

**REGULASI EMOSI DAN *HAPPINESS* PADA SISWA KELAS X  
PROGRAM REGULER DAN AKSELERASI SMA NEGERI 3 MALANG**

**SKRIPSI**

Oleh :

**VIERDHA NAHDIATY ZURAIIDHA**

**NIM : 08410015**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2012**

**REGULASI EMOSI DAN *HAPPINESS* PADA SISWA KELAS X  
PROGRAM REGULER DAN AKSELERASI  
SMA NEGERI 3 MALANG**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang  
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)**

**Oleh :**

**VIERDHA NAHDIATY ZURAIIDHA**

**NIM: 08410015**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2012**

**REGULASI EMOSI DAN *HAPPINESS* PADA SISWA KELAS X  
PROGRAM REGULER DAN AKSELERASI  
SMA NEGERI 3 MALANG**

**SKRIPSI**

Oleh:

**VIERDHA NAHDIATY ZURAIIDHA**

**NIM : 08410015**

Telah Disetujui oleh :

Dosen Pembimbing

**Ali Ridho, M.Si**

**NIP. 19780429 200604 1 001**

Malang, 30 Juni 2012

Mengetahui  
Dekan

**Prof.Dr.H.Mulyadi,M.Pd.I**

**NIP. 19550717 198203 1005**

**REGULASI EMOSI DAN *HAPPINESS* PADA SISWA KELAS X  
PROGRAM REGULER DAN AKSELERASI  
SMA NEGERI 3 MALANG**

**SKRIPSI**

Oleh :  
**VIERDHA NAHDIATY ZURAIIDHA**  
NIM : 08410015

**Telah Dipertahankan DiDepan Dewan Penguji  
Dan Dinyatakan Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)**

**Tanggal 16 Juli 2012**

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

**TANDA TANGAN**

1. **Drs. Zainul Arifin, M.Ag** (Ketua / Penguji)  
NIP. 19650606 199403 1 003
2. **Ali Ridho, M.Si** (Sekretaris / Pembimbing)  
NIP. 19780429 200604 1 001
3. **Drs. H. Yahya, M.A** (Penguji Utama)  
NIP. 19660518 199103 1 004

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Mengesahkan  
Dekan Fakultas Psikologi**

**Prof.Dr.H.Mulyadi,M.Pd.I**  
NIP. 19550717 198203 1005

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Vierdha Nahdiaty Zuraidha  
NIM : 08410015  
Fakultas/ Jurusan : Psikologi  
Judul Skripsi : Regulasi Emosi Dan *Happiness* Pada Kelas X Program  
Reguler Dan Akselerasi SMA Negeri 3 Malang

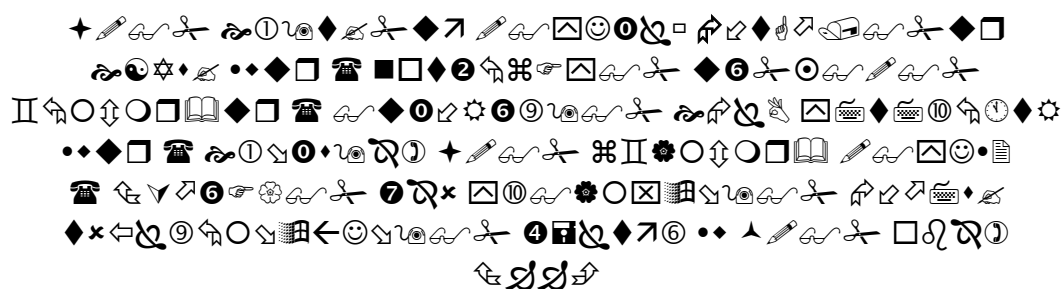
Menyatakan bahwa skripsi tersebut adalah karya saya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar- benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Malang, 5 Juli 2012

Vierdha Nahdiaty Zuraidha  
NIM. 08410015

## Motto



Dan carilah pada apa yang Telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah Telah berbuat baik, kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan. (Q.S Al- Qashash : 77)

## **Kupersembahkan Untukmu,**

Papaku Drs. Noorhudha Muchsin, MM dan Mamaku Dewi Soraya S.Pd,  
Abangku tercinta Rizaldy Irfan Nuzwary, S.S serta adikku Azka Fardany Ibady.

Terima kasih atas doanya.

Ahmad Afifuddin Zakki. Kamu adalah inti dari semua dan Skripsi ini untukmu.

Terima Kasih selalu mendukung, mendampingi dan mendengarkan keluh  
kesahku. Terima kasih, karena mewarnai hari- hari ku.

Choirun Nisa, Artika Vidya dan Agung. Tak terasa sudah 4 tahun kita lalui  
persahabatan ini. Choirun Nisa, terima kasih..... kamu selalu menemaniku saat  
kuliah. Kenangan itu tak terlupakan. Vierdha tetaplah Cintamu..... dan  
selamanya kalian adalah Cinta- cinta ku.

Rizza Amalia., Hunaini., Yulia., Ningrum.,Ratih Indah.. kalian selalu  
menyemangati dalam pembuatan skripsi ini. Doa kalian, senyum, tawa dan  
keterbukaan kita saat bersama membuat kita menjadi satu dan menjadi saudara.

Selamanya saudara...

Dosen Pembimbingku Ali Ridho, M.Si terima kasih pak, sudah meluangkan  
waktunya, selalu menuntun Vierdha dan mengarahkan dengan sabar. Para  
Dosen dan Staf Psikologi, Bu.Elok, Bu.Yulia, Pak.Lubab, Pak.Amiq, Pak Zainul,  
Mas Seno dan Mas Hanif beribu kataku ucapkan rasa syukur dan terima kasih  
selama saya studi di UIN Maliki Malang membantu saya dalam proses  
mengerjakan skripsi ini dan sampai akhirnya dapat menyelesaikan dengan baik.

Pihak Guru, Para Staf dan Team BK SMAN 3 Malang, Bu. Umi, Pak. Majid,  
Bu.Nur, Pak. Slamet dan Mbak. Erdyna terima kasih sudah diizinkan penelitian  
disana, dibantu dan dibimbing. Semoga tali silaturrahi kita tidak akan pernah  
putus. Tak lupa semua muridku reguler dan akselerasi kelas X SMAN 3 Malang,  
kalian the best!!! Finaly, teman- temanku Psikologi 2008 semua tanpa terkecuali

Terima kasih sedalam- dalamnya hari- hari indah semasa kuliah dapat kalian  
warnai. kegembiraan dan kesedihan adalah masa pendewasaan kita untuk dapat  
menghadapi dan menyelesaikan masalah dalam kehidupan. Semoga tali  
silaturrahi ini selalu erat dan tetap kompak.

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah ke hadirat Allah SWT, berkat rahmat dan hidayahNya penulis mampu menyelesaikan Skripsi sebagai tugas akhir dari Program Strata Satu yang berjudul “REGULASI EMOSI DAN *HAPPINESS* PADA SISWA KELAS X PROGRAM REGULER DAN AKSELERASI SMA NEGERI 3 MALANG”. Dalam kaitan ini, tujuan penulisan adalah untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi.

Selanjutnya, penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang sebesar- besarnya kepada :

- Prof. Dr. H. Imam Suprayogo selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, yang telah memberikan fasilitas dan layanan pendidikan untuk kelancaran selama menempuh studi pada Program Strata Satu ini.

- Dr. H. Mulyadi, M.Pd. I selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Dr. Rahmat Aziz, M.Si selaku Pembantu Dekan Bidang Akademik Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang & Hilmy,SH. Selaku Petugas BAK Fakultas Psikologi, yang telah memberikan fasilitas dan kesempatan untuk mengikuti pendidikan, kelancaran semua proses administrasi akademik selama menempuh studi pada Program Strata Satu ini.

- Ali Ridho, M.Si selaku Dosen Pembimbing yang penuh ketulusan dan kesabaran, memberikan semangat, dorongan moril, bimbingan pengarahan, koreksi, masukan dan sebagainya.

- Drs. H. Moh. Sulthon, M.Pd selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 3 Malang yang telah memberikan izin dalam penelitian ini, memberi kesempatan dan menerima dengan baik di lingkungan sekolah.

- Umi Patria, S.Pd, Drs. Abdul Madjid, M.A, Drs. Slamet Hariadi, Drs. Hj. Nur Mukaromah dan Erdyna Nuraini, S.Pd selaku Guru BK SMA Negeri 3 Malang, yang telah memberikan banyak sekali bantuan berupa informasi dan data- data yang berkaitan dengan penelitian ini.

Penulis sangat menyadari bahwa dalam penulisan Skripsi ini masih ada hal- hal yang perlu disempurnakan lagi, oleh karena itu kritik dan saran sangat diharapkan.

Akhirnya, penulis berharap Skripsi ini dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan pada umumnya dan khususnya dibidang Psikologi.

Malang, 30 Juni 2012

Penulis



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	iv
<b>MOTTO</b> .....	v
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	vi
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiv
<b>ABSTRAK</b> .....	xv

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	13
C. Tujuan Penelitian .....	14
D. Manfaat Penelitian .....	14

### **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

A. Regulasi Emosi	
1. Pengertian Emosi .....	16

2. Karakteristik Perkembangan Emosi .....	17
3. Pengertian Regulasi Emosi .....	20
4. Aspek Regulasi Emosi .....	24
<i>B. Happiness</i>	
1. Pengertian <i>Happiness</i> .....	26
2. Aspek <i>Happiness</i> .....	30
3. Faktor yang mempengaruhi <i>Happiness</i> .....	31
4. Unsur- unsur <i>Happiness</i> .....	34
<i>C. Pandangan Islam</i>	
1. Regulasi Emosi .....	35
2. <i>Happiness</i> .....	42
<i>D. Program Reguler</i>	
1. Pengertian Program Reguler .....	49
2. Tujuan Program Reguler .....	50
3. Karakteristik Program Reguler .....	51
<i>E. Program Akselerasi</i>	
1. Pengertian Program Akselerasi .....	52
2. Pelaksanaan Program Akselerasi di Indonesia .....	54
3. Manfaat Program Akselerasi .....	56
4. Tujuan Program Akselerasi .....	58
5. Kelebihan Program Akselerasi .....	59
6. Kelemahan Program Akselerasi .....	60

F. Regulasi Emosi dan <i>Happiness</i> pada siswa kelas X program Reguler dan Akselerasi SMA Negeri 3 Malang .....	63
G. Hipotesis Penelitian .....	66

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	67
B. Variabel Penelitian	
1. Identifikasi Variabel .....	68
2. Definisi Operasional .....	69
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling	
1. Populasi Penelitian .....	71
2. Sampel dan Teknik Penelitian .....	72
D. Pengumpulan Data	
1. Skala Pengukuran .....	73
2. Wawancara .....	77
3. Dokumentasi .....	78
E. Uji Coba Alat Ukur .....	78
F. Metode Analisa Alat Ukur	
1. Validitas dan Reliabilitas .....	79
2. Hasil Uji Coba .....	81
G. Teknik Analisis Data	
1. Uji Normalitas .....	85
2. Uji Homogenitas .....	85

3. Uji- t ( <i>independent sample t- test</i> ) .....	86
4. <i>Korelasi Product Moment</i> .....	87

#### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Lokasi Penelitian .....	88
B. Paparan Hasil Penelitian	
1. Tingkat Regulasi Emosi dan <i>Happiness</i> .....	97
2. Hasil Normalitas .....	103
3. Pengujian Hipotesis .....	106
C. Pembahasan	
1. Tingkat Regulasi Emosi pada program Reguler .....	111
2. Tingkat Regulasi Emosi pada program Akselerasi .....	113
3. Tingkat <i>Happiness</i> pada program Reguler .....	116
4. Tingkat <i>Happiness</i> pada program Akselerasi .....	119
5. Perbedaan tingkat Regulasi Emosi dan <i>Happiness</i> pada siswa kelas X program Reguler dan Akselerasi .....	124
6. Hubungan Regulasi Emosi dan <i>Happiness</i> pada siswa kelas X program Reguler dan Akselerasi .....	136

#### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	146
B. Saran .....	147

#### **DAFTAR PUSTAKA**

#### **LAMPIRAN**

## DAFTAR GAMBAR

Nomor Gambar	Halaman
2.1 Min Map Teks Psikologi Regulasi Emosi .....	38
2.2 Min Map Teks Islam Regulasi Emosi .....	41
2.3 Min Map Teks Psikologi <i>Happiness</i> .....	45
2.4 Min Map Teks Psikologi <i>Happiness</i> .....	48
3.1 Bagan Rancangan Penelitian .....	68
4.1 Logo SMA Negeri 3 Malang .....	89
4.2 Foto SMA Negeri 3 Malang .....	82
4.3 Struktur Organisasi SMA Negeri 3 Malang .....	96
4.4 Prosentase tingkat Regulasi Emosi program Reguler .....	99
4.5 Prosentase tingkat Regulasi Emosi program Akselerasi .....	100
4.6 Prosentase tingkat <i>Happiness</i> program Reguler .....	102
4.7 Prosentase tingkat <i>Happiness</i> program Akselerasi .....	103
4.8 Grafik Uji Normalitas Regulasi Emosi (ERQ) .....	104
4.9 Grafik Uji Normalitas <i>Happiness</i> (OHQ) .....	104

## DAFTAR LAMPIRAN

1. Form *The Emotion Regulation Questionnaire*
2. Form *The Oxford Happiness Questionnaire*
3. Hasil Koreksi Form *The Emotion Regulation Questionnaire*
4. Hasil Koreksi Form *The Oxford Happiness Questionnaire*
5. Uji Coba Skala Regulasi Emosi
6. Uji Coba Skala *Happiness*
7. Angket Skala Regulasi Emosi
8. Angket Skala *Happiness*
9. Hasil Uji Skala Regulasi Emosi
10. Hasil Uji Skala *Happiness*
11. Hasil Uji Normalitas
12. Hasil *Korelasi Product Moment*
13. Hasil *Independent Sample t- test*
14. Skor Jawaban Regulasi Emosi Uji Coba
15. Skor Jawaban *Happiness* Uji Coba
16. Skor Jawaban Angket Regulasi Emosi
17. Skor Jawaban Angket *Happiness*
18. Surat Izin Penelitian
19. Surat Bukti Penelitian
20. Bukti Konsultasi

## ABSTRAK

Nahdiaty Zuraidha, Vierdha. 2012. Regulasi Emosi dan *Happiness* pada Siswa Kelas X Program Reguler dan Akselerasi SMA Negeri 3 Malang. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing : Ali Ridho, M.Si

---

### **Kata Kunci : Kelas Reguler, Kelas Akselerasi, Regulasi Emosi dan *Happiness***

Sekolah memang membentuk pribadi anak secara akademis untuk bersaing meraih prestasi yang tinggi disekolah dan mereka berkumpul dengan teman yang memiliki kemampuan akademis yang sama. Jadi bagaimana cara siswa disini mempertahankan prestasi di sekolah. Dari kondisi yang demikian timbullah masalah yang berdampak pada siswa. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini meliputi : (1) ada perbedaan regulasi emosi siswa kelas X program reguler dan akselerasi SMA Negeri 3 Malang (2) ada perbedaan *happiness* siswa kelas X program reguler dan akselerasi SMA Negeri 3 Malang, dan (3) ada hubungan antara regulasi emosi dan *happiness* siswa kelas X program reguler dan akselerasi SMA Negeri 3 Malang

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 292 siswa. sampel penelitian sebanyak 32 siswa program reguler dan 18 siswa program akselerasi. Melalui teknik *cluster random sampling*. Pengumpulan data dengan skala psikologi yang terdiri dari : (1) skala regulasi emosi dengan koefisien Reliabilitas sebesar 0,7641 dan Validitas Item antara 0,334 sampai dengan 0,660 (2) skala *happiness* dengan koefisien Reliabilitas sebesar 0,8380 dan Validitas Item antara 0,207 sampai dengan 0,705. Serta distribusi normal sampel penelitian menggunakan teknik *Kolmogorov- Smirnov*, tingkat regulasi emosi dengan nilai  $p = 0,909 > 0,05$  dan tingkat *happiness* dengan nilai  $p = 0,933 > 0,05$

Uji hipotesis pertama menggunakan uji *Independent Sample t- test* menunjukkan nilai  $p = 0,008$  ( $p < 0,05$ ) artinya bahwa ada perbedaan antara Regulasi Emosi siswa kelas X program reguler dan akselerasi SMA Negeri 3 Malang. Uji hipotesis kedua menggunakan uji *Independent Sample t- test* nilai  $p = 0,024$  ( $p < 0,05$ ) artinya bahwa ada perbedaan antara *Happiness* siswa kelas X program reguler dan akselerasi SMA Negeri 3 Malang. Uji hipotesis ketiga menggunakan teknik *korelasi product moment* sebesar  $r_{xy} = 0,360$ . Yang berarti ada hubungan korelasi positif antara regulasi emosi dan *happiness*. Dan nilai signifikansi 0,010 ( $p < 0,05$ ) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dan *happiness*.

## ***ABSTRACT***

Nahdiaty Zuraidha, Vierdha. 2012. Regulation Emotion and Happiness in Class X Student Regular Programs and Acceleration Program Senior High School 3 Malang. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Supervisor: Ali Ridho, M.Si

---

---

**Keywords: Regular Classes, Accelerated Classes, Emotional Regulation and Happiness**

A private school student are forming to achieving an academic high score in school and also they get together with friends who have similar academic abilities. So how does student maintain their achievements at school. Such condition arises problems that impact on students. The hypothesis proposed in this study include: (1) there are differences in emotion regulation of class X and a regular program SMAN 3 Malang acceleration (2) there are differences in class X happiness regular program and SMAN 3 Malang acceleration, and (3) there is a relationship between emotion regulation and class X happiness regular program and accelerate SMA Negeri 3 Malang.

This Research use quantitative methods. Population as many 292 students. Sample of this study are 32 students from regular program and 18 students from accelerated program. Through random Cluster Sampling Technique. Data collection with scale consist of: (1) emotion regulation scale with reliability coefficient of 0,7641 and Item Validity between 0,334 to 0,660 (2) happiness scale with reliability coefficient of 0,8380 and Item Validity between 0,207 to 0,705. As well as the normal distribution of the sample using the Kolmogorov-Smirnov technique, the level of emotion regulation with a p-value = 0,909 > 0,05 and the level of happiness with a p-value = 0,933 > 0,05.

The first hypothesis analyze using Independent Sample t-test and showed the value of  $p = 0,008$  ( $p < 0,05$ ) means that there is a difference between emotion regulation class X and a regular program SMAN 3 Malang acceleration. The second hypothesis test using the test Independent Sample t-test and showed p-value = 0,024 ( $p < 0,05$ ) means that there is a difference between class X Happiness regular program and SMAN 3 Malang acceleration. The third hypothesis testing using the product moment correlation technique for  $r_{xy} = 0,360$ . Which means there is a positive correlation between the regulation of emotion and happiness. Significance and value of 0,010 ( $p < 0,05$ ) showed a significant relationship between the regulation of emotion and happiness.



## ABSTRAK

Vierdha، Nahdiaty Zuraidha. من عام 2012. تنظيم العاطفة والسعادة في البرنامج فئة الطلاب تسريع X العادية وSMAN مالانغ 3. كلية علم النفس، الدولة الإسلامية من جامعة الملك مالانغ ابراهيم مولانا.

المستشار: علي Ridho، M.Si

كلمات البحث: الفصول العادية والفصول المعجل، بالتنظيم العاطفي والسعادة

تشكل مدرسة الطفل الخاصة أكاديميا للمنافسة على تحقيق ارتفاع في المدرسة، ويجتمعون مع الأصدقاء الذين لديهم القدرات الأكاديمية مماثلة. حتى كيف يمكنني المحافظة على منجزات الطلاب هنا في المدرسة. مثل هذا الشرط يطرح نفسه من المشاكل التي تؤثر على الطلاب. الفرضية المقترحة في هذه الدراسة ما يلي: (1) وجود اختلافات في تنظيم عاطفة من العاشر من الدرجة الأولى ووضع برنامج منتظم SMAN تسارع مالانغ 3 (2) وجود اختلافات في برنامج درجة السعادة X العادية وSMAN تسارع مالانغ 3، و (3) وجود علاقة بين العاطفة وتنظيم برنامج السعادة فئة X العادية وتسريع SMA نيغيري مالانغ 3 هذه الدراسة يستخدم الأساليب الكمية. السكان في هذه الدراسة ما يقرب من 292 طالب. عينة الدراسة من 32 طالبا و 18 طالبة منتظمة برنامج برنامج معجل. من خلال عشوائية عنقودية تقنية لأخذ العينات. جمع البيانات مع جدول النفسية التي تتكون من: (1) على نطاق تنظيم عاطفة مع معامل الثبات من 0.7641 والإغلاق الصلاحية بين مقياس السعادة 0،334-0،660 (2) مع معامل الثبات من 0.8380 وصلاحية السلعة بين 0،207-0،705. فضلا عن التوزيع الطبيعي للعينة باستخدام تقنية كولموغوروف، سميرونوف، ومستوى التنظيم العاطفة بقيمة- $P = 0.909 < 0.05$  ومستوى السعادة بقيمة- $P = 0.933 < 0.05$  اختبار الفرضية الأولى التي تستخدم فيها عينة اختبار المستقلة اختبار t أظهرت قيمة  $P = 0.008 > 0.05$  يعني أن هناك فرقا بين العاطفة فئة X التنظيم ووضع برنامج منتظم SMAN تسارع مالانغ 3. اختبار الفرضية الثانية باستخدام عينة الاختبار المستقلة اختبار t ف قيمة  $P = 0.024 > 0.05$  يعني أن هناك فرقا بين برنامج السعادة فئة X العادية وSMAN تسارع مالانغ 3. اختبار الفرضية الثالثة باستخدام تقنية لحظة ارتباط المنتج =  $r_{xy} 0,360$ . وهو ما يعني أن هناك علاقة إيجابية بين تنظيم العاطفة والسعادة. وأظهرت أهمية وقيمة  $P = 0.010 > 0.05$  وجود علاقة كبيرة بين تنظيم العاطفة والسعادة.

## DAFTAR TABEL

Nomor Tabel	Halaman
2.1 Analisis Komponen Teks Psikologi Regulasi Emosi .....	37
2.2 Analisis Teks Islam Regulasi Emosi .....	40
2.3 Analisis Komponen Teks Psikologi <i>Happiness</i> .....	44
3.1 Point dan Skor untuk pernyataan skala Regulasi Emosi dan <i>Happiness</i> .....	74
3.2 Blue Print Skala Regulasi Emosi.....	75
3.3 Blue Print Skala <i>Happiness</i> .....	77
3.4 Hasil Uji Coba Skala Regulasi Emosi .....	82
3.5 Hasil Uji Coba Skala <i>Happiness</i> .....	83
3.6 Kategori Penilaian .....	84
4.1 Pimpinan/Kepala Sekolah SMA Negeri 3 Malang sejak berdiri sampai saat ini secara berturut- turut.....	92
4.2 Descriptive Statistic .....	97
4.3 Rumusan Kategorisasi Regulasi Emosi Program Reguler.....	98
4.4 Hasil Prosentase Regulasi Emosi Program ReguleR.....	98
4.5 Rumusan Kategorisasi Regulasi Emosi Program Akselerasi.....	99
4.6 Hasil Prosentase Regulasi Emosi Program Akselerasi.....	99
4.7 Rumusan Kategorisasi <i>Happiness</i> Program Reguler.....	101
4.8 Hasil Prosentase <i>Happiness</i> Program Reguler .....	101
4.9 Rumusan Kategorisasi <i>Happiness</i> Program Akselerasi .....	102
4.10 Hasil Prosentase <i>Happiness</i> Program Akselerasi .....	102
4.11 Hasil Uji Normalitas .....	103
4.12 Hasil <i>Independent sample t- test</i> .....	107
4.13 Hasil <i>Korelasi Product Moment</i> .....	110