

PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP AGRESIVITAS PADA ATLET SEPAK BOLA USIA REMAJA

Yasinta Tiwi Carysa

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi emosi terhadap agresivitas pada atlet sepak bola usia remaja. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat pengaruh negatif regulasi emosi terhadap agresivitas pada atlet sepak bola usia remaja. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 122 atlet sepak bola berusia 11 hingga 22 tahun. Alat pengumpulan data yang digunakan yaitu skala regulasi emosi dan skala agresivitas. Skala regulasi emosi terdiri dari 24 item dengan koefisien reliabilitas $\alpha = 0,888$ dan skala agresivitas yang terdiri dari 24 item dengan koefisien reliabilitas $\alpha = 0,933$. Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan analisis regresi sederhana. Hasil analisis menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima. Diketahui *standardized coefficients* (β) sebesar -0,452 dan koefisien regresi sebesar -0,589 dengan nilai signifikansi $p = 0,000$. Hasil ini menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki pengaruh yang negatif dan signifikan terhadap agresivitas pada atlet sepak bola usia remaja. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat regulasi emosi, maka semakin rendah agresivitas atlet sepak bola usia remaja.

Kata kunci : regulasi emosi, agresivitas, atlet sepak bola, remaja

THE EFFECT OF EMOTION REGULATION TOWARD AGGRESIVENESS ON TEENAGE FOOTBALL ATHLETES

Yasinta Tiwi Carysa

ABSTRACT

The current study was aimed to investigate the influence of emotion regulation on the aggressiveness of teenage football athletes. The hypothesis of the current research was that there was a negative influence of emotion regulation on teenage football athletes' aggressiveness. The study involved 122 football athletes with ages ranged from 11 to 22 years old. The instruments used to collect the data were regulation emotion scale and aggressiveness scale. The emotion regulation scale consisted of 24 items with $\alpha = 0,888$ while the aggressiveness scale consists of 24 items with reliability coefficient of $\alpha = 0,933$. The hypothesis was tested using the analysis of regression. The result showed that the hypothesis was accepted. The $\beta = -0,452$ and regression coefficient $-0,589$ with the significant value $p = 0,000$. This result shows that emotion regulation has a negative influence and is significant to the aggressiveness of teenage football athletes. This means, the higher the emotion regulation, the lower the aggressiveness.

Keywords: emotion regulation, aggressiveness, football athlete, teenager

