

HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN KEMAMPUAN REGULASI EMOSI DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN (SMK) SAHID SURAKARTA

Tasya Natalia Sudibja

Abstrak

Adanya kemajuan zaman dalam berbagai bidang seperti sekarang ini, cenderung menimbulkan dampak yang beraneka ragam dari setiap individu. Jika seorang individu tidak mampu menyesuaikan diri maka akan terjadi perilaku yang maladaptif. Kecerdasan emosi dan regulasi emosilah yang berperan penting dalam penanggulangan perilaku tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosi dengan regulasi emosi, juga untuk mengetahui tingkat kemampuan regulasi emosi pada siswa di SMK Sahid Surakarta. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan melakukan pengujian pada hipotesis penelitian.

Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan menggunakan teknik analisa *product moment* dari Pearson diperoleh nilai koefisien (r_{xy}) sebesar = 0,608, $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan kemampuan regulasi emosi pada siswa di SMK Sahid Surakarta. Berdasarkan pada hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosi individu maka akan semakin tinggi pula kemampuan regulasi emosinya. Sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosi individu maka akan semakin rendah pula kemampuan regulasi emosinya.

Kata kunci : Kecerdasan Emosi, Regulasi Emosi