

KECEMASAN DITINJAU DARI REGULASI EMOSI PADA MAHASISWA YANG SEDANG MEYUSUN SKRIPSI

Apriana Evita Pricilya Sipayung⁽¹⁾, Enzelin Yulia Betrik Sinaga⁽²⁾, Edward Aginta Sinuhaji⁽³⁾

Jurusan Psikologi

Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia

INTISARI

Tujuan dari penelitian yang dilakukan adalah untuk menilai hubungan antara kecemasan dan regulasi emosi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Adapun hipotesanya adalah “terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dengan kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara yang sedang menyusun skripsi”. Subjek penelitian ini merupakan 93 individu mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara, yang menggunakan teknik *total sampling*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif, data dikumpulkan dengan menggunakan skala regulasi emosi dan kecemasan. Perhitungan menerapkan uji prasyarat analisis, yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas, serta analisis data menggunakan korelasi *Spearman* melalui aplikasi *IBM SPSS Statistics 25*, mendapatkan hasil analisis data menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0.502$ dengan $p = 0.000$ ($p < 0.05$), yang berarti semakin tinggi kemampuan regulasi mahasiswa, maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami oleh mahasiswa, begitu pula sebaliknya semakin rendah kemampuan regulasi emosi mahasiswa, maka tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa akan semakin tinggi.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Kecemasan, Mahasiswa

ANXIETY REVIEWED FROM EMOTIONAL REGULATION IN STUDENTS WHO ARE COMPILING THESIS

Apriana Evita Pricilya Sipayung⁽¹⁾, Enzelin Yulia Betrik Sinaga⁽²⁾, Edward Aginta Sinuhaji⁽³⁾

Faculty of Psychology, Universitas Prima Indonesia

ABSTRACT

The purpose of the research conducted was to assess the relationship between anxiety and emotional regulation in students who are preparing a thesis. The hypothesis is “there is a negative relationship between emotional regulation and anxiety in students of the Faculty of Medicine, Islamic University of North Sumatra who are preparing a thesis”. The subjects of this study were 93 individual students who were preparing a thesis at the Faculty of Medicine, Islamic University of North Sumatra, who used the total sampling technique. The method used in this research is quantitative method, data collected using emotion regulation and anxiety scales. The calculation applies the prerequisite test of analysis, which includes normality test and linearity test, as well as data analysis using Spearman correlation through IBM SPSS Statistics 25 application, getting the results of data analysis shows the correlation coefficient value of $r = -0.502$ with $p = 0.000$ ($p < 0.05$), which means that the higher the ability of student regulation, the lower the level of anxiety experienced by students, and vice versa the lower the ability of student emotional regulation, the higher the level of anxiety experienced by students.

Keywords: *Emotional Regulation, Anxiety, Students*