

**PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP AGRESIVITAS
BERKENDARA PADA SISWA MAN 20 JAKARTA**



Himawan Fadhlurrahman

1801622053

SKRIPSI

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2026**

**PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP AGRESIVITAS
BERKENDARA PADA SISWA MAN 20 JAKARTA**



Himawan Fadhlurrahman

1801622053

SKRIPSI

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP AGRESIVITAS BERKENDARA PADA SISWA MAN 20 JAKARTA

Nama Mahasiswa : HIMAWAN FADHLURRAHMAN
NIM : 1801622053
Program Studi : PSIKOLOGI
Tanggal Ujian : 11 Juni 2026
Pembimbing I



Dr. RA. Fadhallah, S.Psi., M.Si
NIP. 197901122006042001

Pembimbing II



Syahid Izharuddin, S.Psi., M.Si
NIP. 199108062024061001

Panitia Ujian/Sidang Skripsi/Karya Inovatif

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar F.R., M.Si (Dekan/Penanggungjawab)		16/07/2026
Mira Ariyani, PhD (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)		16/07/2026
Dr. Anna Armeini Rangkuti S.Psi. M.Si (Ketua Penguji)		15/07/2026
Erik, S.Psi., M.Si Dosen Penguji I (Anggota)		9-Juli-2026
Redo Tridinata Wijaya, M.Psi Dosen Penguji II (Anggota)		9 Juli 2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Jakarta:

Nama : HIMAWAN FADHLURRAHMAN

NIM : 1801622053

Program Studi : PSIKOLOGI

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP AGRESIVITAS BERKENDARA PADA SISWA MAN 20 JAKARTA" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan... sampai dengan bulan... 2026.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/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 pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 02-08 2026

Yang Membuat Pernyataan


(HIMAWAN FADHLURRAHMAN)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN



PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur kepada Allah SWT, tulisan ini saya persembahkan kepada kedua orang tua tercinta atas doa, kasih sayang, dan dukungan yang tiada henti, kepada keluarga, dosen pembimbing, sahabat, serta teman-teman yang selalu memberikan semangat dan bantuan selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas segala dukungan dan kepercayaan yang telah diberikan hingga saya dapat menyelesaikan karya ini

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: 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 : HIMAWAN FADHLURRAHMAN

NIM : 1801622053

Fakultas/Prodi : PSIKOLOGI/PSIKOLOGI

Alamat email : himawanfad@gmail.com

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

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

yang berjudul :

PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP AGRESIVITAS
BERKENDARA PADA SISWA MAN 20 JAKARTA

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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, 06 Agustus 2026

(HIMAWAN F)

Himawan Fadhlurrahman

Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Agresivitas Berkendara Pada Siswa MAN 20

Jakarta

SKRIPSI

Jakarta: Program Studi Psikologi,
Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta
2026

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh antara regulasi emosi terhadap agresivitas berkendara pada siswa MAN 20 Jakarta. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik sampling *non probability sampling* berjenis *purposive sampling*. Penelitian ini melibatkan populasi siswa MAN 20 Jakarta berjumlah 115 orang sebagai sampel yang terdiri dari kelas 10, 11, dan 12. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah *Aggressive Driving Behavior Scale* (ADBS) untuk mengukur perilaku berkendara, dan *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) untuk mengukur regulasi emosi. Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah regresi berganda. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa regulasi emosi berpengaruh sebesar 1,8% terhadap agresivitas berkendara siswa MAN 20 Jakarta. Melalui penelitian ini menunjukkan bahwa agresivitas berkendara dipengaruhi oleh faktor lain selain regulasi emosi yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Kata Kunci, agresivitas berkendara, regulasi emosi, siswa MAN 20 Jakarta

Himawan Fadhlurrahman

Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Agresivitas Berkendara Pada Siswa MAN 20

Jakarta

UNDERGRADUATED THESIS

*Jakarta: Department of Psychology, Faculty of Psychology, Jakarta State
University, 2026*

ABSTRACT

This study was conducted to determine the relationship between emotional regulation and aggressive driving among students at MAN 20 Jakarta. This study employed a quantitative method using a non-probability sampling technique, specifically purposive sampling. The study involved a population of 115 students from MAN 20 Jakarta as the sample, comprising students from grades 10, 11, and 12. The instruments used in this study were the Aggressive Driving Behavior Scale (ADBS) to measure driving behavior and the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) to measure emotion regulation. Multiple regression analysis was used in this study. The results indicate that emotion regulation accounts for 1.8% of the variance in the aggressive driving behavior of students at MAN 20 Jakarta. This study suggests that aggressive driving is influenced by factors other than emotion regulation that were not examined in this study.

Keywords: *aggressive driving, emotion regulation, students at MAN 20 Jakarta*

Kata Pengantar

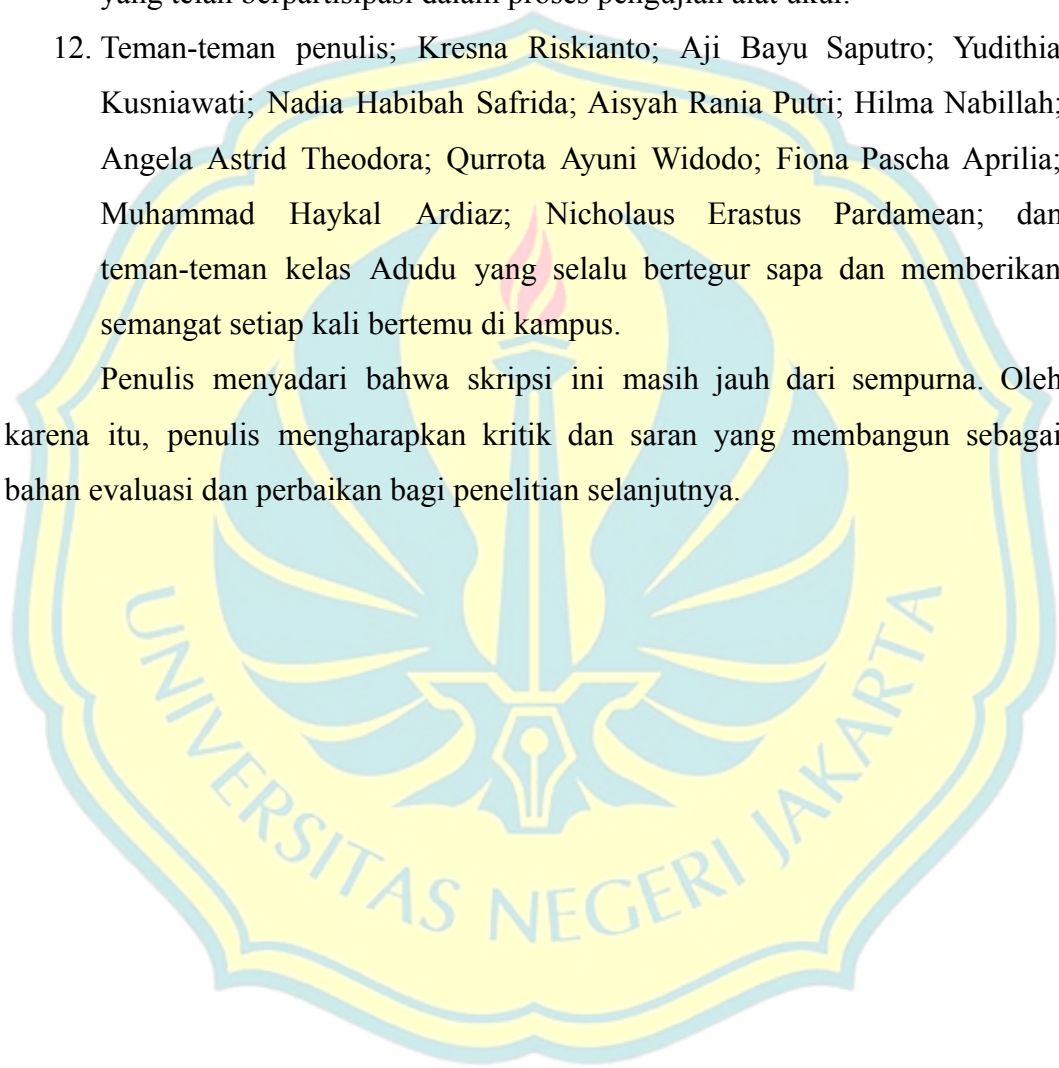
Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, karunia, serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Agresivitas Berkendara Pada Siswa MAN 20 Jakarta” dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada program studi Psikologi yang ditempuh oleh penulis.

Penulis menyadari bahwa proses penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari berbagai bantuan, dukungan, bimbingan, serta doa dari banyak pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd., selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D., selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, S.Psi., M.Si, Psikolog selaku Kepala Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Ibu Dr. RA. Fadhallah, S.Psi., M.Si sebagai Dosen Pembimbing 1 dan Bapak Syahid Izharuddin, S.Psi., M.Si sebagai Dosen Pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu memberikan arahan, masukan, dan bimbingan dengan penuh kesabaran selama proses penyusunan skripsi ini.
7. Kedua orang tua dan keluarga penulis yang selalu memberikan doa, kasih sayang, dukungan moral maupun material, serta motivasi yang tiada henti kepada penulis.
8. Seluruh dosen dan civitas akademika yang memberikan ilmu, pengalaman, dan bantuan kepada penulis selama masa perkuliahan.
9. Pihak sekolah MAN 20 Jakarta yang telah memberikan izin dan membantu pengisian kuesioner sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

10. Pihak sekolah MAN 9 Jakarta dan MAN 18 Jakarta yang telah memberikan izin dan membantu proses pengerjaan uji coba alat ukur penelitian ini
11. Teman-teman MAN 9 kelas X-A dan XI-A Tahun Ajaran 2025/2026 dan juga teman-teman MAN 18 kelas X-5 dan XI-4 Tahun Ajaran 2025/2026 yang telah berpartisipasi dalam proses pengujian alat ukur.
12. Teman-teman penulis; Kresna Riskianto; Aji Bayu Saputro; Yudithia Kusniawati; Nadia Habibah Safrida; Aisyah Rania Putri; Hilma Nabillah; Angela Astrid Theodora; Qurrota Ayuni Widodo; Fiona Pascha Aprilia; Muhammad Haykal Ardiaz; Nicholaus Erastus Pardamean; dan teman-teman kelas Adudu yang selalu bertegur sapa dan memberikan semangat setiap kali bertemu di kampus.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun sebagai bahan evaluasi dan perbaikan bagi penelitian selanjutnya.



Jakarta, 05 Juni 2026

Himawan Fadhlurrahman

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	III
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	IV
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	V
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH.....	VI
ABSTRAK.....	VII
ABSTRACT.....	VIII
Kata Pengantar.....	IX
DAFTAR ISI.....	XI
DAFTAR GAMBAR.....	XIII
DAFTAR TABEL.....	XIV
BAB 1.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.3 Batasan Masalah.....	7
1.4 Rumusan Masalah.....	8
1.5 Tujuan Penelitian.....	8
1.6 Manfaat Penelitian.....	8
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.6.2 Manfaat Praktis.....	8
BAB II.....	10
TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Tinjauan Agresivitas Berkendara.....	10
2.1.1 Definisi Agresivitas Berkendara.....	10
2.1.2 Aspek Agresivitas Berkendara.....	11
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Agresivitas Berkendara.....	11
2.2 Tinjauan Pustaka Regulasi Emosi.....	13
2.2.1 Definisi Regulasi Emosi.....	13
2.2.2 Dimensi Regulasi Emosi.....	13
2.2.3 Faktor Regulasi Emosi.....	14
2.3 Dinamika Antar Variabel.....	15
2.4 Kerangka Pemikiran.....	18
2.5 Hipotesis Penelitian.....	18
2.6 Hasil Penelitian yang Relevan.....	19
BAB III.....	25
METODE PENELITIAN.....	25
3.1 Tipe Penelitian.....	25

3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	25
3.2.1 Definisi Konseptual.....	25
3.2.2 Definisi Operasional.....	26
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	26
3.3.1 Populasi Penelitian.....	26
3.3.2 Sampel Penelitian.....	26
3.3.3 Teknik Sampling.....	27
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	27
3.4.1 Teknik Pengambilan Data.....	28
3.4.2 Instrumen Penelitian.....	28
3.5 Uji Coba Instrumen.....	33
3.5.1 Instrumen Perilaku Agresivitas Berkendara.....	34
3.5.2 Instrumen Regulasi Emosi.....	35
3.6 Analisis Data.....	37
3.6.1 Uji Prasyarat.....	38
3.6.2 Analisis Hipotesis.....	38
BAB IV.....	40
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	40
4.1 Gambaran Partisipasi Penelitian.....	40
4.2 Prosedur Penelitian.....	46
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	46
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	48
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian.....	49
4.3.1 Analisis Deskriptif.....	49
4.3.2 Analisis Tabulasi Silang.....	52
4.3.3 Hasil Uji Prasyarat/Asumsi.....	56
4.3.4 Hasil Uji Hipotesis.....	60
4.3.5 Hasil Uji Pendukung.....	62
4.4 Pembahasan.....	70
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	73
BAB V.....	74
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN.....	74
5.1 Kesimpulan.....	74
5.2 Implikasi.....	74
5.3 Saran dan Rekomendasi.....	75
DAFTAR PUSTAKA.....	77
LAMPIRAN.....	84
RIWAYAT HIDUP PENULIS.....	103

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Rincian Korban Kecelakaan.....	2
Gambar 1.2 Rincian Korban Kecelakaan DKI Jakarta.....	3
Gambar 4.1 Tabel Hasil Uji Normalitas.....	56
Gambar 4.1b Hasil Uji Normalitas Residual.....	56
Gambar 4.2 Hasil Uji Linearitas JAB & JRECA.....	57
Gambar 4.2b Hasil Uji Linearitas JAB & JREES.....	57
Gambar 4.3 Hasil Uji Korelasional Pearson Correlation.....	58
Gambar 4.3b Hasil Uji Korelasional Spearman's rho.....	59
Gambar 4.3b Hasil Uji Multikolinearitas.....	60
Gambar 4.4 Hasil Uji Regresi.....	61
Gambar 4.4b Hasil Uji Regresi.....	61
Gambar 4.5 Hasil Uji Koefisien.....	62
Gambar 4.6 Hasil Uji Korelasi Uang Saku.....	62
Gambar 4.7 Hasil Uji Korelasi Usia.....	63
Gambar 4.8 T-tes: Gambaran Rata-rata Pekerjaan Sampingan.....	63
Gambar 4.9 T-tes: Nilai Signifikansi Pekerjaan Sampingan.....	64
Gambar 4.10 Hasil Uji ANOVA Kendaraan.....	64
Gambar 4.11 Hasil Uji ANOVA Kendaraan.....	65
Gambar 4.12 Hasil Uji ANOVA Kendaraan.....	65
Gambar 4.13 Hasil Uji ANOVA Suku Ayah.....	66
Gambar 4.14 Hasil Uji ANOVA Suku Ayah.....	66
Gambar 4.15 Hasil Uji ANOVA Suku Ibu.....	66
Gambar 4.16 Hasil Uji ANOVA Suku Ibu.....	67
Gambar 4.17 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	67
Gambar 4.18 Hasil Uji Regresi Dengan Seluruh Faktor Demografi.....	68
Gambar 4.19 Hasil Uji Regresi Usia Dengan Agresivitas Berkendara.....	68
Gambar 4.20 Hasil Uji Regresi Dengan Jenis Kelamin.....	68
Gambar 4.21 Hasil Uji Regresi Dengan Kelas.....	69
Gambar 4.22 Hasil Uji Regresi Dengan Pekerjaan Sampingan.....	69
Gambar 4.23 Hasil Uji Regresi Dengan Uang Saku.....	69
Gambar 4.24 Hasil Uji Regresi Dengan Suku Ayah.....	69
Gambar 4.25 Hasil Uji Regresi Dengan Suku Ibu.....	70
Gambar 4.26 Hasil Uji Regresi Dengan Uang Saku, Suku Ibu, dan Pekerjaan Sampingan.....	70
Gambar 4.27 Hasil Uji Regresi Dengan Uang Saku, Suku Ibu, Pekerjaan Sampingan, Cognitive Reappraisal, dan Expressive Suppression.....	70

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint Instrument Aggressive Driving Behavior Scale.....	29
Tabel 3.2 Skala Instrumen Aggressive Driving Behavior Scale.....	30
Tabel 3.3 Blueprint Instrument Emotion Regulation Questionnaire.....	31
Tabel 3.4 Skala Instrumen Emotion Regulation Questionnaire.....	31
Tabel 3.5 Hasil Uji Daya Beda Agresivitas Berkendara.....	34
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Agresivitas Berkendara.....	35
Tabel 3.8 Uji Daya Beda Regulasi Emosi Cognitive Reappraisal.....	36
Tabel 3.9 Hasil Uji Daya Beda Regulasi Emosi Expressive Suppression.....	36
Tabel 3.10 Hasil Uji Reliabilitas Regulasi Emosi Cognitive Reappraisal.....	37
Tabel 3.11 Hasil Uji Reliabilitas Regulasi Emosi Expressive Suppression.....	37
Tabel 4.1 Gambaran usia.....	40
Tabel 4.2 Gambaran Jenis Kelamin.....	41
Tabel 4.3 Gambaran Kelas.....	41
Tabel 4.4 Gambaran Jenis Kendaraan.....	42
Tabel 4.5 Gambaran Pekerjaan Responden.....	42
Tabel 4.6 Gambaran Uang Saku.....	43
Tabel 4.7 Gambar Asal Suku Ayah.....	44
Tabel 4.8 Gambaran Asal Suku Ibu.....	45
Tabel 4.9 Gambar Hasil Analisis Deskriptif Agresivitas Berkendara.....	49
Tabel 4.10 Gambaran Hasil Analisis Deskriptif Cognitive Reappraisal.....	50
Tabel 4.11 Gambaran Hasil Analisis Deskriptif Expressive Suppression.....	51
Tabel 4.12 Tabulasi Silang Jenis Kelamin Dengan Agresivitas Berkendara.....	52
Tabel 4.13 Tabulasi Jenis Kelamin Dengan Regulasi Emosi Cognitive Reappraisal	52
Tabel 4.14 Tabulasi Jenis Kelamin Dengan Regulasi Emosi Expressive Suppression.....	52
Tabel 4.15 Tabulasi Jenis Kendaraan Dengan Agresivitas Berkendara.....	53
Tabel 4.16 Tabulasi Uang Saku Dengan Agresivitas Berkendara.....	54
Tabel 4.17 Tabulasi Pekerjaan Sampingan Dengan Agresivitas Berkendara.....	55
Tabel 4.18 Tabulasi Usia Dengan Agresivitas Berkendara.....	55