

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan regulasi emosi antara remaja yang memiliki kemampuan menari gaya Yogyakarta dengan remaja yang tidak memiliki kemampuan menari gaya Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat perbedaan regulasi emosi antara remaja yang memiliki kemampuan menari gaya Yogyakarta dengan remaja yang tidak memiliki kemampuan menari gaya Yogyakarta. Subjek dalam penelitian ini adalah remaja yang memiliki kemampuan menari gaya Yogyakarta dan remaja yang tidak memiliki kemampuan menari gaya Yogyakarta dengan rentang usia 15-18 tahun. Subjek penelitian sebanyak 60 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala Regulasi Emosi. Metode analisis data yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan teknik non parametrik melalui *uji Independent Sampel T-test*. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai $t = 3,4799$ dengan taraf signifikansi sebesar $p = 0,001$ ($p < 0,050$), berarti hipotesis dalam penelitian ini diterimayaitu ada perbedaan regulasi emosi pada subjek yang memiliki kemampuan menari gaya Yogyakarta (Mean = 61,37) dengan subjek yang tidak memiliki kemampuan menari gaya Yogyakarta (Mean = 54,20). Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan menari gaya Yogyakarta berperan dalam melatih regulasi emosi pada remaja.

Kata kunci : Regulasi Emosi, Kemampuan menari gaya Yogyakarta, remaja

ABSTRACT

This study aims to determine differences in emotion regulation between adolescents who have the ability to dance in Yogyakarta style with teenagers who do not have the ability to dance in Yogyakarta style. The hypothesis proposed is that there are differences in emotional regulation between adolescents who have the ability to dance in Yogyakarta style and teenagers who do not have the ability to dance in Yogyakarta style. The subjects in this study were adolescents who had the ability to dance in Yogyakarta style and adolescents who did not have the ability to dance in Yogyakarta with an age range of 15-18 years. The research subjects were 60 people. Data collection is done using the Emotion Regulation scale. The data analysis method used is a quantitative method with non-parametric techniques through the Independent Sample T-test. Based on the results of the study obtained a value of $t = 3.4799$ with a significance level of $p = 0.001$ ($p < 0.050$), meaning that the hypothesis in this study is accepted that there are emotional regulation differences in subjects who have Yogyakarta style dancing ability (Mean = 61.37) with the subject who do not have the ability to dance in Yogyakarta style (Mean = 54.20). This shows that Yogyakarta's dancing ability plays a role in exercising emotional regulation in adolescents.

Keywords: *Emotional regulation, Yogyakarta dance ability, teenagers*