

ABSTRAK

HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU PROSOSIAL PADA SISWA KELAS 10 SMA BOPKRI 2 YOGYAKARTA

Betania Chesa Getana

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Universitas Sanata Dharma

2023

Abstrak: Masa remaja merupakan masa di mana banyak terjadi perkembangan, termasuk perkembangan perilaku dan emosi. Remaja perlu memiliki kemampuan regulasi emosi serta perilaku prososial untuk memaksimalkan perkembangannya. Penelitian ini bertujuan untuk (1) mengetahui seberapa baik kemampuan regulasi emosi pada remaja (2) mengetahui seberapa baik remaja mampu melakukan perilaku prososial (3) mengetahui apakah terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial pada usia remaja yaitu siswa Sekolah Menengah Atas (4) menyusun usulan topik bimbingan siswa kelas 10 SMA BOPKRI 2 Yogyakarta yang kurang optimal

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif korelasional. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas 10 SMA BOPKRI 2 Yogyakarta yang berjumlah 90 siswa. Pengumpulan data menggunakan kuesioner berdasarkan aspek regulasi emosi dan perilaku prososial. Pada aspek regulasi emosi terdapat 37 item valid dan 8 item tidak valid. Sedangkan dalam aspek perilaku prososial terdapat 51 item valid dan 1 item tidak valid.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) tingkat regulasi emosi siswa berada ditingkat sedang sebesar 40% atau 36 siswa (2) tingkat perilaku prososial berada ditingkat tinggi sebesar 45,6% atau 41 siswa (3) adanya hubungan yang linier, positif dan signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial dengan hasil nilai $r = 0,477$ dan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). (4) Topik yang relevan untuk capaian skor sangat rendah mengenai regulasi emosi, supaya siswa lebih mampu mengendalikan dan memahami perasaannya.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Perilaku Prososial, Remaja

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTION REGULATION AND PROSOCIAL BEHAVIOR IN GRADE 10 STUDENTS OF SMA BOPKRI 2 YOGYAKARTA

Betania Chesa Getana
Guidance and Counseling Study Program
Sanata Dharma University
2023

Abstract: Adolescence is a time when there is a lot of development, including behavioral and emotional development. Adolescents need to have emotional regulation skills as well as prosocial behavior to maximize their development. This study aims to (1) find out how good the ability of emotional regulation in adolescents (2) find out how well adolescents are able to carry out prosocial behavior (3) find out whether there is a relationship between emotional regulation and prosocial behavior at adolescent age, namely high school students (4) compile proposals for guidance topics for grade 10 students of SMA BOPKRI 2 Yogyakarta which are less than optimal

This study used correlational quantitative research. The subjects of this study were 90 grade 10 students of SMA BOPKRI 2 Yogyakarta. Data were collected using questionnaires based on aspects of emotion regulation and prosocial behavior. In the aspect of emotion regulation, there are 37 valid items and 8 invalid items. Meanwhile, in the aspect of prosocial behavior, there are 51 valid items and 1 invalid item.

The results showed that (1) the level of emotional regulation of students was at a moderate level of 40% or 36 students (2) the level of prosocial behavior was at a high level of 45.6% or 41 students (3) there was a linear, positive and significant relationship between emotional regulation and prosocial behavior with the results of r value = 0.477 and p value = 0.000 ($p < 0.05$). (4) Topics relevant to achieving very low scores on emotional regulation, so that students are better able to control and understand their feelings.

Keywords: emotion regulation, prosocial behavior, adolescen