

SKRIPSI

**STRATEGI REGULASI EMOSI DALAM MENANGANI
MASALAH PADA KEPENGURUSAN ORGANISASI GERAKAN
PRAMUKA RACANA *MAKKIADE'*-*MALEBBI* IAIN PAREPARE**



OLEH

**SRI DEWI
NIM: 16.3200.020**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
PAREPARE**

2021 M/ 1442 H

**STRATEGI REGULASI EMOSI DALAM MENANGANI
MASALAH PADA KEPENGURUSAN ORGANISASI GERAKAN
PRAMUKA RACANA *MAKKIADE'*-*MALEBBI* IAIN PAREPARE**



OLEH

**SRI DEWI
NIM:16.3200.020**

Skripsi Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab dan
Dakwah Institut Agama Islam Negeri Parepare

**PROGRAM STUDI BIMBINGANKONSELING ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
PAREPARE**

2021 M/1442 H

PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING

Judul Skripsi : Strategi Regulasi Emosi Dalam Menangani Masalah Pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade'-Malebbi IAIN Parepare.
Nama Mahasiswa : Sri Dewi
Nomor Induk Mahasiswa : 16.3200.020
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Dasar Penetapan Pembimbing : SK. Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah B-2061/In.39.7/11/2019

Disetujui Oleh:

Pembimbing Utama : Dr. H. Abd. Halim K, M.A. (.....)
NIP : 19590624 199803 1 001
Pembimbing Pendamping : Dr. Ramli, S.Ag.,M.Sos.I. (.....)
NIP : 19761231 200902 1 047

Mengetahui:

Dekan,
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah



Dr. H. Abd. Halim K, M.A.
NIP. 19590624 199803 1 001

PENGESAHAN KOMISI PENGUJI

Judul Skripsi : Strategi Regulasi Emosi Dalam Menangani Masalah Pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade'-Malebbi IAIN Parepare.
Nama Mahasiswa : Sri Dewi
Nomor Induk Mahasiswa : 16.3200.020
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Dasar Penetapan Pembimbing : SK. Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah B-2061/In.39.7/11/2019
Tanggal Kelulusan : 6 Mei 2021

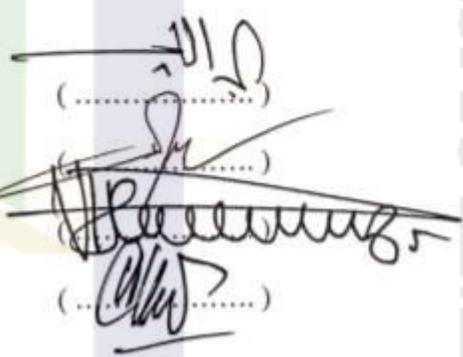
Disahkan oleh Komisi Penguji

Dr. H. Abd. Halim K, M.A. (Ketua)

Dr. Ramli, S.Ag.,M.Sos.I. (Sekretaris)

Dr. Iskandar, S.Ag.,M.Sos.I. (Anggota)

H. Abd. Rahman Fasih, M.Ag. (Anggota)



Mengetahui:

Dekan,
Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah



Dr. H. Abd. Halim K, M.A.
NIP. 19590624 199803 1 001

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji bagi Allah swt yang Maha memberi kesempatan. Sang Maha pengasih dan penyayang yang senantiasa memberikan petunjuk dan hidayah-Nya serta memberi makna kehidupan kepada umat manusia agar tetap berada pada jalan yang benar, Sehingga karena nikmat dari Allah tersebut penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Selawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Rasulullah Muhammad saw. Semoga kita selalu menjadi umatnya yang dapat meneladani sifat beliau dan selalu setia pada ajaran yang beliau bawa.

Penulis tak lupa menghaturkanterima kasih yang sebesar-besarnya kepada Ibunda tercinta Nurlina yang harus menjalankan dua peran menjadi ibu dan juga ayah selepas kepergiaan ayah yang terlebih dahulu dipanggil oleh sang pencipta,atas segala pengorbanan dari penulis masih kecil hingga saat ini, penulis sangat berterima kasih atas pembinaan, nasehat dan berkat doa tulusnya sehingga penulis mendapat kemudahan dalam menyelesaikan tugas akademik. Begitu pula penulis ucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya untuk keluarga yang selalu memberikan motivasi dan masukan. Serta seluruh sahabat yang telah mendukung penulis dalam menyelesaikan pendidikan.

Skripsi merupakan salah satu bagian dari proses yang ditempuh untuk menyelesaikan pendidikan di Perguruan Tinggi dan memperoleh gelar sarjana pada Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare. Skripsi ini diharapkan dapat bermanfaat kepada semua pihak sebagai acuan untuk mendapatkan informasi dan dapat dijadikan sebagai literatur dalam penelitian yang lain. Skripsi ini dapat selesai tentunya tidak lepas dari bantuan semua pihak yang turut berkontribusi serta memiliki

andil yang cukup besar dalam menyelesaikannya. Oleh karena itu, penulis mengucapkan banyak terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan kepada:

1. Bapak Dr. Ahmad Sultra Rustan, M.Si. sebagai Rektor IAIN Parepare yang telah bekerja keras mengelolah pendidikan di IAIN Parepare.
2. Bapak Dr. H. Abd. Halim K, M.A. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Parepare.
3. Bapak Muhammad Haramain, M.Sos.I. selaku Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam.
4. Bapak Dr. H. Abd. Halim K, M.A. selaku pembimbing I dan Bapak Dr. Ramliselaku pembimbing II, yang telah membantu, membimbing, serta memberikan motivasi, nasehat dan arahan kepada penulis.
5. Bapak dan Ibu dosen program studi Bimbingan Konseling Islam yang telah meluangkan waktu mereka dalam mendidik penulis selama menjalani pendidikan di IAIN Parepare.
6. Kepala Akademik IAIN Parepare beserta staf yang telah memberikan pelayanan yang baik dan membantu untuk memenuhi syarat-syarat penyelesaian penulis.
7. Kepala Perpustakaan IAIN Parepare beserta staf yang telah memberikan pelayanan yang baik serta menyediakan referensi yang membantu penulis dalam membuat skripsi.
8. Kepada orang tua yang telah membesarkan dan menyekolahkan saya dan selalu mendoakan saya dalam proses penyelesaian skripsi.
9. Nurlela dan Kak Alya yang membantu penyelesaian skripsi ini dan memberikan dorongan serta motivasi kepada penulis.

10. kharisma, Mutmainnah, Nurfadillah Feby Fitriani, dan Fatmawati Nurdin yang senang tiasa memberikan doa, semangat, motivasi, serta bantuan lainnya kepada penulis.
11. Andini Nidia Putrid an Juniar Bursal yang telah menemani, memberikan bantuan, semangat dan motivasi kepada penulis selama menempuh pendidikan di IAIN Parepare.
12. M. akbar ahmad dan Viona Ulia Ola Bala yang senang tiasa mengingatkan dan memberikan motivasi kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya kepada Allah swt jugalah penulis serahkan segalanya. Semoga segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis selama proses penyelesaian skripsi ini senantiasa bernilai ibadah dan mendapat pahala yang berlipat ganda disisinya. Penulis juga menyampaikan bahwa kiranya pembaca berkenan dapat memberikan saran atau masukan demi kesempurnaan skripsi ini.

Parepare, 13 November 2020
27 Rabiul Awal 1442 H

Penulis



SRI DEWI
NIM: 16.3200.020

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Mahasiswa yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Sri Dewi
NIM : 16.3200.020
Tempat/Tanggal Lahir : Parepare, 15 Mei 1998
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Ushuluddin, Adab dan Dakwah
Judul Skripsi : Strategi Regulasi Emosi Dalam Menangani Masalah
Pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka
Racana Makkiade'-Malebbi IAIN Parepare.

Menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini benar merupakan hasil karya saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini merupakan duplikat, tiruan, plagiat, atau dibuat oleh orang lain sebagian, atau seluruhnya, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Parepare, 13 November 2020

Penyusun



SRI DEWI

NIM: 16.3200.020

ABSTRAK

Sri Dewi. *“Strategi Regulasi Emosi dalam Menangani Masalah pada Kepengurus Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade’-Malebbi IAIN Parepare”*.(dibimbing oleh Dr. H. Abd. Halim K., M.A. dan Dr. Ramli, S.Ag., M. Sos.I.)

Manusia adalah makhluk yang memiliki rasa dan emosi. Hidup manusia diwarnai dengan emosi dan berbagai macam perasaan. Manusia sulit menikmati hidup secara optimal tanpa memiliki emosi karena emosi menjadi bagian yang tidak terpisahkan dalam kehidupan kita sebagai manusia disamping itu emosi juga merupakan bentuk komunikasi yang dapat memengaruhi manusia sebagai makhluk individu dan sekaligus makhluk sosial yang senantiasa melakukan hubungan interpersonal dengan sesamanya. Dalam hubungan itu dipastikan adanya berbagai pengalaman yang dapat menimbulkan aneka jenis emosi yang ditandai dengan berbagai ekspresi yang berbeda. Sehingga diperlukannya regulasi emosi atau bentuk kontrol yang dilakukan seseorang terhadap emosi yang dimilikinya. Regulasi dapat mempengaruhi perilaku dan pengalaman seseorang.

Jenis Penelitian menggunakan penelitian deskriptif kualitatif, dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara dan dokumentasi terhadap pengurus dewan dan anggota Racana Makkiade’ Malebbi’ IAIN Parepare. Teknik analisis data yang digunakan adalah reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan. Fokus penelitian menitikberatkan pada strategi regulasi emosi yang digunakan pengurus dewan dan anggota dalam mengatasi masalah pada organisasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Masalah yang muncul dalam organisasi Racana Makkiade’ Malebbi’ yang menyebabkan konflik emosi adalah perbedaan pendapat, kurangnya keaktifan anggota, terkendala izin orang tua, tidak menaati aturan organisasi dan kurangnya kepedulian antar anggota. (2) Strategi regulasi emosi yang digunakan dalam mengatasi masalah, yaitu menjalin komunikasi terbuka, membudayakan sikap toleransi, mengarahkan anggota bersikap fleksibel dan menyelesaikan permasalahan secara proaktif.

Kata Kunci: Pengurus Organisasi Racana Makkiade’ Malebbi’ IAIN Parepare, Penyebab Munculnya Masalah dalam Organisasi, Strategi Regulasi Emosi.

DAFTAR ISI

SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING	iii
HALAMAN PERSETUJUAN KOMISI PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR	v
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	viii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Kegunaan Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Tinjauan Penelitian Terdahulu	8
2.2 Tinjauan Teoritis	10
2.2.1 Teori Behavioristik	10
2.2.2 Teori Emosi.....	13
2.2.3 Strategi Regulasi Emosi.....	20
2.2.4 Penyelesaian Masalah	22
2.3 Tinjauan Konseptual	24

2.4 Bagan Kerangka Pikir	27
BAB III METODE PENELITIAN	29
3.1 Jenis Penelitian	29
3.2 Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	29
3.3 Fokus Penelitian	29
3.4 Sumber Data	30
3.5 Teknik Pengumpulan Data	30
3.6 Teknik Analisis Data	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
4.1 Profil Racana Makkiade' Malebbi' IAIN Parepare.....	35
4.2 Penyebab Munculnya Masalah Dalam Organisasi	37
4.3 Strategi Regulasi Emosi Dalam Menyelesaikan Masalah.....	50
BAB V PENUTUP	62
5.1 Kesimpulan.....	62
5.2 Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

No.Gambar	Judul Gambar	Halaman
1	Bagan Kerangka Pikir	30



DAFTAR LAMPIRAN

No. Lampiran	Judul Lampiran
1	Surat izin melaksanakan penelitian dari Kementerian Agama Republik Indonesia Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Parepare.
2	Surat Rekomendasi Penelitian dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (DPMPTSP) Kota Parepare.
3	Surat Keterangan Selesai Meneliti dari Organisasi Gerakan Pramuka Racana <i>Makkiade'-Malebbi</i> Iain Parepare.
4	Pedoman Wawancara.
5	Surat Keterangan Wawancara.
6	Dokumentasi Wawancara.
7	Biografi Penulis.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk yang memiliki rasa dan emosi. Hidup manusia diwarnai dengan emosi dan berbagai macam perasaan. Manusia sulit menikmati hidup secara optimal tanpa memiliki emosi karena emosi menjadi bagian yang tidak terpisahkan dalam kehidupan kita sebagai manusia disamping itu emosi juga merupakan bentuk komunikasi yang dapat memengaruhi manusia sebagai makhluk individu dan sekaligus makhluk sosial yang senantiasa melakukan hubungan interpersonal dengan sesamanya. Dalam hubungan itu dipastikan adanya berbagai pengalaman yang dapat menimbulkan aneka jenis emosi yang ditandai dengan berbagai ekspresi yang berbeda.

Sehingga diperlukannya regulasi emosi atau bentuk kontrol yang dilakukan seseorang terhadap emosi yang dimilikinya. Regulasi dapat mempengaruhi perilaku dan pengalaman seseorang. Hasil regulasi dapat berupa perilaku yang ditingkatkan, dikurangi, atau dihambat dalam ekspresinya. Regulasi emosi berasal dari sumber sosial. Sumber sosial ini merupakan bagian dari minat terhadap orang lain dan norma-norma dari interaksi sosial.¹

Regulasi emosi memiliki cakupan luas pada berbagai aspek biologi, sosial, tingkah laku sebagai proses kognitif yang disadari dan tidak disadari. Secara sosial emosi diregulasikan dengan cara mencari akses ke hubungan interpersonal dan

¹Deci Nansi dan Fajar Tri Utami, "Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Disiplin Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan", *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 2, No. 1, 2016, h.18.

sumber didukung yang bersifat nyata. Secara fisiologis, emosi itu sendiri diregulasikan oleh nadi-nadi, sehingga dapat mempercepat pernapasan (atau memperpendek pernapasan), memperbanyak keringat atau hal lainnya yang berhubungan dengan ransangan emosi. Sedangkan secara tingkah laku, emosi diregulasikan melalui berbagai macam respon tingkah laku. Terakhir, emosi juga berguna untuk mengatur proses kognitif yang tidak disadari individu, seperti proses *selective attention*, *memory distortion*, penolakan, atau proyeksi, atau oleh proses kognitif yang disadari, seperti menyalahkan diri sendiri ataupun menyalahkan orang lain.²

Q.S. Yusuf Ayat 53.

رَّحِيمٌ غُفُورٌ رَبِّي إِنَّ رَبِّيَ رَحِيمٌ مَّا إِلَّا بِالسُّوءِ لِأَمَارَةِ النَّفْسِ إِنَّ نَفْسِي أُبْرِي وَمَا

Terjemahan:

aku tidak (menyatakan) diriku bebas (dari kesalahan), karena sesungguhnya nafsu itu selalu mendorong kepada kejahatan, kecuali (nafsu) yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun, Maha Penyayang.³

Regulasi juga dipengaruhi oleh usia seseorang. Kemampuan regulasi emosi yang dimiliki individu sudah dimiliki sejak bayi hingga dewasa, kemampuan ini terus berkembang bersamaan dengan pengalaman-pengalaman emosi yang terjadi oleh Kemampuan regulasi yang dimiliki mahasiswa lebih bervariasi dan bersifat fleksibel sesuai dengan tuntutan lingkungan sosial tempatnya berada. Kemampuan mahasiswa dalam mengatur emosinya dapat terus meningkat. Dewasa muda yang mampu menggunakan strategi regulasi emosi dengan fleksibel dan tepat cenderung memiliki

²Dewi Khoirun Nisak, *Regulasi Emosi pada Mahasiswa yang Sedang Menempuh Skripsi* (Skripsi: Universitas Muhammadiyah Malang, 2018), h.5.

³Departemen Agama RI, *Al qur'an dan Terjemahan*, (Bandung; Sygma Examedia, 2007), h.241.

kualitas hubungan yang lebih baik, memiliki jiwa prososial dan menunjukkan kompetensi sosial lebih tinggi dan lebih sedikit mengalami resiko patologi. Sedangkan mahasiswa dengan ketrampilan regulasi emosi yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam kompetensi sosial dan penyesuaian diri di lingkungan pendidikan.⁴

Sebagai makhluk sosial, manusia dalam melakukan proses interaksi dengan lingkungannya dapat dipastikan pernah mengalami saat-saat dimana ia merasa sangat marah, jengkel, muak terhadap perlakuan orang yang dinilainya tidak adil, tidak pantas, atau tidak pada tempatnya. Pada saat yang lain, ia merasa bahagia, tenang, atau puas berkat adanya faktor-faktor tertentu yang membuatnya demikian. Tidak jarang ketika sedang mengalami suatu peristiwa atau masalah yang dialami manusia menjadikannya menangis tersedu-sedu, muka pucat pasi atau merah padam, nada bicaranya terputus-putus, bergetar seluruh tubuhnya, melompat kegirangan, berteriak, membanting pintu, atau ekspresi lain yang dapat dikenali.

Q.S. Ali Imran Ayat 134.

نِينَ تَحِبُّوَاللَّهُ النَّاسِ عَنِ وَالْعَافِينَ الْعَيْظَ وَالْكَظِيمِينَ وَالصَّرَّاءِ السَّرَّاءِ فِي يُنْفِقُونَ الَّذِينَ
 الْمَحْسَدِ

Terjemahan:

(yaitu) orang yang berinfak, baik di waktu lapang maupun sempit, dan orang-orang yang menahan amarahnya dan memaafkan (kesalahan) orang lain. Dan Allah mencintai orang yang berbuat kebaikan.⁵

Organisasi merupakan suatu kerangka hubungan yang berstruktur yang menunjukkan wewenang, tanggung jawab, dan pembagian kerja untuk menjalankan

⁴Dewi Khoirun Nisak, *Regulasi Emosi pada Mahasiswa yang Sedang Menempuh Skripsi* (Skripsi: Universitas Muhammadiyah Malang, 2018), h.3.

⁵Departemen Agama RI, *Al qur'an dan Terjemahan* (Bandung; Sygma Examedia, 2007), h.67.

suatu fungsi tertentu. Hubungan yang berstruktur ini disebut hirarki dan konsekuensi dari hirarki ialah adanya kategori kelompok superior dengan kelompok subordinasi.⁶

Dalam sebuah organisasi memerlukan yang namanya pemimpin atau dalam hal ini adalah pengurus dan jelas didalam organisasi banyak peristiwa-peristiwa yang terjadi atau permasalahan. Ketika seorang pemimpin tidak mampu mengendalikan emosinya maka akan berpengaruh terhadap anggota-anggotanya dan akan berdampak buruk pada organisasi yang dimana organisasi memiliki tujuan untuk mencapai kepentingan bersama bisa saja menjadi terpecah belah terlebih lagi apabila organisasi tersebut memiliki banyak pengurus inti.

Gerakan pramuka (Praja Muda Karana) adalah nama organisasi pendidikan nonformal yang menyelenggarakan pendidikan kepanduan yang dilaksanakan di Indonesia.⁷ Seperti halnya di kampus lain, organisasi gerakan pramuka juga adadi kampus IAIN Parepare yang dikenal dengan nama Gerakan Pramuka Racana *Makkiade'-Malebbi'* IAIN Parepare. *Makkiade'* dan *Malebbi'* merupakan bahasa bugis yang artinya beradat dan sopan santun.

Suatu organisasi pasti pernah ditimpah masalah, begitupun halnya dengan gerakan pramuka *Makkiade'-Malebbi'* IAIN Parepare. Permasalahan biasanya muncul ketika sedang melakukan suatu kegiatan yang melibatkan semua anggota racana didalamnya karena adanya banyak pemikiran sering kali menimbulkan perbedaan pendapat dan kesalah pahaman serta keegoisan yang menyulut emosi para pengurusnya. Emosi dalam hal ini adalah emosi negatif seperti marah, sedih dan lain sebagainya. Emosi ini jika dibiarkan begitu saja akan mengakibatkan kerenggangan

⁶Silalahi, *Studi tentang Ilmu Administrasi Konsep, Teori, dan Dimensi* (Bandung: Sinar Baru 2003), h. 18

⁷Tim Esensi, *Mengenal Gerakan Pramuka* (Jakarta: Erlangga, 2012), h. 4

hubungan antara para pengurusnya. Dan jika hal ini terjadi, maka organisasi akan mengalami kelumpuan dari dalam.

Emosi dapat timbul dalam organisasi Pramuka *Makkiade'-Malebbi'* IAIN Parepare pada saat pelaksanaan rapat kepengurusan kemudian timbul perbedaan pendapat diantara para pengurus yang selanjutnya memicu nada suara yang meninggi sehingga terkesan tidak sopan. Hal ini tentu menyalahi nama racana IAIN Parepare yang menggunakan kata *malebbi'* yang artinya sopan. Selain itu, emosi juga terkadang timbul pada saat pelaksanaan kegiatan-kegiatan organisasi. Terkadang ada beberapa pengurus yang lalai dari tanggungjawabnya kemudian mendapat teguran dari pengurus lain atau pembina, terkadang mereka langsung saja meninggalkan kegiatan. Hal ini tidak sesuai dengan nama racana IAIN Parepare yang menggunakan kata *makkiade'* yang artinya beradab karena perilaku yang dilakukan tidak beradab.

Maka dari itu diperlukan regulasi emosi dalam menangani hal tersebut. Gross dan Thomson menyatakan bahwa regulasi emosi adalah serangkaian proses dimana emosi diatur sesuai dengan tujuan individu, baik dengan cara otomatis atau dikontrol, disadari atau tidak disadari dan melibatkan banyak komponen yang bekerja terus menerus sepanjang waktu. Regulasi emosi melibatkan perubahan dalam dinamika emosi atau waktu munculnya, besarnya, lamanya dan mengimbangi respon perilaku, pengalaman atau fisiologis. Regulasi emosi dapat mempengaruhi, memperkuat atau memelihara emosi, tergantung pada tujuan individu.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Strategi Regulasi Emosi dalam Menangani Masalah pada Kepengurus Organisasi Gerakan Pramuka Racana *Makkiade'-Malebbi'* IAIN Parepare”**.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latarbelakang yang dikemukakan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

- 1.2.1 Bagaimana permasalahan yang dihadapi oleh pengurus organisasi gerakan pramuka racana *makkiade'–malebbi'*?
- 1.2.2 Bagaimana strategi regulasi emosi pengurus organisasi gerakan pramuka racana *makkiade'–malebbi'* ketika menghadapi masalah yang ada di organisasi?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang dikemukakan diatas, maka dalam penelitian ini bertujuan untuk:

- 1.3.1 Untuk mengetahui permasalahan yang dihadapi oleh pengurus organisasi gerakan pramuka racana *makkiade'–malebbi'* ketika mengalami masalah individu.
- 1.3.2 Untuk mengetahui strategi regulasi emosi pengurus organisasi gerakan pramuka racana *makkiade'–malebbi'* ketika menghadapi masalah yang ada di organisasi.

1.4 Kegunaan Penelitian

Setiap penelitian akan memberikan kegunaan baik secara teoritis maupun secara praktis. Kegunaan penelitian ini antara lain:

- 1.4.1 Secara Teoritis, memberikan pemahaman mengenai regulasi emosi ketika mengalami masalah individu maupun masalah yang ada pada organisasi, serta menambahkan pengetahuan tentang pentingnya regulasi emosi dalam kehidupan.

- 1.4.2 Secara Praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengalaman serta pengetahuan semua pihak, khususnya yang terkait dengan bidang ilmu bimbingan konseling Islam.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Penelitian Terdahulu

Tinjauan penelitian terdahulu merupakan peninjauan kembali pustaka-pustaka yang terkait (*review of related literatur*), sebagai rujukan atau bahan acuan yang berkaitan bidang permasalahan yang dihadapi. Adapun beberapa karya tersebut yang menjadi rujukan dengan penelitian yang akan dikaji, sebagai berikut.

Penelitian pertama dilakukan oleh Erlina Anggraini. *Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapidana Wanita dalam Masa Pembinaan (Studi Kasus: Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Bulu Semarang)*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi regulasi emosi dan koping religius narapidana wanita dalam pembinaan. Hidup dalam rutan, penjara atau lembaga pemasyarakatan (Lapas) pasti menimbulkan berbagai tekanan yang akan berdampak pada kehidupan sosial, keadaan fisik dan juga psikis narapidana, apalagi bagi narapidana baru (bukan residivis).¹

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kedelapan subjek memiliki respon yang berbeda dalam menghadapi keadaan/situasi yang menekan (stresor). Ketika narapidana mampu meregulasi emosinya secara tepat (adaptif) maka ia akan mudah dalam menghadapi situasi yang sulit seperti mampu berpikir positif, mampu mengontrol diri dengan baik, dan bersikap secara baik. Namun apabila tidak mampu meregulasi emosinya secara tepat (non-adaptif) maka akan berdampak pada perilaku eksternal (agresif), maupun internal (cemas, depresi, distres).

¹Erlina Anggraini, *Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapidana Wanita dalam Masa Pembinaan (Studi Kasus: Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Bulu Semarang)* (Skripsi: UIN Walisongo, 2015), h.xvii.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sama meneliti tentang regulasi emosi. Adapun perbedaannya subjek penelitian ini adalah narapidana wanita dalam pembinaan, sedangkan subjek penelitian yang akan dilakukan adalah pengurus inti organisasi gerakan pramuka racana *makkiade'*-*malebbi'* IAIN Parepare.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Balqis Lailani. *Strategi Regulasi Emosi pada Remaja Laki-laki korban bullying di Asrama Sekolah Menengah Atas Olahraga*. Fokus penelitian ini yaitu mengetahui strategi regulasi emosi yang dilakukan remaja laki-laki korban bullying di asrama sekolah menengah atas olahraga. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi regulasi emosi antecedent-focused yang dilakukan yaitu menghindari stimulus yang menimbulkan emosi negatif, menolak dan melawan secara verbal, mengalihkan kesedihan dan kemarahan dengan sesuatu yang menyenangkan, bersikap sabar dalam menghadapi permasalahan.²

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah sama-sama meneliti mengenai strategi regulasi emosi. Sedangkan perbedaannya adalah subjek penelitian ini remaja laki-laki sedangkan subjek penelitian yang akan dilakukan yaitu pengurus inti organisasi gerakan pramuka racana *makkiade'*-*malebbi'* IAIN Parepare.

Penelitian selanjutnya oleh Retno Dian Pertiwi. *Pola Regulasi Emosi Mahasiswa Baru pada Jurusan Bimbingan dan Konseling*. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran pola regulasi emosi mahasiswa baru jurusan Bimbingan dan Konseling. Metode dalam penelitian ini yaitu metode kualitatif dengan

²Balqis Lailani, *Strategi Regulasi Emosi pada Remaja Laki-laki Korban Bulliyng di Asrama Sekolah Menengah Atas Olahraga* (Skripsi: Universitas Airlangga, 2019), h.xx.

pendekatan fenomenologi. Dimana fenomenologi menggunakan pengalaman individu sebagai mahasiswa baru.³

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pola regulasi emosi yang terjadi pada mahasiswa baru bimbingan dan konseling menampilkan pola regulasi emosi melalui mekanisme regulasi emosi antara penilaian kognitif, reaksi emosi dan coping serta bentuk regulasi emosi yang ditampilkan.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan sama-sama mengkaji mengenai regulasi emosi. Adapun perbedaannya adalah subjek penelitian ini adalah mahasiswa baru jurusan bimbingan dan konseling sedangkan subjek penelitian yang akan dilakukan adalah pengurus inti gerakan pramuka racana *makkiade'–malebbi'* IAIN Parepare.

2.2 Tinjauan Teoretis

2.2.1 Teori Behavioristik

Teori Behavioristik adalah teori yang mempelajari perilaku manusia. Perspektif behavioral berfokus pada peran dari belajar dalam menjelaskan tingkah laku manusia dan terjadi melalui rangsangan berdasarkan (stimulus) yang menimbulkan hubungan perilaku reaktif (respons) hukum-hukum mekanistik. Asumsi dasar mengenai tingkah laku menurut teori ini adalah bahwa tingkah laku sepenuhnya ditentukan oleh aturan, bisa diramalkan dan bisa ditentukan. Menurut teori ini, seseorang terlibat dalam tingkah laku tertentu karena mereka telah mempelajarinya, melalui pengalaman-pengalaman terdahulu, menghubungkan tingkah laku tersebut dengan hadiah. Seseorang menghentikan suatu tingkah laku, mungkin karena tingkah laku tersebut belum diberi hadiah atau telah mendapat

³Retno Dian Pertiwi, Pola Regulasi Emosi Mahasiswa Baru pada Jurusan Bimbingan dan Konseling (Skripsi: Universitas Negeri Semarang , 2019), h. vii.

hukuman. Karena semua tingkah laku yang baik bermanfaat ataupun yang merusak merupakan tingkah laku yang dipelajari.⁴

Pendekatan psikologi ini mengutamakan pengamatan tingkah laku dalam mempelajari individu dan bukan mengamati bagian dalam tubuh atau mencermati penilaian orang tentang penasarannya. Behaviorisme menginginkan psikologi sebagai pengetahuan yang ilmiah, yang dapat diamati secara obyektif. Data yang didapat dari observasi diri dan introspeksi diri dianggap tidak obyektif. Jika ingin menelaah kejiwaan manusia, amatilah perilaku yang muncul, maka akan memperoleh data yang dapat dipertanggungjawabkan keilmiahannya.⁵

Menurut teori behaviorisme belajar adalah perubahan tingkah laku sebagai hasil pengalaman. Belajar merupakan akibat adanya interaksi antara stimulus dan respons. Seseorang dianggap telah belajar jika dapat menunjukkan perubahan perilaku.⁶

Teori behavioristik yang berupa input atau stimulus dan output yang berupa respon. Dimana stimulus adalah apa yang diberikan pembimbing terhadap yang terbimbing, baik secara fikiran maupun perasaan dan respon berupa reaksi atau tanggapan yang muncul ketika terbimbingan belajar dan dapat pula berupa fikiran, perasaan ataupun tindakan terhadap stimulus yang diberikan pembimbing.

Teori behavioristik adalah teori perkembangan perilaku, yang dapat diukur, diamati dan dihasilkan oleh respon seseorang terhadap rangsangan atau stimulus. Tanggapan terhadap rangsangan dapat diperkuat dengan umpan balik positif dan

⁴Eni Fariyatul Fahyuni, Istikomah. *Psikologi Belajar & Mengajar* (Sidoarjo: Nizamia Learning Center, 2016) h. 26-27.

⁵Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009) h. 44-45.

⁶Zulhammi, *Teori Belajar Behavioristik dan Humanistik dalam Perspektif Pendidikan Islam* (Jurnal DarulIlmi, 2015), Vol.3 No.1, h.105-127.

negatif terhadap perilaku kondisi yang diinginkan. Belajar merupakan akibat adanya interaksi antara stimulus dan respon. Seseorang dianggap telah belajar sesuatu jika dia dapat menunjukkan perubahan perilakunya.

Teori behavioristik yang dianut oleh Gege dan Berliner tentang perubahan tingkah laku sebagai hasil dari pengalaman. Menurut teori ini perubahan dalam tingkah laku sebagai akibat dari stimulus dan respons. atau dengan kata lain, perubahan yang dialami seseorang dalam hal kemampuannya untuk bertingkah laku dengan cara yang baru sebagai hasil interaksi antara stimulus dan respon.⁷ Teori ini menekankan pada terbentuknya perilaku yang tampak sebagai hasil belajar. Teori behavioristik dengan model hubungan stimulus-responnya, mendudukan seseorang yang belajar sebagai individu yang pasif. Respon atau perilaku tertentu dengan menggunakan metode pelatihan atau pembiasaan semata.

Menurut teori behavioristik input yang berupa stimulus dan output yang berupa respon. Dimana stimulus adalah apa saja yang diberikan pembimbing kepada terbimbing. Baik pikiran, perasaan atau hal yang dapat ditangkap melalui alat indra. dan respon berupa reaksi atau tanggapan yang dimunculkan terbimbing ketika belajar yang dapat pula berupa pikiran, perasaan atau tindakan terhadap stimulus yang diberikan oleh pembimbing. Proses yang terjadi antara stimulus dan respon tidak dapat diamati dan tidak dapat diukur. Yang dapat diamati adalah stimulus dan respon, oleh karena itu apa yang diberikan oleh pembimbing (stimulus) dan apa yang diterima oleh terbimbing (respon) harus dapat diamati dan diukur. Teori ini mengutamakan sesuatu hal yang penting untuk dilihat terjadi atau tidaknya perubahan tingkah laku.

⁷Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2007).

Faktor lain yang dianggap penting oleh teori behavioristik adalah faktor penguatan (reinforcement). Penguatan yaitu apa saja yang dapat memperkuat timbulnya respon. Bila penguatan ditambahkan (positive reinforcement) maka respon tersebut akan semakin kuat. Jadi, penguatan merupakan salah satu bentuk stimulus yang penting untuk diberikan (ditambahkan) atau dihilangi (dikurangi) untuk memungkinkan terjadinya respon.

2.2.2 Teori Emosi

Teori Emosi menurut James Lange yaitu teori ini disebut setelah dua orang, masing-masing William James dari Amerika Serikat dan Carl Lange dari Denmark memperkenalkan teorinya yang hampir bersamaan. Carl Lange mengemukakan bahwa emosi identik dengan perubahan-perubahan dalam sistem peredaran darah. Pendapat ini kemudian dikembangkan oleh James dengan mengatakan bahwa emosi adalah hasil persepsi seseorang terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuh sebagai respon terhadap rangsangan-rangsangan dari luar. Dapat disimpulkan bahwa teori James Lange menempatkan aspek persepsi terhadap respons fisiologis yang terjadi ketika ada rangsangan datang sebagai pemicu emosi yang dialami oleh manusia. Perubahan-perubahan fisiologis itu diterjemahkan menjadi emosi.

Sedangkan ungkapan emosi manusia dalam Al-Qur'an terkait langsung dengan perilaku manusia, baik sebagai makhluk individual (*fardiyah*) maupun sosial (*jama'iyah*), pada tataran informasi masa lampau, kini, dan masa depan cakupan (*range*) perilaku teramat luas, maka sebaran (*spread*) emosi pun ikut meluas.⁸

Pendekatan Al-Qur'an yang demikian itu sangat memudahkan kita untuk melihat manusia dari berbagai dimensi, karena terkait langsung dengan realitas

⁸M. Darwis Hude, *Emosi* (Jakarta:Penerbit Erlangga, 2006), h. 136.

kehidupan sehari-hari yang tak lepas dari hubungan interpersonal, interpersonal, dan metapersonal. Adapun bentuk-bentuk emosi yaitu sebagai berikut.

1. Emosi Senang

Emosi senang/bahagia umumnya didefinisikan sebagai segala sesuatu yang membuat kesenangan dalam hidup. Devidoff menulis, “*we define happiness as overall satisfaction with life.*” Perasaan senang yang meliputi cinta, puas, gembira, dan bahagia adalah kondisi-kondisi yang senantiasa didambakan oleh manusia. Terdapat beberapa ayat yang dengan jelas mewartakan adanya perubahan-perubahan wajah akibat kemunculan rasa senang. Emosi senang tersebut diperlihatkan oleh air muka yang berseri-seri yang dapat diamati oleh orang lain yang melihatnya.⁹

2. Emosi Marah

Marah adalah emosi yang paling populer dalam percakapan sehari-hari, bahkan kerap dinamai ‘emosi’ dalam arti peyoratif. Banyak perilaku yang menyertai emosi marah, mulai dari tindakan agresif yang bisa mencederai atau mengancam orang lain. Pemicunya juga sangat beragam, dari hal-hal yang sangat remeh hingga yang memberatkan.¹⁰

Ekspresi emosi marah yang dijelaskan dalam Al-Qur’an sangat bervariasi. Ada peristiwa emosi yang menunjukkan terjadinya perubahan faali dan tampak gejalanya pada raut muka, ekspresi marah dengan kata-kata, dengan tindakan agresif, dan ada juga emosi marah yang tertahan di dalam batin saja (diam). Gejala-gejala emosi marah yang muncul dalam sikap dan perilaku manusia yang direkam Al-Qur’an, salah satunya tertuang di Surah Al-Anbiyaa ayat 87-88, yang berbunyi:

⁹M. Darwis Hude, *Emosi*, h.137.

¹⁰M. Darwis Hude, *Emosi*, h.162.

بَنَّا أَنْتَ إِلَّا إِلَهَ لَا أَنْ الظُّلْمَتِ فِي فَنَادَى عَلَيْهِ نَقْدِرَ لَنْ أَنْ فَظَنَّ مُغَضِبًا ذَهَبَ إِذِ النُّونِ وَذَا
 مِّنِينَ تُنَجِّي وَكَذَلِكَ الْعَمْرُ مِنْ وَنَجَّيْنَاهُ لَهُ رَفَأْنَا سَجَبْنَا ﴿١٧٧﴾ الظَّالِمِينَ مَنْ كُنْتُ إِنِّي سُبْح
 الْمُؤ

Terjemahnya:

“dan (ingatlah kisah) Dzun Nun (Yunus), ketika ia pergi dalam Keadaan marah, lalu ia menyangka bahwa Kami tidak akan mempersempitnya (menyulitkannya), Maka ia menyeru dalam Keadaan yang sangat gelap: "Bahwa tidak ada Tuhan selain Engkau. Maha suci Engkau, Sesungguhnya aku adalah Termasuk orang-orang yang zalim."Maka Kami telah memperkenankan doanya dan menyelamatkannya dari pada kedukaan. dan Demikianlah Kami selamatkan orang-orang yang beriman”.¹¹

Menjelaskan peristiwa Nabi Yunus yang marah kepada kaumnya dan lari menyebrang lautan. Ditengah laut ia mengalami kesulitan karena kapal yang ditumpangnya tak mampu berlayar di tengah ganasnya badai karena kelebihan muatan, lalu ia terjun ke laut bebas dan ditelan ikan besar. Ia bertaubat dan berdoa kepada Allah agar lepas dari kesulitan baru itu, meskipun sebenarnya ia masih tetap dalam keadaan marah. Selain itu juga tertuang di surah Al-A'raf ayat 150 yang berbunyi:

كُفُّمْ أَمْرًا عَجَلْتُمْ بَعْدِي مِنْ خَلَفْتُمُونِي بِئْسَمَا قَالَ أَسِفًا غَضِبْنَا قَوْمِهِ إِلَى مُوسَى رَجَعَ وَلَمَّا
 تَلُونِي وَكَادُوا اسْتَضْعَفُونِي الْقَوْمَ إِنْ أَمَّ بِنَ قَالَ إِلَيْهِ تَجْرُهُ أَخِيهِ بِرَأْسٍ وَأَخَذَ الْأَلْوَا حِ وَالْقَى رَدِ
 ﴿١٥٠﴾ الظَّالِمِينَ الْقَوْمِ مَعَ تَجْعَلْنِي وَلَا الْأَعْدَاءِ تَشْمِتْ فَلَا يَفِ

Terjemahnya:

“Dan tatkala Musa telah kembali kepada kaumnya dengan marah dan sedih hati berkatalah dia: "Alangkah buruknya perbuatan yang kamu kerjakan sesudah kepergianku! Apakah kamu hendak mendahului janji Tuhanmu? dan Musapun melemparkan luh-luh (Taurat) itu dan memegang (rambut) kepala saudaranya (Harun) sambil menariknya ke arahnya, Harun berkata: "Hai anak ibuku, Sesungguhnya kaum ini telah menganggapku lemah dan Hampir-hampir mereka membunuhku, sebab itu janganlah kamu menjadikan musuh-

¹¹Depertemen Agama RI, *Al qur'an dan Terjemahan*, (Bandung: Sygma Examedia, 2007), h.457.

musuh gembira melihatku, dan janganlah kamu masukkan aku ke dalam golongan orang-orang yang zalim"¹²

Ekspresi marah dengan tindakan tampak sekali pada kedua ayat diatas. Surat Al-A'raf ayat 150 menerangkan bagaimana emosi marah Nabi Musa terhadap kaumnya yang dilampiaskan kepada saudaranya, Nabi Harun, karena dianggap tidak becus membimbing masyarakat seperti yang dikehendaknya. Musa melempar prasasti(luh-luh) yang berisi ayat-ayat Taurat yang ditangannya, kemudian menjambak rambut adiknya dan menariknya dengan darah amarah yang mendidih. Ini adalah gambaran ekspresi sebuah kemarahan yang sempat disinggung dalam Al-Qur'an.

3. Emosi Sedih

Penggambaran emosi sedih dalam Al-Qur'an, seperti halnya emosi-emosi lain, berbarengan dengan aneka peristiwa yang dialami manusia dalam melakukan hubungan intrapersonal, interpersonal, metapersonal. Allah selalu berharap agar manusia tidak mudah bersedih, terutama terhadap nasib orang-orang yang tak mau beriman.¹³

Sebagaimana telah disinggung sebelumnya bahwa ekspresi yang lazim ditampakkan oleh kesedihan ialah tangis. Namun, ini tidak berarti bahwa setiap tangis selalu mencerminkan kesedihan, karena tangis pada kenyataannya ada yang dimotivasi kegembiraan, keterharuan, atau bahkan kepura-puraan seperti terjadi pada kisah saudara-saudara Yusuf. Ekspresi lain dari kesedihan antara lain: wajah pucat, dingin, pandangan lesu, tanpa senyum, dan tidak bergairah.

¹²Depertemen Agama RI, *Al qur'an dan Terjemahan*, (Bandung; Sygma Examedia, 2007), h.210.

¹³M. Darwis Hude, *Emosi*, h179..

Dalam sejumlah ayat Al-Qur'an dijelaskan model-model ekspresi emosi sedih yang diperankan oleh manusia. Salah satunya tertuang di surah Yusuf ayat 84-86 yang berbunyi:

تَاللّٰهِ قَالُوۡا ۙ كَظِيۡمٌ فَهُوَ الْحُزْنُ مِنْ عِيۡنَاهُ وَاَبْيَضَّتْ يُوۡسُفَ عَلٰۤى يَتَاۡسَفٰۤى وَقَالَ عَنۡهُمۡ وَتَوَلّٰۤى
 شَكَوۡا اِنۡمَآ قَالَ ۙ اَلْهٰلِكِيۡنَ مِنْ تَكُوۡنٍ اَوْ حُرۡصٰتِكُوۡنَ حَتّٰى يُوۡسُفَتَدۡكُرُ تَفَتَّوۡا
 ۙ تَعَلَّمُوۡنَ لَا مَآ اَللّٰهُ مِنْ وَاَعَلِمَ اللّٰهُ اِلٰى وَحُزْنِيۡ بَيِّنٰۤى ا

Terjemahnya:

"Dan Ya'qub berpaling dari mereka (anak-anaknya) seraya berkata: "Aduhai duka citaku terhadap Yusuf", dan kedua matanya menjadi putih karena Kesedihan dan Dia adalah seorang yang menahan amarahnya (terhadap anak-anaknya). Mereka berkata: "Demi Allah, Senantiasa kamu mengingat Yusuf, sehingga kamu mengidapkan penyakit yang berat atau Termasuk orang-orang yang binasa". Ya'qub menjawab: "Sesungguhnya hanyalah kepada Allah aku mengadakan kesusahan dan kesedihanku, dan aku mengetahui dari Allah apa yang kamu tiada mengetahuinya."¹⁴

4. Emosi Takut

Emosi takut manusia dalam penuturan Al-Qur'an memiliki skala yang cukup luas. Tidak terbatas pada ketakutan di dunia, semisal ketakutan pada kelaparan, kehilangan jiwa dan harta, bencana alam, kematian, dan sebagainya, tapi juga ketakutan pada kesengsaran di akhirat. Hal ini menjadi pembeda yang tegas antara orang beriman yang percaya dengan kehidupan akhirat dengan yang tidak.¹⁵

Ada banyak macam emosi takut yang dilukiskan Al-Qur'an mulai dari ekspresi menutup telinga ketika mendengar petir dan kilat yang menyambar-nyambar, mengungsi ke luar negeri karena takut perang, sampai ketakutan pada diri sendiri (intrapersonal), orang lain (interpersonal), dan Tuhan (metapersonal).

¹⁴Depertemen Agama RI, *Al qur'an dan Terjemahan*, (Bandung; Sygma Examedia, 2007), h.320.

¹⁵M. Darwis Hude, *Emosi*, h.192.

5. Emosi Benci

Emosi kebencian dan ketidaksenangan manusia, sebagaimana tergambar dalam Al-Qur'an, umumnya mengarah kepada kebencian terhadap kebenaran yang datang dari Allah berupa wahyu itu sendiri, keharusan untuk taat, berjihad, berinfak dan seterusnya.¹⁶ Tema-tema kebencian dalam Al-Qur'an terhitung sangat sedikit dibanding tema-tema antonimnya, semisal kesenangan. Hal ini menunjukkan betapa pendekatan Al-Qur'an cenderung menggunakan pendekatan reward (ganjaran, targhib) daripada punishment (hukuman, ancaman, tarhib).

Eksresi emosi benci yang digambarkan oleh Al-Qur'an adakalanya bersifat spontanitas dan non-spontanitas. Eksresi non-spontanitas sejatinya hanya tertunda karena ada faktor lain yang mencegahnya. Salah satu ayatnya tertuang dalam surah Asy-Syu'ara' ayat 168-169:

يَعْمَلُونَ مِمَّا وَاٰهْلِيْ نَجْنِيْ رَبِّ ۗ اَلْقَالِيْنَ مِّنْ لِّعْمَلِكُمْ اِنِّيْ قَالٌ

Terjemahnya:

Luth berkata: "Sesungguhnya aku sangat benci kepada perbuatanmu".(Luth berdoa): "Ya Tuhanku selamatkanlah aku beserta keluargaku dari (akibat) perbuatan yang mereka kerjakan".¹⁷

6. Emosi Heran dan Kaget

Emosi heran dan kaget berada pada garis kontinum yang sama. Heran berawal dari terjadinya sesuatu di luar apa yang dibayangkan. Sedangkan kaget bermula dari sesuatu yang terjadi secara tiba-tiba. Intensitas emosi pada kaget lebih dalam dibanding emosi pada peristiwa heran.

¹⁶M. Darwis Hude, *Emosi*, h.206.

¹⁷Departemen Agama RI, *Al qur'an dan Terjemahan*, (Bandung; Sygma Examedia, 2007), h.565.

2.2.3 Strategi Regulasi Emosi

Menurut Kostiuk regulasi emosi merupakan salah satu aspek yang penting dari perkembangan emosi seseorang. Regulasi emosi merupakan kemampuan untuk merespon tuntutan yang sedang berlangsung dari pengalaman dengan tingkat emosi dalam sikap yang dapat ditoleransi dan fleksibilitas yang cukup untuk melakukan reaksi spontan selama diperlukan. Ketidakmampuan meregulasi emosi menyebabkan seseorang tidak dapat membuat evaluasi yang masuk akal, tidak kreatif dalam meregulasi emosi dan juga ketidakmampuan membuat keputusan dalam berbagai konteks.¹⁸

Regulasi digunakan pada situasi tertentu terutama jika emosi yang muncul lebih ringan. Artinya kita dapat menghentikan atau mengatur emosi tersebut sebelum melakukan aksi dalam peristiwa-peristiwa tertentu. Menurut Gross ada empat aspek yang digunakan untuk menentukan kemampuan regulasi emosi seseorang yaitu:

1. Kemampuan strategi regulasi emosi (*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 kembali setelah merasakan emosi yang berlebihan.
2. Kemampuan tidak terpengaruh emosi negatif (*Engaging in goal directed behavior (goals)*) ialah kemampuan individu untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakannya sehingga dapat tetap berpikir dan melakukan sesuatu dengan baik.

¹⁸Deci Nansi dan Fajar Tri Utami, "Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Disiplin Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan", *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 2, No. 1, 2016, h. 19.

3. Kemampuan mengontrol emosi (*Controle motional responses (impulse)*) ialah kemampuan individu untuk dapat mengontrol emosi yang dirasakannya dan respon emosi yang ditampilkan (respon fisiologis, tingkah laku dan nada suara), sehingga individu tidak akan merasakan emosi yang berlebihan dan menunjukkan respon emosi yang tepat.
4. Kemampuan menerima respon emosi (*Acceptance of emotional response (acceptance)*) ialah kemampuan individu untuk menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif dan tidak merasa malu merasakan emosi tersebut.¹⁹

Aspek-aspek regulasi diri ini dapat digunakan dalam melakukan regulasi emosi karena munculnya emosi berasal dari diri sendiri. Keempat aspek diatas dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang dalam mengatasi suatu permasalahan agar tidak terpengaruh dengan emosi negatif. Menurut Gross regulasi emosi dapat dilakukan individu dengan banyak cara. Strategi regulasi emosi menurut gross ini dapat diterapkan dalam menghadapi suatu permasalahan agar emosi negatif tidak dapat berkembang.²⁰ Adapun strategi yang dilakukan adalah sebagai berikut.

- a. Seleksi Situasi (*Situation Selection*) Suatu cara dimana individu mendekati/menghindari orang atau situasi yang dapat menimbulkan emosi yang berlebihan. Contohnya, seseorang yang lebih memilih nonton dengan temannya daripada belajar pada malam sebelum ujian untuk menghindari rasa cemas yang berlebihan.

¹⁹Deci Nansi dan Fajar Tri Utami, "Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Disiplin Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan", *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 2, No. 1, 2016, h. 20.

²⁰Deci Nansi dan Fajar Tri Utami, "Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Disiplin Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan", *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 2, No. 1, 2016, h. 19-20.

- b. Modifikasi Situasi (*Situation Modification*) Suatu cara dimana seseorang mengubah lingkungan sehingga akan ikut mengurangi pengaruh kuat dari emosi yang timbul. Contohnya, seseorang yang mengatakan kepada temannya bahwa ia tidak mau membicarakan kegagalan yang dialaminya agar tidak bertambah sedih.
- c. Mengalihkan Perhatian (*AttentionDeployment*) Suatu cara dimana seseorang mengalihkan perhatian mereka dari situasi yang tidak menyenangkan untuk menghindari timbulnya emosi yang berlebihan. Contohnya, seseorang yang menonton film lucu, mendengar musik atau berolahraga untuk mengurangi kemarahan atau kesedihannya.
- d. Perubahan Kognitif (*Cognitive Change*) Suatu strategi dimana individu mengevaluasi kembali situasi dengan mengubah cara berpikir menjadi lebih positif sehingga dapat mengurangi pengaruh kuat dari emosi. Contohnya, seseorang yang berpikir bahwa kegagalan yang dihadapi sebagai suatu tantangan daripada suatu ancaman.
- e. Dalam Islam sendiri, cara mengendalikan amarah antara lain sebagai berikut:

1. Mengucapkan *Istii'adzah*

Ketika amarah datang memohon perlindungan dan berdoa kepada Allah

SWT dari godaan setan, sabda Nabi Muhammad SAW:

عَنْ مُعَاذٍ قَالَ اسْتَبَّ رَجُلَانِ عِنْدَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ فَغَضِبَ أَحَدُهُمَا حَتَّى أَنَّهُ لِيَتَخَيَّلَ إِلَيَّ أَنْ أَنْفَهُ لِيَتَمَرَّعُ مِنَ الْغَضَبِ فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنِّي لَا أَعْلَمُ كَلِمَةً لَوْ يَقُولُهَا هَذَا الْغَضْبَانُ لَذَهَبَ عَنْهُ الْغَضَبُ اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ رَوَاهُ أَبُو دَاوُدَ

Artinya:

Dari mu'adz berkata dua orang laki-laki bertengkar didepan bai SAW, maka salah seorang diantara keduanya marah sehingga, maka nabi SAW berkata sesungguhnya saya mengetahui suatu kalimat jika engkau membacanya marah

ini sungguh akan hilanglah daripadanya marah, ya Allah sesungguhnya aku berlindung dari padamu dari setan yang terkutuk.²¹

2. Mengubah Posisi

Jika cara membaca ta'audz juga amarah belum reda, maka hendaklah duduk (posisi berdiri), dan berbaring jika dalam posisi duduk dan teruskanlah dekatkan dengan tanah yang merupakan asal penciptaanmu. Dari Abu Dzar RA, Rasulullah SAW bersabda:

إِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ وَهُوَ قَائِمٌ فَلْيَجِ لِسِنِّ فَإِنْ ذَهَبَ عَنْهُ الْغَضَبُ وَإِلَّا فَلْيَضْطَجِعْ
رواه ابو داود

artinya:

Apabila salah seorang diantara kamu marah, sedangkan ia dalam keadaan berdiri, maka hendaklah ia duduk agar hilang kamarahan dirinya. Bila tidak, berbaringlah.²²

3. Meninggalkan perdebatan dan memilih diam

Saikh Abdurrahman bin Nashir As-Sa'di RA berkata, diantara hal bermanfaat yang harus dipahami bahwapenggunaan manusia, baik berupa kata-kata yang menyakitkan tidak akan merugikan anda. Justru sebaliknya, hal itu akan menyebabkan kerugian bagi mereka (orang yang menghina). Terkecuali jika anda menanggapi, kemudian hal tersebut menguasai perasaan anda, maka saat itu akan memberi mudarat kepada anda. Dari Ibnu Abbas Rasulullah SAW bersabda:

عَنْ ابْنِ عَبَّاسٍ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ أَنَّهُ قَالَ عَلِّمُوا وَيَسِّرُوا وَلَا تُعَسِّرُوا وَإِذَا غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَسْكُتْ رواه احمد

Artinya:

Dari Ibnu Abbas dari Muhammad SAW, bahwasanya Nabi SAW bersabda: berilah pelajaran dan selalu berbuatlah dalam hal yang dapat menggembarakan

²¹Majdi Muhammad Asy-Syahawi, Pen. Ahsan Abu Azzam, *Mawaaqif Ghadiba Fiha al-Rasul (Saat-Saat Rasulullah Saw Marah)*, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2005), h. 61-67.

²²Abu Daud Sulaiman bin Asy'as as-Sijistani, *Sunan Abi Daud*, (Riyadh: Maktabah Ma'arif), hlm. Jilid 4. H. 266.

orang lain dan janganlah kalian mempersulit seseorang, dan jika salah seorang diantara kamu marah, maka hendaklah dia diam.²³

4. Wudhu'

Diriwayatkan dari 'Athiyyah Sa'di RA, Rasulullah SAW bersabda:

عَنْ جَدِّي عَطِيَّةٌ وَقَدْ كَانَتْ لَهَا صُحْبَةٌ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِنَّ
الْعُضْبَ مِنَ الشَّيْطَانِ وَإِنَّ الشَّيْطَانَ خُلِقَ مِنَ النَّارِ وَإِنَّمَا تُطْفَأُ النَّارُ بِالْمَاءِ فَإِذَا
غَضِبَ أَحَدُكُمْ فَلْيَتَوَضَّأْ رَوَاهُ أَبُو دَاوُدَ

Artinya:

Dari nenekku 'Athiyyah RA dia memiliki sahabat, dia berkata Rasulullah SAW berkata, sesungguhnya marah itu datangnya dari setan dan sesungguhnya setan itu diciptakan dari api dan sesungguhnya api itu dipadamkan dengan air, maka apabila salah seorang kamu marah, maka hendaklah dia berwudhu'.²⁴

5. Memperbanyak Mengingat Allah (Dzikirullah)

Sesungguhnya jika hati manusia senantiasa mengingat Allah SWT maka hati akan terang sehingga otak dan akal tidak akan mudah dikuasai oleh amarah Allah berfirman dalam Al-Anfaal ayat 45 yang berbunyi:

تُفْلِحُونَ لَعَلَّكُمْ كَثِيرًا اللَّهُ وَاذْكُرُوا فَإِنَّ تَابُوتَكُمْ إِذْ آتَيْنَاكُمْ إِذْ آمَنُوا الَّذِينَ يَتَأْتِيهَا

Artinya:

Hai orang-orang yang beriman. apabila kamu memerangi pasukan (musuh), Maka berteguh hatilah kamu dan sebutlah (nama) Allah sebanyak-banyaknya agar kamu beruntung.²⁵

2.2.4 Penyelesaian Masalah

Berikut beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam menyelesaikan permasalahan adalah sebagai berikut.²⁶

²³ Ahmad bin Hanbal, *Musnad al-Imam Ahmad bin Hanbal*, (t.tmp: dar al-Fikr,t.thn), Jilid 2, h. 365

²⁴ Abu Daud Sulaiman bin Asy'as as-Sijistani, *Sunan Abi Daud*, (Riyadh: Maktabah Ma'arif), hlm. Jilid 4. h. 266.

²⁵ Departemen Agama RI, *Al qur'an dan Terjemahan*, (Bandung; Sygma Examedia, 2007), h.490.

1. Menjalinkan Komunikasi Terbuka

Dimana komunikasi terbuka sangat berguna untuk menjaga hubungan antar anggota dalam organisasi agar tetap harmonis dan terhindar dari konflik yang berkepanjangan. Serta agar terhindar dari kesalahpahaman dan fitnah. Apabila telah terjadi konflik internal atau eksternal sebaiknya didiskusikan dan dicari akar persoalannya, sehingga mampu dirumuskan solusi yang terbaik. Keterbukaan dalam komunikasi juga mempercepat penyelesaian konflik agar tidak semakin memanas dan solusi juga mudah ditemukan dengan berkomunikasi dengan terbuka yang dilakukan pihak yang terlibat konflik. Sikap terbuka atau tidak menyembunyikan persoalan merupakan hal yang seharusnya dilakukan demi kelancaran hubungan dalam organisasi.

2. Menyelesaikan Persoalan dengan Proaktif

Bersikap proaktif hendaknya dilakukan oleh setiap anggota dalam organisasi, entah organisasi apapun itu. Ketika terjadi konflik dalam organisasi maka setiap anggota harus mampu berperan aktif untuk menyelesaikan masalah secara tuntas dan memberikan alternatif pemecahan masalah

3. Membuat Prosedur Penyelesaian Konflik

Cara mengatasi konflik organisasi sangat efektif jika diterapkan prosedur penyelesaian konflik dalam suatu organisasi. Pembuatan prosedur ini hendaknya dirumuskan secara sistematis agar setiap kali terjadi konflik bisa segera ditangani dengan adil. Penyelesaian ini dimulai dari pelaporan dan penelusuran kasusnya.

²⁶<http://www.lampung.co/blog/6-cara-mengatasi-konflik-dalam-organisasi-agar-tetap-satu-visi/diakses-pada-tanggal-02-Juli-2020>.

4. Mengerahkan Anggota Untuk Bersikap Fleksibel

Sikap fleksibel hendaknya dimiliki oleh setiap anggota organisasi. Dengan sikap fleksibel, seseorang mampu menerima pendapat orang lain dan peka terhadap perubahan. Sikap yang semacam ini mampu menjaga kelangsungan organisasi yang minim konflik. Perubahan yang terjadi bisa disikapi dengan kepala dingin dan organisasi bisa mengalami kemajuan.

5. Membudayakan Sikap Toleransi

Sikap toleransi merupakan sikap saling menghargai antar anggota organisasi, sehingga bisa menerima perbedaan latar belakang, pemikiran, dan juga sikap dari setiap individu. Berkaitan dengan hal tersebut, membudayakan sikap toleransi merupakan salah satu cara mengatasi konflik yang efektif, sehingga setiap anggota bisa bekerjasama dengan baik.

6. Menerapkan Peraturan yang Adil

Keadilan merupakan suatu hal yang sangat penting dan harus diterapkan dalam suatu organisasi agar tidak terjadi benterokan kepentingan. Hak dan kewajiban dari setiap anggota dalam organisasi juga bisa terbagi secara merata sesuai dengan porsinya masing-masing.

2.3 Tinjauan Konseptual

2.3.1 Strategi Regulasi Emosi

Menurut Kostiuk regulasi emosi merupakan salah satu aspek yang penting dari perkembangan emosi seseorang. Regulasi emosi merupakan kemampuan untuk merespon tuntutan yang sedang berlangsung dari pengalaman dengan tingkat emosi dalam sikap yang dapat ditoleransi dan fleksibilitas yang cukup untuk melakukan reaksi spontan selama diperlukan. Ketidakmampuan meregulasi emosi menyebabkan

seseorang tidak dapat membuat evaluasi yang masuk akal, tidak kreatif dalam meregulasi emosi dan juga ketidakmampuan membuat keputusan daalam berbagai konteks.²⁷

Regulasi digunakan pada situasi tertentu terutama jika emosi yang muncul lebih ringan. Artinya kita dapat menghentikan atau mengatur emosi tersebut sebelum melakukan aksi dalam peristiwa-peristiwa tertentu.

2.3.2 Bentuk-Bentuk Emosi Pada Manusia

1. Ekspresi Wajah

Ekspresi wajah merupakan ekspresi paling umum terjadi manakalah manusia mengalami peristiwa emosi. Wajah pucat, merah, mengerut, berseri-seri atau murung adalah sederet ekspresi emosi yang lazim dialami. Terdapat banyak ekspresi wajah, ekspresi yang sama dan mudah diidentifikasi dari ekspresi wajah.

2. Ekspresi Suara

Ekspresi suara saat emosi secara umum dalam pergaulan sehari-hari seperti tertawa, bersenandung, berteriak-teriak, memaki, atau tiba-tiba terenyak dengan tatapan kosong. Mengetahui emosi yang dialami oleh orang lain tidak selamanya gampang hanya mendengar suara yang keluar dari mulutnya, kecuali suara tertawa yang hampir dapat dipastikan sebagai pertanda senang.

3. Ekspresi Sikap dan Tingkah Laku

Sikap adalah kesiapan untuk melakukan suatu tindakan tertentu terhadap sesuatu yang tertentu pula. Ekspresi emosi dalam bentuk tingkahlaku cakupannya sangat luas , seluas aktifitas manusia itu sendiri.

²⁷Deci Nansi dan Fajar Tri Utami, “Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Disiplin Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan”, *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 2, No. 1, 2016, h. 19.

4. Ekspresi Lain-lain

Ekspresi emosi yang sering muncul dalam kehidupan sehari-hari terbilang banyak meliputi ekspresi wajah, suara sikap dan tingkalku sebagaimana telah diterangkan pada wajah. Akan tetapi pada kasus emosi berat dijumpai pula adanya yang orang yang mengalami syok berat atau bahkan tak sadarkan diri (pingsan).²⁸ Beberapa bentuk emosi ini dapat menggambarkan emosi yang ada dalam diri seseorang ekspresi wajah mudah diidentifikasi dibandingkan dengan ekspresi lain karena ekspresi wajah nampak dan dapat dilihat secara kasat mata.

2.3.3 Gerakan Pramuka

2.3.2.1 Pengertian Gerakan Pramuka

Pramuka adalah singkatan dari praja muda karena dan merupakan organisasi dan gerakan kepanduan. Pramuka adalah sebuah organisasi yang merupakan wadah proses pendidikan kepramukaan yang dilaksanakan di Indonesia dalam dunia Internasional, pramuka disebut dengan istilah “kepanduan”. Gerakan pramuka atau gerakan kepanduan praja muda karena merupakan satu-satunya wadah (organisasi) berbadan hukum yang berhak menyelenggarakan kepramukaan di Indonesia.

Gerakan pramuka berkedudukan di ibu kota Negara Republik Indonesia dan didirikan untuk waktu yang tidak ditentukan dan ditetapkan dengan Keputusan Presiden Republik Indonesia Nomor 238 Tahun 1961, sebagai kelanjutan dan pembaruan gerakan kepanduan nasional Indonesia.

²⁸M. Darwin Huda, *Emosi*, (Jakarta : Erlangga, 2006), h. 47.

2.3.2.2 Visi dan Misi

Visi dari Gerakan pramuka adalah sebagai wadah pilihan utama dan solusi handal masalah kaum muda. Adapun misi dari gerakan pramuka adalah sebagai berikut.

1. Mempramukakan kaum muda,
2. Membina anggota yang berjiwa dan berwatak pramuka, berlandaskan iman dan takwah (Imtaq), serta selalu mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (Iptek),
3. Membentuk kader bangsa patriot pembangunan yang memiliki jiwa bela negara,
4. Menggerakkan anggota dan organisasigerakan pramuka agar peduli dan tanggap terhadap masalah-masalah masyarakat.

2.4 Kerangka Pikir

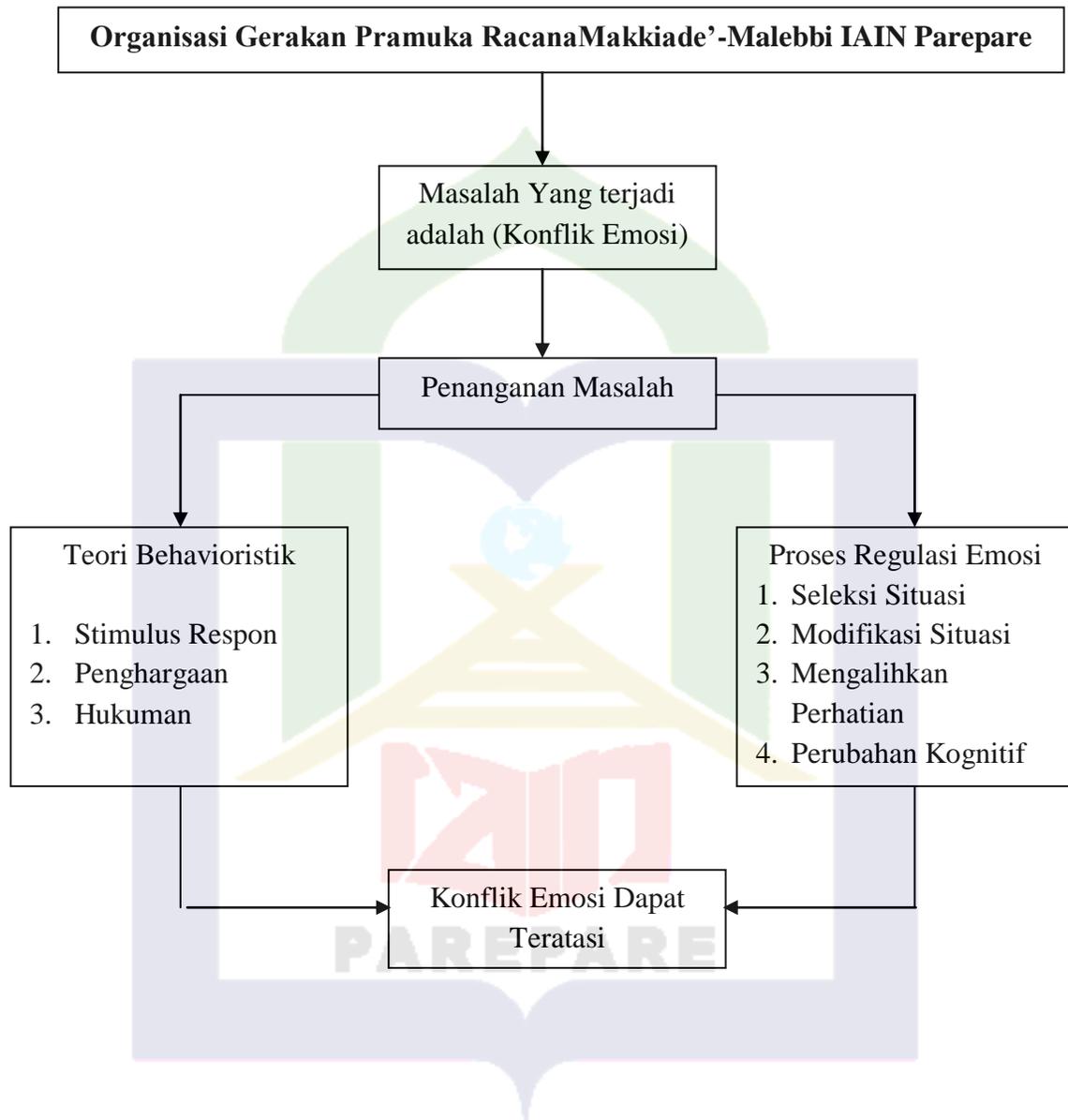
Kerangka pikir sebagai gambaran tentang pola hubungan antara konsep dan atau secara koheren yang merupakan gambaran yang utuh terhadap fokus penelitian. Jadi kerangka pikir merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dan berbagai teori yang telah dideskripsikan. Berdasarkan teori-teori tersebut, selanjutnya dianalisis secara kritis dan sistematis, sehingga menghasilkan sintesa tentang hubungan antara variabel yang diteliti.²⁹

Pada penelitian ini mengenai Strategi Regulasi Emosi Dalam Menangani Masalah Pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade' - Malebbi IAIN Parepare. Peneliti menggunakan teori behavioristik dan proses regulasi emosi dalam mengatasi masalah emosi yang menyebabkan perubahan tingkahlaku yang terjadi pada tubuh sebagai respon terhadap rangsangan-rangsangan yang datang

²⁹Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D)* (Bandung: Alfabeta, 2012), h. 92.

dari luar. Sehingga dengan adanya regulasi emosi pengurus lebih mampu mengontrol emosinya apabila terjadi suatu masalah. Sehingga tidak menimbulkan konflik emosi yang negatif. Ekspresi emosi bisa berupa ekspresi wajah, ekspresi suara, ekspresi sikap dan tingkah laku dan ekspresi lainnya. Seorang pengurus harus mampu mengatasi masalahnya dengan penggunaan strategi yang tepat yang harus digunakan dalam mengontrol atau meregulasi emosinya.





BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Dengan merujuk pada permasalahan yang dikaji, penelitian ini termasuk dalam kategori penelitian lapangan (*field research*) yakni meneliti peristiwa-peristiwa yang ada dilapangan sebagaimana adanya. Berdasarkan masalahnya, penelitian ini digolongkan sebagai jenis penelitian kualitatif (*qualitative research*) yang bersifat analisis-deskriptif yang artinya penelitian ini berupaya mendeskripsikan, mencatat, menganalisis, dan menginterpretasikan apa yang diteliti, melalui observasi, wawancara dan mempelajari dokumentasi¹ mengenai *Strategi Regulasi Emosi Dalam Menangani Masalah Pada Pengurus Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade'-Malebbi IAIN Parepare*.

3.2 Fokus penelitian

Penetapan fokus penelitian untuk mengungkapkan garis besar dari penelitian yang dilakukan dalam studi dengan konsentrasi terhadap masalah yang akan diteliti. Adapun penelitian ini berfokus pada bagaimana strategi regulasi emosi pengurus organisasi gerakan pramuka racana *makkiade'- malebbi* IAIN Parepare.

3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.3.1 Lokasi Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di sanggar organisasi gerakan pramuka racana *makkiade'-malebbi'* IAIN Parepare.

¹Mardalis, *Metode Penelitian: Pendekatan Proposal* (Cet. VII; Jakarta: Bumi Aksara, 2004), h. 26.

3.3.2 Waktu Penelitian

Peneliti akan melakukan penelitian dalam waktu kurang lebih selama 2 bulan sejak proposal ini diterima yang dimana kegiatannya meliputi: Persiapan (pengajuan proposal penelitian), pelaksanaan (pengumpulan data), pengelolaan data (analisis data) dan penyusunan hasil penelitian.

3.4 Sumber Data

Jenis sumber data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer (*primary data*) dan data sekunder (*secondary data*).

3.4.1 Data primer yaitu data yang diperoleh langsung dari objek yang akan diteliti.

Data primer yang diperoleh langsung dari sumbernya, baik melalui wawancara, observasi, maupun laporan dokumen yang tidak resmi yang kemudian diolah oleh peneliti.² Adapun data primer dalam penelitian ini bersumber dari lapangan berupa hasil wawancara langsung dengan pengurus inti organisasi gerakan pramuka racana *makkiade'–malebbi'* IAIN Parepare

3.4.2 Data sekunder yaitu data yang diperoleh dari buku-buku yang berhubungan dengan objek penelitian dalam bentuk laporan, skripsi, tesis, dan disertasi. Adapun data sekunder dalam penelitian ini bersumber dari literatur-literatur yang berkaitan dengan regulasi emosi kepengurusan organisasi.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Data penelitian dapat diperoleh dengan adanya metode pengumpulan data. Adapun beberapa metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut

²Zinuddin Ali, *Metode Penelitian Hukum* (Jakarta: Sinar Grafika, 2011), h.105.

3.5.1 Observasi

Metode observasi adalah aktivitas pencatatan fenomena yang dilakukan secara sistematis.³ Dalam hal ini, peneliti mengadakan pengamatan terhadap regulasi emosi pengurus organisasi gerakan pramuka racana *makkiade'–malebbi'* IAIN Parepare. Observasi dilakukan di tempat, pelaku, kegiatan, objek, perbuatan dan kejadian. Tujuan dilakukannya observasi adalah untuk menyajikan gambaran realistik perilaku atau kejadian guna menjawab pertanyaan.

3.5.2 Wawancara (*interview*)

Wawancara (*interview*) yaitu cara pengumpulan data dan informasi dengan cara bertanya langsung kepada informan, yaitu orang yang ahli dan yang berwenang dengan masalah tersebut.⁴

Adapun informan yang akan diwawancarai oleh peneliti adalah pengurus inti organisasi gerakan pramuka racana *makkiade'–malebbi'* IAIN Parepare. Peneliti menkonstruksi pertanyaan-pertanyaan sebagai pedoman (*guidance*) wawancara sehingga objek permasalahan terungkap melalui jawaban informan secara terbuka dan terarah dan hasil wawancara dapat langsung ditulis peneliti.

3.5.3 Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi biasanya berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif. Cara ini diarahkan untuk mencari data

³Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial* (Yogyakarta: PT Gelora Aksara Pratama, 2009), h. 101.

⁴Masri Singarimbun dan Sofian Effendi, *Metode Penelitian Survei* (Cet V; Jakarta: PT Repro Golden Victory, 1985), h. 145.

penunjang mengenai hal-hal yang berupa catatan, buku, rekaman dan dokumen lain yang ada.

3.6 Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses sistematis pencarian dan pengaturan transkripsi wawancara, catatan lapangan, dan materi-materi lain yang telah di kumpulkan untuk meningkatkan pemahaman sendiri mengenai materi-materi tersebut dan untuk memungkinkan menyajikan apa yang sudah ditemukan pada orang lain.⁵

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah menggunakan analisis data deskriptif kualitatif, yaitu melukiskan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta yang diperoleh. Proses analisis dimulai dengan menelaah seluruh data yang tersedia dari berbagai sumber.

Penelitian ini termasuk jenis penelitian lapangan (*field Research*), merupakan metode untuk menemukan secara khusus dan realitas tentang suatu fenomena muamalah yang terjadi di masyarakat. Dalam hal ini akan langsung mengamati strategi regulasi emosi pengurus organisasi gerakan pramuka racana *makkiade'*–*malebbi'* IAIN Parepare dengan beberapa teknik analisis data yaitu:

3.6.1 Analisis Isi (*Content Analysis*)

Dalam melakukan analisis terhadap data yang peneliti peroleh, peneliti menggunakan teknik *content analysis* yaitu analisis isi atau kajian isi. Kajian isi adalah teknik penelitian yang dimanfaatkan untuk menarik kesimpulan yang replikatif dari data atas dasar konteksnya.

⁵Emzir, *Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data* (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), h.85.

3.6.2 Analisis Deskriptif

Penelitian ini dianalisa dengan menggunakan teknik deskriptif analisis, yaitu menggambarkan kondisi, situasi, atau fenomena yang tertuang dalam data yang diperoleh⁶ mengenai strategi regulasi emosi kepengurusan di organisasi. Analisis data dalam penelitian ini mengunakan pola pikir induktif, yaitu menganalisa data khusus yang telah dikumpulkan sebagai dasar untuk menarik suatu kesimpulan yang bersifat umum tentang strategi regulasi emosi pengurus organisasi gerakan pramuka racana *makkiade'–malebbi'* IAIN Parepare.

3.6.3 Pengolahan Data

Pengolahan data diartikan sebagai rangkaian proses mengolah data yang diperoleh kemudian disusun dengan tujuan, rancangan, dan sifat penelitian. Metode pengolahan data dalam penelitian ini antara lain sebagai berikut:

3.6.3.1 *Identifikasi* data adalah pengenalan dan pengelompokan data sesuai dengan judul skripsi yang memiliki keterkaitan yang relavan. Data yang diambil adalah data yang berkaitan dengan strategi regulasi emosi pengurus organisasi gerakan pramuka racana *makkiade'–malebbi'* IAIN Parepare.

3.6.3.2 *Reduksi* data adalah kegiatan memilih data yang relevan dengan pembahasan agar penulisan skripsi menjadi efektif dan mudah dipahami nantinya oleh pembaca.

3.6.3.3 *Editing* data yaitu proses pemeriksaan data hasil penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan dan keabsahan data yang akan dideskripsikan dalam menentukan jawaban pokok permasalahan. Hal ini dilakukan dengan

⁶Muhammad Burhan, *Penelitian Kualitatif Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial*, (Jakarta: Kencana, 2011), h.68.

tujuan untuk mendapatkan data yang berkualitas sesuai dengan literatur yang didapatkan dari sumber bacaan.

3.6.3.4 *Verifikasi* data yaitu melakukan pemeriksaan kembali terhadap sumber data yang diperoleh untuk menentukan keaslian data yang telah diperoleh.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Pelaksanaan penelitian diawali dengan mencari informan untuk pengumpulan data dalam penelitian. Kegiatan ini penulis lakukan dengan melakukan observasi dikampus dan melakukan wawancara informal dengan beberapa teman dekat, baik itu bertemu secara langsung maupun secara tidak langsung melalui media sosial *whatsapp*. Sesuai dengan judul penelitian, maka penulis memilih anggota racana yang masuk dalam struktur kepengurusan untuk dijadikan informan dalam penelitian penulis. Masing-masing informan penelitian diwawancarai dengan menggunakan pedoman wawancara yang sama namun dikembangkan berdasarkan situasi dan interaksi antara peneliti dan informan yang diwawancarai. Peneliti berusaha mendeskripsikan hasil penelitian berdasarkan rumusan masalah yang telah disusun oleh peneliti sebelumnya.

4.1.1 Profil Racana Makkiade'-Malebbi IAIN Parepare

Pramuka IAIN Alauddin Parepare dulunya bernama DRD Pramuka Gudep 02.169 – 02.070 tahun 2011. Syembara pembentukan racana pramuka STAIN Parepare yang diresmikan tanggal 23 Maret 2011 sebagai Unit Kegiatan Khusus (UKK). DRD Pramuka STAIN Parepare berubah menjadi Racana Albadi' (pembaharuan) pangkalan STAIN Parepare dengan nama satuan putra Andi Abdullah Bau Maseppe dan satuan putri Andi Sodji Petta Kangge'ne.

Tahun 2016 Kwarcab kota Parepare menetapkan perubahan nomor gudep menjadi 02.001 – 02.002 kemudian pada tahun 2019 hasil keputusan musyawarah racana pada tanggal 30 Desember nama racana Albadi' diubah menjadi racana

Makkiade' – Malebbi pangkalan IAIN Parepare. Nama satuan putra Makkiade' dan nama satuan putri Malebbi yang digunakan sampai saat ini.¹

Gerakan pramuka mendidik dan membina kaum muda Indonesia guna mengembangkan mental, moral, spiritual, emosional, sosial, intelektual dan fisiknya sehingga menjadi manusia yang berkepribadian, berwatak, dan berbudi pekerti uhur yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, kuat mental, emosional dan tinggi moral. Tinggi kecerdasan dan mutu keterampilannya kuat dan sehat jasmaninya pancasila, setia dan patuh

Warga negara Republik Indonesia yang berjiwa pancasila, setia dan patuh kepada Negara Kesatuan Republik Indonesia serta menjadi anggota masyarakat yang baik dan berguna, dan dapat membangun dirinya sendiri secara mandiri serta bersama-sama bertanggungjawab atas pembangunan bangsa dan negara, memiliki kepribadian terhadap sesama hidup dan alam lingkungan baik lokal, nasional, maupun internasional.

Gerakan Pramuka berfungsi sebagai lembaga pendidikan nonformal, diluar sekolah dan diluar keluarga, dan sebagai wadah pembinaan dan pengembangan generasi muda berlandaskan sistem among dengan menerapkan prinsip dasar kepramukaan, metode kepramukaan, dan motto gerakan pramuka yang pelaksanaannya disesuaikan dengan keadaan, kepentingan, dan perkembangan bangsa serta masyarakat Indonesia.

¹Pengurus Dewan Racana Makkiade' Malebbi', "*Profil Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade' Malebbi' IAIN Parepare Tahun 2020*", h. 1

4.1.2 Permasalahan yang Dihadapi oleh Pengurus Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade'-Malebbi

Perguruan tinggi pada umumnya mempunyai banyak aktifitas yang bisa digunakan untuk pengembangan diri serta melatih kemampuan mahasiswa yaitu dengan berorganisasi diluar kegiatan belajar mengajar dikampus. Mahasiswa didalam kampus melakukan bermacam-macam kegiatan, ada mahasiswa yang hanya melakukan aktivitas perkuliahan tanpa melakukan kegiatan berorganisasi baik didalam maupun diluar kampus dan ada pula mahasiswa yang aktif dalam mengikuti organisasi baik didalam maupun diluar kampus. Dalam berorganisasi mahasiswa dapat melatih kecakapan serta kemampuannya dalam kepemimpinan, melatih diri pada suatu permasalahan untuk menemukan *problem solving*, berani mengungkapkan berbagai gagasan yang sesuai dengan harapannya, serta dapat bersosialisasi dengan masyarakat diberbagai kegiatan yang diikutinya.

Pada sebuah organisasi pasti akan muncul berbagai permasalahan-permasalahan yang memicu konflik antar individu didalam organisasi tersebut. Berdasarkan dari hasil wawancara dengan beberapa informan akhirnya dapat diketahui tentang permasalahan yang dihadapi oleh pengurus organisasi gerakan pramuka racana Makkiade'-Malebbi. Permasalahan-permasalahan ini dapat dipicu oleh beberapa sebab seperti perbedaan pendapat, kurangnya keaktifan anggota, izin orang tua, tidak menaati aturn organisasi dan kurangnya kepedulian anggota. Adapun beberapa permasalahan yang sering terjadi di organisasi racana makkiade'-malebbi yaitu sebagai berikut.

1. Perbedaan Pendapat

Perbedaan pendapat adalah sebuah gagasan atau entitas yang berbeda dengan apa yang diputuskan dan dikemukakan oleh satu atau lebih orang dalam suatu pengambilan keputusan. Manusia adalah makhluk individu dan juga makhluk sosial. Sebagai individu, ia mempunyai kemauan dan kehendak yang mendorongnya berbuat dan bertindak. Sehingga hal ini menunjukkan bahwa manusia memiliki naluri untuk mengambil sebuah keputusan dan kehendak berdasarkan pengetahuannya. Begitupun dengan sebuah pendapat, sebuah pendapat disampaikan karena suatu individu memiliki kehendak tentang sesuatu. Sebagai individu yang memiliki pemikiran dan naluri untuk berkehendak, sudah dapat dipastikan setiap individu pasti memiliki perbedaan pendapat.

Seperti itulah yang juga terjadi dalam sebuah organisasi, dimana pengambilan keputusan terkadang tidak sejalan dengan pemikiran satu sama lain. Sehingga terkadang menjadi pemicu munculnya sebuah permasalahan dalam organisasi terkhususnya Organisasi Gerakan Pramuka pangkalan IAIN Parepare yaitu Racana Makkiade'-Malebbi.

Berdasarkan dari hasil wawancara dengan informan I akhirnya dapat diketahui tentang permasalahan yang dihadapi oleh pengurus organisasi gerakan pramuka racana Makkiade'-Malebbi. Informan I bernama Ipa Ariana adalah mahasiswi dari IAIN Parepare yang kini berusia 21 tahun berasal dari Kabupaten Enrekang dan saat ini sudah berada pada semester 7. Ipa Ariana memiliki hobi mendaki, dia memiliki jiwa-jiwa pemberani didalam dirinya. Ia menyukai segala sesuatu yang menantang. Selain itu Ipa Ariana juga aktif berorganisasi adapun

organisasi yang dimasuki yaitu Sema Fakultas Syariah dan Racana Malebbi gugus depan 02.002 IAIN PAREpare yang sekarang Ia menjabat sebagai ketua dewan putri.

Peneliti melakukan wawancara dengan informan di sanggar racana makkiade'-malebbi. Pada awal wawancara informan menunjukkan suasana hati yang sedang baik yang menandakan tidak ada masalah rumit yang sedang dihadapi. Namun, permasalahan terkadang muncul dalam suatu kepengurusan organisasi tidak terkecuali organisasi pramuka racana makkiade'-malebbi'. Berdasarkan wawancara dengan Ipa Ariana selaku ketua dewan putri mengungkapkan bahwa:

“Didalam organisasi sering sekali muncul yang namanya masalah terlebih karakter didalam yang berbeda-beda yang sering kali egoismenya muncul, terlebih pada saat hendak melakukan kegiatan biasanya sebelum melaksanakan kegiatan kita sering adakan pertemuan atau rapat untuk membahas masalah persiapan. Tapi banyak juga anggota yang tidak datang padahal di grup whatsapp itu sudah dicantumkan kata WAJIB tapi masih saja kurang peka, kemudian pada saat rapat atau kegiatan sudah berlangsung banyak yang berbeda pendapat sebenarnya wajar kalau berbeda pendapat tapi ada juga yang merasa tidak terima bahkan sampai meninggalkan rapat atau kegiatan.”

Organisasi adalah tempat atau wadah di mana orang-orang berkumpul, bekerjasama secara rasional, sistematis, terkendali, dengan memanfaatkan sumber daya yang ada yang digunakan secara efisien serta efektif untuk mencapai tujuan bersama. Menurut Drs. H Malayu S.P. Hasibuan mendefinisikan organisasi sebagai suatu proses penentuan, pengelompokan, serta pengaturan bermacam-macam aktivitas yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan bersama.² Oleh karena itu organisasi adalah suatu pola hubungan melalui orang-orang di bawah arahan atasan sebagai suatu proses penentuan, pengelompokan, serta pengaturan bermacam-macam aktivitas supaya bisa mencapai tujuan bersama.

²Kompasiana, “Perbedaan Pendapat & Kehendak di Dalam Sebuah Organisasi”, <https://www.kompasiana.com/dimasalifpradifta8095/5dcd59ddd541df766c12dba2/perbedaanpendapat-kehendak-didalam-sebuah-organisasi?page=all>, 07 Februari 2021.

Tujuan suatu organisasi dapat dicapai apabila kegiatan yang ada di dalam organisasi tersebut dikerjakan secara terarah sesuai dengan yang telah ditetapkan. Peran individu atau anggota dalam sebuah organisasi sangat penting dalam menyukseskan sebuah kegiatan. Namun perbedaan pendapat terkadang menjadi kendala dalam sebuah organisasi khususnya pada Organisasi Racana Makkiade' Malebbi'. Apalagi organisasi racana makkiade malebbi' adalah sebuah organisasi satuan terpisah yang terbagi atas satuan putra dan satuan putri, sehingga ada dua orang ketua yang memimpin organisasi tersebut yaitu ketua dewan putra dan ketua dewan putri. Adanya dua kepemimpinan seringkali menimbulkan perdebatan yang memicu munculnya emosi dalam kepengurusan organisasi. Hal ini sebagaimana yang diungkapkan oleh Ipa Ariana selaku ketua dewan putri:

“Racana itu berbeda dengan organisasi lain yang ada di kampus karena dua orang ketuanya jadi sering kali muncul perdebatan antara saya dengan ketua putra terlebih saya orangnya emosian dan agak keras kepala dan dia juga kadang tidak mau mengalah sering itu anggota juga pusing harus mengikuti intruksi dari siapa.”

Hal ini juga diungkapkan oleh Syahrul Agriansyah selaku ketua Dewan putra:

“Masalah yang sering sekali muncul itu di racana ya perbedaan pendapat baik waktu persiapan kegiatan maupun pada saat mulai kegiatan terlebih kalau penentuan keputusan dilakukan hanya oleh pengurus dewan saja kadang saya sama Ipa (ketua dewan putri) itu tidak sama pendapat ku terus tidak ada mau mengalah juga”.

Adanya dua orang ketua seringkali memicu masalah dikarenakan anggota tidak tau intruksi dari ketua yang mana harus mereka ikuti, apakah itu intruksi dari ketua Putri atau dari ketua putra. Walaupun sebenarnya yang anggota putri jelas harus mengikuti intruksi dari ketua dewan putri dan yang anggota putra harus mengikuti intruksi dari ketua dewan putra tetapi dalam suatu kegiatan keduanya harus digabung

antara racana makkiade' dan racana malebbi' yang menyebabkan anggota menjadi kebingungan jika mendapat intruksi yang berbeda.

Grossmenyatakan bahwa dalam situasi tertentu, emosi terkadang mengalami ketidaksesuaian, sehingga individu mencoba untuk mengatur respon emosional agar emosi tersebut bisa lebih bermanfaat dalam mencapai tujuan. Strategi yang dilakukan untuk mengendalikan respon emosional inilah yang disebut regulasi emosi, yaitu sebuah kemampuan untuk melakukan kontrol dan penyesuaian emosi yang timbul dengan jumlah atau intensitas yang sesuai dalam rangka mencapai tujuan tertentu.

2. Keaktifan Anggota

Permasalahan lain yang juga sering terjadi racana yaitu keaktifan anggota. Keaktifan anggota yang dimaksud disini adalah mengikuti seluruh kegiatan yang ada di racana baik kegiatan harian, bulanan, dan tahunan. Berdasarkan hasil wawancara langsung dengan Ismail yang merupakan mahasiswa IAIN Parepare dan jugapengurus inti racana makkiade' yang menjabat sebagai sekertaris (kirani) dewan putra. Ia adalah anak ketiga dari empat bersaudara. Ia aktif dalam gerakan pramuka sejak duduk di bangku SMA kecintaannya terhadap gerakan pramuka membuatnya memutuskan untuk melanjutkannya di bangku perkuliahan. Pramuka mengajarkannya banyak hal dan juga memiliki banyak kenalan. Namun, tentu saja dalam berorganisasi kita pasti pernah dirundung masalah. Hal ini juga diungkapkan oleh Ismail selaku kirani dewan putra:

“ Jika ditanya mengenai masalah apa saja yang ada dalam organisasi gerakan pramuka racana makkiade'-malebbi dari dulu sampai sekarang permasalahannya adalah keaktifan anggota yang kurang, terlebih pada masa pandemi seperti sekarang banyak dari anggota yang pulang kampung dikarenakan kuliah online. Permasalahan anggota sudah sering diangkat pada rapat bahkan sudah ditegaskan bahwa jika ada anggota yang tidak aktif bisa saja dilakukan pemecatan. Ibarat masuk telinga kanan keluar telinga kiri hal itu tidak dipedulikan, inilah yang sering kali memicu munculnya emosi.”

Masalah kurangnya keaktifan anggota menjadi sesuatu yang dapat menghambat terlaksananya kegiatan di rencana karena dalam menyelesaikan suatu kegiatan dibutuhkan kerjasama tim. Wawancara lain juga dilakukan kepada Yeni Nurisma selaku kerani dewan putri. Adapun hasil wawancaranya yaitu:

“Masalah besar itu kalau berkegiatan ki yaitu kurang anggota apalagi kalau kegiatan besar mi pasti kewelahan ki kalau yang aktif cuma beberapa orang padahal sering kali ji disampaikan untuk datang tapi banyak sekali juga alasannya anggota.”

Munculnya masalah akibat dari kurangnya keaktifan anggota yang menyebabkan tidak efektifnya suatu kegiatan yang ada di dalam organisasi gerakan pramuka rencana makkiade'-malebbi. Sehingga hal tersebut juga menjadi penyebab munculnya masalah emosi. Emosi adalah suatu reaksi tubuh menghadapi situasi tertentu. Sifat dan intensitas emosi biasanya terkait erat dengan aktivitas kognitif (berpikir) manusia sebagai hasil persepsi terhadap situasi.

Sudah lama diketahui bahwa emosi merupakan salah satu aspek berpengaruh besar terhadap sikap manusia. Bersama dengan dua aspek lainnya, yakni kognitif (daya pikir) dan konatif (psikomotorik), emosi atau yang sering disebut aspek afektif, merupakan penentu sikap, salah satu predisposisi perilaku manusia.

3. Izin Orang Tua

Permasalahan mengenai izin orang tua biasanya sangat mempengaruhi kelancaran suatu kegiatan karena jika tidak mendapat izin maka akan ada beberapa anggota yang terkendala mengikuti suatu kegiatan. Berdasarkan hasil wawancara dengan Ulia Viona Ola Bala yang saat ini berusia 21 tahun berasal dari Kabupaten Pinrang. Ia adalah anak ketiga dari tiga bersaudara, ia mempunyai seorang kakak perempuan yang telah berumah tangga dan memiliki dua anak. Ia tinggal bersama

kedua orang tuanya dan juga seorang kakak laki-lakinya namun setelah kuliah Ia tinggal di kos-kosan yang terletak tidak jauh dari kampus. Viona juga aktif di racana dan sekarang menjabat sebagai bendahara atau disebut bangkir dalam gerakan pramuka. Ditanyai pada saat wawancara mengenai apa saja permasalahan yang biasa terjadi di racana beginilah jawaban dari Viona selaku bendahara (bangkir) dewan putri.

“Sebenarnya jika ditanya mengenai masalah yang sering muncul itu kebanyakan masalah pribadi yang kemudian mempengaruhi organisasi”.

Tidak semua masalah muncul dari dalam organisasi itu sendiri tetapi masalah juga dapat muncul jika anggota-anggota yang ada di dalam organisasi mengalami masalah diluar dari organisasi dan membawa masalah tersebut sampai kedalam organisasi. Seperti yang dikatakan oleh informan yang telah diwawancarai bahwa masalah yang dihadapi dalam organisasi bukan hanya terjadi karena adanya konflik dari dalam namun juga dari luar organisasi itu sendiri. Seperti masalah keluarga, dimana tidak semua individu diberi peluang untuk mengikuti kegiatan organisasi yang ada dikampus.

“Permasalahan yang sedang saya hadapi sekarang yaitu izin dari orang terlebih sekarang saya sudah tidak tinggal di kosan jadi jika ada kegiatan atau rapat saya harus pulang balik Parepare Pinrang. Hal ini yang membuat orang tua saya terutama Ibu saya kadang tidak memberikan izin sedangkan saya adalah pengurus inti di racana jadi saya memiliki tanggung jawab lebih dibandingkan dengan anggota lain. Jika dilarang saya sering kali merasa kesal dan jengkel tapi juga tidak bisa melawan karena itu adalah orang tua jadi yang saya kasih pengertian hanyalah pengurus lain di racana. Tapi kadang juga jika keseringan izin mereka tidak mau menerima alasan dan disitu kadang saya marah karena mereka tidak paham akan posisi saya.”.

Kesulitan mendapatkan izin untuk ikut berkegiatan oleh orang tua juga dapat memicu munculnya emosi baik itu emosi kepada orang tua maupun kepada anggota-anggota yang ada di organisasi. Emosi yang muncul biasanya bentuk kemarahan

dalam diri anggota karena keluarga tidak memberi izin untuk ikut dalam kegiatan organisasi, keinginan yang tidak dibolehkan oleh orang tua memicu munculnya bentuk emosi berupa amarah yang akhirnya emosi tersebut dibawa masuk ke dalam ranah organisasi sehingga menyebabkan konflik antar anggota maupun pengurus.

Permasalahan-permasalahan pribadi yang dihadapi oleh setiap anggota racana jika tidak dapat terselesaikan juga akan memberikan dampak negatif bagi suatu kepengurusan di racana itu sendiri sehingga memicu munculnya emosi yang tidak bisa dikontrol dengan baik.

Emosilah yang seringkali menghambat orang tidak melakukan perubahan. Ada perasaan takut dengan yang akan terjadi, ada rasa cemas, ada rasa khawatir, ada pula rasa marah karena adanya perubahan. Hal tersebut itulah yang seringkali menjelaskan mengapa orang tidak mengubah polanya untuk berani mengikuti jalur-jalur menapaki jenjang kesuksesan. Itulah mengapa sangat dibutuhkan strategi dalam mengatasi emosi negatif yang muncul dari persepsi kognitif dalam diri seorang individu.

4. Tidak Menaati Aturan Organisasi

Keberhasilan suatu organisasi bisa terwujud apabila aspek yang didalamnya terlaksana dengan baik salah satu aspek tersebut adalah bagaimana anggota mampu memegang dan melkkan aktifitas dibidangnya masing-masing. Apabila anggota tidak menaati suatu peraturan yang telah ditetapkan dalam organisasi maka suatu program yang telah dirancang dengan matang dan perhitungan tidak akan terlaksana dengan baik jika sumber daya manusia sebagai penggeraknya tidak mempunyai kualitas yang baik. Seperti yang diungkapkan oleh kak sitti subaeda selaku pemangku adat putri mengatakan bahwa:

“Masalah yang biasa terjadi di racana itu salah satunya adalah tidak menaati adat racana atau aturan yang berlaku di racana seperti tidak ikut upacara bendera pada hari senin, kurangnya kedisiplinan waktu misal pada saat rapat banyak sekali anggota yang terlambat dari waktu yang diaktentukan, tidak berpakaian Pramuka lengkap pada hari senin dan pada saat ada kegiatan yang diharuskan menggunakan seragam pramuka.”

Dalam hal ini kedisiplinan merupakan salah satu faktor sangat berpengaruh terhadap pencapaian tujuan suatu organisasi. Dengan adanya kedisiplinan yang tinggi akan dapat mendorong organisasi untuk meningkatkan kualitas dan akan selalu terarah pada pencapaian tujuan. Menurut Malayu S.P Hasibuan “kedisiplinan adalah kesadaran dan kesediaan seseorang menaati semua peraturan dan norma-norma sosial yang berlaku di dalam suatu organisasi. Kesadaran adalah sikap seseorang yang secara suka rela menaati semua peraturan dan sadar akan tugas dan tanggung jawabnya. Kesediaan adalah sikap, tingkah laku dan perbuatan seseorang yang sesuai dengan peraturan organisasi baik tertulis maupun tidak tertulis.

5. Kurangnya Kepeduliaan

Peduli adalah sebuah nilai dasar dan sikap memperhatikan dan bertindak proaktif juga keberpihakan kita untuk melibatkan diri dalam persoalan/keadaan disekitar kita. Kepedulian merupakan sikap yang harus dimiliki oleh semua anggota, kepedulian yang dimaksud disini adalah sikap simpati dan empati kita terhadap permasalahan yang terajadi di racana.

Tidak bisa dipungkiri jika terjadi suatu permasalahan maka harus ada rasa kepedulian yang ditunjukkan oleh orang-orang disekitar untuk membantu menemukan solusi dari permasalahan tersebut agar segera terselesaikan. Tidak hanya kepedulian terhadap masalah organisasi tetapi juga peduli terhadap sesama anggota racana. Hal ini diungkapkan oleh Reski selaku anggota Racana dalam wawancara dengan peneliti:

“Permasalahan yang ada di racana yaitu salah satunya adalah kuranya rasa peduli. Kenapa saya mengatakan hal demikian karena semisal ada masalah didalam pasti yang pusing itu hanya pengurus inti saja ada juga beberapa orang tapi paling satu atau dua orang padahal kalau mau dipikir itu adalah masalah bersama yang harus segera diselesaikan dan dicarikan solusi. Begitu juga pada saat berkegiatan cuma beberapa orang yang mau bekerja padahal banyak ji anggota yang bisa dibilang cuma jadi penonton.”

Sikap peduli adalah sikap keterpanggilan untuk membantu mereka yang lemah, membantu mengatasi penderitaan, dan kesulitan yang dihadapi orang lain. Orang-orang peduli adalah orang-orang yang tidak bisa tinggal diam menyaksikan penderitaan orang lain maka dirinya akan tergerak melakukan sesuatu. Apa yang dilakukan ini diharapkan dapat memperbaiki atau membantu kondisi disekitarnya terlebih dalam dasa darma pramuka yang kelima juga jelas tertulis “rela menolong dan tabah.” yang dimaksudkan kita harus saling peduli. Diharapkan seluruh anggota gerakan pramuka memiliki sikap peduli ini terlebih hal ini memang telah ada dalam kode moral gerakan pramuka.

Rela atau ikhlas adalah perbuatan yang dilakukan tanpa memperhitungkan untung dan rugi (tanpa pamrih). Rela menolong berarti melakukan perbuatan baik untuk kepentingan orang lain yang kurang mampu. Dengan maksud, agar orang yang ditolong itu dapat menyelesaikan maksudnya atau kemudian mampu merampungkan masalah seta tantangan yang dihadapi. Tabah atau ulet adalah suatu sikap jiwa tahan uji. Meskipun seseorang mengetahui bahwa menjalankan tugasnya akan menghadapi kesulitan, tetapi ia tidak mundur dan tidak ragu. Darma ini adalah tuntunan untuk mengamalkan Pancasila sila kelima. Adapun gambaran Permasalahan yang Dihadapi oleh Pengurus Organisasi Gerakan Pramuka Racana *Makkiade’-Malebbi* pada informan yang telah diwawancarai disajikan dalam tabel dibawah ini.

Tabel. 4.1
Gambaran Permasalahan Pengurus Dalam Organisasi

No	Gambaran Permasalahan Dalam Organisasi
1	Perbedaan pendapat
2	Kurangnya keaktifan anggota
3	Terkendala izin orang tua
4	Tidak menaati aturan organisasi
5	Kurangnya kepedulian antara anggota

Hasil penelitian tentang gambaran gambaran permasalahan yang Dihadapi oleh Pengurus Organisasi Gerakan Pramuka Racana *Makkiade'*–*Malebbidari* masing-masing informan yang telah diwawancarai mempunyai gambaran yaitu informan yang mengatakan bahwa perbedaan pendapat menjadi pemicu utama dalam munculnya permasalahan dalam organisasi.

Perbedaan pendapat adalah sebuah gagasan atau entitas yang berbeda dengan apa yang diputuskan dan dikemukakan oleh satu atau lebih orang dalam suatu pengambilan keputusan. Manusia adalah makhluk individu dan juga makhluk sosial. Sebagai individu, ia mempunyai kemauan dan kehendak yang mendorongnya berbuat dan bertindak. Sehingga hal ini menunjukkan bahwa manusia memiliki naluri untuk mengambil sebuah keputusan dan kehendak berdasarkan pengetahuannya. Begitupun dengan sebuah pendapat, sebuah pendapat disampaikan karena suatu individu memiliki kehendak tentang sesuatu. Sebagai individu yang memiliki pemikiran dan naluri untuk berkehendak, sudah dapat dipastikan setiap individu pasti memiliki perbedaan pendapat.

Seperti itulah yang juga terjadi dalam sebuah organisasi, dimana pengambilan keputusan terkadang tidak sejalan dengan pemikiran satu sama lain. Sehingga terkadang menjadi pemicu munculnya sebuah permasalahan dalam organisasi terkhususnya Organisasi Gerakan Pramuka pangkalan IAIN Parepare yaitu Racana Makkiade'-Malebbi.

Tujuan suatu organisasi dapat dicapai apabila kegiatan yang ada di dalam organisasi tersebut dikerjakan secara terarah sesuai dengan yang telah ditetapkan. Peran individu atau anggota dalam sebuah organisasi sangat penting dalam menyukseskan sebuah kegiatan. Namun perbedaan pendapat terkadang menjadi kendala dalam sebuah organisasi khususnya pada Organisasi Racana Makkiade' Malebbi'. Apalagi organisasi racana makkiade malebbi' adalah sebuah organisasi satuan terpisah yang terbagi atas satuan putra dan satuan putri, sehingga ada dua orang ketua yang memimpin organisasi tersebut yaitu ketua dewan putra dan ketua dewan putri. Adanya dua kepemimpinan seringkali menimbulkan perdebatan yang memicu munculnya emosi dalam kepengurusan organisasi.

Permasalahan lain yang juga sering terjadi di racana yaitu keaktifan anggota. Keaktifan anggota yang dimaksud disini adalah mengikuti seluruh kegiatan yang ada di racana baik kegiatan harian, bulanan, dan tahunan. Masalah kurangnya keaktifan anggota menjadi sesuatu yang dapat menghambat terlaksananya kegiatan di racana karena dalam menyukseskan suatu kegiatan dibutuhkan kerjasamatim.

Tidak semua masalah muncul dari dalam organisasi itu sendiri tetapi masalah juga dapat muncul jika anggota-anggota yang ada di dalam organisasi mengalami masalah diluar dari organisasi dan membawa masalah tersebut sampai kedalam organisasi. Permasalahan mengenai izin orang tua biasanya sangat

mempengaruhi kelancaran suatu kegiatan karena jika tidak mendapat izin maka akan ada beberapa anggota yang terkendala mengikuti suatu kegiatan.

Kesulitan mendapatkan izin untuk ikut berkegiatan oleh orang tua juga dapat memicu munculnya emosi baik itu emosi kepada orang tua maupun kepada anggota-anggota yang ada di organisasi. Permasalahan-permasalahan pribadi yang dihadapi oleh setiap anggota racana jika tidak dapat terselesaikan juga akan memberikan dampak negatif bagi suatu kepengurusan di racana itu sendiri sehingga memicu munculnya emosi yang tidak bisa dikontrol dengan baik.

Permasalahan yang juga menjadi pemicu masalah dalam organisasi adalah tidak menaati aturan organisasi padahal keberhasilan suatu organisasi bisa terwujud apabila aspek yang didalamnya terlaksana dengan baik salah satu aspek tersebut adalah bagaimana anggota mampu memegang dan melakukan aktifitas dibidangnya masing-masing. Apabila anggota tidak menaati suatu peraturan yang telah ditetapkan dalam organisasi maka suatu program yang telah dirancang dengan matang dan perhitungan tidak akan terlaksana dengan baik jika sumber daya manusia sebagai penggeraknya tidak mempunyai kualitas yang baik.

Kurangnya Kepedulian juga menjadi pemicu munculnya masalah. Peduli adalah sebuah nilai dasar dan sikap memperhatikan dan bertindak proaktif juga keberpihakan kita untuk melibatkan diri dalam persoalan/keadaan disekitar kita. Kepedulian merupakan sikap yang harus dimiliki oleh semua anggota, kepedulian yang dimaksud disini adalah sikap simpati dan empati kita terhadap permasalahan yang terajadi di racana.

Tidak bisa dipungkiri jika terjadi suatu permasalahan maka harus ada rasa kepedulian yang ditunjukkan oleh orang-orang disekitar untuk membantu

menemukan solusi dari permasalahan tersebut agar segera terselesaikan. Tidak hanya kepedulian terhadap masalah organisasi tetapi juga peduli terhadap sesama anggota racana.

Sikap peduli adalah sikap keterpanggilan untuk membantu mereka yang lemah, membantu mengatasi penderitaan, dan kesulitan yang dihadapi orang lain. Orang-orang peduli adalah orang-orang yang tidak bisa tinggal diam menyaksikan penderitaan orang lain maka dirinya akan tergerak melakukan sesuatu. Apa yang dilakukan ini diharapkan dapat memperbaiki atau membantu kondisi disekitarnya terlebih dalam dasa darma pramuka yang kelima juga jelas tertulis “rela menolong dan tabah.” yang dimaksudkan kita harus saling peduli.

4.1.3 Strategi Regulasi Emosi Pengurus Organisasi Gerakan Pramuka Racana

Makkiade’-Malebbi’

Strategi adalah pendekatan secara keseluruhan yang berkaitan dengan pelaksanaan gagasan, perencanaan, dan eksekusi sebuah aktivitas dalam kurun waktu. Strategi dibedakan dengan teknik yang memiliki ruang lingkup yang memiliki ruang lingkup yang lebih sempit dan waktu yang lebih singkat, walaupun pada umumnya orang sering kali mencampuradukkan kedua kata tersebut.

Menurut Kostiuk regulasi emosi merupakan salah satu aspek yang penting dari perkembangan emosi seseorang. Regulasi emosi merupakan kemampuan untuk merespon tuntutan yang sedang berlangsung dari pengalaman dengan tingkat emosi dalam sikap yang dapat ditoleransi dan fleksibilitas yang cukup untuk melakukan reaksi spontan selama diperlukan. Ketidakmampuan meregulasi emosi menyebabkan seseorang tidak dapat membuat evaluasi yang masuk akal, tidak kreatif dalam

meregulasi emosi dan juga ketidakmampuan membuat keputusan daalam berbagai konteks.³

Regulasi digunakan pada situasi tertentu terutama jika emosi yang muncul lebih ringan. Artinya kita dapat menghentikan atau mengatur emosi tersebut sebelum melakukan aksi dalam peristiwa-peristiwa tertentu. Menurut Gross ada empat aspek yang digunakan untuk menentukan kemampuan regulasi emosi seseorang yaitu:

1. Kemampuan strategi regulasi emosi (*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 kembali setelah merasakan emosi yang berlebihan.
2. Kemampuan tidak terpengaruh emosi negatif (*Engaging in goal directed behavior (goals)*) ialah kemampuan individu untuk tidak terpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakannya sehingga dapat tetap berpikir dan melakukan sesuatu dengan baik.
3. Kemampuan mengontrol emosi (*Controle motional responses (impulse)*) ialah kemampuan individu untuk dapat mengontrol emosi yang dirasakannya dan respon emosi yang ditampilkan (respon fisiologis, tingkah laku dan nada suara), sehingga individu tidak akan merasakan emosi yang berlebihan dan menunjukkan respon emosi yang tepat.

³Deci Nansi dan Fajar Tri Utami, "Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Disiplin Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan", *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 2, No. 1, 2016, h. 19.

4. Kemampuan menerima respon emosi (*Acceptance of emotional response* (*acceptance*)) ialah kemampuan individu untuk menerima suatu peristiwa yang menimbulkan emosi negatif dan tidak merasa malu merasakan emosi tersebut.⁴

Aspek-aspek regulasi diri ini dapat digunakan dalam melakukan regulasi emosi karena munculnya emosi berasal dari diri sendiri. Keempat aspek diatas dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang dalam mengatasi suatu permasalahan agar tidak terpengaruh dengan emosi negatif. Menurut Gross regulasi emosi dapat dilakukan individu dengan banyak cara. Strategi regulasi emosi menurut gross ini dapat diterapkan dalam menghadapi suatu permasalahan agar emosi negatif tidak dapat berkembang.⁵ Adapun strategi yang digunakan dalam mengatasi masalah pada kepengurusan racana makkiade'-malebbi yaitu:

1. Menjalin Komunikasi Terbuka

Komunikasi terbuka adalah jenis komunikasi dimana semua pihak mampu mengekspresikan ide satu sama lain seperti dalam percakapan atau dalam mengatasi masalah dimana komunikasi terbuka bagaimana mengungkapkan pendapat atau ide serta memberikan respon yang saling mempengaruhi dengan tujuan untuk mencapai kesepakatan bersama. Dimana komunikasi terbuka sangat berguna untuk menjaga hubungan antar anggota dalam organisasi agar tetap harmonis dan terhindar dari konflik yang berkepanjangan. Hal ini diungkapkan oleh viona selaku Bangkir PI.

“Keterbukaan dalam komunikasi juga mempercepat penyelesaian konflik agar tidak semakin memanas dan solusi juga muda ditemukan dengan berkomunikasi dengan terbuka yang dilakukan pihak yang terlibat konflik.

⁴Deci Nansi dan Fajar Tri Utami, “Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Disiplin Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan”, *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 2, No. 1, 2016, h. 20.

⁵Deci Nansi dan Fajar Tri Utami, “Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Disiplin Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan”, *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 2, No. 1, 2016, h. 19-20.

Sikap terbuka atau tidak menyembunyikan persoalan merupakan hal yang seharusnya dilakukan demi kelancaran hubungan dalam organisasi”

Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh ketua dewan putri yang mengatakan bahwa:

“Untuk mengatasi masalah keaktifan anggota dan tidak menaati peraturan organisasi biasanya cara yang digunakan untuk mengatasinya yaitu dengan cara musyawarah dimana masalah ini sering diangkat dalam rapat rutin untuk menemukan solusinya sehingga anggota dapat mengalami perubahan menjadi lebih baik.”

Strategi regulasi emosi menurut Grossyang terjadi pada permasalahan keaktifan anggota termasuk dalam perubahan kognitif (cognitive change) dimana individu mengevaluasi kembali situasi dengan mengubah cara berpikir menjadi lebih positif sehingga dapat mengurangi pengaruh kuat dari timbulnya emosi.⁶

Perspektif behaviorial berfokus pada peran dari belajar dalam menjelaskan tingkah laku manusia dan terjadi melalui rangsangan berdasarkan (stimulus) yang menimbulkan hubungan perilaku reaktif (respons) hukum-hukum mekanistik. Asumsi dasar mengenai tingkah laku menurut teori ini adalah bahwa tingkah laku sepenuhnya ditentukan oleh aturan, bisa diramalkan dan bisa ditentukan.

Menurut teori ini, seseorang terlibat dalam tingkah laku tertentu karena mereka telah mempelajarinya, melalui pengalaman-pengalaman terdahulu, menghubungkan tingkah laku tersebut dengan hadiah. Seseorang menghentikan suatu tingkah laku, mungkin karena tingkah laku tersebut belum diberi hadiah atau telah mendapat hukuman. Karena semua tingkah laku yang baik bermanfaat ataupun yang merusak merupakan tingkah laku yang dipelajari. Perspektif behavioristik berfokus pada tingkah laku manusia dimana teori ini mempelajari perilaku manusia sehingga strategi regulasi emosi yang digunakan oleh pengurus berupa stimulus dan respon.

⁶Deci Nansi dan Fajar Tri Utami, “Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Disiplin Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan”, *Jurnal Psikologi Islam*, Vol. 2, No. 1, 2016, h. 19-20.

Dimana stimulus adalah apa saja yang disampaikan oleh pengurus dewan dan bagaimana respon berupa reaksi atau tanggapan yang dimunculkan oleh anggota. Sehingga adanya perkembangan perilaku yang dapat diukur, diamati dan dihasilkan oleh respon anggota terhadap stimulus yang diberikan.

2. Membudayakan Sikap Toleransi

Sikap toleransi merupakan sikap saling menghargai antar anggota organisasi, sehingga bisa menerima perbedaan latar belakang, pemikiran, dan juga sikap dari setiap individu. Berkaitan dengan hal tersebut, membudayakan sikap toleransi merupakan salah satu cara mengatasi konflik yang efektif, sehingga setiap anggota bisa bekerjasama dengan baik.

Tanpa adanya toleransi dalam sebuah organisasi, maka akan sering terjadi pertengkaran, persaingan, ataupun bisa saling mematikan kelompok satu dengan individu lainnya. toleransi memberikan perlindungan pada kelompok minoritas dari kelompok-kelompok mayoritas. Dengan saling menghargai dan memahami orang lain dalam berpendapat, membentuk pribadi yang lebih mandiri, berfikir secara luas, dan tidak menempatkan diri sebagai pribadi yang paling benar. Dalam wawancara penulis dengan pemangku adat putra yaitu yusril Fitra Ramadhan.

“Untuk menangani permasalahan yang ada di dalam racana diperlukan rasa saling memahami terlebih bagi anggota yang tinggal bersama orang tuanya, kesulitan mendapatkan izin menjadi suatu permasalahan yang sering dialami. Sehingga kami dari pengurus inti hendaknya saling memberikan toleransi agar anggota tidak berhenti.”

Hal ini juga diungkapkan oleh ketua dewan putra:

“Kita harus memahami keadaan masing-masing anggota dimana anggota yang tinggal bersama dengan orang tuanya jelas berbeda dengan anggota yang kost sehingga jam malam bagi anggota yang tinggal diruma itu dibatasi dan ada beberapa anggota yang orang tuanya tidak mengizinkan jika anaknya selalu mengikuti kegiatan dikarenakan tidak ada waktu untuk tinggal di rumah membantu orang tuanya.”

Perbedaan inilah yang seharusnya menjadi tolak ukur dari sikap toleransi sehingga anggota yang mempunyai kesibukan lain tidak tertekan dan merasa terikat di racana. Sikap toleransi yang ditunjukkan oleh pengurus dewan kepada anggota yaitu dengan memberikan izin kepada anggota yang tinggal di rumah orang tuanya bisa pulang lebih awal ketimbang anggota yang tinggal di kost-kotsan.

Strategi regulasi emosi menurut Gross pada izin orang tua yang termasuk dalam sikap toleransi dapat diterapkan dengan menggunakan seleksi situasi dimana cara ini digunakan individu mendekati atau menghindari situasi yang dapat menimbulkan emosi yang berlebihan.

Pengalihan atensi, yaitu cara yang dilakukan individu mengarahkan perhatiannya dalam situasi tertentu untuk mengatur emosinya. Seseorang akan cenderung mengabaikan hal-hal yang tidak menyenangkan dalam situasi tertentu, dan memilih fokus pada satu aktivitas yang disukai. Hal ini dilakukan memungkinkan dilakukan oleh seseorang ketika tidak mampu memodifikasi situasi atau tidak mendapatkan modifikasi situasi dari lingkungan eksternal.

Strategi ini bisa dengan cara mengalihkan perhatian ke situasi tertentu dari situasi yang membuatnya sedih atau tidak senang, untuk menghindari emosi yang tidak terkendali. Pengalihan Atensibersifat internal, yaitu bermain dalam ranah pikiran. Strategi ini juga bisa terjadi pada orang-orang yang memilih memikirkan hal menyenangkan di masa kecil daripada bersedih atas situasi yang dihadapi saat ini.

Strategi regulasi emosi menggunakan perubahan kognitif, individu berupaya menilai kembali secara kognitif situasi-situasi yang menimbulkan emosi, mencari jalan keluar, dalam rangka menurunkan dampak emosional yang berlebihan. Strategi regulasi emosi yang menggunakan perubahan kognitif memiliki tiga indikator, yaitu

penerimaan, berpikir positif, dan perbandingan sosial atau *downward social comparison*.

3. Mengarahkan Anggota Untuk Bersikap Fleksibel

Sikap fleksibel hendaknya dimiliki oleh setiap anggota organisasi. Dengan sikap fleksibel, seseorang mampu menerima pendapat orang lain dan peka terhadap perubahan. Sikap yang semacam ini mampu menjaga kelangsungan organisasi yang minim konflik. Perubahan yang terjadi bisa disikapi dengan kepala dingin dan organisasi bisa mengalami kemajuan.

Strategi yang digunakan untuk mengatasi perbedaan pendapat yaitu dengan sikap fleksibel dimana sikap fleksibel dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan. Ia tahu bagaimana harus bersikap ketika apa yang diharapkan berbeda dengan kenyataan sebaliknya ketika seorang anggota terlalu kaku dalam organisasi maka ia cenderung lebih merasa kecewa. Hal ini diungkapkan oleh Yeni Nurisma dalam wawancara dengan penulis:

“Dimana kami sering kali berbeda pendapat antara pengurus karena kami berpasangan sehingga sering kali kami tidak selaras pemikirannya antara laki-laki dan perempuan. Tidak jarang sikap egois muncul apabila kami sedang berargumen dan tidak ada yang mau mengalah dengan argumennya masing-masing.”

Strategi regulasi emosi yang digunakan jika sedang terjadi hal demikian yaitu modifikasi situasi untuk mengubah lingkungan sehingga akan ikut mengurangi pengaruh emosi yang berlebihan dan mengingatkan kita bahwa setiap orang memiliki standar yang berbeda-beda. Apa yang kita anggap memuaskan belum tentu cukup buat orang lain terlebih bagi mereka yang memiliki wewenang untuk mengambil keputusan sama halnya di racana.

Modifikasi situasi adalah strategi yang dilakukan individu dengan cara mengubah lingkungan sekitar untuk mengurangi pengaruh dari emosi yang muncul dari dalam dirinya dan melibatkan intervensi dari lingkungan sosial. Pada strategi ini, sederhananya seseorang berusaha bertahan dalam kondisi yang dihadapi dengan memodifikasi situasi yang dihadapi. Misalnya, seseorang berusaha membuat lelucon di saat mengalami tekanan kerja, sehingga selain menghibur dirinya sendiri, dia juga menghibur orang-orang di sekelilingnya.

4. Menyelesaikan Permasalahan dengan Proaktif

Perilaku proaktif merupakan tindakan mengambil inisiatif untuk memperbaiki lingkungan sekitar atau membuat lingkungan baru yang lebih baik dengan menantang keadaan tetap. Bersikap proaktif hendaknya dilakukan oleh setiap anggota dalam organisasi, entah organisasi apapun itu. Ketika terjadi konflik dalam organisasi maka setiap anggota harus mampu berperan aktif untuk menyelesaikan masalah secara tuntas dan memberikan alternatif pemecahan masalah.

Setiap anggota racana harus memiliki sikap proaktif dimana sikap ini menjadi dasar dalam organisasi dimana anggota racana harus mempunyai rasa kepedulian baik dalam organisasi maupun terhadap anggota lainnya. Terkadang sikap kurang peduli jarang dimiliki oleh anggota racana atau mereka lebih memikirkan diri mereka sendiri sehingga mereka kurang peduli terhadap organisasi. Hal ini juga diungkapkan oleh Ismail:

“Jika terjadi masalah di racana yang berperan aktif hanyalah pengurus inti, tidak tau apakah itu karena mereka kurang inisiatif atau memang karena mereka tidak peduli. Jadi kami selalu berusaha untuk mengajak anggota untuk selalu memperhatikan segala permasalahan yang sedang dihadapi.”

Hal ini juga diungkapkan oleh rezki selaku anggota racana:

“Kakak-kakak yang ada di racana juga terkadang tidak peduli dengan racana, misal pada saat membersihkan sanggar atau sering kami sebut pendopo kebanyakan dari anggota hanya duduk melihat kakak-kakak yang lain bekerja. Kemudian jika ada kegiatan ada beberapa dari kakak-kakak yang lari dari tanggung jawab.”

Strategi regulasi emosi yang digunakan yaitu mengalihkan perhatian dimana seseorang mengalihkan perhatian mereka dari situasi yang tidak menyenangkan untuk menghindari emosi yang berlebihan. Aspek penting dalam regulasi emosi ialah kapasitas untuk memulihkan kembali keseimbangan emosi meskipun pada awalnya seseorang kehilangan kontrol atas emosi yang dirasakannya. Selain itu, seseorang hanya dalam waktu singkat merasakan emosi yang berlebihan dan dengan cepat menetralkan kembali pikiran, tingkah laku, respon fisiologis dan dapat menghindari efek negatif akibat emosi yang berlebihan. Adapun gambaran strategi regulasi emosi pada informan yang telah diwawancarai disajikan dalam tabel dibawah ini.

Tabel. 4.2
Gambaran Strategi Emosi

No	Gambaran Regulasi Emosi
1	Menjalin Komunikasi Terbuka
2	Membudayakan Sikap Toleransi
3	Mengarahkan Anggota Untuk Bersikap Fleksibel
4	Menyelesaikan Permasalahan dengan Proaktif

Hasil penelitian tentang gambaran strategi emosi dalam menyelesaikan masalah di organisasi makkiade' malebbi' dari masing-masing informan yang telah diwawancarai mempunyai gambaran yaitu informan yang mengatakan bahwa menjalin komunikasi yang baik (komunikasi terbuka) sangat penting dalam menyelesaikan sebuah masalah dalam organisasi.

Komunikasi terbuka adalah jenis komunikasi dimana semua pihak mampu mengekspresikan ide satu sama lain seperti dalam percakapan atau dalam mengatasi masalah dimana komunikasi terbuka bagaimana mengungkapkan pendapat atau ide serta memberikan respon yang saling mempengaruhi dengan tujuan untuk mencapai kesepakatan bersama. Dimana komunikasi terbuka sangat berguna untuk menjaga hubungan antar anggota dalam organisasi agar tetap harmonis dan terhindar dari konflik yang berkepanjangan.

Kemudian sikap toleransi dalam organisasi juga menjadi alternatif dalam penyelesaian sebuah masalah dalam organisasi. Sikap toleransi merupakan sikap saling menghargai antar anggota organisasi, sehingga bisa menerima perbedaan latar belakang, pemikiran, dan juga sikap dari setiap individu. Berkaitan dengan hal tersebut, membudayakan sikap toleransi merupakan salah satu cara mengatasi konflik yang efektif, sehingga setiap anggota bisa bekerjasama dengan baik.

Tanpa adanya toleransi dalam sebuah organisasi, maka akan sering terjadi pertengkaran, persaingan, ataupun bisa saling mematikan kelompok satu dengan individu lainnya. Toleransi memberikan perlindungan pada kelompok minoritas dari kelompok-kelompok mayoritas. Dengan saling menghargai dan memahami orang lain dalam berpendapat, membentuk pribadi yang lebih mandiri, berfikir secara luas, dan tidak menempatkan diri sebagai pribadi yang paling benar.

Selanjutnya yaitu sikap fleksibel hendaknya dimiliki oleh setiap anggota organisasi. Dengan sikap fleksibel, seseorang mampu menerima pendapat orang lain dan peka terhadap perubahan. Sikap yang semacam ini mampu menjaga kelangsungan organisasi yang minim konflik. Perubahan yang terjadi bisa disikapi dengan kepala dingin dan organisasi bisa mengalami kemajuan. Strategi yang

digunakan untuk mengatasi perbedaan pendapat yaitu dengan sikap fleksibel dimana sikap fleksibel dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan.

Dan yang terakhir yaitu perilaku proaktif juga harus dilakukan. Perilaku proaktif merupakan tindakan mengambil inisiatif untuk memperbaiki lingkungan sekitar atau membuat lingkungan baru yang lebih baik dengan menantang keadaan tetap. Bersikap proaktif hendaknya dilakukan oleh setiap anggota dalam organisasi, entah organisasi apapun itu. Ketika terjadi konflik dalam organisasi maka setiap anggota harus mampu berperan aktif untuk menyelesaikan masalah secara tuntas dan memberikan alternatif pemecahan masalah

Gross menyatakan bahwa dalam situasi tertentu, emosi terkadang mengalami ketidaksesuaian, sehingga individu mencoba untuk mengatur respon emosional agar emosi tersebut bisa lebih bermanfaat dalam mencapai tujuan. Strategi yang dilakukan untuk mengendalikan respon emosional inilah yang disebut **regulasi emosi**, yaitu sebuah kemampuan untuk melakukan kontrol dan penyesuaian emosi yang timbul dengan jumlah atau intensitas yang sesuai dalam rangka mencapai tujuan tertentu.⁷

Yang dimaksud kemampuan memonitor emosi adalah kemampuan untuk sadar dan paham terhadap proses emosi, keseluruhan proses yang terjadi pada perasaan dan pikiran, serta mampu menyadari penyebab yang ditimbulkan dari kemunculan emosi tersebut, mengatur informasi yang membangkitkan emosi dengan memindahkan fokus perhatian. Kemampuan mengevaluasi emosi yang dimaksud di sini adalah mengelola dan menyeimbangkan emosi yang dialami seseorang,

⁷Valina Khiarin N, *Menerapkan Strategi Regulasi Emosi Dalam Keseharian*, <http://www.aspsikologi.com/2017/07/menerapkan-strategi-regulasi-emosi.html>, 12 Februari 2021.

khususnya emosi negatif, sehingga tidak terpengaruh secara mendalam, serta mampu memberikan prediksi dan mengontrol penyebab munculnya emosi di tempat dan situasi yang biasa ditemui. Selain itu, kemampuan memodifikasi emosi dapat diwujudkan dalam mengubah emosi sehingga mampu memotivasi diri terutama dalam keadaan putus asa, cemas, atau marah, serta mampu memilih ekspresi emosi yang sesuai dengan tujuan dan situasi.



BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian serta pembahasan dari skripsi penulis yang berjudul. “Strategi Regulasi Emosi Dalam menangani Masalah Pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade’-Malebbi IAIN Parepare, maka penulis dapat mengambil kesimpulan akhir yaitu sebagai berikut:

- 5.1.1 Gambaran permasalahan yang dihadapi oleh pengurus organisasi gerakan pramuka racana makkiade’-malebbi dari informan yang telah diwawancarai mempunyai gambaran penyebab masalah yang ada di racana hampir sama yaitu perbedaan pendapat, kurangnya keaktifan anggota, izin orang tua, tidak menaati aturan organisasi dan kurangnya kepedulian anggota. Permasalahan ini yang kemudian dapat memicu munculnya emosi yang berlebih terhadap kepengurusan racana makkiade’-malebbi.
- 5.1.2 Strategi regulasi emosi pengurus organisasi gerakan pramuka racana makkiade’-malebbi dari informan yang telah diwawancarai mereka menggunakan beberapa cara untuk menyelesaikan masalah yang ada yaitu:
1. Menjalinkan komunikasi terbuka digunakan ketika mengalami permasalahan kurangnya keaktifan anggota dan tidak menaati aturan yang termasuk dalam perubahan kognitif dalam strategi regulasi emosi menurut Gross.
 2. Membudayakan sikap toleransi digunakan ketika menghadapi permasalahan izin orang tua yang termasuk dalam seleksi situasi.

3. Mengarahkan anggota bersikap fleksibel digunakan ketika menghadapi masalah perbedaan pendapat yang termasuk dalam strategi modifikasi situasi.
4. Penyelesaian masalah dengan proaktif dengan permasalahan kurangnya kepedulian anggota dengan strategi pengalihkan perhatian.

5.2. Saran

Adapun dalam rangka memberikan sumbangsi dari hasil penelitian dan ide-ide berkenaan dengan strategi regulasi emosi. Peneliti memberikan saran berupa motivasi yang mudah-mudahan bermanfaat.

- 5.2.1 Untuk pengurus inti organisasi agar kiranya lebih meningkatkan regulasi emosi ketika sedang menghadapi suatu permasalahan sehingga tujuan dari organisasi dapat tercapai. Jika regulasi emosi bermasalah maka, akan sulit dalam menyelesaikan masalah yang ada dan bahkan bisa menambah masalah.
- 5.2.2 Untuk seluruh anggota organisasi agar kiranya lebih meningkatkan regulasi emosi baik itu pada saat mengalami permasalahan individu maupun ketika sedang menghadapi suatu masalah di organisasi karena kesuksesan suatu kepengurusan tidak hanya bergantung pada pengurus inti saja tetapi juga ditentukan oleh seluruh anggota organisasi itu sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfabeta Tim Esensi. 2012. *Mengenal Gerakan Pramuka*. Jakarta: Erlangga.
- Ali, Zinuddin. 2011. *Metode Penelitian Hukum*. Jakarta: Sinar Grafika.
- Anggraini, Erlina. 2015. *Strategi Regulasi Emosi dan Perilaku Koping Religius Narapidana Wanita dalam Masa Pembinaan (Studi Kasus: Lembaga Pemasyarakatan Wanita Kelas II A Bulu Semarang)*. Skripsi: UIN Walisongo.
- Assauri, Sofjan. 2013. *Strategic Management : Sustainable Competitive Advantages*. Jakarta: Rajawali Pers.
- as-Sijistani, Abu Daud Sulaiman bin Asy'as. *Sunan Abi Daud*. (Riyadh: Maktabah Ma'arif). Jilid 4.
- Asy-Syahawi, Majdi Muhammad, Pen. Ahsan Abu Azzam. 2005. *Mawaaqif Ghadi ba Fiha al-Rasul (Saat-Saat Rasulullah Saw Marah)*. Jakarta: Pustaka Azzam.
- Bungin, Burhan. 2001. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta : PT Grafindo Persada.
- Burhan, Muhammad. 2011. *Penelitian Kualitatif Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial*. Jakarta: Kencana.
- Departemen Pendidikan Nasional. 1989. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Depertemen Agama RI. 2007. *Al qur'an dan Terjemahan*. Bandung; Sygma Examedia.
- Ediansya, Rodi. *6 Cara Mengatasi Konflik Dalam Organisasi Agar Tetap Satu Visi*. Diakses dari <http://www.lampung.co/6-cara-mengatasi-konflik-dalam-organisasi-agar-tetap-satu-visi/> diakses pada tanggal 02 Juli 2020
- Emzir. 2011. *Metodologi Penelitian Kualitatif Analisis Data*. Jakarta: Rajawali Pers
- Gerald Corey. 2007. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama.
- Hanbal, Ahmad bin. *Musnad al-Imam Ahmad bin Hanbal*. t.tmp: dar al-Fikr, t.thn. Jilid 2.
- Hude,M. Darwis. 2006. *Emosi*. Jakarta: Erlangga
- Idrus, Muhammad. 2009. *Metode Penelitian Ilmu Sosial*. Yogyakarta: PT Gelora Aksara Pratama
- Kementerian Agama, *Al-Qur'an dan Terjemahannya*.

- Lailani, Balqis. 2019. *Strategi Regulasi Emosi pada Remaja Laki-laki Korban Bulliying di Asrama Sekolah Menengah Atas Olahraga*. Skripsi: Universitas Airlangga.
- Mardalis. 2004. *Metode Penelitian: Pendekatan Proposal*. Cet. VII; Jakarta: Bumi Aksara
- Nansi, Deci dan Fajar Tri Utami. 2016. "Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Disiplin Santri Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Qodratullah Langkan", *Jurnal Psikologi Islam*. Vol. 2.No. 1.
- Nazir, Muhammad. 1999. *Metode Penelitian*. Jakarta : Ghalia Indonesia.
- Nisak, Dewi Khoirun. 2018. *Regulasi Emosi pada Mahasiswa yang Sedang Menempuh Skripsi*. Skripsi: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Pertiwi, Retno Dian. 2019. *Pola Regulasi Emosi Mahasiswa Baru pada Jurusan Bimbingan dan Konseling*. Skripsi: Universitas Negeri Semarang.
- Rachmat. 2014. *Manajemen Strategik*. Bandung: CV Pustaka Setia
- Silalahi. 2003. *Studi tentang Ilmu Administrasi Konsep, Teori, dan Dimensi*. Bandung: Sinar Baru.
- Singarimbun, Masri dan Sofian Effendi. 1985. *Metode Penelitian Survei*. Cet V; Jakarta: PT Repro Golden Victory
- Sugiono. 2015. *Metode Penelitian Kualitatif*. Cet. XXII. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D)*. Bandung:
- Tohirin. 2007. *Bimbingan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Umar, Husain. 2001. *Strategi Management in Action*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Warsito, Herman. 2007. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bina Aksara.
- Zulhammi. 2015. *Teori Belajar Behavioristik dan Humanistik dalam Perspektif Pendidikan Islam*. Jurnal Darul Ilmi. Vol.3 No.1

LAMPIRAN-LAMPIRAN





KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PAREPARE
FAKULTAS USHULUDDIN, ADAB DAN DAKWAH

Jalan Amal Baiti No. 8 Sirecong, Kota Parepare 91132 Telpom (0421) 21397, Fax (0421) 24804
PO Box 909 Parepare 91100 website: www.iainpare.ac.id, email: mail@iainpare.ac.id

Nomor : B-3029 /In.39.7/PP.00.9/10/2020

Parepare, 27 Oktober 2020

Lamp : -

Hal : Izin Melaksanakan Penelitian

Kepada Yth.
Walikota Parepare
Cq. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Parepare
Di-

Tempat

Assalamu Alaikum Wr. Wb.

Yang bertandatangan dibawah ini Dekan Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) parepare menerangkan bahwa

Nama : SRI DEWI
Tempat/Tgl. Lahir : Parepare, 15 Mei 1998
NIM : 16.3200.020
Semester : IX
Alamat : Parepare

Adalah mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) parepare bermaksud akan mengadakan penelitian di wilayah Kota Parepare dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul :

"Strategi Regulasi Emosi Dalam Menangani Masalah Pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade'- Malebbi IAIN Parepare"

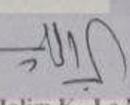
Pelaksanaan penelitian ini direncanakan pada bulan November S/d Desember 2020.

Sehubungan dengan hal tersebut dimohon kerjasamanya agar kiranya yang bersangkutan dapat diberi izin sekaligus dukungan dalam memperlancar penelitiannya.

Demikian, atas kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Wassalamu Alaikum Wr. Wb.

Dekan,
Fakultas Ushuluddin, Adab Dan Dakwah


Dr. H. Abd. Halim K., Lc.M.A.
NIP. 19590624 199803 1 001



PEMERINTAH KOTA PAREPARE
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
Jalan Wiroja Nomor 28 Telp (0421) 23394 Faksimili (0421) 27719 Kode Pos 81111, Email : djpmptsp@pareparekota.go.id

REKOMENDASI PENELITIAN

Nomor : **S56/IP/DPM-PTSP/11/2020**

- Dasar : 1. Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2002 tentang Sistem Nasional Penelitian, Pengembangan, dan Penerapan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi.
 2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian.
 3. Peraturan Walikota Parepare No. 7 Tahun 2019 Tentang Pendelagasan Wewenang Pelayanan Peridnan dan Non Peridnan Kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.

Setelah memperhatikan hal tersebut, maka Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu :

MENGIZINKAN

KEPADA
 NAMA : **SRI DEWI**
 UNIVERSITAS/LEMBAGA : **INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PAREPARE**
 Jurusan : **KOMUNIKASI PENYIARAN ISLAM**
 ALAMAT : **JL. MINRULANGGE NO. 20 PAREPARE**
 UNTUK : melaksanakan Penelitian/wawancara dalam Kota Parepare dengan keterangan sebagai berikut :

JUDUL PENELITIAN : **STRATEGI REGULASI EMOSI DALAM MENANGANI MASALAH PADA KEPENGURUSAN ORGANISASI GERAKAN PRAMUKA MAKKIADE' -MALEBBI IAIN PAREPARE**

LOKASI PENELITIAN : **INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) PAREPARE**

LAMA PENELITIAN : **03 November 2020 s.d 03 Desember 2020**

- a. Rekomendasi Penelitian berlaku selama penelitian berlangsung
 b. Rekomendasi ini dapat dicabut apabila terbukti melakukan pelanggaran sesuai ketentuan perundang - undangan

Dikeluarkan di: **Parepare**
 Pada Tanggal : **05 November 2020**

**KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL
 DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
 KOTA PAREPARE**



HJ. ANDI RUSIA, SH,MH

Pangkat : **Perencana Utama Muda, (IV/c)**
 NIP : **19620915 198101 2 001**

Biaya : Rp. 0.00

• UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1

• Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan aset bukti hukum yang sah
 • Dokumen ini dapat dibuktikan keasliannya dengan terdapat di database DPMPTSP Kota Parepare (scan QRCode)



Satel.
Elektronik





GERAKAN PRAMUKA
GUGUS DEPAN PAREPARE 02-001
GUGUS DEPAN PAREPARE 02-002
Pangkalan IAIN Parepare



Alamat : Jl. AmalBakuSorcing No 08 Tlp. 081283967607 Student Center Kampus IAIN Parepare

Parepare, 13 Desember 2020

SURAT KETERANGAN

Nomor : 034/02-001 02-002/2020

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Syahrul Agriansah
Jabatan : Ketua Dewan PA
Alamat : Suppa Pinrang

Nama : Ipa Ariana
Jabatan : Ketua Dewan PI
Alamat : Maiwa Endrekang

Menerangkan bahwa:

Nama : Sri Dewi
NIM : 16.3200.020
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Usuluddin, Adab dan Dakwah
Perguruan tinggi : IAIN Parepare

Benar adalah mahasiswi yang telah melakukan penelitian di Racana Makkiade'-Malebbi IAIN Parepare untuk mendukung penyelesaian skripsi yang berjudul "STRATEGI REGULASI EMOSI DALAM MENANGANI MASALAH PADA KEPENGURUS ORGANISASI GERAKAN PRAMUKA RACANA MAKKIADÉ'-MALEBBI IAIN PAREPARE".

Penelitian dilakukan selama 1 bulan (terhitung 13 November sampai 13 Desember 2020)

Demikian surat keterangan ini diberikan kepada yang bersangkutan dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

"*SatuUtuh Ceria Berkarya*"
Wassalamu 'Alaikum Wr Wb.

Ketua Dewan Racana Makkiade' - Malebbi



PEDOMAN WAWANCARA

A. Sumber Masalah

1. Bisa diceritakan mengenai masalah apa saja yang sering terjadi dalam kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade'-Malebbi ?
2. Berawal darimana masalah tersebut sehingga menyebabkan terjadinya masalah dalam kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade'-Malebbi ?

B. Gambaran Proses Strategi Regulasi Emosi

1. Pemilihan Situasi (situation selection)
 - a. Apa yang Anda lakukan ketika Anda mengalami masalah tersebut ?
 - b. Apakah Anda akan tetap menjalankan aktivitas dengan teman ?
 - c. Apa Anda akan menceritakan masalah Anda pada orang yang ada disekitar Anda ?
 - d. Apa Anda lebih senang menyendiri di rumah/kost ketika ada masalah ?
 - e. Apa Anda berusaha menutupi masalah Anda dari orang lain ?
 - f. Apa respon yang Anda lakukan jika ada orang lain yang mendekati Anda saat itu (saat ada masalah) ?
2. Perubahan Situasi (modification situation)
 - a. Apa saja upaya yang Anda lakukan untuk mengubah situasi yang tidak menyenangkan tersebut ?
 - b. Bagaimana dukungan dari orang-orang disekitar Anda ketika Anda mengalami masalah tersebut ?
 - c. Pada saat Anda merasa terpuruk, siapa yang sering hadir dan memberi dukungan kepada Anda ?
3. Penyebaran Perhatian (attentional deployment)

- a. Pada saat Anda mengalami masalah tersebut, apa Anda pernah mengalihkan perhatian pada hal lain yang lebih menyenangkan ?
 - b. Apa yang bisa Anda pikirkan agar dapat meredakan emosi yang sedang Anda rasakan ?
 - c. Apakah Anda pernah membayangkan mengenai kemungkinan terburuk yang mungkin muncul dari masalah tersebut ?
 - d. Lalu apa yang Anda lakukan saat itu ?
4. Perubahan Kognitif (cognitive change)
- a. Bagaimana cara Anda menilai suatu masalah ?
 - b. Menurut Anda, apakah Anda mampu menyelesaikan masalah tersebut ?
 - c. Apakah Anda dapat memikirkan, langkah apa saja yang harus Anda ambil untuk mengatasi permasalahan tersebut ?
 - d. Apakah Anda pernah menyalahkan diri sendiri ?
5. Perubahan Respon (respon modulation)
- a. Apa yang Anda lakukan ketika Anda sudah tidak dapat lagi menahan emosi yang Anda tahan ?
 - b. Selain itu, apa lagi yang Anda lakukan untuk meredakan emosi tersebut ?
 - c. Perubahan apa yang terjadi setelah melakukan usaha tersebut ?

SURAT KETERANGAN WAWANCARA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Viona Ulia da Bala
Tempat/ Tanggal Lahir : Pinrang 14 Desember 1998
Agama : Islam
Alamat : Pinrang
Jabatan dalam Organisasi : Anggota

Dengan ini, menyatakan bahwa saya benar telah memberikan keterangan wawancara kepada saudari Sri Dewi, mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah yang sedang melakukan penelitian yang berjudul "**Strategi Regulasi Emosi Dalam Menangani Masalah Pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade'- Malebbi IAIN Parepare**".

Demikian surat keterangan wawancara ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Parepare, 23 November 2020


Viona Ulia da Bala

SURAT KETERANGAN WAWANCARA

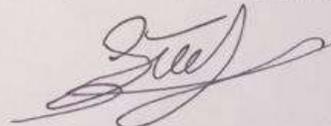
Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : SYAHRUL AGRANSAH
Tempat/ Tanggal Lahir : TOUTOLI / 10-08-1999
Agama : ISLAM
Alamat : SUPPA
Jabatan dalam Organisasi : KETUA DEWAN RACANA PUTRA

Dengan ini, menyatakan bahwa saya benar telah memberikan keterangan wawancara kepada saudari Sri Dewi, mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah yang sedang melakukan penelitian yang berjudul "Strategi Regulasi Emosi Dalam Menangani Masalah Pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade'- Malebbi IAIN Parepare".

Demikian surat keterangan wawancara ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Parepare, 21 November 2020



SYAHRUL AGRANSAH

SURAT KETERANGAN WAWANCARA

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : SYAHRUL AGRANSAH
Tempat/ Tanggal Lahir : TOUTOLI / 10-08-1999
Agama : ISLAM
Alamat : SUPPA
Jabatan dalam Organisasi : KETUA DEWAN RACANA PUTRA

Dengan ini, menyatakan bahwa saya benar telah memberikan keterangan wawancara kepada saudari Sri Dewi, mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah yang sedang melakukan penelitian yang berjudul "Strategi Regulasi Emosi Dalam Menangani Masalah Pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade'- Malebbi IAIN Parepare".

Demikian surat keterangan wawancara ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Parepare, 21 November 2020


SYAHRUL AGRANSAH

SURAT KETERANGAN WAWANCARA

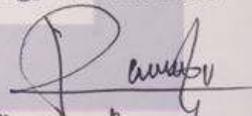
Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Resky Ramadhan
Tempat/ Tanggal Lahir : Uluale, 05 Januari 2000
Agama : Islam
Alamat : Uluale
Jabatan dalam Organisasi : Koordinator

Dengan ini, menyatakan bahwa saya benar telah memberikan keterangan wawancara kepada saudari Sri Dewi, mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah yang sedang melakukan penelitian yang berjudul "Strategi Regulasi Emosi Dalam Menangani Masalah Pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade'- Malebbi IAIN Parepare".

Demikian surat keterangan wawancara ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Parepare, 21 November 2020


Resky Ramadhan

SURAT KETERANGAN WAWANCARA

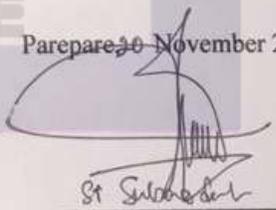
Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : St. Subaeda
Tempat/ Tanggal Lahir : Passembarang 03 oktober 1999
Agama : Islam
Alamat : Polewali mandar
Jabatan dalam Organisasi : Pemangku Adat

Dengan ini, menyatakan bahwa saya benar telah memberikan keterangan wawancara kepada saudari Sri Dewi, mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah yang sedang melakukan penelitian yang berjudul "**Strategi Regulasi Emosi Dalam Menangani Masalah Pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkide'- Malebbi IAIN Parepare**".

Demikian surat keterangan wawancara ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Parepare 20 November 2020


St. Subaeda

SURAT KETERANGAN WAWANCARA

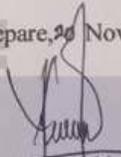
Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yeni Nurisua
Tempat/ Tanggal Lahir : Sidrap , 01 Oktober 2000
Agama : Islam
Alamat : Batu Lapatokk Enas
Jabatan dalam Organisasi : Biraani PI / Sekretaris Putri

Dengan ini, menyatakan bahwa saya benar telah memberikan keterangan wawancara kepada saudari Sri Dewi, mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah yang sedang melakukan penelitian yang berjudul "Strategi Regulasi Emosi Dalam Menangani Masalah Pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana *Makkiade'- Malebbi* IAIN Parepare".

Demikian surat keterangan wawancara ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Parepare, 20 November 2020


Yeni Nurisua

SURAT KETERANGAN WAWANCARA

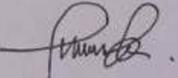
Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muh Ismail
Tempat/ Tanggal Lahir : Sabangparu , 02 Agustus 1999
Agama : Islam
Alamat : Sabangparu
Jabatan dalam Organisasi : Sekretaris

Dengan ini, menyatakan bahwa saya benar telah memberikan keterangan wawancara kepada saudari Sri Dewi, mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah yang sedang melakukan penelitian yang berjudul "**Strategi Regulasi Emosi Dalam Menangani Masalah Pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade'- Malebbi IAIN Parepare**".

Demikian surat keterangan wawancara ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Parepare, 21 November 2020


Muh Ismail

SURAT KETERANGAN WAWANCARA

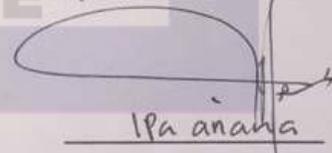
Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ipa anana
Tempat/ Tanggal Lahir : Tapang, 01 Agustus 1999
Agama : Islam
Alamat : Parepare
Jabatan dalam Organisasi : Ketua Dewan Racana Makkiaade' -
Malebbi IAIN Parepare

Dengan ini, menyatakan bahwa saya benar telah memberikan keterangan wawancara kepada saudari Sri Dewi, mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah yang sedang melakukan penelitian yang berjudul "Strategi Regulasi Emosi Dalam Menangani Masalah Pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiaade' - Malebbi IAIN Parepare".

Demikian surat keterangan wawancara ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Parepare, 20 November 2020


Ipa anana

SURAT KETERANGAN WAWANCARA

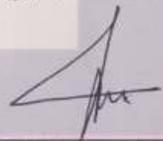
Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yusril Fitrah Ramdhan
Tempat/ Tanggal Lahir : Pnrang / 01 Januari 1999
Agama : Islam
Alamat : Lero, kec. Suppa, Kab. Pnrang
Jabatan dalam Organisasi : Pemangku Adat Racana Makkide

Dengan ini, menyatakan bahwa saya benar telah memberikan keterangan wawancara kepada saudari Sri Dewi, mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah yang sedang melakukan penelitian yang berjudul "**Strategi Regulasi Emosi Dalam Menangani Masalah Pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkide'- Malebbi IAIN Parepare**".

Demikian surat keterangan wawancara ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Parepare, 21 November 2020


Yusril Fitrah Ramdhan

DOKUMENTASI WAWANCARA





BIOGRAFI PENULIS



Sri Dewi adalah nama penulis skripsi ini. Penulis lahir dari orang tua bernama Darman dan Nurlina sebagai anak kedua dari empat bersaudara. Penulis dilahirkan di Kota Parepare, Provinsi Sulawesi Selatan pada tanggal 15 Mei 1998. Penulis mulai menempuh pendidikan di SDN 12 Parepare selesai pada tahun 2010, SMPN 3 Parepare selesai pada tahun 2013, SMA 2 Parepare dengan mengambil jurusan IPA selesai pada tahun 2016, dan kemudian lanjut di Perguruan Tinggi mengambil Jurusan Dakwah dan Komunikasi Prodi Bimbingan Konseling Islam di IAIN Parepare pada tahun 2016. Penulis juga aktif di dunia organisasi yang ada di kampus yaitu racana Makkiade'-Malebbi IAIN Parepare.

Jangan terburu-buru apalagi hanya ingin dikata orang banyak mengingat segala sesuatu yang terburu-buru itu tidak baik maka dari itu usahakan sedikit demi sedikit namun selesai, dengan prinsip itu penulis telah berhasil menyelesaikan tugas akhir skripsi ini dengan judul “Strategi Regulasi Emosi Dalam Menangani Masalah Pada Kepengurusan Organisasi Gerakan Pramuka Racana Makkiade'-Malebbi Iain Parepare”. Semoga dengan selesainya penulisan skripsi ini mampu memberikan kontribusi positif bagi orang lain dan khususnya pada pengurus organisasi.