunia sepak bola, karena awal mula terbentuknya supporter ini berawal dari keprihatinan masyarakat warga Jakarta terhadap pendukung tim sepak bola PERSIJA yang masih sedikit dibandingkan dengan supporter PERSIB Bandung yang sudah lebih besar jumlahnya sejak tahun 1993 (Rudi, 2018). Lambang telunjuk dan ibu jari yang menggambarkan huruf J merupakan ciri khas bagi JakMania, dan simbol lainnya adalah warna oranye pada atribut yang sering dikenakan seperti syal, jersey dan bendera (Pradigdo, 2018). Tauhid Indrasjarief atau yang biasa akrab dipanggil “bung Ferry” adalah ketua umum The JakMania, bung Ferry mengaku sudah mengagumi dan mendukung tim sepak bola PERSIJA Jakarta sejak kecil (Dewi, 2017). Bung Ferry ditugaskan sebagai manager sekaligus mengayomi anggota JakMania.

Kejadian yang tidak menyenangkan dan tidak terpuji dilakukan oleh The JakMania terjadi di Bekasi. Seorang supporter PERSIB Bandung tewas dihadang sekelompok anggota JakMania saat hendak menyaksikan laga PERSIB Bandung dan Gresik United. Viking melintasi Jalan Raya Inspeksi Kalimalang, hendak menuju stadion Wibawa Mukti. Kelompok Viking yang berjumlah sekitar 20 orang tersebut tiba-tiba diserang oleh anggota JakMania yang berjumlah puluhan orang. Serangan yang dilakukan oleh supporter PERSIJA itu membuat pendukung PERSIB menjadi panik, sehingga menyebabkan korban tewas karena terjatuh dan terseret dari motor (Surjaya, 2016). Kejadian anarkis lainnya yang terjadi di Bekasi, sekelompok The JakMania diamankan polisi karena telah merusak kios bakso yang disebabkan karena awal mula salah satu pelayan kios tersebut memakai baju Viking, sehingga membuat gerombolan JakMania merasa geram dan menyerangnya (Amelia, 2016).

Kerusuhan dan bentrokan yang terjadi pada antar supporter hingga mendapatkan korban jiwa sudah menjadi hal yang sering dialami. Seperti kejadian di stadion kota Bekasi, pasukan anggota JakMania melempari batu

kepada aparat karena tidak diperbolehkan masuk. Bagi para supporter yang tidak memiliki tiket tidak diperbolehkan masuk ke dalam stadion untuk menyaksikan pertandingan tim kesayangannya (Prasetya, 2018). JakMania sering kali tidak mendapatkan tiket karna jumlah supporter tim Persija itu sangat banyak sehingga melebihi kapasitas stadion. Dalam kerusuhan yang lainnya terjadi pada saat pertandingan antara PERSIJA dan PERSEBAYA di stadion Sultan Agung Bantul, kerusuhan yang terjadi dialami oleh The JakMania sebagai supporter tim sepak bola PERSIJA dan Bonek sebagai supporter tim sepak bola PERSEBAYA. Awal mula bentrokan yang terjadi, berlangsung pada saat bus JakMania tiba di stadion, namun kedatangannya disambut dengan lemparan batu oleh sekelompok pendukung tim sepak bola PERSEBAYA. Setelah mendapat serangan secara tiba-tiba dari Bonek, rombongan The JakMania turun di parkirannya sebelah timur dan membalas penyerangan balik terhadap anggota Bonek. Akibat bentrokan yang terjadi pada Bonek dan JakMania, akhirnya mengakibatkan batalnya pertandingan antara tim sepak bola PERSIJA dan tim PERSEBAYA (Hadi, 2018). Kerusuhan dan bentrokan yang terjadi dipicu karena adanya yang menyebabkan balasan serangan terhadap individu maupun kelompok lawan karena adanya alasan untuk menyerang merupakan dari tindakan agresi impulsif.

Menjelaskan impulsif agresi dapat dilihat melalui tindakan impulsif secara tiba-tiba dan agresi bentuk dari kemarahan. Ketika kedua tindakan itu terjadi secara bersamaan maka terjadilah agresi impulsif. Menurut Stanford dkk mendefinisikan impulsif agresi digambarkan sebagai emosional dan responsif perilaku marah yang dilakukan pada individu atau kelompok dan menyebabkan kerusakan maupun kerugian pada orang lain (Miles, Menefee, Wanner, Tharp, & Kent, 2015). Merujuk pada fenomena dapat diketahui impulsifitas dari JakMania berupa sarkasme yang terjadi karena terpancingnya emosi dari lawan. Agresi yang mengikuti suatu provokasi atau agresi yang muncul karna terpancing memberikan serangan balasan dapat

terjadi karna kegagalan mengatur kendali diri (Denson, Pedersen, Friese, Hahm, & Roberts, 2011), yang pada akhirnya impulsif agresi dapat terjadi karna kemarahan.

Gross menerangkan bahwa anteseden yang paling banyak di pelajari tentang agresi impulsif adalah mengenai proses individu menafsirkan potensi emosi, yang memunculkan emosi akan intens memberikan reaksi tanggapan (Denson et al., 2011). Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi agresi impulsif adalah disregulasi emosi, kemampuan dalam regulasi emosi menjadi sesuatu yang penting untuk menghambat agresifitas. Penelitian yang berkembang saat ini mempelajari tentang efek dari dua kekuatan penghambat agresi salah satunya adalah tentang efek regulasi emosi terhadap agresi impulsif (Miles et al., 2015). Berdasarkan penjelasan dari kedua sumber tersebut dapat disimpulkan bahwa agresi impulsif dapat dipengaruhi oleh ketidak mampuan individu dalam meregulasi kemarahannya.

Regulasi emosi dapat dilihat berdasarkan perspektif, afektif yang dialami oleh manusia dalam menanggapi keadaan emosional dilingkungan. Menurut Ekman emosi dapat memotivasi perilaku, mengarahkan perhatian dan menghasilkan keadaan afektif yang emosional. Regulasi emosi merupakan suatu modulasi tindakan yang dilakukan untuk memberikan respon terhadap keadaan yang emosional (Miles et al., 2015). Dalam kaitannya dengan fenomena yang sedang diteliti disregulasi emosi pada supporter sepak bola dapat dilihat melalui munculnya keadaan-keadaan yang emosional seperti kesal, marah dan dendam terhadap supporter tim sepak bola yang lain.

Tabel 1.1 Hasil wawancara Subjek

Subjek	Regulasi emosi	Impulsif agresi
Subjek 1	-Terpancing emosi saat kenyamanannya terganggu karena temannya terkena pecahan kaca yang di timpuk	-Turun dari mobil dan mencari salah satu anggota viking yang melukai temannya
Subjek 2	-Tidak bisa mengatur emosi karna suasana mulai mencekam, segerombolan anak viking melempari batu ke arah kendaraannya	- Langsung turun ke jalan tol hingga masuk ke perkampungan warga untuk mencari oknumnya
Subjek 3	-Tidak bisa membiarkan aksi anarkis dari lawannya karena khawatir akan mengancam ke amanan anak2 di bawah umur	- Langsung turun ke jalan tol hingga masuk ke perkampungan warga untuk mencari oknumnya
Subjek 4	-Merasa Kesal dan tidak bisa meredam emosinya karena adanya lemparan batu dari Viking	-Turun dan mencari segerombolan anak viking untuk melawan
Subjek 5	-kesal dan tidak bisa mengatur emosinya karna mobil rombongannya di coret2 dengan sejumlah anggota viking.	-Membalas dengan cara saling melempar baju dan mulai reda saat ada aparat
Subjek 6	-Merasa tidak bisa mengendalikan dirinya karna keadaan sedang memanas	-Berawal dari membalas kekerasan verbal hingga berlanjut kekerasan fisik

Subjek 7	-Tidak bisa mengendalikan emosi karena sejumlah anggota viking melawan saat ingin dimintai pertanggung jawaban karena telah merusak kendaraan yang dinaiki anggota the jak	-Mengejar sambil membawa senjata tajam untuk mengejar oknum viking yang telah merugikan anggota jak mania
Subjek 8	-Tidak bisa mengendalikan emosi karena merasa kesal mobil pribadi yang di bawanya di hadang dan di timpuki oleh sejumlah anggota Viking	-Turun ke jalan dan menyebrang jalan tol untuk mengejar anak viking yang berulah
Subjek 9	-tidak dapat meredam emosi karena khawatir oknum anggota viking terus menerus menyerangnya	-Turun dari mobil mengejar dan mencaci maki anak viking yang anarkis
Subek 10	-Turun dari mobil mengejar dan mencaci maki anggota viking yang anarkis	-Mencari anggota viking yang bersembunyi dan memukuli pakai balok kayu hingga ada aparat

Hasil wawancara yang dilakukan oleh penulis pada subjek (1) berinisial (AM) adalah salah satu anggota JakMania yang pernah bentrok dengan gerombolan anggota Viking di cibinong, AM mengaku terpancing emosi ketika temannya terkena pecahan kaca yang ditimpuk batu oleh Viking sehingga membuatnya marah dan turun dari mobil untuk membalas perlakuan anggota Viking tersebut, terjadilah keributan sampai ada aparat datang yang meredamnya. Hal lainnya yang memunculkan impulsif agresi karena kurangnya regulasi emosi sehingga terjadinya bentrok, dialami oleh subjek (2) berinisial

(DI), DI adalah salah satu supporter tim sepak bola PERSIJA yang mengalami bentrokan di tol daerah pulau jawa, DI menjelaskan bahwa seringkali merasa kesal ketika anggota Viking mulai melempari bus nya dengan batu yang sedang melintas ke arah jalan pulang, DI terpaksa membalas aksi anarkis Viking lantaran menjaga keamanan anak-anak di bawah umur yang berada di dalam bus, karena apabila dibiarkan akan semakin memperparah aksi anarkis dari Viking. Subjek ke (3) yang berinisial (MR) mengaku pernah bentrok di area luar stadion tempat bertandingnya PERSIB vs PERSIJA, berawal dari cacian maupun ejekan yang dilontarkan dari anggota Viking di dalam stadion MR merasa kesal dan membalasnya juga dengan kekerasan verbal, hingga pertandingan selesai kerusuhan berlangsung di luar stadion dengan berlanjut kekerasan fisik.

Wawancara pada subjek (4) berinisial ZW, subjek adalah anggota dari bagian JakMania yang sering juga mengalami bentrok saat mendukung tim sepak bola kesayangannya di luar kota, salah satunya bentrokan yang paling parah dialami oleh ZW ialah saat sehabis menonton pertandingan PERSIJA di bogor, kerusuhan yang terjadi berawal dari saat ZW membawa mobil pribadi melintasi tol ciawi dengan teman-temannya yang termasuk anggota JakMania, mobil ZW dihadang dan ditimpuki oleh segerombolan anggota Viking. Tanpa berfikir panjang ZW dan temannya turun dari mobil untuk mengejar anggota Viking, sehingga menimbulkan keributan dan keresahan masyarakat sekitar, tetapi sayangnya ZW dan teman-temannya tidak dapat menemui salah satu pun anggota Viking tersebut. Kejadian yang alami oleh JakMania lainnya pada subjek ke (5) yang berinisial (HP). berdasarkan informasi dengan mewawancarai, HP mengaku sering kesal karena ulah Viking yang kerap memancing emosinya pada saat HP dan teman-temannya hendak pulang setelah menyaksikan sepak bola tim kesayangannya, HP merasa kesal saat bus rombongan yang ditumpangnya dirusak oleh anggota Viking yang sudah bersiap-siap di pinggir jalan. Sekelompok anggota JakMania termasuk HP yang berada di dalam bus langsung turun untuk membalas dan meminta pertanggung

jawaban atas apa yang sudah dilakukan oleh anggota Viking, tetapi anggota Viking tersebut justru menyerang kembali anggota JakMania dengan senjata tajam sampai mengakibatkan korban dari anggota JakMania yang mana korban tersebut adalah teman dari HP, namun HP tidak merasa takut bahkan sebaliknya HP sangat merasa marah dan tidak terima sampai terjadilah kerusuhan yang besar. Bentrokan lainnya yang terjadi dialami oleh subjek (6) yang berinisial (AF), AF merasa terusik ketika sedang melintas di jalan tol cipali bus rombongannya ditimpuki oleh sejumlah anggota Viking, yang membuat emosi para JakMania dan akhirnya turun ke jalan untuk menghabisi para anggota Viking. Setelah tertangkapnya salah satu anggota Viking tersebut AF dan teman-temannya langsung memukuli korban menggunakan balok, terjadilah kerusuhan yang besar sampai ada warga sekitar atau pengemudi lainnya yang melera

Berdasarkan kesimpulan wawancara di atas menunjukkan bahwa pada umumnya The Jak Mania yang melakukan kekerasan dan sarkasme dikarenakan adanya dorongan atau pemicu yang membuatnya merasa marah dan menimbulkan perilaku anarkis. Dari hal ini terlihat faktor yang mempengaruhi dari dalam diri yang memiliki peran cukup penting yang dapat menimbulkan agresi impulsif yaitu ketidak mampuan mengatur emosi untuk mengendalikan diri. Saat Viking mulai melakukan tindakan anarkis dan menghadang bus rombongan The JakMania, respon yang cepat juga di lakukan oleh JakMania dengan membalas tindakan anarkis tersebut untuk mempertahankan anggotanya yang ada di dalam bus. Perkelahian pun tidak bisa tertahan lagi antara kedua belah pihak dan mengakibatkan banyak korban luka. Anggota Jakmania yang bersifat tidak arogan menjadi bisa lebih arogan dikarenakan tindakan dari anggota Viking tersebut. Kerusuhan ini pasti terjadi ketika Viking mulai menghadang rombongan bus Jakmania, dan seringkali menyebabkan bentrok sampai adanya pihak keamanan yang melera

Permasalahan-permasalahan yang telah di paparkan merupakan permasalahan yang berhubungan dengan pengaturan emosi, dalam hal

mengatur diri yang mengakibatkan kemarahan secara tiba-tiba yang dikarenakan adanya alasan tertentu atau disebut agresi impulsif. Kemampuan regulasi emosi dapat mempengaruhi terjadinya kemarahan pada anggota JakMania, oleh karena itu semakin baiknya pengaturan emosi maka semakin rendahnya agresi impulsif dan sebaliknya.

Berdasarkan latar belakang masalah dan teori yang sudah di paparkan di atas maka peneliti ingin mendali lebih mendalam mengenai masalah tersebut, hingga peneliti mengambil judul dalam penelitian ini yaitu “ Hubungan antara regulasi emosi dengan agresi impulsif pada anggota JakMania di Pondok Ungu Bekasi”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini apakah ada Hubungan antara regulasi emosi dengan agresif impulsif pada anggota JakMania di Pondok Ungu Bekasi.

1.3 Tujuan penelitian

Sesuai dengan latar belakang dan rumusan masalah diatas, maka dapat disimpulkan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan antara regulasi emosi dengan agresif impulsif pada anggota JakMania di Pondok Ungu Bekasi.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah dapat menambah bahan kajian dalam ilmu psikologi, yang berkaitan dengan Regulasi emosi pada anggota JakMania dengan agresi impulsif pada anggota JakMania. Penelitian ini juga bermanfaat sebagai referensi jika ada penelitian-penelitian berikutnya yang ingin mengkaji tentang regulasi emosi dengan impulsive agresi pada anggota JakMania Pondok Ungu Bekasi

1.4.2 Manfaat Praktis

Melalui penelitian ini diharapkan mampu memberikan wawasan kepada pembaca mengenai dampak-dampak negatif dari agresif impulsif sehingga dapat menghindari kekerasan dan kerusuhan yang akan meresahkan masyarakat.

1.5 Kebaruan Penelitian

No.	Penulis	Judul	Metode dan subjek	Hasil penelitian	Perbedaan penelitian
1.	(Musci et al., 2019)	<i>Violence exposure in an urban city: A GxE interaction with aggressive and impulsive behaviors</i>	menjelajahi lingkungan gen x dampak interaksi pada perilaku agresif dan impulsif dengan penilaian guru. Penjelasan tentang kekerasan yang terjadi selama pertengahan tahun dapat dilihat dari pelaporan diri, pengumpulan data genetik terjadi pada masa dewasa awal. Pada penelitian ini subjeknya adalah remaja	Berdasarkan hasil dari tiga kelas yang diteliti dengan relative lama, menyatakan bahwa hubungan yang signifikan antara paparan kekerasan dan keanggotaan kelas. Ada interaksi GxE yang signifikan, mereka yang memiliki tingkat kekerasan di bawah rata-rata maka agresif dan impulsifnya	Fenomena, subjek, teknik pengambilan data, dan judul.

				lebih rendah dan yang sering terpapar dengan kekerasan maka perilaku agresif dan impulsifnya lebih tinggi	
2.	(Puiu et al., 2018)	<i>Impulsive aggression and response inhibition in attention-deficit/hyperactivity disorder and disruptive behavioral disorders: Findings from a systematic review</i>	meninjau studi ADHD (attention-deficit/ hyperactivity disorder) dan DBD (disruptive behavioral disorders) untuk mengidentifikasi gangguan spesifik dan berbagi IA (Impulsive aggression) dan RI (response inhibition) mekanisme saraf yang menyimpang. Subjeknya adalah individu atau klien yang mengalami ADHD dan DBD	Pada ADHD, aktivitas fungsional prefrontal dan cingulate yang dikaitkan dengan peningkatan IA. Perubahan struktural paling jelas di korteks cingulate. Subjek dengan DBD menunjukkan tidak berfungsinya corticosubcortical	Subjek, Fenomena, Teknik pengambilan data, Metode, Judul
3.	(Miles et al., 2017)	<i>Emotion dysregulation as an underlying mechanism</i>	Penelitian konseptual ini menggunakan model katalis untuk meninjau pada literature. Subjeknya	Disediakan fasilitator yang bersedia kerja untuk mendampingi	Fenomena, subjek, dan teknik

		<i>of impulsive aggression : Reviewing empirical data to inform treatments for veterans who perpetrate violence</i>	individu/pasien yang terkena gangguan stress pascatrauma	pasien yang mengalami trauma dan memberi rekomendasi perawatan untuk membantu pasien mengembangkan pengaturan emosinya kearah yang lebih positif	pengambilan data.
4.	(Saylor & Amann, 2016)	<i>Impulsive Aggression as a Comorbidity of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder in Children and Adolescents</i>	Literatur yang relevan diambil dengan pencarian elektronik di PubMed dan PsycINFO menggunakan strategi pencarian, subjeknya adalah anak-anak yang mengalami ADHD	Lebih dari 50% remaja dengan bermacam-macam individu yang mengalami ADHD dinyatakan kerap menunjukkan agresi yang signifikan secara klinis, dan agresi impulsif menjadi perilaku yang dominan	Subjek, fenomena, judul, teknik pengambilan data
5.	(Van et al., 2016)	<i>Impact of Irritability and</i>	Peserta usia 11-18 tahun, direkrut dari pusat kesehatan	Remaja dengan CycD memiliki skor	Subjek, teknik pengambilan data, Metode,

		<i>Impulsive Aggressive Behavior on Impairment and Social Functioning in Youth with Cyclothymic Disorder</i>	mental masyarakat kota dan klinik rawat jalan akademik; 25 memiliki diagnosis CycD. Remaja dan pengasuh menyelesaikan tindakan IA dan lekas marah. Remaja dan pengasuh juga menyelesaikan penilaian kualitas persahabatan remaja. Pewawancara klinis menilai fungsi sosial, keluarga, dan sekolah anak muda.	lebih tinggi pada ukuran iritabilitas dan IA daripada remaja dengan gangguan nonbipolar, tetapi skor tidak berbeda dari remaja lainnya dengan gangguan spektrum bipolar. Ukuran iritabilitas dan IA berkorelasi, tetapi mewakili konstruksi yang berbeda	Judul
6.	(Rahman & Khoirunissa, 2019)	Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Pengambilan Keputusan Karir Pada siswa kelas XI SMA Negeri 22 Surabaya	Penelitian korelasional dengan metode kuantitatif. Subjek pada penelitian ini berjumlah 178 siswa kelas XI SMA Negeri 22 Surabaya.	Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara regulasi emosi dengan pengambilan keputusan karir yang berarti semakin tinggi regulasi emosi	Fenomena, Judul, Subjek

				maka semakin tinggi tingkat pengambilan keputusan karir dan juga sebaliknya..	
7.	(E. R. Fitri & Indriana, 2018)	Hubungan Antara Optimisme Dengan Regulasi Emosi Pada Siswa Kelas Xi Smk Cut Nya ' Dien Semarang	Metode menggunakan teknik cluster random sampling, Data dikumpulkan menggunakan dua buah skala yaitu skala regulasi dan skala optimism. Subjeknya siswa kelas XI SMK Cut Nya' Dien Semarang yang	Hasil menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima, yaitu terdapat hubungan yang positif yang signifikan antara variabel optimisme dengan regulasi emosi. Semakin tinggi optimisme, semakin tinggi regulasi emosi.	Fenomena, Judul, Subjek
8.	(Ariani & Kristiana, 2017)	Hubungan antara regulasi emosi dengan organisatio nal citizenship	Penentuan sampel menggunakan cluster random sampling yaitu teknik pengambilan sampel dengan melakukan randomisasi terhadap kelompok, bukan	Hasil penelitian ini menunjukan bahwa perawat yang memiliki organizational citizenship	Judul, Fenomena, Subjek

		behavior pada perawat RSUD Hj. Anna lasmanah banjarnegara	terhadap subjek individual. Subjeknya pperawat RSUD Hj. Anna Lasmanah Banjarnegara	behavior yang tinggi, salah satunya dikarenakan memiliki regulasi emosi yang tinggi, demikian pula sebaliknya perawat yang memiliki organizational citizenship behavior yang rendah, maka regulasi emosi yang dimiliki juga rendah.	
9.	(A. R. Fitri & Ikhwanisifa, 2016)	Regulasi Emosi pada Mahasiswa Melayu	Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif deskriptif dan kualitatif deskriptif. Subjeknya 50 orang yang mengisi skala regulasi emosi I dan II serta empat orang subjek sebagai responden wawancara	Hasil penelitian ini adalah adanya peran orangtua, peran lingkungan sosial (keluarga, dan tempat pendidikan: sekolah serta fakultas), pengalaman emosi (menyenangkan dan tidak menyenangkan) serta nilai –	Judul, Fenomena, Metode, Subjek

				nilai yang dipertahankan saat mahasiswa melakukan regulasi emosi.	
10.	(Fitriani & Alsa, 2015)	Relaksasi Autogenik untuk Meningkatkan Regulasi Emosi pada Siswa SMP	Penelitian menggunakan metode eksperimen. Partisipan yang mengikuti pretest, posttest dan follow up secara lengkap pada kelompok berjumlah 16 siswa perempuan dan pada kelompok kontrol berjumlah 19 siswa perempuan.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa perubahan skor pretest menuju posttest pada kedua kelompok (eksperimen-kontrol) adalah berbeda secara signifikan.	Fenomena, Metode, Judul, subjek