

ABSTRAK

Paru, G. F.M. 2026. Hubungan antara regulasi emosi dan asertivitas pada remaja di Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma.

Penelitian kuantitatif ini bertujuan untuk menelaah hubungan antara regulasi emosi (*emotional regulation*) dan asertivitas (*assertiveness*) pada remaja di Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara regulasi emosi dan asertivitas. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain korelasional dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *non probability sampling* dengan metode *convenience sampling*. Partisipan penelitian ini berjumlah 316 siswa siswi SMA Santo Yusup Pangudi Luhur Yogyakarta dari kelas X – XII. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua alat ukur yang terdiri dari Skala Regulasi Emosi yang disusun peneliti berdasarkan teori *Difficulties of Emotion Regulation Scale* yang terdiri dari 18 item ($\alpha = 0,806$) dan Skala Asertivitas yang disusun peneliti berdasarkan teori *Assertiveness Scale* terdiri dari 27 item ($\alpha = 0,873$). Data penelitian dianalisis menggunakan teknik korelasi *Spearman's Rho* karena data dari kedua variabel terdistribusi secara tidak normal. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang cukup signifikan antara regulasi emosi dan asertivitas pada remaja di Yogyakarta ($r = 0.389, p < 0.00$), sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Penelitian ini menyimpulkan bahwa semakin tinggi kemampuan subjek dalam meregulasi emosi yang, maka semakin tinggi pula asertivitas yang dimiliki.

Kata kunci: Regulasi emosi, asertivitas, remaja

ABSTRACT

Paru, G. F.M. 2026. The correlation between emotional regulation and assertiveness among adolescent in Yogyakarta. *Thesis*. Yogyakarta: Psychology, Psychology Faculty, Sanata Dharma University.

This quantitative study aimed to examine the correlation between emotional regulation and assertiveness among adolescents in Yogyakarta. The hypothesis proposed is that there is a positive correlation between emotional regulation and assertiveness. The research design used in this study was correlational, employing non-probability sampling with a convenience sampling method. The participants in this study consisted of 316 students from grades 10–12 at Santo Yusup Pangudi Luhur High School in Yogyakarta. Data were collected in this study using two measurement instruments: The Emotional Regulation Scale, developed by the researcher based on the Difficulties of Emotion Regulation Scale and consisting of 18 items ($\alpha = 0,806$), and the Assertiveness Scale, developed by the researcher based on the Assertiveness Scale and consisting of 27 items ($\alpha = 0,873$). The research data were analyzed using Spearman's Rho correlation, because the data for both variables were normally distributed. The results of the analysis indicate a significant positive relationship between emotion regulation and assertiveness among adolescents in Yogyakarta ($r = 0.389$, $p < 0.00$), thereby accepting the research hypothesis. This study concludes that a higher ability to regulate emotions is associated with higher levels of assertiveness

Key words: Emotional regulation, assertiveness, adolescent