

PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP KEKERASAN DALAM BERPACARAN PADA DEWASA AWAL

Nadia Asmarani

(10521965)

Fakultas Psikologi, Universitas Gunadarma

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh regulasi emosi terhadap kekerasan dalam berpacaran pada dewasa awal. Regulasi emosi adalah kemampuan individu untuk menilai, mengelola, dan mengungkapkan emosi dengan tepat, yang memungkinkan individu untuk mencapai keseimbangan emosional dengan melibatkan kesadaran dan pemahaman emosi, penerimaan emosi, control perilaku impulsive, dan penggunaan strategi regulasi emosi. Kekerasan dalam berpacaran merupakan suatu tindakan yang dilakukan secara sengaja oleh salah satu atau kedua pasangan di dalam hubungan romantis dengan menyebabkan rasa sakit dan untuk memperoleh kendali terhadap pasangan selama hubungan berlangsung. Teknik pengambilan sample pada penelitian ini menggunakan snowball sampling. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif diukur menggunakan Dating Violence Questionnaire-R (DVQ-R) yang disusun oleh Diaz, dkk (2017) dengan dimensi kekerasan dalam berpacaran yaitu detachment, humiliation, sexual, coercion, physical, gender-based, emotional punishment, dan instrumental. Pengukuran juga dilakukan untuk mengukur regulasi emosi yaitu dengan Difficulties in Regulation Scale (DERS) yang disusun oleh Gratz & Roemer (2004).

Kata kunci: *Regulasi emosi, Kekerasan dalam Berpacaran, Dewasa Awal*