

ABSTRAK

Ulfatun Farada. 150541100026. Regulasi Emosi pada Penderita *Sleepwalking*. Skripsi. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Budaya, Universitas Trunojoyo Madura. 2022.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran regulasi emosi pada penderita *sleepwalking*. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian Kualitatif Fenomenologi dengan tiga subjek yang ditentukan berdasarkan metode Purposive Sampling. Hasil dari penelitian ini *Sleepwalking* merupakan keadaan ketika tengah tidur tetapi melakukan kegiatan orang yang tidak tidur (Saputra, 2012). Aspek dalam meregulasi emosi menurut Gross ada 4 yaitu *Strategies to emotion regulation (strategies)* ialah keyakinan individu untuk dapat mengatasi suatu masalah, memiliki kemampuan untuk menemukan suatu cara yang dapat mengurangi emosi negatif dan dapat dengan cepat menenangkan diri setelah merasakan emosi yang berlebihan. *Engaging in goal directed behavior (goals)* ialah kemampuan individu untuk tidak berpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakannya sehingga dapat tetap berpikir dan melakukan aktivitas dengan baik. *Control emotional responses (impuls)* ialah kemampuan individu untuk dapat mengontrol emosi yang dirasakannya dan respon emosi yang ditampilkan (respons fisiologis, tingkah laku, nada suara), sehingga individu tidak akan merasakan emosi yang berlebihan dan menunjukkan emosi yang tepat. *Acceptance of emotional response (acceptance)* ialah kemampuan individu untuk menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif dan tidak merasa malu merasakan emosi tersebut.

Kata Kunci : Regulasi Emosi, *sleepwalking*

ABSTRACT

Ulfatun Farada. 150541100026. Regulation of Emotions in Sleepwalking Patients. Essay. Psychology Study Program, Faculty of Social and Cultural Sciences, Trunojoyo University, Madura. 2021.

This study aims to determine the description of emotion regulation in sleepwalking sufferers. This study uses a qualitative phenomenological research approach with three subjects determined based on the purposive sampling method. The results of this study "Sleepwalking is a state when you are sleeping but doing activities of people who are not sleeping (Saputra, 2012). There are 4 aspects in regulating emotions according to Gross, namely "Strategies to emotion regulation (strategies) are individual beliefs to be able to overcome a problem, have the ability to find a way that can reduce negative emotions and can quickly calm down after feeling excessive emotions." Engaging in goal directed behavior (goals) is an individual's ability not to be influenced by the negative emotions he feels so that he can keep thinking and doing activities well. (physiological responses, behavior, tone of voice), so that individuals will not feel excessive emotions and show the right the emotions."

Keywords: Emotion Regulation, *sleepwalking*,

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH	v
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT.....	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Signifikasi Penelitian	11
1.3 Fokus Penelitian	12
1.4 Tujuan penelitian.....	12
1.5 Manfaat Penelitian	12
1.5.1 Manfaat Teoritis.....	12
1.5.2 Manfaat Praktis	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA	14
2.1 Regulasi Emosi	14
2.1.1 Definisi Regulasi Emosi.....	14
2.1.2 Aspek – Aspek Regulasi Emosi.....	15
2.1.3 Strategi Regulasi Emosi	16
2.1.4 Ciri-Ciri Regulasi Emosi.....	17
2.1.5 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Emosi	17
2.2 Sleepwalking.....	19
2.2.1 Definisi <i>Sleepwalking</i>	19
2.2.2 Diagnosis <i>Sleepwalking</i>	19
2.2.3 Faktor Penyebab <i>Sleepwalking</i>	20
2.2.4 Pengobatan	20
2.3 Kerangka Konseptual	20

BAB III METODE PENELITIAN	26
3.1 Pendekatan penelitian.....	26
3.2 Data dan Sumber Data.....	27
3.3 Teknik Pengumpulan Data	28
3.4 Teknik Analisa Data.....	29
3.5 Uji Keabsaan Data	29
BAB IV HASIL PENELITIAN	33
4.1 Persiapan Penelitian	33
4.2 Pelaksanaan Penelitian	34
4.3 Gambaran Lokasi Penelitian.....	37
4.4 Data Pribadi Partisipan.....	37
4.4.1 Data Pribadi dan Anamnesa Partisipan I.....	37
4.4.2 Data Pribadi dan Anamnesa Partisipan II	38
4.4.3 Data Pribadi dan Anamnesa Partisipan III	40
4.5 Jadwal Penelitian	41
4.6 Deskripsi Hasil Wawancara	41
4.6.1 Deskripsi Hasil Wawancara Partisipan I (RB)	41
4.6.2 Deskripsi Hasil Wawancara Partisipan II (RF)	47
4.6.3 Deskripsi Hasil Wawancara Partisipan III (VT).....	52
4.7 Analisis Hasil Wawancara.....	56
4.7.1 Partisipan I.....	56
4.7.2 Partisipan II	60
4.7.3 Partisipan III	62
BAB V PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
5.1 Regulasi Emosi pada Penderita <i>Sleepwalking</i>	68
5.2 Keterbatasan Penelitian	74
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	75
6.1 Kesimpulan.....	75
6.2 Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA.....	74
DAFTAR LAMPIRAN	74

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Jadwal Wawancara dengan Subjek.....	36
Tabel 4.2 Data Identitas Pribadi Subjek I.....	37
Tabel 4.3 Data Identitas Pribadi Subjek II.....	38
Tabel 4.4 Data Identitas Pribadi Subjek III.....	40
Tabel 4.5 Jadwal Penelitian.....	41

DAFTAR BAGAN

Bagan 4.1 Regulasi Emosi pada Penderita <i>Sleepwalking</i> Partisipan I (RB)	65
Bagan 4.2 Regulasi Emosi pada Penderita <i>Sleepwalking</i> Partisipan II (RF)	66
Bagan 4.3 Regulasi Emosi pada Penderita <i>Sleepwalking</i> Partisipan III (VT)	67

DAFTAR LAMPIRAN

Wawancara 1 Partisipan 1	77
Wawancara 2 Partisipan 1	88
Wawancara 1 Partisipan 2	95
Wawancara 2 Partisipan 2	106
Wawancara 1 Partisipan 3	111
Wawancara 2 Partisipan 3	118
Tema Ordinat Partisipan 1 (RB)	123
Tema Ordinat Partisipan 2 (RF)	128
Tema Ordinat Partisipan 3 (VT)	131