

## Abstrak

### **Euis Maimunatul Alawiyah : Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Pengungkapan Diri di Media Sosial pada Santri** (Penelitian di Pondok Pesantren Al-Muhajirin Kabupaten Bandung)

Penelitian ini dilatar belakangi banyaknya ungkapan masalah pribadi di media sosial yang seharusnya dilakukan hanya di depan orang yang kita percayai dapat membantu memberikan solusi masalah, bukan menjadi konsumsi publik. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana hubungan regulasi emosi dengan pengungkapan diri di media sosial pada santri pondok pesantren Al-Muhajirin. Dalam penelitian ini menggunakan teori regulasi emosi dari Thompson (1994), sedangkan untuk *self disclosure* menggunakan teori dari DeVito, (1989). Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif korelasi (*correlation research*) penelitian yang ditujukan untuk mengetahui hubungan suatu variabel dengan variabel-variabel lain. Subjek penelitian ini sebanyak 55 santri yaitu 25 santri laki-laki dan 30 santri perempuan di Pondok Pesantren Al-Muhajirin. Berdasarkan hasil analisis statistika dalam penelitian ini  $H_0$  ditolak dan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antar regulasi emosi dengan *self disclosure* pada santri pondok pesantren Al-Muhajirin. Dengan hasil 0,2401 atau sebesar 24,01%, *self disclosure* terjadi karena adanya regulasi emosi dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Dapat disimpulkan hubungan positif regulasi emosi dengan *self disclosure* di media sosial pada santri pondok pesantren Al-Muhajirin adalah ekspresi emosi sebagai salah satu bentuk regulasi emosi dalam hal ini yaitu pelepasan emosi negatif. Dengan adanya pengungkapan diri di media sosial ini membuat santri bisa beradaptasi dengan lingkungan sosial sehingga dialihkan ke dalam dunia media sosial

*Kata Kunci : Regulasi Emosi, Self Disclosure, Media Sosia, Santri dan Pesantren*