

**REGULASI EMOSI (*EMOTION REGULATION*) MAHASISWA DITINJAU
DARI JENIS KELAMIN DAN LATAR BELAKANG BUDAYA
SERTA IMPLIKASINYA PADA LAYANAN
BIMBINGAN DAN KONSELING**

TESIS



Oleh

**NUR WISMA
NIM. 15151035**

**Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam
mendapatkan gelar Magister Pendidikan**

**PROGRAM STUDI S2 BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2017**

ABSTRACT

Nur Wisma. 2017. "Students' Emotion Regulation Viewed from Gender and Cultural Background and Its Implications on Guidance and Counseling Service". Thesis. Graduate Study Program of Guidance and Counseling Faculty of Education Universitas Negeri Padang.

Encountering a life full of student turmoil often exerts an excessive emotional reaction to a problem, this results being the student uncontrolled and irrational in acting. Therefore, students need adequate emotion regulation ability. This study was based on the inconsistency of research findings about the regulation of emotions in men and women from various cultural backgrounds. The study aims to describe the differences in emotion regulation in terms of gender and cultural background and its implications on counseling and guidance services.

This research used quantitative method of comparative descriptive type. The sample of the research was students of Bugis and Malay background at University of Riau, consisting of 168 students. Technique was used with purposive sampling technique. The instrument was used an emotion regulation questionnaire with Likert scale model. The data were analyzed by using variance analysis technique (ANAVA).

The results of data analysis indicated that: (1) Students' emotion regulation viewed from gender was classified into high category; there was a significant difference where the average score of male students was higher than female students, (2) Students' emotion regulation viewed from cultural background was classified into high category; there was no significant difference meaning that there was no significant difference on students' emotion regulation viewed from Bugis and Malay cultural background, and (3) There was no significant difference between students' emotion regulation viewed from gender and cultural background. The implications of the research could be used as need analysis and guidance of program making in guidance and counseling service, especially in improving emotion regulation.

Keywords: Emotion Regulation, Gender, Cultural Background.

ABSTRAK

Nur Wisma. 2017. “Regulasi Emosi Mahasiswa Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Latar Belakang Budaya serta Implikasinya pada Layanan Bimbingan dan Konseling”. Tesis. Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Menghadapi kehidupan yang penuh dengan gejolak, mahasiswa seringkali memberikan reaksi emosional yang berlebihan terhadap suatu masalah, sehingga membuat mahasiswa tidak terkendali dan bertindak tidak rasional. Oleh karena itu, mahasiswa membutuhkan kemampuan regulasi emosi yang memadai. Penelitian ini didasari dengan adanya ketidakkonsistenan temuan penelitian tentang regulasi emosi pada laki-laki dan perempuan dari berbagai latar belakang budaya. Adapun penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan perbedaan regulasi emosi ditinjau dari jenis kelamin dan latar belakang budaya serta implikasinya pada layanan bimbingan dan konseling.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif jenis deskriptif komparatif. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa berlatar belakang budaya Bugis dan Melayu di Universitas Riau yang berjumlah 168 mahasiswa. Teknik penarikan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner regulasi emosi dengan model skala *Likert*. Data dianalisis dengan menggunakan teknik analisis varian (ANOVA).

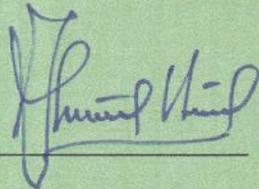
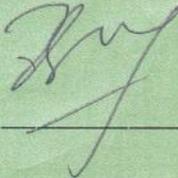
Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Regulasi emosi mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin berada pada kategori tinggi; terdapat perbedaan yang signifikan dimana nilai rata-rata skor mahasiswa laki-laki lebih tinggi dibanding mahasiswa perempuan, (2) Regulasi emosi mahasiswa ditinjau dari latar belakang budaya berada pada kategori tinggi; tidak terdapat perbedaan yang signifikan artinya tidak ada perbedaan regulasi emosi mahasiswa ditinjau dari latar belakang budaya Bugis dan Melayu, dan (3) Tidak terdapat perbedaan antara regulasi emosi mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin dan latar belakang budaya. Implikasi hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai analisis kebutuhan dan panduan pembuatan program dalam pelayanan bimbingan dan konseling khususnya dalam meningkatkan regulasi emosi.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Jenis Kelamin, Latar Belakang Budaya.

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

Nama Mahasiswa : *Nur Wisma*

NIM. : 15151035

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
<u>Prof. Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons.</u> Pembimbing I		_____
<u>Dr. Afdal, M.Pd., Kons.</u> Pembimbing II		_____

Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang

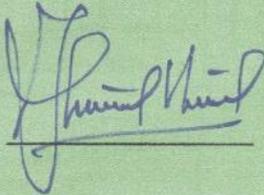
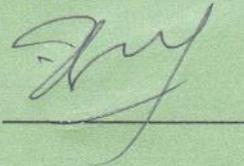
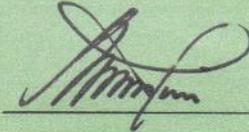
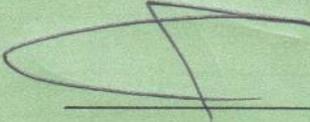
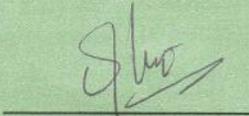


Wakil Dekan 1 Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang



Dr. Hadivanto, M.Ed.
NIP. 19600416 198603 1 004

**PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS MAGISTER PENDIDIKAN**

No.	Nama	Tanda Tangan
1.	<u>Prof. Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons.</u> (Ketua)	
2.	<u>Dr. Afdal, M.Pd., Kons.</u> (Sekretaris)	
3.	<u>Prof. Dr. Mudjiran, M.S., Kons.</u> (Anggota)	
4.	<u>Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.</u> (Anggota)	
5.	<u>Prof. Dr. Solfema, M.Pd.</u> (Anggota)	

Mahasiswa:

Nama : *Nur Wisma*

NIM. : 15151035

Tanggal Ujian : 22-11-2017

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya dengan judul “Regulasi Emosi Mahasiswa Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Latar Belakang Budaya serta Implikasinya pada Layanan Bimbingan dan Konseling” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali kutipan secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, November 2017
Saya yang menyatakan



Nur Wisma
NIM.15151035

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil'alamin, puji dan syukur kepada Allah SWT karena berkat rahmat, taufik, dan hidayah-Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan tesis yang berjudul "Regulasi Emosi (*Emotion Regulation*) Mahasiswa Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Latar Belakang Budaya serta Implikasinya pada Layanan Bimbingan dan Konseling". Tesis ini banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, ungkapan terima kasih yang sebesar-besarnya, peneliti sampaikan kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons. selaku pembimbing I dan Dr. Afdal, M.Pd., Kons. selaku pembimbing II yang senantiasa meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan, ilmu, dan motivasi yang begitu berarti kepada peneliti demi kesempurnaan penulisan tesis ini.
2. Prof. Dr. Mudjiran, M.S., Kons., Prof. Dr. Firman, M.S., Kons., dan Prof. Dr. Solfema, M.Pd., selaku kontributor sekaligus penimbang instrumen (*judge*) yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan masukan dan saran terhadap penyelesaian tesis.
3. Ketua Prodi dan Staf Program Studi S2 Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan pelayanan terbaik pada peneliti.
4. Dosen Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu pengetahuan, sehingga sangat membantu dalam penyelesaian tesis ini.
5. Rektor beserta seluruh Staf Biro Akademis dan Kerjasama Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau serta mahasiswa yang berlatar belakang budaya Bugis dan Melayu yang telah berkenan memberikan izin dan membantu peneliti dalam melaksanakan uji coba instrumen penelitian.
6. Rektor beserta seluruh Staf Biro Akademis dan Kerjasama Universitas Riau yang telah berkenan memberikan izin untuk melaksanakan observasi dan pengambilan data di lokasi penelitian.

7. Mahasiswa Universitas Riau yang berlatar belakang budaya Bugis dan Melayu yang telah berkenan meluangkan waktunya untuk menjadi sampel dari penelitian ini.
8. Ketua organisasi paguyuban mahasiswa Bugis dan Melayu yang telah membantu peneliti dalam mengumpulkan data penelitian.
9. Keluarga tercinta, kepada kedua orangtua, Ayahanda Darwis DM dan Ibunda Nur Lizah serta saudara-saudara, Darmansyah, Elvira, Khairul Ihsan, Hardiawansyah yang telah memberikan motivasi, semangat dan bantuan, baik moril dan materil demi selesainya penulisan tesis ini.
10. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling, khususnya angkatan 2015 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, yang senantiasa memberikan masukan demi penyelesaian tesis ini.
11. Semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu per satu yang telah ikut membantu dalam menyelesaikan tesis ini.

Semoga Allah memberikan imbalan yang setimpal untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti berupa pahala dan kemuliaan di sisi-Nya. Peneliti menyadari bahwa penulisan tesis ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati peneliti mengharapkan kritik dan saran dari pembaca demi kesempurnaan penulisan tesis di masa yang akan datang. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Padang, November 2017

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN AKHIR TESIS	iii
PERSETUJUAN KOMISI	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	17
C. Pembatasan Masalah	20
D. Rumusan Masalah	20
E. Tujuan Penelitian	21
F. Manfaat Penelitian.....	21
BAB II. KAJIAN TEORI	
A. Landasan Teori	
1. Emosi	23
a. Definisi Emosi	24
b. Macam-macam Emosi	24
2. Regulasi Emosi	25
a. Definisi Regulasi Emosi	25
b. Ciri-ciri Regulasi Emosi	27
c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi	29
d. Karakteristik Utama Regulasi Emosi	32

e. Strategi Regulasi Emosi	33
3. Kaitan Jenis Kelamin dengan Regulasi Emosi.....	35
4. Kaitan Budaya dengan Regulasi Emosi.....	36
a. Pengertian Budaya	38
b. Budaya Bugis	40
c. Budaya Melayu	48
5. Hubungan Jenis Kelamin dan Budaya dengan Regulasi Emosi.....	55
6. Implikasi pada Layanan Bimbingan dan Konseling	56
B. Kajian Penelitian yang Relevan.....	59
C. Kerangka Berpikir.....	62
D. Hipotesis	65
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	67
B. Tempat dan Waktu	67
C. Populasi dan Sampel	68
D. Definisi Operasional.....	71
E. Pengembangan Instrumen.....	72
F. Teknik Pengumpulan Data	79
G. Teknik Analisis Data.....	80
BAB IV. HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data.....	83
1. Deskripsi Data Regulasi Emosi Mahasiswa Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Latar Belakang Budaya.....	84
2. Deskripsi Data Regulasi Emosi Mahasiswa Ditinjau dari Jenis Kelamin	85
3. Deskripsi Data Regulasi Emosi Mahasiswa Ditinjau dari Latar Belakang Budaya.....	91
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	97
1. Uji Normalitas Data.....	97
2. Uji Homogenitas.....	98

C. Pengujian Hipotesis	99
1. Hipotesis Variabel Jenis Kelamin (Laki-laki dan Perempuan)	99
2. Hipotesis Variabel Latar Belakang Budaya (Bugis dan Melayu)	100
3. Interaksi antara Jenis Kelamin dan Latar Belakang Budaya	101
D. Pembahasan	104
1. Perbedaan Regulasi Emosi Mahasiswa Ditinjau dari Jenis Kelamin Laki-laki dan Perempuan	104
2. Perbedaan Regulasi Emosi Mahasiswa Ditinjau dari Latar Belakang Budaya.....	108
3. Perbedaan Regulasi Emosi Mahasiswa Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Latar Belakang Budaya	112
4. Hasil Penelitian terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling	119
E. Keterbatasan Penelitian	121
BAB V. PENUTUP	
A. Kesimpulan	124
B. Implikasi	125
C. Saran	135
DAFTAR RUJUKAN	139
LAMPIRAN	147

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Laten dalam Konten Emosi	4
2. Perkelahian Massal antar Mahasiswa di Indonesia	5
3. Perkelahian Massal antar Mahasiswa di Riau	5
4. Jumlah Populasi	68
5. Jumlah Sampel	71
6. Kisi-kisi Instrumen Regulasi Emosi	73
7. Penskoran	74
8. Hasil Uji Validitas Butir Instrumen Penelitian	77
9. Hasil Uji Reliabilitas Butir Instrumen Penelitian (<i>Reliability Statistics</i>)	78
10. Tingkat Pencapaian Responden	80
11. Deskripsi Data Pemilihan Sampel dengan Kondisi Penerapan Budaya dalam Kehidupan Sehari-hari	83
12. Distribusi Frekuensi dan Kategori Skor Sampel yang Terpilih	83
13. Deskripsi Regulasi Emosi Mahasiswa Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Latar Belakang Budaya.....	84
14. Distribusi Frekuensi dan Kategori Skor Regulasi Emosi Mahasiswa Laki-laki	86
15. Deskripsi Rata-rata (<i>Mean</i>) dan Persentase (%) Regulasi Emosi Mahasiswa Jenis Kelamin Laki-laki Berdasarkan Sub Variabel.....	87
16. Distribusi Frekuensi dan Kategori Skor Regulasi Emosi Mahasiswa Perempuan	88
17. Deskripsi Rata-rata (<i>Mean</i>) dan Persentase (%) Regulasi Emosi Mahasiswa Jenis Kelamin Perempuan Berdasarkan Sub Variabel	90
18. Distribusi Frekuensi dan Kategori Skor Regulasi Emosi Mahasiswa Berlatar Belakang Budaya Bugis	91

19. Deskripsi Rata-rata (<i>Mean</i>) dan Persentase (%) Regulasi Emosi Mahasiswa Berlatar Belakang Budaya Bugis Berdasarkan Sub Variabel	93
20. Distribusi Frekuensi dan Kategori Skor Regulasi Emosi Mahasiswa Berlatar Belakang Budaya Melayu	94
21. Deskripsi Rata-rata (<i>Mean</i>) dan Persentase (%) Regulasi Emosi Mahasiswa Berlatar Belakang Budaya Melayu Berdasarkan Sub Variabel	96
22. Uji Normalitas Data Regulasi Emosi Mahasiswa Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Latar Belakang Budaya	98
23. Uji Homogenitas Data Regulasi Emosi Mahasiswa	98
24. Rata-rata (<i>Mean</i>) Skor Regulasi Emosi Mahasiswa Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Latar Belakang Budaya	99
25. Analisis Varian (ANOVA) Data Skor Regulasi Emosi Mahasiswa Jenis Kelamin Laki-laki dan Perempuan	99
26. Analisis Varian (ANOVA) Data Skor Regulasi Emosi Mahasiswa Budaya Bugis dan Melayu	100
27. Interaksi Antara Jenis Kelamin dan Latar Belakang Budaya	101
28. Ringkasan ANOVA Faktorial 2 Jalur	102

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Berpikir.....	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Instrumen Uji Coba Penelitian	147
2. Rekapitulasi Data Hasil Uji Coba Penelitian	157
3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Regulasi Emosi	159
4. Instrumen Penelitian	164
5. Olahan Data Penentuan Sampel	174
6. Tabulasi Data Regulasi Emosi secara Keseluruhan	186
7. Tabulasi Data Regulasi Emosi Berdasarkan Sub Variabel	103
8. Hasil Uji Hipotesis	215
9. Surat Penelitian	221

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia merupakan makhluk sosial yang akan melakukan interaksi baik dengan keluarga, maupun dengan masyarakat lingkungan sekitar. Interaksi yang dilakukan harus menyesuaikan dengan perbedaan faktor biologis, psikologis, dan budaya yang ada, namun dalam berinteraksi tidak sedikit masalah yang ditimbulkan yang berkenaan dengan ketidaksesuaian yang terjadi pada faktor-faktor tersebut. Chauhan (dalam Cahyono, Iriani, & Lestari, 2002) mengemukakan bahwa masalah dapat muncul saat timbulnya hambatan dalam mencapai tujuan. Masalah yang akan dihadapi oleh individu tentunya sesuai dengan tahap-tahap perkembangan yang dilalui.

Tahap perkembangan yang dilalui individu menurut Erikson (dalam Upton, 2012) antara: (1) periode bayi 0-18 bulan, (2) periode kanak-kanak awal 2-3 tahun, (3) periode prasekolah 3-5 tahun, (4) periode usia sekolah 6-11 tahun, (5) periode remaja 12-18 tahun, (6) periode dewasa muda 19-40 tahun, (7) periode dewasa menengah 40-65 tahun, dan (8) periode dewasa akhir 65 tahun-mati. Menurut Hurlock (1997) periode tahap perkembangan mahasiswa pada umumnya berkisar antara 17-24 tahun. Pada usia tersebut individu berada pada masa remaja akhir dan dewasa awal, artinya mahasiswa berada pada fase terjadinya proses perubahan bentuk tubuh, pola perilaku, dan peran yang diharapkan oleh kelompok sosial. Pada fase ini individu penuh dengan tekanan dikarenakan adanya perubahan yang dialami serta

diikuti dengan banyaknya tuntutan yang didapatkan mengakibatkan kemunculan beragam masalah. Adapun permasalahan yang terjadi pada mahasiswa dikarenakan adanya hambatan dalam memenuhi tugas perkembangannya.

Selanjutnya, Havighurst (dalam Papalia, Old, & Feldman, 2008) mengemukakan bahwa tugas perkembangan pada mahasiswa, yaitu memperluas hubungan dan komunikasi interpersonal, memperoleh peranan sosial, menerima keadaan tubuhnya, memperoleh kebebasan emosional dari orangtua dan orang dewasa lainnya, mencapai kemandirian, mempersiapkan pekerjaan, mempersiapkan diri membentuk keluarga, dan membentuk sistem nilai-nilai serta moral falsafah hidup. Mahasiswa juga mengalami masalah dalam hidup seperti masalah pendidikan, finansial, kemandirian, dan kehidupan sosial. Sebagian mahasiswa menganggap memasuki tingkat pendidikan di universitas merupakan hal yang membuat stres dan membuat kondisi emosional tidak stabil. Pada tahap perkembangannya mahasiswa seringkali memberikan reaksi emosional yang berlebihan terhadap suatu masalah.

Goleman (2001) mengemukakan bahwa emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, keadaan biologis, psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu. Selanjutnya, Chaplin (dalam Safaria, & Saputra, 2009) merumuskan emosi sebagai suatu keadaan yang ditimbulkan dari organisme mencakup perubahan-perubahan disadari,

mendalam sifatnya, dan perubahan perilaku. Gross (1998) menjelaskan bahwa emosi dapat menyebabkan perubahan perilaku, mempengaruhi ketepatan dalam pengambilan keputusan, mempengaruhi daya ingat terhadap suatu peristiwa penting sekaligus dapat memfasilitasi interaksi sosial.

Pada dasarnya emosi individu dibagi menjadi dua kategori umum jika dilihat dari dampak yang ditimbulkannya. Kategori pertama adalah emosi positif dengan afek positif. Gohm & Clore (dalam Safaria & Saputra, 2009) menjelaskan bahwa emosi positif memberikan dampak yang menyenangkan dan menenangkan. Emosi positif seperti tenang, santai, rileks, gembira, lucu, haru, dan senang. Ketika merasakan emosi positif, individu akan merasakan keadaan psikologis yang positif.

Selanjutnya, Gohm & Clore (dalam Safaria & Saputra, 2009) menjelaskan kategori kedua adalah emosi negatif atau afek negatif. Ketika individu merasakan emosi negatif maka dampak yang dirasakan adalah negatif, tidak menyenangkan, dan menyusahkan. Emosi negatif di antaranya sedih, kecewa, putus asa, depresi, tidak berdaya, frustrasi, marah, dendam, dan lainnya. Jika individu lebih banyak merasakan dan mengalami afek negatif seperti marah, benci, dendam, dan kecewa, maka individu akan diliputi oleh suasana psikologis yang kurang nyaman dan tidak menyenangkan. Akibatnya, individu akan terasa sulit merasakan kepuasan hidup dan kebahagiaan.

Sesuai dengan pernyataan tersebut, Wade & Tavris (2007) juga membagi emosi menjadi dua bagian yaitu emosi primer dan emosi sekunder. Emosi primer meliputi rasa takut (*fear*), marah (*anger*), sedih (*sadness*),

senang (*joy*), terkejut (*surprise*), jijik (*disgust*), dan sebal (*contempt*). Emosi sekunder adalah semua variasi dan campuran berbagai emosi antara satu kebudayaan dan kebudayaan lainnya serta berkembang secara bertahap sesuai tingkat kedewasaan kognitif. Adapun bentuk dari emosi yang bersifat universal dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Laten dalam Konten Emosi.

Emosi	Emosi dasar Universal-tema Psikologis
Kebahagiaan	Terpenuhi suatu tujuan
Kemarahan	Tidak terpenuhi suatu tujuan
Kesedihan	Tercegahnya sesuatu yang diinginkan
Muak	Tersakiti, terpukul karena suatu hal
Ketakutan	Merasakan bahaya, sesuatu yang diduga yang tidak pernah diharapkan terjadi
Terkejut/kejutan	Mengetahui sesuatu yang baru dan menyenangkan
Penghinaan/menghina	Merasa superior atau di atas orang lain
Malu dan rasa bersalah	Merasa bertanggung jawab dan bersalah karena perilaku mengecewakan orang lain

Sumber: Cahyono

Emosi dapat membantu kehidupan individu namun juga dapat melukai apabila terjadi pada waktu dan intensitas yang tidak tepat dan respon yang berlebihan. Respon emosional yang tidak tepat akan membawa implikasi pada kondisi patologis, kesulitan dalam berhubungan sosial bahkan dapat menyebabkan timbulnya penyakit fisik (Gross & Thompson, 2007).

Ketidaktepatan respon emosional juga akan menimbulkan perilaku agresif seperti melakukan kekerasan kepada orang lain dengan tujuan menyakitinya atau serangan terhadap benda-benda dengan sengaja dan bermaksud merusak benda-benda tersebut. Menurut Aulya, Ilyas, & Ifdil (2016) perilaku agresif yang tampak dalam kehidupan masyarakat saat ini khususnya pada dunia pendidikan cukup memprihatinkan. Adapun fenomena

perilaku yang sering terjadi pada lingkungan mahasiswa yang disebabkan ketidaktepatan respon emosional tersebut antara lain: stres, tawuran, perkelahian, pembunuhan, bunuh diri, kekerasan yang terjadi kapan dan di mana saja tanpa terkecuali di lingkungan keluarga. Berdasarkan informasi diberbagai media, kasus-kasus ketidaktepatan respon emosional akhir-akhir ini semakin marak terjadi di kalangan mahasiswa khususnya perkelahian massal. Hal ini diperkuat dengan data Badan Pusat Statistik 2016 mengenai perkelahian massal antar pelajar/mahasiswa, dan dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Perkelahian Massal antar Mahasiswa di Indonesia

Perkelahian Massal antar Mahasiswa di Indonesia		
Tahun	Jumlah (N)	Persentasi (%)
2008	108	0,14
2011	210	0,27
2014	327	0,40

Sumber: Diolah dari Podes 2008, Podes 2011, Podes 2014

Selanjutnya, tingkat kasus konflik massal di Riau yang dilakukan oleh Pelajar/Mahasiswa dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Perkelahian Massal antar Mahasiswa di Riau.

Perkelahian Massal di Riau		
Tahun	Jumlah (N)	Persentasi (%)
2008	56	3,49
2011	47	2,84
2014	38	2,07

Sumber: Diolah dari Podes 2008, Podes 2011, Podes 2014

Selanjutnya, seringkali mahasiswa memberikan reaksi emosional yang berlebihan terhadap suatu masalah. Hal itu menimbulkan terjadinya kasus-kasus mahasiswa yang tercatat di Indonesia. Abdiwan (2016) mengemukakan beberapa unjuk rasa yang dilakukan oleh mahasiswa di Makassar salah satunya yaitu pada saat memperingati sumpah pemuda yang terjadi pada

bulan Oktober 2016, di mana kejadian tersebut berakhir rusuh dan menyebabkan banyak kerugian. Selanjutnya, Argus (2016) mencatat kasus yang termasuk respon emosional berlebihan di mana seorang mahasiswa di Medan tega membunuh dosennya dengan motif dendam kasus ini terjadi pada bulan Mei 2016. Respon emosional yang berlebihan terhadap suatu masalah tidak hanya bersifat anarkis kepada orang lain namun juga dapat melukai diri sendiri. Hal ini terlihat pada kasus yang dicatat oleh Nurdiansyah (2016) terjadi pada seorang mahasiswi Universitas Islam Riau di Pekanbaru yang melakukan tindakan bunuh diri pada bulan Oktober 2016 dikarenakan bertengkar dengan pacarnya. Sebelumnya, sejak tahun 2015 terdapat 1,2 juta mahasiswa terlibat dalam kasus penyalahgunaan narkoba (Panji, 2016). Lebih lanjut, terdapat empat pasang mahasiswa dibawa ke Markas Kepolisian Resort Polewali Mandar Sulawesi Barat pada bulan September 2015 dikarenakan sedang mengadakan pesta seks (Junaedi, 2015).

Respon emosional yang berlebihan di kalangan mahasiswa juga sering menimbulkan terjadinya tawuran antar mahasiswa. Tawuran yang terjadi tidak hanya antar kampus namun juga tawuran antar fakultas. Kurniawan (2015) mencatat beberapa tawuran internal yang terjadi di Makassar, yaitu tawuran rutin sepekan sekali terjadi antar mahasiswa Fakultas Teknik dengan mahasiswa Fakultas Seni dan Desain Universitas Negeri Makassar yang dimulai sejak bulan Oktober 2015, tawuran ini terjadi karena dendam lama antar mahasiswa ke dua fakultas tersebut. Selanjutnya, Syam (2016) mencatat terjadinya tawuran internal antar mahasiswa Fakultas Teknik dengan

mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Muhammadiyah Makassar pada bulan Mei 2016, tawuran terjadi dikarenakan kesalahpahaman antar mahasiswa kedua fakultas tersebut.

Hal ini juga terjadi pada salah satu universitas negeri di Kota Pekanbaru yaitu Universitas Riau. Taslim (2012) mencatat terjadinya bentrokan antara mahasiswa pada saat pemira BEM UNRI dilaksanakan, bentrokan tersebut mengakibatkan kerusakan berat pada gedung rektorat dan mengakibatkan korban luka. Selanjutnya, Tanjung (2017) juga mencatat terjadinya tawuran internal antar mahasiswa Fakultas Teknik dengan mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau, tawuran terjadi dikarenakan hal kecil yaitu saling ejek antar mahasiswa kedua fakultas tersebut, tawuran mengakibatkan korban luka dan beberapa fasilitas kampus hancur dan terbakar.

Kasus-kasus tersebut terjadi karena kondisi ketegangan emosi dalam diri seseorang akibat perubahan fisik dan psikologis di masa perkembangan yang sedang dialami. Ketegangan emosi tinggi, dorongan emosi yang sangat kuat dan tidak terkendali membuat individu lebih mudah mengeluarkan emosi secara berlebihan dan bertindak tidak rasional. Dalam menghadapi kehidupan yang penuh dengan gejolak dan ketegangan emosi meninggi, mahasiswa membutuhkan kemampuan regulasi emosi yang memadai agar tidak melakukan pada tindakan tidak rasional yang dapat merugikan dirinya dan orang lain.

Morris, Silk, Steinberg, Myers, & Robinson (2007) menjelaskan bahwa kasus-kasus ketidaktepatan respon emosi tersebut tidak akan terjadi apabila seseorang mampu mengelola dan mengatur emosinya secara tepat atau memiliki kemampuan regulasi emosi. Regulasi emosi yang tepat akan mendorong individu untuk mengembangkan kompetensi yang dimiliki, baik dalam bidang akademik maupun relasi sosial. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Brody (dalam Morris, Silk, Steinberg, Myers, & Robinson, 2007) pada anak keturunan Afrika Amerika menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara keterampilan regulasi emosi dengan kemampuan akademik maupun kompetensi sosial.

Regulasi emosi yang kurang tepat akan berdampak pada perilaku eksternal dan internal individu. Perilaku eksternal contohnya adalah agresi, sedangkan perilaku internal adalah depresi, kecemasan, dan stres. Cicchetti, Ackerman, & Izzard (dalam Williford, Susan, & Susan, 2007) menjelaskan setiap individu dituntut untuk dapat mengekspresikan emosi secara sehat, adaptif, dan dapat diterima oleh lingkungan. Keberhasilan mengungkapkan emosi secara adaptif ditentukan oleh kemampuan regulasi emosi yang memadai. Kemampuan regulasi emosi yang baik akan mengarahkan individu untuk dapat mengatasi masalah-masalah emosi yang dialami, sehingga dapat berperilaku adaptif dan terhindar dari perilaku tidak rasional.

Selanjutnya, regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah tekanan. Individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi positif dapat mengendalikan dirinya apabila sedang kesal, dan dapat mengatasi rasa

cemas, sedih, dan marah, sehingga mempercepat dalam pemecahan suatu masalah yang dihadapinya. Pengekspresian emosi, baik negatif maupun positif, merupakan hal yang sehat dan konstruktif asalkan dilakukan dengan tepat (Shaffer, 2005). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi salah satunya adalah jenis kelamin. Gross (dalam Matsumoto, Nakagawa & Yoo, 2008) menjelaskan bahwa "*Gender and ethnic-group differences on emotion regulation*". Artinya jenis kelamin dan kelompok etnis mempunyai perbedaan dalam meregulasi emosi. Perbedaan jenis kelamin dalam mengekspresikan emosi dihubungkan dengan tujuan masing-masing saat mengontrol emosi. Perempuan lebih cenderung mengekspresikan emosi untuk menjaga hubungan interpersonal serta membentuk mereka tampak lemah dan tidak berdaya. Sedangkan, laki-laki menunjukkan sifat maskulin sehingga lebih terlihat tegar dan kuat.

Fischer (dalam Coon, 2004) mengemukakan bahwa wanita lebih dapat melakukan regulasi terhadap emosi marah dan bangga, sedangkan laki-laki pada emosi takut, sedih dan cemas. Laki-laki lebih mengekspresikan marah dan bangga untuk mempertahankan dan menentukan dominasi. Brenner & Salovey (1997) mengemukakan bahwa wanita lebih sering berusaha mencari dukungan sosial untuk menghadapi stres, sedangkan pria lebih memilih melakukan aktivitas fisik untuk mengurangi stres. Wanita lebih sering menggunakan *emotion focused regulation* yang melibatkan komponen kognitif dan emosi pada pria. Selanjutnya, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Garnefski, Teerds, Kraaij, Legerstee, & Kommer (2004)

terungkap bahwa perempuan dan laki-laki memiliki regulasi emosi yang berbeda.

Berbeda dengan pendapat di atas, penelitian yang dilakukan oleh Nolen-Hoeksema & Aldao (2011) bahwa tidak ada perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam hal regulasi emosi. Penelitian di atas didukung oleh pendapat sebelumnya yakni Tamres, Janicki, & Helgeson (2002) mengungkapkan bahwa pria dan wanita memiliki kemampuan yang sama untuk merasakan semua emosi, mulai dari cinta, duka, hingga kemarahan. Kebanyakan pria lebih reaktif secara psikis terhadap konflik dibandingkan wanita, namun kedua jenis kelamin tersebut terkadang memiliki perbedaan persepsi dan atribusi yang menghasilkan emosi dan intensitas manusia.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut terjadi perbedaan pendapat bahwa adanya perbedaan dan persamaan regulasi emosi antara laki-laki dan perempuan. Ketidakkonsistenan hasil penelitian tersebut menunjukkan terdapat keterlibatan faktor-faktor lain yang mempengaruhinya, salah satunya adalah pengaruh budaya. Terbentuknya regulasi emosi tidak terlepas dari budaya yang hidup di dalamnya, dikarenakan individu akan mempelajari pola komunikasi dari budaya yang dipelajarinya. Barret & Fossum (dalam Kurniawan & Hasanat, 2010) mengemukakan bahwa emosi merupakan hasil manifestasi dari kondisi fisiologis dan kognitif manusia, serta merupakan cermin dari kultur budaya dan sistem sosial. Hal ini juga membentuk regulasi emosi seseorang, bagaimana cara menunjukkan emosi dengan cara berkomunikasi menurut budaya masing-masing.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Matsumoto, Nakagawa, & Yoo (2008) menunjukkan bahwa budaya yang dimiliki seseorang dari lingkungan tertentu memiliki perbedaan dalam meregulasi emosi. Penelitian ini menjelaskan bahwa budaya yang ditanamkan pada negara yang menekankan pemeliharaan tatanan sosial memiliki skor lebih tinggi dalam meregulasi emosi daripada negara yang pemeliharaan ketertiban sosial minim, budaya individualisme, dan egalitarianisme. Keltner (dalam Matsumoto, Nakagawa, & Yoo, 2008) menjelaskan bahwa salah satu fungsi utama budaya yaitu untuk memelihara ketentraman sosial, pedoman, dan norma mengenai regulasi emosi karena emosi berfungsi sebagai motivator utama perilaku dan memiliki fungsi sosial yang penting. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa faktor budaya menjadi salah satu hal penting untuk mengetahui cara seseorang mengembangkan regulasi emosinya. Oleh karena itu, perbedaan budaya memiliki peran penting untuk mengetahui cara seseorang dalam meregulasi emosi.

Setiap budaya mempunyai norma masing-masing dalam memberikan peran untuk laki-laki dan perempuan di masyarakat, oleh karena itu budaya juga termasuk faktor yang mempengaruhi cara laki-laki dan perempuan untuk bertingkah laku serta meregulasi emosinya. Sejalan dengan itu, Berry, Poortinga, Segall, & Dasen (2002) mengemukakan bahwa *“We can summarize the picture of gender differences in behavior that is presented as showing males to be more self assertive, achievement oriented and dominant, and females to be more socially responsive, passive, and submissive”*.

Pendapat di atas menjelaskan bahwa terdapat perbedaan perilaku antara laki-laki dan perempuan. Laki-laki lebih menyatakan diri, berorientasi pada prestasi, dan lebih dominan, sedangkan perempuan lebih tanggap pada aspek sosial, pasif, dan mengalah.

Selanjutnya, Sari, Nirwana, & Ahmad (2015) mengemukakan bahwa budaya merupakan salah satu faktor yang akan mempengaruhi bagaimana peran pria dan wanita yang ada di masyarakat. Berdasarkan penjelasan tersebut peran antara laki-laki dan perempuan berbeda-beda tergantung pada latar belakang budaya dan bentukan dari masyarakat. Tentunya hal ini berpengaruh pada regulasi emosi individu. Bagaimana tujuan dalam mengekspresikan emosi yang ingin dicapai oleh individu baik itu laki-laki maupun perempuan di dalam suatu budaya akan membedakan regulasi emosi yang dimilikinya. Perbedaan regulasi emosi antara satu budaya dengan budaya lain dipengaruhi oleh nilai-nilai yang dianut dari masing-masing budaya.

Indonesia dikenal dengan budaya yang beragam dan dikenal dengan lebih dari seribu suku bangsa di dalamnya. Hal ini membuat banyak orang menunjukkan identitas budaya pada suku bangsa yang dianut, lahir dan berkembang dalam kepribadian. Beberapa suku yang dikenal di Indonesia adalah suku Bugis dan suku Melayu. Hal ini dapat dikenal karena kekhasan dengan cara berkomunikasi.

Suku Melayu dikenal dengan cara berbicara yang lebih sering menggunakan kiasan, sedangkan suku Bugis dikenal dengan cara bicara yang

keras dan tegas. Perbedaan ini menjadi salah satu hal unik yang terdapat di antar budaya karena dalam berkomunikasi akan mengekspresikan emosi-emosi yang ada. Selain itu, suku Bugis dan suku Melayu juga dikenal karena kekhasan dari falsafah-falsafah hidup dalam menyelesaikan masalah baik masalah pribadi maupun masalah kelompok.

Nasruddin (2012) menjelaskan bahwa masyarakat Bugis memiliki falsafah hidup yang diinternalisasi sedemikian rupa, sehingga menjadi semacam ajaran untuk meraih kehidupan yang lebih baik. Falsafah hidup ini tertuang dalam “Falsafah Tiga Ujung (*Tallu Cappa*)”, yaitu (1) ujung lidah (*cappa lila*) dalam menyelesaikan masalah harus dengan jalan diplomasi atau pembicaraan terlebih dahulu; (2) ujung kemaluan (*cappa laso*) bila cara pertama gagal, maka bisa dilakukan dengan mengadakan perkawinan antara kedua belah pihak yang bertikai, selain itu *cappa laso* bisa dimaknai bahwa untuk meraih kehormatan hidup yakni mencari pasangan hidup dari keluarga terhormat dan kaya; dan (3) ujung badik (*cappa badik*) cara terakhir adalah dengan peperangan untuk mempertahankan harga diri dan menunjukkan keberanian. *Cappa badik* juga bisa dimaknai dengan ajaran untuk meraih kehormatan hidup dengan menggunakan cara kekerasan (secara paksa). Filosofi *cappa badik* inilah yang dalam perkembangan zaman (kini) menjadi alasan pembenar terjadinya kekerasan baik di masyarakat Bugis secara umum maupun mahasiswa khususnya.

Selain itu, menurut Muhammad (2011) suku Bugis memiliki karakter terbuka dan tidak tinggal diam, suka berdiaspora, suka berpetualang, jujur,

tegas, saling menghargai, kompetitif, sportif, harga diri tinggi, dan pelaut ulung. Jika dilihat dari aspek emosi, suku Bugis dikenal dengan emosional, suka mengamuk, membunuh, dan rela mati untuk sesuatu perkara. Suku Bugis juga dikenal pantang menyerah, setia, solider dan kuat pendirian. Bagi suku Bugis, emosi yang dikeluarkan pasti mempunyai alasan dan menurut mereka itu hal yang seharusnya dikeluarkan untuk mempertahankan *siri'* (harga diri). Pada umumnya suku Bugis memiliki prinsip hidup yaitu tidak pasrah dengan keadaan, solidaritas dan kesetiaan, menjunjung tinggi *siri'* atau harga diri, dan memperhatikan tata krama atau sopan santun.

Berbeda dari suku Bugis, suku Melayu juga mempunyai karakteristik yang unik. Hamidy (1986) menjelaskan ada dua hal yang dikenal dari suku Melayu, yaitu (1) suku melayu merupakan satu etnis yang sederhana dalam penampilan dan gaya hidup. Kesederhanaan ini terkadang menimbulkan stereotip bahwa suku melayu adalah pemalas. Padahal sebenarnya adalah sikap tidak ambisius dan kesederhanaan tindakan dan keinginan yang begitu dibatasi; dan (2) suku Melayu merupakan etnis yang menggambarkan dirinya bagaikan alam. Hal ini membuat orientasi hidup lebih horizontal bukan vertikal. Oleh sebab itu, budaya Melayu tidak dikenal istilah kedudukan lebih tinggi atau lebih rendah dalam stratifikasi sosial. Suku Melayu lebih mengutamakan keharmonisan, ketentraman, dan kebahagiaan dirinya dengan lingkungan dibandingkan dengan pemimpinnya.

Jika dilihat dari aspek emosi, Hamidy (1986) menjelaskan bahwa suku Melayu terhitung sebagai etnis yang memiliki kadar emosi tinggi, namun

masih dapat dipandang lebih rendah bila dibandingkan dengan etnis lainnya di Nusantara. Emosi suku Melayu tidak begitu cepat berubah menjadi emosi agresif. Suku Melayu akan lebih memilih menghindar daripada melawan jika ada sesuatu yang tidak sesuai. Pemakaian kata kiasan oleh suku Melayu dimaksudkan untuk menghindari kata yang berterus terang dalam pergaulan sosial, karena suku Melayu percaya bahwa penyampaian yang berterus terang akan merendahkan martabat manusia itu sendiri. Hal ini dikenal dengan istilah tersembunyi sebagai ciri sifat rendah hati suku Melayu.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, terlihat perbedaan dari falsafah hidup kedua suku tersebut yang menggambarkan adanya perbedaan dari aspek komunikasi, emosi dan sifat-sifat yang menggambarkan karakter dari suku tersebut. Dengan adanya perbedaan-perbedaan tersebut dapat menjadi pemicu terjadinya kesalahpahaman dan menimbulkan konflik antar kedua suku.

Salah satu contoh kasus yang pernah terjadi di kota Pekanbaru yang penduduknya dominan bersuku Melayu adalah konflik antara dua kubu himpunan mahasiswa terjadi pada bulan November tahun 2015, kasus tersebut diawali dengan penyerangan yang dilakukan himpunan mahasiswa berasal dari Makassar yang dominan bersuku Bugis kepada salah satu himpunan mahasiswa di Pekanbaru yang dominan bersuku Melayu. Adapun pemicu penyerangan tersebut dikarenakan memuncaknya emosi himpunan mahasiswa Bugis yang disebabkan pihak panitia kongres salah satu organisasi mahasiswa yang dipegang oleh himpunan mahasiswa di Pekanbaru tidak

mengakomodir fasilitas seperti penginapan dan konsumsi untuk himpunan mahasiswa Bugis. Penyerangan himpunan mahasiswa Bugis terhadap salah satu himpunan mahasiswa di Pekanbaru mengakibatkan rusaknya beberapa fasilitas umum di Pekanbaru, seperti halte bus, Gelanggang Olahraga Remaja (GOR), tempat pembuangan sampah di sekitar GOR, gedung kongres, bahkan terdapat beberapa korban luka-luka dari kasus penyerangan ini (Tanjung, 2015). Konflik yang terjadi antar kedua kubu mahasiswa tersebut dimana anggotanya dominan bersuku Melayu dan Bugis terlihat bahwa mahasiswa tersebut memberikan reaksi emosional berlebihan terhadap suatu masalah. Beberapa perbedaan nilai-nilai dan falsafah hidup serta karakteristik dari suku Bugis dan suku Melayu mempengaruhi cara kedua suku tersebut merespon emosi dalam menghadapi suatu permasalahan.

Menyikapi berbagai fenomena tersebut dan merujuk pada faktor yang mempengaruhi reaksi emosi mahasiswa dalam menghadapi suatu permasalahan yang berkaitan dengan perbedaan budaya, diperlukan berbagai bentuk pelayanan kepada mahasiswa dalam mengembangkan regulasi emosinya. Pelayanan BK adalah salah satu bentuk pelayanan yang dapat diberikan dan mengacu pada keempat dimensi kemanusiaan dalam rangka mewujudkan manusia seutuhnya. Konselor selaku pelaksana layanan BK memiliki peran dalam memberikan berbagai jenis layanan dan kegiatan pendukung BK tentang tugas perkembangan mahasiswa sehingga mampu meregulasi emosinya. Prayitno (2012) menyatakan “Konseling untuk semua” yang mengarah kepada semua sasaran layanan dengan berbagai variabelnya,

seperti: umur, jenis kelamin, keluarga, perkawinan, pendidikan, pekerjaan, kondisi sosial, ekonomi, dan kondisi sosial ekonomi dengan berbagai permasalahan hidup. Hal ini juga didukung oleh Afdal (2015) yang menyatakan bahwa dalam praktiknya, layanan bimbingan dan konseling itu mengacu kepada pola pelayanan bimbingan dan konseling yang dikenal dengan bimbingan dan konseling komprehensif. Pola tersebut mengandung arti bahwa layanan bimbingan dan konseling diselenggarakan secara terpadu dan berkesinambungan pada semua aspek dan jenjang pendidikan.

Proses konseling sangat rawan terjadinya bias-bias budaya pada pihak konselor, sehingga mengakibatkan konseling tidak berjalan efektif. Pemahaman perbedaan cara-tampilan emosi (*cultural display rules*) terhadap setiap individu yang menjadi klien sangat penting bagi konselor. Kepekaan terhadap tampilan emosi sangat membantu konselor dalam menerjemahkan maksud-maksud yang tidak sempat tersirat oleh klien. Konseling pada mahasiswa ditujukan guna mencapai tugas perkembangannya.

Berdasarkan uraian tersebut, maka diperlukan pengkajian secara mendalam mengenai regulasi emosi ditinjau dari jenis kelamin dan latar belakang budaya serta implikasinya pada pelayanan BK.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah sebelumnya, regulasi emosi dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Gross & John (dalam Matsumoto, Nakagawa, & Yoo, 2008) "*Gender and ethnic-group differences on emotion regulation, and a small but growing literature on its interpersonal effects*

(below), suggest that there are cultural differences on it as well”.

Berdasarkan definisi di atas dapat dimaknai bahwa jenis kelamin dan kelompok etnis mempunyai perbedaan dalam meregulasi emosi, hal tersebut dapat membawa pengaruh dalam hubungan antarpribadi yang menunjukkan bahwa terdapatnya perbedaan budaya.

Sebelumnya penelitian yang dilakukan oleh Garnefski, Teerds, Legerstee, & Kommer (2004) terungkap bahwa perempuan dan laki-laki memiliki regulasi emosi yang berbeda. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Nolen-Hoeksema & Aldao (2011) terungkap bahwa tidak ada perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam hal regulasi emosi. Penelitian di atas didukung oleh pendapat Tamres, Janicki, & Helgeson (2002) bahwa pria dan wanita memiliki kemampuan yang sama untuk merasakan semua emosi, mulai dari cinta, duka, hingga kemarahan.

Berdasarkan beberapa hasil penelitian di atas, terjadi perbedaan pendapat bahwa di satu sisi terdapat perbedaan dan di sisi lain tidak terdapat perbedaan regulasi emosi antara pria dan wanita. Ketidakkonsistenan hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya keterlibatan faktor-faktor lain yang mempengaruhinya, salah satunya adalah pengaruh budaya.

Regulasi emosi merupakan suatu bentuk tingkah laku. Lewin (dalam Alford, 2000) yang menjelaskan bahwa “ $B = f(P, E)$; that is, an individual's behavior (B) is the result of interaction (f) between the personal (P) and the environment (E)”. Maksud dari pernyataan di atas bahwa tingkah laku merupakan hasil interaksi antara individu dengan lingkungannya; individu

atau pribadi merupakan hereditas yang dibawa oleh individu seperti sifat bawaan atau karakteristik yang dimiliki seseorang diturunkan oleh orangtua melalui gen. Adapun faktor lingkungan, yaitu faktor geografis, alam, dan sosial budaya.

Selain faktor jenis kelamin dan budaya terdapat beberapa faktor lainnya yang mempengaruhi regulasi emosi seseorang, di antaranya: Usia (Maidier dalam Coon, 2004), religiusitas (Krause dalam Coon, 2004), kepribadian (Cohen & Armeli dalam Coon, 2004), pola asuh (Parke dalam Brenner & Salovey, 1997), *goals* (Gross, 1999), *strategies* (Gross, 1999).

Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat diartikan bahwa regulasi emosi merupakan salah satu bentuk dari tingkah laku yang dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri (pribadi) dan faktor dari luar (lingkungan), lingkungan yang dimaksudkan yaitu unsur budaya.

Berdasarkan faktor di atas, dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Masih banyak mahasiswa yang seringkali memberikan reaksi emosional yang berlebihan dalam menghadapi suatu masalah.
2. Masih banyak mahasiswa yang mengalami ketegangan emosi yang diakibatkan perubahan fisik dan psikologis di masa perkembangan yang sedang dialami.
3. Seringnya mahasiswa bertindak tidak rasional ketika mempercepat penyelesaian suatu permasalahan.
4. Masih banyak mahasiswa yang tidak mampu mencapai tugas-tugas perkembangannya dengan baik khususnya dalam kemandirian emosi.

5. Masih terdapat mahasiswa yang memiliki kepribadian *neuroticism* dengan ciri-ciri sensitif, *moody*, suka gelisah, sering merasa cemas, panik, harga diri rendah, kurang dapat mengontrol diri dan tidak memiliki kemampuan *coping* yang efektif terhadap stres.
6. Masih terdapat perbedaan hasil penelitian yang berkenaan dengan regulasi emosi berdasarkan perbedaan budaya.
7. Masih terdapat beberapa hasil penelitian yang mengungkapkan ketidakkonsistenan tentang perbedaan regulasi emosi antara laki-laki dan perempuan.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan sebelumnya, pembatasan masalah dalam penelitian ini yaitu: perbedaan regulasi emosi mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin dan latar belakang budaya Bugis dan Melayu.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dikemukakan, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran regulasi emosi mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan serta berlatar belakang budaya Bugis dan Melayu?
2. Apakah terdapat perbedaan regulasi emosi mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin, yaitu laki-laki dan perempuan?
3. Apakah terdapat perbedaan regulasi emosi mahasiswa ditinjau dari latar belakang budaya, yaitu budaya Bugis dan budaya Melayu?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini secara umum adalah untuk menguji perbedaan regulasi emosi ditinjau dari jenis kelamin dan latar belakang budaya. Secara khusus tujuan penelitian ini untuk:

1. Mendeskripsikan gambaran regulasi emosi mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki dan perempuan serta berlatar belakang budaya Bugis dan Melayu.
2. Menguji perbedaan regulasi emosi antara mahasiswa laki-laki dan perempuan.
3. Menguji perbedaan regulasi emosi mahasiswa yang berlatar belakang budaya Bugis dan Melayu.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini dikemukakan secara teoretis dan praktis, yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Teoretis
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemikiran dalam mengembangkan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi, khususnya psikologi kepribadian dan tingkah laku antara laki-laki dan perempuan tentang regulasi emosi dan kajian tentang konseling lintas budaya dalam pelayanan bimbingan konseling di perguruan tinggi.
 - b. Hasil penelitian ini selanjutnya dapat menjadi dasar untuk penelitian lanjutan berkenaan dengan regulasi emosi berdasarkan jenis kelamin serta peran budaya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswa dapat mengetahui bagaimana tugas perkembangannya dan gambaran regulasi emosi pada dirinya serta dapat mengetahui bagaimana gambaran regulasi emosi orang lain berdasarkan perbedaan jenis kelamin dan perbedaan latar belakang budaya yang dimiliki.
- b. Bagi UPBK di perguruan tinggi dapat menggunakan hasil penelitian sebagai dasar penyusunan program bimbingan dan konseling untuk meningkatkan regulasi emosi mahasiswa.
- c. Bagi konselor di perguruan tinggi, sebagai bahan masukan dalam pelaksanaan pelayanan bimbingan dan konseling secara efektif dan efisien terutama dalam memahami dan mengatasi permasalahan mahasiswa yang berbeda jenis kelamin dan latar belakang budayanya, beserta penanggulangan dari setiap masalah yang timbul dari upaya ketercapaian tugas perkembangannya.
- d. Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, dalam rangka mempersiapkan Konselor yang memiliki kompetensi dalam bertugas diberbagai tempat termasuk di perguruan tinggi yang berhubungan dengan konseling lintas budaya.
- e. Peneliti lainnya, agar dapat dijadikan sebagai bahan kajian dasar untuk mengembangkan penelitian selanjutnya.