

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan kecemasan pada siswa SMA yang akan menghadapi ujian masuk perguruan tinggi. Hipotesis yang diajukan ada hubungan negatif antara regulasi emosi dengan kecemasan pada siswa SMA yang akan menghadapi ujian masuk perguruan tinggi. Jumlah subjek penelitian ini sebanyak 100 siswa, yang terdiri dari 30 siswa laki-laki (30%) dan 70 siswa perempuan (70%). Pengambilan data penelitian ini menggunakan skala regulasi emosi dan skala kecemasan. Teknik analisa data yang digunakan adalah korelasi *product moment*. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) = -0,465 ($p < 0.01$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dengan kecemasan. Dari hasil perhitungan nilai determinasi (R^2) diketahui kontribusi regulasi emosi terhadap kecemasan yakni sebesar 21,6%. Sedangkan 78,4% yang mempengaruhi kecemasan pada siswa SMA yang akan masuk perguruan tinggi dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Kata kunci: regulasi emosi, kecemasan dan siswa.

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between emotional regulation and the anxiety of high school students who will face college exams. The hypothesis is that there is a negative relationship between emotion regulation and the anxiety of high school students who will face college entrance exams. The number of subjects in this study were 100 students, consisting of 30 male students (30%) and 70 female students (70%). The data collection in this study used an emotion regulation scale and an anxiety scale. Data analysis technique used is product moment correlation. Based on the results of data analysis obtained correlation coefficient (r_{xy}) = -0,465 ($p < 0.01$). The result showed that there was a negative relationship between emotion regulation and anxiety. From the calculation of the value of determination (R^2), it is known that the contribution of regulation to anxiety is 21,6%. Meanwhile, 78,4% that effect the anxiety of high school students who will enter college are influenced by other factors.

Keywords: *regulation emotion, anxiety and students.*