

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN
DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES AKADEMIK
PESERTA DIDIK MADRASAH ALIYAH NEGERI (MAN)
DI KOTA BEKASI**



Oleh:

LAELA RAHMAH PUTRI

1106621018

SKRIPSI

Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan

**PROGRAM STUDI S1 BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN
PANITIA SIDANG SKRIPSI**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN
PANITIA SIDANG SKRIPSI**

Judul : Hubungan antara Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial
dengan Stres Akademik Peserta Didik Madrasah Aliyah
Negeri (MAN) di Kota Bekasi

Nama Mahasiswa : Laela Rahmah Putri
NIM : 1106621018
Program Studi : S1 Bimbingan dan Konseling
Tanggal Ujian : 3 Agustus 2026

Pembimbing I

Dr. Herdi, M.Pd.
NIP. 198408052009121004

Pembimbing II

Dr. Karsih, M.Pd.
NIP. 197909052010122002

Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Aip Badrujaman, M.Pd. (Penanggung Jawab) ¹		20-08-2026
Karta Sasmita, S.Pd., M.Si., Ph.D. (Wakil Penanggung Jawab) ²		20-08-2026
Dr. Eka Wahyuni, MAAPD. (Ketua Penguji) ³		12-08-2026
Dr. Hilma Fitriyani, M.Pd. (Anggota) ⁴		13-08-2026
Rike Ulandari, M.Pd. (Anggota) ⁵		18-08-2026

Catatan:

¹ Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan

² Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni

³ Ketua Penguji

⁴ Dosen Penguji

⁵ Dosen Penguji

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DAN DUKUNGAN SOSIAL
DENGAN STRES AKADEMIK PESERTA DIDIK MADRASAH ALIYAH
NEGERI (MAN) DI KOTA BEKASI**

Laela Rahmah Putri
ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dan dukungan sosial dengan stres akademik pada peserta didik Madrasah Aliyah Negeri (MAN) di Kota Bekasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Sampel penelitian berjumlah 429 peserta didik yang dipilih menggunakan teknik nonprobability sampling melalui convenience sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan *Difficulties in Emotion Regulation Scale–Short Form* (DERS-SF), *Social Provisions Scale* (SPS), dan *Educational Stress Scale for Adolescents* (ESSA). Analisis data menggunakan statistik deskriptif, korelasi Pearson *Product Moment*, dan korelasi berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dan dukungan sosial secara bersama-sama dengan stres akademik ($R = 0,403$; $p < 0,001$) dengan kekuatan hubungan pada kategori sedang serta mampu menjelaskan kontribusi 16,2% variasi stres akademik. Hasil analisis juga menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki hubungan negatif signifikan dengan stres akademik ($r = -0,402$; $p < 0,001$) dengan kekuatan hubungan berada pada kategori sedang, sedangkan dukungan sosial tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan stres akademik dengan kekuatan hubungan sangat rendah ($r = -0,077$; $p = 0,112$). Berdasarkan hasil analisis deskriptif, tingkat stres akademik, regulasi emosi, dan dukungan sosial peserta didik secara umum berada pada kategori sedang.

Kata kunci: regulasi emosi, dukungan sosial, stres akademik, peserta didik, Madrasah Aliyah Negeri.

Intelligentia - Dignitas

**THE RELATIONSHIP OF EMOTION REGULATION AND SOCIAL SUPPORT
WITH ACADEMIC STRESS AMONG STUDENTS OF STATE ISLAMIC
SENIOR HIGH SCHOOLS (MAN) IN BEKASI CITY**

Laela Rahmah Putri

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationship between emotion regulation and social support with academic stress among students of State Islamic Senior High Schools (Madrasah Aliyah Negeri [MAN]) in Bekasi City. The study employed a quantitative approach with a correlational research design. The sample consisted of 429 students selected using a nonprobability sampling technique through convenience sampling. Data were collected using the Difficulties in Emotion Regulation Scale–Short Form (DERS-SF), the Social Provisions Scale (SPS), and the Educational Stress Scale for Adolescents (ESSA). Data were analyzed using descriptive statistics, Pearson Product-Moment correlation, and multiple correlation analysis. The results indicated a significant relationship between emotion regulation and social support simultaneously with academic stress ($R = 0.403$, $p < .001$), with a moderate correlation strength, explaining 16.2% of the variance in academic stress. Furthermore, emotion regulation was significantly negatively associated with academic stress ($r = 0.402$, $p < .001$), with a moderate correlation strength, meanwhile social support showed no significant relationship with academic stress, with a very weak correlation. ($r = -0.077$, $p = .112$). Descriptive analysis showed that the levels of academic stress, emotion regulation, and social support among students were generally in the moderate category.

Keywords: emotion regulation, social support, academic stress, students, State Islamic Senior High School (Madrasah Aliyah Negeri).

Intelligentia - Dignitas

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama Mahasiswa : Laela Rahmah Putri

Nomor Registrasi : 1106621018

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **"Hubungan antara Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik Peserta Didik Madrasah Aliyah Negeri (MAN) di Kota Bekasi"** adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Februari 2026 – Mei 2026.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang timbul jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 10 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan,



Laela Rahmah Putri

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220

Telepon/Faksimili: 021-4894221

Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Laela Rahmah Putri
NIM : 1106621018
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Pendidikan / Bimbingan dan Konseling
Alamat email : laelaputri2@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik
Peserta Didik Madrasah Aliyah Negeri (MAN) di Kota Bekasi.

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta

Penulis

(Laela Rahmah Putri)
nama dan tanda tangan

MOTTO DAN LEMBAR PERSEMBAHAN

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(QS. Al-Baqarah: 286)

“Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja lelah-lelah itu. Lebarakan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak akan selalu berjalan lancar. Tapi, gelombang-gelombang itu yang nanti bisa kau ceritakan.”

(Boy Candra)

Segala puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah Swt. atas segala rahmat, kasih sayang, dan pertolongan-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Proses penyusunan skripsi ini tidak selalu mudah, namun setiap tantangan yang dihadapi menjadi pelajaran berharga berkat doa, dukungan, dan kehadiran orang-orang baik yang senantiasa memberikan semangat. Oleh karena itu, dengan penuh rasa syukur, peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.

1. Diri peneliti sendiri, terima kasih telah bertahan, terus belajar, dan tidak menyerah dalam setiap proses yang dilalui. Terima kasih telah berani keluar dari zona nyaman, menerima setiap kekurangan, serta tetap melangkah meskipun sering dihampiri keraguan. Peneliti bersyukur karena diberi kesempatan menikmati setiap perjalanan selama masa perkuliahan, bertemu dengan banyak orang baik, serta memperoleh berbagai pengalaman yang membentuk peneliti hingga berada pada titik ini. Skripsi ini menjadi bukti bahwa setiap proses, sekecil apa pun langkahnya, akan membawa peneliti menuju tujuan yang telah diusahakan. Semoga segala pengalaman dan pelajaran yang diperoleh menjadi bekal untuk melangkah menuju perjalanan yang lebih baik di masa depan.
2. Kedua orang tua tercinta peneliti, Bapak Unen dan Ibu Suginah yang senantiasa melangitkan doa-doa terbaik dan tidak pernah berhenti percaya kepada peneliti. Terima kasih karena selalu menjadi sumber kekuatan, tempat pulang, dan alasan

terbesar bagi peneliti untuk terus bertahan hingga akhirnya mampu menyelesaikan perjalanan ini. Karya tulis sederhana dan gelar ini peneliti persembahkan untuk Bapak dan Ibu sebagai ungkapan terima kasih atas kasih sayang, doa, pengorbanan, dan cinta yang tidak akan pernah mampu peneliti balas.

3. Bapak Dr. Herdi, M.Pd., selaku dosen pembimbing 1. Terima kasih atas setiap arahan, kesabaran, perhatian, dan kepercayaan yang Bapak berikan selama perjalanan penyusunan skripsi ini. Di setiap bimbingan, Bapak selalu mengingatkan bahwa tidak ada proses yang langsung sempurna dan bahwa kesalahan bukanlah akhir, melainkan bagian dari belajar. Kalimat-kalimat sederhana yang Bapak sampaikan perlahan mengubah keraguan menjadi keberanian untuk terus melangkah. Peneliti bersyukur dapat melalui perjalanan ini dengan bimbingan Bapak. Berkat cara Bapak memandang setiap proses sebagai kesempatan untuk bertumbuh, penyusunan skripsi ini tidak hanya menjadi perjalanan akademik, tetapi juga perjalanan yang mengajarkan peneliti untuk lebih percaya pada proses, menikmati setiap langkahnya, dan menghargai setiap perkembangan, sekecil apa pun. Terima kasih telah menjadi bagian penting dalam perjalanan ini.
4. Ibu Dr. Karsih, M.Pd., selaku dosen pembimbing 2 sekaligus dosen penasihat akademik. Terima kasih atas segala bimbingan, perhatian, dan dukungan yang telah diberikan kepada peneliti selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Terima kasih karena selalu mengingatkan peneliti untuk tetap menjaga arah dan target dalam menyelesaikan masa studi, serta senantiasa memberikan kemudahan dan arahan di setiap proses yang peneliti lalui.
5. Para Dosen BK UNJ. Terima kasih atas setiap ilmu, bimbingan, arahan, dan pengalaman berharga yang telah diberikan selama menempuh pendidikan di Program Studi BK. Setiap proses pembelajaran, diskusi, maupun masukan yang diberikan menjadi bagian penting dalam membentuk cara berpikir, bersikap, dan bekal peneliti hingga mampu menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas dedikasi dan kesabaran dalam mendidik dan membimbing. Semoga segala kebaikan yang

telah diberikan menjadi amal yang terus mengalir dan senantiasa membawa keberkahan.

6. Kakak tercinta, Anisah Purwanti. Terima kasih karena selalu menjadi tempat yang membuat peneliti merasa tenang selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih telah mempercayai peneliti untuk menyelesaikan semuanya dengan waktu dan proses yang dimiliki, tanpa pernah membandingkan, mendesak, ataupun mempertanyakan. Dukungan, pengertian, dan kepercayaan yang diberikan menjadi salah satu kekuatan terbesar bagi peneliti untuk bertahan hingga akhirnya mampu menyelesaikan perjalanan ini.
7. Abang, Ivan Fajar Nugroho. Terima kasih karena hadir dengan caramu sendiri. Terima kasih karena selalu berusaha memenuhi apa yang peneliti butuhkan, menjadi tempat bercerita, sekaligus menjadi sumber tawa di tengah proses yang melelahkan ini. Meskipun sering berdebat dan saling mengusili, peneliti tahu itu semua tidak pernah mengurangi rasa peduli yang diberikan. Terima kasih juga karena menjadi salah satu dorongan terbesar atas pertanyaan menyebalkan yang selalu dilontarkan hingga akhirnya skripsi ini benar-benar selesai.
8. Ayah Ari dan Bunda Awin. Terima kasih selalu percaya kepada peneliti, bahkan di saat peneliti sering kali meragukan diri sendiri. Terima kasih atas setiap doa, dukungan, dan keyakinan yang tidak pernah berubah bahwa peneliti pasti mampu menyelesaikan skripsi ini. Kepercayaan tersebut menjadi kekuatan yang terus mengingatkan peneliti untuk tidak menyerah dan terus melangkah hingga akhir.
9. Sahabat peneliti, Junan Akhirul. Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan penyusunan skripsi ini. Sejak bangku sekolah hingga saat ini selalu hadir memberikan bantuan, dukungan, dan semangat di setiap proses yang peneliti lalui. Terima kasih karena selalu bersedia mendengarkan setiap keluh kesah, membantu saat merasa bingung, serta menenangkan dan menguatkan ketika keadaan terasa berat. Kehadiranmu memberikan arti dan menjadi salah satu alasan menyelesaikan perjalanan ini. Semoga segala kebaikanmu selalu dibalas dengan kebahagiaan dan kemudahan dalam setiap langkah.

Intelligentia - Dignitas

10. Sahabat peneliti, Nurul Anita. Terima kasih telah menjadi bagian dalam perjalanan panjang sejak bangku sekolah dasar hingga perkuliahan. Terima kasih atas setiap warna, semangat, dukungan, dan perhatian yang selalu diberikan. Terima kasih karena selalu bersedia menawarkan dan mengajak untuk selalu berproses. Semoga persahabatan yang telah terjalin selama ini senantiasa terjaga dan menjadi salah satu anugerah terindah dalam setiap langkah kehidupan kita.
11. Sahabat peneliti di grup Wacana, Adela, Citra, dan Novi. Teruntuk Adela, terima kasih karena selalu hadir menemani peneliti dalam keseharian, menjadi tempat berbagi cerita, memahami setiap perjuangan dan keluh kesah yang peneliti lalui, serta tidak pernah lelah memberikan dukungan di setiap langkah. Kehadiranmu menjadi salah satu penguat terbesar bagi peneliti untuk terus bertahan hingga akhirnya mampu menyelesaikan skripsi ini. Teruntuk Citra, terima kasih selalu ada ketika peneliti membutuhkan bantuan maupun teman berbagi cerita. Kedekatan yang terjalin serta dukungan yang selalu diberikan menjadi salah satu hal yang sangat berarti bagi peneliti selama proses penyusunan skripsi ini. Untuk Novi, terima kasih atas segala perhatian dan kebaikan yang selalu diberikan, termasuk kesediaanmu untuk menawarkan bantuan. Semoga kebaikanmu selalu di balas dengan kebaikan yang lebih besar.
12. Teman-teman PKM, Citra, Syifa, dan Silpia. Terima kasih telah menjadi teman bertumbuh sekaligus teman yang selalu menghadirkan tawa di setiap proses yang peneliti lalui. Terima kasih karena setiap kebersamaan, cerita, dan candaan yang tercipta mampu membuat penatnya penyusunan skripsi terasa lebih ringan. Kehadiran kalian menjadi pengingat bahwa di tengah kesibukan dan tekanan akademik, masih banyak momen sederhana yang layak untuk disyukuri.
13. Teman-teman BK A 2021. Terima kasih telah menjadi rumah kedua selama menjalani kehidupan sebagai mahasiswa BK. Terima kasih atas setiap kebersamaan, kehangatan, canda tawa, serta berbagai pengalaman yang telah kita lalui bersama. Terima kasih juga telah menjadikan BK A bukan sekedar kelas, tetapi keluarga yang memberikan begitu banyak kenangan selama perjalanan perkuliahan.

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala nikmat karunia-Nya, sehingga peneliti mampu menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul “Hubungan antara Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik Peserta Didik Madrasah Aliyah Negeri (MAN) di Kota Bekasi.” Skripsi ini di tulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan pada program studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, dukungan, serta doa yang diberikan kepada peneliti. Oleh karena itu, peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Karsih, M.Pd. selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta sekaligus selaku Dosen Pembimbing II (Penasihat Akademik) yang telah mendukung, memberikan doa, serta motivasi kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Herdi, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing I yang senantiasa memberikan bimbingan banyak kesempatan, serta memberikan bimbingan, arahan, masukan, hingga motivasi kepada peneliti melalui berbagai diskusi selama proses penyusunan skripsi.
3. Kepala dan Guru Madrasah Aliyah Negeri (MAN) di Kota Bekasi yang telah memberikan izin dan membantu pelaksanaan penelitian di sekolah.
4. Para responden penelitian dan pihak-pihak yang turut berperan dalam proses pengumpulan data penelitian ini. Partisipasi yang diberikan sangat berarti dalam mendukung kelancaran dan keberhasilan proses penelitian.
5. Orang tua serta keluarga yang senantiasa mendoakan peneliti agar diberikan kelancaran, kemudahan, dan kesuksesan.
6. Sahabat, teman, dan rekan-rekan peneliti yang senantiasa memberikan semangat dan dukungan kepada peneliti selama proses penyusunan skripsi ini.

Intelligentia - Dignitas

Peneliti menyadari bahwa dalam skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan dalam penulisan maupun penyusunan, sehingga peneliti menerima segala bentuk kritik, saran, serta masukan yang membangun demi skripsi yang lebih baik lagi.

Jakarta, 10 Juli 2026

Peneliti

Laela Rahmah Putri



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	i
ABSTRAK	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKIPSI	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
MOTTO DAN LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Pembatasan Masalah.....	8
D. Perumusan Masalah	8
E. Tujuan Umum Penelitian	8
F. Kegunaan Penelitian	8
1. Manfaat Teoritis.....	8
2. Manfaat Praktis	8
BAB II KAJIAN TEORITIK	10
A. Stres Akademik	10
1. Pengertian Stres Akademik.....	10
2. Faktor Stres Akademik.....	11
3. Aspek-aspek Stres Akademik	17
B. Regulasi Emosi	18

1. Pengertian Regulasi Emosi.....	18
2. Faktor Regulasi Emosi.....	20
3. Aspek-aspek Regulasi Emosi	21
C. Dukungan Sosial	23
1. Pengertian Dukungan Sosial.....	23
2. Faktor Dukungan Sosial	25
3. Aspek-aspek Dukungan Sosial	26
D. Dinamika Hubungan Regulasi Emosi dan Dukungan Sosial dengan Stres Akademik.....	30
E. Penelitian yang Relevan.....	31
F. Kerangka Berpikir.....	34
G. Hipotesis Penelitian.....	35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	36
A. Tujuan Penelitian	36
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	36
1. Tempat Penelitian	36
2. Waktu Penelitian	36
C. Metode Penelitian	37
D. Populasi dan Sampel.....	37
1. Populasi.....	37
2. Sampel	37
E. Teknik Pengumpulan Data.....	38
1. Definisi Konseptual dan Operasional	38
2. Kisi-Kisi Instrumen	39
F. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	41

1. Uji Validitas	41
2. Uji Reliabilitas	42
G. Teknik Analisis Data	44
1. Analisis Data Deskriptif.....	44
a. Analisis Gambaran Regulasi Emosi	44
b. Analisis Gambaran Dukungan Sosial	44
c. Analisis Gambaran Stres Akademik	45
2. Uji Prasyarat	45
a. Uji Normalitas	45
b. Uji Linearitas	45
c. Uji Multikolinearitas.....	46
d. Uji Heteroskedastisitas.....	46
3. Uji Hipotesis	46
a. Uji Korelasi Berganda	46
b. Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i>	47
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
A. Profil Responden.....	48
B. Deskripsi Data Variabel.....	49
1. Regulasi Emosi	49
a. Deskripsi Data Keseluruhan	49
b. Deskripsi Data Berdasarkan Aspek	50
c. Deskripsi Data Berdasarkan Kelas	51
d. Deskripsi Data Berdasarkan Jenis Kelamin.....	52
e. Deskripsi Data Berdasarkan Usia	53
2. Dukungan Sosial.....	54

a.	Deskripsi Data Keseluruhan	54
b.	Deskripsi Data Berdasarkan Aspek	55
c.	Deskripsi Data Berdasarkan Kelas	56
d.	Deskripsi Data Berdasarkan Jenis Kelamin.....	56
e.	Deskripsi Data Berdasarkan Usia	57
3.	Stres Akademik.....	58
a.	Deskripsi Data Keseluruhan	58
b.	Deskripsi Data Berdasarkan Aspek	59
c.	Deskripsi Data Berdasarkan Kelas	60
d.	Deskripsi Data Berdasarkan Jenis Kelamin.....	61
e.	Deskripsi Data Berdasarkan Usia	61
C.	Pengujian Prasyarat Analisis.....	62
1.	Uji Normalitas.....	62
2.	Uji Linearitas	63
3.	Uji Multikolinearitas	64
4.	Uji Heteroskedastisitas.....	64
D.	Pengujian Hipotesis	65
1.	Uji Korelasi Berganda	65
2.	Uji Korelasi <i>Pearson</i>	66
E.	Pembahasan	67
F.	Keterbatasan Penelitian.....	73
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN		75
A.	Kesimpulan	75
B.	Implikasi	76

C. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN	86

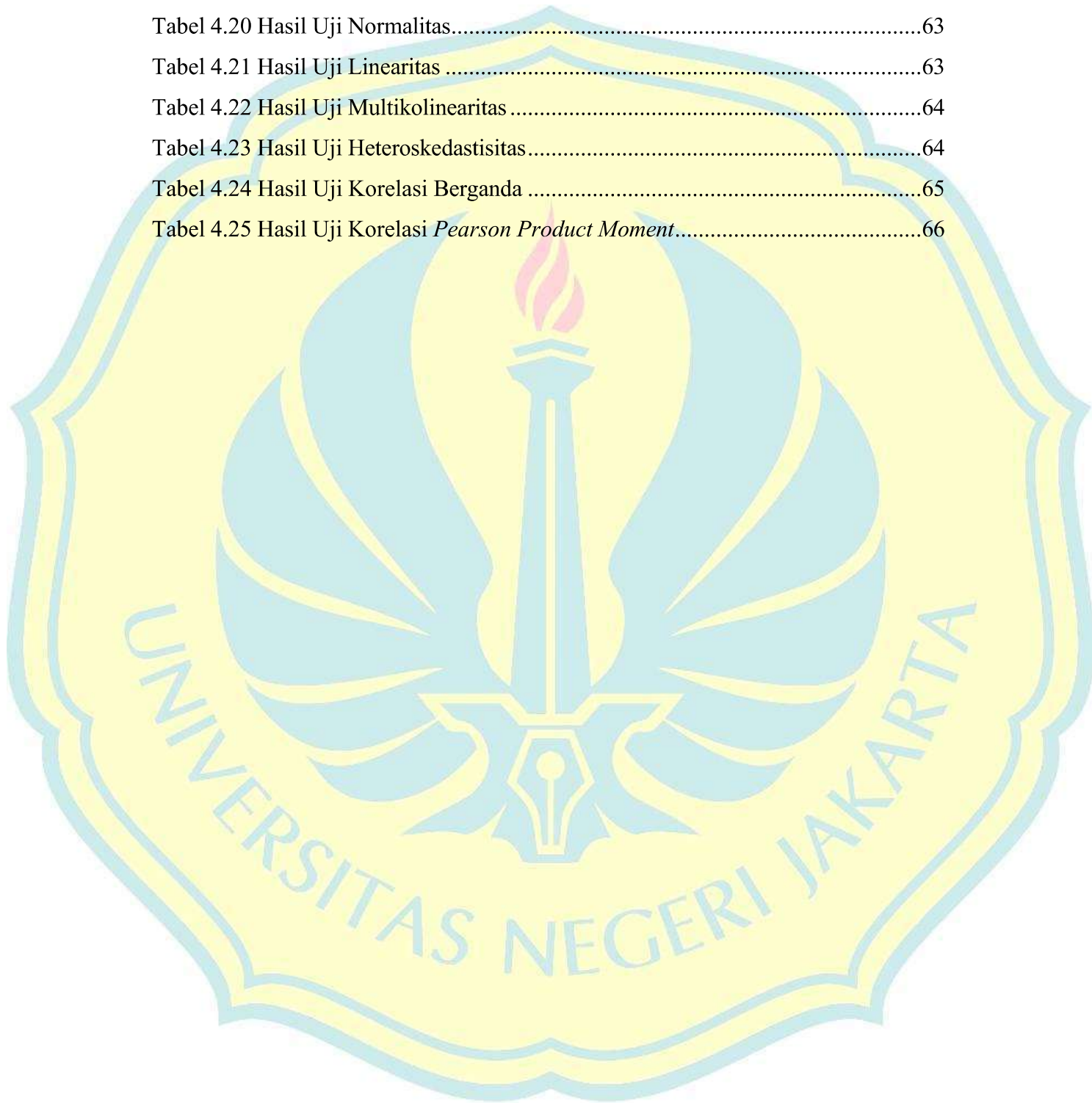


Intelligentia - Dignitas

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen DERS-SF	40
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen SPS	40
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen ESSA	41
Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas Regulasi Emosi.....	43
Tabel 3.5 Hasil Uji Reliabilitas Dukungan Sosial.....	43
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Stres Akademik.....	44
Tabel 3.7 Kategorisasi Analisis Gambaran Regulasi Emosi	44
Tabel 3.8 Kategorisasi Analisis Gambaran Dukungan Sosial	45
Tabel 3.9 Kategorisasi Analisis Gambaran Stres Akademik	45
Tabel 3.10 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi.....	47
Tabel 4.1 Profil Sebaran Responden	48
Tabel 4.2 Deskripsi Data Regulasi Emosi Keseluruhan.....	49
Tabel 4.3 Kategorisasi Data Regulasi Emosi.....	50
Tabel 4.4 Deskripsi Data Regulasi Emosi Berdasarkan Aspek.....	51
Tabel 4.5 Kategorisasi Data Regulasi Emosi Berdasarkan Kelas	51
Tabel 4.6 Kategorisasi Data Regulasi Emosi Berdasarkan Jenis Kelamin	52
Tabel 4.7 Kategorisasi Data Regulasi Emosi Berdasarkan Usia.....	53
Tabel 4.8 Deskripsi Data Dukungan Sosial Keseluruhan	54
Tabel 4.9 Kategorisasi Data Dukungan Sosial.....	54
Tabel 4.10 Deskripsi Data Dukungan Sosial Berdasarkan Aspek	55
Tabel 4.11 Kategorisasi Data Dukungan Sosial Berdasarkan Kelas	56
Tabel 4.12 Kategorisasi Data Dukungan Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin	57
Tabel 4.13 Kategorisasi Data Dukungan Sosial Berdasarkan Usia.....	57
Tabel 4.14 Deskripsi Data Stres Akademik Keseluruhan	58
Tabel 4.15 Kategorisasi Data Stres Akademik.....	59
Tabel 4.16 Deskripsi Data Stres Akademik Berdasarkan Aspek.....	59
Tabel 4.17 Kategorisasi Data Stres Akademik Berdasarkan Kelas.....	60
Tabel 4.18 Kategorisasi Data Stres Akademik Berdasarkan Jenis Kelamin	61
Tabel 4.19 Kategorisasi Data Stres Akademik Berdasarkan Usia.....	62

Tabel 4.20 Hasil Uji Normalitas.....	63
Tabel 4.21 Hasil Uji Linearitas	63
Tabel 4.22 Hasil Uji Multikolinearitas	64
Tabel 4.23 Hasil Uji Heteroskedastisitas	64
Tabel 4.24 Hasil Uji Korelasi Berganda	65
Tabel 4.25 Hasil Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i>	66



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Penelitian.....	87
Lampiran 2. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen	91
Lampiran 3. Hasil Uji Prasyarat Analisis.....	92
Lampiran 4. Hasil Uji Hipotesis.....	94
Lampiran 5. Implikasi Saran (RPL Bimbingan Klasikal)	95
Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian	109
Lampiran 7. Daftar Riwayat Hidup.....	111

The logo of Universitas Negeri Jakarta is a large, light blue emblem. It features a central torch with a flame, set against a background of stylized, radiating petals or leaves. The entire emblem is enclosed within a decorative, scalloped border. The text "UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA" is written in a light blue, serif font, curving around the bottom half of the emblem.

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

Intelligentia - Dignitas