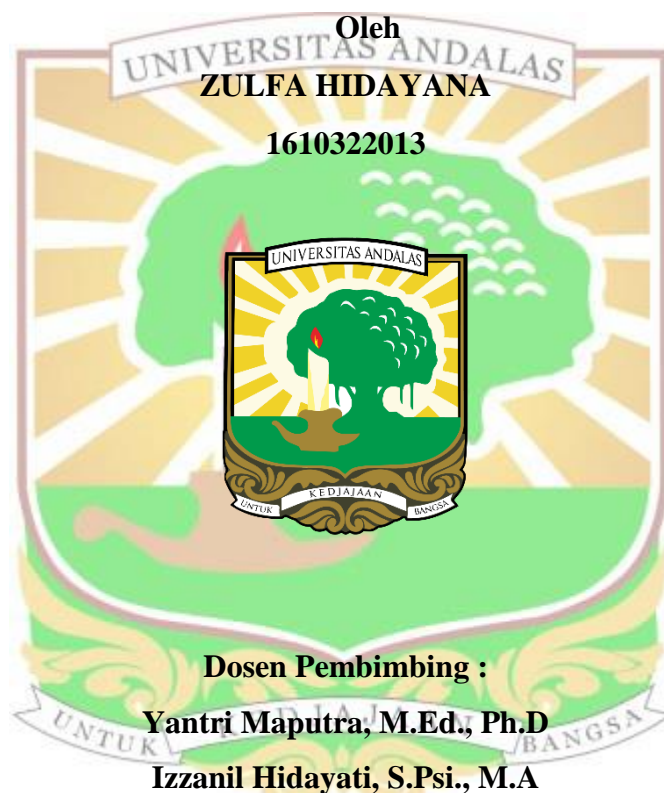


**HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN KECEMASAN
SOSIAL PADA MAHASISWA DI KOTA PADANG**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

2020

The Relationship between Emotion Regulation and Social Anxiety among Students in Padang City

Zulfa Hidayana, Yantri Maputra, Izzanil Hidayati
Psychology Department, Medical Faculty, Andalas University
zhidayana@gmail.com

ABSTRACT

Students in carrying out their duties and obligations in college and have more demands on their social situation. Meanwhile, the feeling of fear of social situations will disturb students in carrying out their duties and obligations. This phenomenon led researchers to see the relationship between emotional regulation and social anxiety felt by students in the city of Padang. The method used in this study is a simple correlation with accidental sampling technique. Data collection was performed using a modified Gratz and Roemer DERS measuring instrument and a modified SAS-A gauge from La Greca and Lopez. Each scale has a reliability of 0.922 and 0.911. The results showed that emotional regulation has a significant relationship with social anxiety which can be seen from the significance value of 0.00 ($p < 0.05$) and the Pearson Correlation value of 0.556. This shows that emotional regulation contributes 55.6% to student social anxiety in the city of Padang, while 44.4% is related to other variables not examined in this study.

Keywords: Emotion Regulation, Social Anxiety, Students

Hubungan Ragulasi Emosi dengan Kecemasan Sosial pada Mahasiswa di Kota Padang

Zulfa Hidayana¹⁾ Yantri Maputra²⁾, Izzanil Hidayati²⁾

1) Mahasiswa Psikologi, Fakultas Kedokteran Universitas Andalas

2) Dosen Psikologi, Fakultas Kedokteran Universitas Andalas

zhidayana@gmail.com

ABSTRAK

Mahasiswa dalam menjalankan tugas dan kewajibannya di perguruan tinggi serta memiliki tuntutan lebih pada situasi sosialnya. Sedangkan perasaan takut akan situasi sosial akan mengganggu mahasiswa dalam menjalankan tugas dan kewajibannya. Fenomena ini mengantarkan peneliti untuk melihat hubungan regulasi emosi terhadap kecemasan sosial yang dirasakan oleh mahasiswa di Kota Padang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini berupa korelasi sederhana dengan teknik *accidental sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan modifikasi alat ukur DERS milik Gratz dan Roemer dan modifikasi alat ukur SAS-A dari La Greca dan Lopez. Masing-masing skala memiliki reliabilitas sebesar 0,922 dan 0,911. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki hubungan yang signifikan dengan kecemasan sosial yang dapat dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0,00 ($p < 0,05$) dan nilai *Pearson Correlation* sebesar 0,556. Hal ini menunjukkan bahwa regulasi emosi memberikan kontribusi sebesar 55,6% terhadap kecemasan sosial mahasiswa di Kota Padang, sedangkan 44,4% lagi berhubungan dengan variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Kecemasan Sosial, Mahasiswa