

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian ini dilakukan untuk mengidentifikasi keterkaitan antara regulasi emosi dengan kinerja wartawan media massa *online* di Kota Padang. Hasil pengujian menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* pada 59 responden memperoleh nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,717$ dengan nilai signifikansi $p < 0,001$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dan kinerja wartawan media massa *online* di Kota Padang.

Koefisien korelasi yang bernilai positif menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki arah hubungan yang sama. Dengan kata lain, kemampuan regulasi emosi yang lebih baik pada wartawan berkaitan dengan kecenderungan kinerja yang lebih baik pula. Nilai korelasi sebesar 0,717 juga menunjukkan bahwa tingkat hubungan antara kedua variabel tergolong kuat. Berdasarkan hasil tersebut, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, yaitu terdapat hubungan positif dan signifikan antara regulasi emosi dengan kinerja wartawan media massa *online* di Kota Padang, diterima.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan diatas, maka peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi Wartawan

Wartawan media massa *online* diharapkan senantiasa mempertahankan serta meningkatkan kemampuan dalam mengelola emosi selama melaksanakan pekerjaan jurnalistik. Kemampuan tersebut penting untuk membantu wartawan menghadapi berbagai keadaan yang muncul dalam pekerjaan, seperti tuntutan waktu, perubahan situasi di lapangan, perbedaan pandangan dengan narasumber, serta kondisi lain yang dapat memunculkan respons emosional. Dengan kemampuan regulasi emosi yang baik, wartawan diharapkan mampu menjaga sikap dan perilaku kerja sehingga pelaksanaan tugas dapat dilakukan secara profesional dan bertanggung jawab.

2. Bagi Media Massa *Online*

Media massa *online* diharapkan dapat memberikan kondisi kerja yang mendukung wartawan dalam melaksanakan tugasnya. Upaya tersebut dapat dilakukan dengan membangun komunikasi yang baik antara pimpinan dan wartawan, memberikan pembagian tugas serta tanggung jawab yang jelas, menyediakan fasilitas yang menunjang pekerjaan, dan melakukan evaluasi terhadap kinerja secara berkala. Dukungan dari lingkungan kerja diharapkan dapat membantu wartawan mempertahankan kinerja sekaligus mengembangkan kemampuan dalam mengelola tuntutan emosional yang muncul selama bekerja.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian berikutnya diharapkan dapat memperluas kajian mengenai faktor-faktor psikologis yang berkaitan dengan kinerja wartawan. Mengingat penelitian ini hanya mengkaji hubungan regulasi emosi dengan kinerja, peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan variabel lain yang memiliki kemungkinan berkaitan dengan kinerja dalam pekerjaan jurnalistik. Selain itu, penelitian dapat dilakukan dengan jumlah responden yang lebih besar dan melibatkan wartawan dari berbagai jenis media maupun wilayah yang berbeda. Karakteristik seperti masa kerja, jenis pekerjaan jurnalistik, dan kondisi kerja juga dapat dipertimbangkan agar penelitian selanjutnya mampu memberikan gambaran yang lebih beragam mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan kinerja wartawan

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, D., Berliyanti, D. O., & Ariyani, I. (2022). Job performance dan job satisfaction wartawan sebagai dampak job stress di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Bisnis dan Manajemen*, 18(1), 1–15. <https://doi.org/10.23960/jbm.v18i0.314>
- Aji, S. D., & Kristinawati, W. (2022). Hubungan antara regulasi emosi dan resiliensi pada karyawan selama masa pandemi Covid-19. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 7(1). https://doi.org/10.23887/jurnal_bk.v7i1.1049
- Asosiasi Media Siber Indonesia. (2024). *Data keanggotaan AMSI Wilayah Sumatera Barat*. <https://amsi.or.id/>
- Azizah, E. A., Fitriyanti, K., Putri, N. S., Edhy, A. A. M., Butsyaina, H. L., Naoval, A. R. F., & Hendriani, W. (2023). Dinamika regulasi emosi karyawan yang mengalami abusive supervision. *Jurnal Psikologi*, 16(1), 75–92. <https://doi.org/10.35760/psi.2023.v16i1.7530>
- Azizah, E. A., & Hendriani, W. (2023). Efektivitas penggunaan strategi regulasi emosi ditinjau dari perbedaan gender. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 6(2), 21–31. <https://doi.org/10.36341/psi.v6i2.3243>
- Azwar, S. (2017). *Reliabilitas dan validitas* (Ed. ke-4). Pustaka Pelajar.
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2017). Job demands–resources theory: Taking stock and looking forward. *Journal of Occupational Health Psychology*, 22(3), 273–285. <https://doi.org/10.1037/ocp0000056>
- Campbell, J. P., McHenry, J. J., & Wise, L. L. (1990). Modeling job performance in a population of jobs. *Personnel Psychology*, 43(2), 313–333. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.1990.tb01561.x>
- Dewan Pers. (2023). *Laporan Dewan Pers periode 2023*. Dewan Pers. <https://www.dewanpers.or.id/>
- Dwiliesanti, W. G., & Yudiarso, A. (2022). Rasch analysis of the Indonesian version of Individual Work Performance Questionnaire (IWPQ). *JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia)*, 11(2), 153–167. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v11i2.24157>
- Febrianti, N. R., & Syarifah, D. (2022). Pengaruh workplace incivility dan regulasi emosi terhadap job stress pada perawat. *Berajah Journal: Jurnal Pembelajaran dan Pengembangan Diri*, 2(3), 629–638. <https://doi.org/10.47353/bj.v2i3.140>

- Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271–299. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271>
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281–291. <https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>
- Gross, J. J. (2015). Emotion regulation: Current status and future prospects. *Psychological Inquiry*, 26(1), 1–26. <https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–24). Guilford Press.
- Hartono, H. H., & Monika. (2024). Regulasi emosi dan stres kerja pada guru sekolah luar biasa. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 8(2), 262–269. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v8i2.28060>
- Hendriyanto, A., Purwasito, A., Rais, W. A., & Hastjarjo, S. (2023). The local online media professionalism over candidate framing inside Pacitan election 2020. *Jurnal ASPIKOM*, 8(1), 137–152.
- Ikhide, J. E., & Ogunmokun, O. A. (2023). Emotional regulation strategies, eustress, and personal initiative-taking: Evidence from frontline journalists. *International Journal of Work Organisation and Emotion*, 14(1), 24–44. <https://doi.org/10.1504/IJWOE.2023.130235>
- Ivask, S., Waschková Císařová, L., & Lon, A. (2024). “When can I get angry?” Journalists’ coping strategies and emotional management in hostile situations. *Journalism*, 25(10), 2099–2116. <https://doi.org/10.1177/14648849231199895>
- Joffe, A. D., Kangas, M., & Peters, L. (2025). An empirical examination of the relationship between emotion regulation and emotional labor. *The Journal of Psychology*, 159(3), 169–191. <https://doi.org/10.1080/00223980.2024.2383937>
- Koopmans, L. (2014). *Measuring individual work performance* [Doctoral dissertation, Vrije Universiteit Amsterdam].
- Mangkunegara, A. P. (2017). *Manajemen sumber daya manusia perusahaan*. PT Remaja Rosdakarya.

- Mehler, M., Balint, E., Gralla, M., Pöbnecker, T., Gast, M., Hölzer, M., Kösters, M., & Gündel, H. (2024). Training emotional competencies at the workplace: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, 12, Article 718. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02198-3>
- Pajnik, M. (2024). Professionalizing emotions as reflective engagement in emerging forms of journalism. *Journalism Studies*, 25(2), 181–198. <https://doi.org/10.1080/1461670X.2023.2289920>
- Palupi, R., Irhamdhika, G., & Medianti, U. S. (2023). Karakteristik komunikasi media massa pada era reformasi. *J-IKA: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 10(1), 1–9. <https://doi.org/10.31294/kom.v10i1.13762>
- Putra, M. R. G., & Hardi, N. M. (2024). Pengaruh kecerdasan emosional terhadap profesionalisme kerja wartawan AJI Kota Bandung. *Annaba: Jurnal Ilmu Jurnalistik*, 9(4), 459–482. <https://doi.org/10.15575/annaba.v9i4.44120>
- Radde, H. A., Nurrahmah, N., Nurhikmah, N., & Saudi, A. N. A. (2021). Uji validitas konstruk dari Emotion Regulation Questionnaire versi Bahasa Indonesia dengan menggunakan Confirmatory Factor Analysis. *Jurnal Psikologi Karakter*, 1(2), 152–160. <https://doi.org/10.56326/jpk.v1i2.1284>
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2019). *Organizational behavior* (18th ed.). Pearson.
- Sari, F. N. I., & Andiyansari, P. (2023). Pengaruh tingkat pemahaman kode etik jurnalistik terhadap profesionalisme wartawan media online di Provinsi DI Yogyakarta. *Jurnal PIKMA: Publikasi Ilmu Komunikasi Media dan Cinema*, 6(1), 1–11. <https://doi.org/10.24076/pikma.v6i1.1075>
- Sarip, S., & Mustangin. (2023). Pengaruh lingkungan kerja terhadap kinerja pegawai PT ABC Persada. *Jurnal Manajemen Diversitas*, 3(1), 94–111. <https://doi.org/10.65378/manajemendiversitas.v3i1.83>
- Septiannoor, M. L. (2024). Pengaruh motivasi terhadap kinerja karyawan. *Keizai*, 5(1), 57–65. <https://doi.org/10.56589/keizai.v5i1.446>
- Siregar, R., & Saragih, M. Y. (2024). Upaya peran media multimedia dalam penyampaian informasi jurnalistik di media online Okezone.com. *Jurnal Ilmiah Dinamika Sosial*, 8(1), 88–99. <https://doi.org/10.38043/jids.v8i1.5308>
- Šimunjak, M. (2023). Teaching emotional intelligence for enhancing resilience in journalism. *Journalism & Mass Communication Educator*, 78(2), 127–141. <https://doi.org/10.1177/10776958231165103>
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Syauqi, I., Granadha, I. T., & Andrian, W. (2025). Pengaruh gaya kepemimpinan dan disiplin terhadap kinerja organisasi. *JIBEMA: Jurnal Ilmu Bisnis, Ekonomi,*

- Manajemen, dan Akuntansi*, 2(3), 195–204.
<https://doi.org/10.62421/jibema.v2i3.106>
- TafsirWeb. (n.d.). *Surat Ali 'Imran ayat 134: Arab, Latin, terjemah dan tafsir*.
<https://tafsirweb.com/1266-surat-ali-imran-ayat-134.html>
- TafsirWeb. (n.d.). *Surat Al-Qashash ayat 26: Arab, Latin, terjemah dan tafsir*.
<https://tafsirweb.com/7076-surat-al-qashash-ayat-26.html>
- Wang, K., Zhang, S., & Fan, Y. (2024). Relationship between daily job resources and job performance: The mediating role of emotions from within-person perspective. *SAGE Open*, 14(4). <https://doi.org/10.1177/21582440241293549>
- Widyastuti, T., & Hidayat, R. (2018). Adaptation of Individual Work Performance Questionnaire (IWPQ) into Bahasa Indonesia. *International Journal of Research Studies in Psychology*, 7(2), 101–112.
<https://doi.org/10.5861/ijrsp.2018.3020>
- Yendri, R. A., & Samry, W. (2025). Industri media online di Sumatera Barat: Kajian Padangmedia.com tahun 2007–2022. *Historia: Jurnal Pendidik dan Peneliti Sejarah*, 8(1), 1–14. <https://doi.org/10.17509/historia.v8i1.78902>
- Yuningsih, E., Harini, S., & Rifky, M. G. (2020). Pengaruh motivasi kerja dan kompensasi terhadap kinerja karyawan pada divisi produksi PT. Kusuma Kaisan Sentul-Bogor. *Jurnal Visionida*, 6(1), 47–59.
<https://doi.org/10.30997/jvs.v6i1.2746>
- Zaki, J. (2020). Integrating empathy and interpersonal emotion regulation. *Annual Review of Psychology*, 71, 517–540. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010419-050830>
- Asosiasi Media Siber Indonesia. (2024, June 3). *Sumatera Barat: Demografi anggota*.
<https://amsi.or.id/agensi/detail-demografi/4/casibom-game2.png>
- Dewan Pers. (2023). *Laporan Dewan Pers periode 2023*.
https://www.dewanpers.or.id/assets/documents/laporan/5_Lap_DP_2023_full.pdf