

ABSTRAK

Pada masa remaja akhir, regulasi emosi memiliki dampak yang cukup signifikan yang dapat mempengaruhi kehidupan sehari-hari. Komunikasi interpersonal menjadi salah satu faktor penting dalam perkembangan regulasi emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara komunikasi interpersonal dengan regulasi emosi pada remaja akhir. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara kemampuan komunikasi interpersonal dengan regulasi emosi pada siswa remaja akhir.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Partisipan penelitian berjumlah 115 remaja akhir. Alat ukur yang digunakan adalah Skala Komunikasi Interpersonal dari Devito (2011) dan skala *Difficulties in Emotion Regulation Scale-Short Form* (DERS-SF) dari Gratz dan Roamer (2004). Analisis data dilakukan menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment*, dengan hasil adanya hubungan positif yang kuat dan signifikan antara komunikasi interpersonal dan regulasi emosi pada remaja akhir. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh adalah $r = 0,697$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Artinya hipotesis pada penelitian ini diterima. Temuan ini menegaskan bahwa komunikasi interpersonal dapat menjadi faktor penting dalam membantu remaja akhir untuk mengenali, memahami, dan mengendalikan emosi yang dirasakan dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: Komunikasi Interpersonal, Regulasi Emosi, Remaja Akhir.

ABSTRACT

In late adolescence, emotional regulation has a significant impact that can affect daily life. Interpersonal communication is one of the important factors in the development of emotional regulation. This study aims to determine the relationship between interpersonal communication and emotional regulation in late adolescents. The hypothesis in this study is that there is a positive relationship between interpersonal communication skills and emotional regulation in late adolescent students. This study used a correlational quantitative method. There were 115 late adolescents participating in this study. The measurement tools used were the Interpersonal Communication Scale from Devito (2011) and the Difficulties in Emotion Regulation Scale-Short Form (DERS-SF) from Gratz and Roamer (2004). Data analysis was performed using the Pearson Product Moment correlation technique, with the results showing a strong and significant positive relationship between interpersonal communication and emotion regulation in late adolescents. The correlation coefficient value obtained was $r = 0.697$ with a significance level of $p = 0.000$ ($p < 0.01$). This means that the hypothesis in this study is accepted. These findings confirm that interpersonal communication can be an important factor in helping late adolescents recognize, understand, and control the emotions they experience in their daily lives.

Keywords: *Interpersonal Communication, Emotion Regulation, Late Adolescents.*