

Abstrak

Mahasiswa dalam mengerjakan tugas kelompok sering melakukan *social loafing*. *Social loafing* merupakan kecenderungan bagi individu untuk mengurangi usaha yang diberikan dalam mencapai suatu tujuan bersama dibandingkan saat pekerjaan diperhitungkan secara individual. *Social loafing* yang terjadi pada mahasiswa diduga memiliki hubungan dengan regulasi emosi. Regulasi emosi merupakan proses dimana individu mengelola pikiran, mengatur emosi yang mempengaruhi perasaan, dan cara bagaimana individu mengungkapkan serta mengekspresikan emosinya. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara regulasi emosi dengan *social loafing* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara regulasi emosi dengan *social loafing* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Subjek dalam penelitian ini mahasiswa aktif Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Subjek penelitian sebanyak 118 mahasiswa terdiri dari angkatan 2017, 2018, dan 2019. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan skala regulasi emosi dan *social loafing*. Data kemudian dianalisis menggunakan analisis korelasi *product moment*. Berdasarkan hasil analisis diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) = -0,438 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,010$). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima dan terbukti bahwa ada hubungan negatif antara regulasi emosi dengan *social loafing* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Koefisien determinasi (R^2) = 0,192, maka kontribusi regulasi emosi sebesar 19,2% terhadap *social loafing* pada mahasiswa.

Kata kunci : *social loafing*, regulasi emosi, tugas kelompok

Abstract

Students in doing group assignments often do social loafing. Social loafing is the tendency for individuals to put less effort into achieving a common goal than when work is calculated individually. Social loafing that occurs in students is thought to have a relationship with emotional regulation. Emotion regulation is the process by which individuals manage thoughts, regulate emotions that affect feelings, and the way in which individuals express and express their emotions. This study aims to examine the relationship between emotional regulation and social loafing in Mercu Buana Yogyakarta University students. The hypothesis in this study is that there is a negative relationship between emotional regulation and social loafing in Mercu Buana University Yogyakarta students. The subjects in this study were active students at Mercu Buana Yogyakarta University. The research subjects were 118 students consisting of the 2017, 2018, and 2019 classes. This research data collection used the emotional regulation scale and social loafing. The data were then analyzed using correlation analysis product moment. Based on the results of the analysis, the correlation coefficient (r_{xy}) = - 0.438 with $p = 0.000$ ($p < 0.010$). This shows that the hypothesis in this study is accepted and it is proven that there is a negative relationship between emotional regulation and social loafing in Mercu Buana University Yogyakarta students. The coefficient of determination (R^2) = 0.192, then the emotion regulation contributes 19.2% of the social loafing on the student.

Keywords : *social loafing, emotion regulation, group task*