

REGULASI EMOSI DITINJAU DARI JENIS KELAMIN PADA MAHASISWA YANG KULIAH SAMBIL BEKERJA

Andiny Christy⁽¹⁾ | Elsa Manora⁽²⁾ | Novel Siagian⁽³⁾ | Putri Regina⁽⁴⁾

Jurusan Psikologi

Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia

INTISARI

Regulasi emosi diperlukan sekali karena dapat mempengaruhi mental seperti mengontrol dalam proses ingatan, pengambilan keputusan, tingkah laku yang nyata, dan memberikan landasan bagi perkembangan kepribadian dan penyebab signifikan perbedaan individu. Dilakukannya penelitian ini bertujuan untuk melihat terdapat perbedaan antara regulasi emosi pada mahasiswa laki-laki dan perempuan yang kuliah sambil bekerja. Sampel penelitian ini adalah 95 mahasiswa (41 mahasiswa laki-laki dan 54 mahasiswi perempuan) yang bekerja sambil kuliah dengan rentang usia 18-41 tahun, dari Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia, dengan menggunakan teknik *snowball sampling*. Dengan keterbatasan jumlah tersebut, maka seluruh jumlah populasi digunakan sebagai sampel dalam penelitian ini atau disebut juga dengan *total sampling*. Skala Regulasi Emosi sebagai wadah akumulasi data pada penelitian ini yang merupakan hasil adaptasi kuesioner ERQ (*Emotion Regulation Questionnaire*) dengan $t > 1.96$; $p = 0.000$. Hasil penelitian menggunakan *Independent Sample T-Test* dengan nilai signifikansi 0.325 ($p > 0.05$) yang menunjukkan bahwa hipotesa ditolak, dalam artian tidak terdapat perbedaan regulasi emosi antara mahasiswa laki-laki dan mahasiswi perempuan yang kuliah sambil bekerja.

Kata Kunci : regulasi emosi, mahasiswa yang bekerja, jenis kelamin

**EMOTION REGULATION REVIEWED FROM GENDER
IN WORKING STUDENTS**

Andiny Christy⁽¹⁾ | Elsa Manora⁽²⁾ | Novel Siagian⁽³⁾ | Putri Regina⁽⁴⁾

Department of Psychology

Faculty of Psychology, Prima Indonesia University

ABSTRACT

Emotion regulation is very necessary because it can affect mentally such as control in the memory process, decision making, real behavior, and provides a foundation for personality development and a significant cause of individual differences. This study aims to see if there are differences between emotion regulation in male and female students who study while working. The sample of this study were 95 students (41 male students and 54 female students) who worked while studying with an age range of 18-41 years, from the Faculty of Psychology, Prima Indonesia University, using the snowball sampling technique. With this limited number, the entire population was used as a sample in this study or also known as total sampling. Emotion Regulation Scale as a container for data accumulation in this study which is the result of the adaptation of the ERQ (Emotion Regulation Questionnaire) questionnaire with $t > 1.96$; $p = 0.000$. The results of the study using Independent Sample T-Test with a significance value of 0.325 ($p > 0.05$) which shows that the hypothesis is rejected, in the sense that there are no differences in emotional regulation between male students and female students who study while working.

Keywords: *emotion regulation, working students, gender*