

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa baru di Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah ada hubungan yang negatif antara regulasi emosi dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa baru di Yogyakarta. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan responden penelitian sebanyak 108 mahasiswa baru yang sedang menempuh perkuliahan di Yogyakarta dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala regulasi emosi dan skala kecenderungan depresi. Teknik yang digunakan adalah analisis korelasi *product moment* dengan bantuan *Jamovi for windows 2.3.16.0*. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi $R(r_{xy}) = -0,623$ ($p < 0,050$). Hasil tersebut menunjukkan terdapat hubungan yang negatif antara regulasi emosi dengan kecenderungan depresi pada mahasiswa baru di Yogyakarta sehingga dapat dikatakan bahwa variabel regulasi emosi memiliki kontribusi terhadap kecenderungan depresi sebesar 62.3% sedangkan 37,7% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Kata kunci: kecenderungan depresi, regulasi emosi.

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between emotional regulation and the tendency to depression in new students in Yogyakarta. The hypothesis put forward in this study is that there is a negative relationship between emotion regulation and depression tendencies in new students in Yogyakarta. This study used a quantitative method with 108 new students who were studying in Yogyakarta as respondents, using a purposive sampling technique. The data collection method in this study used the emotion regulation scale and the depression tendency scale. The technique used is product moment correlation analysis with the help of Jamovi for windows 2.3.16.0 Based on the results of data analysis, the correlation coefficient $R(r_{xy}) = -0.623$ ($p < 0.050$) was obtained. These results indicate that there is a negative relationship between emotion regulation and depression tendencies in new students in Yogyakarta so that it can be said that emotion regulation variables contribute 62.3% to depression tendencies while the other 37.7% are influenced by other factors.

Key words: depressive tendencies, emotion regulation.