

ABSTRAK

Bagus Eka Adi Saputra. 180541100020. Pengaruh Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kestabilan Emosi Pada Atlet Pencak Silat *Persaudaraan Setia Hati Terate* (PSHT) Kategori Tanding di Jawa Timur. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya, Universitas Trunojoyo Madura. 2024.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kontrol diri terhadap kestabilan emosi pada atlet pencak silat *persaudaraan setia hati terate* kategori tanding di Jawa Timur. Populasi penelitian ini adalah atlet pencak silat *persaudaraan setia hati terate* kategori tanding di Jawa Timur. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jumlah sampel yaitu 220 atlet pencak silat kategori tanding di *Persaudaraan Setia Hati Terate*. Teknik pengambilan sampel yaitu teknik *Purposive Sampling* dengan kriteria atlet organisasi pencak silat *persaudaraan setia hati terate* dan berdomisili di Jawa Timur. Metode pengumpulan data menggunakan skala likert yaitu skala kontrol diri dan skala kestabilan emosi. Analisis yang digunakan adalah uji regresi linear sederhana, diperoleh nilai F_{hitung} sebesar 106,775. Sehingga nilai F_{hitung} lebih besar dari nilai F_{tabel} yaitu 3,04. Nilai signifikansi yang diperoleh adalah 0,000 lebih kecil dari nilai α yaitu 0,05 karena $F_{hitung} > F_{tabel} = 106,775 > 3,04$ dan signifikansi $< \alpha = 0,000 < 0,05$ maka variabel kontrol diri (X) secara simultan berpengaruh positif dan signifikan terhadap variabel kestabilan emosi (Y).

Kata Kunci: Kontrol Diri, Kestabilan Emosi, Atlet Pencak Silat

ABSTRACT

Bagus Eka Adi Saputra. 180541100020. *The Influence of Self-Control on Emotional Stability in Pencak Silat Athletes from the Faithful Heart of Terate (PSHT) Competition Category in East Java.* Psychology Study Program, Faculty of Social and Cultural Sciences, Trunojoyo University Madura. 2024.

This study aims to analyze the effect of self-control on emotional stability in the fighting category of Pencak Silat athletes in the Brotherhood of Faithful Hearts Terate in East Java. The population of this study was the Pencak Silat athletes from the Loyal Heart Terate Brotherhood in the sparring category in East Java. This research used a quantitative approach with a sample size of 220 pencak silat athletes in the sparring category at the Setia Hati Terate Brotherhood. The sampling technique was a purposive sampling technique with the criteria being athletes from the Pencak Silat organization Loyal Heart Terate Brotherhood and residing in East Java. The data collection method uses a Likert scale, namely a self-control scale and an emotional stability scale. The analysis used was a simple linear regression test, obtained an F value of 106.775. So the F_{count} value is greater than the F_{table} value, namely 3.04. The significance value obtained is 0.000, which is smaller than the α value, namely 0.05 because $F_{count} > F_{table} = 106.775 > 3.04$ and $significance < \alpha = 0.000 < 0.05$, so the self-control variable (X) simultaneously has a positive and significant effect on the variable emotional stability (Y).

Keywords: *Self-Control, Emotional Stability, Pencak Silat Athletes*