

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR	iii
PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR BAGAN	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
DAFTAR SINGKATAN	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Pertanyaan Penelitian	3
1.4 Tujuan Penelitian	3
1.4.1 Tujuan Umum	3
1.4.2 Tujuan Khusus	3
1.5 Manfaat Penelitian	3
1.5.1 Manfaat Akademis	3
1.5.2 Manfaat Praktis	3
BAB II LANDASAN TEORI	5
2.1 Regulasi Emosi	5
2.1.1 Definisi	5
2.1.2 Sumber Emosi	5
2.1.3 Fisiologi Regulasi Emosi	8
2.1.4 Strategi Regulasi Emosi	10
2.1.5 <i>Cognitive Reappraisal</i> dan <i>Expressive Suppression</i>	11

2.1.6 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi.....	13
2.1.7 Alat Ukur	17
2.2 Ansietas pada Remaja	18
2.2.1 Definisi	18
2.2.2 Patofisiologi	18
2.2.3 Epidemiologi.....	20
2.2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ansietas.....	20
2.2.5 Alat Ukur	21
2.3 Hubungan antara Regulasi Emosi dan Ansietas pada Remaja.....	22
2.3.1 Hubungan Regulasi Emosi dan Ansietas pada Remaja	22
2.3.2 Dampak dari Ketidakmampuan dalam Meregulasi Emosi	24
2.3.3 Cara Melatih Regulasi Emosi	26
BAB III KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP, DAN HIPOTESIS	28
3.1 Kerangka Teori	28
3.2 Kerangka Konsep	28
3.3 Hipotesis	29
3.3.1 Hipotesis Null	29
3.3.2 Hipotesis Kerja.....	29
3.4 Variabel.....	29
3.4.1 Variabel Independen.....	29
3.4.2 Variabel Dependen.....	29
3.4.3 Variabel Perancu.....	29
3.5 Definisi Operasional	30
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN	35
4.1 Desain Penelitian	35
4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	35
4.3 Bahan dan Cara Penelitian.....	35
4.3.1 Bahan Penelitian	35
4.3.2 Cara Penelitian.....	35
4.4 Populasi Penelitian	36
4.4.1 Populasi Target.....	36
4.4.2 Populasi Terjangkau	36

4.5 Sampel Penelitian	36
4.6 Cara Pengambilan Sampel	36
4.7 Cara Perhitungan Jumlah Sampel	36
4.8 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	37
4.8.1 Kriteria Inklusi	37
4.8.2 Kriteria Eksklusi	37
4.9 Alur Penelitian	38
4.10 Pengolahan Data dan Analisis Data	38
4.11 Etika Penelitian	39
4.12 Dana Penelitian	39
4.13 Jadwal Penelitian	39
BAB V HASIL PENELITIAN	40
5.1 Karakteristik Subjek Penelitian	40
5.2 Hasil Penelitian	41
5.2.1 Uji Normalitas	41
5.2.2 Analisis Deskriptif Hubungan Kemampuan Meregulasi Emosi dengan Tingkat Ansietas Menggunakan Uji <i>Kruskal Wallis</i>	42
5.2.3 Analisis Hubungan Kemampuan Meregulasi Emosi dengan Tingkat Ansietas Menggunakan Uji <i>Fisher's Exact</i>	43
5.2.4 Data Frekuensi Gejala Ansietas	44
5.3 Pembahasan	45
5.3.1 Hubungan Kemampuan untuk Meregulasi Emosi dengan Gejala dan Tingkat Kejadian Ansietas	45
5.3.2 Gejala dan Tingkat Kejadian Ansietas	46
5.3.3 Strategi Regulasi Emosi yang Paling Umum Digunakan pada Mahasiswa FK UPH	47
5.4 Limitasi Penelitian	48
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	50
6.1 Kesimpulan	50
6.2 Saran	50
6.2.1 Untuk Penelitian Selanjutnya	50
6.2.2 Untuk Pembaca	50
DAFTAR PUSTAKA	52



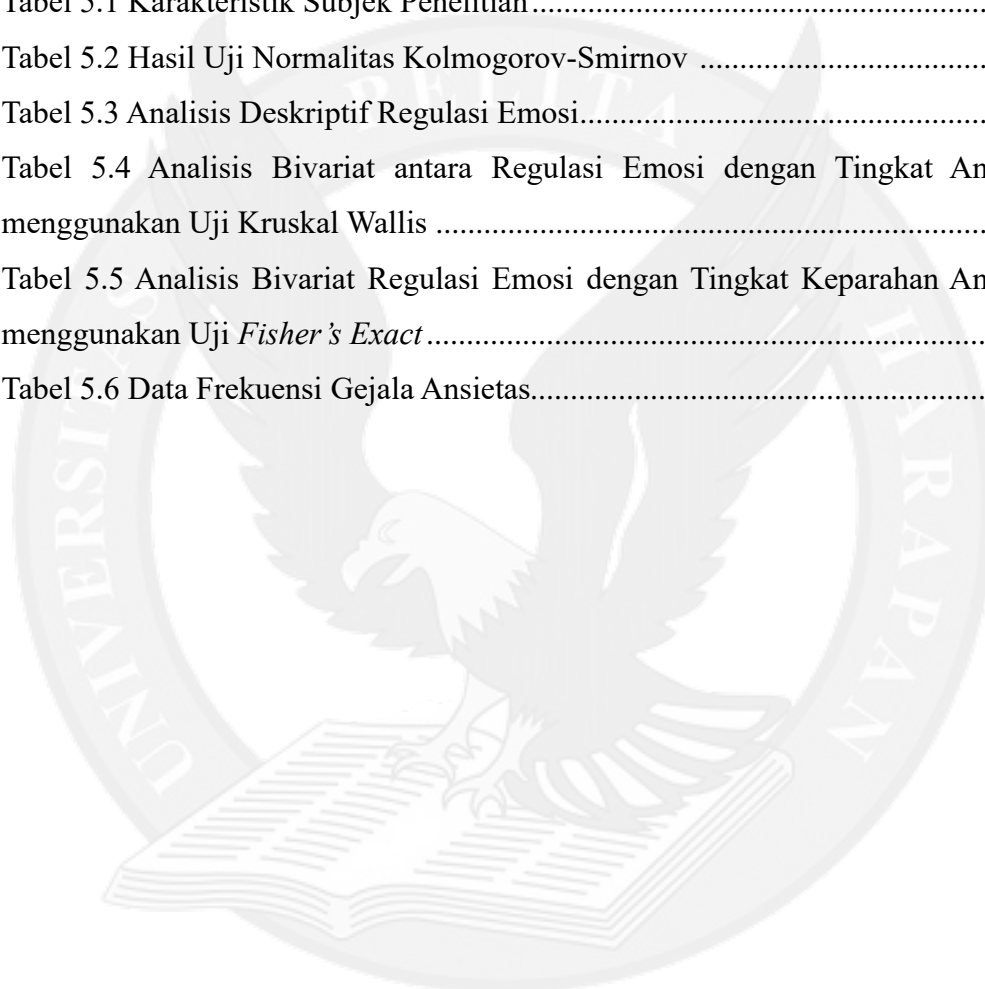
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Struktur dari <i>The Triune Brain</i>	6
Gambar 2.2 Fisiologi Emosi	9
Gambar 2.3 <i>Emotion Generation</i>	10
Gambar 2.4 Skema Regulasi Emosi.....	12
Gambar 2.5 <i>The Cycle of Shame</i>	25



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi dan Strategi Regulasi Emosi	10
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	30
Tabel 4.1 Dana Penelitian	39
Tabel 4.2 Jadwal Penelitian.....	39
Tabel 5.1 Karakteristik Subjek Penelitian.....	40
Tabel 5.2 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov	41
Tabel 5.3 Analisis Deskriptif Regulasi Emosi.....	41
Tabel 5.4 Analisis Bivariat antara Regulasi Emosi dengan Tingkat Ansietas menggunakan Uji Kruskal Wallis	42
Tabel 5.5 Analisis Bivariat Regulasi Emosi dengan Tingkat Keparahan Ansietas menggunakan Uji <i>Fisher's Exact</i>	42
Tabel 5.6 Data Frekuensi Gejala Ansietas.....	43



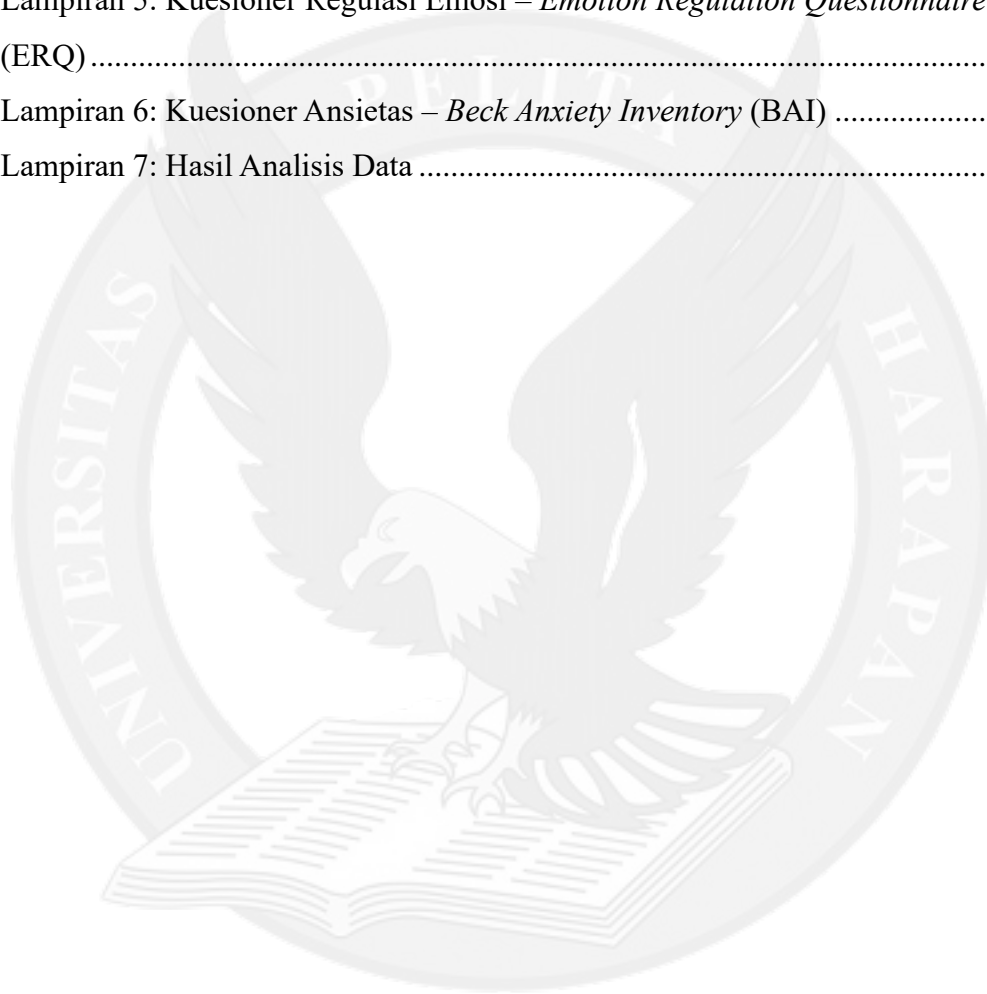
DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Teori.....	28
Bagan 3.2 Kerangka Konsep.....	28
Bagan 4.1 Alur Penelitian	38



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Lembar Keterangan Lolos Kaji Etik.....	62
Lampiran 2: Lembar Permohonan Kesediaan Menjadi Responden.....	63
Lampiran 3: Surat Persetujuan Sampel Penelitian.....	64
Lampiran 4: Kuesioner Penelitian.....	65
Lampiran 5: Kuesioner Regulasi Emosi – <i>Emotion Regulation Questionnaire</i> (ERQ).....	67
Lampiran 6: Kuesioner Ansietas – <i>Beck Anxiety Inventory</i> (BAI)	71
Lampiran 7: Hasil Analisis Data	74



DAFTAR SINGKATAN

ACT	: Acceptance and Commitment Therapy
ADHD	: Attention-Deficit Hyperactivity Disorder
ASQ	: Anxiety Symptom Questionnaire
BAI	: Beck Anxiety Inventory
CBT	: Cognitive-Behavioral Therapy
CRH	: Corticotropin-Releasing-Hormone
DSM	: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders
ERQ	: Emotion Regulation Questionnaire
ESB	: Emotion Socialization Behavior
FK UPH	: Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
GABA	: Gamma-Aminobutyric Acid
GAD	: Generalized Anxiety Disorder
HAM-A	: Hamilton Anxiety Rating Scale
HPA	: Hypothalamic-Pituitary-Adrenocortical
IBT	: Internet-based Test
I-NAMHS	: Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey
MBCT	: Mindfulness-Based Cognitive Therapy
MPFC	: Medial Prefrontal Cortex
PBT	: Paper-based Test
SAQ-C	: Social Anxiety Questionnaire - Children
SNRI	: Serotonin Norepinephrine Reuptake Inhibitors
SPSS	: Statistical Package for Social Sciences
SSRI	: Selective Serotonin Reuptake Inhibitors
TOEFL	: Test of English as a Foreign Language
WHO	: World Health Organization