

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA KOMUNIKASI INTERPERSONAL DENGAN REGULASI EMOSI SISWA SMA NEGERI 1 PRINGSEWU

Oleh

RESTU WIDYA NINGRUM

Masalah dalam penelitian ini yaitu rendahnya kemampuan regulasi emosi siswa di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara komunikasi interpersonal dengan regulasi emosi siswa SMA Negeri 1 Pringsewu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif korelasional. Populasi penelitiannya yaitu siswa kelas X sebanyak 350 siswa dengan jumlah sampel sebanyak 78 responden yang diambil secara acak dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala ERQ (*Emotion Regulation Questionnaire*) dan ICCS (*Interpersonal Communication Competence Scale*) yang dikembangkan oleh peneliti. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment*. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan positif antara komunikasi interpersonal dengan regulasi emosi. Nilai korelasi $r_{hitung} 0,539 > r_{tabel} 0,22$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$. maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi komunikasi interpersonal siswa maka semakin tinggi pula regulasi emosi siswa begitupun sebaliknya semakin rendah komunikasi interpersonal siswa maka semakin rendah regulasi emosi siswa.

Kata kunci : bimbingan konseling, komunikasi interpersonal, regulasi emosi

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN INTERPERSONAL COMMUNICATION AND EMOTIONAL REGULATION OF STUDENTS AT SMA NEGERI 1 PRINGSEWU

By

RESTU WIDYA NINGRUM

The problem in this study is the low level of emotion regulation ability among students in the school. This study aims to determine the relationship between interpersonal communication and emotion regulation among students of SMA Negeri 1 Pringsewu. The research method used is quantitative correlational. The research population is 10th-grade students, totaling 350 students, with a sample of 78 respondents selected randomly using simple random sampling. Data collection techniques used the ERQ (Emotion Regulation Questionnaire) and ICCS (Interpersonal Communication Competence Scale). Data analysis technique used is the product moment correlation. The results of this study indicate a positive correlation between interpersonal communication and emotion regulation. The correlation value r count of $0.539 > r$ table (r) of 0.22 with a sig level of $p = 0.000$. so H_0 is rejected and H_a is accepted. Based on these results, it can be concluded that the higher the students' interpersonal communication, the higher their emotion regulation and vice versa

Keywords: *guidance and counseling, interpersonal communication, emotion regulation*