

**PENGARUH REGULASI EMOSI *COGNITIVE REAPPRAISAL* DAN *EXPRESSIVE SUPPRESSION* TERHADAP PERILAKU EKSTERNALISASI PADA REMAJA TENGAH DI JABODETABEK**



*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

**Oleh:**

**Nurul Fajry  
1801618091**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam  
memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
2022**

# LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

“Pengaruh Regulasi Emosi *Cognitive Reappraisal* dan *Expressive Suppression*  
Terhadap Perilaku Eksternalisasi pada Remaja Tengah di Jabodetabek”

Nama Mahasiswa : Nurul Fajry  
 Nomor Registrasi : 1801618091  
 Jurusan/Program Studi : Psikologi  
 Tanggal Ujian : 16 Agustus 2022

Pembimbing I


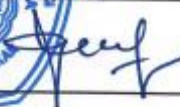



Pembimbing II




Fellianti Muzdalifah, M.Psi.  
 NIP. 197802242005012001

Adhissa Qonita, M.Psi  
 NIP. 199211032020122016

### Panitia Ujian Sidang Skripsi

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si (Penanggungjawab)*		8 sept 2022
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		7 sept 2022
Prof. Dr. Suparno Eko Widodo, M.M. (Ketua Penguji)***		31 Agustus 2022
Herdijan Maulana, Ph.D (Anggota)****		31 Agustus 2022
Hermeilia Megawati, M.A (Anggota)****		31 Agustus 2022

Catatan:

\*Dekan FPPsi

\*\*Wakil Dekan I

\*\*\*Ketua Penguji

\*\*\*\*Dosen Penguji selain pembimbing

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta :

Nama : Nurul Fajry

NIM : 1801618091

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh Regulasi Emosi *Cognitive Reappraisal* dan *Expressive Suppression* terhadap Perilaku Eksternalisasi pada Remaja Tengah di Jabodetabek” adalah :

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Maret sampai dengan bulan Agustus 2022.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi atau karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pertanyaan saya ini tidak benar.

Jakarta, 31 Agustus 2022  
Yang Membuat Pernyataan



Nurul Fajry

## LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

*“Dan janganlah kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus dari rahmat Allah melainkan orang-orang yang kufur...”*

(QS Yusuf: 87)

*"Kebahagiaan bukanlah sesuatu yang harus kau raih, kau tetap bisa bahagia selama berada dalam proses untuk mencapai sesuatu."*

(Kim Namjoon)

*“Kebahagiaan itu menjadi tanggungjawab dirimu sendiri, bukan orang lain.”*

*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

### PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk Allah SWT beserta nabi Muhammad SAW yang telah menuntun saya hingga saat ini. Kepada keluarga, dosen pembimbing, sahabat dan teman saya, serta semua orang yang telah mendukung dan membantu saya dalam menyelesaikan pengerjaan skripsi ini.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA  
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Nurul Fajry  
NIM : 1801618091  
Fakultas/Prodi : Fakultas Pendidikan Psikologi / Psikologi  
Alamat email : Nurul.fajry@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi  Tesis  Disertasi  Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Regular Emosi Cognitive Reappraisal dan Expressive Suppression terhadap  
Perilaku Eksternalisasi pada Remaja Tengah di Jabodetabek

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 12 September 2022



( NURUL FAJRY )

**NURUL FAJRY**

**PENGARUH REGULASI EMOSI *COGNITIVE REAPPRAISAL* DAN  
*EXPRESSIVE SUPPRESSION* TERHADAP PERILAKU EKSTERNALISASI  
PADA REMAJA TENGAH JABODETABEK**

Skripsi

Jakarta : Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta,

2022

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh regulasi emosi *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression* terhadap perilaku eksternalisasi pada remaja tengah di Jabodetabek. Sampel pada penelitian ini berjumlah 385 responden yang diperoleh menggunakan teknik *purposive sampling*. Uji analisis statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian ini adalah uji analisis regresi sederhana. Hasil dari penelitian ini menunjukkan pada dimensi *cognitive reappraisal* nilai sig. = 0,00, yang berarti terdapat pengaruh regulasi emosi *cognitive reappraisal* terhadap perilaku eksternalisasi pada remaja tengah di Jabodetabek, sedangkan pada dimensi *expressive suppression* nilai sig. = 0,00, yang berarti terdapat pengaruh regulasi emosi *expressive suppression* terhadap perilaku eksternalisasi pada remaja tengah di Jabodetabek, Hasil penelitian ini menunjukkan nilai koefisien determinan (*R Square*) pada dimensi *cognitive reappraisal* adalah 0,339 yang berarti memberikan pengaruh terhadap perilaku eksternalisasi sebesar 33,9%. Sedangkan nilai koefisien determinan (*R Square*) pada dimensi *expressive suppression* adalah 0,313 yang berarti memberikan pengaruh terhadap perilaku eksternalisasi sebesar 31,3%.

Kata Kunci : Regulasi Emosi, *Cognitive Reappraisal*, *Expressive Suppression*, Perilaku Eksternalisasi, Remaja Tengah

**NURUL FAJRY**

**THE EFFECT OF EMOTION REGULATION COGNITIVE REAPPRAISAL  
AND EXPRESSIVE SUPPRESSION ON EXTERNALIZING BEHAVIOUR IN  
MIDDLE ADOLESCENT IN JABODETABEK**

Skripsi

Jakarta : Study Program of Psychology, Faculty of Psychology Education, Universitas Negeri

Jakarta, 2022

**ABSTRACT**

This study aims to determine whether there is an influence of emotional regulation of cognitive reappraisal and expressive suppression on externalizing behavior in middle adolescents in Jabodetabek. The sample in this study amounted to 385 respondents obtained using purposive sampling technique. The statistical analysis test used to test the hypothesis of this study was a simple regression analysis test. The results of this study indicate the cognitive reappraisal dimension of sig value. = 0.00, which means that there is an influence of cognitive reappraisal emotion regulation on externalizing behavior in middle adolescents in Jabodetabek, while on the expressive suppression dimension the value of sig. = 0.00, which means that there is an influence of expressive suppression emotion regulation on externalizing behavior in middle adolescents in Jabodetabek. The results of this study show that the determinant coefficient (R Square) on the cognitive reappraisal dimension is 0.339, which means that it has an influence on externalizing behavior of 33,9%. While the value of the determinant coefficient (R Square) on the expressive suppression dimension is 0.313, which means that it has an influence on externalization behavior of 31.3%.

Keyword : Emotion Regulation, Cognitive Reappraisal, Expressive Suppression, Externalizing Behaviour, Middle Adolescent

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kami panjatkan kepada Allah SWT atas berkat rahmat dan karuniaNya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik yang berjudul **“Pengaruh Regulasi Emosi *Cognitive Reappraisal* dan *Expressive Suppression* terhadap Perilaku Eksternalisasi pada Remaja Tengah di Jabodetabek”**. Skripsi ini dibuat untuk memenuhi salah satu syarat agar mendapatkan gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas negeri Jakarta.

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan skripsi ini karena keterbatasan saya dalam menyusun skripsi ini. Maka dari itu, diharapkan adanya kritik dan saran yang membangun agar kedepannya dapat bermanfaat bagi peneliti ataupun peneliti selanjutnya. Pada kesempatan kali ini juga peneliti ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dan memberikan dukungan kepada peneliti dalam penyusunan skripsi ini, antara lain :

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi., selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Wakil Dekan I Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta, Ibu Ratna Dyah Suratri, Ph.D., selaku Wakil Dekan II, Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan III. Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Phil. Zarina Akbar, M.Psi., selaku Koordinator Prodi Program Studi Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Fellianti Muzdalifah, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing 1 peneliti yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberikan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Mbak Adhissa Qonita, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing 2 peneliti yang juga telah meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberikan masukan dalam menyusun skripsi.
6. Seluruh dosen Program Studi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberi ilmu yang bermanfaat dari awal hingga akhir masa perkuliahan.



7. Seluruh staf administrasi dan karyawan Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah membantu proses administrasi selama peneliti menjalani perkuliahan.
8. Kepada seluruh Lembaga dan pihak-pihak atau responden yang bersedia membantu menjalankan penelitian dan meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner peneliti.
9. Kepada Ayah, Ibu, Ica, Adhifa dan keluarga besar peneliti yang selalu memberikan dukungan dan do'a selama proses penyusunan skripsi.
10. Kepada bang M. Faridz Fajar Susanto, S.Psi., yang senantiasa membantu ketika peneliti kesulitan dan memberikan dukungan kepada peneliti selama penyusunan skripsi.
11. Kepada Khansa Afifah Nurwisa dan Rahmah Osya Samudra yang telah senantiasa membantu, menguatkan satu sama lain, dan bertukar pikiran dengan peneliti selama penyusunan skripsi.
12. Kepada Muhammad Trihantoko Saputro dan Afifah Ulya Utami selaku teman kelompok skripsi yang selalu memberikan dukungan, bertukar pikiran, saling membantu, serta berbagi suka dan duka selama penyusunan skripsi.
13. Kepada Farid, Etja, Cuple, Marteen, dan seluruh teman-teman patua kopi yang telah memberikan dukungan, bantuan, serta hiburan kepada peneliti selama penyusunan skripsi.
14. Kepada Sofhie, Dedo, Sinta, dan Saniyyah yang senantiasa memberikan dukungan, berjuang bersama-sama dalam suka maupun duka bersama peneliti selama kuliah dan sampai saat ini.
15. Kepada Raihan Syifa Maharani yang senantiasa mendoakan, mendukung, dan memotivasi peneliti selama penyusunan skripsi.
16. Kepada Maura, Rauf, Cinta, Raina, Inez, Nabila, Mawar, Acha yang telah memberikan dukungan serta doa kepada peneliti selama penyusunan skripsi.
17. Kepada Kak Lystia, Disa, Enno, dan Dani yang memberikan pelajaran berharga serta dukungan kepada peneliti.
18. Kepada seluruh teman-teman Angkatan 2018 yang bersama-sama telah berjuang dari awal sampai perkuliahan.
19. Dan terakhir, kepada diri saya sendiri yang telah bertahan dan selalu mencoba untuk menjadi pribadi yang lebih baik selama penyusunan skripsi maupun selama ini.

Jakarta, 12 Agustus 2022

Nurul Fajry

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>1.1. Latar Belakang Masalah .....</b>	<b>1</b>
<b>1.2. Identifikasi Masalah.....</b>	<b>6</b>
<b>1.3. Pembatasan Masalah .....</b>	<b>7</b>
<b>1.4. Rumusan Masalah.....</b>	<b>7</b>
<b>1.5. Tujuan Penelitian.....</b>	<b>7</b>
<b>1.6. Manfaat Penelitian .....</b>	<b>7</b>
1.6.1. Manfaat Teoretis .....	7
1.6.2. Manfaat Praktis .....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>9</b>
<b>2.1. Perilaku Eksternalisasi .....</b>	<b>9</b>
2.1.1. Pengertian Perilaku Eksternalisasi .....	9
2.1.2. Aspek-aspek atau Dimensi Perilaku Eksternalisasi .....	10
2.1.3. Faktor yang Memengaruhi Perilaku Eksternalisasi .....	11

2.1.4.	Alat Ukur Perilaku Eksternalisasi .....	12
2.1.5.	Kategorisasi Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) .....	14
<b>2.2.</b>	<b>Regulasi Emosi.....</b>	<b>15</b>
2.2.1.	Pengertian Regulasi Emosi .....	15
2.2.2.	Aspek-aspek Regulasi Emosi.....	16
2.2.3.	Faktor yang Memengaruhi Regulasi Emosi.....	18
2.2.4.	Alat Ukur Regulasi Emosi .....	18
2.2.5.	Kategorisasi <i>Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescent</i> .....	20
<b>2.3.</b>	<b>Remaja Tengah.....</b>	<b>21</b>
2.3.1.	Pengertian Remaja .....	21
2.3.2.	Ciri-ciri Remaja Tengah .....	22
<b>2.4.</b>	<b>Dinamika Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Eksternalisasi .....</b>	<b>23</b>
<b>2.5.</b>	<b>Kerangka Berpikir .....</b>	<b>25</b>
<b>2.6.</b>	<b>Hipotesis .....</b>	<b>26</b>
<b>2.7.</b>	<b>Hasil Penelitian yang Relevan.....</b>	<b>27</b>
<b>BAB III</b>	<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>30</b>
<b>3.1.</b>	<b>Tipe Penelitian.....</b>	<b>30</b>
<b>3.2.</b>	<b>Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....</b>	<b>30</b>
3.2.1.	Definisi Konseptual Variabel Penelitian.....	31
3.2.2.	Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	31
<b>3.3.</b>	<b>Populasi dan Sampel Penelitian .....</b>	<b>31</b>
3.3.1.	Populasi.....	31
3.3.2.	Sampel.....	32
<b>3.4.</b>	<b>Teknik Pengumpulan Data.....</b>	<b>33</b>
3.4.1.	Instrumen <i>Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ)</i> .....	34
3.4.2.	Instrumen <i>The Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescent</i> .....	37
<b>3.5.</b>	<b>Uji Coba Instrumen .....</b>	<b>39</b>
3.5.1.	Uji Validitas Isi .....	39
3.5.2.	Uji Nilai Indeks Diskriminasi <i>Item</i> .....	42
3.5.3.	Uji Reliabilitas Instrumen .....	47
<b>3.6.</b>	<b>Analisis Data .....</b>	<b>49</b>
3.6.1.	Uji Statistik .....	49

3.7. Hipotesis Statistik.....	50
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>52</b>
<b>4.1. Gambaran Responden .....</b>	<b>52</b>
4.1.1. Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	52
4.1.2. Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	53
4.1.3. Gambaran Responden Berdasarkan Domisili .....	54
4.1.4. Gambaran Responden Berdasarkan Kegiatan Responden Saat ini.....	55
4.1.5. Gambaran Perilaku Eksternalisasi yang Pernah Dilakukan oleh Responden ....	57
4.1.6. Gambaran Responden Berdasarkan Waktu Terakhir Melakukan Perilaku Eksternalisasi .....	58
<b>4.2. Prosedur Penelitian .....</b>	<b>60</b>
4.2.1. Persiapan Penelitian .....	60
4.2.2. Pelaksanaan Penelitian.....	61
<b>4.3. Hasil Analisis Data Penelitian.....</b>	<b>62</b>
4.3.1. Data Deskriptif Variabel Perilaku Eksternalisasi .....	62
4.3.2. Data Deskriptif Variabel Regulasi Emosi.....	63
4.3.3. Kategorisasi Skor .....	64
4.3.4. Uji Normalitas.....	68
4.3.5. Uji Linearitas .....	69
4.3.6. Uji Korelasi .....	70
4.3.7. Uji Hipotesis .....	71
4.4. Pembahasan .....	75
4.5. Keterbatasan Penelitian.....	77
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....</b>	<b>78</b>
5.1. Kesimpulan.....	78
5.2. Implikasi.....	78
5.3. Saran.....	79
5.3.1. Bagi Remaja.....	79
5.3.2. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>80</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>87</b>

## DAFTAR TABEL

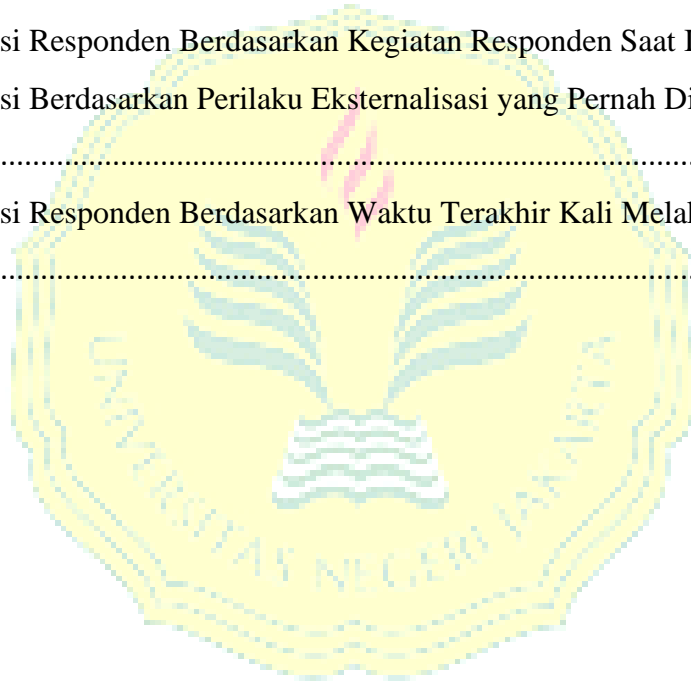
Tabel 2. 1 Kategorisasi <i>Strengths and Difficulties Questionnaire</i> (SDQ).....	15
Tabel 2. 2 Kategorisasi Skor Dimensi <i>Cognitive Reappraisal</i> .....	20
Tabel 2. 3 Kategorisasi Skor Dimensi <i>Expressive Suppression</i> .....	21
Tabel 3. 1 <i>Blueprint Strength and Difficulties Questionnaire</i> .....	35
Tabel 3. 2 Teknik Skoring <i>Strength and Difficulties Questionnaire</i> .....	36
Tabel 3. 3 <i>Blueprint The Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescent</i> ...	37
Tabel 3. 4 Teknik Skoring <i>The Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescent</i> .....	38
Tabel 3. 5 Nilai Indeks Diskriminasi <i>Item</i> .....	42
Tabel 3. 6 Hasil Uji Nilai Indeks Diskriminasi <i>Item Instrumen Strength and Difficulties Questionnaire</i> .....	42
Tabel 3. 7 <i>Blueprint Akhir Instrumen Strength and Difficulties Questionnaire</i> .....	44
Tabel 3. 8 Hasil Uji Nilai Indeks Diskriminasi <i>Item Instrumen The Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescent</i> .....	45
Tabel 3. 9 <i>Blueprint Akhir Instrumen The Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescent</i> .....	46
Tabel 3. 10 Kaidah Guilford : Interpretasi Koefisien Reliabilitas .....	47
Tabel 3. 11 Hasil Uji Reliabilitas <i>Strength and Difficulties Questionnaire</i> .....	48
Tabel 3. 12 Hasil Uji Reliabilitas <i>Strength and Difficulties Questionnaire</i> .....	48
Tabel 4. 1 Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	52
Tabel 4. 2 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	53
Tabel 4. 3 Gambaran Responden Berdasarkan Domisili .....	54
Tabel 4. 4 Gambaran Responden Berdasarkan Kegiatan Responden Saat Ini .....	56
Tabel 4. 5 Gambaran Responden Berdasarkan Perilaku Eksternalisasi yang Dilakukan .....	57

Tabel 4. 6 Gambaran Responden Berdasarkan Waktu Terakhir Melakukan Perilaku Eksternalisasi .....	59
Tabel 4. 7 Data Deskriptif Perilaku Eksternalisasi .....	62
Tabel 4. 8 Data Deskriptif Dimensi <i>Cognitive Reappraisal</i> .....	63
Tabel 4. 9 Data Deskriptif Dimensi <i>Expressive Suppression</i> .....	64
Tabel 4. 10 Kategorisasi Perilaku Eksternalisasi .....	65
Tabel 4. 11 Kategorisasi Perilaku Eksternalisasi Berdasarkan Usia.....	65
Tabel 4. 12 Kategorisasi Perilaku Eksternalisasi Berdasarkan Jenis Kelamin .....	66
Tabel 4. 13 Kategorisasi Dimensi <i>Cognitive Reappraisal</i> .....	67
Tabel 4. 14 Kategorisasi Dimensi <i>Expressive suppression</i> .....	68
Tabel 4. 15 Hasil Uji Linearitas .....	69
Tabel 4. 16 Hasil Uji Korelasi .....	70
Tabel 4. 17 Hasil Perhitungan Uji Signifikansi Hipotesis .....	71
Tabel 4. 18 Hasil Uji Regresi Hipotesis antara <i>Cognitive Reappraisal</i> dan Perilaku Eksternalisasi .....	72
Tabel 4. 19 Hasil Uji Regresi Hipotesis antara <i>Expressive Suppression</i> dan Perilaku Eksternalisasi .....	73
Tabel 4. 20 Model Summary antara dimensi <i>Cognitive Reappraisal</i> terhadap Perilaku Eksternalisasi .....	74
Tabel 4. 21 Model Summary antara dimensi <i>Expressive Suppression</i> terhadap Perilaku Eksternalisasi .....	75

*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir.....	26
Gambar 4. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia.....	53
Gambar 4. 2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	54
Gambar 4. 3 Distribusi Responden Berdasarkan Domisili .....	55
Gambar 4. 4 Distribusi Responden Berdasarkan Kegiatan Responden Saat Ini.....	56
Gambar 4. 5 Distribusi Berdasarkan Perilaku Eksternalisasi yang Pernah Dilakukan oleh Responden.....	58
Gambar 4. 6 Distribusi Responden Berdasarkan Waktu Terakhir Kali Melakukan Perilaku Eksternalisasi .....	60



*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Uji Coba Instrumen.....	87
Lampiran 2 Data Demografi.....	90
Lampiran 3 Hasil Analisis Data Deskriptif Perilaku Eksternalisasi, <i>Cognitive Reappraisal</i> , dan <i>Expressive Suppression</i> .....	92
Lampiran 4 Hasil Kategorisasi.....	93
Lampiran 5 Hasil Uji Linearitas.....	95
Lampiran 6 Hasil Uji Korelasi.....	96
Lampiran 7 Hasil Uji Analisis Regresi Sederhana.....	96
Lampiran 8 Lembar <i>Expert Judgement</i> .....	98
Lampiran 9 Lembar Translasi.....	106
Lampiran 10 Contoh Skala Uji Coba.....	110
Lampiran 11 Contoh Skala Penelitian.....	112
Lampiran 12 Korenspondensi Instrumen.....	115
Lampiran 13 Dokumentasi Pengambilan Data.....	116
Lampiran 14 Daftar Riwayat Hidup.....	117

*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*