

PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP AGRESIVITAS PADA SUPORTER SEPAK BOLA DALAM KOMPETISI BRI LIGA 1

Aan Kusuma Wardani¹, Hamka², Alfiza Fakhriya Haq³

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia^{1,2,3}

Corresponding Author: 2111102433022@umkt.ac.id^{1*}, Ham807@umkt.ac.id², afh467@umkt.ac.id³

Info Artikel

Submitted: 25 Februari 2026

Revised : 10 Maret 2026

Accepted: 30 Maret 2026

Published: 09 April 2026

Keywords: Emotion Regulation, Aggressiveness, Football Supporters, BRI Liga 1

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Agresivitas, Suporter Sepak Bola, BRI Liga 1

Abstract

Aggression behavior among football supporters remains a recurring phenomenon in the BRI Liga 1 competition and poses challenges to safety and match atmosphere. One psychological factor assumed to play a role in reducing aggressive behavior is emotion regulation. This study aimed to examine the effect of emotion regulation on aggressiveness among football supporters in the BRI Liga 1 competition. This study employed a quantitative approach involving 400 football supporters selected through purposive sampling. Data were collected using the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) to measure emotion regulation and the Buss & Perry Aggression Questionnaire (BPAQ) to measure aggressiveness. Data analysis was conducted using simple linear regression. Simple linear regression analysis shows that emotional regulation has a significant effect on aggressiveness in football supporters ($F = 24,455$; $p < 0,000$), with an R^2 value of 0,058 indicating that emotional regulation contributes 5,8% while the other 94,2% is influenced by other factors. These findings suggest that higher levels of emotion regulation are associated with lower levels of aggressive behavior. This study highlights the importance of emotion regulation as a psychological factor in reducing aggressiveness and promoting a safer and more conducive football match atmosphere.

Abstrak

Agresivitas suporter sepak bola masih menjadi fenomena yang sering terjadi dalam kompetisi BRI Liga 1 dan berdampak pada keamanan serta kenyamanan lingkungan pertandingan. Salah satu faktor psikologis yang diduga berperan dalam menekan perilaku agresif adalah regulasi emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi emosi terhadap agresivitas pada suporter sepak bola dalam kompetisi BRI Liga 1. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan subyek sebanyak 400 suporter sepak bola yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian yang digunakan adalah Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) untuk mengukur regulasi emosi dan Buss & Perry Aggression Questionnaire (BPAQ) untuk mengukur agresivitas. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linier sederhana. Analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa regulasi emosi berpengaruh signifikan terhadap agresivitas pada suporter sepak bola ($F = 24,455$; $p < 0,000$), dengan nilai R^2 sebesar 0,058 mengindikasikan bahwa regulasi emosi memberikan kontribusi sebesar 5,8% sementara 94,2% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin baik regulasi emosi, maka semakin rendah tingkat agresivitas yang ditunjukkan oleh suporter. Penelitian ini menegaskan pentingnya regulasi emosi sebagai faktor psikologis dalam upaya menekan perilaku agresif dan menciptakan atmosfer pertandingan yang lebih aman dan kondusif.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Pendahuluan

Olahraga sepak bola menjadi salah satu ajang olahraga yang populer di dunia yang memiliki pengaruh besar terhadap emosi dan perilaku masyarakat, khususnya para penggemar sepak bola (Wann & James, 2019). Menurut Bola.com, kompetisi BRI Liga 1 merupakan ajang sepak bola profesional di Indonesia yang menarik antusias penonton dalam jumlah besar. Menurut Survei Nielsen (2022), sekitar 69% dari populasi Indonesia tertarik pada sepak bola, di Asia Tenggara negara Indonesia menjadi salah satu negara dengan jumlah penggemar sepak bola tertinggi. Dalam sebuah kompetisi pertandingan sepak bola, suporter memiliki peran krusial dalam memberi dukungan kepada tim kesayangan mereka. Namun, fenomena agresivitas di dunia suporter sepak bola masih menjadi isu yang mengkhawatirkan.

Di balik kegembiraan dan semangat yang ditimbulkan, fenomena agresivitas dikalangan suporter sering kali muncul. Agresivitas muncul dalam berbagai bentuk seperti, ejekan, tindakan provokatif, perkelahian, hingga kerusuhan yang menyebabkan kerugian materi dan korban jiwa (Hogg & Vaughan, 2018). Fenomena ini bukanlah hal baru sejak tahun 1990, Indonesia telah mengalami berbagai insiden kekerasan suporter sepak bola, seperti tragedi kanjuruhan pada Oktober 2022 terjadi bentrokan suporter dan kepolisian (Komnas Ham, 2023). Selain itu, survei dari Asosiasi Suporter Sepak Bola Indonesia (ASSI) pada tahun 2021 mengungkapkan sekitar 70% suporter sepak bola pernah terlibat atau menyaksikan perilaku agresif, seperti perkelahian antar kelompok atau vandalisme (ASSI, 2021).

Menurut Arnold Buss dan Mark Perry (1992), agresivitas dapat dimaknai sebagai kecenderungan individu untuk merespon suatu situasi dengan perilaku yang berpotensi membahayakan atau merugikan orang lain, baik melalui tindakan fisik, ucapan, maupun reaksi emosional. Sebagai kompetisi liga tertinggi di Indonesia, kompetisi BRI Liga 1 tidak hanya menjadi tempat pertandingan antar klub, tetapi juga menjadi tempat dimana emosi para suporter sangat terlihat. Tidak jarang, pertandingan sepak bola diwarnai oleh perilaku agresi, baik verbal maupun fisik dari suporter terhadap suporter lawan, pemain, atau bahkan wasit. Agresivitas dapat muncul akibat kekecewaan terhadap hasil pertandingan, provokasi dari suporter lawan, atau bentuk solidaritas kelompok yang salah arah.

Berdasarkan hasil wawancara dengan narasumber, ditemukan adanya perbedaan cara individu dalam mengekspresikan emosi ketika menghadapi hasil pertandingan. Narasumber R (25 tahun)

***PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP AGRESIVITAS PADA SUPORTER SEPAK BOLA
DALAM KOMPETISI BRI LIGA 1***

Aan Kusuma Wardani¹, Hamka², Alfiza Fakhriya Haq³

menjelaskan jika saat tim kesayangannya mengalami kekalahan, R sering mengumpat atau mengucapkan kata-kata kasar sebagai bentuk kekecewaan dan luapan emosional. Perilaku tersebut menunjukkan adanya ekspresi emosi negatif yang diekspresikan secara verbal sebagai bentuk pelampiasan. Sedangkan narasumber kedua, A (24 tahun) menjelaskan jika A merasa senang saat tim kesayangannya menang dan saat tim kesayangannya kalah A akan bersikap biasa saja dan mengatakan jika setiap pertandingan pasti ada menang dan kalahnya.

Regulasi emosi menjadi salah satu penerapan psikologis yang berpengaruh terhadap perilaku agresif. Pengelolaan emosi yang efektif dipandang sebagai solusi penting untuk menekan perilaku agresivitas. Regulasi emosi di definisikan sebagai kemampuan individu untuk mengelola emosi agar dapat merespon situasi dengan lebih adaptif (Gross, 2019). Regulasi emosi dipengaruhi oleh adanya konteks sosial dan budaya, keterikatan sosial, dan pengalaman pribadi. Suporter dengan regulasi emosi yang baik biasanya mampu mengontrol diri saat menghadapi emosi negatif, seperti kemarahan atau kekecewaan, sehingga mereka tidak langsung mengekspresikan emosi dalam bentuk perilaku agresif.

Pada suporter sepak bola, terutama pada kompetisi BRI Liga 1, situasi pertandingan kerap memunculkan tekanan emosional yang tinggi akibat euforia yang berlebihan, harapan besar terhadap kemenangan tim, serta keterikatan emosional dengan klub yang didukung. Kemampuan untuk mengenali dan menggambarkan emosi internal pada individu dianggap penting karena menyediakan akses informasi yang terdapat dalam emosi (Greenberg, 2007). Secara praktis, regulasi emosi melibatkan kemampuan individu dalam mengidentifikasi, memahami, dan mengendalikan reaksi emosional terhadap situasi tertentu (Anggraeny & Ardani, 2022).

Beberapa penelitian terdahulu seperti penelitian oleh Murti (2021) menunjukkan jika terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kematangan emosi dan perilaku agresif, dimana semakin tinggi tingkat kematangan emosi, semakin rendah tingkat agresivitas yang ditunjukkan oleh suporter. Penelitian oleh Sari (2019) pada suporter liga 1 menemukan bahwa 60% agresivitas dipengaruhi oleh regulasi emosi, dengan intervensi seperti pelatihan mindfulness dapat mengurangi insiden sebesar 30%.

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan kontribusi berupa data empiris baru yang menunjukkan bahwa regulasi emosi berperan penting dalam menekan perilaku agresif suporter sepak bola dan mendukung upaya terciptanya atmosfer dukungan positif dan kondusif di lingkungan suporter sepak bola.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan tujuan untuk menguji pengaruh regulasi emosi terhadap agresivitas pada suporter sepak bola dalam kompetisi BRI Liga 1. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh suporter sepak bola di Indonesia yang termasuk dalam kategori populasi tak terbatas. Sampel penelitian ini diambil menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria tertentu, yaitu suporter yang tergabung dalam komunitas resmi, baik yang menonton langsung di stadion maupun secara daring serta terdiri dari laki-laki dan perempuan. Jumlah sampel yang digunakan mengacu pada tabel Isaac dan Michael, dengan minimal 380 responden.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan dua instrumen penelitian, yaitu Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) untuk mengukur regulasi emosi dan Buss & Perry Aggression Questionnaire (BPAQ). Skala ERQ terdiri dari dua aspek utama, yaitu cognitive reappraisal dan expressive suppression. Sedangkan skala BPAQ mencakup empat dimensi, yaitu agresi fisik, agresi verbal, kemarahan, dan permusuhan.

Sebelum digunakan, instrumen penelitian telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dengan kriteria koefisien $\geq 0,30$ dan signifikansi $< 0,05$. Hasil uji menunjukkan bahwa seluruh item dinyatakan valid. Uji reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* menunjukkan bahwa skala regulasi emosi memiliki nilai 0,808 dan skala agresivitas sebesar 0,945 sehingga keduanya dinyatakan reliabel.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan regresi linier sederhana untuk menguji hubungan dan pengaruh antara variabel regulasi emosi terhadap agresivitas.

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan persiapan yang berkaitan dengan penelitian. Peneliti menyiapkan 2 skala (alat ukur), yaitu skala *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) yang terdiri dari 10 aitem dan skala *Buss & Perry Aggression Questionnaire* (BPAQ) yang terdiri dari 29 aitem. Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan try out sebanyak 40 responden untuk mendapat uji validitas pada aitem. Berdasarkan hasil try out, hasil menunjukkan aitem pada skala *Emotion Regulation Questionnaire* dan *Buss & Perry Aggression Questionnaire* terindikasi valid dan tidak ada aitem yang gugur. Setelah itu peneliti melakukan penyebaran data pada seluruh suporter sepak bola yang peneliti temui secara langsung maupun secara online melalui sosial media dalam bentuk *Google Form*.

Penelitian dilaksanakan sejak tanggal 12 Mei 2025 hingga responden terpenuhi pada tanggal 30 Juni 2025. Skala penelitian ini menggunakan skala *Emotion Regulation Questionnaire* yang dikembangkan oleh Gross dan John (2003) dan skala *Buss Perry Aggression Questionnaire* yang dikembangkan oleh Buss & Perry (1992). Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* untuk memastikan bahwa responden yang terlibat memiliki relevansi langsung dengan topik penelitian.

Hasil Analisis Data

Sebelum melakukan analisis data, peneliti melakukan uji validitas dan reliabilitas. Tujuan dari uji validitas adalah untuk memastikan bahwa indikator atau alat ukur yang digunakan mampu mengukur variabel secara akurat.

Tabel 1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

No.	Variabel	Nilai Reliabilitas	Range Data Valid
1	Regulasi emosi	0,808	0,363 – 0,603
2	Agresivitas	0,945	0,351 – 0,821

Berdasarkan tabel 4 di atas, pada nilai variabel regulasi emosi didapatkan dari rentang 0,363 sampai hingga 0,603 dan nilai variabel agresivitas dari rentang 0,351- 0,821 menunjukkan bahwa semua indikator memiliki nilai lebih dari 0,30 sehingga instrumen dianggap valid. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai cornbach's alpha sebesar 0,808 yang bernilai > 0,70 pada variabel regulasi emosi. Selain itu, nilai cornbach's alpha pada agresivitas sebesar 0,945 yang bernilai > 0,70. Sehingga kedua variabel ini dinyatakan memiliki nilai reliabel yang sangat tinggi.

Aspek	kategorisasi	N	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	256	64%
	Perempuan	144	36%
total		400	100%
Suporter	Persebaya Surabaya	38	9,50%
	Persib Bandung	58	14,50%
	PSIS Semarang	5	1,80%
	Arema FC	32	8%
	Bali United	27	10%

**PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP AGRESIVITAS PADA SUPORTER SEPAK BOLA
DALAM KOMPETISI BRI LIGA 1**

Aan Kusuma Wardani¹, Hamka², Alfiza Fakhriya Haq³

Persik Kediri	14	5,20%
Borneo FC	23	8,50%
PSS Sleman	22	8,10%
Madura United	43	15,90%
PSBS Biak	2	0,70%
Persita Tangerang	3	1,10%
Dewa United	18	6,60%
PSM Makassar	14	5,20%
Barito Putera	8	2,90%
Persija Jakarta	93	34,50%
Total	400	100%

Tabel 2. Karakteristik demografis responden

Berdasarkan tabel demografi terdata responden sebanyak 400 subjek. Dari jenis kelamin sebanyak 256 responden (64%) merupakan laki-laki dan 144 responden (36%) merupakan perempuan.

Pada aspek suporter terdata suporter PSBS Biak menjadi kategori responden terendah sebanyak 2 (0,7%) dan suporter dari Persija Jakarta menjadi kategori responden tertinggi sebanyak 93 (24,5%) suporter.

Selanjutnya dilakukan uji asumsi dengan menggunakan uji normalitas, yang bertujuan untuk menganalisis beberapa asumsi dari persamaan regresi yang dihasilkan valid untuk memprediksi.

Tabel 3. Uji Normalitas

Variabel	Nilai Absolute	Keterangan
Regulasi Emosi	0,101	Normal
Agresivitas		

Hasil uji normalitas pada variabel Regulasi Emosi dan Agresivitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000. Meskipun nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, pengambilan keputusan uji normalitas dalam penelitian ini juga didasarkan pada nilai Absolute sebesar 0,101 yang masih berada di bawah batas toleransi 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data pada kedua variabel tersebut berdistribusi normal, sehingga memenuhi asumsi normalitas dalam analisis regresi.

Tabel 4. Uji Linearitas

Variabel	Sig. Deviation From Linearity	Keterangan
Regulasi Emosi Agresivitas	0,21	linear

Selanjutnya hasil uji linearitas menunjukkan adanya hubungan antara regulasi emosi terhadap agresivitas yang signifikansi dari garis linear dengan nilai signifikansi Linearity sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai deviation from linearity sebesar 0,210. Berdasarkan data tersebut hubungan antara regulasi emosi terhadap agresivitas dapat dinyatakan linear. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan analisis regresi linear sederhana.

Tabel 5. Uji koefisien determinasi

Uji Koefisien Determinasi	
Nilai R Square	0,058

Berdasarkan Model Summary, diperoleh R sebesar 0,241 dan nilai R Square sebesar 0,058. Hal ini menunjukkan bahwa regulasi emosi memberikan kontribusi sebesar 5,8 % terhadap agresivitas, yang artinya regulasi emosi bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi agresivitas suporter.

Berdasarkan output tabel ANOVA, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000, karena nilai tersebut berada dibawah batas signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa model regresi signifikansi secara statistik.

Table 10. ANOVA

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	4113,874	1	4113,874	24,455	0,000
Residual	66951,876	398	168,221		
Total	71065,75	399			

Berdasarkan uji nilai F, diperoleh nilai F hitung sebesar 24,455 dengan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan dalam penelitian ini signifikan secara statistik. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka variabel regulasi emosi secara simultan berpengaruh terhadap agresivitas dan layak untuk diteliti lebih lanjut.

Tabel 11. Uji Nilai t

Model	Unstandardized		Standardized	t	Sig.
	Coefficients				
	B	Std. Error			
Konstanta	105,96	5,054		20,967	0,000
Regulasi Emosi	-0,824	0,167	-0,241	-4,945	0,000

Hasil uji t menunjukkan bahwa nilai konstanta (a) sebesar 105,960 dengan nilai t hitung sebesar 20,967 dan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa konstanta dalam model regresi bersifat signifikan. Selanjutnya variabel regulasi emosi memiliki nilai koefisien regresi sebesar -0,824 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti ketika regulasi emosi bernilai nol, maka agresivitas berada pada nilai 105,960. Koefisien regresi yang bernilai negatif menjelaskan adanya hubungan negatif antara regulasi emosi dan agresivitas, di mana peningkatan regulasi emosi diikuti turunnya tingkat agresivitas. Selain itu, nilai *Standardized Coefficients (Beta)* sebesar -0,241 menunjukkan arah hubungan negatif antara kedua variabel dalam model regresi. Maka dari itu, persamaan regresi linear yang terbentuk dalam model ini adalah $Y = 105,960 - 0,824X$.

Pembahasan

Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui adanya pengaruh regulasi emosi terhadap agresivitas pada suporter sepak bola dalam kompetisi BRI Liga 1. Penelitian ini melibatkan 400 suporter sepak bola. Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan nilai signifikan sebesar $F_{hitung} = 24,455$ dengan nilai sig. 0,000 ($p < 0,05$), yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara regulasi emosi dan agresivitas.

Selanjutnya hasil data yang di dapatkan menunjukkan pengaruh ke arah negatif ($b = -0,824$) menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan regulasi emosi pada suporter diikuti oleh penurunan tingkat agresivitas. Selanjutnya, nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,058 menunjukkan bahwa regulasi emosi memberikan kontribusi sebesar 5,8% terhadap agresivitas, yang artinya regulasi emosi bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi agresivitas, 94,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang diantaranya adalah lingkungan sosial, tekanan sosial, fanatisme dan situasi yang memicu respon emosional. Hal ini sejalan dengan pandangan psikologi yang menyatakan bahwa perilaku individu merupakan hasil interaksi antara faktor internal dan eksternal (Bandura, 1986).

**PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP AGRESIVITAS PADA SUPORTER SEPAK BOLA
DALAM KOMPETISI BRI LIGA 1**

Aan Kusuma Wardani¹, Hamka², Alfiza Fakhriya Haq³

Berdasarkan hasil analisis data, penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki pengaruh terhadap agresivitas pada suporter sepak bola dalam kompetisi BRI Liga 1. Penelitian ini mengindikasikan bahwa kemampuan individu dalam mengelola emosi berperan penting dalam menentukan bagaimana suporter mengekspresikan reaksi emosionalnya selama dan setelah pertandingan.

Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, yang dimana menunjukkan bahwa kontribusi regulasi emosi memberikan kontribusi parsial sebesar 28,3% terhadap agresivitas (Ulhaq, 2024). Ulfa & Mujidin (2022) dalam penelitiannya juga menemukan bahwa regulasi emosi memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan agresivitas, artinya lebih buruk regulasi emosi berkaitan dengan tingginya tingkat agresivitas. Meskipun kontribusi tersebut tergolong rendah, namun hasil ini tetap memiliki arti penting secara psikologis.

Mayoritas penelitian ini berjenis kelamin laki-laki sebanyak 64% dari total 400 responden. Dalam cuitan Ohio State News, fenomena preferensi olahraga di Amerika Serikat ditemukan bahwa laki-laki secara signifikan lebih banyak menyebut sepak bola sebagai favorit laki-laki dibandingkan perempuan. Hal ini menunjukkan bahwa identifikasi terhadap sepak bola sebagai aktivitas suporter masih lebih tinggi di kalangan laki-laki. Sedangkan pada jenis kelamin perempuan sebanyak 36% dari total responden. Pada data global juga menunjukkan bahwa hanya sekitar 42% dari basis suporter adalah perempuan sedangkan sekitar 58% adalah laki-laki, menandakan dominasi laki-laki dalam fandom sepak bola secara global.

Mayoritas suporter pada penelitian ini adalah suporter Persija Jakarta 34,5% dari total 400 responden. Pada cuitan Bola.com selama beberapa kali pertandingan di BRI Liga 1, Persija Jakarta tercatat sebagai suporter terbanyak dibandingkan club lain. Hal ini dikarenakan Persija Jakarta dikenal memiliki basis suporter yang sangat besar dan fanatik. Secara psikologis, dominasi jumlah suporter Persija Jakarta dapat dijelaskan melalui Teori Identitas Sosial. Identifikasi ini menimbulkan rasa memiliki (*sense of belonging*) dalam kebanggaan kolektif, yang memperkuat keterikatan emosional terhadap klub. (Wan et al., 2020).

Sebaliknya, rendahnya jumlah suporter PSBS Biak secara psikologis dapat dikaitkan dengan tingkat identifikasi sosial, PSBS Biak merupakan klub pendatang BRI Liga 1 dan memiliki basis suporter yang lebih kecil. Dalam cuitan Detiksport, Keberhasilan PSBS Biak dalam promosi baru terjadi setelah perjuangan panjang di Liga 2, sehingga fanatik belum terbentuk sebesar klub yang sudah puluhan tahun berada di level atas.

Beberapa kasus keributan antarsuporter dan konflik di dalam stadion menunjukkan bahwa

***PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP AGRESIVITAS PADA SUPORTER SEPAK BOLA
DALAM KOMPETISI BRI LIGA 1***

Aan Kusuma Wardani¹, Hamka², Alfiza Fakhriya Haq³

emosi yang muncul selama pertandingan sering kali tidak terkelola secara adaptif. Menurut kutipan Detiksport, pada pertandingan Persija Jakarta melawan Persib Bandung pada tahun 2023 memperlihatkan kekecewaan terhadap situasi pertandingan memicu emosi negatif yang kemudian diekspresikan melalui perilaku agresif seperti bentrokan fisik. Situasi tersebut mencerminkan kegagalan individu dalam meregulasi emosi negatif sehingga dorongan impulsif lebih dominan dibandingkan kontrol diri (Gross, 2022).

Pada cuitan IDN Times Lampung, suporter klub Badak Lampung FC mampu menyampaikan aspirasi atau dukungan terhadap tim dengan cara tertib dan terkendali, tanpa memicu keributan di dalam stadion meskipun melawan tim besar. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi dan saling berkoordinasi dapat mengarahkan ekspresi suporter pada perilaku suportif yang positif.

Dengan demikian, regulasi emosi memiliki peran yang signifikan dalam memengaruhi tingkat agresivitas pada suporter sepak bola. Situasi pertandingan sarat tekanan emosional seperti kekalahan, provokasi antar suporter, fanatik berpotensi memicu perilaku agresif. Namun, kemampuan suporter dalam meregulasi emosi terbukti berfungsi sebagai mekanisme kontrol diri yang membantu individu merespon situasi secara adaptif. Penelitian ini sejalan dengan Emotion Regulation Theory yang menyatakan pengelolaan emosi yang efektif dapat mencegah emosi negatif berkembang menjadi perilaku agresif (Gross, 1998).

Dapat disimpulkan bahwa karakteristik responden juga berperan penting dalam memaknai hasil penelitian. Perbedaan usia, latar belakang, serta tingkat keterlibatan subjek dalam konteks penelitian dapat memengaruhi cara individu memersepsi dan merespon situasi yang berkaitan variabel penelitian. Dalam penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan dalam mendefinisikan hasilnya. Pertama, desain penelitian bersifat potong lintang yang artinya penelitian ini hanya dilakukan pada satu waktu sehingga belum mampu menjelaskan sebab-akibat secara mendalam. Kedua, penelitian dilakukan secara online melalui media sosial dengan menyebarkan forum google form, sehingga penggunaan kuesioner memungkinkan adanya bias subjektif, dimana responden cenderung memberikan jawaban yang dianggap lebih dapat diterima secara sosial, terutama perilaku agresif.

Oleh karena itu, penelitian ini perlu dipahami secara kontekstual dengan mempertimbangkan karakteristik responden yang ada dan keterbatasan-keterbatasan ini perlu dipertimbangkan sebagai bahan refleksi untuk penelitian selanjutnya.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki peran penting sebagai aspek psikologis dalam menjelaskan kecenderungan agresivitas pada suporter sepak bola. Kemampuan individu untuk memahami dan mengendalikan emosi berfungsi sebagai bentuk kontrol diri ketika berada dalam situasi pertandingan yang penuh tekanan emosional. Regulasi emosi yang diterapkan secara efektif membantu suporter menyikapi hasil pertandingan, baik kemenangan maupun kekalahan dengan cara yang lebih rasional dan adaptif, sehingga kecenderungan munculnya perilaku agresif dapat diminimalkan.

Temuan dalam penelitian ini memberikan implikasi praktis, hasil penelitian ini dapat dijadikan landasan bagi pengelola kompetisi, klub, komunitas suporter dalam merancang program edukatif yang menekankan penguatan pengelolaan emosi dan nilai suportivitas.

Pada penelitian ini, suporter sepak bola dalam kompetisi BRI Liga 1 diharapkan mampu meningkatkan kemampuan regulasi emosi, khususnya dalam mengelola emosi negatif yang muncul selama pertandingan, sehingga kecenderungan perilaku agresif dapat diminimalkan. Selain itu, suporter disarankan mengekspresikan dukungan maupun kekecewaan terhadap tim yang didukung secara suportif.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, C.A., & Bushman, B.J. (2002). *Human Aggression*. Annual Review of Psychology, 53(1), 27-51.
- Bryant, F. B., & Smith, B. D. (2001). Refining the Architecture of Aggression: A Measurement Model for the Buss-Perry Aggression Questionnaire. *Journal of Research in Personality*, 35(2): 138-167. DOI: 10.1006/jrpe.2000.2302
- Gross, J. J. (2019). Emotion Regulation: Conceptual Foundations and Applications. *Annual Review of Psychology*, 70. 687-713
- Hogg, M. A., & Vaughan, G. M (2018). *Social Psychology* (8th ed.). Pearson.
- Mulyadi, R. (2015). *Pengaruh Emosi terhadap Agresivitas pada Penggemar Sepak Bola*. *Jurnal Psikologi Sosial Indonesia*, 12(3), 143-159.
- Robertson, T., Daffern, M., & Bucks, R. S. (2012). Emotion regulation and aggression. *Aggression and Violent Behavior*, 17(1), 72-82.
- Sari, D. P. (2019). Regulasi Emosi dan Agresivitas Pada Suporter Sepak Bola. *Jurnal Psikologi Olahraga Indonesia*, 5(2), 45-58.

**PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP AGRESIVITAS PADA SUPORTER SEPAK BOLA
DALAM KOMPETISI BRI LIGA 1**

*Aan Kusuma Wardani*¹, *Hamka*², *Alfiza Fakhriya Haq*³

- The Gemba Group. (2020). *Closing the sports fan gender gap: Global insights on sports fandom*.
- Ulhaq, M.Z. (2024). *Hubungan regulasi emosi dan fanatisme dengan agresivitas pada suporter sepak bola*. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Ulfa, D., Mujidin, M., & Diponegoro, A. (2022). *Football fan aggression: The role of democratic parenting and regulation*. *Jurnal Psikologi Talenta*, 8(1), 59-60
- Wann, D. L., & James, J. D. (2019). Sports Fans: The Psychology and Social Impact of Fandom. *Sport and Society*, 12(1), 33-47.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Sugiyono. (2017). *Statistik untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Wibowo, H. (2021). BRI pastikan jadi title sponsor Liga 1. *Bola.com*.
<https://www.bola.com/indonesia/read/bri-pastikan-jadi-title-sponsor-liga-1/>
- WowShack.com (2017). Which Football Clubs Have The Most Indonesian Supporters?. By WowShack Team. <https://www.wowshack.com/football-clubs-indonesia-support/>
- Data Indonesia.id. (2022). Indonesia Masuk Daftar Negara Paling Tertarik Sepak Bola di Asia.
<https://dataindonesia.id/olahraga/detail/indonesia-masuk-daftar-negara-paling-tertarik-sepak-bola-di-asia>
- Komnas HAM (Komisi Nasional Hak Asasi Manusia). (2023). *Laporan Investigasi Tragedi Kanjuruhan*. Jakarta: Komnas HAM