

**HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN PENYESUAIAN
DIRI PADA MAHASISWA PERANTAU**

SKRIPSI

Rebecca Rahayu Iskandar

20.E1.0245



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2024

HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA PERANTAU

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk
Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh :

Rebecca Rahayu Iskandar

20.E1.0245



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2024

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau. Hipotesis dalam penelitian adalah adanya hubungan positif antara regulasi emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau, artinya semakin tinggi regulasi emosi maka semakin tinggi penyesuaian diri dan sebaliknya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif-korelasional. Populasi pada mahasiswa perantau yang berasal dari luar Jawa Tengah angkatan 2023 Unika Soegijapranata. Teknik sampling yang digunakan peneliti yaitu menggunakan teknik snowball sampling. Alat ukur yang digunakan adalah skala regulasi emosi dan penyesuaian diri yang disusun oleh peneliti. Pengambilan data penelitian ini dilakukan secara online melalui google formulir. Analisis korelasi *Product Moment Pearson* menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara regulasi emosi dengan penyesuaian diri dengan nilai $p = 0,596$ ($p < 0,01$). Berdasarkan hasil analisis dinyatakan bahwa regulasi emosi memberikan sumbangan efektif sebesar 35,6%. Dengan demikian hipotesis yang diajukan diterima dan disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan penyesuaian diri pada mahasiswa perantau.

Kata kunci : Regulasi Emosi, Penyesuaian Diri, Mahasiswa Perantau