

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN
AGRESIVITAS VERBAL PADA MAHASISWA
PENGUNA MEDIA SOSIAL X**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

ICA ANGGIRA AFRILIA
NBI: 1512200334

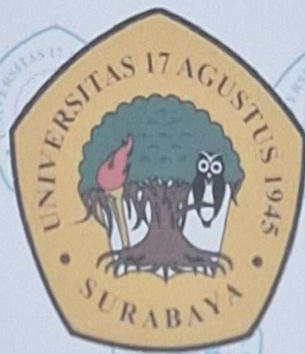
**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2026

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN
AGRESIVITAS VERBAL PADA MAHASISWA
PENGGUNA MEDIA SOSIAL X**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :
ICA ANGGIRA AFRILIA
NBI: 1512200334

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

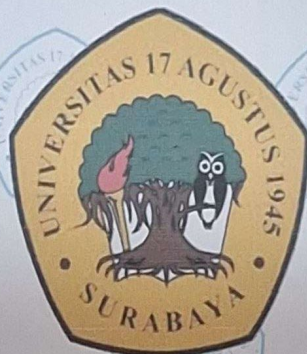
2026

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN
AGRESIVITAS VERBAL PADA MAHASISWA
PENGGUNA MEDIA SOSIAL X DI SURABAYA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya**

**Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

ICA ANGGIRA AFRILIA

NBI: 1512200334

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2026

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Surabaya, 22 Januari 2025



ICA ANGGIRA AFRILIA

NBI: 1512200334



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext 311)

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya,
saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ica Anggira Afrilia
NBI/ NPM : 1512200334
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Jenis Karya : Skripsi

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk
memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945
Surabaya *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free
Right)*, atas karya saya yang berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN
AGRESIVITAS VERBAL PADA MAHASISWA PENGGUNA
MEDIA SOSIAL X**

Dengan *Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty - Free
Right)*, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak
menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam
bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah
saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya
Pada tanggal : 22 Januari 2026

Yang Menyatakan



Ica Anggira Afrilia

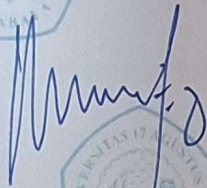
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

NAMA : ICA ANGGIRA AFRILIA
NBI : 1512200334
JUDUL : HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN
AGRESIVITAS VERBAL PADA MAHASISWA
PENGUNA MEDIA SOSIAL X

Surabaya, 11 Januari 2026

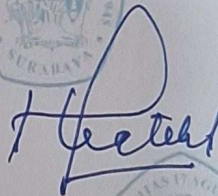
Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I



Dr. Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi

Dosen Pembimbing II



Drs. Herlan Pratikto, M.Si., Psikolog

HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI

**Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**

**Pada Tanggal : 12 Januari 2026
Dewan Penguji :**

1. Dr. Muhammad Ghazali Bagus Ani Putra, S.Psi

2. Dr. Mamang Efendy S.Pd.,M.Psi

3. Drs. Herlan Pratikto, Msi.,Psikolog

Mengesahkan

Fakultas Psikologi

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Dekan,

Dr. Diah Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog

NPP. 20510.02.0551

HALAMAN MOTTO

“Sesungguhnya sesudah kesulitan pasti ada kemudahan”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang.
Saya mempersembahkan skripsi ini kepada :

Kedua Orangtua Saya

Kedua orang tua saya, Almarhum ayah saya Bapak Sumarji dan ibu Titik Asmiatun yang selalu memberikan kasih sayangnya, selalu mengusahakan yang terbaik untuk saya sehingga saya bisa menyelesaikan Pendidikan sampai pada tahap ini, yang senantiasa berjuang, mempercayai, kebersamai, serta, mendoakan dan memberikan dukungan setiap waktu kepada saya. Semoga senantiasa diberi anugrah dan kebahagiaan di dunia maupun di akhirat.

Kedua Dosen Pembimbing

Kedua Dosen Pembimbing saya Bapak Dr. Mamang Effendy, S.Pd., M.Psi dan Bapak Drs. Herlan Pratikto S.Psi., M.Si., Psikolog yang senantiasa membimbing saya dalam menulis skripsi dengan baik. Untuk segala ilmu yang di berikan InsyaAllah akan selalu bermanfaat dalam kehidupan saya. Semoga di lancarkan segala urusan, sehat dan bahagia selalu.

Diri Saya Sendiri

Setelah banyak hal yang terjadi, terimakasih diriku, yang masih mampu bangkit dan bertahan, dengan raga kecil yang sedikit rapuh namun selalu berusaha sampai pada hal yang dituju. Senang dan sedihnya, hancur dan berantakannya, tidak lupa bahagianya. Terimakasih sudah terus memilih bertahan dan melanjutkan.

CURRICULUM VITAE



A. Identitas Diri

Nama : Ica Anggira Afrilia
Tempat/tanggal lahir : Bojonegoro, 5 April 2004
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Ds. Setro Ds. Prambon RT.09 RW.02, Sidoarjo
Kewarganegaraan : Indonesia
E-mail : icaanggira0404@gmail.com
No. Handphone : 085850267874

B. Riwayat Pendidikan

(2010-2016) : SD Negeri 2 Prambon
(2016-2019) : SMP Negeri 1 Prambon
(2019-2022) : SMA Budi Utomo Prambon
(2022-2026) : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

C. Riwayat Pekerjaan

(2022) : Prayoga Tailor
(2024-2025) : PT. Okky Jaya Sakti
(2025-sekarang) : Kumon Mandiri Residence

D. Kemampuan

1. Mampu mengadministrasikan alat tes Psikologi
2. Kemampuan adaptasi dan public speaking
3. Mampu mengoperasikan Ms. Office

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Alhamdulillah segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan sesuai dengan waktu yang ditentukan. Shalawat serta salam penulis haturkan kepada baginda Nabi besar Muhammad SAW. Penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan antara Regulasi Emosi Dengan Agresivitas Verbal Pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial X” ini diajukan guna memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan pada Program Studi S1 Psikologi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Perjalanan panjang telah penulis lalui dalam rangka menyelesaikan penulisan skripsi ini. Banyak hambatan yang dihadapi dalam penyusunannya, namun berkat dan kehendak-Nyalah penulis berhasil menyelesaikan penulisan skripsi ini. Oleh karena itu dengan penuh kerendahan hati, pada kesempatan ini patutlah kiranya penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Harjo Seputro, ST.,M. T Selaku Pj Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
2. Dr. Diah Sofiah, S.Psi.,M.Si.,Psikolog Selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Dr. Mamang Efendy, S.Pd., M.Psi., selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Rahma Kusumandari, S.Psi., M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Dr. Suhadianto S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dosen Wali yang telah memberikan bimbingan selama perkuliahan peneliti hingga terselesaikannya skripsi ini.
6. Dr. Mamang Efendy S.Pd.,M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing dan membagikan ilmu kepada peneliti sampai terselesaikan skripsi ini.
7. Drs. Herlan Pratikto, Msi.,Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang dengan sabar membimbing dan mengarahkan penulis selama penulisan skripsi berlangsung.
8. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, yang telah membagikan ilmu, memberikan bimbingan, mengarahkan, mengoreksi dan mengerti kondisi penulis selama penelitian berlangsung.
9. Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang memudahkan proses administratif, sehingga tidak dijumpai kendala apapun terkait proses administrasi mahasiswa.

10. Orang tua tercinta, Ayah (Alm. Sumarji) dan Ibu (Titik Asmiatun) yang senantiasa sabar, mengerti, mengasihi dalam mendidik dan membimbing peneliti. Terimakasih telah banyak berusaha memberikan semangat, dorongan, arahan untuk segera menyelesaikan tugas akhir ini.
11. Seluruh subjek penelitian dan pihak-pihak yang terlibat dalam penelitian ini. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat dan keberkahan bagi semua.
12. Teman-teman Kelas R, serta teman-teman yang tergabung dalam Grup Gank yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bantuan dan saran, menemani lika-liku perjalanan penulis untuk menyelesaikan skripsi. Semoga sukses, dan mari bertemu di keniscayaan itu.
13. Laki-laki yang membersamai penulis dalam proses penulisan skripsi. Penulis mengucapkan terimakasih sudah membantu penulis ketika mengalami kesulitan, memberikan semangat dan dorongan ketika penulis ingin menyerah, mengkhawatirkan penulis, menjadi bagian dari perjalanan penulis. Semoga diberikan kelancaran apapun yang kamu inginkan.
14. Teman-teman Psikologi Angkatan 2022 dan keluarga lainnya yang sudah membantu menyebarkan kuisisioner, mendukung dan memberikan semangat kepada penulis, semoga senantiasa diberi kelancaran dalam urusannya.
15. Semua orang yang tidak dapat penulis sebutkan namanya, yang membantu dan memberikan motivasi pada penulis dalam mengerjakan skripsi. Semoga Allah SWT senantiasa memberikan rahmat dan hidayah-Nya atas kontribusi yang telah mereka bagikan. Penulis haturkan do'a untuk keselamatan, kelancaran, kemudahan, kebahagiaan dan kesuksesan bagi kita semua. Penulis sangat menyadari jika penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Sehingga diharapkan kritik dan saran yang membangun yang dapat diberikan kepada penulis.

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN AGRESIVITAS VERBAL PADA MAHASISWA PENGGUNA MEDIA SOSIAL X

ICA ANGGIRA AFRILIA

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

lcaanggira0404@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku agresif yang diungkapkan melalui kata-kata dan semakin sering terjadi dalam interaksi siswa di media sosial X dikenal sebagai agresi verbal. Regulasi emosi, yaitu kemampuan seseorang untuk mengendalikan dan mengendalikan emosi mereka, adalah salah satu faktor psikologis yang diduga membantu mengendalikan perilaku ini. Penelitian ini menyelidiki hubungan antara kontrol emosi dan agresivitas verbal pada siswa yang menggunakan media sosial X di Surabaya, yang berusia antara 18 dan 25 tahun. Instrumen penelitian terdiri dari skala agresivitas verbal dan skala kontrol emosi yang telah diuji untuk keamanan dan validitas. Uji korelasi Pearson Product Moment digunakan untuk menganalisis data untuk mengetahui bagaimana variabel regulasi emosi sebagai variabel independen dan agresivitas verbal sebagai variabel dependen berhubungan satu sama lain. Hasil analisis menunjukkan hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dan agresivitas verbal ($p < 0,05$), yang berarti Jika Anda menunjukkan agresivitas verbal yang lebih rendah jika Anda memiliki kontrol emosi yang lebih baik, dan sebaliknya., Anda memiliki agresivitas verbal yang lebih tinggi. untuk siswa yang menggunakan media sosial X.

Kata kunci: regulasi emosi, agresivitas verbal, media sosial X, mahasiswa, komunikasi digital

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN AGRESIVITAS VERBAL PADA MAHASISWA PENGGUNA MEDIA SOSIAL X

ICA ANGGIRA AFRILIA

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

lcaanggira0404@gmail.com

ABSTRAC

Verbal aggression is a form of aggressive behavior expressed through words and is increasingly found in student interactions on social media platform X. One of the psychological factors presumed to play a role in controlling such behavior is emotion regulation, which refers to an individual's ability to manage and control their emotions. This study aims to examine the relationship between emotion regulation and verbal aggression among university students aged 18–25 who use social media platform X. The research subjects consisted of 180 active student users of X in Surabaya. This study employed a quantitative method with a correlational design. The research instruments consisted of the Verbal Aggression Scale and the Emotion Regulation Scale, both of which had been tested for validity and reliability. Data were analyzed using the Pearson Product Moment correlation test to determine the relationship between emotion regulation as the independent variable and verbal aggression as the dependent variable. The results showed a significant negative correlation between emotion regulation and verbal aggression ($p < 0.05$), indicating that the higher the emotion regulation, the lower the verbal aggression, and conversely, lower emotion regulation corresponds to higher verbal aggression among student users of social media platform X.

Keywords: emotion regulation, verbal aggression, social media X, university students, digital communication

Daftar Isi

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI	v
HALAMAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI	vi
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	viii
<i>CURRICULUM VITAE</i>	ix
KATA PENGANTAR.....	x
ABSTRAK	xii
Daftar Isi	xiv
Daftar Gambar	xvi
Daftar Tabel.....	xvii
Daftar Lampiran	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Masalah	1
2. Rumusan Masalah Penelitian.....	5
B. Tujuan dan Manfaat	5
1. Tujuan Penelitian	5
2. Manfaat Penelitian	5
C. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. Agresivitas Verbal.....	9
1. Definisi Agresivitas Verbal	9
2. Aspek Agresivitas Verbal	11
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Agresivitas Verbal	12
B. Regulasi Emosi.....	14
1. Definisi Regulasi Emosi	14
2. Aspek Regulasi Emosi	15
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi	17
C. Kerangka Berpikir.....	19
D. Hipotesis Penelitian.....	21
BAB III METODE PENELITIAN	23
A. Populasi dan Partisipan	23

1.	Populasi.....	23
2.	Partisipan	23
B.	Desain Penelitian.....	24
1.	Jenis Penelitian	24
2.	Variabel Penelitian.....	25
C.	Instrumen Pengumpulan Data	25
1.	Skala I (Agresivitas Verbal)	26
2.	Skala II (Regulasi Emosi)	30
D.	Uji Prasyarat dan Analisis Data	35
1.	Uji Prasyarat	35
2.	Analisis Data.....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		37
A.	Hasil Penelitian	37
1.	Pelaksanaan Penelitian.....	37
2.	Data Demografi.....	37
3.	Uji Deskriptif.....	38
4.	Uji Hipotesis	38
B.	Pembahasan.....	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		43
A.	Kesimpulan	43
B.	Saran.....	44
Daftar Pustaka.....		45
Daftar Lampiran		49

Daftar Gambar

Gambar 1 Kerangka Berpikir	20
Gambar 2 Hasil Perhitungan Sampel Menggunakan G-Power	24

Daftar Tabel

Tabel 1. Skala Likert	25
Tabel 2. Blueprint Sebaran Aitem Skala Agresivitas Verbal	26
Tabel 3. Hasil Uji Validitas Aitem Skala Agresivitas Verbal	28
Tabel 4. Uji Reliabilitas Skala Agresivitas Verbal.....	30
Tabel 5. Blue Print Sebaran Aitem Skala Regulasi Emosi.....	31
Tabel 6. Blue Print Hasil Uji Validitas Aitem Skala Regulasi Emosi.....	33
Tabel 7. Uji Reliabilitas Skala Regulasi Emosi	34
Tabel 8. Hasil Uji Normalitas	35
Tabel 9. Uji linieritas.....	36
Tabel 10. Hasil Data Demografis.....	37
Tabel 11. Hasil Distribusi Frekuensi Skala Agreivitas Verbal.....	38
Tabel 12. Hasil Uji Hipotesis	39

Daftar Lampiran

Lampiran 1. Informed Consent	49
Lampiran 2. Skala Agresivitas verbal	50
Lampiran 3. Skala Regulasi Emosi	52
Lampiran 4. Tabulasi Skor Skala Agresivitas Verbal	54
Lampiran 5. Tabulasi Skor Skala Regulasi Emosi	61
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas Skala Agresivitas Verbal	72
Lampiran 7. Hasil Uji Reliabilitas Skala Agresivitas Verbal.....	74
Lampiran 8. Hasil Uji Validitas Skala Regulasi Emosi	75
Lampiran 9. Hasil Uji Reliabilitas Skala Regulasi Emosi.....	79
Lampiran 10. Hasil Uji Normalitas	80
Lampiran 11. Hasil Uji Linieritas.....	81
Lampiran 12. Distribusi Frekuensi Agresivitas verbal.....	82
Lampiran 13. Distribusi Frekuensi Regulasi Emosi.....	83
Lampiran 14. Hasil Uji Korelasi Pearson Correlation Product moment	84
Lampiran 15. Hasil Turnitin.....	85