

**Hubungan Regulasi Emosi dan Perilaku Asertif Pada Mahasiswa Fakultas
Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia**

SKRIPSI



Disusun Oleh

Reza Maulida Linayati

1601497

**DEPARTEMEN PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2020

**HUBUNGAN REGULASI EMOSI DAN PERILAKU ASERTIF PADA
MAHASISWA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN, UNIVERSITAS
PENDIDIKAN INDONESIA**

Oleh:

Reza Maulida Linayati

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Departemen Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan

© Reza Maulida Linayati

Universitas Pendidikan Indonesia

Oktober 2020

© Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difotocopy, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

Reza Maulida Linayati, 2021

HUBUNGAN REGULASI EMOSI DAN PERILAKU ASERTIF PADA MAHASISWA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN, UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

LEMBAR PENGESAHAN

Reza Maulida Linayati

NIM 1601497

**HUBUNGAN REGULASI EMOSI DAN PERILAKU ASERTIF PADA
MAHASISWA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN, UNIVERSITAS
PENDIDIKAN INDONESIA**

Disetujui dan Disahkan Oleh:

Pembimbing I



Sitti Chotidjah, M.A., Psikolog
NIP. 19771205 200604 2 001

Pembimbing II



Gemala Nurendah, S.Pd., M.A
NIP. 19830202 201012 2 002

Mengetahui

Ketua Departemen Psikologi



Dr. Sri Maslihah, M.Psi., Psikolog
NIP. 19700726 200312 2 001

SKRIPSI INI TELAH DIUJIKAN PADA:

Hari, Tanggal : Rabu, 21 Oktober

2020 Waktu : 07.00 – 09.30

Para Penguji terdiri atas:

Penguji I



Dr. Herlina, M.Pd., Psikolog
NIP. 19660516 200012 2 002

Penguji II



Sitti Chotidjah, M.A., Psikolog
NIP. 19771205 200604 2 001

Penguji III



Helli Ihsan, M.Si.
NIP. 19750912 200604 1 002

Tanggung jawab yuridis ada pada

Peneliti,



Reza Maulida Linayati
NIM: 160149

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “*Hubungan Regulasi Emosi dan Perilaku Asertif pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia*” ini beserta isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, Oktober 2020

Peneliti

Reza Maulida Linayati

NIM. 1601497

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur dipanjatkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat serta hidayah-Nya yang telah dicurahkan untuk peneliti menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “*Hubungan Regulasi Emosi dan Perilaku Asertif Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia*”.

Skripsi ini disusun sebagai prasyarat akhir meraih gelar sarjana psikologi di Universitas Pendidikan Indonesia. Peneliti berharap dengan selesainya penyusunan skripsi ini, pembaca akan mendapatkan manfaat dan gambaran mengenai Hubungan regulasi emosi dan *Keaperilaku asertifan* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia.

Peneliti mengharapkan saran dan kritik pembaca yang bersifat membangun demi membantu penulisan skripsi di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan sebagai acuan pembuatan karya tulis selanjutnya.

Bandung, Oktober 2020

Peneliti,

UCAPAN TERIMA KASIH

Segala puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT karena telah memberikan karunia serta kebaikan selama proses pengerjaan skripsi. Selama proses penulisan skripsi, peneliti juga mendapatkan banyak dukungan, inspirasi, serta bimbingan dari berbagai pihak. Maka dari itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Papa dan Mama tercinta selaku orang tua peneliti, terimakasih selalu memberikan dukungan dan kasih sayang tanpa henti hingga mampu menguatkan, menenangkan dan memberikan semangat pada peneliti selama proses penyusunan.
2. Kakak, Abang dan keluarga yang selalu memberikan semangat serta dukungan kepada peneliti selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi. Terimakasih sudah selalu ada dan menghibur.
3. Ibu Dr. Sri Maslihah, M.Psi, Psikolog selaku ketua departemen dan dosen mata kuliah klinis yang telah memberikan peneliti ilmu pengetahuan.
4. Bu Sitti Chotidjah, M.A., Psikolog selaku pembimbing I peneliti, terima kasih sudah menjadi pengajar yang tulus dan menginspirasi peneliti untuk mengerjakan skripsi
5. Bu Gemala Nurendah, S.Pd.,M.A selaku pembimbing II peneliti, terima kasih banyak sudah membimbing peneliti sejauh ini. Tanpa ibu, peneliti tidak akan bisa menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh dosen dan staf Departemen Psikologi UPI yang ikut serta membantu administrasi dan memberikan pengalaman bagi peneliti.
7. Kang Farhan Zakarriya M.Psi.,Psikolog selaku dosen Psikologi UPI yang membantu peneliti diskusi dan *expert judgement* mengenai alat ukur.

Terimakasih sudah selalu cepat tanggap ketika peneliti membutuhkan bantuan.

8. Kang Alwin Muhammad Reza.,M.Psi.,Psikolog. Terimakasih sempat menjadi teman diskusi peneliti selama penyusunan skripsi dan selalu mengingatkan banyak hal untuk membantu peneliti berkembang dan berproses menjadi lebih baik.
9. Bayu Bimantara, sebagai orang terdekat penulis yang selalu mengingatkan untuk mengerjakan revisi, memberi semangat, dan selalu menanyakan progres pengerjaan skripsi. Terimakasih ya karena selalu memberikan perhatian penuh, selalu memberikan energi positif dan menenangkan. Semoga kita bisa semakin berkembang dan akhirnya mampu memberikan versi terbaik dari kita.
10. Disya Zafirah Citta, Syilla Eltania Daffa, Siti Nurfitriya Handayani, dan Zsalzsa Puspa Alivia selaku sahabat dan teman seperjuangan penyusunan peneliti. Terimakasih sudah selalu ada ketika peneliti membutuhkan saran dan tempat untuk berkeluh kesah. Semoga selalu bahagia dan dilancarkan selalu ya.
11. Aulia Ramadhanty, Rosanti Hidayati, Muthia Khairunnisa dan Rizki Azhar Fauzi selaku sahabat peneliti sedari SMA yang selalu memberikan semangat, mengingatkan untuk selalu berjuang dan tidak menyerah sampai menemani peneliti dalam penyusunan skripsi. Terimakasih sudah selalu ada dan membantu proses pengerjaan. semoga selalu dihadiahi kebahagiaan ya. Sukses dan bahagia selalu!
12. Putra Nurfajri dan Adi Prasetyo selaku teman seperjuangan peneliti. Terimakasih sudah selalu menjadi teman mengerjakan skripsi dan menjadi teman berdiskusi tidak hanya seputar skripsi tapi juga diskusi hal penting lainnya. Semoga selalu dilancarkan ya urusannya!

**HUBUNGAN REGULASI EMOSI DAN PERILAKU ASERTIF PADA
MAHASISWA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN, UNIVERSITAS
PENDIDIKAN INDONESIA**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dan Perilaku asertif pada mahasiswa di Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan. Penelitian ini dilakukan pada 360 mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan. Hipotesis dalam penelitian ini terdapat hubungan antara regulasi emosi dan perilaku asertif pada Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia. Pengumpulan data menggunakan *skala likert* yang meliputi skala *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) dengan koefisien reliabilitas 0.903 dan skala *Rathus Asertiveness Schedule* (RAS) dengan koefisien reliabilitas 0.908. Pemilihan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan teknik analisis data korelasi *rank spearman*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *cognitive reappraisal* dengan perilaku asertif memiliki korelasi positif dengan $0.198 \text{ sig. } (0.000) < \alpha(0.05)$. *Expressive suppression* dengan perilaku asertif berkorelasi negatif dengan $-0.414 \text{ sig. } (0.000) < \alpha(0.05)$. Simpulan pada penelitian ini adalah terdapat hubungan regulasi emosi *cognitive reappraisal* dengan perilaku asertif pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia dan terjadi hubungan antara *expressive suppression* dengan perilaku asertif pada mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran keadaan regulasi emosi dan perilaku asertif mahasiswa serta dapat menuntun mahasiswa untuk lebih mengembangkan kemampuan regulasi emosi dan perilaku asertif guna menjadi pribadi yang berkembang lebih baik.

Kata Kunci : Regulasi Emosi, Perilaku asertif, Fakultas Ilmu Pendidikan

**THE CORRELATION OF EMOTION REGULATION AND ASSERTIVE
BEHAVIOR IN STUDENTS IN FACULTY OF EDUCATION,
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

ABSTRACT

The aim of this study is to find out the correlation between emotion regulation and assertive behavior students in the Faculty of Education, Universitas Pendidikan Indonesia. The study was conducted to 360 students in the Faculty of Education,. The hypothesis in this study is that there is a correlation between emotion regulation and assertive behavior students in the Faculty of Education, Universitas Pendidikan Indonesia. The data collection is by using *Likert Scale* which includes *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) scale with reliability coefficient of 0.903 and *Rathus Assertiveness Schedule* (RAS) scale with reliability coefficient of 0.908. The sample is selected by using *purposive sampling* technique with a data technique analysis of *spearman rank correlation*. The results of the study shows that *cognitive reappraisal* and *assertive behavior* have positive correlation with scores students do have correlation with scores of 0.198 sig. (0.000) < α (0.05) and *expressive suppression* have negative correlation with score -0.414 sig (0.000) < α (0.05) This study concludes that the correlation of emotion regulation *cognitive reappraisal* and assertive behavior in the Faculty of Education students, Universitas Pendidikan Indonesia and that the correlation of emotion regulation *cognitive reappraisal* and assertive behavior in the Faculty of Education students, Universitas Pendidikan Indonesia The result of the study is hoped to be able to give illustration of the condition on student's emotion regulation and assertive behavior, and also to help the students to be able to develop their emotion regulation and assertive behavior to become a better person.

Keywords: *Emotion regulation, Assertive behavior, Faculty of Education*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
KATA PENGANTAR	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR DIAGRAM.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB 1.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1. 1. Latar Belakang.....	1
1. 2. Pertanyaan Penelitian	3
1. 3. Tujuan Penelitian.....	3
1. 4. Manfaat Penelitian.....	3
1. 5. Struktur Organisasi Penelitian.....	4
BAB II.....	6
KAJIAN TEORI.....	6
2.1. REGULASI EMOSI.....	6
2.1.1 Pengertian Regulasi Emosi.....	6
2.1.2 Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Regulasi Emosi.....	7
2.1.3 Dimensi Regulasi Emosi	8
2.2 PERILAKU ASERTIF.....	11
2.2.1. Pengertian Perilaku asertif.....	11
2.2.2 Ciri- Ciri Perilaku asertif	11
2.2.3 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Perilaku asertif	12
2.2.4 Dimensi Perilaku asertif	14
2.2.5 Manfaat Perilaku asertif.....	14
BAB III.....	17
METODE PENELITIAN.....	17

Reza Maulida Linayati, 2021

HUBUNGAN REGULASI EMOSI DAN PERILAKU ASERTIF PADA MAHASISWA FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN, UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3.1.	Desain Penelitian	17
3.2.	Lokasi dan Subjek Penelitian	17
3.2.1.	Lokasi Penelitian	17
3.2.2.	Subjek	17
3.2.3.	Populasi & Sampel	18
3.3.	Variabel penelitian dan Definisi Operational	19
3.3.1.	Variabel	19
3.3.2.	Definisi Operational	20
3.4.	Instrumen Penelitian	20
3.4.1.	Instrumen Emotion Regulation Questionnaire (ERQ).....	20
3.4.2.	Instrumen Rathus Assertiveness Schedule (RAS)	21
3.5.	Prosedur Penelitian	22
3.6.	Analisis Data.....	23
BAB IV		25
HASIL DAN PEMBAHASAN.....		25
4.1.	Gambaran Partisipan Berdasarkan Data Demografis	25
4.2.	Hasil dan Pembahasan Regulasi Emosi	26
4.2.1	Gambaran Umum Regulasi Emosi	26
4.2.2	Pembahasan Gambaran Umum Regulasi Emosi	27
4.3.	Regulasi Emosi Berdasarkan Dimesi.....	27
4.3.1.	Pembahasan Regulasi Emosi Berdasarkan Dimensi.....	28
4.4	Hasil dan Pembahasan Perilaku asertif	29
4.4.1.	Gambaran umum Perilaku Asertif	29
4.4.2	Pembahasan Gambaran Umum Perilaku Asertif	30
4.5	Hasil dan Pembahasan Perilaku Asertif Berdasarkan Dimensi	31
4.5.1	Pembahasan Perilaku asertif Berdasarkan Dimensi.....	31
4.6	Hasil dan Pembahasan Regulasi Emosi dan Perilaku asertif Pada Mahasiswa FIP	33
4.6.1	Hasil Hubungan Regulasi Emosi (<i>cognitive reappraisal</i>) dan Perilaku Asertif Pada Mahasiswa FIP.....	33
4.6.1.1	Pembahasan Hubungan Strategi Regulasi Emosi <i>cognitive reappraisal</i> dan Perilaku asertif Pada Mahasiswa FIP.....	33

4.6.2 Hasil Hubungan Strategi Regulasi Emosi <i>Expressive Suppression</i> dan Perilaku asertif Pada Mahasiswa FIP	35
BAB V.....	37
KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI	37
5.1 Kesimpulan	37
5.2 Implikasi.....	37
5.3 Rekomendasi.....	38
DAFTAR PUSTAKA	39

DAFTAR DIAGRAM

Gambar 2.1 .Kerangka Berpikir Hubungan Regulasi Emosi dan Perilaku Asertif.....	15
Gambar 3.1 Model hubungan variabel independen dan independen	17
Gambar 4.1 Diagram Persentase Strategi Regulasi Emosi	28
Gambar 4.2 Diagram Batang Hasil Data Analisis Dimensi Perilaku Asertif.....	31

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Jumlah sampel.....	19
Tabel 3.2. Teknik Penyekoran ERQ	21
Tabel 3.3. Teknik Penyekoran RAS.....	22
Tabel 4.1 Data Demografi Responden	25
Tabel 4.2 Gambaran Umum Regulasi Emosi.....	28
Tabel 4.3 Gambaran Umum Perilaku Asertif	29
Tabel 4.4 Korelasi <i>Cognitive Reappraisal</i> dengan Perilaku Asertif... ..	33
Tabel 4.5 Korelasi <i>Expressive Supression</i> dengan Perilaku Asertif... ..	35

DAFTAR LAMPIRAN

1. SK Pengangkatan Pembimbing
2. Form Kartu Bimbingan
3. Form Verifikasi
4. Surat Pernyataan Expert Judgement
5. Bukti Izin Alat Ukur
6. Kisi-Kisi Instrumen
7. Alat Ukur
8. Reliabilitas
9. Validitas
10. Identitas Demografi
11. Skor dan Kategori tiap Variabel
12. Form Tanggapan Penguji
13. Hasil Analisis Spearman

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, L. & Lenz, E. (1995). *Jadilah Diri Anda Sendiri*. Alih bahasa : Soedjarwo. Cetakan I. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- Al'ain, M.O. (2013). Pelatihan Asertif Untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal anggota Hima (Himpunan Mahasiswa) Prodi Psikologi Fip Unesa. *Character*. 2(1).
- Aldao, (2013). A. The Future Of Emotion Regulation Research Capturing Context. *Perspect Psychol Sci*. 8. 155-72
- Alfian, M. (2014). Regulasi Emosi Pada Mahasiswa Suku Jawa, Suku Banjar, Dan Suku Bima. *Jurnal Ilmian Psikologi Terapan*. 2(2).
- Andu, L. (1993). Hubungan Antara Perilaku asertif dengan Somatisasi Pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Gadjah Mada. [Skripsi]. Yogyakarta (ID): Universitas Gadjah Mada
- Ariska, N & Aliffah, R.W. (2017). Gambaran Regulasi Diri Mahasiswa Bidikmisi Univeritas Trunojoyo Madura Yang Mengalami Penurunan Prestasi Akademik. *Jurnal Personifikasi*. 2(8).
- Bandura, A., & Abrams, K. (1986). *Self-regulatory mechanisms in motivating, apathetic, and despondent reactions to unfulfilled standards*. Unpublished manuscript, Stanford University, Stanfor
- Benita, M., Levkovitz, T., & Roth, G. (2016). Integrative emotion regulation predicts adolescents' prosocial behavior through the mediation of empathy. *Learning and Instruction*. 30. 1-7.
- Cole, P., Sarah, E. & Tracy A. D. (2004). Emotion Regulation as a Scientific Construct: Methodological Challenges and Directions for Child Development Research. *Child Development*. 75. (2). 317-333
- Fajriana, Y.R. & Listiara, A. (2018). Hubungan Asertivitas Dengan Konformitas Pada Mahasiswa Anggota Ormada Yang Berlatar Belakang Budaya Jawa Di Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*. 7 (2). 384-390.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research In education (8th ed.)*. New York Mc Graw Hill.
- Furqan, M. (2015). Pengaruh Efikasi Diri, Sikap, Persepsi Risiko Dan Asertif Terhadap Perilaku Menghindari Asap Rokok Orang Lain Pada Remaja Santri. [Skripsi]. Jakarta (ID): Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta
- Gamayanti W. & Syafei Isop. (2018). Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Psymphic*. 5 (1). 115-130

- Gross, J.J. (2002). Emotion Regulation Affective, Cognitive, And Social Consequences. *Psychophysiology*. 39. 281-291.
- Gross, J.J. (2007). *Handbook of Emotion Regulation*. New York: The Guilford Press.
- Gross, J.J., & O.P. John. (2003). Individual Differences In Two Emotion Regulation Processes : Implication for Affect, Relationship, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 85(2): 348-362.
- Hasanah, Hasyim. (2015). Pengaruh Komunikasi Interpersonal Dalam Menurunkan Problem Tekanan Emosi Berbasis Gender. *SAWWA*. 11(1).
- Hurlock, E. (1996). *Psikologi Perkembangan Suatu Kehidupan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Erlangga. Jakarta
- Jones, S. J., & Robinson, D. H. (2012). *Thorndike, Edward L. (1874–1949)*. *Encyclopedia of the Sciences of Learning*. 3320–3322.
- Kharsati N, Bhola P.(2014). Patterns of non-suicidal self-injurious behaviours among college students in India. *Int J Soc Psychiatry*. 61. 39-49
- Kostiuk, L. M., & Fouts, G. T. (2002). Understanding of Emotions and Emotion Regulation in Adolescent Females with Conduct Problems: A Qualitative Analysis. *The Qualitative Report*, 7(1), 1-15
- Kristanti, E.P., & Nadiya Andromeda. (2018). Mengapa Saya Tidak Asertif? Tinjauan Perilaku asertif Dari Tingkat Self Esteem Mahasiswa. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Wisnuwardhana Malang*. 22(1).
- Kurniasih, W., & Wiwien.D.P. (2013). Regulasi Emosi Remaja Yang Diasuh Secara Otoriter Oleh OrangTuanya. *Prosiding Seminar Nasional Parenting*
- Lavanya TP, & Manjula M (2017). Emotion Regulation and Psychological Problems Among Indian College Youth. *Indian Journal of Social Psychiatry*. 33:312-8.
- Nihayah, Z (2014) *Hubungan asertif dengan kebahagiaan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2013 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. [Thesis]. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim. (ID)
- Paramitha, P. (2014). Hubungan Antara *Self-Monitoring* dengan Strategi Regulasi Emosi Pada Mahasiswa yang Sedang Berorganisasi. Universitas [Skripsi]. Depok (ID): Universitas Indonesia
- Putri, RD I.A. (2015). Regulasi Emosi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran Yang Bermain Angklung

- Rakos, R. F. (1991). *International series on communication skills. Assertive behavior: Theory, research, and training*. Taylor & Frances/Routledge.
- Rathus, S.A., & Nevid, J.S. (1983). *Adjustment & Growth: The Challenges of Life*, (2nd ed). New York : CBS College Publishing.
- Ratnasari, S. & Julia S. (2017). Perbedaan Regulasi Emosi Perempuan dan Laki-Laki di Perguruan Tinggi. *Jurnal Psikologi Sosial*. 15. (1)
- Riani, S. & Rozali, Y.A. (2014). Hubungan Antara Self Efficacy Dan Kecemasan Saat Presentasi Pada Mahasiswa Universitas Unggul. *Jurnal Psikologi*. 12. (1). 1-9.
- Riduwan & Kuncoro. (2011). Cara Menggunakan dan Memakai Path Analysis (Analisis Jalur). Bandung: Alfabeta
- Rohyati, E. & Purwandi, Y. H. (2015). *Perilaku asertif Pada Remaja*. Jurnal Psikologi Fakultas Psikologi Univeritas Proklamasi 45 Yogyakarta
- Salovey, P. & Sluyter, D.J. (1997). *Emotional Development and Emotional Intelligence*. New York: Basic Books
- Santrock, J. W. (2008). *Perkembangan Masa Hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Saputra, S. (2017). Hubungan Regulasi Emosi dengan Hasil Belajar Siswa. *Konselor*. 6 (3). 96-100.
- Sari, Siti Z. (2014). *Hubungan Dukungan Sosial Orang tua, Teman, dan Dosen Pembimbing Skripsi dengan Prokrastinasi Akademik dalam Mengerjakan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2009-2010 Universitas Islam Negeri Malang*. [Skripsi]. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Malang.
- Sarwono, J. & Suhayati E. (2010). *Riset Akuntansi Menggunakan SPSS. Edisi Pertama*. Bandung: Graha Ilmu
- Sirois, F. M., & Pychyl, T. (2013). Procrastination and the priority of short-term mood regulation: Consequences for future self. *Social and Personality Psychology Compass*, 7, (2).
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* Bandung. ALFABETA
- Urry, H. L. (2010). Seeing, thinking, and feeling: Emotion-regulating effects of gaze-directed *Cognitive reappraisal*. *Emotion*, 10, 125–135
- Utami, T.A (2004) *Perbedaan Perilaku asertif antara pecandu napza dan bukan pecandu napza*. [thesis] Sanata Dharma University.
- Widyaningrum, F. O. (2013). Kecerdasan Emosi dan Perilaku asertif Pada Remaja Akhir. [Skripsi]. Universitas Sanata Dharma. ID

Yolanda, W. G & .Bagus W. (2017). Perbedaan Regulasi Emosi dan Jenis Kelamin pada Mahasiswa yang Bersuku Batak dan Jawa. *Psikodimensia*. 16. 72-80