

ABSTRAK

Remaja 13-15 tahun mengalami peralihan dari usia anak-anak, salah satunya kondisi akademis yang berubah menjadi lebih mandiri. Pada masa ini, siswa rentan mengalami stres akademik. Penelitian ini dilakukan secara survei dengan tujuan mengetahui peran regulasi emosi dan dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik siswa SMP. Subjek penelitian ini adalah 165 siswa SMP Negeri di Kota Yogyakarta yang dipilih menggunakan metode non-random sampling. Hipotesis dalam penelitian ini adalah regulasi emosi dan dukungan sosial teman sebaya berperan dalam stres akademik pada siswa SMP. Instrumen yang digunakan adalah skala regulasi emosi, skala dukungan sosial teman sebaya, dan skala stres akademik. Data diolah dengan teknik regresi linier ganda, yang menunjukkan hasil regulasi emosi dan dukungan sosial teman sebaya secara bersama-sama berperan sebesar 20,9% terhadap stres akademik, dengan angka masing-masing 20,5% dari regulasi emosi dan 0,4% dari dukungan sosial teman sebaya. Dengan demikian, perlu dicari lebih lanjut faktor lain yang memiliki peran terhadap stres akademik siswa SMP.

Kata Kunci: dukungan sosial, regulasi emosi, stres akademik

ABSTRACT

Adolescents aged 13-15 years old experience a shift from childhood, one of it is a more independent academic life. In this time, adolescents are prone to experience academic stress. This study aimed to examine the role of emotion regulation and peer social support in junior high school students' academic stress. The participants of this study were 165 public junior high school student in the city of Yogyakarta who were chosen using non-random sampling method. The hypothesis of this study suggests that emotion regulation and peer social support play a role on academic stress in junior high school students. Instruments of this research are emotion regulation scale, peer social support scale, and academic stress scale. The data were analysed using multiple regression, which showed that emotion regulation and peer social support explained 20.9% of academic stress variance, with emotion regulation explaining 20.5% and peer social support explaining 0.4%. Therefore, future studies are needed to explore other factors that could play a role in junior high school students' academic stress.

Keywords: emotion regulation, social support, academic stress