

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MEMBACA AL-QUR'AN DENGAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA

SKRIPSI



OLEH :

ULFA HAFIZHATUNNISA
11361204773

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU**

2021

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MEMBACA AL-QUR'AN DENGAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA

Diajukan kepada Fakultas Psikologi untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar S-1 Psikologi

SKRIPSI



OLEH :

ULFA HAFIZHATUNNISA
11361204773

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU**

2021

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MEMBACA AL-QUR'AN DENGAN
REGULASI EMOSI PADA REMAJA DI KELURAHAN DAIK LINGGA
KABUPATEN LINGGA KEPULAUAN RIAU

Disusun Oleh :

ULFA HAFIZHATUNNISA

11361204773

SKRIPSI

Telah diterima dan disetujui untuk ujian munaqasyah

Dalam sidang panitia ujian strata satu (S1)

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri

Sultan Syarif Kasim Riau

Pekanbaru, 15 Mei 2021

Pembimbing

Indah Puji Ratnani., S.Psi., M.A

NID. 10761105 200701 2 002

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi yang ditulis oleh :
 Nama Mahasiswa : ULFA HAFIZHATUNNISA
 NIM : 11361204773
 Judul Skripsi : Hubungan Antara Intensitas Membaca Al-Qur'an Dengan Regulasi Emosi Pada Remaja

Telah dipertahankan di depan panitia Ujian Sarjana Strata Satu (S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, dan disetujui untuk memenuhi syarat-syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) Psikologi.

Diuji pada :
 Hari/Tanggal : Kamis /17 Juni 2021
 Bertepatan dengan : 6 Dzulkaidah 1442 H

TIM PENGUJI

Ketua,

(.....)

Dr. Hj. Nushasnowati. M.Pd
 NIP. 19680206 199303 2 001

Sekretaris,

(.....)

Indah Puji Ratnani, S.Psi, M.A
 NIP. 19761105 200701 2 022

Penguji I,

(.....)

Desma Husni, S.Pdi, S.Psi, M.A. Psikolog
 NIP. 19781228 200604 2 002

Penguji II,

(.....)

Dr. Ahmaddin Ahmad Tohar, MA
 NIP. 19660605 200312 1 002

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

MOTTO

ليس الشديد بالصرعة، إنما الشديد الذي يملك نفسه عند الغضب

"Orang yang kuat bukanlah yang pandai bergulat, sungguh orang yang kuat adalah yang mampu menguasai dirinya ketika marah"

(HR. Bukhari dan Muslim).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PERSEMBAHAN

Untuk orang tua tercinta yaitu : Julia (Mamak) dan M. Yusuf (Bapak) yang tak pernah henti memberikan do'a terbaiknya dan selalu mendampingi Ananda dalam masa-masa sulit sehingga dimudahkan dalam setiap urusannya.



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah, Puji Syukur kepada Allah SWT yang senantiasa memberikan rahmat dan karunia tak terhingga kepada peneliti sehingga dengan izin Allah pula peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan antara Intensitas Membaca AL-Qur'an dengan Regulasi Emosi pada Remaja”**. Shalawat beriring salam kepada Baginda Rasul Nabi Muhammad SAW. Allahumma sholli 'ala sayyidina Muhammad wa'ala 'alihi sayyidina Muhammad.

Skripsi ini diselesaikan tidak lepas dari do'a dan dukungan berbagai pihak dan rekan dari peneliti. Sebagai rasa terimakasih dan syukur peneliti ingin menyampaikannya kepada :

1. Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Prof. Dr. Hairunnas, M. Ag beserta jajarannya
2. Bapak Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Wakil Dekan I Bapak Dr. H. Yasmaruddin Bardansyah., Lc., MA., Wakil Dekan II Ibu DR. Hj. Zulhidah, M,Pd., dan Wakil Dekan III Ibu DR. Hj. Nurhasnawati, M,Pd.
3. Ibu Indah Puji Ratnani, S.Psi., M.A selaku pembimbing, terimakasih kepada ibu telah membimbing dengan sabar, dan memberikan segala ilmu sehingga skripsi ini terselesaikan. Semoga menjadi amal jariyah bagi ibu dan semoga dimudahkan segala urusannya.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

4. Ibu Desma Husni., S.Psi M.Psi selaku penguji I, terimakasih banyak ibu atas waktu dan ilmu yang telah diberikan
5. Bapak Dr. Ahmadin Ahmad Tohar, MA selaku penguji II yang telah banyak memberikan masukan dan ilmu pada penelitian ini.
6. Ibu Raudatussalamah S.Psi., M.A selaku dosen Coach yang telah banyak sekali memberikan dukungan dan arahan agar peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Ibu Ahyani Radhiani Fitri, M.A., Psikolog dan Ibu Eka Fitriyani, M.Psi selaku dosen Pembimbing Akademik.
 8. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau yang telah memberikan ilmu pengetahuan, mengajarkan dengan sabar dan semoga menjadi manfaat untuk peneliti.
 9. Seluruh staf akademik dan staf perpustakaan yang telah membantu untuk urusan administrasi dan lainnya sehingga skripsi ini bisa terselesaikan.
10. Bapak (M.Yusuf) dan Mamak (Julia) Orang tua kami yang senantiasa memberikan do'a dan kasih sayang kepada Ananda, mencukupi segala kebutuhan Ananda. Terimakasih, terimakasih tak terhingga karena tak pernah menghakimi ananda karena lamanya waktu pengerjaan tugas akhir. Jazakumullah Khairan Jaza.
11. Adek-adek tercinta Yaya dan Bang Pik, terimakasih atas dukungannya dalam bentuk apapun. Semoga Allah mudahkan jalan kita untuk menuntut ilmu setinggi-tingginya dan menjadi ladang pahala bagi orang tua dengan do'a-do'a kita.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

12. Keluarga besar Nenenda Hafisah, Nenek, Mak Ici, Mak Elin, Om Ica, Tante Lira, Cuya, Upi, Thesya, Faiz, Nabil yang tak pernah henti memberikan dukungan dan kasih sayangnya. You are *my wolrd and my best supporter*.
13. Teman – teman seperjuangan baik yang sudah lama selesai maupun yang sama-sama berjuang walaupun diujung tanduk, Sattari Ghaffari, Chairiatunnisa, Felayati, Indah, Pratiwi Halimatussa'diyah, Ona, Rini Hidayati, Rini Suryani , Iin Sri Lestari, Rahma Fadhila, Windi Astuti.
14. dr. Ahmad Syaiful, Sp. KJ yang telah banyak membantu (menangani) saat jatuh bangun dengan ilmu dan supportnya, terimakasih.
15. *Supporter Online*-ku Sri Dewi Setianingsih, Mulia Azzahra, dan Dede Mutiara Yaste.
16. Thesya, Yaya, Anggun, Rosa, Sri Wahyuni, Bang Dani, Cika, Rani yang telah membantu menyebarkan skala dan proses lainnya.
17. Rosa Septyana S.Psi yang telah bersedia menjadi tempat peneliti bertanya tentang skripsi, semoga berkah ilmunya.

Semoga semua dukungan yang telah Bapak, Ibu dan teman-teman berikan kepada peneliti dibalas kebaikannya oleh Allah SWT, dimudahkan urusannya, dilapangkan rezekinya dan diberkahi umurnya. Amiiin Ya Rabbal 'Alamiin.

Dalam penelitian ini peneliti telah mengerahkan segala kemampuan dan tenaga untuk menyelesaikannya namun tentu saja masih banyak kekurangan dari peneliti. Oleh karena itu kritik dan masukan diharapkan dalam penelitian ini.

Semoga penelitian ini bermanfaat untuk keilmuan psikologi dan bagi siapa saja yang membutuhkannya.

Pekanbaru, Februari 2021

Peneliti



UIN SUSKA RIAU

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING	
MOTTO	i
PERSEMBAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Keaslian Penelitian.....	8
E. Manfaat Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Regulasi Emosi	
1. Pengertian Regulasi Emosi	11
2. Aspek – Aspek Regulasi Emosi	12
3. Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi	14
4. Regulasi Emosi pada remaja	15
B. Intensitas Membaca Al-Qur'an	
1. Al-Qur'an	17
2. Pengertian Intensitas Membaca Al-Qur'an.....	19
3. Indikator Membaca Al-Qur'an.....	21
4. Manfaat Membaca Al-Qur'an.....	21
C. Kerangka Pemikiran	23
D. Hipotesis.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Desain Penelitian.....	26
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	26
C. Definisi Operasional.....	27
D. Subjek Penelitian.....	30
1. Populasi Penelitian	30
2. Sampel Penelitian.....	30
3. Teknik Sampling	31
E. Metode Pengumpulan Data.....	31
F. Uji Coba Alat Ukur	34



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Validitas	34
2. Indeks Daya Beda Aitem	35
3. Uji Reliabilitas	38
G. Teknik Analisis Data.....	38
H. Jadwal Penelitian.....	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	39
A. Pelaksanaan Penelitian	39
B. Hasil Penelitian	40
1. Deskripsi Subjek Penelitian	41
2. Uji Asumsi	41
3. Uji Hipotesis	42
4. Deskripsi Data Penelitian	43
C. Analisis Tambahan	48
D. Pembahasan.....	50
BAB V PENUTUP	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran.....	55

DAFTAR PUSTAKA

BIODATA PENULIS

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

3.1.	<i>Blue Print</i> Skala Regulasi Emosi (Untuk Try Out)	32
3.2.	<i>Blue Print</i> Skala Intensitas Membaca Al-Qur'an (Untuk Try Out).....	33
3.3.	<i>Blue Print</i> Skala Regulasi Emosi (Hasil Try Out).....	36
3.4.	<i>Blue Print</i> Skala Regulasi Emosi (Untuk Penelitian).....	36
3.5.	<i>Blue Print</i> Skala Intensitas Membaca Al-Qur'an (Hasil Try Out).....	37
3.6.	<i>Blue Print</i> Skala Int. Membaca Al-Qur'an (Untuk Penelitian)	37
3.7.	Jadwal Penelitian.....	38
4.1.	Frekuensi Subjek Berdasarkan Usia.....	40
4.2.	Frekuensi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin	40
4.3.	Frekuensi Subjek Berdasarkan Suku.....	41
4.4.	Hasil Uji Normalitas.....	42
4.5.	Uji Hipotesis.....	43
4.6.	Kategorisasi	44
4.7.	Data Hipotetik dan Empirik Regulasi Emosi	44
4.8.	Kategorisasi Regulasi Emosi.....	45
4.9.	Data Hipotetik dan Empirik Intensitas Membaca Al-Qur'an.....	45
4.10.	Kategorisasi Intensitas Membaca Al-Qur'an	46
4.11.	Sumbangan Efektif Int. Membaca Al-Qur'an Terhadap Regulasi Emosi	48
4.12.	Uji Perbedaan Variabel Regulasi Emosi berdasarkan Jenis Kelamin.....	49
4.13.	Uji Perbedaan Var. Regulasi Emosi berdasarkan Rentang Usia Remaja..	49
4.14.	Uji Perbedaan Var. Regulasi Emosi berdasarkan Tingkat Pendidikan.....	50

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	: Data Subjek Penelitian
Lampiran B	: Skala <i>Try Out</i>
Lampiran C	: Data Mentah <i>Try Out</i>
Lampiran D	: Uji Reliabilitas
Lampiran E	: Skala Penelitian
Lampiran F	: Data Penelitian
Lampiran G	: Uji Normalitas
Lampiran H	: Uji Linearitas
Lampiran I	: Uji Hipotesis
Lampiran J	: Surat Penelitian
Lampiran K	: Verbatim Wawancara
Lampiran L	: Analisis Tambahan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MEMBACA AL-QUR'AN DENGAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA

Ulfa Hafizhatunnisa

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

hafizha96@gmail.com

ABSTRAK

Remaja dalam fase perkembangannya cenderung memiliki emosi yang belum stabil, padahal Remaja memiliki tugas perkembangan yaitu memiliki regulasi emosi yang baik agar menjadi remaja yang berdaya dalam kehidupannya. Penelitian ini mencoba untuk melihat hubungan antara intensitas membaca Al-Qur'an dengan regulasi emosi pada remaja di Kelurahan Daik Lingga Kecamatan Lingga Kabupaten Lingga Provinsi Kepulauan Riau. Subjek penelitian ini berjumlah 160 remaja yang ditentukan dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data penelitian menggunakan skala Regulasi emosi dan skala intensitas membaca Al-Qur'an. Berdasarkan uji korelasi *Pearson's Product Moment* menunjukkan koefisien korelasi sebesar $r = 0,196$ dengan taraf signifikansi $p = 0,006$ ($p < 0.01$). Kontribusi sebesar 3,45%. Dengan demikian hipotesis yang diajukan terdapat hubungan positif antara intensitas membaca Al-Qur'an dengan regulasi emosi pada remaja di kelurahan Daik Lingga ini diterima.

Kata kunci : Remaja, Intensitas Membaca Al-Qur'an, Regulasi Emosi.

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

THE RELATIONSHIP BETWEEN INTENSITY OF READING AL-QUR'AN AND EMOTIONAL REGULATION IN ADOLESCENTS

Ulfa Hafizhatunnisa

Faculty of Psychology, State Islamic University Sultan Syarif Kasim Riau

hafizha96@gmail.com

ABSTRACT

Adolescents in their developmental phase tend to have unstable emotions, even though adolescents have a developmental task of having good emotional regulation in order to become empowered adolescents in their lives. This study tries to see the relationship between the intensity of reading Al-Qur'an with emotional regulation in adolescents in MTs 'Aqidatunnajin and Madrasah Aliyah in Daik Lingga, Riau Island. The subjects of this study were 160 teenagers who were determined by purposive sampling technique. The research data was collected using the Emotional Regulation scale and the intensity scale of reading Al-Qur'an. Based on the Pearson's Product Moment correlation test, it shows a correlation coefficient of $r = 0.196$ with a significance level of $p = 0.006$ ($p < 0.01$). Contribution of 3.45%. Thus, the hypothesis proposed that there is a positive relationship between the intensity of reading the Al-Qur'an and emotional regulation in adolescents in Daik village is accepted.

Keywords: Adolescents, Intensity of Reading Al-Qur'an and Emotion Regulation.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa peralihan individu dari masa anak-anak menjadi individu yang memiliki kematangan. Kematangan yang dimaksud adalah matang secara mental, emosional, sosial dan fisik. Remaja berasal dari istilah “*adolescence*” yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa.

Papalia & Olds (dalam Jahja, 2012) menjelaskan masa remaja adalah masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau dua puluhan tahun.

Berdasarkan pengertian remaja, dapat dikatakan bahwa remaja seharusnya matang secara mental dan emosional, namun pada masa inilah terjadinya gejolak emosi. Remaja dianggap mempunyai emosi yang meledak dan kurang mampu mengelola emosinya. Berkaitan dengan gejolak emosi, remaja diharapkan mampu melakukan sosialisasi dengan baik karena pada masa ini remaja banyak melakukan penyesuaian diri, baik pada masa sekolah maupun perkumpulan lainnya.

Hurlock (1980:213) mengemukakan bahwa remaja akan mengungkapkan emosinya dengan menggerutu, tidak mau berbicara, atau dengan suara keras mengkritik orang lain yang menyebabkan amarah.

Remaja harus mampu menyelesaikan tugas-tugas perkembangan pada usianya dengan baik agar mampu bersosialisasi dengan baik dengan lingkungan



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

sekitarnya. Maharani dan Kristiana (2017) menjelaskan apabila tugas-tugas perkembangan sosial ini dapat dilakukan dengan baik, remaja tidak akan mengalami kesulitan dalam kehidupan sosialnya serta akan membawa kebahagiaan dan kesuksesan dalam menuntaskan tugas perkembangan berikutnya. Sebaliknya, remaja yang gagal menjalankan tugas-tugas perkembangannya akan berakibat negatif dalam kehidupan sosial fase-fase berikutnya, menyebabkan ketidakhahagiaan pada remaja yang bersangkutan, menimbulkan penolakan masyarakat dan kesulitan dalam menuntaskan tugas perkembangan berikutnya.

Ali dan Asrori (2012:67) menjelaskan bahwa remaja mengalami perkembangan mencapai kematangan fisik, mental, sosial, dan emosional. Umumnya setiap remaja memiliki kematangan emosi yang berbeda-beda dalam menjalani kehidupan. Mudjiran dkk (2007:89) menjelaskan remaja yang telah mencapai kematangan emosi dapat dilihat dari ciri-ciri yaitu mandiri secara emosional, artinya remaja mampu mempertanggungjawabkan emosi yang ditampilkan, tidak cenderung menyalahkan diri sendiri maupun orang lain, mampu menerima dirinya sendiri, mampu mengendalikan emosi –emosi negatif dan tidak bertindak impulsif.

Hurlock (1980:213) mengemukakan bahwa ciri-ciri kematangan emosi yaitu kontrol diri, individu mampu menunggu saat dan tempat yang tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara yang diterima dan pemahaman diri individu. Individu memiliki reaksi emosional yang stabil, dapat berubah dari satu emosi ke emosi lain. Individu tersebut dapat memahami hal yang dirasakan dan mengetahui penyebab dari emosi yang dihadapi.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Remaja yang mampu mengendalikan diri dari rasa marah, mengungkapkan emosi secara konstruktif dan kreatif adalah ciri remaja yang mampu mengelola emosinya. Kemampuan ini disebut dengan regulasi emosi. Gross (dalam Gardner, Betts Stiller, & Coates, 2017) menjelaskan regulasi emosi adalah proses kompleks yang bertanggung jawab untuk memulai, menghambat, atau memodulasi emosi seseorang dalam menanggapi situasi tertentu.

Gross (2014) lebih lanjut menjelaskan bahwa regulasi emosi didefinisikan pula sebagai pembentukan emosi seseorang, emosi yang dimiliki, dan pengalaman atau bagaimana seseorang mengekspresikan emosi. Regulasi emosi berkaitan dengan bagaimana emosi itu sendiri diatur, bukan bagaimana emosi mengatur sesuatu yang lain.

Roberton, Daffern & Bucks (2012) menjelaskan bahwa seseorang dengan regulasi emosi yang tinggi akan mampu berperilaku dengan benar dan menguntungkan dirinya sendiri dan orang lain seperti bekerjasama, menolong, bersahabat, berbagi dan sebagainya. Tetapi lain halnya dengan seseorang yang memiliki regulasi emosi rendah akan memunculkan dampak negatif yaitu ketidakmampuan dalam mengendalikan emosi. Hal ini terjadi karena kurang memahami emosi yang dirasakan dan kurang memahami kejadian yang dialami sehingga menyebabkan kesulitan untuk memodifikasi emosi. Selain itu regulasi emosi digunakan untuk memodulasi pengalaman emosi positif maupun negatif. Sebelum mencapai kematangan emosi sebagai tugas perkembangan remaja, tentunya perlu remaja untuk melakukan regulasi emosi dengan baik. Setelah

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



melakukan regulasi emosi dengan baik maka ia akan mampu menjelaskan tugas untuk matang secara emosi.

Umat islam berkewajiban untuk mengamalkan ajaran agama dan meregulasi emosi sesuai dengan tuntuan Al-Qur'an agar terhindar dari perilaku negatif. Setiap individu yang beragama islam dibimbing untuk belajar dan mengajarkan Al-Qur'an. Noh, dkk (2013) menjelaskan bahwa hal utama dari pendidikan islam adalah membaca, memahami dan mengaplikasikan Al-Qur'an sejak dini, artinya selagi masa remaja hendaknya belajar dan membaca Al-Qur'an agar mendapat pedoman hidup yang jelas. Ali, dkk (2011) mengemukakan bahwa Al-Qur'an menjelaskan mengenai masalah sosial dalam bermasyarakat yang relevan dengan masa sekarang.

Krause (dalam Mc farland 2009:622) mengemukakan bahwa regulasi emosi seseorang dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, satu diantaranya adalah religiusitas. Glock dan Stark (dalam Ancok dan Suroso, 2005) menjelaskan bahwa salah satu dimensi dari religiusitas adalah praktik agama. Praktik agama didalam islam adalah kegiatan membaca Al-Qur'an.

Al Qadhi (dalam Tamin 2016:2) dalam penelitiannya menemukan bahwa bacaan Al- Qur'an menimbulkan efek relaksasi hingga 65% sedangkan bacaan berbahasa arab non Al-Qur'an hanya mencapai 33%. Hasil ini menunjukkan bahwa Al-Qur'an memiliki pengaruh positif yang cukup signifikan dalam menurunkan ketegangan atau stres pada pengukuran kuantitatif maupun kualitatif. Pedak (dalam Tamin, 2016:2) menemukan bahwa membaca Al-Qur'an tanpa

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



mengetahui maknanya akan memberikan kesan positif pada *amigdala* dan *hipokampus* sehingga menimbulkan emosi positif.

Hawari (2007:68) menyebutkan bahwa ayat-ayat Al-Qur'an banyak mengandung tuntutan bagaimana manusia dalam kehidupan di dunia ini terbebas dari rasa cemas, tegang, depresi dan lain sebagainya. Berikut ini adalah ayat yang menjelaskan tentang hal tersebut :

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ -

Artinya : “orang-orang yang beriman dan hati mereka bisa merasa tenang dengan mengingat Allah, ketahuilah hanya dengan mengingat Allah hati akan merasa tenang” (Q.S Ar Ra’d: ayat 28)

Al-Qur'an merupakan petunjuk untuk manusia, juga penawar (penyembuh) bagi masalah-masalah emosi (iri, dengki, sakit hati, kesedihan dan lain-lain). Ini dijelaskan juga dalam Al-Qur'an surat Fushilat ayat 44 :

قُلْ هُوَ لِلَّذِينَ آمَنُوا هُدًى وَشِفَاءً

Artinya : “Katakanlah Al-Qur'an itu adalah petunjuk dan penawar bagi orang-orang yang beriman” (Q.S Fushilat ayat 44)

Hassanpour dan Loya (1997) mengindikasikan bahwa remaja di sekolah menengah yang membaca Al-Qur'an secara teratur lebih rendah depresi, kecemasan, serta stresnya dibandingkan dengan kelompok yang membaca Al-Qur'an tetapi tidak teratur. Mengacu pada beberapa hasil penelitian dan bukti kebesaran Al-Qur'an serta pendapat para tokoh di atas, maka dapat disimpulkan dengan seringnya membaca Al-Qur'an, remaja akan lebih mampu meregulasi emosinya. Asumsinya adalah dengan adanya *kontinuitas* dari kegiatan membaca Al-Qur'an, maka kemampuan regulasi emosi akan semakin baik.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Asumsi peneliti berkaitan dengan kemampuan regulasi emosi yang berhubungan dengan agama tidak selalu sesuai dengan kenyataan. Berdasarkan penelitian Soakokone (2015) individu yang melakukan praktik agama belum tentu mampu meregulasi emosinya dengan baik, begitu juga sebaliknya. Didalam agama islam salah satu praktik agama adalah membaca Al-Qur'an. Hal ini didukung juga oleh penelitian Simplonius, Good, dan Willoughby (2015) yang menemukan hasil yakni tidak ada hubungan antara religiusitas dengan regulasi emosi.

Peneliti telah melakukan wawancara kepada beberapa remaja di Kelurahan Daik Lingga Kecamatan Lingga Kabupaten Lingga Provinsi Kepulauan Riau dari tanggal 16 November 2020 sampai 17 November 2020. Hasilnya sebagai berikut :

Pernah waktu class meeting waktu itu pas itu tak terkontrol emosinya, padahal saya udah bagi tugas ke setiap divisi, jadi saya agak marah dan emosi, karena kesal dan saya ngomel orang lain. Saya tidak tahu apa yang saya lakukan untuk mengontrol emosi. (ZK,14)

Saya kalau lagi emosi (red:marah) saya seperti ngelunjak, seperti orang kesurupan. Saya suka menyakiti diri saya sendiri. Saya seperti itu saat sedang sedih dan juga kadang tiba-tiba seperti itu. Saya tidak bisa mengontrol diri saat marah, perlu bantuan orang lain untuk menenangkannya , saya banyak diam ketika marah, bisa membanting pintu, barang-barang, (FA, 13)

Kadang saya bisa mengontrol emosi saya, kadang tak bisa. Saya suka menahan emosi, kalau dilepaskan malah tidak terkontrol, pokoknya barang-barang disekitar saya, saya lempar. Saya memilih mendingkan diri (menjauh) dari keramaian. Pernah merasa gagal dengan diri sendiri. Saya merasa menyesal. (DV,13)

Saya tak fokus saat sedang cemas, bisa sampai ga masuk sekolah. (AT, 16)

Pernah sampai banting barang, saat marah dan saya memilih diam. Pernah saat cemas , gak tenang dan gak bisa konsentrasi (IFF, 16)



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Saat ini lebih banyak khawatir, emosinya susah dikendalikan, jadi sering marah atau gampang marah. Banyak yang dipikirkan. Saya menyesal karena marah dengan orangtua. (IA, 16)

Waktu itu saya lagi malas, tapi disuruh-suruh jadi saya marah dan akhirnya motor saya tumbuk (red:tinju) dan pecah (RN,18)

Saya langsung main tangan (red:memukul) dan adik saya dan setelah itu saya merasa sedih dan bersalah. Saya juga tidak bisa konsentrasi belajar saat cemas (FR, 18)

Saya sedih namun tidak sampai berlarut-larut, masih bisa mengatasinya (MFD,13)

Saya paling marahnya karena usil, kalau betul betul marah belum pernah (PTR, 13)

Kalau orang lain mengganggu saya, saya kesal, tapi kalau marah, saya udah lama memang tidak marah, saya gak suka marah. (RDH, 15)

Dari 11 pernyataan subjek diatas dapat dilihat bahwa subjek ZK, FA, DV, IFF, IA, RN, FR, dan AT memiliki masalah dalam meregulasi emosinya yaitu ditandai dengan kalimat “saya tidak bisa mengontrol emosi (marah, sedih, cemas), ketika cemas sampai terganggu konsentrasi, gampang marah, merasa gagal dengan diri sendiri dan menyesal, sering sedih tiba-tiba dan tidak fokus saat cemas hingga memilih tidak masuk sekolah”. Sedangkan 3 remaja lagi (MFD, PTR, RDH) ditandai dengan pernyataan “sedih namun tidak berlarut, saya tidak suka marah, belum pernah betul-betul marah”. Dari pernyataan diatas, dapat disimpulkan bahwa 3 subjek masih dapat mengelola emosinya dan tidak bertindak impulsif.

Berdasarkan pemaparan sebelumnya, timbul pertanyaan “Apakah benar seseorang yang membaca Al-Qur’an akan mempengaruhi pembacanya mampu untuk meregulasi emosinya saat ada stimulus yang dapat memicu munculnya emosi negatif?”. Inilah yang mendorong peneliti untuk mengetahui apakah ada



hubungan antara intensitas membaca Al-Qur'an dengan regulasi emosi pada remaja?

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut “Apakah ada hubungan antara intensitas membaca Al-Qur'an dengan Regulasi Emosi pada remaja di Kelurahan Daik Lingga Kecamatan Lingga Kabupaten Lingga Provinsi Kepulauan Riau?”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara intensitas membaca Al-Qur'an dengan Regulasi Emosi pada Remaja di Kelurahan Daik Lingga Kecamatan Lingga Kabupaten Lingga Provinsi Kepulauan Riau?

D. Keaslian Penelitian

Berdasarkan penelusuran tentang penelitian dengan tema emosi dan kegiatan membaca Al-Qur'an ada beberapa penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan, diantaranya penelitian Silfiyah (2019) dengan judul Hubungan antara religiusitas dan regulasi emosi dengan perilaku sosial pada Remaja SMK Ketintang Surabaya. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah regulasi emosi pada penelitian Silfiyah menjadi variabel x, sedangkan dipenelitian yang peneliti lakukan regulasi emosi menjadi variabel y. Persamaannya adalah sama-sama meneliti variabel regulasi emosi dan subjek penelitiannya adalah remaja.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik JIN Suska Riau

Sateislamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Penelitian yang dilakukan oleh S. Anis Al Habsyi dengan judul Perbedaan Regulasi Emosi antara Penghafal Al-Qur'an 1-15 Juz dan Penghafal Al-Qur'an 16-30 Juz di Pondok Pesantren Nurul Qur'an Kraksaan, Probolinggo. Perbedaan penelitiannya terletak pada pemilihan subjek penelitian dan desain penelitian. Penelitian yang peneliti lakukan subjeknya adalah remaja sedangkan penelitian Habsyi subjeknya adalah penghafal Al-Qur'an dengan karakteristik banyaknya hafalan.

Penelitian yang dilakukan oleh Shinanty Ratnasari dan Julia Suleeman dengan judul Perbedaan Regulasi Emosi Perempuan dan Laki-laki di Perguruan Tinggi. Perbedaan penelitian terletak pada desain dan subjek penelitian. Persamaannya adalah sama sama meneliti regulasi emosi.

Berdasarkan uraian di atas, setelah dilakukan analisa terhadap persamaan dan perbedaan penelitian ini dengan penelitian-penelitian sejenis yang telah dilakukan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa penelitian tentang hubungan intensitas membaca Al-Qur'an dengan Regulasi Emosi pada remaja adalah penelitian yang berbeda dengan penelitian sebelumnya.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah memberikan informasi mengenai dampak psikologis dari kegiatan membaca Al-Qur'an terhadap regulasi emosi pada remaja.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Manfaat Praktis

Bagi subjek penelitian, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan pemahaman tentang manfaat psikologis membaca Al-Qur'an bagi remaja dan apabila hasilnya berhubungan maka kegiatan membaca Al-Qur'an dapat dijadikan sebagai salah satu upaya bagi remaja agar mampu meregulasi emosinya dengan baik.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





BAB II

LANDASAN TEORI

A. Regulasi Emosi

1. Pengertian Regulasi Emosi

Shaffer (2005) menjelaskan regulasi emosi adalah kapasitas untuk mengontrol dan menyesuaikan emosi yang timbul pada tingkat intensitas yang tepat untuk mencapai suatu tujuan. Regulasi emosi yang tepat meliputi kemampuan untuk mengatur perasaan (*regulate feeling*), reaksi fisiologis (*regulate physiology*), kognisi yang berhubungan dengan emosi (*emotion-related cognitions*), dan reaksi yang berhubungan dengan emosi (*emotion-related behavior*).

Gross (1999) lebih lanjut menyatakan bahwa regulasi emosi ialah strategi yang dilakukan secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Seseorang yang memiliki regulasi emosi dapat mempertahankan atau meningkatkan emosi yang dirasakannya baik positif maupun negatif. Selain itu, seseorang juga dapat mengurangi emosinya baik positif maupun negatif.

Regulasi emosi adalah proses-proses yang dilakukan seseorang untuk mempengaruhi emosi mereka, bagaimana mereka mengalami dan mengekspresikan emosi tersebut. Proses regulasi emosi ini dapat dikendalikan secara otomatis, sadar atau tidak sadar (Gross, 1998:275) dan menurut Gross



(1998:276), regulasi emosi berkaitan dengan koping, regulasi *mood*, bagaimana mempertahankan dan memperbaiki *mood* serta meregulasi afek. Koping berfokus pada penurunan pengalaman emosi negatif. Hwang (dalam Fitri, 2012:2) mengatakan regulasi emosi adalah proses pengaturan pengalaman emosional untuk mencapai keinginan sosial dan memperoleh respon yang tepat baik secara fisik maupun psikologis terhadap permintaan intrinsik dan ekstrinsik.

Thompson (1994:29) regulasi emosi adalah kemampuan mengontrol status emosi dan perilaku sebagai cara mengekspresikan emosi agar sesuai dengan lingkungan di sekitarnya. Lebih lanjut Thompson (1994:27-28) menjelaskan bahwa regulasi emosi adalah proses instrinsik dan ekstrinsik yang bertanggung jawab memonitor, mengevaluasi dan memodifikasi reaksi emosi secara intensif dan khusus untuk mencapai suatu tujuan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi adalah upaya untuk mengatur emosi positif dan negatif agar tercapainya keseimbangan secara emosional, sehingga individu tidak akan mengalami ketegangan emosional dan dapat menyelesaikan permasalahan-permasalahan dalam hidupnya.

2. Aspek-aspek Regulasi Emosi

Thompson telah membagi aspek-aspek regulasi emosi yang terdiri dari tiga macam :

- a. Kemampuan memonitor emosi (*emotions monitoring*)
Kemampuan individu dalam menyadari dan memahami keseluruhan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



proses yang terjadi dalam dirinya, perasaannya, pikirannya dan latar belakang dari tindakannya

b. Kemampuan mengevaluasi emosi (*emotion evaluating*)

Kemampuan individu untuk mengelola dan menyeimbangkan emosi-emosi yang dialaminya. Kemampuan untuk mengelola emosi khususnya emosi negatif seperti marah, sedih, kecewa, dendam, benci. Emosi ini akan membuat individu tidak terpengaruh secara mendalam yang dapat mengakibatkan individu tidak dapat berpikir secara rasional.

c. Kemampuan memodifikasi emosi (*emotions modification*)

Kemampuan individu untuk mengubah emosi sehingga mampu memotivasi diri menjadi lebih baik terutama ketika individu merasa putus asa, cemas dan marah. Kemampuan ini membuat individu mampu bertahan dalam masalah yang sedang dihadapinya.

Goleman (2004:403) menjelaskan bahwa individu yang mampu melakukan regulasi emosi dapat dilihat jika memenuhi lima dari tujuh kecakapan berikut :

- a. Kendali diri, dalam arti mampu mengolah emosi dan impuls yang merusak dengan efektif
- b. Memiliki hubungan interpersonal yang baik dengan orang lain
- c. Memiliki sikap hati-hati
- d. Memiliki keluwesan dalam menangani perubahan dan tantangan
- e. Toleransi yang tinggi terhadap frustrasi
- f. Memiliki pandangan yang positif terhadap diri dan lingkungannya

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



g. Lebih sering merasakan emosi positif dari pada emosi negatif.

d. Faktor yang mempengaruhi Regulasi Emosi

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan regulasi emosi seseorang yaitu:

a. Usia

Penelitian menunjukkan bahwa bertambahnya usia seseorang dihubungkan dengan adanya peningkatan kemampuan regulasi emosi, dimana semakin tinggi usia seseorang semakin baik kemampuan regulasi emosinya. Sehingga dengan bertambahnya usia seseorang menyebabkan ekspresi emosi semakin terkontrol (Gross & Thompson 2007:19)

b. Jenis Kelamin

Penelitian menemukan bahwa laki-laki dan perempuan berbeda dalam mengekspresikan emosi baik verbal maupun ekspresi wajah sesuai dengan gendernya. Perbedaan gender dalam pengekspresian emosi dihubungkan dengan perbedaan dalam tujuan laki-laki dan perempuan mengontrol emosinya. Perempuan lebih mengekspresikan emosi untuk menjaga hubungan interpersonal serta membuat mereka tampak lemah dan tidak berdaya. Sedangkan laki-laki mengekspresikan marah dan bangga untuk mempertahankan dan menunjukkan dominasi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa wanita lebih dapat melakukan regulasi terhadap emosi marah dan bangga, sedangkan laki-laki pada emosi takut, sedih dan cemas (Fischer dalam Coon,2005:375-376).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

c. Religiusitas

Seseorang yang tinggi tingkat religiusitasnya akan berusaha untuk menampilkan emosi yang tidak berlebihan bila dibandingkan dengan orang yang tingkat religiusitasnya rendah. (Krause dalam McFarland 2009:622). Menurut Glock dan Stark (dalam Ancok dan Suroso, 2005) religiusitas sendiri memiliki lima dimensi dan salah satunya adalah dimensi praktek agama. Dimensi ini mencakup perilaku pemujaan, ketaatan dan hal-hal yang dilakukan orang untuk menunjukkan komitmen terhadap agama yang dianutnya. Di dalam agama islam, yang merupakan praktek agama salah satunya yaitu membaca Al-Qur'an.

d. Kepribadian

Orang yang memiliki kepribadian *neuroticism* dengan ciri-ciri sensitif, moody, suka gelisah, sering merasa cemas, panik, harga diri rendah, kurang dapat mengontrol diri dan tidak memiliki kemampuan coping yang efektif terhadap stress sehingga akan menunjukkan tingkat regulasi emosi yang rendah (Cohen & Armeli dalam Coon, 2005:459)

e. Budaya

Regulasi emosi dapat mempengaruhi cara seseorang merespon kejadian dalam berinteraksi dengan orang lain dan bagaimana cara seseorang meregulasi emosi dari apa yang dianggap sesuai (Lazarus 1990:14)

1. Regulasi Emosi pada Remaja

Sebelum menjelaskan bagaimana kemampuan remaja dalam melakukan regulasi emosi, akan diuraikan terlebih dahulu siapa itu remaja. Seseorang yang memasuki masa remaja adalah individu yang lebih matang secara mental, emosi,

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sosial dan fisik. (Hurlock, 1980:206). Menurut Santrock (2007), *Adolescence* atau remaja diartikan sebagai masa perkembangan transisi antara masa anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional.

Zakiah Darajat (1990:23) mengemukakan masa remaja adalah masa peralihan diantara masa kanak-kanak dan dewasa. Dalam masa ini anak mengalami masa pertumbuhan dan masa perkembangan fisiknya maupun perkembangan psikisnya. Mereka bukanlah anak-anak baik bentuk badan ataupun cara berfikir atau bertindak, tetapi bukan pula orang dewasa yang telah matang.

Menurut Monks Dkk (1989) Remaja sebenarnya tidak memiliki tempat yang jelas, mereka sudah tidak termasuk golongan anak-anak tetapi belum juga dapat diterima secara penuh untuk masuk ke golongan orang dewasa. Remaja berada di antara anak dan orang dewasa. Oleh karena itu remaja seringkali dikenal dengan fase “mencari jati diri” atau fase “topan dan badai”. Remaja masih belum mampu menguasai dan memfungsikan secara maksimal fungsi fisik maupun psikisnya. Namun fase remaja merupakan fase perkembangan yang berada pada masa amat potensial, baik dilihat dari aspek kognitif, emosi maupun fisik.

Masa remaja terdiri dari masa remaja awal usia 10-12 tahun, masa remaja pertengahan usia 13-15 tahun, dan masa remaja akhir usia 16-19 tahun (Monks et al. 2002).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa Remaja adalah individu yang berada pada masa peralihan antara anak-anak ke dewasa ditandai dengan perubahan fisik yang diharapkan mampu matang secara emosi, mental dan



sosial.

Muhammad Ali dan Muhammad Asrori (2012:67) menjelaskan pada masa ini, remaja mengalami perkembangan mencapai kematangan fisik, mental sosial, dan emosional. Umumnya setiap remaja memiliki kematangan emosi yang berbeda-beda dalam menjalani kehidupan. Sebagaimana Mudjiran, dkk (2007:89) menjelaskan remaja yang telah mencapai kematangan emosi dapat dilihat dari ciri-ciri tingkah laku sebagai berikut, mandiri dalam arti emosional, artinya remaja tersebut mampu mempertanggungjawabkan emosi yang ditampilkan, mampu menerima diri sendiri dan orang lain apa adanya, artinya remaja tidak cenderung menyalahkan diri sendiri maupun orang lain atas kegagalan yang dialami, mampu menampilkan ekspresi emosi sesuai dengan situasi dan kondisi yang ada, mampu mengendalikan emosi-emosi negatif sehingga permasalahannya tidak impulsif (Sisca Folastrri, Wahyu Eka Prasetyaningtyas, 2017).

Senada dengan itu Jersild (dalam Asih dan Pratiwi, 2010:3) mengemukakan dua ciri-ciri individu yang memiliki kematangan emosi, antara lain penerimaan diri yang baik. Individu yang memiliki kematangan emosi dapat menerima kondisi fisik maupun psikisnya, baik pribadi maupun secara sosial. Objektif, individu memandang kejadian berdasarkan dunia orang lain dan tidak hanya dari sudut pandang pribadi.

Hurlock (1980:213) mengemukakan dua ciri-ciri kematangan emosi, yaitu kontrol diri, individu mampu menunggu saat dan tempat yang tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang diterima. Pemahaman diri

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Statistik Islamid University of Sultan Sa'arif Kasim Riau



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

individu, individu memiliki reaksi emosional yang stabil, dapat berubah dari satu emosi ke emosi lain. Individu tersebut dapat memahami hal yang dirasakan dan mengetahui penyebab dari emosi yang dihadapi.

B. Membaca Al-Qur'an

1. Al-Qur'an

Al-Quran menurut Al-Salih adalah firman Allah yang bersifat mukjizat (sebagai bukti kebenaran atas kenabian Muhammad) yang diturunkan kepada nabi Muhammad, yang tertulis dalam mushaf-mushaf, yang diriwayatkan dengan jalan mutawatir dan membacanya bernilai ibadah. Menurut Al-Qaththan (dalam Adz-Dzakiey, 2005) Al-Qur'an adalah himpunan dari huruf-huruf dan kata-kata yang tersusun rapi dalam satu ucapan.

Berdasarkan definisi diatas maka Al-Qur'an adalah firman Allah yang terdiri dari himpunan huruf dan kata dalam satu ucapan sebagai bukti kebenaran atas kenabian muhammad dan membacanya dipandang sebagai ibadah.

2. Intensitas Membaca Al Qur'an

Intensitas dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2007:560) diartikan sebagai keadaan ukuran atau besar *intens*-nya atau tingkatan seberapa sering melakukannya. Sedangkan *intens* sendiri berarti "*hebat atau sangat kuat, tinggi, bergelora, penuh semangat, berapi-api, berkobar-kobar sangat emosional*". Dalam Tesaurus Bahasa Indonesia, intensitas diartikan "*keseriusan, kesungguhan, ketekunan, semangat*". Intensitas merupakan semangat yang tinggi, ketekunan,



kesungguhan dan keseriusan dari seseorang ketika orang tersebut melakukan sesuatu.

Chaplin menyebutkan bahwa intensitas (*intensity*) adalah “*kekuatan yang mendukung suatu pendapat atau sikap*”. Chaplin menggarisbawahi bahwa intensitas merupakan perwujudan dukungan dari suatu pendapat atau sikap. Arthur S. Rebert dan Emily S. Reber menyebutkan “*intensity is the vigour or strength of an emitted behaviour*”. Artinya Intensitas adalah tenaga atau kekuatan dari tingkah laku yang dipancarkan. Intensitas adalah tenaga atau kekuatan yang dapat disoroti dan terlihat dari tingkah laku seseorang.

Menurut Kaloh (dalam Husna, 2006) intensitas merupakan tingkat keseringan seseorang dalam melakukan suatu kegiatan tertentu yang didasari rasa senang dengan kegiatan yang dilakukan tersebut. Intensitas adalah kedalaman atau kekuatan seseorang untuk berperilaku tertentu (Azwar, 1995).

Dari semua pendapat diatas maka dapat diketahui bahwa intensitas merupakan suatu kekuatan maupun ukuran kualitas dari tingkah laku seseorang ketika orang tersebut melakukan suatu kegiatan yang dapat ditunjukkan melalui semangat yang kuat, motivasi yang tinggi, ketekunan, dan juga keseriusan. Terkait penelitian ini, intensitas dengan aspek kuantitatif terdapat dalam wujud rutinitas membaca.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008:113) membaca adalah melihat, serta memahami isi dari apa yang tertulis (dengan melisankan maupun hanya dalam hati). Sedangkan Al-Qur’an, dimaknai sebagai kitab suci umat islam. Membaca atau *tilaawah* Al-Quran menurut Al-Jauziyah adalah membaca

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

lafal dan maknanya yang berarti mengikuti apa yang termaktub, dengan membenarkannya, menunaikan perintahnya, menjauhi larangannya, dan patuh kepadanya kemana saja dia menuntun. Adapun cara membacanya yaitu sesuai dengan ketentuan ulama, atau dengan *tartil* (pelan-pelan), atau dengan *hadar* yaitu membaca cepat dengan memperhatikan syarat pengucapan, dan ada yang membacanya dengan *tadwir* yaitu pertengahan antara *tahqiq* dan *hadar* (Al-Qaththan, 2009).

Intensitas membaca Al-Quran adalah kesungguhan seseorang dalam membaca lafal dan maknanya yang memiliki arti mengikuti apa yang termaktub, dengan membenarkannya, menunaikan perintahnya, menjauhi larangannya, dan patuh kepadanya kemana saja dia menuntun, baik itu dengan *tahqiq*, *tartil*, *hadar*, maupun *tadwir*.

Intensitas membaca Al-Qur'an adalah tinggi rendahnya suatu usaha atau kekuatan yang menunjukkan sejauhmana kesungguhan, pemahaman, dan keseriusan individu dalam membaca kitab Allah yang diturunkan kepada Nabi Muhammad SAW.

Berdasarkan pengertian di atas, dapat disimpulkan bahwa intensitas membaca ayat suci Al-Qur'an adalah usaha yang dilakukan seseorang dalam membaca kitab suci Al-Qur'an dalam kurun waktu tertentu dengan melihat serta memahami isi dari apa yang tertulis dalam Al-Qur'an tersebut.

3. Aspek dari Membaca Al Qur'an

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Al Ghozali (1995) menjelaskan membaca Al-Qur'an dikelompokkan menjadi dua bagian. Etika konkrit (dzohir) dan abstrak (batiniah). Etika konkrit terdiri dari lima aspek. Etika ini terdiri dari empat aspek yaitu tentang keadaan pembaca, proses, rutinitas, dan etika abstrak tata cara hingga akhir membaca Al-Qur'an.

a. Keadaan Pembaca Al-Qur'an

Pembaca harus suci dari hadas besar dan hadas kecil, membaca Al Qur'an dengan berwudhu, mengenakan pakaian yang bersih dan gigi yang bersih.

b. Proses Membaca Al-Qur'an

Pada proses membaca Al-Qur'an prosesnya adalah menghadap ke kiblat, tidak bersandar dan berbaring, dimulai dengan isti'adzah dan basmallah, membaca dengan Tartil, membaca dengan Tafkhim, Tidak terburu-buru, dengan suara yang bagus.

c. Tata cara penyelesaian membaca Al-Qur'an

Tata cara penyelesaian pembacaan Al-Qur'an menyangkut tentang rutinitas membaca Al-Qur'an berdasarkan waktu. Saat berdiri saat berdoa dalam shalat. Di tengah malam, Antara shalat magrib dan isya, Setelah sholat shubuh, Pada hari Jumat, Senin dan Selasa, Sepuluh hari terakhir di bulan puasa, Sepuluh hari pertama dalam bulan Djuhijjah. Sebagai seorang muslim seberapa sering seseorang membaca Al-Qur'an.

Untuk etika ini, Al Ghazali membagi kualitas orang membaca Al-Qur'an dalam tiga kelompok, terendah, menengah dan tertinggi. Kelompok terendah

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



adalah mereka yang menyelesaikan bacaan Al-Qur'an sebulan sekali. Kelompok tengah menyelesaikan bacaan Al-Qur'an seminggu sekali. Kelompok tertinggi menyelesaikan bacaan Al-Qur'an tiga hari sekali.

d. Etika Abstrak Membaca Al-Qur'an

Etika abstrak adalah yaitu membayangkan dan merenungkan makna ayat yang kita baca, mengambil manfaat, nilai, gagasan dari hasil perenungan, menyingkirkan hal yang menghalangi pikiran kita, menyelami makna dan efek ayat dengan sangat dalam, agar sikap positif dibentuk.

4. Manfaat membaca Al-Qur'an

Adapun kegiatan membaca Al-Qur'an bermanfaat bagi psikologis manusia yaitu memberikan kesan positif pada *hipokampus* dan *amigdala* sehingga menimbulkan emosi positif. (Pedak dalam Tamin, 2016:2). Menyembuhkan bagi masalah-masalah emosi (iri, dengki, sakit hati, kesedihan dan lain-lain (Q.S Fushilat: ayat44). Memperoleh ketenangan hati (Q.S Ar Ra'd: ayat28). Menimbulkan efek relaksasi dan menurunkan stress (Al Qadhi dalam Tamin,2016:2)

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

Ste Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hubungan antara Intensitas Membaca Al-Qur'an dengan Regulasi Emosi pada Remaja (Kerangka Pemikiran)

Masa remaja merupakan masa yang penuh dengan gejolak emosi. Masa remaja merupakan periode badai dan tekanan, yaitu suatu masa dimana ketegangan emosi meninggi akibat dari perubahan fisik dan kelenjar. Meningginya emosi dikarenakan oleh tekanan sosial dan menghadapi kondisi baru. Sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan dari waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial yang baru. (Hurlock, 1980:213)

Untuk menjadi remaja yang berdaya dan dapat menyelesaikan masalahnya, remaja harus mampu menjalankan tugas perkembangannya. Cole (dalam Jahja, 2011) menjelaskan bahwa salah satu tugas perkembangan remaja adalah memiliki kematangan emosional. Remaja diharapkan mampu berubah dari perilaku kurang dapat mengendalikan diri dari rasa marah dan sikap permusuhan menjadi mampu menyatakan emosinya secara konstruktif dan kreatif.

Hurlock (1980:213) menjelaskan bahwa kematangan emosi remaja ditandai dengan tidak “meledakkan” emosinya dihadapan orang lain, remaja dapat menilai situasi secara kritis sebelum bereaksi secara emosional, tidak lagi bereaksi tanpa berpikir sebelumnya, dengan demikian remaja banyak mengabaikan rangsangan emosional yang dapat menimbulkan ledakan emosi.

Remaja yang mengalami banyak gejolak emosi membutuhkan kemampuan regulasi emosi yang baik agar dapat menjadi remaja yang berdaya dan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



menyelesaikan masalah-masalah dalam hidupnya. Regulasi emosi menurut Gross (1998:275) adalah proses-proses yang dilakukan seseorang untuk mempengaruhi emosi mereka, bagaimana mereka mengekspresikan emosi tersebut. Salah satu faktor yang mempengaruhi regulasi emosi adalah religiusitas. Salah satu dimensi religiusitas adalah praktik agama. Dalam islam salah satu praktek agama adalah dengan membaca Al Qur'an, dengan demikian membaca Al-Qur'an diasumsikan dapat menjadi faktor untuk mengelola emosi menjadi lebih baik.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa dengan kegiatan membaca Al-Qur'an berpengaruh terhadap pengalaman emosi seseorang. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Arsyani (2016:13) menemukan bahwa semakin tinggi intensitas membaca Al-Qur'an maka regulasi emosi semakin baik. Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Pedak 2009 (dalam Tamin, 2016:2) menemukan bahwa membaca Al-Qur'an tanpa mengetahui maknanya akan memberikan kesan positif pada *hipokampus* dan *amigdala* sehingga menimbulkan suasana hati atau emosi yang positif.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat dipahami bahwa orang remaja yang rutin membaca Al-Qur'an akan merasakan dampak yang positif bagi emosinya karena membaca Al-Qur'an dapat menenangkan jiwa, menimbulkan emosi positif, mengatasi emosi negatif. Dengan demikian penulis dapat menyimpulkan ada hubungan antara Intensitas membaca Al-Qur'an dengan Regulasi Emosi pada Remaja.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

D. Hipotesis

Berdasarkan uraian dalam kerangka pemikiran di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini dapat dirumuskan menjadi terdapat hubungan antara Intensitas Membaca Al-Qur'an dengan Regulasi Emosi pada Remaja di Kelurahan Daik Lingga Kecamatan Lingga Kabupaten Lingga Kepulauan Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang dalam prosesnya menekankan pada analisis data-data numerikal (angka) yang diolah dengan metode statistika (Arikunto, 2010: 240). Penelitian kuantitatif ini menggunakan pendekatan korelasional yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan intensitas membaca Al-Qur'an sebagai variabel bebas (X) dengan Regulasi Emosi sebagai variabel terikat (Y).

Model hubungan antara kedua variabel tersebut digambarkan sebagai berikut:



B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2005: 39). Identifikasi terhadap variabel penelitian bertujuan untuk memperjelas dan membatasi masalah serta menghindari pengumpulan data yang tidak diperlukan. Variabel dalam penelitian ini adalah intensitas membaca Al-Qur'an dan Regulasi Emosi. Adapun identifikasi variabel dalam penelitian ini adalah



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Variabel bebas (X) : Intensitas membaca Al-Qur'an

Variabel terikat (Y) : Regulasi Emosi

C. Definisi Operasional

1. Intensitas membaca Al-Qur'an

Intensitas membaca Al-Qur'an adalah usaha yang dilakukan individu dalam membaca kitab suci Al-Qur'an dalam kurun waktu tertentu dengan melihat serta memahami isi dari apa yang tertulis dalam Al-Qur'an tersebut. Intensitas membaca Al-Qur'an dalam penelitian ini diukur berdasarkan skala yang dibuat sendiri dari teori membaca Al-Qur'an oleh Al Ghazali (1995) yaitu Keadaan Pembaca Al-Qur'an, Proses membaca Al-Qur'an, Tata cara penyelesaian membaca Al-Qur'an, dan Etika abstrak membaca Al-Qur'an.

a. Keadaan Pembaca Al-Qur'an

Pembaca harus suci dari hadas besar dan hadas kecil, membaca Al Qur'an dengan berwudhu, mengenakan pakaian yang bersih dan gigi yang bersih.

b. Proses membaca Al-Qur'an

Pada proses membaca al Qur'an prosesnya adalah menghadap ke kiblat, tidak bersandar dan berbaring, dimulai dengan *isti'adzah* dan *basmallah*, membaca dengan *tartil*, membaca dengan *tafkhim*, tidak terburu-buru, dengan suara yang bagus.

c. Tata cara penyelesaian membaca Al-Qur'an

Al Ghazali membagi kualitas seseorang yang membaca Al-Qur'an dalam tiga kelompok terendah, menengah dan tertinggi. Kelompok terendah, mereka

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengummumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



menyelesaikan pembacaan Al-Qur'an sebulan sekali. Kelompok tengah adalah mereka yang menyelesaikan bacaan Al-Qur'an seminggu sekali. Kelompok Tertinggi adalah mereka yang menyelesaikan bacaan Al-Qur'an tiga hari sekali. Namun dalam penelitian ini tata cara penyelesaian disesuaikan dengan keadaan subjek, sehingga tata cara penyelesaian membahas tentang rutinitas membaca Al-Qur'an.

d. Etika abstrak membaca Al-Qur'an

Yang termasuk etika abstrak membaca Al-Qur'an adalah membayangkan dan merenungkan makna ayat yang kita baca. Mengambil manfaat, nilai, gagasan dari hasil perenungan. Menyingkirkan hal yang menghalangi pikiran kita, pemikiran negatif, dan lain-lain. Menyelami makna dan efek ayat dengan sangat dalam, agar sikap positif dibentuk.

Berdasarkan pemaparan diatas definisi operasional intensitas membaca Al- Qur'an adalah tingkat keseringan dari usaha individu dalam membaca Al-Qur'an berdasarkan etika-etika membaca Al-Qur'an.

1. Regulasi Emosi

Menurut Thompson (1994) menjelaskan ada 3 aspek regulasi emosi yaitu memonitor emosi yaitu kemampuan individu dalam menyadari dan memahami keseluruhan proses yang terjadi dalam dirinya, perasaannya, pikirannya dan latar belakang dari tindakannya.

Kemampuan mengevaluasi emosi (*emotion evaluating*) yaitu kemampuan individu untuk mengelola dan menyeimbangkan emosi-emosi yang dialaminya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kemampuan untuk mengelola emosi khususnya emosi negatif seperti kemarahan, kesedihan, kecewa, dendam, benci akan membuat individu tidak terbawa dan terpengaruh secara mendalam yang dapat mengakibatkan individu tidak dapat berpikir secara rasional.

Kemampuan memodifikasi emosi (*emotions modification*) yaitu kemampuan individu untuk mengubah emosi sehingga mampu memotivasi diri menjadi lebih baik terutama ketika individu merasa putus asa, cemas dan marah. Kemampuan ini membuat individu mampu bertahan dalam masalah yang sedang dihadapinya.

Definisi operasional dari regulasi emosi adalah kemampuan untuk menyadari, memahami, mengelola emosi agar tidak berlebihan dalam mengekspresikannya dan mengubah emosi negatif yang dirasakan menjadi emosi positif agar individu merasa lebih baik.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi Penelitian

Menurut Sugiyono (2013:61) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Kelurahan Daik Lingga yang berjumlah 267 remaja.

2. Sampel Penelitian

Ukuran sampel pada penelitian ini menggunakan pendapat Roscoe (dalam



Sugiyono, 2013:74) yang mengatakan bahwa ukuran sampel yang layak dalam penelitian antara 30 hingga 500. Dalam penelitian ini sampel penelitiannya adalah *purposive sampling* dengan mengambil orang-orang yang terpilih betul oleh peneliti menurut ciri-ciri spesifik yang dimiliki oleh sampel itu. Didalam penelitian ini peneliti mengambil sampel sebanyak 160 remaja. Untuk menetapkan jumlah sampel dapat menggunakan slovin (dalam Riduan, 2005:65)

$$n = \frac{N}{N(d^2)+1}$$

n = sampel

N = populasi

d = nilai presisi 0,05

Dari cara tersebut dari populasi 267 remaja didapatkan hasil 160 orang untuk menjadi sampel penelitian.

3. Teknik Sampling

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2010) *Purposive sampling* adalah sebagai teknik untuk menentukan sampel penelitian dengan beberapa pertimbangan tertentu yang bertujuan agar data yang diperoleh nantinya bisa lebih representatif. Notoatmojo (2010) *Purposive sampling* dapat didefinisikan sebagai pengambilan sampel yang berdasarkan atas suatu pertimbangan tertentu seperti ciri populasi ataupun sifat yang sudah diketahui sebelumnya.

Adapun kriteria yang harus dimiliki oleh subyek dalam sampel penelitian berdasarkan pada beberapa pertimbangan diantaranya adalah :

1. Subjek berada pada masa perkembangan usia remaja yaitu berusia

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



10 tahun sampai dengan 19 tahun

2. Subjek tinggal di Kelurahan Daik Lingga

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan cara-cara yang dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data (Arikunto, 2002 :126). Dalam penelitian ini, metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala. Menurut Azwar (2009:4) skala merupakan stimulus berupa pertanyaan atau pernyataan yang mengungkap indikator perilaku dari suatu atribut tertentu yang diterjemahkan dalam bentuk aitem – aitem.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang disusun sendiri berdasarkan teori regulasi emosi dari Thompson dan Intensitas Membaca Al-Qur'an yang juga disusun sendiri berdasarkan teori Chaplin (Intensitas) dan teori Al Ghazali (membaca Al-Qur'an). Skala Regulasi Emosi disusun dari 3 aspek yaitu memonitor emosi, mengevaluasi emosi dan memodifikasi emosi. Sedangkan untuk skala intensitas aspeknya yaitu Keadaan Pembaca Al-Qur'an, Proses Membaca Al-Qur'an, Tata cara penyelesaian membaca Al-Qur'an, Etika abstrak membaca Al-Qur'an.

Skala regulasi emosi mengacu kepada model skala *likert*, skala yang berisi pernyataan sikap yang terdiri dari pernyataan *favourable* (mendukung) dan pernyataan *unfavourable* (tidak mendukung). Skala ini menggunakan alternatif jawaban Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS). Untuk pernyataan *favourable*, Sangat Sesuai diberi skor 4, Sesuai diberi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengummumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

skor 3, Tidak Sesuai diberi skor 2, dan Sangat Tidak Sesuai diberi skor 1. Sedangkan untuk pernyataan *unfavourable* pemberian skor diberlakukan sebaliknya.

Berikut *Blue Print* skala Regulasi Emosi (untuk try out)

Tabel 3.1

No	Aspek	Indikator	Nomor Aitem		
			<i>Favo</i>	<i>Unfavo</i>	
Jumlah					
1	Memonitor Emosi	Memahami dan menyadari apa yang sedang dirasakan	1	2	
		Mengetahui penyebab emosi yang dirasakan	3,4	5	5
2	Mengevaluasi Emosi	Mampu mengelola marah	6,7,8	12,13,14	
		Mampu mengelola sedih	9,10,11	15,16,17	13
		Mampu mengelola kecewa	18		
		Mampu mengelola dendam			
		Mampu mengelola benci			
3	Modifikasi Emosi	Kemampuan untuk mengubah emosi negatif dengan memotivasi diri	19,20,21 22	23, 24, 25	7
		Jumlah	13	12	25

Blue Print Skala Intensitas Membaca Al-Qur'an (Untuk Try Out)

Tabel 3.2

No	Aspek	Indikator	No. Aitem		Jumlah
			Favo	Unfavo	
1	Keadaan Pembaca Al-Qur'an	Suci dari hadas kecil dan hadas besar	7	-	7
		Membaca Al-Qur'an dalam keadaan berwudhu	4	6, 10	
		Memperhatikan kebersihan anggota tubuh saat membaca Al-Qur'an	5		
		Kesucian tempat saat membaca Al-Qur'an	9		
		Memakai pakaian bersih saat membaca Al-Qur'an	8		
2	Proses membaca Al-Qur'an	Menghadap kiblat	11, 12, 13, 15, 17	14, 16, 18	8
		Tidak bersandar dan tidak terbaring			
		Membaca Al-Qur'an dengan Tartil			
		Membaca Al-Qur'an dengan Ta'awudz dan Basmalah			
		Membaca Al - Qur'an dengan tidak terburu-buru			
3	Tata cara penyelesaian	Membaca Al-Qur'an dengan jelas dan merdu			3
		Rutinitas membaca Al-Qur'an	1,2	3	
4	Etika Abstrak Membaca Al-Qur'an	Menghayati makna ayat Al-Qur'an yang dibaca	19, 20, 21, 22	-	4
		Mengambil manfaat, nilai, gagasan dari ayat Al-Qur'an			
		Menyingkirkan pikiran negatif saat membaca Al-Qur'an			
		Merasakan efek ayat Al-Qur'an yang dibaca sehingga terbentuk sikap positif			
Jumlah			16	6	22

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

© Hak Cipta Milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



F. Uji Coba Alat Ukur

Sebelum peneliti melakukan penelitian yang sebenarnya, maka alat ukur penelitian akan diujicobakan terlebih dahulu. Hal ini digunakan untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas guna mendapatkan aitem-aitem yang layak digunakan sebagai alat ukur.

1. Uji Validitas

Validitas merupakan aspek kecermatan pengukuran. Suatu alat ukur yang valid, tidak sekedar mampu mengungkapkan data yang tepat akan tetapi juga harus memberikan gambaran yang cermat mengenai data tersebut (Azwar, 2009:6).

Lebih lanjut Azwar (2009:5) menjelaskan bahwa suatu tes atau instrumen pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur, yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran dikatakan sebagai tes yang memiliki validitas rendah.

Pada penelitian ini validitas yang digunakan yaitu validitas isi. Menurut Azwar (2013) validitas isi menunjukkan sejauh mana aitem-aitem dalam tes mencakup keseluruhan kawasan isi yang akan diukur. Dalam hal ini pengujian validitas dilakukan oleh dosen pembimbing dan narasumber.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

2. Uji Daya Beda Aitem

Daya beda aitem adalah sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki atribut yang diukur dan yang tidak memiliki atribut yang diukur. Indeks daya diskriminasi aitem merupakan indikator keselarasan atau konsistensi antara fungsi aitem dengan fungsi skala secara keseluruhan yang dikenal dengan istilah konsistensi aitem total (Azwar, 2013: 59).

Menurut Azwar (2013:65) apabila aitem yang memiliki indeks daya diskriminasi sama dengan atau lebih besar dari pada 0,30 jumlahnya melebihi aitem yang direncanakan untuk dijadikan skala, maka peneliti dapat memilih aitem-aitem yang memiliki daya diskriminasi yang tertinggi. Sebaliknya, apabila jumlah aitem yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, peneliti dapat mempertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria dari 0,30 menjadi 0,25 sehingga jumlah aitem yang diinginkan tercapai.

Pengujian daya beda aitem menggunakan *Pearson Product-Moment* dan dianalisis secara komputasi dengan menggunakan aplikasi *Statistical of Package for Social Science (SPSS) 23.0 for Windows*. Pengujian validitas menggunakan teknik korelasi *product moment* yang dilakukan dengan cara menghubungkan skor butir dengan skor totalnya. Apabila aitem yang memiliki indeks daya beda diskriminasi sama dengan atau lebih besar dari pada 0,30 jumlahnya melebihi jumlah aitem yang direncanakan untuk dijadikan skala. Maka dapat dipilih aitem-aitem yang memiliki indeks daya diskriminasi yang tertinggi.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan hasil uji indeks daya beda, dari 25 aitem skala Regulasi Emosi yang diujicobakan, diperoleh 16 aitem yang valid dengan koefisien korelasi total berkisar antara 0,254 sampai 0,603. Berikut rincian aitem valid dan gugur setelah dilakukan *tryout*.

Tabel 3.3
Blue Print skala Regulasi Emosi (Hasil Try Out)

No	Aspek	Valid		Gugur	
		Favo	Unfavo	Favo	Unfavo
1	Kemampuan Memonitor Emosi	1	2,5	3,4	-
2	Kemampuan Mengevaluasi Emosi	11 15, 16, 17 18	12,13,14	6, 7, 8 9, 10	-
3	Kemampuan Memodifikasi Emosi	20, 21	23, 24, 25	19,22	-
Jumlah		4	12	9	

Berdasarkan tabel 3.3 dapat dilihat bahwa, aspek kemampuan memonitor emosi terdapat 2 aitem yang gugur, aspek kemampuan mengevaluasi emosi ada 5 aitem yang gugur dan aspek kemampuan memodifikasi emosi 2 aitem yang gugur. Sehingga total aitem yang gugur pada uji coba skala Regulasi Emosi ini yaitu sebanyak 9 aitem.

Tabel 3.4
Blue Print Skala Regulasi Emosi (Untuk Penelitian)

No	Aspek	Valid		Jumlah
		Favo	Unfavo	
1	Kemampuan Memonitor Emosi	1	2,3	3
2	Kemampuan Mengevaluasi Emosi	4	5,6,7 8, 9, 10 11	8
3	Kemampuan Memodifikasi Emosi	12, 13	14, 15, 16	5
Jumlah		4	12	16



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Selanjutnya pada skala Intensitas membaca al-qur'an berdasarkan hasil uji indeks daya beda aitem, dari 22 aitem yang diujicobakan, diperoleh 14 aitem yang valid dengan koefisien korelasi total berkisar antara 0,254 sampai 0,589. Berikut rincian aitem valid dan gugur setelah dilakukan *try out* :

Tabel 3.5
Blue Print Skala Intensitas Membaca Al- Qur'an (Hasil Try Out)

No	Aspek	Valid		Gugur	
		<i>Favo</i>	<i>Unfavo</i>	<i>Favo</i>	<i>Unfavo</i>
1	Keadaan Pembaca Al-Qur'an	4	6	7,5	-
2	Proses Membaca Al-Qur'an	8, 9, 12, 13, 15	10, 16, 18	11	14
3	Rutinitas Membaca Al-Qur'an	1, 2	-	17	3
4	Etika abstrak Membaca Al-Qur'an	21, 22	-	19, 20	-
Jumlah		10	4	6	2

Berdasarkan tabel 3.5 dapat dilihat bahwa, aspek keadaan pembaca alqur'an terdapat 2 aitem yang gugur, aspek proses membaca Al-Qur'an juga 2 aitem gugur, masing-masing aspek terdapat 2 aitem yang gugur. Sehingga total aitem yang gugur pada uji coba skala intensitas membaca Al-Qur'an ini sebanyak 8 aitem.

Tabel 3.6
Blueprint Skala Intensitas Membaca Al-Qur'an (Untuk Penelitian)

No	Aspek	Valid		Jumlah
		<i>Favo</i>	<i>Unfavo</i>	
1	Keadaan Pembaca Al-Qur'an	3, 4	-	2
2	Proses Membaca Al-Qur'an	6, 5, 8, 9, 10	7,11,12	8
3	Rutinitas Membaca Al-Qur'an	1,2	-	2
4	Etika Abstrak Membaca Al-Qur'an	13, 14	-	2
Jumlah		11	3	14



3. Uji Realibitas

Menuru Azwar (2013) reliabilitas adalah tingkat kepercayaan, keterandalan, keajegan, konsistensi, kestabilan yang pada prinsipnya pengukuran yang dapat menghasilkan data yang reliabel dan sejumlah hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas (r_{xx}) yang angkanya berada dalam rentang dari 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitasnya dan sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2013). Reliabilitas ini diukur menggunakan *Alpha Cronbach*. Perhitungan reliabilitas dilakukan dengan sistem komputerisasi dengan menggunakan aplikasi *Statistical of Package for Sosial Science (SPSS) 23.0 for Windows*.

Dalam Penelitian ini Hasil Uji Reliabilitas Variabel Regulasi emosi sebelum aitem gugur adalah 0,766 dan setelah aitem gugur, dilakukan lagi uji reliabilitas dan hasilnya adalah 0,811. Sedangkan untuk Variabel Intensitas Membaca Al-Qur'an hasil uji reliabilitas sebelum gugur adalah 0,744 dan setelah gugur hasilnya adalah 0,775. Angka-angka tersebut menunjukkan angka yang semakin mendekati 1,00.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data pada penelitian ini akan menggunakan teknik analisis varians yang salah satunya menggunakan *korelasi Pearson product moment* untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan yang signifikan antara variabel x dan variabel y. Untuk mempermudah dalam perhitungan, maka peneliti menggunakan

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bantuan program SPSS 23.0 for windows.

H. Jadwal Penelitian

Tabel 3.7
Jadwal Penelitian

No	Kegiatan	Waktu Pelaksanaan
1	Wawanacara awal prariset	16-17 November 2020
2	Seminar Proposal	8 Desember 2020
3	Pelaksanaan <i>Try Out</i>	6-8 Januari 2021
4	Pelaksanaan Penelitian	13-17 Januari 2021

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta dilindungi UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara intensitas membaca Al-Qur'an dengan regulasi emosi pada remaja di Kelurahan Daik Lingga Kecamatan Lingga Kabupaten Kepulauan Riau. Dapat dikatakan bahwa remaja yang intensitas membaca Al-Qur'annya tinggi maka regulasi emosinya tinggi, begitu juga sebaliknya remaja yang intensitas membaca Al-Qur'annya rendah maka semakin rendah pula regulasi emosinya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa saran yang peneliti ajukan yaitu kepada :

1. Remaja

Remaja diharapkan mampu untuk meningkatkan intensitas membaca Al-Qur'annya sehingga dapat membantu proses regulasi emosi agar emosi remaja menjadi lebih baik dan diekspresikan secara baik pula.

2. Orang Tua

Bagi orang tua diharapkan mampu untuk mengajak dan mengarahkan anak remaja untuk rutin membaca Al-Qur'an agar terbentuk regulasi emosi yang baik.

3. Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin lebih lanjut mengetahui tentang regulasi emosi remaja yang membaca Al-Qur'an dapat melakukan penelitian mendalam dengan kualitatif atau eksperimen membaca Al-Qur'an terhadap remaja untuk melihat bagaimana perkembangan regulasi emosinya sebelum rutin membaca Al-Qur'an dan setelah rutin membaca Al-Qur'an.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Daftar Kepustakaan

- Al-Qur'an Al-Karim.
- Ali, M dan Asrori, M. (2012). *Psikologi Remaja*. Jakarta : PT Bumi Aksara.
- Ali, N., Asyraf, H. A. R., Wan , I. W. A., & Mohd, Y. M. (2011). From Religious Relaism to Social Criticism: Sayyid Qutb's Approach in Fi Zilal al Qur'an. *International Journal of Humanities and Social Science*, 1 (8), 258-263
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asih dan Pratiwi. (2010). Perilaku prososial ditinjau dari Empati dan Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi, Volume 1, No 1. Kudus*: Universitas Muria Kudus
- Ancok, D. & Suroso, F. N. 2005. *Psikologi Islami: Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Anwar, S.R. (2010). Sembuh Dengan Al-Qur'an. Jogjakarta: Sabil
- Arsyani, Annur Asia. 2016. *Hubungan antara Intensitas Membaca Ayat Suci Al-Qur'an dengan Regulasi Emosi pada Remaja Putri*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar.
- Azwar, Saifuddin (2009). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chaplin, J.P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Coon, D. (2005) *Psychology a journey (2nd ed.)* USA: Thomson Wadsworth
- Derajat, Zakiyah (1990). *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung.
- Erlina dan Raharjo (2016). Terapi Murottal Surat Ar-Rahman Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pasien Hipertensi di RSUDZA Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Keperawatan ISSN:2716-3555. Volume 1 No 1*. Universitas Syiah Kuala.
- Fitri, Ahyani Radhiani (2012). Regulasi Emosi Odapus. *Jurnal Psikologi, Volume 8 No 1, Juni 2012*. Psikologi UIN Suska Riau
- Folastri, Sisca dan Wahyu Eka Prasetyaningtyas. 2017. Gambaran konsep diri siswa di sekolah menengah kejuruan sumbangsih Jakarta Selatan. *Jurnal*



Terapeutik Bimbingan dan Konseling UNINDRA.

- Frisnawati, A. 2012. Hubungan antara Intensitas menonton Reality Show dengan Kecenderungan Perilaku Prososial pada Remaja. *Jurnal Empathy*. Vol 1. No 1. (h 47-58). Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.
- Gardner, S.E. Betts, L. R., Stiller, J., & Coates, J (2017). The role of emotion regulation for coping with school-based peer-victimisation in late childhood. *Personality and Individual Differences*, 107, 108-113. doi:10.1016/j.paid.2016.11.035.
- Goleman, Daniel. 2004. *Kecerdasan Emosional : Mengapa EI Lebih Penting Daripada IQ*, Terjemahan oleh T. Hermaya. 2004. PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta
- Gross, J. J (2014). Emotion, Emotion Regulation, and Psychopathology: An Affective Science Perspective. *Journal of Clinical Psychological Science*.
- Gross, J. J (2007). Emotion Regulation: *Conceptual Foundation (Chapter 1)*. *Handbook of Regulation Emotion*, New York: Guilford Press.
- Gross, J.J. dan Thompson, R.A. (2007). Emotion Regulation: Conceptual foundation. In JJ Gross (ed). *Handbook of emotion Regulation*. New York: Guilford Press.
- Gross, J. J dan Ross A. Thompson, 1998. Antecedent and Response Focused Emotion Regulation: Divergent Consequences for Experiences and Physiology. *Journal of Personality and Sosial Psychology*: 74. 224-237
- Jahja, Yudrik. (2012). *Psikologi Perkembangan*. Edisi 2. Jakarta : Kencana Prenada Media Group
- Kartono, Kartini & Dali Gulo (2003). *Kamus Psikologi*. Bandung: CV Pionir Jaya.
- Hassanpour, F., & Joseph Loya, M (1997). Qur'an Recitation effect on reducing anxiety and depression. Tehran: *Proceedings of the conference on religion and mental health*.
- Hawari, Dadang. 1997. *Al qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, Yogyakarta : PT Dana Bhakti Prima Yasa.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, Edisi 5. Jakarta; Erlangga
- Lazarus, R.S. (1990). *Theory-based stress measurement*. *Psychological Inquiry*, 1, 3-13.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Maharani, Putri dan Ika Febrian Kristiana. 2017. Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial pada siswa sekolah menengah atas. *Jurnal Empati, Volume 7 (Nomor 3)*
- McFarland, M.J. 2009. Religion and Mental Health Among Older Adult Do the Effect of Religious Involvement Vary by Gender. *Journal of Gerontology: Social Sciences, 65B(5), 621-630*
- Monks, F.J, dkk. 1989. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press
- Makmuroch.2014. Keefektifan pelatihan keterampilan regulasi emosi terhadap penurunan tingkat ekspresi emosi pada caregiver pasien skizofrenia dirumah sakit jiwa daerah surakarta. *Wacana Jurnal Psikologi. 4(11), 13-34.*
- Noh, M. A. C., Amjad H., Othman, G., & Asmawati, S. (2013). The study of Qur'anic Teaching and Learning: A Review in Malaysia and Uni Kingdom. *Journal of Scientific Research, 15 (10), 1338-1344, ISSN 1990-9233, DOI 10.5829/idosi.mesjr.2013.15.10.11509*
- Roberton, Terri, Michael Daffen, & Romola S. Bucks (2012). Emotion Regulation and aggression. *Journal of Aggression and Violent Behavior 17 (2012) 72-82.*
- Santrock, John W (2007). *Perkembangan Anak*. Jilid 1 Edisi kesebelas. Jakarta: PT Erlangga.
- Simplonius, Good dan Willoughby. (2015). Religious and Non-religious Activity Engagement as Assets in Promoting Social Ties Throughout University: The Role of Emotion Regulation. *Journal Youth Adolescence*. Springer
- Shaffer, K.A. (2005). On the nature and function of emotion : A component process approach. In K. R. Scherer & P. E. Ekman (Eds.), *approaches to emotion* (pp.293-317). Hillsdale, N.J: Erlbaum.
- Shaikh, ZK (2009). Mempelajari Pengaruh Mendengarkan Qur'an pada suasana Hati Manusia (Master of Science in Information Technology), English University of Dubai.
- Silfiyah, Khoiratus. (2019). Hubungan antara religiusitas dan regulasi emosi dengan perilaku prososial pada remaja di SMK Ketintang Surabaya. *Jurnal Studi Keislaman No.1*
- Soakokone, Tofan Arville. (2015). Hubungan Religiusitas dengan Regulasi Emosi Individu pada Usia Dewasa Dini yang tidak melakukan Praktik Agama. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Suleeman, Julia dan Shinantya Ratnasari.2017. *Perbedaan Regulasi Emosi Perempuan dan Laki-laki di Perguruan Tinggi*. Jurnal Psikologi Sosial Vol. 15, No. 01, 35-46

Tamin, Daris. 2016. Applying Qur'anic contemplation in counseling. *International Journal of Counseling and Education* Vol. 1 No. 1

Thompson, R. A. (1994). The Development of Emotion Regulation: Biological and Behavioral Considerations. North America: *Monographs of the society for research in Child Development*, Vol 59, No 2:25-52.



LAMPIRAN

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

LAMPIRAN A

Data Penelitian

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





NO	GENDER	SUKU	UMUR				
1	Perempuan	MELAYU	14	30	Perempuan	MELAYU	16
2	Perempuan	JAWA	15	31	Laki-laki	JAWA	16
3	Perempuan	BUGIS	15	32	Perempuan	MELAYU	15
4	Perempuan	MELAYU	15	33	Perempuan	JAWA	15
5	Perempuan	MELAYU	14	34	Laki-laki	MELAYU	15
6	Perempuan	BUGIS	15	35	Laki-laki	MELAYU	15
7	Perempuan	BUGIS	12	36	Perempuan	MELAYU	17
8	Perempuan	JAWA	15	37	Laki-laki	MELAYU	15
9	Perempuan	BUGIS	17	38	Perempuan	MELAYU	17
10	Perempuan	MELAYU	14	39	Perempuan	MELAYU	16
11	Perempuan	MELAYU	17	40	Perempuan	MELAYU	15
12	Laki-laki	MELAYU	13	41	Laki-laki	MANGGARAI	19
13	Laki-laki	MELAYU	14	42	Perempuan	MELAYU	14
14	Laki-laki	MELAYU	12	43	Perempuan	MINANG	16
15	Laki-laki	MELAYU	13	44	Laki-laki	MELAYU	16
16	Laki-laki	MINANG	12	45	Perempuan	MELAYU	17
17	Laki-laki	JAWA	13	46	Laki-laki	MELAYU	18
18	Perempuan	MELAYU	16	47	Perempuan	JAWA	16
19	Perempuan	BANJAR	16	48	Perempuan	JAWA	18
20	Perempuan	JAWA	16	49	Laki-laki	MELAYU	18
21	Laki-laki	MELAYU	18	50	Laki-laki	MELAYU	19
22	Perempuan	MELAYU	17	51	Laki-laki	MELAYU	17
23	Laki-laki	MELAYU	17	52	Laki-laki	MELAYU	18
24	Perempuan	MELAYU	17	53	Perempuan	MELAYU	17
25	Perempuan	MELAYU	16	54	Laki-laki	BUGIS	17
26	Laki-laki	MELAYU	17	55	Laki-laki	BUGIS	17
27	Perempuan	MELAYU	16	56	Perempuan	MELAYU	18
28	Perempuan	MELAYU	16	57	Perempuan	MELAYU	17
29	Perempuan	MELAYU	17	58	Perempuan	MELAYU	18

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun



59	Perempuan	MELAYU	17	89	Perempuan	MELAYU	18
60	Laki-laki	MELAYU	18	90	Perempuan	MELAYU	17
61	Perempuan	MELAYU	18	91	Laki-laki	MELAYU	17
62	Perempuan	MELAYU	18	92	Perempuan	MELAYU	18
63	Perempuan	MELAYU	18	93	Laki-laki	MELAYU	17
64	Perempuan	MELAYU	17	94	Laki-laki	MELAYU	17
65	Perempuan	MELAYU	17	95	Laki-laki	MELAYU	17
66	Perempuan	MELAYU	17	96	Laki-laki	JAWA	18
67	Perempuan	MELAYU	17	97	Laki-laki	MELAYU	19
68	Laki-laki	MELAYU	18	98	Laki-laki	MELAYU	12
69	Perempuan	MELAYU	17	99	Laki-laki	MELAYU	13
70	Perempuan	MELAYU	17	100	Laki-laki	MELAYU	13
71	Perempuan	MELAYU	17	101	Laki-laki	MELAYU	12
72	Laki-laki	MELAYU	18	102	Laki-laki	MELAYU	12
73	Perempuan	MELAYU	18	103	Perempuan	MELAYU	12
74	Perempuan	MELAYU	17	104	Laki-laki	MELAYU	11
75	Perempuan	MELAYU	17	105	Perempuan	MELAYU	12
76	Perempuan	BATAK	17	106	Laki-laki	MELAYU	12
77	Perempuan	MELAYU	17	107	Perempuan	MELAYU	14
78	Perempuan	MELAYU	19	108	Laki-laki	JAWA	12
79	Perempuan	MELAYU	17	109	Perempuan	MELAYU	14
80	Perempuan	MELAYU	18	110	Laki-laki	MELAYU	13
81	Laki-laki	MELAYU	19	111	Perempuan	MELAYU	14
82	Laki-laki	JAWA	17	112	Perempuan	MELAYU	15
83	Perempuan	JAWA	17	113	Laki-laki	MELAYU	15
84	Laki-laki	MELAYU	18	114	Laki-laki	MELAYU	13
85	Laki-laki	BUGIS	17	115	Perempuan	MELAYU	13
86	Laki-laki	MELAYU	18	116	Perempuan	MELAYU	13
87	Perempuan	MELAYU	18	117	Perempuan	MELAYU	13
88	Perempuan	MELAYU	17	118	Laki-laki	MELAYU	13

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

119	Laki-laki	MELAYU	14	149	Laki-laki	MELAYU	14
120	Laki-laki	MELAYU	12	150	Laki-laki	MELAYU	14
121	Perempuan	MELAYU	12	151	Laki-laki	MELAYU	14
122	Laki-laki	MELAYU	12	152	Laki-laki	MELAYU	14
123	Laki-laki	MELAYU	13	153	Laki-laki	MELAYU	14
124	Perempuan	MELAYU	14	154	Laki-laki	MELAYU	14
125	Laki-laki	MELAYU	13	155	Perempuan	MELAYU	14
126	Laki-laki	MELAYU	12	156	Laki-laki	MELAYU	17
127	Perempuan	MELAYU	12	157	Laki-laki	MELAYU	16
128	Laki-laki	MELAYU	12	158	Laki-laki	BUGIS	17
129	Perempuan	MELAYU	14	159	Perempuan	JAWA	17
130	Perempuan	MELAYU	12	160	Perempuan	MELAYU	17
131	Laki-laki	MELAYU	15				
132	Laki-laki	MELAYU	14				
133	Laki-laki	MELAYU	13				
134	Laki-laki	MELAYU	13				
135	Perempuan	MELAYU	13				
136	Laki-laki	MELAYU	14				
137	Perempuan	MELAYU	13				
138	Perempuan	MELAYU	13				
139	Perempuan	MELAYU	13				
140	Perempuan	MELAYU	13				
141	Laki-laki	MELAYU	13				
142	Perempuan	MELAYU	13				
143	Laki-laki	MELAYU	13				
144	Laki-laki	MELAYU	14				
145	Perempuan	MELAYU	15				
146	Perempuan	MELAYU	14				
147	Laki-laki	MELAYU	14				
148	Laki-laki	MELAYU	14				

LAMPIRAN

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

LAMPIRAN A

Data Penelitian

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





NO	GENDER	SUKU	UMUR			
1	Perempuan	MELAYU	14	30	Perempuan	MELAYU 16
2	Perempuan	JAWA	15	31	Laki-laki	JAWA 16
3	Perempuan	BUGIS	15	32	Perempuan	MELAYU 15
4	Perempuan	MELAYU	15	33	Perempuan	JAWA 15
5	Perempuan	MELAYU	14	34	Laki-laki	MELAYU 15
6	Perempuan	BUGIS	15	35	Laki-laki	MELAYU 15
7	Perempuan	BUGIS	12	36	Perempuan	MELAYU 17
8	Perempuan	JAWA	15	37	Laki-laki	MELAYU 15
9	Perempuan	BUGIS	17	38	Perempuan	MELAYU 17
10	Perempuan	MELAYU	14	39	Perempuan	MELAYU 16
11	Perempuan	MELAYU	17	40	Perempuan	MELAYU 15
12	Laki-laki	MELAYU	13	41	Laki-laki	MANGGARAI 19
13	Laki-laki	MELAYU	14	42	Perempuan	MELAYU 14
14	Laki-laki	MELAYU	12	43	Perempuan	MINANG 16
15	Laki-laki	MELAYU	13	44	Laki-laki	MELAYU 16
16	Laki-laki	MINANG	12	45	Perempuan	MELAYU 17
17	Laki-laki	JAWA	13	46	Laki-laki	MELAYU 18
18	Perempuan	MELAYU	16	47	Perempuan	JAWA 16
19	Perempuan	BANJAR	16	48	Perempuan	JAWA 18
20	Perempuan	JAWA	16	49	Laki-laki	MELAYU 18
21	Laki-laki	MELAYU	18	50	Laki-laki	MELAYU 19
22	Perempuan	MELAYU	17	51	Laki-laki	MELAYU 17
23	Laki-laki	MELAYU	17	52	Laki-laki	MELAYU 18
24	Perempuan	MELAYU	17	53	Perempuan	MELAYU 17
25	Perempuan	MELAYU	16	54	Laki-laki	BUGIS 17
26	Laki-laki	MELAYU	17	55	Laki-laki	BUGIS 17
27	Perempuan	MELAYU	16	56	Perempuan	MELAYU 18
28	Perempuan	MELAYU	16	57	Perempuan	MELAYU 17
29	Perempuan	MELAYU	17	58	Perempuan	MELAYU 18

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun



59	Perempuan	MELAYU	17	89	Perempuan	MELAYU	18
60	Laki-laki	MELAYU	18	90	Perempuan	MELAYU	17
61	Perempuan	MELAYU	18	91	Laki-laki	MELAYU	17
62	Perempuan	MELAYU	18	92	Perempuan	MELAYU	18
63	Perempuan	MELAYU	18	93	Laki-laki	MELAYU	17
64	Perempuan	MELAYU	17	94	Laki-laki	MELAYU	17
65	Perempuan	MELAYU	17	95	Laki-laki	MELAYU	17
66	Perempuan	MELAYU	17	96	Laki-laki	JAWA	18
67	Perempuan	MELAYU	17	97	Laki-laki	MELAYU	19
68	Laki-laki	MELAYU	18	98	Laki-laki	MELAYU	12
69	Perempuan	MELAYU	17	99	Laki-laki	MELAYU	13
70	Perempuan	MELAYU	17	100	Laki-laki	MELAYU	13
71	Perempuan	MELAYU	17	101	Laki-laki	MELAYU	12
72	Laki-laki	MELAYU	18	102	Laki-laki	MELAYU	12
73	Perempuan	MELAYU	18	103	Perempuan	MELAYU	12
74	Perempuan	MELAYU	17	104	Laki-laki	MELAYU	11
75	Perempuan	MELAYU	17	105	Perempuan	MELAYU	12
76	Perempuan	BATAK	17	106	Laki-laki	MELAYU	12
77	Perempuan	MELAYU	17	107	Perempuan	MELAYU	14
78	Perempuan	MELAYU	19	108	Laki-laki	JAWA	12
79	Perempuan	MELAYU	17	109	Perempuan	MELAYU	14
80	Perempuan	MELAYU	18	110	Laki-laki	MELAYU	13
81	Laki-laki	MELAYU	19	111	Perempuan	MELAYU	14
82	Laki-laki	JAWA	17	112	Perempuan	MELAYU	15
83	Perempuan	JAWA	17	113	Laki-laki	MELAYU	15
84	Laki-laki	MELAYU	18	114	Laki-laki	MELAYU	13
85	Laki-laki	BUGIS	17	115	Perempuan	MELAYU	13
86	Laki-laki	MELAYU	18	116	Perempuan	MELAYU	13
87	Perempuan	MELAYU	18	117	Perempuan	MELAYU	13
88	Perempuan	MELAYU	17	118	Laki-laki	MELAYU	13

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t



119	Laki-laki	MELAYU	14	149	Laki-laki	MELAYU	14
120	Laki-laki	MELAYU	12	150	Laki-laki	MELAYU	14
121	Perempuan	MELAYU	12	151	Laki-laki	MELAYU	14
122	Laki-laki	MELAYU	12	152	Laki-laki	MELAYU	14
123	Laki-laki	MELAYU	13	153	Laki-laki	MELAYU	14
124	Perempuan	MELAYU	14	154	Laki-laki	MELAYU	14
125	Laki-laki	MELAYU	13	155	Perempuan	MELAYU	14
126	Laki-laki	MELAYU	12	156	Laki-laki	MELAYU	17
127	Perempuan	MELAYU	12	157	Laki-laki	MELAYU	16
128	Laki-laki	MELAYU	12	158	Laki-laki	BUGIS	17
129	Perempuan	MELAYU	14	159	Perempuan	JAWA	17
130	Perempuan	MELAYU	12	160	Perempuan	MELAYU	17
131	Laki-laki	MELAYU	15				
132	Laki-laki	MELAYU	14				
133	Laki-laki	MELAYU	13				
134	Laki-laki	MELAYU	13				
135	Perempuan	MELAYU	13				
136	Laki-laki	MELAYU	14				
137	Perempuan	MELAYU	13				
138	Perempuan	MELAYU	13				
139	Perempuan	MELAYU	13				
140	Perempuan	MELAYU	13				
141	Laki-laki	MELAYU	13				
142	Perempuan	MELAYU	13				
143	Laki-laki	MELAYU	13				
144	Laki-laki	MELAYU	14				
145	Perempuan	MELAYU	15				
146	Perempuan	MELAYU	14				
147	Laki-laki	MELAYU	14				
148	Laki-laki	MELAYU	14				

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

Halaman 11 dari 11

LAMPIRAN B

Skala *Try Out*

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



SKALA A

IDENTITAS DIRI

- Nama/ Inisial :
- Jenis Kelamin :
- Umur :
- Kelas :
- Alamat :
- Agama :
- Suku :
- Anak ke .. dari :
- No HP/ Whatsapp :
- Sekolah :

Petunjuk Pengisian :

Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti. Berikan tanda *Check list* () pada pilihan yang paling sesuai dengan keadaan diri anda. Pernyataan dibawah ini di isi berdasarkan penilaian sebagai berikut:

Pilihan jawabannya adalah:

- SS : Sangat sesuai
- S : Sesuai
- TS : Tidak Sesuai
- STS : Sangat Tidak Sesuai

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya melampiaskan rasa marah saya kepada orang lain.				

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam pernyataan ini tidak ada jawaban yang salah. Semua jawaban yang anda pilih adalah benar, jika sesuai dengan keadaan diri anda yang sebenarnya. Kerahasiaan identitas dan jawaban anda dijamin oleh peneliti. Oleh karena itu, usahakan agar tidak ada nomor yang terlewat untuk dijawab. Kami mengucapkan banyak terimakasih atas kerjasama, bantuan, serta kesediaan dalam menjawab pernyataan ini. Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya dapat mengendalikan amarah dengan baik				
2	Saya tidak memahami dengan baik emosi yang saya rasakan				
3	Saya tahu hal apa yang membuat saya merasa kesal				
4	Saya tahu penyebab kenapa saya menjadi sangat marah				
5	Tiba-tiba saya merasa sedih tanpa ada sebab				
6	Saya dapat mengendalikan amarah dengan baik				
7	Saya dapat menekan emosi saya agar tidak merugikan orang lain				
8	Saya mampu tetap bersikap tenang meskipun sedang marah				
9	Saya bisa berkonstrasi dengan baik sekalipun sedang cemas				
10	Saya tidak suka berlarut-larut dalam kesedihan				
11	Saya tidak khawatir secara berlebihan				
12	Saya tidak tau cara mengatasi kecemasan yang saya alami				
13	Saya sering bingung saat sedang takut atau cemas				
14	Saya mengalami gangguan tidur saat merasa cemas				
15	Saya sulit mengendalikan perubahan emosi yang terjadi				
16	Butuh waktu lama untuk membuat saya menjadi tenang				
17	Saya takut memikirkan sesuatu yang belum terjadi hingga membuat saya sangat cemas				
18	Ketika kesal atau marah saya memilih mendingkan diri dan menarik diri dari lingkungan				
19	Saya mengalihkan rasa cemas dengan kegiatan lain				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

20	Kegagalan dapat membuat saya menjadi semakin bersemangat				
21	Saya mengetahui apa saja yang dapat saya lakukan untuk membuat perasaan saya berubah				
22	Saya memilih melakukan sesuatu yang bermanfaat untuk mengalihkan rasa sedih				
23	Ketika saya merasa sedih butuh waktu yang sangat lama untuk saya merasa bersemangat kembali				
24	Saat gagal, saya merasa begitu sedih dan sulit untuk bangkit kembali				
25	Tidak ada yang bisa saya lakukan untuk membuat emosi saya menjadi lebih baik				





1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SKALA B

Petunjuk Pengisian :

Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti. Berikan tanda *Check list* () pada pilihan yang paling sesuai dengan keadaan diri anda. Pernyataan dibawah ini di isi berdasarkan penilaian sebagai berikut:

Pilihan jawabannya adalah:

- SL : Selalu
 SR : Sering
 J : Jarang
 TP : Tidak Pernah

NO	Pernyataan	SL	SR	J	TP
1	Saya tetap membaca Al-Qur'an saat senang maupun sedih				

No.	Pernyataan	SL	SR	J	TP
1	Sebagai muslim, saya membaca Al-Qur'an				
2	Saya tetap membaca Al-Qur'an saat senang maupun sedih				
3	Saya hanya membaca al-qur'an karena ingin menghibur suasana hati saya				
4	Saya membaca Al-Qur'an dalam keadaan berwudhu				
5	Sebelum membaca al-qur'an saya memperhatikan kebersihan fisik saya				
6	Saya tidak begitu peduli dengan wudhu sebelum membaca alqur'an				
7	Meskipun saya sedang berhadass besar, bila ingin saya akan membaca al-qur'an				
8	Saya memakai pakaian yang bersih saat membaca alqur'an				
9	Saya membaca al-qur'an ditempat yang bersih				
10	Saya tidak memperdulikan kesucian tempat saat membaca Al-Qur'an				
11	Saya menghadap ke kiblat saat membaca Al -Qur'an				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

12	Sebelum membaca Al Qur'an saya membaca isti'adzah atau ta'awudz (A'udzubillahiminasyaithonirrajiim)				
13	Saya membaca basmalah ketika ingin membaca Al-Qur'an				
14	Saat membaca al-qur'an saya merasa tidak perlu untuk berlindung dari gangguan syaitan				
15	Saya membaca Al-Qur'an dengan tartil				
16	Saya terburu-buru saat membaca Al-Qur'an				
17	Saya membaca Al-Qur'an dengan suara yang bagus				
18	Saya membaca al-qur'an dengan posisi berbaring				
19	Saya memahami makna dari ayat alqur'an yang saya baca				
20	Saya merenungi ayat alqur'an yang saya baca				
21	Saya dapat mengambil pelajaran dari makna alqur'an yang saya baca				
22	Membaca alqur'an dapat membuat saya merasa lebih baik secara emosi dan perilaku				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN C

Tabulasi Data Mentah *Try Out*

Tabulasi Data *Try Out* Regulasi Emosi

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	Total
1	4	3	3	3	1	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	1	2	1	4	3	4	4	1	4	4	74
2	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	3	3	3	4	67
3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	1	1	3	2	1	1	1	3	4	3	4	4	2	4	67
4	3	1	4	3	3	3	4	2	1	3	4	2	3	3	2	2	2	2	2	4	2	3	3	1	3	65
5	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	2	3	1	1	2	3	4	4	3	3	4	4	76
6	3	3	3	1	3	4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	2	3	1	4	2	3	2	3	3	3	74
7	3	3	2	2	3	3	4	4	3	1	3	4	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	2	1	4	73
8	2	1	4	3	3	1	3	3	2	4	4	3	3	1	2	3	3	1	4	4	4	3	3	3	4	71
9	2	3	3	2	2	3	3	2	3	4	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	68
10	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	66
11	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	1	2	3	3	2	1	3	2	3	3	2	1	3	62
12	3	1	3	4	1	4	4	3	3	4	3	3	3	1	3	3	2	1	3	3	3	4	3	3	4	72
13	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	73
14	3	4	4	3	3	3	1	4	2	2	3	3	4	4	4	3	3	1	2	4	3	2	3	4	4	76
15	4	1	4	4	3	3	3	3	1	4	4	3	1	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	71
16	3	3	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	63
17	3	3	3	3	3	2	1	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	64
18	4	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	74
19	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	68
20	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	66
21	3	2	4	3	4	3	2	3	1	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	1	4	3	2	3	3	66
22	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	4	4	2	2	4	4	4	69

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

23	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	4	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	65
24	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	67
25	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	4	4	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	85
26	3	2	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	74
27	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	62
28	4	3	3	4	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	3	4	80
29	2	2	4	3	2	2	2	2	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	62
30	3	3	3	3	1	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	3	2	3	3	1	2	1	56
31	3	2	3	3	3	1	3	2	2	3	2	1	1	1	1	1	1	4	4	1	4	3	1	1	4	55
32	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	73
33	3	3	2	2	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	71
34	3	2	3	4	4	3	4	2	3	4	2	4	3	3	3	3	2	4	2	4	4	4	3	3	3	79
35	4	2	2	2	2	2	3	2	3	4	2	2	4	3	3	2	2	1	3	2	3	2	2	3	3	63
36	3	1	3	4	2	2	3	2	1	4	2	2	1	4	2	3	2	3	2	4	4	4	4	4	2	68
37	4	3	3	4	1	3	3	2	2	3	2	2	1	2	1	3	1	1	2	2	2	3	3	1	4	58
38	4	3	4	4	1	3	3	3	1	4	4	4	1	3	2	4	2	3	3	3	4	3	4	3	4	77
39	4	3	2	1	3	3	3	4	3	2	2	4	4	4	3	4	3	1	3	3	4	3	2	3	3	74
40	4	4	1	3	2	4	1	3	4	2	2	2	4	3	2	1	2	4	1	3	4	3	3	4	4	70
41	3	3	3	3	4	4	1	3	2	1	2	3	2	4	3	2	4	3	2	1	4	3	3	4	4	71
42	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	1	2	1	3	3	3	4	3	4	4	73
43	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	77
44	4	2	3	3	5	3	3	2	2	3	4	3	4	2	3	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	76

Tabulasi Data *Try Out* Intensitas Membaca Al-Qur'an

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	Total
1	4	4	4	3	3	4	1	3	3	4	3	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	76
2	4	3	1	3	2	4	2	4	3	4	3	3	3	3	2	3	1	4	3	2	3	4	64
3	4	4	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	2	2	3	4	2	2	3	4	72
4	3	2	2	2	3	3	2	3	4	1	2	4	4	2	2	3	3	4	3	3	2	3	60
5	3	3	2	4	2	4	2	3	3	3	4	3	4	2	2	3	3	4	3	4	3	4	68
6	3	3	3	4	4	4	1	4	4	3	4	4	4	3	2	3	4	4	2	2	4	2	71
7	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	2	3	77
8	3	2	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	2	4	1	1	3	3	69
9	4	4	3	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	4	4	4	3	76
10	3	4	4	4	4	4	1	4	4	4	2	4	4	4	3	3	2	4	2	3	4	3	74
11	4	2	3	4	3	3	1	3	4	3	3	4	4	2	2	2	2	4	4	3	3	3	66
12	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	81
13	4	4	3	2	3	3	1	4	4	4	4	4	4	1	3	4	3	4	4	4	3	4	74
14	4	2	3	2	3	3	1	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	4	2	2	2	3	63
15	4	3	2	4	3	3	1	4	4	4	2	4	4	4	2	3	2	4	2	2	2	3	66
16	2	2	3	4	4	4	1	4	3	4	2	3	3	1	1	3	1	4	1	1	2	2	55
17	4	2	2	3	4	4	1	4	4	4	1	2	4	4	3	4	2	4	1	4	3	3	67
18	4	3	3	4	4	4	2	4	4	1	2	2	4	2	2	3	2	4	2	3	2	3	64
19	4	3	2	4	4	4	1	4	4	4	2	4	4	4	1	4	3	4	3	2	3	4	72
20	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	4	2	2	2	4	63
21	4	4	4	4	4	4	1	2	4	4	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	76
22	4	4	4	3	2	3	1	3	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	2	1	2	2	67

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

24	4	4	3	4	4	3	1	4	4	3	4	4	4	1	4	3	4	4	2	4	2	4	74
25	3	4	2	3	3	3	1	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	73
26	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	1	2	2	2	4	2	3	2	3	70
27	2	2	4	2	2	4	1	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	66
28	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	77
29	2	2	3	2	3	3	1	3	3	4	2	4	3	3	2	3	2	4	2	2	4	2	59
30	4	2	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	1	2	2	2	4	2	4	4	4	69
31	4	2	4	1	4	4	1	3	4	4	3	3	4	1	3	2	1	4	1	3	4	4	64
32	4	2	2	1	4	4	1	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	72
33	4	3	3	3	4	4	1	4	3	4	4	2	4	4	2	3	3	4	3	2	4	4	72
34	3	4	4	2	2	3	1	3	4	3	2	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	65
35	3	2	3	4	4	4	1	3	3	2	3	4	4	3	2	2	2	4	2	2	2	3	62
36	4	4	2	2	3	4	2	3	4	4	3	3	4	4	2	3	2	4	2	2	2	3	66
37	4	4	2	2	4	3	1	4	4	4	2	4	4	4	2	3	2	4	2	2	2	4	67
38	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	2	3	4	78
39	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	2	1	2	4	3	2	2	4	2	2	2	3	61
40	4	3	2	2	3	1	3	4	4	2	3	4	4	2	4	2	2	3	3	4	4	4	67
41	4	3	1	3	3	4	1	4	4	4	3	4	4	4	2	2	3	4	2	3	3	4	69
42	4	4	2	3	3	3	1	4	4	1	4	4	4	4	4	3	3	4	3	2	3	4	71
43	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	78
44	2	2	3	2	3	1	1	4	4	4	2	4	4	2	4	3	3	4	2	3	4	3	64

LAMPIRAN D

Uji Reliabilitas

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

1. Skala Intensitas Membaca Al Qur'an

a. Analisis Pertama

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,744	22

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	68,7955	38,771	,318	,734
VAR00002	69,1818	36,850	,407	,726
VAR00003	69,6364	39,725	,123	,749
VAR00004	69,3636	37,260	,316	,734
VAR00005	68,9091	40,131	,169	,743
VAR00006	69,0227	37,651	,423	,726
VAR00007	68,9091	39,573	,225	,740
VAR00008	68,7727	38,366	,484	,727
VAR00009	68,6818	38,966	,384	,732
VAR00010	68,9318	35,693	,486	,718
VAR00011	69,2727	39,087	,185	,744
VAR00012	68,7955	37,376	,442	,725
VAR00013	68,6591	38,602	,510	,727
VAR00014	69,4318	40,205	,034	,763
VAR00015	69,5227	36,627	,395	,727
VAR00016	69,3864	38,708	,276	,737
VAR00017	69,7045	40,120	,111	,748
VAR00018	68,7273	39,691	,286	,737
VAR00019	69,9545	39,114	,245	,739
VAR00020	69,5682	39,088	,208	,742
VAR00021	69,4773	38,162	,287	,736
VAR00022	68,8409	37,160	,601	,718

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. Analisis Kedua

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,775	14

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	44,5455	22,486	,427	,758
VAR00002	44,9318	20,949	,498	,750
VAR00004	45,1136	21,452	,368	,766
VAR00006	44,7727	22,087	,451	,756
VAR00008	44,5227	22,441	,571	,750
VAR00009	44,4318	22,670	,517	,754
VAR00010	44,6818	20,687	,489	,751
VAR00012	44,5455	22,021	,446	,756
VAR00013	44,4091	22,712	,589	,752
VAR00015	45,2727	22,854	,255	,782
VAR00016	45,1364	23,795	,278	,781
VAR00018	44,4773	24,023	,254	,771
VAR00021	45,2273	23,203	,297	,780
VAR00022	44,5909	21,968	,591	,747

2. Skala Regulasi Emosi

a. Analisis pertama

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,766	25

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	68,2955	59,980	,329	,757
VAR00002	68,8864	58,615	,353	,755
VAR00003	68,5227	61,651	,146	,765
VAR00004	68,4545	63,882	-,084	,779
VAR00005	68,8182	55,548	,496	,745
VAR00006	68,7727	61,296	,140	,766
VAR00007	68,6364	60,516	,163	,766
VAR00008	68,5227	60,767	,238	,761
VAR00009	69,2500	61,122	,131	,768
VAR00010	68,5909	60,805	,114	,771
VAR00011	68,8864	56,150	,571	,742
VAR00012	68,9318	54,530	,652	,736
VAR00013	69,2955	57,469	,286	,760
VAR00014	68,8864	58,708	,256	,761
VAR00015	69,1364	58,446	,379	,754
VAR00016	69,0682	58,344	,289	,759
VAR00017	69,1591	55,951	,514	,744
VAR00018	69,4318	58,065	,297	,759
VAR00019	68,7045	61,562	,128	,767
VAR00020	68,5909	58,526	,331	,756
VAR00021	68,2727	60,203	,301	,759
VAR00022	68,4091	61,457	,171	,764
VAR00023	68,7500	58,610	,320	,757
VAR00024	68,6364	56,795	,473	,747
VAR00025	68,3636	57,074	,462	,748

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

b. Analisis kedua

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,811	16

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	41,4318	45,972	,296	,807
VAR00002	42,0227	44,023	,400	,801
VAR00005	41,9545	42,603	,428	,800
VAR00011	42,0227	43,279	,476	,797
VAR00012	42,0682	41,646	,584	,789
VAR00013	42,4318	42,112	,383	,804
VAR00014	42,0227	42,209	,449	,798
VAR00015	42,2727	43,924	,423	,800
VAR00016	42,2045	43,794	,325	,807
VAR00017	42,2955	41,236	,603	,787
VAR00018	42,5682	42,623	,407	,801
VAR00020	41,7273	45,877	,266	,814
VAR00021	41,4091	46,619	,254	,811
VAR00023	41,8864	43,917	,373	,803
VAR00024	41,7727	41,715	,591	,789
VAR00025	41,5000	43,140	,464	,797

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN E

Skala Penelitian

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





SKALA A

IDENTITAS DIRI

- Nama/ Inisial :
- Jenis Kelamin :
- Umur :
- Kelas :
- Nama Sekolah :
- Alamat Rumah :
- Suku :
- No.HP/ Whatsapp :
- Nama Sekolah :

Petunjuk Pengisian :

Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti. Berikan tanda *Check list* () pada pilihan yang paling sesuai dengan keadaan diri anda. Pernyataan dibawah ini di isi berdasarkan penilaian sebagai berikut:

Pilihan jawabannya adalah:

- SS : Sangat sesuai
- S : Sesuai
- TS : Tidak Sesuai
- STS : Sangat Tidak Sesuai

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya melampiaskan rasa marah saya kepada orang lain.				

Dalam pernyataan ini tidak ada jawaban yang salah. Semua jawaban yang anda pilih adalah benar, jika sesuai dengan keadaan diri anda yang sebenarnya. Kerahasiaan identitas dan jawaban anda dijamin oleh peneliti. Oleh karena itu, usahakan agar tidak ada nomor yang terlewat untuk dijawab.

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kami mengucapkan banyak terimakasih atas kerjasama, bantuan, serta kesediaan dalam menjawab pernyataan ini. Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya sadar dengan apa yang saya rasakan saat ini				
2	Saya tidak memahami dengan baik emosi yang sedang saya rasakan				
3	Tiba-tiba saya merasa sedih tanpa ada sebab				
4	Saya tidak khawatir berlebihan				
5	Saya tidak tau cara mengatasi kecemasan yang sedang saya alami				
6	Saya sering bingung saat sedang takut atau cemas				
7	Saya mengalami gangguan tidur saat merasa cemas				
8	saya sulit mengendalikan perubahan emosi yang terjadi				
9	Butuh waktu lama untuk membuat saya menjadi tenang				
10	Saya takut memikirkan sesuatu yang belum terjadi hingga membuat saya sangat cemas				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

11	Ketika kesal atau marah saya memilih mendiamkan diri dan menarik diri dari lingkungan				
12	Kegagalan dapat membuat saya menjadi semakin bersemangat				
13	Saya mengetahui apa saja yang dapat saya lakukan untuk membuat perasaan saya berubah jadi lebih baik				
14	Ketika saya merasa sedih butuh waktu yang sangat lama untuk saya merasa bersemangat Kembali				
15	Saat gagal, saya merasa begitu sedih dan sulit untuk bangkit kembali				
16	Tidak ada yang bisa saya lakukan untuk membuat emosi saya menjadi lebih baik				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SKALA B

Petunjuk Pengisian :

Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti. Berikan tanda *Check list* () pada pilihan yang paling sesuai dengan keadaan diri anda. Pernyataan dibawah ini di isi berdasarkan penilaian sebagai berikut:

Pilihan jawabannya adalah:

- SL : Selalu
 SR : Sering
 J : Jarang
 TP : Tidak Pernah

NO	Pernyataan	SL	SR	J	TP
1	Saya tetap membaca Al-Qur'an saat senang maupun sedih				

Dalam pernyataan ini tidak ada jawaban yang salah. Semua jawaban yang anda pilih adalah benar, jika sesuai dengan keadaan diri anda yang sebenarnya. Kerahasiaan identitas dan jawaban anda dijamin oleh peneliti. Oleh karena itu, usahakan agar tidak ada nomor yang terlewat untuk dijawab.

No.	Pernyataan	SL	SR	J	TP
1	Sebagai muslim, saya membaca Al-Qur'an				
2	Saya tetap membaca Al-Qur'an saat senang maupun sedih				
3	Saya membaca Al-Qur'an dalam keadaan berwudhu				
4	Saya tidak begitu peduli dengan wudhu sebelum membaca alqur'an				



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

5	Saya memakai pakaian yang bersih saat membaca alqur'an				
6	Saya membaca al-qur'an ditempat yang bersih				
7	Saya tidak memperdulikan kesucian tempat saat membaca Al-Qur'an				
8	Sebelum membaca Al Qur'an saya membaca isti'adzah atau ta'awudz (A'udzubillahiminasyaithonirrajiim)				
9	Saya membaca basmalah ketika ingin membaca Al-Qur'an				
10	Saya membaca Al-Qur'an dengan tartil				
11	Saya terburu-buru saat membaca Al-Qur'an				
12	Saya membaca al-qur'an dengan posisi berbaring				
13	Saya dapat mengambil pelajaran dari makna alqur'an yang saya baca				
14	Membaca alqur'an dapat membuat saya merasa lebih baik secara emosi dan perilaku				

LAMPIRAN F

Tabulasi Data Penelitian

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



Tabulasi Data Penelitian Intensitas Membaca Al-Qur'an

© Hak Kelembagaan UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang Menyalin sebagian atau seluruhnya atau untuk tujuan komersial, tanpa izin dari penerbit.

a. Penelitian hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Total
1	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	50
2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	3	3	47
3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	52
4	3	3	4	4	2	3	3	4	4	2	2	2	2	3	41
5	3	2	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	44
6	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	2	3	3	4	48
7	3	4	4	2	3	4	3	4	4	4	3	1	2	4	45
8	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	51
9	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	45
10	3	2	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	2	46
11	4	3	4	3	4	4	1	4	4	2	3	3	3	3	45
12	4	3	1	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	47
13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	54
14	4	4	2	4	1	4	3	4	3	3	1	4	4	4	45
15	4	4	2	3	1	4	1	4	4	4	3	3	2	4	43
16	4	3	2	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	46
17	4	4	4	4	4	4	3	2	4	2	1	4	3	1	44
18	2	2	2	3	2	3	3	3	4	2	3	4	2	3	38
19	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	55
20	3	2	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	4	49
21	4	3	2	3	3	4	3	4	2	2	3	4	1	3	41
22	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	4	46
23	2	2	2	3	4	4	4	2	4	2	4	3	2	4	42
24	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	48

25	2	2	2	3	4	4	3	3	3	2	3	1	4	3	39
26	2	2	3	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	3	42
27	2	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	45
28	2	2	3	3	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	46
29	4	2	1	4	4	4	3	1	4	4	3	4	4	4	46
30	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	56
31	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	47
32	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	52
33	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	50
34	3	2	4	4	3	3	4	2	4	2	4	4	3	4	46
35	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	53
36	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	2	3	48
37	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	49
38	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	49
39	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	2	3	49
40	3	2	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	43
41	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	52
42	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	49
43	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	50
44	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	2	3	2	4	33
45	3	3	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	2	4	48
46	3	3	2	3	4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	47
47	2	2	2	3	4	4	1	4	4	4	3	4	2	1	40
48	4	2	1	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	48
49	4	3	2	4	4	4	2	2	4	2	2	4	3	4	44
50	4	4	2	3	4	4	3	3	4	4	1	3	2	2	43



Tabulasi Data Penelitian Intensitas Membaca Al-Qur'an

51	4	2	1	4	2	1	4	4	4	4	4	4	2	4	44
52	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	3	2	4	47
53	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	52
54	2	2	2	3	4	4	4	4	3	2	4	4	3	4	45
55	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	47
56	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	50
57	4	4	4	4	4	4	1	3	4	2	3	4	4	4	49
58	3	3	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	2	3	46
59	4	4	4	4	3	3	1	3	4	3	2	4	3	4	46
60	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	52
61	4	4	2	4	3	4	4	4	4	2	4	3	2	4	48
62	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	44
63	3	2	3	4	4	4	4	2	4	1	3	4	2	4	44
64	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	4	50
65	4	4	4	3	3	3	4	4	4	2	4	3	2	4	48
66	2	2	2	4	4	4	4	4	4	3	2	4	2	4	45
67	2	2	4	4	4	3	4	4	4	2	4	3	4	4	48
68	3	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	46
69	3	2	3	4	3	4	4	2	3	2	4	4	4	4	46
70	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	52
71	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	52
72	2	2	2	2	3	3	4	4	4	3	2	4	3	2	40
73	3	3	2	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	48
74	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	51
75	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	55
76	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	50

77	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	54
78	3	3	4	3	1	3	4	3	3	1	4	4	3	3	42
79	3	3	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	50
80	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	3	4	3	4	44
81	2	1	1	4	1	2	3	2	2	2	4	3	3	4	34
82	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	41
83	3	3	4	4	4	4	4	2	4	1	4	4	3	4	48
84	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	48
85	2	3	2	2	3	3	3	4	4	2	4	4	3	4	43
86	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	51
87	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	53
88	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	2	4	2	4	47
89	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	53
90	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	53
91	4	2	3	4	4	4	4	3	4	3	2	4	3	4	48
92	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	52
93	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	3	40
94	2	2	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	47
95	4	2	3	4	3	3	3	2	4	2	3	4	2	3	42
96	2	3	1	1	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	44
97	3	2	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	3	47
98	3	2	1	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	1	40
99	3	3	1	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	45
100	4	4	1	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	50
101	4	2	1	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	48
102	4	3	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	51

1. Dalam menuliskan intensitas membaca Al-Qur'an, peneliti menggunakan skala Likert 5 (sangat sering, sering, kadang-kadang, jarang, dan tidak pernah) dengan bobot 5, 4, 3, 2, dan 1. Untuk keperluan penyusunan laporan penelitian, peneliti menggunakan pengkodean sebagai berikut:

2. Diarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun.

b. Pengutipan tidak merujuk kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

State Islamic U

Tabulasi Data Penelitian Intensitas Membaca Al-Qur'an

103	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	46
104	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	56
105	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	55
106	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	47
107	3	2	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	49
108	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	52
109	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	4	4	2	1	34
110	2	1	4	4	2	2	4	4	4	2	1	3	1	2	36
111	3	2	2	2	4	4	3	4	4	4	2	4	3	3	44
112	2	4	2	4	3	4	3	4	4	2	2	4	3	4	45
113	2	2	2	1	2	4	4	3	4	3	3	1	3	2	36
114	3	4	1	1	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	46
115	4	3	3	3	4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	49
116	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	50
117	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	53
118	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	44
119	4	3	1	4	3	3	4	4	3	4	2	4	3	3	45
120	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	51
121	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	54
122	4	2	4	4	3	3	3	3	4	1	4	4	2	2	43
123	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	52
124	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	48
125	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	52
126	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	49
127	3	3	1	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	48
128	4	4	1	1	4	4	3	2	4	1	4	4	2	4	42

129	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	55
130	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	53
131	4	3	4	1	4	4	1	3	4	4	2	4	3	4	4	45	
132	3	2	2	3	3	3	4	1	3	2	3	4	3	2	3	38	
133	3	2	3	3	4	4	3	4	4	2	3	3	4	4	4	46	
134	3	3	2	2	3	3	2	4	4	3	3	4	3	4	4	43	
135	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	42	
136	3	2	4	4	3	4	1	4	4	2	3	4	2	4	4	44	
137	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	51	
138	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	52	
139	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	4	47	
140	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	53	
141	4	3	3	3	4	4	4	4	4	1	4	4	3	4	4	49	
142	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	4	45	
143	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	54	
144	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	49	
145	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	2	4	2	4	4	49	
146	3	3	1	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	45	
147	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	1	4	49	
148	4	2	2	4	4	4	3	4	4	3	3	4	2	4	4	47	
149	4	4	1	2	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	42	
150	4	4	4	1	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	50	
151	4	2	2	4	4	4	4	4	4	2	3	3	2	4	4	46	
152	2	2	1	2	3	3	4	1	4	2	2	4	2	3	3	35	
153	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	50	
154	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	52	

1. Hak cipta Dilindungi Undang-undang
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

State Islamic U

Tabulasi Data Penelitian Intensitas Membaca Al-Qur'an

155	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	50
156	3	2	2	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	47
157	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	54
158	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	45
159	2	2	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	46
160	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	45

- 1. Hak cipta Dilindungi Undang-Undang
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penerjemahan atau sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
- 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun



Tabulasi Data Penelitian Regulasi Emosi

54	4	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	1	4	4	4	3	4	51
55	4	4	1	3	2	3	3	3	3	3	2	2	4	2	4	4	4	47
56	4	4	3	4	3	2	2	3	2	2	3	2	2	4	1	1	3	41
57	4	4	2	3	3	3	1	1	3	2	3	1	4	4	2	3	3	42
58	3	2	3	4	3	2	1	3	2	2	1	3	4	2	3	4	4	42
59	4	3	2	3	3	2	2	3	2	2	1	3	3	3	3	4	4	43
60	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	37
61	4	2	3	3	3	2	2	2	3	2	1	3	3	3	2	4	4	42
62	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3	42
63	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	4	3	3	3	47
64	2	2	2	3	3	1	3	1	2	2	1	3	3	1	3	3	3	35
65	4	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	4	3	3	4	4	43
66	2	2	1	3	3	1	1	2	3	1	1	2	3	2	2	3	3	32
67	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	52
68	4	3	4	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	50
69	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	4	1	1	3	3	26
70	3	2	1	4	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	40
71	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	56
72	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	46
73	4	4	2	1	3	1	1	3	3	2	1	2	4	3	2	3	3	39
74	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	49
75	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	47
76	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	46
77	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	46
78	4	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	44
79	4	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	41
80	4	3	3	2	2	2	1	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	44

81	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	41	
82	4	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	41
83	3	1	1	3	1	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	37	
84	3	3	2	2	1	1	1	3	3	4	1	3	3	3	3	4	4	4	41	
85	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	54	
86	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	47	
87	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	46	
88	4	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	1	2	3	3	38	
89	4	3	1	3	2	1	2	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	41		
90	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	4	4	3	2	4	4	46	
91	1	3	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	41	
92	4	2	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	4	4	46
93	2	2	3	3	2	1	2	2	3	1	2	2	3	3	3	3	3	3	37	
94	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	4	2	2	2	2	3	34	
95	3	2	2	3	2	1	3	2	3	3	1	3	3	3	2	3	3	2	39	
96	3	3	3	3	3	2	1	3	3	1	2	4	2	2	2	2	3	4	40	
97	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	4	2	2	2	2	3	3	34	
98	4	3	3	4	2	1	2	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	43	
99	3	3	4	3	3	2	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	52	
100	4	3	3	4	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	2	4	47	
101	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	43	
102	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	46	
103	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	43	
104	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	43	
105	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	43	
106	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	48	
107	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	39	

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun.

c. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, atau pengajaran di perguruan tinggi.

d. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan komersial, termasuk untuk tujuan promosi politik, periklanan, atau untuk tujuan lain yang bersifat komersial, politik, atau agama.

e. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan hukum, peraturan perundang-undangan, kebijakan publik, moralitas, keadilan, atau hak asasi manusia.

f. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945.

g. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai agama, budaya, atau kearifan lokal.

h. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai kemanusiaan.

i. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keberagaman.

j. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai demokrasi.

k. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai persatuan dan kesatuan.

l. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai cinta damai.

m. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai gotong royong.

n. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai kebhinekaan.

o. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keberlanjutan.

p. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan sosial.

q. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan ekonomi.

r. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan hukum.

s. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan politik.

t. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan budaya.

u. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan lingkungan.

v. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan gender.

w. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan sosial.

x. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan ekonomi.

y. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan hukum.

z. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan politik.

aa. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan budaya.

ab. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan lingkungan.

ac. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan gender.

ad. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan sosial.

ae. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan ekonomi.

af. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan hukum.

ag. Pengutipan tidak diperkenankan untuk tujuan yang bertentangan dengan nilai-nilai keadilan politik.

LAMPIRAN G

Uji Normalitas

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





Descriptives

	Statistic	Std. Error
1. RE Mean	42,5375	,40949
95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	41,7288
	Upper Bound	43,3462
5% Trimmed Mean	42,5347	
Median	42,5000	
Variance	26,829	
Std. Deviation	5,17965	
Minimum	26,00	
Maximum	58,00	
Range	32,00	
Interquartile Range	6,00	
Skewness	-,061	,192
Kurtosis	,551	,381

Hasil Skewness-Kurtosis Regulasi Emosi

Skewness : $-0,061/0,192 = -0,31771$

Kurtosis : $0,551/0,381 = 1,446194$

Descriptives

	Statistic	Std. Error
2. IMO2 Mean	46,9063	,37026
95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	46,1750
	Upper Bound	47,6375
5% Trimmed Mean	47,0556	
Median	47,0000	
Variance	21,935	
Std. Deviation	4,68343	
Minimum	33,00	
Maximum	56,00	
Range	23,00	
Interquartile Range	6,00	
Skewness	-,314	,192
Kurtosis	,220	,381

Hasil Skewness-Kurtosis Intensitas Membaca Al-Qur'an

Skewness : $-0,314/0,192 = -1,6354$

Kurtosis : $0,220/0,381 = 0,5774$

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau jilauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Karya tulis ini mencari dan menyebutkan sumber:

LAMPIRAN H

Uji Linearitas

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	(Combined)	755,441	22	34,338	1,340	,157
	Linearity	163,904	1	163,904	6,397	,013
	Deviation from Linearity	591,537	21	28,168	1,099	,356
Within Groups		3510,334	137	25,623		
Total		4265,775	159			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN I

Uji Hipotesis

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

Correlations

		RE	IMQ
RE	Pearson Correlation	1	,196**
	Sig. (1-tailed)		,006
	N	160	160
IMQ	Pearson Correlation	,196**	1
	Sig. (1-tailed)	,006	
	N	160	160

Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN J

Surat Penelitian

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



PEMERINTAH KABUPATEN LINGGA
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU

Jl. Datuk Laksamana No. 23 Daik Lingga Kode Pos: 29872
Email : bpmp.kablingga@gmail.com

SURAT KETERANGAN PENELITIAN

NOMOR : 007/PTSP/0108/DPMPSTSP/IV/2021

- Dasar**
1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 2018 tentang Penerbitan Surat Penelitian;
 2. Peraturan Daerah Kabupaten Lingga Nomor 32 Tahun 2016 Tentang Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi Tata Kerja Perangkat Daerah Kabupaten Lingga.
- Menimbang**
1. Surat Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Fakultas Psikologi Nomor. Un/F VI/PP 00.9/E.1111/2020 Tanggal 14 Desember 2020

KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU KABUPATEN LINGGA,
Memberikan Rekomendasi Kepada :

- a. Nama / Objek** : Ulfa Hafizhatunnisa
- b. Nim / Perguruan Tinggi / Jurusan/ Jenjang** : 11361204773 / Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau / Psikologi / Strata -1
- c. Untuk** : Melakukan Penelitian dengan judul **"HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MEMBACA AL-QUR'AN DENGAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA DI KELURAHAN DAIK LINGGA"**
- Lokasi Penelitian :
1. Kelurahan Daik Lingga.
- Waktu / Lama Penelitian :
- Selama 2 (dua) Bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini dibuat;
- Melapor hasil Penelitian yang telah dilakukan sebagai masukan bagi Pemerintah Kabupaten Lingga.

Demikian Rekomendasi ini dibuat Untuk dipergunakan Sebagaimana Mestinya.

Daik Lingga, 12 April 2021

a.n. BUPATI LINGGA
Pit. KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU KABUPATEN LINGGA



Drs. A.JS, M.AP,M.MPUB
NIP.19661219 199203 1 013



REKOMENDASI KETERANGAN PENELITIAN

Tembusan

1. Kepala Badan Kesbangpol Kabupaten Lingga.
2. Kelurahan Daik Lingga

Sumbangan Efektif

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,123 ^a	,015	,009	5,15626

a. Predictors: (Constant), intensitasmembacaalquran



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN K

Verbatim Wawancara

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

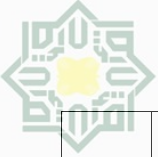
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

No	Keterangan	Koding
1	Assalamu'alaikum dek apa kabar?	Pembuka/Perkenalan
P		
S	Wa'alaikumsalam, alhamdulillah baik kak	
P	Perkenalkan kakak Ulfa Hafizha dari UIN suska Riau, disini kakak ingin meminta bantuan dari adik untuk menjawab beberapa pertanyaan dari kakak, bersedia?	
S	Iya bersedia kak	
P	Baik, silahkan diisi dulu form persetujuan wawancaranya dan ditandatangani ya jika bersedia	
S	Iya kak	Data Subjek Wawancara
P	Putri, 13 tahun, anak kedua ya dari dua bersaudara?	
S	Iya kak	
P	Hobi putri apa?	
S	Hmm membaca kak	
P	Membaca apa tu? Hmm Novel atau?	
S	Cerita kak..	
P	Ohh, selain itu?	
S	Menggambar kak	
P	Oh, Menggambar ya.. tadi usia 13, suku melayu ya? Hmmm tadi yang ingin kakak tanyakan apa, setau putri ni, emosi itu apa?	



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

S	Emosi itu adalah sesuatu perasaan, perasaan tertentu yang apa ya, emosi tu perasaan
P	Oh iya perasaan, betul, perasaan, disini emosi itu ada dua ya, kalau misalnya yang kita tahu kan emosi itu ada yang eh kamu ini emosi kali gitu kan, marah-marah kan artinya. Ternyata emosi itu ada dua, ada emosi negatif sama emosi positif. Kalau emosi positif ni kayak sedih, marah, khawatir, nahh... emosi positif ni ada juga emosinya senang, bahagia, seperti itu. Kalau boleh tau apa emosi positif yang baru-baru ini dirasakan Putri? Pengalaman apa yang bikin bahagia
S	Hmm... Bahagia ya kak?
S	Emmm dapat nilai ulangan bagus,
P	Hmm alhamdulillah, habis itu?
S	Hmm.... tak ada kak
P	Pernah ga sampai terlalu bahagia sampai tidak dapat mengontrol?
S	Hmmm... Tidak kak
P	Oh kalau pengalaman sedih gimana?
S	Hmm sedih?
P	Iya sedih, marah atau bertengkar dengan teman misalnya
S	Hmm tak ada kak kalau akhir-akhir ini.
P	Marah pernah marah kesiapa gitu?
S	Oh,, marah paling ke teman-teman aja, usil gitu
P	Ohh, kalau marah betul-betul marah pernah?
S	Jarang kak

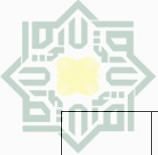
Pengalaman emosi positif

Perasaan emosi positif yang masih bisa dikontrol

S	Kalau lagi haid, gimana? Terasa gak perbedaan saat rutin membaca AL-Qur'an ?	Penutup
P	Terasa kak, kayak beda aja kak, kalau lagi gak haid kan ada kegiatan gitu, ade ngajinye gitu kan	
S	Terus apa yang dilakukan?	
P	Kadang Cuma main hp kan kak	
S	Oh mungkin itu aja yang kakak tanyakan ya. Terimakasih ya sudah berpartisipasi atas wawancara kakak.	
P		

No	Keterangan	Koding
2		Perkenalan
P	Asslamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh	
S	Wa'alaikumsalam warahmatullahi wabarakatuh	
P	Perkenalkan nama Kakak, Ulfa. Mahasiswa S1 psikologi , sedang melakukan penelitian. Silahkan Farid menjawab pertanyaan dari Kakak. Farid ada keberapa dari berapa bersaudara?	
S	Anak Kedua,dari 3 bersaudara, ada abang	

<p>P Hobinya apa?</p> <p>S Membaca kak</p> <p>P Selain itu</p> <p>S Berenang kak</p> <p>P Oke sekarang kita masuk ke pertanyaan. Yang Farid tau tentang emosi itu apa?</p> <p>S Emosi itu adalah apa yang kite tunjuk dengan yang kita rasakan</p> <p>P Ya betul jadi disini emosi ada yang positif dan ada yang negatif, apakah farid tau bagaimana emosi positif dan emosi negatif itu? (menggelengkan kepala)</p> <p>S Oh , belum tau ya, kalau emosi negatif itu seperti marah, sedih, takut, bimbang, kecewa, dendam, benci, Nah itu emosi negatif,. Kalau emosi positif itu kayak bahagia, senang, jadi kakak mau tanya seputar emosi ya. Apa pengalaman Farid yang membuat Farid senang atau bahagia?</p> <p>P Dulu waktu SD kak, pernah dapat juara 3.</p>	<p>Latar Belakang Subjek Wawancara</p>
<p>P Kalau sekarang?</p> <p>S Hmmm itu kak, dibeliin hp (<i>handphone</i>) hehe</p> <p>P Kalau pengalaman yang buat sedih?</p> <p>S Hmm sedih ya kak</p> <p>P Iya sedih , marah atau jengkel. Pernah marah gak sama abang atau sama adik, begitu?</p> <p>S Hmm pernah</p>	<p>Pengalaman emosi positif</p>



1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

Hak Cipta Ditindungi Undang-Undang

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

P Marahnya itu seperti apa?
 S Marah kayak merajuh gitu kak. Tapi ga sampai bentak –bentak
 P Kalau boleh tau merajuknya lama atau gimana?
 S Gak lama kok kak
 P Jadi menurut Farid, seberapa bisa Farid mengontrol emosi negatif atau kemarahan Farid?
 S Bisa kak,
 P Kalau perasaan cemas atau khawatir?
 S Pernah kak waktu akan ikut KSM, tu kan nak mulai , jadi takut.
 P Oh, KSM itu apa?
 S Kompetisi Sains Madrasah kak
 P Oh , begitu. Kalau sedang cemas, bisa konsentrasi gak?
 S Tak sangat
 P Mengganggu gak rasa cemas untuk konsentrasinya?
 S Mengganggu kak, ya tapi diitukan saja.
 P Oh masih bisa diatas ya?
 S Iya kak
 P Kalau misalnya lagi marah , supaya merajuknya tidak terlalu lama, apa yang dilakukan?
 S Dengerin lagu kak

Pengalaman emosi negatif

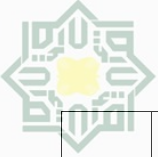
Kemampuan mengontrol emosi

Cemas dan khawatir

Cara mengatasi emosi negatif

P	Oh suka musik ya?	
S	Iya kak.	
P	Terus kalau sedih apakah berlarut atau bagaimana?	
S	Tidak berlarut kak, tak terlalu lah kak	
P	Terasa gak perbedaan emosi saat dua tahun belakangan sebelum menjadi remaja?	
S	Tidak kak, rasanya biasa saja.	
P	Kalau kegiatan membaca Al –Qur’an selain disekolah, dirumah bagaimana?	Rutinitas membaca Al-Qur’an
S	Iya kak, dirumah mengaji juga, satu kali dalam sehari kak	
No	3	Keterangan
P	. (Perkenalan)	Koding Perkenalan
S		
P	Menurut Rian itu apa emosi?	
S	Emosi itu kayak kita marah-marah gak jelas gitu kak. Kalau ada masalah sedikit langsung marah-marah gitu.	
P	Iya sebenarnya betul yang Rian sampaikan itu, emosi itu marah-marah dan sebagainya, Cuma emosi ini ada negatif, ada juga yang positif. Nah kalau emosi negatif tadi itulah yang marah, sedih, takut, bimbang. Kalau emosi positif yang gimana?	Pengenalan emosi negatif dan positif
S	Kita marah-marah untuk kebaikan begitu.	
P	Hmmm, jadi kalau emosi positif itu adalah senang, bahagia, nah itu emosi juga. Tapi itu adalah emosi positif. Jadi emosi itu kan suasana hati, bukan hanya marah-marah saja ya.	

<p>S P S P S P S</p>	<p>Oh begitu ya kak</p> <p>Ini kakak jug a ingin menanyakan tentang kegiatan membaca Al-Qur'an. Kalau disekolah rutin ya?</p> <p>Iya kak ,15 menit sebelum masuk kelas, kita membaca Al-Qur'an terlebih dahulu.</p> <p>Kalau dirumah kegiatan membaca Al-Qur'annya gimana?</p> <p>Kalau dirumah saya jarang kak membaca Al-Qur'an. Bisa dihitung kadang 2 minggu sekali.</p> <p>Pengalaman apa yang membuat rian bahagia? Itu kak, saya pernah masuk POPDA (Pekan Olahraga Daerah)</p>	<p>Rutinitas membaca Al-Qur'an</p> <p>Pengalaman emosi positif</p>
<p>P S P S P S P S P</p>	<p>Oh,, olahraga apa?</p> <p>Bola kaki kak</p> <p>Setelah itu apa lagi?</p> <p>Itu aja sepertinya kak</p> <p>Kalau lagi senang atau bahagia, apa masih bisa dikontrol gak supaya tidak terlalu bahagia?</p> <p>Gak kak, masih bisa</p> <p>Kalau misalnya pengalaman sedih?</p> <p>Hmm itu kalau Mak (Ibu) saya marah, kalau saya jalan jauh-jauh gitu. Kalau sudah begitu saya merasa sedih</p> <p>Oh apakah sedihnya sampai berlarut atau bagaimana?</p>	<p>kemampuan Mengontrol emosi positif</p> <p>Pengalaman emosi negatif</p>



S

P

S

P

S

P

S

P

S

P

S

P

S

P

S

P

S

P

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

Tidak sih kak, sedih biasa saja, Cuma merasa kasian aja dengan orang tua

Bagaimana cara mengatasi kesedihan agar tidak berlarut?

Saya bawa tidur, main handphone agar tidak berlarut sedihnya.

Pernah gak marah sampai ga terkontrol?

Pernah pas kelas dua, itu gara-gara saya lagi malas tapi saya disuruh-suruh. Itu ada motor saya tumbuk (tinju) pecah (sambil tertawa)

Oh begitu habis itu mereda gak kemarahannya?

Reda kak, Cuma habis itu ada perasaan menyesal. Merasa bersalah

Kalau lagi pengen emosi supaya tidak terjadi lagi, apa kira-kira yang dilakukan?

Kalau gitu, saya bawa bercanda kak, kalau ada orang yang mengejek saya gitu kan saya candain aja, saya gak ambil hati.

Gak terlalu memikirkan lah jadinya ya?

Iya, gak terlalu mikirlah kak jadinya

Oke, kalau cemas atau kekhawatiran dengan apa yang belum terjadi pernah gak?

Pernah, Cuma ga sampai mengganggu konsentrasi, hanya saja badan saya gemetar.

Ohh, terus cara mengatasinya bagaimana?

Itulah dengan cara mengajak teman berbicara, bisalah saya mengalihkannya

Kenapa memilih bercanda sebagai pengalihan emosi negatif?

Supaya rasa marah itu hilang karena tertawa gitu kan.

Merasa bersalah

Mengatasi emosi negatif

Penyebab emosi negatif

Cara mengontrol emosi negatif

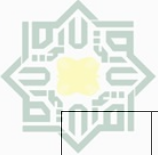
Hak Cipta Ditindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

S	Kegagalan apa yang pernah dialami?	Kegagalan yang dialami	
P	Itu kak, saat kalah main bola tadi.		
S	Oh begitu		
P	Jadi saya latihan lagi dan latihan terus.		
S	(Penutup)		Penutup
No	4	Keterangan	Koding
P	. (Perkenalan)	Latar belakang Subjek	Perkenalan
S	Anak ke berapa?		
S	Anak pertama		
P	Dari?		
S	Tiga saudara kak		
P	Oh jadi punya dua adek ya		
S	Iya, Punya kakak tapi dari beda.. orangtua		
P	Oh begitu, jadi kakak panggil apa ni? Iis atau sari?		
S	Iis saja		
P	Hobi nya apa?		
S	Main Volly, masak, nyanyi..		

<p>P S P S</p>	<p>Yang iis tau tentang emosi apa? Emosi itu kayak kejiwaan gitu. Sifat kite, gitu.. Iya sudah hampir tepat, jadi emosi itu adalah suasana hati,bisa dikatakan perasaan. Emosi itu ada dua ada emosi negatif ada emosi positif. Kalau emosi negatif tau gak contohnya seperti apa? Hmm.. marah, nangis, itu,,, sedih, khawatir</p>	<p>Emosi</p>
<p>P S P S P S P S P S P</p>	<p>Betul, kalau emosi positif Senang, bahagia,hmmmm Nah betul, senang, bahagia, semangat, berarti sudah tau lah ya Hmm iya kak Bagaimana kegiatan membaca Al-Qur'an saat dirumah? Ada juga, habis magrib dan habis isya Setiap hari atau? Hmm setiap hari kak Bagaimana rasanya keadaan emosi pada saat masa remaja sekarang? Kalau sekarang itu rasanya lebih banyak khawatir, terus emosinya susah dikendalikan, sering marah, gampang marah gitu kak. Ada saja yang membuat kita khawatir kadang, kalau pada masa kecil itu kan yang penting senang aja gitu kak. Kalau sekarang ni banyak yang dipikirkan gitu Hmm seperti itu ya, kalau yang paling buat marah gara-gara apa? Kadang yang kita mau tidak sesuai gitu, itu yang paling buat marah.</p>	<p>Kegiatan membaca Al-Qur'an dirumah Pengalaman emosi negatif</p>



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

S Tidak sesuai keinginan gitu ya, terus apa dilakukan saat marah?
 P
 S Merajuk dan diam, kadang kalau merajuk tu kadang ada sampai banting barang.. kesal gitu
 Kalau pengalaman yang bikin sedih apa?
 P Ada waktu itu berkelahi dengan orang tua,
 S Jadi sedihnya berlarut tak?
 P Iya, sampai sekarang,
 S Jadi cara mengatasi kesedihannya seperti apa? Atau sampai sekarang belum bisa untuk..
 P Kadang kalau sama kawan-kawan gitu, hilang rasa sedihnya, mungkin kalau lagi sendiri kayaknya
 duh ... (menangis).. kalau lagi sendiri, ga ada main hp, gak ada apa, teringat. (menangis lagi)
 S menyesal sendiri....
 P Iya iya tidak apa apa, *its okay to be not okay*, cuman jangan berlarut ya.. jadi marahnya gara-gara?
 P Eehmm, ada yang waktu itu orang tua maunya gini, tapi Iis maunya beda gitu, jadi debat gitu,
 berkelahi (menangis)
 S Oo begitu, jadi sampai skarang masih bermasalah?
 P Sekarang udah baikan, Cuma merasa bersalah aja.
 S Tapi orang tua sudah memaafkan?
 P Udah (menangis)
 S Hmm tapi kalau udah menangis lega tak?
 P Iya kak lega, tapi setiap sendiri bawaannya pengen nangis aja.
 P Jadi PR nya jangan sering menyendiri ya..disini tinggal sama siapa?

Penyebab emosi negatif

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Di larang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penerjemahan atau keperluan mendesak lain;
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

No	Keterangan	Koding
P	. (Perkenalan) Sekarang Ridho kelas berapa?	Perkenalan
S	Kelas 1 atau kelas 10 kak	
P	Oh,sebelumnya sekolah dimana?	
S	SMP 1 daek ni kak	
P	Kalau boleh tau orang tua apa pekerjaannya?	Latar belakang Subjek
S	Uhhh, kalau ayah saya sudah meninggal, pas usia saya sembilan bulan. Terus mama saya ada di Karawang dengan Ayah tiri saya disana.	
P	Oh disini ikut tante ya, hobi Ridho apa?	
S	Main bola kak	
P	Pengalaman apa yang membuat Ridho marah?	
S	Udah lama juga saya tidak marah kak,	
P	Memang tidak pemarah ya orangnya? Kalau kesal?	Emosi
S	Kalau orang mengganggu saya, saya memang kesal, tapi memang udah lama gak marah, saya gak suka marah kak	
P	Oh begitu, kalau lagi kesal gitu, diam atau bagaimana?	
S	Biasanya diam kak, Cuma gak lama	

P	Kan sekarang Ridho masuk ke usia remaja, terasa gak perbedaan sewaktu masih anak-anak dengan masa remaja sekarang?	
S	Semakin dewasa makin lelah rasanya,	Emosi saat remaja
P	Hmmm kalau pengalaman yang buat sedih?	
S	Kangen sama Ayah kami,	Pengalaman sedih
P	Oh begitu, iya pasti ga mudah kan, tapi Ridho Alhamdulillah bisa kuat melaluinya, tak semua orang kan yang kehilangan Ayah bisa kuat melaluinya. Kalau lagi sedih seperti itu biasanya berlarut atau tidak?	
S	Setiap magrib kalau saya pulang dari Masjid, terpikir terus, tak menangis tapi sedih	Cara mengontrol emosi agar tidak sedih
P	Terus cara Ridho biar ga sedih bagaimana?	
S	Dengan mengajak orang berbicara,	
P	Kalau pengalaman yang buat cemas bagaimana?	Pengalaman Cemas
S	Iya kak pas ujian takut mendapat nilai buruk	
P	Kalau cemas gitu bisa fokus gak?	
S	Fokus aja, mudah-mudahan nilai bagus.	
P	Kegagalan apa yang pernah dialami Ridho?	Kegagalan
S	Lomba 17 agustus kalah, tapi biasa aja jadinya.	
P	(penutup)	

LAMPIRAN L

Analisis Tambahan

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



Descriptives

regulasiemosi	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
remajaawal	18	43,7778	2,77712	,65457	42,3967	45,1588	37,00	48,00
remajamadya	62	41,7581	5,08835	,64622	40,4659	43,0503	32,00	58,00
reanajaakhir	80	42,8625	5,60457	,62661	41,6153	44,1097	26,00	56,00
Total	160	42,5375	5,17985	,40949	41,7288	43,3462	26,00	58,00

Test of Homogeneity of Variances

regulasiemosi	F	df1	df2	Sig.
Levene Statistic	3,468	2	157	,034

ANOVA

regulasiemosi	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	73,805	2	36,903	1,382	,254
Within Groups	4191,970	157	26,700		
Total	4265,775	159			

Multiple Comparisons

Dependent Variable: regulasiemosi

Tukey HSD

(I) usia	(J) usia	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
remajaawal	remajamadya	2,01971	1,38348	,313	-1,2538	5,2932
	reanajaakhir	,91528	1,34800	,776	-2,2743	4,1049
remajamadya	remajaawal	-2,01971	1,38348	,313	-5,2932	1,2538
	reanajaakhir	-1,10444	,87430	,418	-3,1732	,9643
reanajaakhir	remajaawal	-,91528	1,34800	,776	-4,1049	2,2743
	remajamadya	1,10444	,87430	,418	-,9643	3,1732

Analisis perbedaan regulasi emosi antara remaja awal, remaja madya, dan remaja akhir.

1. Dilakukan pengujian sebagai berikut:
 a. Pengujian hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengujian tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
SLTP	76	41,8947	4,32845	,49651	40,9056	42,8838	32,00	52,00
SLTA	84	43,1190	5,80902	,63382	41,8584	44,3797	26,00	58,00
Total	160	42,5375	5,17965	,40949	41,7288	43,3462	26,00	58,00

Test of Homogeneity of Variances

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
6,004	1	158	,015

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	59,808	1	59,808	2,247	,136
Within Groups	4205,967	158	26,620		
Total	4265,775	159			

Perbedaan regulasi emosi antara remaja tingkat SLTP dan SLTA

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
Perempuan	86	41,9419	5,32332	,57403	40,8005	43,0832	26,00	56,00
Laki-laki	74	43,2297	4,95334	,57581	42,0821	44,3773	32,00	58,00
Total	160	42,5375	5,17965	,40949	41,7288	43,3462	26,00	58,00

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	65,971	1	65,971	2,482	,117
Within Groups	4199,804	158	26,581		
Total	4265,775	159			

Test of Homogeneity of Variances

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,344	1	158	,558

Perbedaan regulasi emosi antara Remaja Perempuan dan Laki-laki

1. Hak Cipta Ditanggung Undang-Undang.
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN B

Skala *Try Out*

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



SKALA A

IDENTITAS DIRI

Nama/ Inisial :
 Jenis Kelamin :
 Umur :
 Kelas :
 Alamat :
 Agama :
 Suku :
 Anak ke .. dari :
 No HP/ Whatsapp :
 Sekolah :

Petunjuk Pengisian :

Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti. Berikan tanda *Check list* () pada pilihan yang paling sesuai dengan keadaan diri anda. Pernyataan dibawah ini di isi berdasarkan penilaian sebagai berikut:

Pilihan jawabannya adalah:

SS : Sangat sesuai
 S : Sesuai
 TS : Tidak Sesuai
 STS : Sangat Tidak Sesuai

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya melampiaskan rasa marah saya kepada orang lain.				

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam pernyataan ini tidak ada jawaban yang salah. Semua jawaban yang anda pilih adalah benar, jika sesuai dengan keadaan diri anda yang sebenarnya. Kerahasiaan identitas dan jawaban anda dijamin oleh peneliti. Oleh karena itu, usahakan agar tidak ada nomor yang terlewat untuk dijawab. Kami mengucapkan banyak terimakasih atas kerjasama, bantuan, serta kesediaan dalam menjawab pernyataan ini. Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya dapat mengendalikan amarah dengan baik				
2	Saya tidak memahami dengan baik emosi yang saya rasakan				
3	Saya tahu hal apa yang membuat saya merasa kesal				
4	Saya tahu penyebab kenapa saya menjadi sangat marah				
5	Tiba-tiba saya merasa sedih tanpa ada sebab				
6	Saya dapat mengendalikan amarah dengan baik				
7	Saya dapat menekan emosi saya agar tidak merugikan orang lain				
8	Saya mampu tetap bersikap tenang meskipun sedang marah				
9	Saya bisa berkonstrasi dengan baik sekalipun sedang cemas				
10	Saya tidak suka berlarut-larut dalam kesedihan				
11	Saya tidak khawatir secara berlebihan				
12	Saya tidak tau cara mengatasi kecemasan yang saya alami				
13	Saya sering bingung saat sedang takut atau cemas				
14	Saya mengalami gangguan tidur saat merasa cemas				
15	Saya sulit mengendalikan perubahan emosi yang terjadi				
16	Butuh waktu lama untuk membuat saya menjadi tenang				
17	Saya takut memikirkan sesuatu yang belum terjadi hingga membuat saya sangat cemas				
18	Ketika kesal atau marah saya memilih mendingkan diri dan menarik diri dari lingkungan				
19	Saya mengalihkan rasa cemas dengan kegiatan lain				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

20	Kegagalan dapat membuat saya menjadi semakin bersemangat				
21	Saya mengetahui apa saja yang dapat saya lakukan untuk membuat perasaan saya berubah				
22	Saya memilih melakukan sesuatu yang bermanfaat untuk mengalihkan rasa sedih				
23	Ketika saya merasa sedih butuh waktu yang sangat lama untuk saya merasa bersemangat kembali				
24	Saat gagal, saya merasa begitu sedih dan sulit untuk bangkit kembali				
25	Tidak ada yang bisa saya lakukan untuk membuat emosi saya menjadi lebih baik				





SKALA B

Petunjuk Pengisian :

Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti. Berikan tanda *Check list* () pada pilihan yang paling sesuai dengan keadaan diri anda. Pernyataan dibawah ini di isi berdasarkan penilaian sebagai berikut:

Pilihan jawabannya adalah:

- SL : Selalu
- SR : Sering
- J : Jarang
- TP : Tidak Pernah

NO	Pernyataan	SL	SR	J	TP
1	Saya tetap membaca Al-Qur'an saat senang maupun sedih				

No.	Pernyataan	SL	SR	J	TP
1	Sebagai muslim, saya membaca Al-Qur'an				
2	Saya tetap membaca Al-Qur'an saat senang maupun sedih				
3	Saya hanya membaca al-qur'an karena ingin menghibur suasana hati saya				
4	Saya membaca Al-Qur'an dalam keadaan berwudhu				
5	Sebelum membaca al-qur'an saya memperhatikan kebersihan fisik saya				
6	Saya tidak begitu peduli dengan wudhu sebelum membaca alqur'an				
7	Meskipun saya sedang berhadass besar, bila ingin saya akan membaca al-qur'an				
8	Saya memakai pakaian yang bersih saat membaca alqur'an				
9	Saya membaca al-qur'an ditempat yang bersih				
10	Saya tidak memperdulikan kesucian tempat saat membaca Al-Qur'an				
11	Saya menghadap ke kiblat saat membaca Al -Qur'an				

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

12	Sebelum membaca Al Qur'an saya membaca isti'adzah atau ta'awudz (A'udzubillahiminasyaithonirrajiim)				
13	Saya membaca basmalah ketika ingin membaca Al-Qur'an				
14	Saat membaca al-qur'an saya merasa tidak perlu untuk berlindung dari gangguan syaitan				
15	Saya membaca Al-Qur'an dengan tartil				
16	Saya terburu-buru saat membaca Al-Qur'an				
17	Saya membaca Al-Qur'an dengan suara yang bagus				
18	Saya membaca al-qur'an dengan posisi berbaring				
19	Saya memahami makna dari ayat alqur'an yang saya baca				
20	Saya merenungi ayat alqur'an yang saya baca				
21	Saya dapat mengambil pelajaran dari makna alqur'an yang saya baca				
22	Membaca alqur'an dapat membuat saya merasa lebih baik secara emosi dan perilaku				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN C

Tabulasi Data Mentah *Try Out*

Tabulasi Data *Try Out* Regulasi Emosi

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	Total
1	4	3	3	3	1	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	1	2	1	4	3	4	4	1	4	4	74
2	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	3	2	2	2	2	1	3	3	2	1	3	3	3	3	4	67
3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	1	1	3	2	1	1	1	3	4	3	4	4	2	4	67
4	3	1	4	3	3	3	4	2	1	3	4	2	3	3	2	2	2	2	2	4	2	3	3	1	3	65
5	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	2	3	1	1	2	3	4	4	3	3	4	4	76
6	3	3	3	1	3	4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	2	3	1	4	2	3	2	3	3	3	74
7	3	3	2	2	3	3	4	4	3	1	3	4	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	2	1	4	73
8	2	1	4	3	3	1	3	3	2	4	4	3	3	1	2	3	3	1	4	4	4	3	3	3	4	71
9	2	3	3	2	2	3	3	2	3	4	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	68
10	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	66
11	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	1	2	3	3	2	1	3	2	3	3	2	1	3	62
12	3	1	3	4	1	4	4	3	3	4	3	3	3	1	3	3	2	1	3	3	3	4	3	3	4	72
13	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	73
14	3	4	4	3	3	3	1	4	2	2	3	3	4	4	4	3	3	1	2	4	3	2	3	4	4	76
15	4	1	4	4	3	3	3	3	1	4	4	3	1	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	71
16	3	3	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	63
17	3	3	3	3	3	2	1	3	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	64
18	4	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	74
19	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	68
20	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	3	66
21	3	2	4	3	4	3	2	3	1	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	1	4	3	2	3	3	66
22	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	4	4	2	2	4	4	4	69

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

23	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	4	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	65
24	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	67
25	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	4	4	2	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	85
26	3	2	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	74
27	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	62
28	4	3	3	4	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	3	4	80
29	2	2	4	3	2	2	2	2	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	62
30	3	3	3	3	1	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	3	2	3	3	1	2	1	56
31	3	2	3	3	3	1	3	2	2	3	2	1	1	1	1	1	1	4	4	1	4	3	1	1	4	55
32	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	73
33	3	3	2	2	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	71
34	3	2	3	4	4	3	4	2	3	4	2	4	3	3	3	3	2	4	2	4	4	4	3	3	3	79
35	4	2	2	2	2	2	3	2	3	4	2	2	4	3	3	2	2	1	3	2	3	2	2	3	3	63
36	3	1	3	4	2	2	3	2	1	4	2	2	1	4	2	3	2	3	2	4	4	4	4	4	2	68
37	4	3	3	4	1	3	3	2	2	3	2	2	1	2	1	3	1	1	2	2	2	3	3	1	4	58
38	4	3	4	4	1	3	3	3	1	4	4	4	1	3	2	4	2	3	3	3	4	3	4	3	4	77
39	4	3	2	1	3	3	3	4	3	2	2	4	4	4	3	4	3	1	3	3	4	3	2	3	3	74
40	4	4	1	3	2	4	1	3	4	2	2	2	4	3	2	1	2	4	1	3	4	3	3	4	4	70
41	3	3	3	3	4	4	1	3	2	1	2	3	2	4	3	2	4	3	2	1	4	3	3	4	4	71
42	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	1	2	1	3	3	3	4	3	4	4	73
43	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	77
44	4	2	3	3	5	3	3	2	2	3	4	3	4	2	3	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	76

Tabulasi Data *Try Out* Intensitas Membaca Al-Qur'an

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	Total
1	4	4	4	3	3	4	1	3	3	4	3	3	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	76
2	4	3	1	3	2	4	2	4	3	4	3	3	3	3	2	3	1	4	3	2	3	4	64
3	4	4	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	2	2	3	4	2	2	3	4	72
4	3	2	2	2	3	3	2	3	4	1	2	4	4	2	2	3	3	4	3	3	2	3	60
5	3	3	2	4	2	4	2	3	3	3	4	3	4	2	2	3	3	4	3	4	3	4	68
6	3	3	3	4	4	4	1	4	4	3	4	4	4	3	2	3	4	4	2	2	4	2	71
7	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	2	3	77
8	3	2	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	2	4	1	1	3	3	69
9	4	4	3	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	4	4	4	3	76
10	3	4	4	4	4	4	1	4	4	4	2	4	4	4	3	3	2	4	2	3	4	3	74
11	4	2	3	4	3	3	1	3	4	3	3	4	4	2	2	2	2	4	4	3	3	3	66
12	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	81
13	4	4	3	2	3	3	1	4	4	4	4	4	4	1	3	4	3	4	4	4	3	4	74
14	4	2	3	2	3	3	1	3	3	3	4	2	3	3	4	3	4	4	2	2	2	3	63
15	4	3	2	4	3	3	1	4	4	4	2	4	4	4	2	3	2	4	2	2	2	3	66
16	2	2	3	4	4	4	1	4	3	4	2	3	3	1	1	3	1	4	1	1	2	2	55
17	4	2	2	3	4	4	1	4	4	4	1	2	4	4	3	4	2	4	1	4	3	3	67
18	4	3	3	4	4	4	2	4	4	1	2	2	4	2	2	3	2	4	2	3	2	3	64
19	4	3	2	4	4	4	1	4	4	4	2	4	4	4	1	4	3	4	3	2	3	4	72
20	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	4	2	2	2	4	63
21	4	4	4	4	4	4	1	2	4	4	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	76
22	4	4	4	3	2	3	1	3	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	2	1	2	2	67

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

24	4	4	3	4	4	3	1	4	4	3	4	4	4	1	4	3	4	4	2	4	2	4	74
25	3	4	2	3	3	3	1	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	73
26	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	1	2	2	2	4	2	3	2	3	70
27	2	2	4	2	2	4	1	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	66
28	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	77
29	2	2	3	2	3	3	1	3	3	4	2	4	3	3	2	3	2	4	2	2	4	2	59
30	4	2	1	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	1	2	2	2	4	2	4	4	4	69
31	4	2	4	1	4	4	1	3	4	4	3	3	4	1	3	2	1	4	1	3	4	4	64
32	4	2	2	1	4	4	1	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	72
33	4	3	3	3	4	4	1	4	3	4	4	2	4	4	2	3	3	4	3	2	4	4	72
34	3	4	4	2	2	3	1	3	4	3	2	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	65
35	3	2	3	4	4	4	1	3	3	2	3	4	4	3	2	2	2	4	2	2	2	3	62
36	4	4	2	2	3	4	2	3	4	4	3	3	4	4	2	3	2	4	2	2	2	3	66
37	4	4	2	2	4	3	1	4	4	4	2	4	4	4	2	3	2	4	2	2	2	4	67
38	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	2	3	4	78
39	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	2	1	2	4	3	2	2	4	2	2	2	3	61
40	4	3	2	2	3	1	3	4	4	2	3	4	4	2	4	2	2	3	3	4	4	4	67
41	4	3	1	3	3	4	1	4	4	4	3	4	4	4	2	2	3	4	2	3	3	4	69
42	4	4	2	3	3	3	1	4	4	1	4	4	4	4	4	3	3	4	3	2	3	4	71
43	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	78
44	2	2	3	2	3	1	1	4	4	4	2	4	4	2	4	3	3	4	2	3	4	3	64

LAMPIRAN D

Uji Reliabilitas

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

1. Skala Intensitas Membaca Al Qur'an

a. Analisis Pertama

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,744	22

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	68,7955	38,771	,318	,734
VAR00002	69,1818	36,850	,407	,726
VAR00003	69,6364	39,725	,123	,749
VAR00004	69,3636	37,260	,316	,734
VAR00005	68,9091	40,131	,169	,743
VAR00006	69,0227	37,651	,423	,726
VAR00007	68,9091	39,573	,225	,740
VAR00008	68,7727	38,366	,484	,727
VAR00009	68,6818	38,966	,384	,732
VAR00010	68,9318	35,693	,486	,718
VAR00011	69,2727	39,087	,185	,744
VAR00012	68,7955	37,376	,442	,725
VAR00013	68,6591	38,602	,510	,727
VAR00014	69,4318	40,205	,034	,763
VAR00015	69,5227	36,627	,395	,727
VAR00016	69,3864	38,708	,276	,737
VAR00017	69,7045	40,120	,111	,748
VAR00018	68,7273	39,691	,286	,737
VAR00019	69,9545	39,114	,245	,739
VAR00020	69,5682	39,088	,208	,742
VAR00021	69,4773	38,162	,287	,736
VAR00022	68,8409	37,160	,601	,718

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. Analisis Kedua

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,775	14

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	44,5455	22,486	,427	,758
VAR00002	44,9318	20,949	,498	,750
VAR00004	45,1136	21,452	,368	,766
VAR00006	44,7727	22,087	,451	,756
VAR00008	44,5227	22,441	,571	,750
VAR00009	44,4318	22,670	,517	,754
VAR00010	44,6818	20,687	,489	,751
VAR00012	44,5455	22,021	,446	,756
VAR00013	44,4091	22,712	,589	,752
VAR00015	45,2727	22,854	,255	,782
VAR00016	45,1364	23,795	,278	,781
VAR00018	44,4773	24,023	,254	,771
VAR00021	45,2273	23,203	,297	,780
VAR00022	44,5909	21,968	,591	,747

2. Skala Regulasi Emosi

a. Analisis pertama

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,766	25

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	68,2955	59,980	,329	,757
VAR00002	68,8864	58,615	,353	,755
VAR00003	68,5227	61,651	,146	,765
VAR00004	68,4545	63,882	-,084	,779
VAR00005	68,8182	55,548	,496	,745
VAR00006	68,7727	61,296	,140	,766
VAR00007	68,6364	60,516	,163	,766
VAR00008	68,5227	60,767	,238	,761
VAR00009	69,2500	61,122	,131	,768
VAR00010	68,5909	60,805	,114	,771
VAR00011	68,8864	56,150	,571	,742
VAR00012	68,9318	54,530	,652	,736
VAR00013	69,2955	57,469	,286	,760
VAR00014	68,8864	58,708	,256	,761
VAR00015	69,1364	58,446	,379	,754
VAR00016	69,0682	58,344	,289	,759
VAR00017	69,1591	55,951	,514	,744
VAR00018	69,4318	58,065	,297	,759
VAR00019	68,7045	61,562	,128	,767
VAR00020	68,5909	58,526	,331	,756
VAR00021	68,2727	60,203	,301	,759
VAR00022	68,4091	61,457	,171	,764
VAR00023	68,7500	58,610	,320	,757
VAR00024	68,6364	56,795	,473	,747
VAR00025	68,3636	57,074	,462	,748

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. Analisis kedua

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,811	16

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	41,4318	45,972	,296	,807
VAR00002	42,0227	44,023	,400	,801
VAR00005	41,9545	42,603	,428	,800
VAR00011	42,0227	43,279	,476	,797
VAR00012	42,0682	41,646	,584	,789
VAR00013	42,4318	42,112	,383	,804
VAR00014	42,0227	42,209	,449	,798
VAR00015	42,2727	43,924	,423	,800
VAR00016	42,2045	43,794	,325	,807
VAR00017	42,2955	41,236	,603	,787
VAR00018	42,5682	42,623	,407	,801
VAR00020	41,7273	45,877	,266	,814
VAR00021	41,4091	46,619	,254	,811
VAR00023	41,8864	43,917	,373	,803
VAR00024	41,7727	41,715	,591	,789
VAR00025	41,5000	43,140	,464	,797

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN E

Skala Penelitian

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



SKALA A

IDENTITAS DIRI

Nama/ Inisial :
 Jenis Kelamin :
 Umur :
 Kelas :
 Nama Sekolah :
 Alamat Rumah :
 Suku :
 No.HP/ Whatsapp :
 Nama Sekolah :

Petunjuk Pengisian :

Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti. Berikan tanda *Check list* () pada pilihan yang paling sesuai dengan keadaan diri anda. Pernyataan dibawah ini di isi berdasarkan penilaian sebagai berikut:

Pilihan jawabannya adalah:

SS : Sangat sesuai
 S : Sesuai
 TS : Tidak Sesuai
 STS : Sangat Tidak Sesuai

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya melampiaskan rasa marah saya kepada orang lain.				

Dalam pernyataan ini tidak ada jawaban yang salah. Semua jawaban yang anda pilih adalah benar, jika sesuai dengan keadaan diri anda yang sebenarnya. Kerahasiaan identitas dan jawaban anda dijamin oleh peneliti. Oleh karena itu, usahakan agar tidak ada nomor yang terlewat untuk dijawab.

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kami mengucapkan banyak terimakasih atas kerjasama, bantuan, serta kesediaan dalam menjawab pernyataan ini. Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya sadar dengan apa yang saya rasakan saat ini				
2	Saya tidak memahami dengan baik emosi yang sedang saya rasakan				
3	Tiba-tiba saya merasa sedih tanpa ada sebab				
4	Saya tidak khawatir berlebihan				
5	Saya tidak tau cara mengatasi kecemasan yang sedang saya alami				
6	Saya sering bingung saat sedang takut atau cemas				
7	Saya mengalami gangguan tidur saat merasa cemas				
8	saya sulit mengendalikan perubahan emosi yang terjadi				
9	Butuh waktu lama untuk membuat saya menjadi tenang				
10	Saya takut memikirkan sesuatu yang belum terjadi hingga membuat saya sangat cemas				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

11	Ketika kesal atau marah saya memilih mendiamkan diri dan menarik diri dari lingkungan				
12	Kegagalan dapat membuat saya menjadi semakin bersemangat				
13	Saya mengetahui apa saja yang dapat saya lakukan untuk membuat perasaan saya berubah jadi lebih baik				
14	Ketika saya merasa sedih butuh waktu yang sangat lama untuk saya merasa bersemangat Kembali				
15	Saat gagal, saya merasa begitu sedih dan sulit untuk bangkit kembali				
16	Tidak ada yang bisa saya lakukan untuk membuat emosi saya menjadi lebih baik				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SKALA B

Petunjuk Pengisian :

Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti. Berikan tanda *Check list* () pada pilihan yang paling sesuai dengan keadaan diri anda. Pernyataan dibawah ini di isi berdasarkan penilaian sebagai berikut:

Pilihan jawabannya adalah:

- SL : Selalu
 SR : Sering
 J : Jarang
 TP : Tidak Pernah

NO	Pernyataan	SL	SR	J	TP
1	Saya tetap membaca Al-Qur'an saat senang maupun sedih				

Dalam pernyataan ini tidak ada jawaban yang salah. Semua jawaban yang anda pilih adalah benar, jika sesuai dengan keadaan diri anda yang sebenarnya. Kerahasiaan identitas dan jawaban anda dijamin oleh peneliti. Oleh karena itu, usahakan agar tidak ada nomor yang terlewat untuk dijawab.

No.	Pernyataan	SL	SR	J	TP
1	Sebagai muslim, saya membaca Al-Qur'an				
2	Saya tetap membaca Al-Qur'an saat senang maupun sedih				
3	Saya membaca Al-Qur'an dalam keadaan berwudhu				
4	Saya tidak begitu peduli dengan wudhu sebelum membaca alqur'an				



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

5	Saya memakai pakaian yang bersih saat membaca alqur'an				
6	Saya membaca al-qur'an ditempat yang bersih				
7	Saya tidak memperdulikan kesucian tempat saat membaca Al-Qur'an				
8	Sebelum membaca Al Qur'an saya membaca isti'adzah atau ta'awudz (A'udzubillahiminasyaithonirrajiim)				
9	Saya membaca basmalah ketika ingin membaca Al-Qur'an				
10	Saya membaca Al-Qur'an dengan tartil				
11	Saya terburu-buru saat membaca Al-Qur'an				
12	Saya membaca al-qur'an dengan posisi berbaring				
13	Saya dapat mengambil pelajaran dari makna alqur'an yang saya baca				
14	Membaca alqur'an dapat membuat saya merasa lebih baik secara emosi dan perilaku				

LAMPIRAN F

Tabulasi Data Penelitian

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



Tabulasi Data Penelitian Intensitas Membaca Al-Qur'an

© Hak Kelembagaan UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang Menyalin sebagian atau seluruhnya dalam bentuk apa pun untuk tujuan komersial atau non-komersial tanpa izin tertulis dari penerbit.

a. Penelitian hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan disertasi atau publikasi di jurnal ilmiah yang diterbitkan oleh lembaga penelitian atau perguruan tinggi.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya karya tulis ini dalam bentuk apapun.

No	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	Total
1	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	50
2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	3	3	47
3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	52
4	3	3	4	4	2	3	3	4	4	2	2	2	2	3	41
5	3	2	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	44
6	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	2	3	3	4	48
7	3	4	4	2	3	4	3	4	4	4	3	1	2	4	45
8	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	51
9	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	45
10	3	2	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	2	46
11	4	3	4	3	4	4	1	4	4	2	3	3	3	3	45
12	4	3	1	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	47
13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	54
14	4	4	2	4	1	4	3	4	3	3	1	4	4	4	45
15	4	4	2	3	1	4	1	4	4	4	3	3	2	4	43
16	4	3	2	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	46
17	4	4	4	4	4	4	3	2	4	2	1	4	3	1	44
18	2	2	2	3	2	3	3	3	4	2	3	4	2	3	38
19	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	55
20	3	2	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	4	49
21	4	3	2	3	3	4	3	4	2	2	3	4	1	3	41
22	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	4	46
23	2	2	2	3	4	4	4	2	4	2	4	3	2	4	42
24	4	3	4	4	4	3	4	4	3	2	4	3	3	3	48

25	2	2	2	3	4	4	3	3	3	2	3	1	4	3	39
26	2	2	3	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	3	42
27	2	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	45
28	2	2	3	3	4	4	3	4	4	2	4	4	3	4	46
29	4	2	1	4	4	4	3	1	4	4	3	4	4	4	46
30	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	56
31	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	47
32	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	52
33	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	50
34	3	2	4	4	3	3	4	2	4	2	4	4	3	4	46
35	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	53
36	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	2	3	48
37	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	49
38	4	4	4	1	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	49
39	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	2	3	49
40	3	2	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	43
41	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	52
42	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	49
43	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	50
44	2	3	2	1	3	2	2	2	3	2	2	3	2	4	33
45	3	3	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	2	4	48
46	3	3	2	3	4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	47
47	2	2	2	3	4	4	1	4	4	4	3	4	2	1	40
48	4	2	1	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	48
49	4	3	2	4	4	4	2	2	4	2	2	4	3	4	44
50	4	4	2	3	4	4	3	3	4	4	1	3	2	2	43



Tabulasi Data Penelitian Intensitas Membaca Al-Qur'an

51	4	2	1	4	2	1	4	4	4	4	4	4	2	4	44
52	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	3	2	4	47
53	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	52
54	2	2	2	3	4	4	4	4	3	2	4	4	3	4	45
55	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	47
56	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	50
57	4	4	4	4	4	4	1	3	4	2	3	4	4	4	49
58	3	3	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	2	3	46
59	4	4	4	4	3	3	1	3	4	3	2	4	3	4	46
60	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	52
61	4	4	2	4	3	4	4	4	4	2	4	3	2	4	48
62	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	44
63	3	2	3	4	4	4	4	2	4	1	3	4	2	4	44
64	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	4	50
65	4	4	4	3	3	3	4	4	4	2	4	3	2	4	48
66	2	2	2	4	4	4	4	4	4	3	2	4	2	4	45
67	2	2	4	4	4	3	4	4	4	2	4	3	4	4	48
68	3	2	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	46
69	3	2	3	4	3	4	4	2	3	2	4	4	4	4	46
70	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	52
71	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	52
72	2	2	2	2	3	3	4	4	4	3	2	4	3	2	40
73	3	3	2	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	48
74	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	51
75	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	55
76	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	50

77	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	54
78	3	3	4	3	1	3	4	3	3	1	4	4	3	3	42
79	3	3	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	50
80	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	3	4	3	4	44
81	2	1	1	4	1	2	3	2	2	2	4	3	3	4	34
82	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	41
83	3	3	4	4	4	4	4	2	4	1	4	4	3	4	48
84	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	48
85	2	3	2	2	3	3	3	4	4	2	4	4	3	4	43
86	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	51
87	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	53
88	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	2	4	2	4	47
89	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	53
90	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	53
91	4	2	3	4	4	4	4	3	4	3	2	4	3	4	48
92	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	52
93	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	3	40
94	2	2	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	47
95	4	2	3	4	3	3	3	2	4	2	3	4	2	3	42
96	2	3	1	1	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	44
97	3	2	3	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	3	47
98	3	2	1	3	3	4	3	4	4	3	3	4	2	1	40
99	3	3	1	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	45
100	4	4	1	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	50
101	4	2	1	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	48
102	4	3	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	51

2. Diarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

g. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan

1. Dalam menuliskan kutipan atau sitasi dalam karya ilmiah, penulis wajib mencantumkan sumber yang dikutip

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

© Al-Falaq Mulk UIN Suska Riau

State Islamic U

Tabulasi Data Penelitian Intensitas Membaca Al-Qur'an

103	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	46
104	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	56
105	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	55
106	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	47
107	3	2	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	49
108	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	52
109	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	4	4	2	1	34
110	2	1	4	4	2	2	4	4	4	2	1	3	1	2	36
111	3	2	2	2	4	4	3	4	4	4	2	4	3	3	44
112	2	4	2	4	3	4	3	4	4	2	2	4	3	4	45
113	2	2	2	1	2	4	4	3	4	3	3	1	3	2	36
114	3	4	1	1	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	46
115	4	3	3	3	4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	49
116	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	50
117	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	53
118	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	44
119	4	3	1	4	3	3	4	4	3	4	2	4	3	3	45
120	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	51
121	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	54
122	4	2	4	4	3	3	3	3	4	1	4	4	2	2	43
123	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	52
124	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	48
125	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	52
126	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	49
127	3	3	1	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	48
128	4	4	1	1	4	4	3	2	4	1	4	4	2	4	42

129	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	55
130	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	53
131	4	3	4	1	4	4	1	3	4	4	2	4	3	4	4	45	
132	3	2	2	3	3	3	4	1	3	2	3	4	3	2	3	38	
133	3	2	3	3	4	4	3	4	4	2	3	3	4	4	4	46	
134	3	3	2	2	3	3	2	4	4	3	3	4	3	4	4	43	
135	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	42	
136	3	2	4	4	3	4	1	4	4	2	3	4	2	4	4	44	
137	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	51	
138	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	52	
139	3	3	3	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	4	47	
140	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	53	
141	4	3	3	3	4	4	4	4	4	1	4	4	3	4	4	49	
142	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	4	45	
143	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	54	
144	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	49	
145	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	2	4	2	4	4	49	
146	3	3	1	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	45	
147	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	1	4	49	
148	4	2	2	4	4	4	3	4	4	3	3	4	2	4	4	47	
149	4	4	1	2	4	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	42	
150	4	4	4	1	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	50	
151	4	2	2	4	4	4	4	4	4	2	3	3	2	4	4	46	
152	2	2	1	2	3	3	4	1	4	2	2	4	2	3	3	35	
153	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	50	
154	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	52	

1. Hak cipta Dilindungi Undang-undang
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan disertasi, atau keperluan lain yang sah dan tidak merugikan hak-hak cipta.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

State Islamic U

Tabulasi Data Penelitian Intensitas Membaca Al-Qur'an

155	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	50
156	3	2	2	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	47
157	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	54
158	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	45
159	2	2	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	46
160	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	45

- 1. Hak cipta dimiliki Undang-Undang
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
- 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun



Tabulasi Data Penelitian Regulasi Emosi

54	4	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	1	4	4	4	3	4	51
55	4	4	1	3	2	3	3	3	3	3	2	2	4	2	4	4	4	47
56	4	4	3	4	3	2	2	3	2	2	3	2	2	4	1	1	3	41
57	4	4	2	3	3	3	1	1	3	2	3	1	4	4	2	3	3	42
58	3	2	3	4	3	2	1	3	2	2	1	3	4	2	3	4	4	42
59	4	3	2	3	3	2	2	3	2	2	1	3	3	3	3	4	4	43
60	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	37
61	4	2	3	3	3	2	2	2	3	2	1	3	3	3	2	4	4	42
62	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3	42
63	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	4	3	3	3	47
64	2	2	2	3	3	1	3	1	2	2	1	3	3	1	3	3	3	35
65	4	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	2	4	3	3	4	4	43
66	2	2	1	3	3	1	1	2	3	1	1	2	3	2	2	3	3	32
67	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	52
68	4	3	4	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	50
69	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	4	1	1	3	3	26
70	3	2	1	4	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	40
71	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	56
72	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	46
73	4	4	2	1	3	1	1	3	3	2	1	2	4	3	2	3	3	39
74	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	49
75	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	47
76	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	4	46
77	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	46
78	4	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	44
79	4	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	41
80	4	3	3	2	2	2	1	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	44

81	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	41	
82	4	2	3	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	41
83	3	1	1	3	1	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	37	
84	3	3	2	2	1	1	1	3	3	4	1	3	3	3	3	4	4	4	41	
85	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	54	
86	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	47	
87	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	46	
88	4	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	1	2	3	38	
89	4	3	1	3	2	1	2	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	41		
90	4	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	4	4	3	2	4	46		
91	1	3	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	41		
92	4	2	3	3	3	3	1	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	4	46	
93	2	2	3	3	2	1	2	2	3	1	2	2	3	3	3	3	3	3	37	
94	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	4	2	2	2	2	3	34	
95	3	2	2	3	2	1	3	2	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	39	
96	3	3	3	3	3	2	1	3	3	1	2	4	2	2	2	2	3	40		
97	3	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	4	2	2	2	2	3	34		
98	4	3	3	4	2	1	2	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	43		
99	3	3	4	3	3	2	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	52		
100	4	3	3	4	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	2	47		
101	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	43		
102	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	46		
103	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	43		
104	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	43		
105	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	43		
106	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	48		
107	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	39		

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Diarang mengumpukan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, atau pengajaran di perguruan tinggi.

Harap Cipta Dilindungi Undang-Undang

State Islamic U

LAMPIRAN G

Uji Normalitas

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



Descriptives

	Statistic	Std. Error
1. RE Mean	42,5375	,40949
95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	41,7288
	Upper Bound	43,3462
5% Trimmed Mean	42,5347	
Median	42,5000	
Variance	26,829	
Std. Deviation	5,17965	
Minimum	26,00	
Maximum	58,00	
Range	32,00	
Interquartile Range	6,00	
Skewness	-,061	,192
Kurtosis	,551	,381

Hasil Skewness-Kurtosis Regulasi Emosi

Skewness : $-0,061/0,192 = -0,31771$

Kurtosis : $0,551/0,381 = 1,446194$

Descriptives

	Statistic	Std. Error
2. IMO2 Mean	46,9063	,37026
95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	46,1750
	Upper Bound	47,6375
5% Trimmed Mean	47,0556	
Median	47,0000	
Variance	21,935	
Std. Deviation	4,68343	
Minimum	33,00	
Maximum	56,00	
Range	23,00	
Interquartile Range	6,00	
Skewness	-,314	,192
Kurtosis	,220	,381

Hasil Skewness-Kurtosis Intensitas Membaca Al-Qur'an

Skewness : $-0,314/0,192 = -1,6354$

Kurtosis : $0,220/0,381 = 0,5774$

2. Dilarang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau jilauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Karya tulis ini mencari dan menyebutkan sumber:

LAMPIRAN H

Uji Linearitas

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	(Combined)	755,441	22	34,338	1,340	,157
	Linearity	163,904	1	163,904	6,397	,013
	Deviation from Linearity	591,537	21	28,168	1,099	,356
Within Groups		3510,334	137	25,623		
Total		4265,775	159			

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN I

Uji Hipotesis

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

Correlations

		RE	IMQ
RE	Pearson Correlation	1	,196**
	Sig. (1-tailed)		,006
	N	160	160
IMQ	Pearson Correlation	,196**	1
	Sig. (1-tailed)	,006	
	N	160	160

Correlation is significant at the 0.01 level (1-tailed).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN J

Surat Penelitian

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



SURAT KETERANGAN PENELITIAN

NOMOR : 007/PTSP/0108/DPMPSTSP/IV/2021

- Dasar**
1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 3 Tahun 2018 tentang Penerbitan Surat Penelitian;
 2. Peraturan Daerah Kabupaten Lingga Nomor 32 Tahun 2016 Tentang Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi Tata Kerja Perangkat Daerah Kabupaten Lingga.
- Menimbang**
1. Surat Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Fakultas Psikologi Nomor. Un/F VI/PP 00.9/E.1111/2020 Tanggal 14 Desember 2020

KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU KABUPATEN LINGGA,
 Memberikan Rekomendasi Kepada :

- a. Nama / Objek : Ulfa Hafizhatunnisa
- b. Nim / Perguruan Tinggi / Jurusan/ Jenjang : 11361204773 / Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau / Psikologi / Strata -1
- c. Untuk : Melakukan Penelitian dengan judul “HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS MEMBACA AL-QUR’AN DENGAN REGULASI EMOSI PADA REMAJA DI KELURAHAN DAIK LINGGA”
- Lokasi Penelitian :
1. Kelurahan Daik Lingga.
- Waktu / Lama Penelitian :
- Selama 2 (dua) Bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini dibuat;
- Melapor hasil Penelitian yang telah dilakukan sebagai masukan bagi Pemerintah Kabupaten Lingga.

Demikian Rekomendasi ini dibuat Untuk dipergunakan Sebagaimana Mestinya.

Daik Lingga, 12 April 2021

a.n. BUPATI LINGGA
 PIt. KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN
 PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
 KABUPATEN LINGGA

Drs. A.J.S. M.AP.M.MPUB
 NIP.19661219 199203 1 013



REKOMENDASI KETERANGAN PENELITIAN

Tembusan

1. Kepala Badan Kesbangpol Kabupaten Lingga.
2. Kelurahan Daik Lingga

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengutip dan menyalin sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sumbangan Efektif

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,123 ^a	,015	,009	5,15626

a. Predictors: (Constant), intensitasmembacaalquran



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN K

Verbatim Wawancara

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

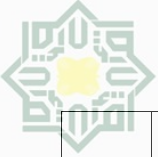
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

No	Keterangan	Koding
1	Assalamu'alaikum dek apa kabar?	Pembuka/Perkenalan
P		
S	Wa'alaikumsalam, alhamdulillah baik kak	
P	Perkenalkan kakak Ulfa Hafizha dari UIN suska Riau, disini kakak ingin meminta bantuan dari adik untuk menjawab beberapa pertanyaan dari kakak, bersedia?	
S	Iya bersedia kak	
P	Baik, silahkan diisi dulu form persetujuan wawancaranya dan ditandatangani ya jika bersedia	
S	Iya kak	Data Subjek Wawancara
P	Putri, 13 tahun, anak kedua ya dari dua bersaudara?	
S	Iya kak	
P	Hobi putri apa?	
S	Hmm membaca kak	
P	Membaca apa tu? Hmm Novel atau?	
S	Cerita kak..	
P	Ohh, selain itu?	
S	Menggambar kak	
P	Oh, Menggambar ya.. tadi usia 13, suku melayu ya? Hmmm tadi yang ingin kakak tanyakan apa, setau putri ni, emosi itu apa?	



- 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
- 2. Dilarang mengumunkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

S	Emosi itu adalah sesuatu perasaan, perasaan tertentu yang apa ya, emosi tu perasaan
P	Oh iya perasaan, betul, perasaan, disini emosi itu ada dua ya, kalau misalnya yang kita tahu kan emosi itu ada yang eh kamu ini emosi kali gitu kan, marah-marah kan artinya. Ternyata emosi itu ada dua, ada emosi negatif sama emosi positif. Kalau emosi positif ni kayak sedih, marah, khawatir, nahh... emosi positif ni ada juga emosinya senang, bahagia, seperti itu. Kalau boleh tau apa emosi positif yang baru-baru ini dirasakan Putri? Pengalaman apa yang bikin bahagia
S	Hmm... Bahagia ya kak?
S	Emmm dapat nilai ulangan bagus,
P	Hmm alhamdulillah, habis itu?
S	Hmm.... tak ada kak
P	Pernah ga sampai terlalu bahagia sampai tidak dapat mengontrol?
S	Hmmm... Tidak kak
P	Oh kalau pengalaman sedih gimana?
S	Hmm sedih?
P	Iya sedih, marah atau bertengkar dengan teman misalnya
S	Hmm tak ada kak kalau akhir-akhir ini.
P	Marah pernah marah kesiapa gitu?
S	Oh,, marah paling ke teman-teman aja, usil gitu
P	Ohh, kalau marah betul-betul marah pernah?
S	Jarang kak

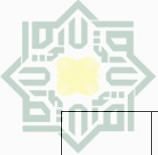
Pengalaman emosi positif

Perasaan emosi positif yang masih bisa dikontrol

S	Kalau lagi haid, gimana? Terasa gak perbedaan saat rutin membaca AL-Qur'an ?	Penutup
P	Terasa kak, kayak beda aja kak, kalau lagi gak haid kan ada kegiatan gitu, ade ngajinye gitu kan	
S	Terus apa yang dilakukan?	
P	Kadang Cuma main hp kan kak	
S	Oh mungkin itu aja yang kakak tanyakan ya. Terimakasih ya sudah berpartisipasi atas wawancara kakak.	
P		

No	Keterangan	Koding
2		Perkenalan
P	Asslamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh	
S	Wa'alaikumsalam warahmatullahi wabarakatuh	
P	Perkenalkan nama Kakak, Ulfa. Mahasiswa S1 psikologi , sedang melakukan penelitian. Silahkan Farid menjawab pertanyaan dari Kakak. Farid ada keberapa dari berapa bersaudara?	
S	Anak Kedua,dari 3 bersaudara, ada abang	

<p>P Hobinya apa?</p> <p>S Membaca kak</p> <p>P Selain itu</p> <p>S Berenang kak</p> <p>P Oke sekarang kita masuk ke pertanyaan. Yang Farid tau tentang emosi itu apa?</p> <p>S Emosi itu adalah apa yang kite tunjuk dengan yang kita rasakan</p> <p>P Ya betul jadi disini emosi ada yang positif dan ada yang negatif, apakah farid tau bagaimana emosi positif dan emosi negatif itu? (menggelengkan kepala)</p> <p>S Oh , belum tau ya, kalau emosi negatif itu seperti marah, sedih, takut, bimbang, kecewa, dendam, benci, Nah itu emosi negatif,. Kalau emosi positif itu kayak bahagia, senang, jadi kakak mau tanya seputar emosi ya. Apa pengalaman Farid yang membuat Farid senang atau bahagia?</p> <p>P Dulu waktu SD kak, pernah dapat juara 3.</p>	<p>Latar Belakang Subjek Wawancara</p>
<p>P Kalau sekarang?</p> <p>S Hmmm itu kak, dibeliin hp (<i>handphone</i>) hehe</p> <p>P Kalau pengalaman yang buat sedih?</p> <p>S Hmm sedih ya kak</p> <p>P Iya sedih , marah atau jengkel. Pernah marah gak sama abang atau sama adik, begitu?</p> <p>S Hmm pernah</p>	<p>Pengalaman emosi positif</p>



Hak Cipta Ditindungi Undang-Undang

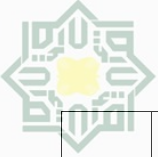
© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

P	Marahnya itu seperti apa?	Pengalaman emosi negatif
S	Marah kayak merajuh gitu kak. Tapi ga sampai bentak –bentak	
P	Kalau boleh tau merajuknya lama atau gimana?	
S	Gak lama kok kak	
P	Jadi menurut Farid, seberapa bisa Farid mengontrol emosi negatif atau kemarahan Farid?	Kemampuan mengontrol emosi
S	Bisa kak,	
P	Kalau perasaan cemas atau khawatir?	
S	Pernah kak waktu akan ikut KSM, tu kan nak mulai , jadi takut.	Cemas dan khawatir
P	Oh, KSM itu apa?	
S	Kompetisi Sains Madrasah kak	
P	Oh , begitu. Kalau sedang cemas, bisa konsentrasi gak?	
S	Tak sangat	
P	Mengganggu gak rasa cemas untuk konsentrasinya?	
S	Mengganggu kak, ya tapi diitukan saja.	
P	Oh masih bisa diatas ya?	
S	Iya kak	
P	Kalau misalnya lagi marah , supaya merajuknya tidak terlalu lama, apa yang dilakukan?	Cara mengatasi emosi negatif
S	Dengerin lagu kak	

<p>S P S P S P S</p>	<p>Oh begitu ya kak</p> <p>Ini kakak jug a ingin menanyakan tentang kegiatan membaca Al-Qur'an. Kalau disekolah rutin ya?</p> <p>Iya kak ,15 menit sebelum masuk kelas, kita membaca Al-Qur'an terlebih dahulu.</p> <p>Kalau dirumah kegiatan membaca Al-Qur'annya gimana?</p> <p>Kalau dirumah saya jarang kak membaca Al-Qur'an. Bisa dihitung kadang 2 minggu sekali.</p> <p>Pengalaman apa yang membuat rian bahagia? Itu kak, saya pernah masuk POPDA (Pekan Olahraga Daerah)</p>	<p>Rutinitas membaca Al-Qur'an</p> <p>Pengalaman emosi positif</p>
<p>P S P S P S P S P</p>	<p>Oh,, olahraga apa?</p> <p>Bola kaki kak</p> <p>Setelah itu apa lagi?</p> <p>Itu aja sepertinya kak</p> <p>Kalau lagi senang atau bahagia, apa masih bisa dikontrol gak supaya tidak terlalu bahagia?</p> <p>Gak kak, masih bisa</p> <p>Kalau misalnya pengalaman sedih?</p> <p>Hmm itu kalau Mak (Ibu) saya marah, kalau saya jalan jauh-jauh gitu. Kalau sudah begitu saya merasa sedih</p> <p>Oh apakah sedihnya sampai berlarut atau bagaimana?</p>	<p>kemampuan Mengontrol emosi positif</p> <p>Pengalaman emosi negatif</p>



S

P

S

P

S

P

S

P

S

P

S

P

S

P

S

P

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

Tidak sih kak, sedih biasa saja, Cuma merasa kasian aja dengan orang tua

Bagaimana cara mengatasi kesedihan agar tidak berlarut?

Saya bawa tidur, main handphone agar tidak berlarut sedihnya.

Pernah gak marah sampai ga terkontrol?

Pernah pas kelas dua, itu gara-gara saya lagi malas tapi saya disuruh-suruh. Itu ada motor saya tumbuk (tinju) pecah (sambil tertawa)

Oh begitu habis itu mereda gak kemarahannya?

Reda kak, Cuma habis itu ada perasaan menyesal. Merasa bersalah

Kalau lagi pengen emosi supaya tidak terjadi lagi, apa kira-kira yang dilakukan?

Kalau gitu, saya bawa bercanda kak, kalau ada orang yang mengejek saya gitu kan saya candain aja, saya gak ambil hati.

Gak terlalu memikirkan lah jadinya ya?

Iya, gak terlalu mikirlah kak jadinya

Oke, kalau cemas atau kekhawatiran dengan apa yang belum terjadi pernah gak?

Pernah, Cuma ga sampai mengganggu konsentrasi, hanya saja badan saya gemetar.

Ohh, terus cara mengatasinya bagaimana?

Itulah dengan cara mengajak teman berbicara, bisalah saya mengalihkannya

Kenapa memilih bercanda sebagai pengalihan emosi negatif?

Supaya rasa marah itu hilang karena tertawa gitu kan.

Merasa bersalah

Mengatasi emosi negatif

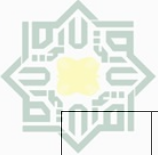
Penyebab emosi negatif

Cara mengontrol emosi negatif

- Hak Cipta Ditindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

S	Kegagalan apa yang pernah dialami?	Kegagalan yang dialami	
P	Itu kak, saat kalah main bola tadi.		
S	Oh begitu		
P	Jadi saya latihan lagi dan latihan terus.		
S	(Penutup)		Penutup
No	4	Keterangan	Koding
P	. (Perkenalan)	Latar belakang Subjek	Perkenalan
S	Anak ke berapa?		
S	Anak pertama		
P	Dari?		
S	Tiga saudara kak		
P	Oh jadi punya dua adek ya		
S	Iya, Punya kakak tapi dari beda.. orangtua		
P	Oh begitu, jadi kakak panggil apa ni? Iis atau sari?		
S	Iis saja		
P	Hobi nya apa?		
S	Main Volly, masak, nyanyi..		

<p>P</p> <p>S</p> <p>P</p> <p>S</p>	<p>Yang iis tau tentang emosi apa?</p> <p>Emosi itu kayak kejiwaan gitu. Sifat kite, gitu..</p> <p>Iya sudah hampir tepat, jadi emosi itu adalah suasana hati,bisa dikatakan perasaan. Emosi itu ada dua ada emosi negatif ada emosi positif. Kalau emosi negatif tau gak contohnya seperti apa?</p> <p>Hmmm.. marah, nangis, itu,,, sedih, khawatir</p>	<p>Emosi</p>
<p>P</p> <p>S</p> <p>P</p> <p>S</p> <p>P</p> <p>S</p> <p>P</p> <p>S</p> <p>P</p> <p>S</p> <p>P</p> <p>S</p> <p>P</p>	<p>Betul, kalau emosi positif</p> <p>Senang, bahagia,hmmmm</p> <p>Nah betul, senang, bahagia, semangat, berarti sudah tau lah ya</p> <p>Hmm iya kak</p> <p>Bagaimana kegiatan membaca Al-Qur'an saat dirumah?</p> <p>Ada juga, habis magrib dan habis isya</p> <p>Setiap hari atau?</p> <p>Hmm setiap hari kak</p> <p>Bagaimana rasanya keadaan emosi pada saat masa remaja sekarang?</p> <p>Kalau sekarang itu rasanya lebih banyak khawatir, terus emosinya susah dikendalikan, sering marah, gampang marah gitu kak. Ada saja yang membuat kita khawatir kadang, kalau pada masa kecil itu kan yang penting senang aja gitu kak. Kalau sekarang ni banyak yang dipikirkan gitu</p> <p>Hmm seperti itu ya, kalau yang paling buat marah gara-gara apa?</p> <p>Kadang yang kita mau tidak sesuai gitu, itu yang paling buat marah.</p>	<p>Kegiatan membaca Al-Qur'an dirumah</p> <p>Pengalaman emosi negatif</p>



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

S
P
S
P
S
P
S
P
S
P
S
P
S
P
S
P
S
P

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic U

Tidak sesuai keinginan gitu ya, terus apa dilakukan saat marah?

Merajuk dan diam, kadang kalau merajuk tu kadang ada sampai banting barang.. kesal gitu
Kalau pengalaman yang bikin sedih apa?

Ada waktu itu berkelahi dengan orang tua,

Jadi sedihnya berlarut tak?

Iya, sampai sekarang,

Jadi cara mengatasi kesedihannya seperti apa? Atau sampai sekarang belum bisa untuk..

Kadang kalau sama kawan-kawan gitu, hilang rasa sedihnya, mungkin kalau lagi sendiri kayaknya duh ... (menangis).. kalau lagi sendiri, ga ada main hp, gak ada apa, teringat. (menangis lagi) menyesal sendiri....

Iya iya tidak apa apa, *its okay to be not okay*, cuman jangan berlarut ya.. jadi marahnya gara-gara?

Eehmm, ada yang waktu itu orang tua maunya gini, tapi Iis maunya beda gitu, jadi debat gitu, berkelahi (menangis)

Oo begitu, jadi sampai skarang masih bermasalah?

Sekarang udah baikan, Cuma merasa bersalah aja.

Tapi orang tua sudah memaafkan?

Udah (menangis)

Hmmm tapi kalau udah menangis lega tak?

Iya kak lega, tapi setiap sendiri bawaannya pengen nangis aja.

Jadi PR nya jangan sering menyendiri ya..disini tinggal sama siapa?

Penyebab emosi negatif

S	Tinggal di asrama kak	Keadaan emosi saat remaja
P	Ada gak perbedaan kalau saat rutin membaca Al-Qur'an dan saat haid tidak bisa rutin membaca Al-Qur'an?	
S	Terasa kak perbedaanya, kalau lagi haid tu kan lebih gampang marah, gampang tersinggung gitu, emosim gak boleh salah sedikit. Kadang juga mau buat sesuatu karena kepikiran terus jadinya ga bisa dibuat.	
P	Oh begitu kalau lagi cemas bisa konsentrasi gak?	
S	Gak bisa kak, kenapa ya kak kan kita ni punya emosi kan kak, kadang-kadang tanpa ada sebab kita senang, kadang-kadang bisa marah.	
P	Oh, betul-betul tanpa sebab ya? Karena itu tadi mungkin emosi yang sering terpendam, jadi emosi-emosi yang terpendam dibawah ni, muncul lagi ke atas, itu makanya kita harus punya kontrol dan juga ada kawan yang mengingatkan. Dan juga usahakan ada kegiatan.	
S	Iya kak, terimakasih	
P	(Penutup)	
S		
S		

- Hak Cipta Diindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penerjemahan atau pengolahan informasi.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun t

No	Keterangan	Koding
P	. (Perkenalan) Sekarang Ridho kelas berapa?	Perkenalan
S	Kelas 1 atau kelas 10 kak	
P	Oh,sebelumnya sekolah dimana?	
S	SMP 1 daek ni kak	
P	Kalau boleh tau orang tua apa pekerjaannya?	Latar belakang Subjek
S	Uhhh, kalau ayah saya sudah meninggal, pas usia saya sembilan bulan. Terus mama saya ada di Karawang dengan Ayah tiri saya disana.	
P	Oh disini ikut tante ya, hobi Ridho apa?	
S	Main bola kak	
P	Pengalaman apa yang membuat Ridho marah?	
S	Udah lama juga saya tidak marah kak,	
P	Memang tidak pemarah ya orangnya? Kalau kesal?	Emosi
S	Kalau orang mengganggu saya, saya memang kesal, tapi memang udah lama gak marah, saya gak suka marah kak	
P	Oh begitu, kalau lagi kesal gitu, diam atau bagaimana?	
S	Biasanya diam kak, Cuma gak lama	

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun

P	Kan sekarang Ridho masuk ke usia remaja, terasa gak perbedaan sewaktu masih anak-anak dengan masa remaja sekarang?	
S	Semakin dewasa makin lelah rasanya,	Emosi saat remaja
P	Hmmm kalau pengalaman yang buat sedih?	
S	Kangen sama Ayah kami,	Pengalaman sedih
P	Oh begitu, iya pasti ga mudah kan, tapi Ridho Alhamdulillah bisa kuat melaluinya, tak semua orang kan yang kehilangan Ayah bisa kuat melaluinya. Kalau lagi sedih seperti itu biasanya berlarut atau tidak?	
S	Setiap magrib kalau saya pulang dari Masjid, terpikir terus, tak menangis tapi sedih	Cara mengontrol emosi agar tidak sedih
P	Terus cara Ridho biar ga sedih bagaimana?	
S	Dengan mengajak orang berbicara,	
P	Kalau pengalaman yang buat cemas bagaimana?	Pengalaman Cemas
S	Iya kak pas ujian takut mendapat nilai buruk	
P	Kalau cemas gitu bisa fokus gak?	
S	Fokus aja, mudah-mudahan nilai bagus.	
P	Kegagalan apa yang pernah dialami Ridho?	Kegagalan
S	Lomba 17 agustus kalah, tapi biasa aja jadinya.	
P	(penutup)	

LAMPIRAN L

Analisis Tambahan

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU



Descriptives

regulasiemosi	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
remajaawal	18	43,7778	2,77712	,65457	42,3967	45,1588	37,00	48,00
remajamadya	62	41,7581	5,08835	,64622	40,4659	43,0503	32,00	58,00
reanajaakhir	80	42,8625	5,60457	,62661	41,6153	44,1097	26,00	56,00
Total	160	42,5375	5,17985	,40949	41,7288	43,3462	26,00	58,00

Test of Homogeneity of Variances

regulasiemosi	F	df1	df2	Sig.
Levene Statistic	3,468	2	157	,034

ANOVA

regulasiemosi	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	73,805	2	36,903	1,382	,254
Within Groups	4191,970	157	26,700		
Total	4265,775	159			

Multiple Comparisons

Dependent Variable: regulasiemosi

Tukey HSD

(I) usia	(J) usia	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
remajaawal	remajamadya	2,01971	1,38348	,313	-1,2538	5,2932
	reanajaakhir	,91528	1,34800	,776	-2,2743	4,1049
remajamadya	remajaawal	-2,01971	1,38348	,313	-5,2932	1,2538
	reanajaakhir	-1,10444	,87430	,418	-3,1732	,9643
reanajaakhir	remajaawal	-,91528	1,34800	,776	-4,1049	2,2743
	remajamadya	1,10444	,87430	,418	-,9643	3,1732

Analisis perbedaan regulasi emosi antara remaja awal, remaja madya, dan remaja akhir.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan pendidikan yang wajar UIN Suska Riau.

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang. UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
SLTP	76	41,8947	4,32845	,49651	40,9056	42,8838	32,00	52,00
SLTA	84	43,1190	5,80902	,63382	41,8584	44,3797	26,00	58,00
Total	160	42,5375	5,17965	,40949	41,7288	43,3462	26,00	58,00

Test of Homogeneity of Variances

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
6,004	1	158	,015

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	59,808	1	59,808	2,247	,136
Within Groups	4205,967	158	26,620		
Total	4265,775	159			

Perbedaan regulasi emosi antara remaja tingkat SLTP dan SLTA

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
Perempuan	86	41,9419	5,32332	,57403	40,8005	43,0832	26,00	56,00
Laki-laki	74	43,2297	4,95334	,57581	42,0821	44,3773	32,00	58,00
Total	160	42,5375	5,17965	,40949	41,7288	43,3462	26,00	58,00

ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	65,971	1	65,971	2,482	,117
Within Groups	4199,804	158	26,581		
Total	4265,775	159			

Test of Homogeneity of Variances

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,344	1	158	,558

Perbedaan regulasi emosi antara Remaja Perempuan dan Laki-laki

1. Hak Cipta Ditanggung Undang-Undang.
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



BIODATA PENULIS

Ulfa Hafizhatunnisa, kelahiran Daik Lingga 24 Januari 1996 beralamat di Jalan Engku Aman Kelang Kabupaten Lingga Kepulauan Riau. Penulis adalah anak dari pasangan Bapak Muhammad Yusuf dan Ibu Julia. Serta anak pertama dari tiga bersaudara. Penulis menyelesaikan jenjang pendidikan dasar di SDN 001 Lingga pada tahun 2007. Berikutnya penulis menyelesaikan pendidikan tingkat Sekolah Menengah Pertama di MTs Aqidatunnajin dan menyelesaikan pendidikan pada tahun 2010. Penulis menyelesaikan pendidikan tingkat SLTA di MA YPKL Daik Lingga pada 2013. Kini penulis menyelesaikan tingkat Strata 1 (S1) di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada Fakultas Psikologi pada tahun 2021. Penulis juga melaksanakan Praktek Kerja Lapangan (PKL) di BTN Syari'ah Arifin Ahmad. Alhamulillah atas berkat dan ridho Allah SWT, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan judul "Hubungan Antara Intensitas Membaca Al-Qur'an dengan Regulasi Emosi pada Remaja" Dibawah bimbingan Ibu Indah Puji Ratnani S.Psi., MA dan resmi menjadi Sarjana Psikologi pada 17 Juni 2021