

**HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN *SELF EFFICACY*  
PADA GURU TK DI KECAMATAN SYIAH KUALA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Oleh:**

**NURUL HAFIZAH  
NIM. 180901123**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY  
BANDA ACEH  
2022**

**HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN *SELF EFFICACY*  
PADA GURU TK DI KECAMATAN SYIAH KUALA**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Psikologi  
UIN Ar-Raniry Banda Aceh  
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

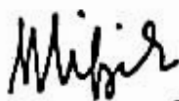
**Diajukan Oleh :**

**NURUL HAFIZAH  
NIM. 180901123**

**Disetujui Oleh:**

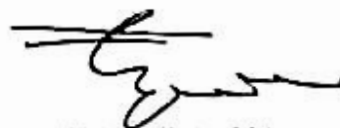
**AR-RANIRY**

**Pembimbing I**



**Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si  
NIP. 197601102006042002**

**Pembimbing II**



**Fairan Zam, MA  
NIDN. 2003127303**

**SKRIPSI**

**Telah Dinilai oleh Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi  
Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh  
Dan Dinyatakan Lulus serta disahkan sebagai  
Tugas Akhir untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana S-1 Psikologi (S. Psi)**

**Diajukan Oleh:**

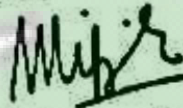
**NURUL HAFIZAH  
NIM. 180901123**

**Pada Hari/Tanggal  
Selasa, 20 Desember 2022**

**di**

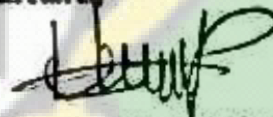
**Darussalam – Banda Aceh  
Panitia Sidang Munaqasyah**

**Ketua,**



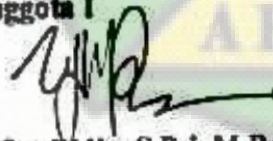
**Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si  
NIP. 197601102006042002**

**Sekretaris,**



**Muhammad Haikal, S.Psi., M.Psi., Psikolog**

**Anggota I**




**Usfur Ridha, S.Psi., M.Psi., Psikolog  
NIDN. 2006078301**

**Anggota II**



**Marini Kristina Situmeang, M.Sos, MA  
NIDN. 199011022019032024**

**Mengetahui,  
Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry**



**Dr. Muslim, M. Si  
NIP. 196610231994021001**

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya:

Nama : Nurul Hafizah

NIM : 180901123

Jenjang : Strata Satu (S-1)

Prodi : Psikologi UIN Ar-Raniry

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak pernah terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika dikemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Banda Aceh, 7 November 2022  
Yang Menyatakan,



Nurul Hafizah

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya selama ini sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Regulasi Emosi dengan *Self Efficacy* pada guru TK di Kecamatan Syiah Kuala ”. Shalawat serta salam marilah kita sanjung sajikan kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah memperjuangkan Islam dan membawa umatnya dari alam kebodohan kepada alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan. Penulis menyadari bahwa skripsi ini dapat terselesaikan berkat dukungan moral dan moril dari berbagai pihak, orang tua, keluarga dan teman-teman terdekat. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada :

1. Bapak Dr. Muslim, M.Si sebagai Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry, Banda Aceh.
2. Bapak Dr. Safrilsyah, S.Ag., M.Si sebagai Wakil Dekan I bidang Akademik dan kelembagaan yang telah selalu memberikan *support* kepada mahasiswa.
3. Ibu Dr. Misnawati, S.Ag., M.Ag sebagai Wakil Dekan II bidang Administrasi dan Keuangan, yang telah membantu dalam administrasi mahasiswa.
4. Bapak Dr. Nasruddin, M.Hum sebagai Wakil Dekan III bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama, yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada mahasiswa.

5. Bapak Julianto Saleh, S.Ag., M.Si selaku Ketua Prodi Program Studi Psikologi UIN Ar-Raniry
6. Ibu Cut Rizka Aliana, S.Psi., M.Si selaku Sekretaris Program Studi Psikologi UIN Ar-Raniry, sekaligus dosen Pembimbing Akademik (PA) penulis yang telah selalu bersedia memberikan segala wejangan-wejangan selama perkuliahan.
7. Ibu Miftahul Jannah, S.Ag.,M.Si selaku pembimbing I peneliti yang telah memberikan banyak dorongan dan nasehat bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi.
8. Bapak Fajran Zain, S.Ag., M.A selaku pembimbing II dalam proses penyelesaian skripsi ini, yang telah memberikan motivasi dan meluangkan waktu melakukan bimbingan kepada peneliti.
9. Bapak Muhammad Haikal S.Psi., M.Psi., Psikolog yang telah bersedia menjadi pembimbing II penulis disaat sidang dan setelahnya sehingga terselesainya skripsi penulis.
10. Ibu Usfur Ridha, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku penguji I peneliti dalam sidang munaqasyah skripsi yang telah meluangkan waktu, memberikan masukan dan saran dalam proses penyelesaian skripsi ini.
11. Ibu Iyulen Pebry Zuanny S.Psi., M. Psi., Psikolog selaku penguji II peneliti dalam sidang munaqasyah skripsi yang telah meluangkan waktu, memberikan masukan dan saran dalam proses penyelesaian skripsi ini.

12. Ibu Marini Kristina Situmeang M. Sos, M.A yang telah bersedia menjadi penguji II saya saat sidang dan setelahnya sehingga terselesaikannya skripsi saya.
13. Seluruh civitas akademika, dosen serta staf Program Studi Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah membantu, mendidik, dan memberikan ilmu yang bermanfaat dengan ikhlas dan tulus.
14. Terimakasih kepada orang tua tercinta ibu Jamilah Yusuf dan ayah Usman Daud yang telah memberikan dukungan moral moril serta doa yang tiada henti sehingga penulis sampai ke tahap akhir penyelesaian program S-I ini.
15. Terimakasih kepada adik-adik penulis Fadhil, Fian, Arif, dan Aan yang selalu memberikan dukungan dan semangat tiada henti dalam masa penyelesaian skripsi.
16. Terimakasih kepada seluruh keluarga tercinta terutama bunda pah, Fathan, Fathia, Fathur yang telah memberikan semangat dan doa dalam masa penyelesaian skripsi.
17. Terimakasih kepada adik-adik Dila, Una, Poca, Eva, Yuni, Azlin yang selalu memberikan *support* dan semangat selama penyelesaian skripsi.
18. Terimakasih kepada sahabat saya Suraiya Putri, Dara Vonna S.Psi, Ainurrahmi, Annisa Hanum, teman-teman seperjuangan Gegeb, Era, Mega dll yang tidak dapat peneliti sebutkan satu-persatu namanya serta teman-teman leting 2018 yang telah membantu, memberikan

dukungan, dan doa dalam melewati masa sulit, senang bersama sedari awal sampai akhir.

19. Terimakasih kepada Dinas Pendidikan Kota Banda Aceh yang telah membantu peneliti mendapatkan data TK yang berada di Syiah Kuala.

20. Terimakasih kepada seluruh guru TK yang berada di Syiah Kuala yang telah menjadi responden penelitian dan bersedia meluangkan waktu dalam mengisi kuesioner penelitian.

21. Terimakasih kepada orang yang telah selalu memberikan penulis semangat dan telah mendoakan penulis baik dalam kehidupan sehari-hari maupun masa-masa penyelesaian skripsi.

Penulis menyadari bahwa skripsi yang telah ditulis ini masih belum sempurna, karena sesungguhnya kesempurnaan hanyalah milik Allah. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak pihak, terutama bagi para guru-guru TK lainnya.

Banda Aceh, 7 November 2022  
Penulis,

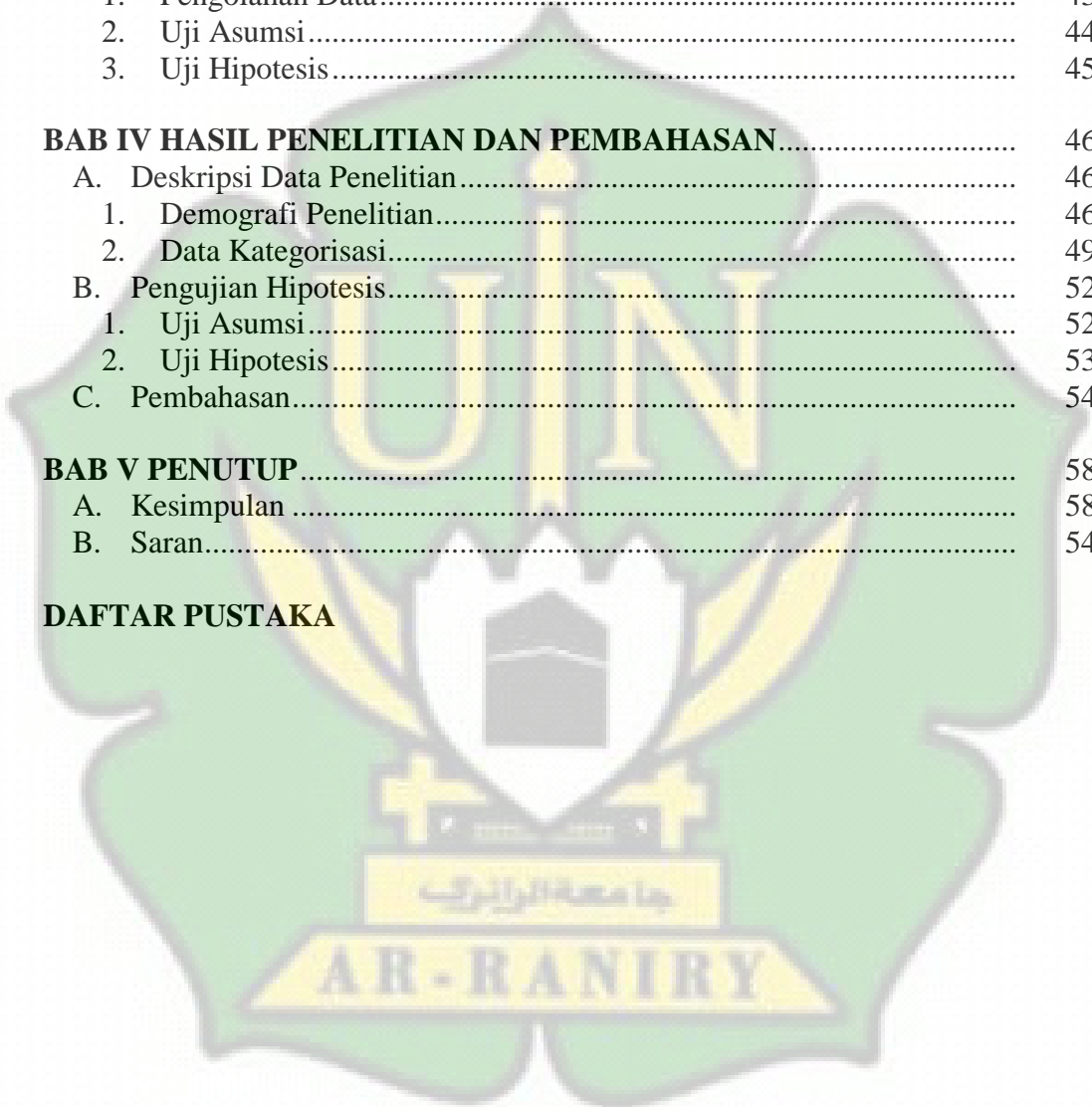
Nurul Hafizah



## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	i
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN</b> .....	iii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iv
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	x
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xii
<b>ABSTRAK</b> .....	xiii
<b>ABSTRACT</b> .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
1. Manfaat Teoritis .....	8
2. Manfaat Praktis .....	8
E. Keaslian Penelitian .....	9
<b>BAB II LANDASAN TEORI</b> .....	11
A. Regulasi Emosi .....	11
1. Definisi Regulasi Emosi .....	11
2. Aspek-Aspek Regulasi Emosi .....	15
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Emosi .....	14
B. Self Efficacy .....	16
1. Definisi self Efficacy .....	16
2. Dimensi Self Efficacy .....	19
3. Aspek-Aspek Self Efficacy .....	19
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self Efficacy</i> .....	24
5. Fungsi Efikasi Diri .....	26
C. Hubungan Regulasi Emosi dengan <i>Self efficacy</i> .....	27
D. Hipotesis .....	29
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	30
A. Pendekatan dan Metode Penelitian .....	30
B. Identifikasi Variabel Penelitian .....	30
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	31
D. Subjek Penelitian .....	32
1. Populasi .....	32
2. Sampel .....	30
E. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian .....	31
1. Administrasi Penelitian .....	31
2. Pelaksanaan Penelitian .....	35

F. Teknik Pengumpulan Data.....	33
1. Alat Ukur Penelitian.....	34
2. Uji Validitas.....	38
3. Uji Daya Beda Aitem .....	40
4. Uji Reliabilitas.....	42
G. Teknik Analisis Data.....	43
1. Pengolahan Data.....	43
2. Uji Asumsi.....	44
3. Uji Hipotesis.....	45
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>46</b>
A. Deskripsi Data Penelitian.....	46
1. Demografi Penelitian.....	46
2. Data Kategorisasi.....	49
B. Pengujian Hipotesis.....	52
1. Uji Asumsi.....	52
2. Uji Hipotesis.....	53
C. Pembahasan.....	54
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>58</b>
A. Kesimpulan .....	58
B. Saran.....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Data taman kanak-kanak yang berada di Syiah Kuala.....	30
Tabel 3.2	Skor aitem favorabel dan unfavorabel.. .....	34
Tabel 3.3	Blue print skala <i>self efficacy</i> adaptasi.. .....	35
Tabel 3.4	Skala <i>self efficacy</i> .....	36
Tabel 3.5	Blue print skala regulasi emosi sebelum gugur.....	37
Tabel 3.6	Blue print skala regulasi emosi setelah gugur.....	38
Tabel 3.7	Koefisien CVR skala regulasi emosi.....	40
Tabel 3.8	Uji daya beda aitem regulasi emosi sebelum gugur.....	41
Tabel 3.9	Uji daya beda aitem regulasi emosi setelah gugur .....	41
Tabel 3.10	Uji daya beda aitem <i>self efficacy</i> .....	42
Tabel 4.1	Data demografi subjek penelitian kategori usia.....	46
Tabel 4.2	Data demografi subjek penelitian kategori lama mengajar.....	47
Tabel 4.3	Data demografi subjek penelitian kategori status pernikahan.....	47
Tabel 4.4	Data demografi subjek penelitian kategori latar pendidikan.....	48
Tabel 4.5	Data demografi subjek penelitian kategori guru senior dan junior.....	48
Tabel 4.6	Deskriptif data penelitian. ....	49
Tabel 4.7	Kategorisasi regulasi emosi.....	51
Tabel 4.8	Kategorisasi <i>self efficacy</i> . ....	51
Tabel 4.9	Hasil uji normalitas sebaran.....	52
Tabel 4.10	Hasil uji linieritas. ....	53
Tabel 4.11	Uji hipotesis data penelitian .....	53

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka konseptual..... 25



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : SK dan Surat Izin Penelitian

Lampiran 2 : Skala Penelitian Regulasi Emosi dan *Self Efficacy*

Lampiran 3 : Tabulasi Penelitian Regulasi Emosi dan *Self Efficacy*

Lampiran 4 : Hasil Penelitian



# HUBUNGAN REGULASI EMOSI DENGAN *SELF EFFICACY* PADA GURU TK DI KECAMATAN SYIAH KUALA

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self efficacy* dengan regulasi emosi pada guru Taman Kanak-Kanak. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif dengan Jumlah populasi 19 TK di Kecamatan Syiah Kuala Banda Aceh dan sampel 117 guru. Pengukuran *self efficacy* menggunakan alat ukur skala adopsi oleh Ineng Wahyuni (2018) dan pengukuran regulasi emosi alat ukur skala yang dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek dari Thompson (1994). Teknik sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling* dengan kriteria lama mengajar minimal 3 bulan, usia minimal 21 tahun, sudah menikah, dan latar belakang pendidikan PAUD. Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* dari *Pearson*. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai koefisien korelasi ( $r$ ) = 0,517 dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ), hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara Regulasi Emosi dengan *Self Efficacy* yang dimiliki oleh guru TK di Kecamatan Syiah Kuala. Semakin tinggi Regulasi Emosi maka semakin tinggi pula *Self Efficacy* pada guru TK di kecamatan Syiah Kuala, sebaliknya Semakin rendah Regulasi Emosi maka semakin rendah pula *Self Efficacy* pada guru TK di kecamatan Syiah Kuala.

**Kata Kunci :** *Regulasi emosi, Self efficacy, Guru TK*

## ***THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL REGULATION AND SELF EFFICACY OF KINDERGARTEN TEACHER IN SYIAH KUALA DISTRICT***

### **ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between self-efficacy and emotion regulation in kindergarten teachers. This study used a descriptive quantitative research method with a total population of 19 kindergartens in the Syiah Kuala District of Banda Aceh and a sample of 117 teachers. Measuring self-efficacy used an adoption scale measuring tool by Ineng Wahyuni (2018) and measuring emotional regulation a scale measuring tool made by researchers based on aspects of Thompson (1994). The sample technique used was purposive sampling technique with the criteria of teaching experience of at least 3 months, minimum age of 21 years, married, and early childhood education background. Data analysis was performed using the product moment correlation technique from Pearson. The results of this study indicate a correlation coefficient ( $r$ ) = 0.517 with a significance level of 0.000 ( $p < 0.05$ ), this indicates that there is a positive relationship between Emotion Regulation and Self Efficacy owned by Kindergarten teachers in the District of Syiah Kuala. The higher the Emotional Regulation, the higher the Self-Efficacy of Kindergarten teachers in the Syiah Kuala sub-district, conversely. The lower the Emotional Regulation, the lower the Self-Efficacy of Kindergarten teachers in the Syiah Kuala sub-district.*

**Keywords :** *Emotional Regulation, Self-Efficacy, Kindergarten teacher*

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pendidikan adalah proses perubahan sikap dan tingkah laku seseorang ataupun kelompok dalam upaya mendewasakan manusia melalui sebuah pengajaran maupun perhatian. Banyak jenis penyelenggaraan pendidikan yang ada di Indonesia seperti, pendidikan formal dan informal dengan beberapa tingkat seperti Taman Kanak-Kanak (TK), Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Akhir (SMA), sampai Perguruan Tinggi. Kita ketahui bahwa di Indonesia memiliki beberapa Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) baik formal maupun informal seperti Taman Kanak-Kanak (TK), Playground, Daycare, Tempat Penitipan Anak (TPA), Raudhatul Athfal (RA) dan lain setingkatnya (Hasbi,2020).

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan hal yang sangat penting, karena akan menentukan perkembangan anak dimasa selanjutnya dengan berbagai stimulasi bermakna yang diberikan sejak usia dini. Awal kehidupan anak merupakan masa yang sangat tepat dalam memberikan stimulasi dan dorongan edukatif agar anak dapat berkembang secara optimal. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa PAUD merupakan suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui stimulasi pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan belajar dalam memasuki pendidikan lebih lanjut (Hasbi, 2020).



Kehadiran PAUD di Indonesia dimulai sejak sebelum kemerdekaan dan tidak lepas dari perkembangan PAUD di dunia internasional. Pada tahun 1840 Friedrich Wilhelm August Frobel mendirikan *Kindergarten*, di kota Blankenburg, Jerman yang merupakan pelopor pendidikan anak usia dini di dunia *Kinder* yang artinya anak dan *garten* berarti taman. Menurut Frobel, anak usia dini diibaratkan seperti tunas tumbuh-tumbuhan, masih memerlukan pemeliharaan dan perhatian sepenuhnya dari si “juru tanam” (Uniy, 2013).

Juru tanam disini dimaksudkan adalah seorang pendidik/guru. Guru PAUD adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, melatih, menilai peserta didik, oleh karena itu selain bagi masyarakat yang ingin menjadi guru usia dini mesti memiliki pendidikan yang berkualifikasi S1 atau D-IV PAUD, walaupun yang terjadi dilapangan saat ini, banyak juga guru yang memiliki latar belakang bukan pendidikan PAUD, namun dengan adanya pengalaman, setelah lamanya mengajar, dan juga faktor usia bisa mendukung untuk guru dapat mengajar dengan baik (Uny, 2013).

Pendidik anak usia dini khususnya guru Taman Kanak-Kanak (TK) memiliki peran penting dalam meningkatkan kemampuan anak. Empat aspek yang penting untuk dikembangkan dalam kemampuan ini, yaitu (1) kemampuan menyimak, (2) berbicara, (3) membaca permulaan, dan (4) menulis permulaan, sebaiknya menjadi fokus pengembangan guru yang tidak bisa diabaikan satu pun (Muis, 2012).

Pengembangan kemandirian anak oleh guru dapat dilakukan dengan pembiasaan. Menurut Yamin (2013), seorang guru harus mampu dalam menciptakan suasana belajar, dan terampil menyusun strategi pembelajaran serta bisa mengarahkan pembelajaran pengembangan kemandirian baik dalam kelas maupun diluar kelas guru harus memberikan contoh yang konkrit dalam semua hal yang diajarkan agar anak dapat bekerja sama dan saling berkompetisi.

Pendidikan anak usia dini sangat penting bagi keberlangsungan bagaimana kedepannya bangsa, menurut Suyadi (2010) menyatakan bahwa periode emas berlangsung pada saat dalam kandungan hingga usia 0-6 tahun, hal ini sejalan dengan fenomena saat ini menjadi guru PAUD adalah perpanjangan tangan dari orangtua yang perannya menjadi pengasuh sambung di tempat yang bisa dipantau masyarakat yaitu seperti sekolah. Sehingga menuntut para guru PAUD harus memiliki kompetensi yang baik.

Seorang guru PAUD dituntut memiliki kompetensi komplit yaitu seperangkat sikap, pengetahuan, dan keterampilan yang harus dihayati dan dikuasai selain harus dimiliki oleh seorang guru. Hal ini tersebut tertuang dalam Permendikbud Nomor 18 tahun 2018 tentang Penyediaan Layanan Pendidikan Anak Usia Dini. Dengan begitu guru pendidikan anak usia dini (PAUD) mempunyai peran penting, diharapkan tidak sekedar mempunyai kompetensi saja tetapi juga keyakinan terhadap kemampuan dirinya/efikasi dirinya yang tinggi.

Hartmann dalam Summer 2010 AER Journal (dalam khairiyah,2014): *Teacher Self Efficacy and Deaf-Blindness* mengemukakan bahwa guru dengan efikasi yang tinggi berbeda dengan guru dengan efikasi yang rendah. Guru dengan efikasi yang tinggi mempunyai dampak positif dalam pembelajaran siswa, mempunyai perencanaan yang strategis serta mempunyai tanggung jawab yang besar. Sehingga dalam proses pelaksanaan program guru mempunyai keyakinan yang positif dalam dirinya bahwa guru mampu menjalankan dan menangani anak-anak dengan berkebutuhan khusus tanpa ada rasa beban di dalam dirinya. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa sangat penting guru mempunyai efikasi yang tinggi. Efikasi sebagai sisi lain yang harus dimiliki guru di samping kompetensi. Efikasi dan kompetensi yang tinggi akan menjadi senjata dalam pembangunan pendidikan Indonesia.

*Self Efficacy* merupakan salah satu aspek pengetahuan tentang diri atau *self-knowledge* yang paling berpengaruh dalam kehidupan manusia sehari-hari. Hal ini disebabkan *self efficacy* yang dimiliki ikut mempengaruhi individu dalam menentukan tindakan yang akan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan, termasuk didalamnya perkiraan berbagai kejadian yang akan dihadapi. Pentingnya *self efficacy* jika dilihat hasil uraian di atas menjadi begitu penting terhadap perkembangan pendidikan di Indonesia. *Self efficacy* guru yang tinggi akan menjadi awal yang baik dalam peningkatan kompetensi guru dalam rangka perwujudan penelitian di Indonesia.

Penelitian mengenai *self efficacy* yang dilakukan oleh Muhammad Arifin, dkk (2014) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara efikasi diri dan kesiapan menjadi guru TK. Kemudian penelitian dilakukan oleh Rahman Tanjung, dkk (2020) menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kepuasan kerja.

Fenomena yang peneliti dapatkan dalam lingkungan ditempat peneliti tinggal, menjadi guru tidak mudah terlebih lagi seorang guru yang merangkap menjadi seorang ibu dan istri yang harus mengurus anak melayani suami dan mengerjakan pekerjaan rumah lainnya, dengan begitu menjadi guru akan menambah pekerjaan. Menghadapi semua kewajiban sebagai masing-masing peran maka harus memiliki kemampuan dan kesabaran untuk mengatasi apapun yang terjadi di dalam setiap peran. Umur dan lamanya mengajar merupakan suatu komponen penting dalam kesabaran dan keyakinan akan kemampuan seorang guru dalam menjalankan pekerjaannya.

Peneliti melakukan observasi pada guru yang mengajar di RA Fathun Qarib. Observasi dilakukan pada hari senin tanggal 14 Maret 2022 pukul 11.15 WIB yang bertempat di samping masjid Fathun Qarib, Darussalam, Kec. Syiah Kuala. Berdasarkan observasi tersebut peneliti melihat para guru sedang menunggu murid-murid dijemput pulang oleh orang tuanya masing-masing, para murid sambil menunggu dijemput mereka bermain bersama teman-temannya, ada yang naik ayunan, naik jungkat-jungkit, naik-turun perosotan, dan lain-lain, namun semua tidak lepas dari pantauan guru-guru.

Saat mereka berlari-lari ada salah satu suara guru yang terus memberi peringatan mereka “*hati-hati nak, jangan lari-lari nanti jatuh*”, saat mereka bermain ayunan bersama terdengar suara salah satu guru “*pelan-pelan nak*” dan banyak lagi.

Disaat tidak ada anak yang ditegur para guru yang berbincang sesama tertawa bersama, dan bahkan sekali-kali membicarakan anak-anak yang sedang bermain sambil terus memantau. Dengan begitu peneliti mencoba mendatangi para guru yang sedang berkumpul untuk mewawancarai mereka.

Cuplikan wawancara 1 :

*“...kami sangat senang bertemu dengan anak-anak seperti mereka, bahkan saat kami sedang ada masalah pribadi trus datang kesekolah semua masalah seakan hilang entah kemana.”* Salah satu guru menjawab “*...kami udah bertahun-tahun bahkan ada yg udah 20 tahun jadi guru TK, udah pasti kami biasa aja udah nanggap sikap anak-anak dan mewajarkan apa yang mereka buat selagi tetap dalam pengawasan kita*” Ditimpali oleh guru lainnya “*... saya yang baru 3 bulan mengajar disini sudah berasa banget betah dan nyaman nya disini, selalu jumpa dengan anak-anak dan temen-temen di-RA ini, walaupun saya lebih muda dari mereka tapi kayak ga ada bedanya sama semua, semua bahagia kalo udah ke sekolah*” lalu disambut oleh guru lainnya “*...yang namanya anak-anak ya pasti ada lasaknya, ini kan memang masa mereka berkembang bermain, jadi wajar, lelah ada, siapa sih yang ga lelah setelah kerja? Kan ga ada, ya jadi gitu tetap senang dan selalu bahagia untuk jadi guru TK karna kami udah menikmati banget ga ada ngeluh sama sekali, kami udah menikmati apapun itu masalahnya dengan anak-anak ya dinikmati aja, semua pasti tetap seru dan asyik*”. (para guru, wawancara bersama, 14 Maret 2022)

Cuplikan wawancara 2 :

*“...agak sulit sih, kalau mereka lagi lasak-lasaknya, kadang kita lagi capek, tapi karna udah ada tanggung jawab, jadi ya harus selesaikan tanggung jawabnya itu, tapi walaupun gitu tetap ada senangnya juga, kadang ada aja kelakuan mereka yang unik buat kita terharu, sedih, banyak lah”*. (DL, 28 November 2022)

Hasil dari observasi dan wawancara diatas menunjukkan bahwa para guru menikmati pekerjaan mereka menjadi guru TK. Saat sedang mengalami masalah pribadi dengan suami atau keluarga di rumah tetap harus tenang dan senang saat di sekolah dengan berjumpa anak-anak, menjadi guru harus bisa mengontrol emosi dengan baik. Walaupun begitu tetap masih memiliki rasa lelah yang dialami oleh seorang guru saat harus bisa baik-baik saja untuk menghadapi anak-anak.

Dengan hasil observasi dan wawancara tersebut menunjukkan bahwa pengelolaan emosi dan yakin terhadap kemampuan diri sangatlah penting, sehingga membuat hasil kinerja dan belajar-mengajar terpengaruh. Dan terbukti bahwa para guru harus memiliki *self efficacy* untuk melanjutkan tugas sebagai seorang pendidik, apabila seorang pendidik tidak percaya akan kemampuannya sendiri bagaimana murid bisa mempercayai guru dan mencontoh apa yang guru lakukan. Banyaknya tuntutan pekerjaan di rumah atau dalam lingkungan lain namun tetap mengharuskan guru TK bisa menyeimbangkan emosinya dan mengajar dengan baik juga menghadapi sikap nakalnya anak-anak.

Menurut Bandura (dalam Anisa Fahriyani, 2020) faktor-faktor yang mempengaruhi *self efficacy* adalah pengalaman menguasai sesuatu, modeling sosial, persuasi sosial, dan kondisi fisik demografi. Keadaan fisiologis dan emosi yang dialami individu akan mempengaruhi penilaian individu akan kemampuannya. Reaksi stress individu seperti mengalami ketakutan yang kuat, kecemasan akut, atau tingkat *stress* yang tinggi dianggap sebagai tanda

bahwa individu memiliki performa yang buruk, sehingga akan menurunkan *self efficacy* individu, Walaupun begitu, kondisi emosional yang tidak terlalu intens akan meningkatkan kemampuan *self efficacy* individu. Dengan demikian sangat berpengaruh dan dibutuhkan keterampilan regulasi emosi pada guru TK.

Peneliti mengambil populasi guru Taman Kanak-Kanak (TK) dikarenakan ingin melihat bagaimana keyakinan kemampuan mereka sebagai guru dapat menyelesaikan tugas sebagai seorang guru Taman Kanak-Kanak (TK) yang biasanya sangat menguras tenaga, pikiran, dan emosi dalam membimbing, dan mengajar siswa-siswi. Sebagai guru bagaimana cara mereka mengelola emosi, apakah ada hubungan dengan berhasilnya mereka bisa mengelola emosi meningkat pula keyakinan mereka terhadap kemampuan yang mereka miliki.

Guru TK juga masyarakat biasa yang menjalani problematika masalah, sehingga regulasi emosinya bisa saja kurang stabil. Namun ketika menjadi seorang guru disinilah tantangan guru harus mampu menstabilkan emosinya dengan menghadapi berbagai ragam kelakuan dan sifat anak-anak TK. Terlebih lagi bagi guru yang masih muda atau baru memasuki dewasa awal dengan pengimbangan emosi yang sedang belajar stabil, atau yang sudah menikah dengan memiliki lebih dari satu tanggung jawab menjadi tantangan tersendiri untuk seorang guru.

Regulasi emosi memiliki hubungan dengan suasana hati. Konsep regulasi emosi itu luas dan meliputi kesadaran dan ketidaksadaran secara psikologis, tingkah laku, dan proses kognitif. Selain itu, regulasi emosi beradaptasi dalam

kondisi situasi emosi yang stimulusnya berhubungan dengan lingkungan. Menurut Gross (1998), regulasi emosi adalah cara individu mempengaruhi emosi yang mereka miliki, kapan mereka merasakannya dan bagaimana mereka mengalami atau mengekspresikan emosi tersebut. Regulasi emosi juga dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengevaluasi dan mengubah reaksi-reaksi emosional untuk bertindak laku tertentu yang sesuai dengan situasi yang sedang terjadi (dalam monica, 2015).

Hasil penelitian dari Annisa Fahriyani, D (2020) menyatakan bahwa ada pengaruh positif yang signifikan antara regulasi emosi dan *self efficacy* yang berarti semakin tinggi regulasi emosi maka semakin tinggi pula *self efficacy*, begitu juga sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka semakin rendah pula *self efficacy*.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik melihat Hubungan Regulasi Emosi Dengan *Self Efficacy* Pada Guru Tk Di Kecamatan Syiah Kuala”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang penulis kemukakan diatas, maka rumusan masalah dalam proposal penelitian ini yaitu : Apakah terdapat hubungan regulasi emosi dengan *self efficacy* pada guru taman kanak-kanak yang memiliki latar berbeda-beda?



### C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah hubungan *self efficacy* dengan regulasi emosi pada guru taman kanak-kanak.

### D. Manfaat Penelitian

#### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan literatur bagi khazanah psikologi Indonesia khususnya Psikologi Pendidikan, Psikologi Kepribadian, dan Psikologi Sosial. Serta dapat memberikan wacana baru tentang Regulasi Emosi dan *Self Efficacy* pada pendidik atau calon pendidik nantinya. Kemudian sebagai tambahan informasi dan referensi untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan penelitian ini.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi para pendidik

Penelitian ini dapat menjadi pedoman bagi seluruh pendidik atau calon pendidik nantinya, sehingga dapat mengetahui teori-teori tentang kemampuan diri. Khususnya teori regulasi emosi dan *self efficacy* yang dapat digunakan dalam menjalankan tugas dan kewajiban.

##### b. Bagi mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat lebih memahami diri sendiri dan mengetahui bagaimana cara meningkatkan *self efficacy* dan melihat adakah hubungan dengan cara regulasi emosi. Dapat dijadikan

sebagai sumbangan/masukan bagi perkembangan ilmu pengetahuan baik untuk Universitas Islam Negeri Ar-Raniry khususnya maupun masyarakat pada umumnya.

c. Bagi peneliti

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan perbandingan dan menambah wacana pemikiran untuk mengembangkan, memperdalam, dan memperkaya secara teoritis mengenai hubungan regulasi emosi dan *self efficacy* dalam meningkatkan kemampuan diri.

#### **E. Keaslian Penelitian**

Keaslian penelitian ini dapat diketahui melalui sub-kajian yang sudah ada pada penelitian sebelumnya, maka perlu adanya upaya komparasi (perbandingan), apakah terdapat unsur-unsur perbedaan ataupun persamaan dengan konteks penelitian ini.

Penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni, Ineng (2018) dengan judul Pengaruh Efikasi Diri terhadap Resiliensi Diri pada Guru Sekolah Dasar Swasta di Jakarta Timur. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 150 guru. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel berupa *purposive sampling*. Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan analisis regresi (Anareg) diperoleh nilai  $F = 78,135$ ;  $p = 0,000 < 0,05$ . Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan efikasi diri terhadap resiliensi, dengan persamaan regresi  $Y = 41,248 + 0,920$  yang

artinya semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi pula resiliensi diri, dan sebaliknya dengan pengaruh efikasi diri terhadap resiliensi diri sebesar 34,6%.

Penelitian yang dilakukan oleh Fahriyani, Anisa dkk (2020) yang meneliti tentang Hubungan Regulasi Emosi dengan *Self Efficacy* pada Pendaki Gunung pemula. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 83 orang. Penelitian ini bersifat kuantitatif, korelasional non-eksperimental dengan teknik pengambilan sampel berupa *Purposive Sampling*. Hasil penelitian menunjukkan  $p = 0,000$  dengan koefisien korelasi sebesar 0,504, artinya hipotesis diterima yaitu terdapat hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dengan *self efficacy* pada pendaki gunung pemula.

Penelitian yang dilakukan oleh Putri Salisa, Innaya (2021) dengan judul Hubungan Regulasi Emosi dan Efikasi Diri dengan Kenakalan Remaja. Jumlah sampel penelitian sebanyak 80 remaja usia madya (15-18 tahun). Penelitian ini bersifat kuantitatif, korelasional non-eksperimental dengan teknik pengambilan *sample* berupa *Purposive Sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara regulasi emosi dan efikasi diri dengan kenakalan remaja usia madya (15-18) tahun.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Nur Hasanah, Dwi berjudul Hubungan *Self Efficacy* dan Regulasi Emosi dengan Kenakalan Remaja, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, subjek penelitian adalah siswa kelas VIII SMP N 7 Klaten. Data diambil dengan teknik *Cluster Random Sampling*. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala *self efficacy*, skala regulasi emosi dan skala kenakalan remaja. Hasil Penelitian

Analisis data menggunakan teknik analisis regresi ganda. Hasil perhitungan menggunakan analisis regresi ganda menunjukkan korelasi  $r_{xy}$  sebesar -0,249 pada taraf signifikan  $p < 0,05$ . Artinya ada korelasi negatif yang signifikan antara *self efficacy* dengan kenakalan remaja.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Wahyuni, Sri (2013) yang berjudul Hubungan Efikasi Diri dan Regulasi Emosi dengan Motivasi berprestasi pada Siswa, sampel pada penelitian ini adalah siswa-siswi SMK Negeri 1 Samarinda. Teknik pengambilan sampel digunakan *Stratified Random Sampling*, dan didapatkan 90 sampel siswa SMK Negeri 1 Samarinda. Pengujian hipotesis menggunakan uji analisis Regresi Model Ganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan motivasi berprestasi.

Berdasarkan uraian diatas, dapat dilihat bahwa perbedaan penelitian yang sudah dilakukan dan penelitian yang akan peneliti lakukan terdapat perbedaan pada lokasi penelitian, analisis data penelitian dan pengujian penelitian. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait “hubungan regulasi emosi dengan *self efficacy* pada guru TK di kecamatan Syiah Kuala” dapat disimpulkan bahwa penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti berbeda dengan penelitian yang sudah pernah dilakukan sebelumnya, dengan demikian penelitian ini dapat dipertanggungjawabkan keasliannya.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Regulasi Emosi

##### 1. Definisi Regulasi Emosi

Emosi merupakan konstruk yang penting dalam kehidupan karena ia mewarnai suasana hati dan semangat individu dalam melakukan aktivitas. Pengertian emosi menurut pendekatan evolusi yang dipelopori oleh Charles Darwin menyatakan bahwa ekspresi emosi adalah suatu bentuk komunikasi dari keinginan (intensi) ketika menghadapi situasi darurat dan cenderung berfungsi meningkatkan kesempatan hidup. (dalam Amir, 2013)

Pada umumnya individu tidak ingin terlihat tidak pantas, tidak ingin ditertawakan, tidak ingin dikucilkan oleh lingkungan sosialnya. Dengan adanya tuntutan norma sosial tersebut individu akan melakukan regulasi emosi. Dalam hal ini regulasi emosi akan terjadi bila individu melihat terdapat *difference* (perbedaan) antara emosi yang dirasakan dengan emosi yang sepatasnya dirasakan menurut ukuran normatif.

Thompson (1994) Regulasi emosi diartikan sebagai kemampuan untuk mengevaluasi dan mengubah reaksi-reaksi emosional untuk bertingkah laku tertentu yang sesuai dengan situasi yang sedang terjadi. Thompson juga mengatakan bahwa regulasi emosi terdiri dari proses intrinsik dan ekstrinsik yang bertanggung jawab untuk mengenal, memonitor, mengevaluasi, dan membatasi respon emosi, khususnya intensitas dan bentuk reaksinya untuk mencapai suatu tujuan.

Teori lain dikemukakan oleh Dodge dan Garber regulasi emosi ialah ambigu, dikarenakan bisa merujuk bagaimana emosi mengatur emosi yang lain seperti pikiran atau perilaku atau bagaimana emosi itu diatur sendiri. Proses dalam regulasi emosi melibatkan beberapa tingkatan sistem diantaranya fisiologis, atensi, kognitif, perilaku, dan tingkat *interpersonal* (dalam anisa fahriyani,2020)

Menurut Gross (1998) regulasi emosi adalah “*Emotion regulation refers to the processes by which individuals influence which emotions they have, when they have them, and how they experience and express these emotions*”. Maka yang dimaksud regulasi emosi menurut Gross (1998) mengacu pada proses individu mempengaruhi emosi yang mereka miliki, kapan mereka merasakannya, dan bagaimana mereka mengalaminya dan mengekspresikan emosi tersebut. (dalam annisa fahriyani,2020),

Berdasarkan pemaparan definisi regulasi emosi dari beberapa tokoh, penelitian ini akan mengacu pada definisi regulasi emosi yang dikemukakan oleh Thompson (1994). Alasan peneliti menggunakan definisi tersebut karena regulasi emosi menurut Thompson (1994) ini berdasarkan hasil evaluasi, untuk mengubah reaksi emosional menjadi tingkah laku yang lebih tepat.

## **2. Aspek-Aspek Regulasi Emosi**

Thompson (1994) membagi aspek-aspek regulasi emosi yang terdiri dari 3 (tiga) macam:

- a. Memonitor emosi (*emotions monitoring*) yaitu kemampuan individu menyadari dan memahami keseluruhan proses yang terjadi didalam dirinya, perasaannya, pikirannya dan latar belakang dari tindakannya.
- b. Mengevaluasi emosi (*emotions evaluating*) yaitu kemampuan individu mengelola dan menyeimbangkan emosi-emosi yang dialaminya. Kemampuan untuk mengelola emosi khususnya emosi negatif seperti kemarahan, kesedihan, kecewa, dendam dan benci akan membuat individu tidak terbawa dan terpengaruh secara mendalam yang dapat mengakibatkan individu tidak dapat berfikir secara rasional.
- c. Memodifikasi emosi (*emotions modification*) yaitu kemampuan individu merubah emosi sedemikian rupa sehingga mampu memotivasi diri terutama ketika individu berada dalam putus asa, cemas dan marah. Kemampuan ini membuat individu mampu bertahan dalam masalah yang sedang dihadapinya.

Aspek-aspek regulasi emosi yang dikemukakan oleh tokoh lainnya yaitu menurut gross (2007) diantaranya sebagai berikut:

- a. *Strategies to emotion regulation* (Strategi dalam regulasi emosi)  
Keyakinan seseorang dalam menyelesaikan suatu masalah. Ditunjukkan dengan adanya kemampuan untuk menemukan suatu cara agar dapat mengurangi emosi negatif dan dapat menenangkan diri kembali setelah merasakan suatu emosi yang berlebihan.
- b. *Engaging in goal directed behavior* (perilaku yang terlibat mengarahkan pada tujuan)

Kemampuan seseorang untuk tidak mudah terpengaruh oleh emosi negatif yang dirasakan agar dapat berfikir dan melakukan suatu hal dengan baik.

c. *Control emotional responses* (Mengontrol respon terhadap emosi)

Kemampuan seseorang untuk selalu berusaha mengontrol emosi yang dirasakan dan juga respon terhadap emosi tersebut. Seperti respon fisiologis, tingkah laku, dan ketika berinteraksi dengan lingkungan di sekitarnya. Hal tersebut dilakukan agar seseorang tidak merasakan emosi yang berlebihan dan respon emosi yang diungkapkan dengan tepat.

d. *Acceptance of emotional response* (Penerimaan terhadap respon emosi)

Kemampuan seseorang yang ditunjukkan dengan penerimaan suatu peristiwa yang menyebabkan munculnya emosi negatif dan tidak malu untuk merasakan emosi tersebut.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat diketahui bahwa peneliti merujuk pada aspek-aspek regulasi emosi yang dikemukakan oleh Thompson (1994) diantaranya, *Emotions monitoring* (Kemampuan mengatur emosi), *Emotions evaluating* (Mengevaluasi emosi), *Emotions modifications* (Modifikasi emosi). Hal itu dikarenakan aspek-aspek regulasi emosi tersebut sesuai dengan fenomena yang akan diteliti oleh peneliti.

### **3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Emosi**

Faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi, menurut (Nisfiannoor & Kartika, 2004) yaitu:

1. Hubungan antara orang tua dan anak



Hubungan antara remaja dengan orangtua sangat penting pada masa perkembangan remaja. Remaja menginginkan pengertian yang bersifat simpatik, telinga yang peka, dan orangtua yang dapat merasakan anak-anaknya memiliki sesuatu yang berharga untuk dibicarakan (Rice, 1999). Menurut Rice, *affect* yang berhubungan dengan emosi atau perasaan yang ada di antara anggota keluarga bisa bersifat positif ataupun negatif. *Affect* yang positif antara anggota keluarga menunjuk pada hubungan yang digolongkan pada emosi seperti kehangatan, kasih sayang, cinta, dan sensitivitas (Felson & Zielinski dalam Rice, 1999). Dalam hal ini anggota menunjukkan bahwa masing-masing dari mereka mau mendengarkan perasaan dan mengerti kebutuhan satu sama lain. Sedangkan *affect* yang negatif digolongkan pada emosi yang “dingin”, penolakan, dan permusuhan. Sikap yang terjadi antara anggota keluarga adalah mereka saling tidak menyukai bahkan tidak mencintai (Rice, 1999).

## 2. Umur dan jenis kelamin

Selain itu juga ada umur dan jenis kelamin. Seorang gadis yang berumur 7- 17 tahun lebih dapat melupakan tentang emosi yang menyakitkan daripada anak laki-laki yang juga seumur dengannya. Salovey dan Sluyter (1997) menyimpulkan bahwa anak perempuan lebih banyak mencari dukungan dan perlindungan dari orang lain untuk meregulasikan emosi negatif mereka sedangkan anak laki-laki menggunakan latihan fisik untuk meregulasikan emosi negatif mereka.

### 3. Hubungan Interpersonal

Salovey dan Sluyter (1997) juga mengemukakan bahwa hubungan interpersonal dan individu juga mempengaruhi regulasi emosi, keduanya berhubungan dan saling mempengaruhi, sehingga emosi meningkat bila individu yang ingin mencapai suatu tujuan berinteraksi dengan lingkungan dan individu lainnya. Biasanya emosi positif meningkat bila individu mencapai tujuannya dan emosi negatif meningkat bila individu kesulitan dalam mencapai tujuannya. Faktor-faktor lainnya menurut Salovey dan Sluyter (1997) adalah permainan yang mereka mainkan, program televisi yang mereka tonton, dan teman bermain mereka dapat mempengaruhi perkembangan regulasi mereka. (dalam Anisa Fahriyani, 2020)

## B. Self Efficacy

### 1. Definisi self efficacy

Bandura adalah tokoh yang memperkenalkan istilah efikasi diri (*self-efficacy*). Ia mendefinisikan bahwa efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Menurut Bandura (1977) *self efficacy* berkaitan dengan keyakinan seseorang bahwa orang tersebut memiliki kemampuan untuk menghasilkan pencapaian tertentu. Selain itu, *self efficacy* dikatakan sebagai keyakinan penilaian diri berkenaan dengan kompetensi seseorang untuk sukses dalam tugas-tugasnya. (dalam Anisa Fahriyani, 2020)

Baron dan Byrne (1991) mendefinisikan efikasi diri sebagai evaluasi diri seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan. Bandura dan Wood menjelaskan bahwa efikasi diri mengacu pada keyakinan akan kemampuan individu untuk menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif, dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasi.

Efikasi diri secara umum berhubungan dengan harga diri atau *self-esteem* karena keduanya merupakan aspek dari penilaian diri yang berkaitan dengan kesuksesan atau kegagalan seseorang sebagai seorang manusia. Meskipun demikian, keduanya juga memiliki perbedaan, yaitu bahwa efikasi diri tidak mempunyai komponen penghargaan diri seperti pada *self-esteem*. Harga diri (*self esteem*) mungkin suatu sifat yang menyamaratakan efikasi diri selalu dalam situasi khusus dan hal ini mendahului aksi dengan segera. Contoh, seseorang bisa memiliki efikasi diri secara umum yang tinggi, dia mungkin menganggap dirinya sanggup dalam banyak situasi namun memiliki harga diri yang rendah karena dia percaya bahwa dia tidak memiliki nilai pokok pada hal yang dikuasai.

Bandura (1997) mengatakan bahwa efikasi diri pada dasarnya adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Gist dan Mitchell mengatakan bahwa efikasi diri dapat membawa pada perilaku yang berbeda diantara individu dengan kemampuan

yang sama karena efikasi diri mempengaruhi pilihan, tujuan, pengaturan masalah, dan kegigihan dalam berusaha. (dalam Risnawati,2014)

*Self Efficacy* juga mempengaruhi atas pilihan tindakan seseorang, seberapa banyak upaya yang mereka lakukan, seberapa lama mereka akan tekun, dalam menghadapi rintangan dan kegagalan, seberapa kuat ketahanan mereka menghadapi kemalangan, seberapa jernih pikiran mereka merupakan rintangan atau bantuan diri, seberapa banyak tekanan dan ke Gundahan, pengalaman mereka dalam meniru (*copying*) tuntunan lingkungan, dan seberapa tinggi tingkat pemenuhan yang mereka wujudkan.

Menurut teori sosial bandura, keyakinan *self efficacy* mempengaruhi pilihan orang dalam membuat dan menjalankan tindakan yang mereka kejar. Individu cenderung berkonsentrasi dalam tugas-tugas yang mereka rasakan mampu dan percaya dapat menyelesaikannya serta menghindari tugas-tugas yang tidak dapat mereka kerjakan. *Self efficacy* juga membantu menentukan sejauh mana usaha yang akan dikerahkan orang dalam suatu aktivitas, seberapa lama mereka akan gigih ketika menghadapi rintangan, dan seberapa ulet mereka akan menghadapi situasi yang tidak cocok (Chaer, 2016).

Efikasi diri berkembang secara teratur, perkembangan *self efficacy* dimulai dari masa bayi, dewasa, dan masa tua. Setiap masa dari perkembangan *self efficacy* individu dibentuk dan dipengaruhi oleh faktor yang berbeda di sekeliling lingkungannya. Manusia dapat memiliki *self efficacy* tergantung pada kompetensi yang diminta dan diinginkan setiap aktivitas yang berbeda-beda, kondisi fisiologis lain yang menyertai khususnya dalam menghadapi

kegagalan, kelelahan, kecemasan atau kesedihan (jess & Gregory, 2008). Manusia harus mampu mengontrol diri, mengendalikan masalah secara efektif, dan mengendalikan situasi yang mengganggu maka ia akan mendorong dirinya sendiri untuk menyelesaikan tindakan atau kegiatan atau tugas dengan tujuan tertentu (dalam Arifah fitriyah, 2019).

## 2. Dimensi Self Efficacy

Menurut Bandura (1977) ada 3 (tiga) dimensi dalam *self efficacy*, yaitu :

### a. *Level* (Tingkat)

Dimensi ini mengacu pada penilaian *self efficacy* pada setiap individu akan berbeda-beda mengacu pada tingkat kesulitan tugas-tugas yang diperintahkan, mulai pada saat menghadapi tugas yang sederhana, agak sulit, dan teramat sulit yang diyakini individu akan mampu mengatasinya.

### b. *Strength* (Kekuatan)

Mengacu pada keyakinan individu dalam kemampuannya mengerjakan tugas. Individu yang memiliki keyakinan kurang kuat pada kemampuannya dapat dengan mudah menyerah apabila menghadapi hambatan dalam menyelesaikan tugas, sedangkan individu yang memiliki keyakinan kuat pada kemampuannya akan terus berusaha meskipun mengalami hambatan dalam menyelesaikan tugas. Hal ini berkaitan dengan perilaku yang dibutuhkan dalam mencapai penyelesaian tugas pada saat dibutuhkan.

### c. *Generality* (keluasan)

Mengacu pada situasi dimana individu merasa yakin pada kemampuan dirinya secara umum. Individu dapat merasa yakin pada kemampuannya dalam suatu aktifitas dan situasi tertentu. (dalam Risnawati,2014).

### 3. Aspek-Aspek Self Efficacy

Menurut Bandura (1997) aspek-aspek *self efficacy* ada 2 (dua), yaitu:

- 1) *Outcome expectancy*, yaitu suatu perkiraan atau kemungkinan bahwa tingkah laku atau tindakan tertentu akan menyebabkan akibat yang khusus. Mengandung keyakinan sejauh mana perilaku tertentu akan mengungkap konsekuensi tertentu. Hal ini juga merupakan keyakinan mengenai kemungkinan bahwa tindakan khusus akan memberikan hasil akhir atau konsekuensi tertentu (harapan mengenai keefektifan arti perilaku tertentu dalam memproduksi hasil-hasil tersebut), atau harapan akan kemungkinan hasil perilaku.
- 2) *Efficacy expectancy*, yang sangat penting sebagai mediator sosial kognitif dalam melakukan suatu tindakan. Merupakan suatu keyakinan bahwa seseorang akan berhasil dalam bertindak sesuai dengan hasil yang diharapkan. Aspek ini menunjukkan pada harapan seseorang berkaitan dengan kesanggupan menyadari suatu perilaku yang dikehendaki. Hal ini lebih condong pada keputusan yang akan dilakukan seseorang dengan kemampuan yang dimilikinya berkaitan dengan kesanggupan untuk bertindak spesifik dalam situasi khusus.

#### 4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self Efficacy*

Bandura (1997) menjelaskan bahwa *Self efficacy* dikembangkan melalui empat sumber utama yaitu *enactive mastery experiences*, *vicarious experience*, *verbal persuasion* dan *physiological and affective states*.

a. Pengalaman penguasaan tindakan (*enactive mastery experiences*)

Pengalaman yang menyebabkan seseorang mengerahkan segala kemampuannya untuk meraih keberhasilan. Setiap keberhasilan akan meningkatkan efikasi diri seseorang dan setiap kegagalan akan menjadi pelajaran bahwa suatu keberhasilan membutuhkan usaha yang keras dalam mengatasi berbagai rintangan. Keberhasilan seseorang menyelesaikan tugas dapat meningkatkan, tidak berpengaruh, atau menurunkan efikasi diri tergantung pada bagaimana seseorang menginterpretasikan dan mempertimbangkan kemampuan personal maupun situasional saat ini.

b. Pengalaman orang lain (*vicarious experiences*)

*vicarious experiences* dikenal juga dengan istilah *Modeling*, merupakan cara meningkatkan efikasi diri dengan mengamati keberhasilan orang lain dalam menyelesaikan tugas tertentu. Efikasi diri juga dipengaruhi oleh seberapa besar persepsi seseorang memiliki kesamaan dirinya dengan orang lain. Semakin besar seseorang berpersepsi memiliki kesamaan maka semakin besar keberhasilan dan kegagalan model tersebut berpengaruh terhadap efikasi dirinya dan begitu juga sebaliknya. Perilaku dan cara berpikir orang lain menjadi sumber pengetahuan, keterampilan, dan mencapai keberhasilan.

c. Persuasi verbal (*verbal persuasion*)

*Variabel persuasi* meningkatkan efikasi diri dengan menguatkan keyakinan seseorang yang disampaikan secara verbal baik oleh orang lain maupun diri sendiri, bahwa dia memiliki kemampuan yang dibutuhkan untuk berhasil. Persuasi verbal sangat penting pengaruhnya dalam meningkatkan *self efficacy*, semakin dipercaya individu lain maka akan semakin berpengaruh pada *self efficacy* begitu pun sebaliknya.

d. Kondisi fisik dan emosi (*physiological and affective states*)

Kondisi fisik dan emosi dinilai sebagian orang sebagai informasi untuk menilai kemampuannya. Reaksi stres, kelemahan fisik, kurangnya stamina, kelelahan, rasa sakit, dan nyeri dinilai sebagai tanda penurunan kemampuan dirinya. Seseorang lebih merasa kesuksesan terjadi jika dirinya tidak mengalami stres. Selain itu suasana hati juga mempengaruhi interpretasi seseorang terhadap efikasi diri. Intensitas perubahan terhadap kondisi fisik dan emosi seseorang merupakan hal penting yang akan mempengaruhi efikasi diri, tetapi bagaimana seseorang mempersepsikan dan menginterpretasikan perubahan tersebut adalah hal yang lebih berpengaruh terhadap efikasi diri.



## 5. Fungsi Efikasi Diri

Bandura mengatakan bahwa efikasi diri berfungsi sebagai faktor yang ikut menentukan dalam pemilihan tingkah laku, menentukan besar usaha dan daya tahan, serta mempengaruhi pola pikir dan reaksi emosional.

### 1) Pemilahan tingkah laku

Setiap kegiatan sehari-hari harus membuat keputusan setiap waktu mengenai bagian mana yang akan mereka kerjakan dan berapa lama waktu yang mereka butuhkan untuk mengerjakannya. Keputusan ini melibatkan pemilihan kegiatan dan lingkungan yang merupakan bagian untuk menentukan penilaian keyakinan pribadi. Keputusan ini kemungkinan besar ditentukan oleh penilaian mereka tentang kemampuan dirinya. Bandura mengatakan bahwa manusia cenderung menghindari berbagai tugas dan situasi yang mereka yakini diluar kemampuannya tetapi mereka akan melaksanakan berbagai kegiatan yang mereka anggap dapat mereka lakukan.

### 2) Pola pikir dan reaksi emosional

Seseorang menilai kemampuan mereka dipengaruhi oleh bentuk dan reaksi emosional selama berinteraksi dengan lingkungan. Beck mengatakan bahwa mereka yang menganggap dirinya tidak mampu menghadapi tuntutan-tuntutan lingkungan cenderung memikirkan kekurangan diri dan memandang kesulitan-kesulitan yang dihadapi secara berlebihan.

Peranan khawatir dan akhirnya menjadi tertekan akan timbul ketika berinteraksi dengan lingkungan. Hal ini mengakibatkan mereka tidak menggunakan kemampuannya sepenuhnya karena kemampuan yang mereka miliki telah dirusak oleh perasaan khawatir dan tertekan. Reaksi emosional yang timbul berupa perhatian yang berlebihan pada kegagalan dan kecelakaan yang dialami dan bukan memikirkan cara terbaik yang dapat dilakukan untuk bertahan. Sebaliknya, orang-orang yang memiliki keyakinan yang kuat akan kemampuannya akan memberikan perhatian dan usaha terbaik mereka untuk mengatasi hambatan tersebut.

### **C. Hubungan Regulasi Emosi dengan *Self efficacy***

Regulasi emosi dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengevaluasi dan mengubah reaksi-reaksi emosional untuk bertindak laku tertentu yang sesuai dengan situasi yang sedang terjadi (Thompson, 1994). Regulasi emosi berhubungan dengan suasana hati, konsep regulasi emosi itu luas dan meliputi kesadaran dan ketidaksadaran secara psikologis, tingkah laku, dan proses kognitif. Selain itu, regulasi emosi beradaptasi dalam kondisi situasi emosi yang stimulusnya berhubungan dengan lingkungan. Apabila individu mampu tetap tenang ketika berada di bawah tekanan maka individu tersebut memiliki keterampilan regulasi emosi.

Regulasi emosi merupakan pengelolaan emosi seperti memonitor emosi dengan menyadari dan memahami apa yang sedang terjadi dengan perasaannya, pikirannya, dan tindakan apa yang akan diambil, lalu mengevaluasi emosi dengan mengelola dan menyeimbangkan emosi yang terjadi baik emosi negatif maupun

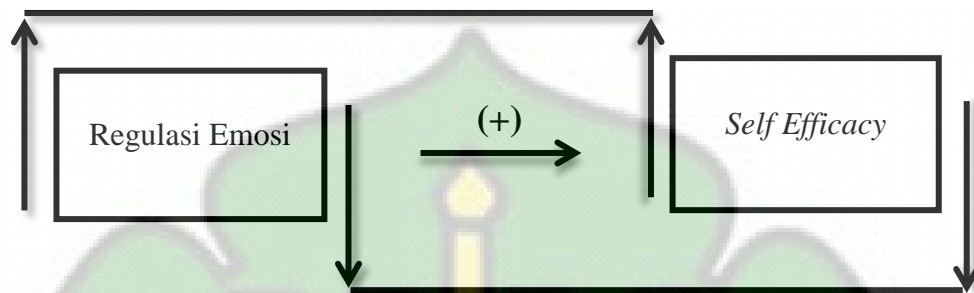
positif, dan memodifikasi emosi dengan merubah emosi yang sedang terjadi apabila sedang dalam emosi negatif maka mengubah emosi tersebut menjadi emosi positif untuk tidak menyebarkan energi negatif terhadap lingkungan sekitar atau tidak merusak suasana dengan energi negatif. Sejalan dengan itu, individu yang dapat mengelola emosinya dengan baik ia mampu mengenal dirinya sendiri, yakin akan kemampuannya dalam melakukan apapun maka ia memiliki *Self Efficacy* yang kuat.

Baron dan Byrne (1991) mendefinisikan *Self Efficacy* (efikasi diri) sebagai evaluasi diri seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan. Bandura dan wood menjelaskan bahwa efikasi diri mengacu pada keyakinan akan kemampuan individu untuk menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif, dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasi. (dalam Risnawati,2014)

Efikasi diri juga mempengaruhi cara atas pilihan tindakan seseorang, seberapa banyak upaya yang mereka lakukan, seberapa lama mereka akan tekun dalam menghadapi rintangan dan kegagalan, seberapa kuat ketahanan mereka menghadapi kemalangan, seberapa jernih pikiran mereka merupakan rintangan diri atau bantuan diri, seberapa banyak tekanan dan kegundahan pengalaman mereka dalam meniru (*copying*) tuntunan lingkungan, dan seberapa tinggi tingkat pemenuhan yang mereka wujudkan.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Annisa Fahriyani, D (2020) yaitu ada pengaruh positif yang signifikan antara regulasi emosi dan *self efficacy* yang berarti semakin tinggi regulasi emosi maka semakin tinggi pula *self efficacy*,

begitu juga sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka semakin rendah pula *self efficacy*.



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

#### D. Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan positif antara regulasi emosi dengan *self efficacy* pada guru TK di kecamatan Syiah Kuala. Artinya semakin tinggi regulasi emosi maka semakin tinggi pula *self efficacy*, begitu juga sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka semakin rendah pula *self efficacy* pada guru TK di kecamatan Syiah Kuala.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Metode Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang dalam prosesnya banyak merupakan angka-angka dari mulai pengumpulan data, penafsiran terhadap data, serta penampilan dari hasilnya (Arikunto, 2010).

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif deskriptif yaitu suatu metode dalam penelitian status sekelompok manusia, suatu objek, suatu sel kondisi, suatu sistem pemikiran ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang. Tujuan dari penelitian deskriptif untuk membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diselidiki (Rukajat 2018).

#### **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Sugiyono (2019) menyatakan bahwa variabel merupakan segala sesuatu berbentuk apa saja yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut serta dapat ditarik kesimpulannya. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi variabel lain atau menghasilkan akibat pada variabel lain, pada umumnya berada dalam urutan tata waktu yang lebih dulu. Sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang

diakibatkan atau dipengaruhi oleh variabel bebas (Martono,2010). Variabel-variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel Bebas (X) : Regulasi Emosi.
2. Variabel Terikat (Y) : *Self Efficacy*

### C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Secara operasional, masing-masing variabel dalam penelitian ini didefinisikan sebagai berikut:

#### 1. Regulasi Emosi

Ekspresi emosi adalah suatu bentuk komunikasi dari keinginan (intensi) ketika menghadapi situasi darurat dan cenderung berfungsi meningkatkan kesempatan hidup. Menurut Thompson (1994) Regulasi emosi dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengevaluasi dan mengubah reaksi-reaksi emosional untuk bertindak laku tertentu yang sesuai dengan situasi yang sedang terjadi. Lebih lanjut Thompson mengatakan bahwa regulasi emosi terdiri dari proses intrinsik dan ekstrinsik yang bertanggung jawab untuk mengenal, memonitor, mengevaluasi, dan membatasi respon emosi khususnya intensitas dan bentuk reaksinya untuk mencapai suatu tujuan.

#### 2. *Self Efficacy*

Efikasi diri adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Menurut Bandura (1997) efikasi diri pada dasarnya adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas

atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Gist dan Mitchell mengatakan bahwa efikasi diri dapat membawa pada perilaku yang berbeda diantara individu dengan kemampuan yang sama karena efikasi diri mempengaruhi pilihan, tujuan, pengatasan masalah, dan kegigihan dalam berusaha. *self efficacy* memiliki 3 dimensi bahasan yaitu, tingkat kesulitan tugas, kekuatan dalam mengerjakan tugas, dan keluasaan dalam menerima tugas.

#### **D. Subjek Penelitian**

##### **1. Populasi**

Populasi menurut Sugiyono (2007) : "adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah guru Taman Kanak-Kanak (TK) yang ada di Kecamatan Syiah Kuala.

Alasan peneliti mengambil populasi guru Taman Kanak-Kanak (TK) dikarenakan ingin melihat bagaimana keyakinan kemampuan mereka sebagai guru dapat menyelesaikan tugas sebagai seorang guru Taman Kanak-Kanak (TK) yang biasanya sangat menguras tenaga, pikiran, dan emosi dalam membimbing, dan mengajari siswa-siswi. Sebagai guru bagaimana cara mereka mengelola emosi, apakah ada hubungan dengan berhasilnya mereka bisa mengelola emosi meningkat pula keyakinan mereka terhadap kemampuan mereka menjadi seorang guru Taman Kanak-Kanak.

**Tabel 3.1****Data Taman Kanak-Kanak yang Berada di Syiah Kuala**

No.	Nama	Desa
1.	TK Al Munawarah	Ie masen Kaye Adang
2.	TK AL Washliyah Alue Naga	Alue Naga
3.	TK Al- Kawanad	Deah Raya
4.	TK Annisa Arfah	Pineung
5.	TK Anzib Lamnyong	Rukoh
6.	TK Bungong Seulupok	Kopelma Darussalam
7.	TK Cinta Ananda	Pineung
8.	TK FKIP Unsyiah	Kopelma Darussalam
9.	TK Harsya Ceria	Jeulingke
10.	TK Ikal Dolog	Pineung
11.	TK Insan Tauhid Al Khair	Jeulingke
12.	TK Islam Al-Azhar Chairo Banda Aceh	Lamgugob
13.	TK Khalifah Aceh 3	Lamgugob
14.	TK Medina Bilingual Preschool	Jeulingke
15.	TK Negeri 5 Kota Banda Aceh	Tibang
16.	TK Nurul Iman	Kopelma Darussalam
17.	TK Permata Sunnah	Rukoh
18.	TK Raisha	Pineung
19.	TK Tahfizh Anak Bangsa	Lamgugob

Sumber : Dinas Pendidikan Kota

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang ingin diteliti (Priyono,2016). Teknik sampling (teknik pengambilan sampel) yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non-probability sampling* dengan teknik pengambilan sampel bersyarat (*purposive sampling*). *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2014). Dalam penelitian ini dilakukan pada guru tk yang berkarakteristik :

- a. Usia minimal 21 tahun
- b. Mengajar minimal 3 bulan
- c. Sudah menikah
- d. Latar belakang pendidikan PAUD



Sampel pada penelitian ini diambil berdasarkan TK yang berada di Syiah Kuala yaitu TK Ikal Dolog dengan jumlah 5 guru, TK Nurul Iman dengan jumlah 6 guru, TK Anzib lamnyong dengan jumlah 4 guru, TK Al-Washliyah dengan jumlah 2 guru, TK FKIP UNSYIAH dengan jumlah 14 guru, TK Al-Munawarah dengan jumlah 6 guru, TK Islam Al-Azhar Cairo dengan jumlah 17 guru, TK Raisha dengan jumlah 5 guru, TK Annisa Arfah dengan jumlah 4 guru, TK Cinta Ananda dengan jumlah 9 guru, TK Harsya Ceria dengan jumlah 3 guru, TK Insan Tauhid Al-Khair dengan jumlah 4 guru, TK Permata Sunnah dengan jumlah 8 guru, TK Negeri 5 Banda Aceh dengan jumlah 8 guru, TK Bungong Seulupok dengan jumlah 10 guru, TK Tahfizh Anak Bangsa dengan jumlah 2 guru dan TK Khalifah Aceh 3 dengan jumlah 10 guru. Total sampel yang dipakai dalam penelitian ini adalah 117 orang guru.

#### **E. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian**

##### **1. Administrasi Penelitian**

Tahapan pertama dalam pelaksanaan penelitian yaitu mempersiapkan alat ukur untuk pengumpulan data penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini yaitu menggunakan alat ukur skala psikologi dalam bentuk angket atau kuesioner yaitu, skala *Self Efficacy* dan *Regulasi Emosi*. Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu mendatangi Dinas Pendidikan Kota untuk meminta data TK yang ada di kecamatan Syiah Kuala sebagai sampel dalam penelitian yang akan dilakukan. Setelah mendapatkan data dan surat izin meneliti dari Dinas Pendidikan Kota,

peneliti mengajukan surat penelitian di siacad mahasiswa. Surat penelitian tersebut dituju kepada tiap-tiap TK yang berada di kecamatan Syiah Kuala. Setelah menyelesaikan dan melengkapi seluruh administrasi peneliti mendatangi satu-persatu Tk tersebut.

## 2. Pelaksanaan Penelitian

Proses pelaksanaan penelitian dilakukan selama 5 hari berturut-turut yaitu mulai dari tanggal 28 November sampai 2 Desember 2022 pada TK yang berada di kecamatan Syiah Kuala. Hari pertama peneliti mendatangi 10 TK, peneliti menjumpai kepala sekolah TK untuk memberikan surat penelitian dan menyampaikan maksud peneliti untuk membagikan kuesioner kepada guru-guru dan dibawa pulang, lalu peneliti akan mendatangi TK tersebut besok atau sesuai kesepakatan untuk mengambil kuesioner yang telah diisi. 1 diantara 10 TK yang peneliti datangi di hari pertama menolak untuk menerima peneliti melakukan penelitian tersebut dengan alasan bahwa TK tersebut memiliki privasi yang sangat ketat sehingga tidak menerima mahasiswa penelitian bahkan mahasiswa PKL (Praktek Kerja Lapangan).

Hari ke-2 peneliti mendatangi beberapa TK yang sudah peneliti datangi kemarin untuk mengambil kuesioner yang sudah diisi dan mendatangi 6 TK lainnya yang belum peneliti datangi. Hari ke-3 peneliti hanya mengambil hasil dari kuesioner yang sudah diisi oleh beberapa guru TK. Hari ke-4 peneliti mendatangi sisa TK lainnya yang belum peneliti datangi dan mengambil kuesioner di TK yang sudah peneliti datangi sebelumnya. Salah satu TK tersebut memiliki kendala memberikan izin peneliti untuk melakukan penelitian di TK

tersebut dikarenakan kepala sekolah sedang dinas luar kota. Hari ke-5 adalah hari terakhir peneliti melakukan penelitian turun lapangan, dan peneliti hanya tinggal mengambil kuesioner yang sudah diisi oleh para guru.

#### **F. Teknik Pengumpulan Data**

Instrumen pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala psikologi. Skala psikologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala regulasi emosi, skala *self efficacy* dengan pendekatan teknik skala *likert*. Skala *likert* merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, persepsi, seseorang atau sekelompok orang maupun fenomena sosial (Sugiyono,2019).

Penyusunan skala psikologi dimulai berdasarkan identifikasi tujuan yang akan diukur, yaitu menentukan definisi konsep psikologi, mengenali, dan memahami dengan seksama mengenai teori mendasar dari konsep psikologi yang akan diukur. Definisi konsep psikologi tersebut kemudian dirumuskan menjadi aspek perilaku lalu dijabarkan menjadi indikator perilaku. Indikator tersebut kemudian dijadikan tolak ukur untuk menyusun aitem-aitem instrumen yang dapat berupa pernyataan yang dirumuskan secara *favorable* atau *unfavorable* mengenai variabel yang akan diteliti. Pernyataan *favorable* merupakan pernyataan yang mendukung atribut yang diukur, sedangkan pernyataan *unfavorable* merupakan pernyataan yang tidak mendukung atribut yang diukur (Azwar,2016).

Alternatif pilihan jawaban yang digunakan dalam penelitian ini adalah Sangat Sesuai ( SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Berikut ini merupakan skala yang digunakan dalam penelitian ini:

**Tabel 3.2**  
**Skor Aitem favorable dan Unfavorable**

<b>Skor skala favorable</b>		<b>Skor skala unfavorable</b>	
SS (Sangat Sesuai)	4	SS (Sangat Sesuai)	1
S (Sesuai)	3	S (Sesuai)	2
TS (Tidak Sesuai)	2	TS (Tidak Sesuai)	3
STS (Sangat Tidak Sesuai)	1	STS ( Sangat Tidak Sesuai)	4

#### 1. Alat Ukur Penelitian

Skala dalam penelitian ini ada dua, yaitu *Self Efficacy* diadaptasi dari skala yang dikembangkan oleh Ineng Wahyuni (2018) Selanjutnya skala Regulasi Emosi disusun berdasarkan teori dan aspek yang dikemukakan oleh Thompson (1994).

##### a. Skala *Self Efficacy*

Skala *Self Efficacy* yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala *Likert (favorable/unfavorable)* diadaptasi dari skala yang dikembangkan oleh Ineng Wahyuni (2018) mahasiswa Universitas Negeri Jakarta berdasarkan dimensi efikasi diri dari Bandura yang menyatakan bahwa *Self efficacy* terdiri dari 3 dimensi, yaitu: *Level* (Tingkat), *Strength* (kekuatan), dan *Generality* (keluasan).

**Tabel 3.3**  
**Blueprint skala Self Efficacy adaptasi**

Dimensi	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah Aitem
		Favorable	Unfavorable	
<b>Level (Tingkat kesulitan tugas)</b>	1.Memiliki optimis dengan tugas yang sulit	1	-	3
	2.memiliki kemampuan diri	2	-	
	3.Menghindar dari situasi perilaku yang diluar batas kemampuan	-	3	
<b>Generality (Keadaan umum suatu tugas)</b>	1.Membangkitkan keyakinan dengan berbagai tugas	-	4	4
	2.Memiliki kemampuan dalam bidang yang luas	6	-	
	3.Memiliki kemampuan dalam mengatasi berbagai situasi secara efektif	7	9	
<b>Strength (Kemantapan keyakinan)</b>	1.Memiliki keyakinan dalam mengerjakan tugas	-	10	3
	2.Memiliki motivasi dalam diri	-	5	
	3.Memiliki usaha dalam mengerjakan tugas	8	-	
<b>Jumlah Aitem</b>				<b>10</b>

Penelitian ini menggunakan 4 alternatif jawaban yaitu sangat sesuai (SS), Sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Skala ini diberikan kepada guru TK dalam bentuk angket, dan memberikan tanda (√) pada setiap pernyataan. Berikut adalah tabel adaptasi skala Efikasi diri.

**Tabel 3.4**  
**Skala Self Efficacy**

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	SS
1	Saya yakin dapat menyelesaikan pekerjaan yang sulit dari pimpinan sekolah				
2	Saya yakin terhadap kemampuan saya saat mengerjakan tugas sebagai guru				
3	Saya meragukan kemampuan saya dalam menyelesaikan pekerjaan sebagai guru				
4	Saya merasa tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan pekerjaan dari pimpinan sekolah				
5	Menurut pemikiran saya, saya tidak akan mendapatkan pencapaian yang memuaskan				
6	Saya mampu mengajarkan materi ajar kepada peserta didik				
7	Saya memiliki banyak ide mengenai metode pengajaran untuk diterapkan dalam proses belajar				
8	Saya berusaha dengan maksimal untuk mengerjakan pekerjaan sampai selesai				
9	Saya merasa kesulitan dalam memenuhi tuntutan pekerjaan				
10	Saya tidak yakin dapat menyelesaikan pekerjaan dengan baik				

b. Skala Regulasi Emosi

Skala Regulasi Emosi dalam penelitian ini dibuat oleh peneliti yang dikemukakan oleh Thompson (1994), menyatakan bahwa Regulasi emosi terdiri dari 3 Aspek, yaitu: memonitor emosi (*emotion monitoring*),

mengevaluasi emosi (*emotion evaluating*), memodifikasi emosi (*emotion modification*).

**Tabel 3.5**  
**Blue Print Skala Regulasi Emosi Sebelum Gugur**

No.	Aspek-Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah Aitem	%
			Favorable	Unfavorable		
1.	Memonitor emosi ( <i>emotions monitoring</i> )	Menyadari & Memahami perasaan	1,3	2,4	12	45%
		Menyadari & Memahami pikiran	5,7	6,8		
		Menyadari & Memahami tindakan	9,11	10,12		
2.	Mengevaluasi emosi ( <i>emotions evaluating</i> )	Pengelolaan emosi	13, 15	14,16	10	40%
		Penyeimbangan emosi	17,19,21	18,20,22		
3.	Memodifikasi emosi ( <i>emotions modification</i> )	Kemampuan mengubah emosi	23,25	24,26	8	15%
		Kemampuan memotivasi diri	27,29	28,30		
<b>Total</b>					<b>30</b>	<b>100%</b>

**Tabel 3.6**  
**Blue Print Skala Regulasi Emosi setelah Gugur**

No.	Aspek-Aspek	Indikator	Nomor Aitem		Jumlah Aitem	%
			Favorable	Unfavorable		
1.	Memonitor emosi ( <i>emotions monitoring</i> )	Menyadari & Memahami pikiran	-	6,8	5	33,3%
		Menyadari & Memahami tindakan	9	10,12		
2.	Mengevaluasi emosi ( <i>emotions evaluating</i> )	Pengelolaan emosi	15	14	5	33,3%
		Penyeimbangan emosi	19	18,20		
3.	Memodifikasi emosi ( <i>emotions modification</i> )	Kemampuan mengubah emosi	23	26	5	33,3%
		Kemampuan memotivasi diri	27	28,30		
<b>Total</b>					15	100%

## 2. Uji Validitas

Menurut Azwar (2008) validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrumen pengukuran dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat tes tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran dikatakan sebagai tes yang memiliki validitas rendah.



Pengujian validitas dalam penelitian ini menggunakan validitas isi (*content Validity*). Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi dan dikuantifikasi lewat pengujian terhadap isi skala melalui *expert judgement* dengan tujuan dapat melihat apakah masing-masing aitem mencerminkan ciri perilaku yang ingin diukur (Azwar, 2016). Apabila relevan maka aitem tersebut dinyatakan sebagai aitem yang layak mendukung validitas isi skala.

Lawshe (dalam Azwar,2016) merumuskan *content Validity Ratio* (CVR) yang digunakan untuk mengukur validitas isi berdasarkan data empirik yang diperoleh dari hasil penilaian para ahli yang disebut *Subject Matter Experts* (SME) yang menyatakan apakah aitem skala sifatnya esensial bagi operasionalisasi konstruk teoritik skala yang bersangkutan. *Subject Matter Expert* (SME) menilai apakah aitem esensial dan relevan ataupun tidak relevan dengan tujuan pengukuran skala. Angka CVR bergerak -1,00 sampai dengan +1,00 dengan CVR = 0,00 berarti 50% dan SME dalam panel menyatakan aitem adalah esensial dan valid ( Azwar, 2017). Adapun *content Validity Ratio* (CVR), dirumuskan sebagai berikut:

$$CVR = \frac{2ne}{R} - 1$$

Keterangan : ne : Banyaknya SME yang menilai suatu aitem “esensial”

n : Banyaknya SME yang melakukan penelitian

a) Hasil Komputasi *Content Validity Ratio* Skala Regulasi Emosi

Hasil komputasi *Content Validity Ratio* Skala Regulasi Emosi yang peneliti gunakan dengan *expert judgment* sebanyak 3 orang terdapat 30 aitem yang memiliki koefisien 1 yang dapat dilihat pada tabel 3.7

**Tabel 3.7**  
**Koefisien CVR Skala Regulasi Emosi**

No.	Koefisien CVR	No.	Koefisien CVR	No.	Koefisien CVR
1.	1	11.	1	21.	1
2.	1	12.	1	22.	1
3.	1	13.	1	23.	1
4.	1	14.	1	24.	1
5.	1	15.	1	25.	1
6.	1	16.	1	26.	1
7.	1	17.	1	27.	1
8.	1	18.	1	28.	1
9.	1	19.	1	29.	1
10.	1	20.	1	30.	1

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penilaian *SME* pada skala Regulasi Emosi, didapatkan data bahwa semua *koefisien CVR* menunjukkan nilai diatas nol(0), sehingga semua aitem adalah esensial dan dinyatakan valid.

### 3. Uji Daya Beda Aitem

Uji daya beda aitem dilakukan untuk melihat sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki atribut dengan yang tidak memiliki atribut yang akan diukur (Azwar,2016). Uji daya beda aitem dilakukan dengan cara menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor aitem dengan distribusi skor skala. Komputasi ini akan menghasilkan koefisien korelasi aitem total. Uji daya beda aitem dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi *product moment* dari Pearson dibantu dengan menggunakan program SPSS.

Kriteria dalam pemilihan aitem yang peneliti gunakan berdasarkan aitem total batasan  $r_{ix} \geq 0,25$ . Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi atau daya beda aitem minimal 0,25 dayanya dianggap memuaskan, sedangkan

aitem yang memiliki harga rix kurang dari 0,25 dapat diinterpretasikan sebagai aitem yang memiliki daya beda rendah (Azwar, 2016)

a). Uji Daya Beda Aitem Skala Regulasi Emosi

Hasil analisis daya beda aitem skala regulasi emosi dapat dilihat pada tabel 3.8

**Tabel 3.8**  
***Uji Daya Beda Aitem Skala Regulasi Emosi Sebelum Gugur***

No.	Rix	No.	Rix	No.	Rix
1.	-0,368	11.	- 0,298	21.	0,043
2.	0,038	12.	0,273	22.	- 0,134
3.	-0,225	13.	- 0,033	23.	0,432
4.	0,215	14.	0,326	24.	-0,018
5.	-0,043	15.	0,274	25.	0,142
6.	0,358	16.	0,066	26.	0,453
7.	-0,247	17.	0,041	27.	0,368
8.	0,336	18.	0,520	28.	0,385
9.	0,385	19.	0,423	29.	0,140
10.	0,570	20.	0,395	30.	0,388

Berdasarkan tabel 3.7 diatas, maka dari 30 aitem diperoleh nilai koefisien korelasi atau daya beda aitem dibawah 0,25 yaitu 1,2,3,4,5,7,11,13,16,17,21,22,24,25,29, sebanyak 15 aitem sehingga aitem tersebut tidak terpilih atau gugur dan 15 aitem lainnya dapat dipakai. Dapat dilihat pada tabel 3.9 dibawah ini.

**Tabel 3.9**  
***Uji Daya Beda Aitem Skala Regulasi Emosi Setelah Gugur***

No.	Rix	No.	Rix	No.	Rix
1.	0,358	11.	0,326	21.	0,432
2.	0,336	12.	0,274	22.	0,453
3.	0,385	13.	0,520	23.	0,368
4.	0,570	14.	0,423	24.	0,385
5.	0,273	15.	0,395	25.	0,388

b). Uji Daya Beda Aitem Skala *Self Efficacy*

Hasil analisis daya beda aitem skala *Self Efficacy* dapat dilihat pada tabel 3.10

**Tabel 3.10**  
**Uji Daya Beda Aitem *Self Efficacy***

No.	Rix
1.	0,454
2.	0,634
3.	0,587
4.	0,478
5.	0,313
6.	0,469
7.	0,497
8.	0,487
9.	0,435
10.	0,446

Berdasarkan pada tabel 3.10 diatas, maka dari 10 aitem diperoleh nilai koefisien korelasi atau daya beda aitem diatas 0,25 yaitu tidak ada yang gugur semua dapat dipakai.

#### 4. Uji Reliabilitas

Reliabilitas ialah sejauh mana hasil dari suatu pengukuran dapat dipercaya hanya dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok objek yang sama. Uji reliabilitas digunakan untuk mengukur sebuah kestabilan dan konsistensi dari jawaban responden terhadap alat ukur psikologi yang disusun dalam bentuk kuesioner (Azwar,2016). Reliabilitas akan dihitung dengan menggunakan teknik *Alpha Cronbach* menggunakan program SPSS untuk melihat hubungan *Self Efficacy* dengan Regulasi Emosi. Suatu tes dikatakan reliabel jika nilai *Alpha Cronbach* diatas 0,5 ( $\alpha > 0,5$ ). Hasil uji reliabilitas pada skala regulasi emosi diperoleh nilai  $\alpha = 0,563$  dan skala *self efficacy*  $\alpha = 0,796$  selanjutnya peneliti melakukan analisis tahap kedua pada skala regulasi emosi dengan membuang aitem yang tidak terpilih (daya beda rendah) dan hasil yang diperoleh adalah  $\alpha = 0,824$ .

## G. Teknik Analisis Data

### 1. Pengolahan Data

Data penelitian yang diperoleh di lapangan akan diolah secara kuantitatif dengan menggunakan rumus statistik, yang merupakan suatu teknik untuk menganalisis data yang diperoleh dalam penelitian untuk menguji hipotesis, pengolahan data yang dilakukan setelah mendapatkan semua data dengan program SPSS 21.0 dan dilakukan pengeditan untuk diuji secara statistik.

Berikut beberapa tahap pengolahan data dalam penelitian ini menurut (Mulyadi,2012), yaitu:

#### a. *Coding*

*Coding* merupakan pemberian kode-kode tertentu untuk setiap data dalam memberikan kategori terhadap jenis data yang sama. Kode biasanya berupa dalam bentuk huruf atau angka bertujuan untuk memberikan identitas data yang akan dianalisis di dalam tabulasi. *Coding* yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pemberian kode untuk pilihan jawaban kuesioner seperti kode SS untuk jawaban sangat sesuai, kode S untuk jawaban sesuai, kode TS untuk jawaban tidak sesuai, dan kode STS untuk jawaban sangat tidak sesuai.

#### b. Tabulasi data

Tabulasi data adalah proses mencatat atau *entry* data ke dalam tabel induk penelitian. Tabulasi dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan program komputer yaitu *Microsoft word*, *Microsoft Excel* dan program

SPSS versi 21.0 *for windows*. Setelah data diperoleh maka langsung di *entry* ke dalam program komputer untuk dilakukan tahap selanjutnya yaitu uji data penelitian.

## 2. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y). Uji asumsi juga digunakan untuk mengetahui informasi mengenai sebaran variabel-variabel yang digunakan serta nantinya akan di uji linieritas dan hipotesisnya (Sugiyono, 2017). Uji asumsi terdiri dari beberapa uji prasyarat sebagai berikut:

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas sebaran adalah uji yang digunakan untuk melihat data berdistribusi normal atau tidak. Data yang dinyatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansi  $p > 0,05$ , jika nilai signifikansi  $p < 0,05$  maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal. Pengujian normalitas dalam penelitian ini menggunakan *kolmogorov smirnov-z*.

### b. Uji Linieritas

Uji linieritas merupakan uji yang digunakan untuk mengetahui apakah hubungan antara dua variabel membentuk garis lurus linier (Gunawan, 2016). Uji linieritas ini dilakukan untuk membuktikan bahwa variabel bebas mempunyai hubungan linieritas dengan variabel terikat (Hanief, 2017). Uji linieritas yang dilakukan menggunakan *SPSS* memakai jalur *test for linearity*, dikatakan hubungan *linear* apabila nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ( $p < 0,05$ ).

### 3. Uji Hipotesis

Setelah uji asumsi terpenuhi, maka langkah selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis penelitian. Untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini bahwa regulasi emosi dengan *self efficacy* pada guru TK yang berada di Syiah Kuala, dilakukan menggunakan analisis statistik korelasi *Product Moment* dari Pearson. Jika angka signifikan  $< 0,05$  artinya ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Analisis penelitian data memakai program SPSS. Rumusan korelasi *Product Moment* (Sugiyono,2016) adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[N\sum x^2 - (\sum x)^2][N\sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan:

- $r_{xy}$  = Koefisien korelasi antara variabel X dan Variabel Y
- $\sum xy$  = Jumlah perkalian X dengan Y
- $\sum x$  = Jumlah skor skala variabel X
- $\sum y$  = Jumlah skor skala variabel Y
- $N$  = Banyaknya subjek

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Data Penelitian

##### 1. Demografi Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah guru TK (Taman Kanak-Kanak) yang berada di kecamatan Syiah Kuala sebanyak 19 TK dengan Jumlah sampel 117 guru. Adapun penelitian ini dilakukan pada tanggal 28 November sampai 2 Desember 2022. Data demografi sampel yang diperoleh dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

##### a. Subjek berdasarkan usia

Tabel 4.1  
*Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Usia*

Deskripsi Sampel	Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Usia	20 – 30 tahun	32 guru	27%
	31 – 40 tahun	49 guru	42%
	41 – 50 tahun	30 guru	26%
	51 – 60 tahun	6 guru	5%

Berdasarkan tabel 4.1 diatas, dapat dilihat bahwa sampel rentang usia 20 sampai 30 tahun berjumlah 32 guru (27%), rentang usia 31 sampai 40 tahun berjumlah 49 guru (42 %), rentang usia 41 sampai 50 tahun berjumlah 30 guru (26%), dan 51 sampai 60 tahun berjumlah 6 guru (5 %). Untuk guru yang baru memasuki dewasa awal atau sedang dalam fase dewasa awal, mungkin akan memiliki tantangan lebih untuk menjadi guru TK (Taman Kanak-Kanak).



b. Subjek berdasarkan lama mengajar

Tabel 4.2

*Data demografi subjek penelitian kategori lama mengajar*

<b>Deskripsi Sampel</b>	<b>Kategori</b>	<b>Jumlah (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Lama mengajar	3 bulan – 2 tahun	22 guru	20%
	3 – 10 tahun	31 guru	26%
	11 – 26 tahun	64 guru	54%

Berdasarkan tabel 4.2 diatas, dapat dilihat bahwa sampel lama mengajar 3 bulan sampai 2 tahun berjumlah 22 guru (20 %), lama mengajar 3 sampai 10 tahun berjumlah 31 guru (26%), dan lama mengajar 11 sampai 26 tahun berjumlah 64 guru (54%). Lama mengajar sangat mempengaruhi bagaimana kemampuan seorang guru dalam menjalani proses belajar-mengajar menjadi lebih koefisien.

c. Subjek berdasarkan status pernikahan

Tabel 4.3

*Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Status Pernikahan*

<b>Deskripsi Sampel</b>	<b>Kategori</b>	<b>Jumlah (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Status Pernikahan	Menikah	77 guru	65%
	Belum Menikah	39 guru	34%
	Cerai Mati	1 guru	1%

Berdasarkan tabel 4.3 diatas, dapat dilihat bahwa sampel status pernikahan dengan status menikah berjumlah 77 guru (65%), belum menikah berjumlah 39 guru (34%), cerai mati berjumlah 1 guru (1%). Apabila seorang guru sudah merasakan tanggung jawab menikah, terlebih sudah menjadi ibu rumah tangga maka sangat tahu bagaimana mengelola emosi dalam tiap keadaan, walau kadang

tak sesuai harapan, dan bisa lebih meyakini kemampuan diri dalam menyelesaikan segala tugas atau tuntutan yang didapatkan.

d. Subjek berdasarkan latar belakang pendidikan

Tabel 4.4

*Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Latar Belakang Pendidikan*

<b>Kategori</b>	<b>Jumlah (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
PAUD	62 guru	53%
Non PAUD	55 guru	47%

Berdasarkan tabel 4.4 diatas, dapat dilihat bahwa sampel latar belakang pendidikan yang pendidikan PAUD berjumlah 62 guru (53%), dan pendidikan non PAUD berjumlah 55 guru (47%). Berlatarkan pendidikan guru terlebih guru PAUD akan mudah untuk beradaptasi dengan tugas-tugas maupun tantangan saat berhadapan langsung dengan anak-anak dan suasana TK, namun bagi guru yang memiliki latar pendidikannya non-PAUD mungkin akan sedikit membutuhkan waktu untuk beradaptasi.

e. Subjek berdasarkan guru senior dan junior

Tabel 4.5

*Data Demografi Subjek Penelitian Kategori Guru Senior dan Junior*

<b>Deskripsi Sampel</b>	<b>Kategori</b>	<b>Jumlah (n)</b>	<b>Persentase (%)</b>
Guru junior	3 bulan – 2 tahun	53 guru	45%
Guru senior	3 – 26 tahun	64 guru	55%

Berdasarkan tabel 4.5 diatas, dapat dilihat bahwa sampel guru senior dari kategori 3 bulan sampai 2 tahun berjumlah 64 guru (55%), dan junior dari kategori 3 sampai 26 tahun berjumlah 53 guru (45%). Semakin senior semakin meningkat pula keyakinan guru dalam kemampuannya.

## 2. Data Kategorisasi

Pengkategorisasian ini dilakukan untuk mengkategorisasikan regulasi emosi dan *self efficacy* para guru TK, yang dikategorisasikan dalam 3 tingkat yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Pembagian kategori sampel yang digunakan oleh peneliti adalah kategorisasi berdasarkan model distribusi normal dengan kategorisasi jenjang (ordinal). Menurut Azwar (2016) kategorisasi jenjang merupakan kategorisasi yang menempatkan individu-individu ke dalam kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasar atribut yang diukur. Pengkategorisasian ini akan diperoleh dengan membuat kategori skor subjek berdasarkan besarnya satuan deviasi standar populasi. Karena kategorisasi ini bersifat relatif maka luasnya interval yang mencakup setiap kategori yang diinginkan dapat ditetapkan secara subjektif selama penempatan itu berada dalam pengkategorisasian. Deskripsi dan hasil penelitian tersebut dapat dijadikan suatu batasan dalam pengkategorisasian sampel penelitian yang terdiri dari 3 kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

Analisis data deskriptif dilakukan untuk melihat deskripsi data hipotetik (yang mungkin terjadi) dan data empiris (berdasarkan kejadian di lapangan) dari variabel skala regulasi emosi dan *self efficacy*. Deskripsi data hasil penelitian adalah sebagai berikut:

Tabel 4.6  
*Deskriptif Data Penelitian*

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	Xmaks	Xmin	Mean	SD	Xmaks	Xmin	Mean	SD
Regulasi Emosi	120	30	75	15	100	65	86.4	5.5
<i>Self Efficacy</i>	40	10	50	30	40	22	32.2	3.2

Keterangan Rumus Skor Hipotetik :

Xmin (Skor minimal)	: Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai terendah dari pembobotan pilihan jawaban.
Xmax (Skor maksimal)	: Hasil perkalian jumlah butir skala dengan nilai tertinggi dari pembobotan pilihan jawaban.
M (Mean)	: Dengan rumus $\mu$ (skor maks+skor min) / 2
SD (Standart Deviasi)	: Dengan rumus $s = (\text{skor maks}-\text{skor min}) / 6$

Berdasarkan hasil statistik data penelitian pada tabel 4.6, analisis deskriptif secara hipotetik menunjukkan bahwa jawaban pada variabel regulasi emosi minimal adalah 30, maksimal 120, *mean* 75, standar deviasi 15. Pada variabel *self efficacy* minimal adalah 10, maksimal 40, *Mean* 50, standar deviasi 30.

Sedangkan data empirik menunjukkan bahwa jawaban pada variabel regulasi emosi minimal adalah 65, maksimal 100, *mean* 86,4, standar deviasi 5,5. Pada variabel *self efficacy* minimal adalah 22, maksimal 40, *mean* 32,2, standar deviasi 3,2.

Deskripsi data hasil secara empirik tersebut dijadikan sebagai batasan dalam pengkategorian sampel penelitian yang terdiri dari 3 kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah dengan metode kategorisasi jenjang (ordinal). Berikut ini rumus pengkategorisasian pada skala regulasi emosi dan *self efficacy* :

Rendah	= $X < M - 1.SD$
Sedang	= $M - 1.SD \leq X < M + 1.SD$
Tinggi	= $M + 1.SD \leq X$

Keterangan:

X	= Rentang butir pernyataan
M	= <i>Mean</i> (rata-rata)
SD	= Standar Deviasi

Berdasarkan rumus kategorisasi ordinal yang digunakan, maka didapat hasil kategorisasi skala adalah sebagaimana tabel 4.7 berikut:

Tabel 4.7  
*Kategorisasi Regulasi Emosi*

<b>Kategorisasi</b>	<b>Interval</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase (%)</b>
Rendah	$X < 80,9$	11	9,4 %
Sedang	$80,9 \leq X < 91,9$	94	80 %
Tinggi	$91,9 \leq X$	12	10 %
Total		117	100 %

Hasil kategorisasi regulasi emosi pada guru TK yang berada di kecamatan Syiah Kuala secara keseluruhan di atas menunjukkan bahwa guru yang memiliki regulasi emosi pada kategori rendah yaitu sebanyak 11 guru (9 %), sedangkan kategorisasi sedang yaitu sebanyak 94 (80 %) guru, dan kategori tinggi sebanyak 12 (11%) guru. maka dapat diketahui bahwa guru yang memiliki regulasi emosi sedang lebih banyak daripada guru yang memiliki regulasi emosi yang rendah dan tinggi.

Tabel 4.8  
*Kategorisasi Self efficacy*

<b>Kategorisasi</b>	<b>Interval</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase (%)</b>
Rendah	$X < 29$	17	15 %
Sedang	$29 \leq X < 35,4$	79	67 %
Tinggi	$35,4 \leq X$	21	18 %
Total		117	100 %

Hasil kategorisasi pada guru TK yang berada di kecamatan Syiah Kuala secara keseluruhan di atas menunjukkan bahwa guru yang memiliki *Self Efficacy* pada kategori rendah yaitu sebanyak 17 (15%) guru, sedangkan kategori sedang yaitu sebanyak 79 (67%) guru, dan kategori tinggi sebanyak 21 (18%) guru,

#### 4. Pengujian Hipotesis

##### 1. Uji Asumsi

###### a. Uji Normalitas

Uji normalitas sebaran adalah uji yang digunakan untuk melihat data berdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini uji normalitas sebaran menggunakan *kolmogorov smirnov-Z*. Data yang dinyatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansi ( $p > 0,05$ ).

Tabel 4.9  
*Hasil Uji Normalitas Sebaran*

Variabel Penelitian	Koefisien K-S Z	P
Regulasi Emosi	1.345	0.054
<i>Self Efficacy</i>	1.081	0,193

Berdasarkan data tabel 4.9 diatas, hasil uji normalitas sebaran Regulasi Emosi diperoleh nilai K-S Z = 1.345 dan nilai p = 0,054 ( $p > 0,05$ ), sedangkan *Self efficacy* diperoleh nilai K-S Z = 1.081 dan nilai p = 0,193 ( $p > 0,05$ ). Maka dapat disimpulkan berdistribusi normal dan memenuhi asumsi uji normalitas sebaran.

###### b. Uji Linieritas

Uji linieritas adalah uji yang digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel secara signifikan mempunyai hubungan yang linier atau tidak. Uji linieritas menggunakan *linearity*, dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang dapat ditarik lurus apabila nilai signifikan pada linieritas ( $p < 0,05$ ). Hasil uji linieritas hubungan yang dilakukan terhadap dua variabel penelitian diperoleh data yang tertera pada tabel 4.10 berikut.

Tabel 4.10  
*Hasil Uji Linieritas*

<b>Variabel penelitian</b>	<b>Linierity</b>	<b>P</b>
Regulasi Emosi dan <i>Self Efficacy</i>	38.946	0.000

Berdasarkan tabel 4.10 di atas, hasil uji linieritas yang dilakukan dengan menggunakan *SPSS 21.0 for windows*, diperoleh *linierity* = 38.946 dan  $p = 0.000$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini berarti kedua skala memiliki sifat linear dan tidak menyimpang dari garis lurus, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara regulasi emosi dengan *self efficacy*. Artinya data tersebut dapat digunakan untuk uji hipotesis.

## 2. Uji Hipotesis

Setelah terpenuhi uji prasyarat, maka langkah selanjutnya adalah uji hipotesis yang dilakukan dengan analisis Korelasi *Product Moment* dari *Pearson*. Hal ini dikarenakan kedua variabel penelitian berdistribusi normal dan linear. Metode ini digunakan untuk menganalisis hubungan antara regulasi emosi dengan *self efficacy*. Hasil analisis tersebut dapat dilihat pada tabel 4.11 berikut.

Tabel 4.11  
*Uji Hipotesis Data Penelitian*

<b>Variabel Penelitian</b>	<b>Pearson Correlation</b>	<b>P</b>
Regulasi Emosi dan <i>Self Efficacy</i>	0.517	0.000

Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai koefisien korelasi ( $r$ ) = 0,517 dengan nilai signifikan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ) yang menandakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara Regulasi Emosi dengan *Self Efficacy*.

Berdasarkan uji hipotesis diatas, dapat dikatakan bahwa hipotesis yang peneliti ajukan dengan bunyi “ semakin tinggi Regulasi Emosi maka semakin tinggi pula *Self Efficacy* pada guru TK yang berada di kecamatan Syiah Kuala”, dapat diterima. Artinya hubungan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi Regulasi Emosi maka semakin tinggi pula *Self Efficacy* yang dimiliki oleh para guru TK yang berada di kecamatan Syiah Kuala, sebaliknya semakin rendah Regulasi Emosi maka semakin rendah pula *Self Efficacy* yang dimiliki para guru TK berada di kecamatan Syiah Kuala.

### **C. Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Regulasi Emosi dengan *Self Efficacy* pada guru TK di kecamatan Syiah Kuala. Maka diperoleh nilai koefisien korelasi ( $r$ ) = 0,517 dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ), hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara Regulasi Emosi dengan *Self Efficacy* yang dimiliki oleh guru TK di Kecamatan Syiah Kuala. Semakin tinggi Regulasi Emosi maka semakin tinggi pula *Self Efficacy* pada guru TK di kecamatan Syiah Kuala. Sejalan dengan hipotesis yang peneliti ajukan bahwa terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan *self efficacy* pada guru TK di Kecamatan Syiah Kuala.

Guru yang berusia rentang 31 sampai 40 tahun lebih banyak daripada guru yang berusia lebih muda, yaitu 20 sampai 30 tahun dan guru yang lebih tua yaitu 41 sampai 60 tahun. Guru yang memiliki pengalaman lama mengajarnya 11 sampai 26 tahun lebih banyak daripada guru yang baru mengajar antara 3 bulan



sampai 10 tahun. Maka lebih banyak guru senior daripada guru junior di TK Kecamatan Syiah Kuala.

Berdasarkan latar belakang pendidikan para guru TK di Kecamatan Syiah Kuala lebih banyak guru berlatarkan pendidikan PAUD daripada pendidikan non-PAUD, dan guru TK di Kecamatan Syiah Kuala lebih banyak guru yang sudah menikah dibandingkan dengan guru yang belum menikah.

Hasil data empirik menunjukkan bahwa guru dengan Regulasi emosi tinggi ada sebanyak 12 guru (10%), regulasi emosi sedang sebanyak 94 guru (80%), dan regulasi emosi rendah sebanyak 11 guru (9,4%), artinya Regulasi Emosi pada guru TK di Kecamatan Syiah Kuala tergolong ke dalam kategori sedang. Hasil empirik *Self Efficacy* pada guru TK menunjukkan yang memiliki tingkat *self efficacy* tinggi sebanyak 21 guru (18%), *self efficacy* sedang sebanyak 79 guru (67%), dan *self efficacy* rendah sebanyak 17 guru (15%), artinya *Self Efficacy* pada guru TK di kecamatan Syiah Kuala tergolong ke dalam kategori sedang.

Artinya kategori guru yang memiliki regulasi emosi sedang lebih banyak dibandingkan dengan guru yang memiliki regulasi emosi yang tinggi dan rendah. Begitupun dengan guru yang memiliki *self efficacy* sedang lebih banyak daripada guru yang memiliki *self efficacy* yang tinggi dan rendah.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ineng Wahyuni (2018) menunjukkan efikasi diri sangat berpengaruh terhadap resiliensi diri pada guru. Hasil dari penelitian tersebut menyatakan bahwa terdapat pengaruh signifikan efikasi diri terhadap resiliensi diri. Hal tersebut diperkuat dengan adanya hasil penelitian, diperoleh nilai  $F = 78,135$ ;  $p=0,000 < 0,05$ . dengan persamaan regresi

$Y = 41,248 + 0,920$  yang artinya semakin tinggi efikasi diri maka semakin tinggi pula resiliensi diri, dan sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin rendah pula resiliensi diri

Penelitian lain juga dilakukan oleh Hasanah (2010) menunjukkan bahwa regulasi emosi dan efikasi diri secara bersama – sama dapat mempengaruhi kenakalan remaja. Hasil dari penelitian tersebut menyatakan bahwa diketahui ada hubungan negatif yang signifikan secara statistik antara efikasi diri dan regulasi emosi dengan kenakalan remaja pada siswa SMP N 7 Klaten. Hal tersebut diperkuat dengan adanya hasil penelitian, diperoleh  $R = 0,368$ , ( $p \leq 0,050$ ), berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dan efikasi diri secara bersama- sama dengan kenakalan remaja. Analisis data menggunakan teknik analisis regresi ganda. Hasil perhitungan menggunakan analisis regresi ganda menunjukkan korelasi  $r_{xy}$  sebesar  $-0,249$  pada taraf signifikan  $p < 0,05$ . Artinya ada korelasi negatif yang signifikan antara self efficacy dengan kenakalan remaja

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Putri Salisa, Innaya (2021) juga mengatakan bahwa terdapat hubungan antara regulasi emosi dan efikasi diri dengan kenakalan remaja usia madya (15-18 tahun), diperoleh koefisien korelasi  $r_{x_1 y} = -0,309$ ; ( $p \leq 0,05$ ). Artinya semakin tinggi regulasi emosi, maka cenderung semakin rendah kenakalan remajanya, sebaliknya semakin rendah regulasi emosi maka cenderung semakin tinggi kenakalan remajanya. Selanjutnya juga menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan kenakalan remaja, dengan diperoleh koefisien efikasi diri  $r_{x_2 y} = -0,331$ ; ( $p \leq 0,05$ ). Artinya

semakin tinggi efikasi diri, maka cenderung semakin rendah kenakalan remaja, sebaliknya semakin rendah efikasi diri, maka cenderung semakin tinggi kenakalan remajanya.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang dialami, keterbatasan tersebut diantaranya adalah penelitian ini dilakukan dengan waktu yang singkat, lalu saat melakukan penelitian, di antara 19 TK yang ada di Kecamatan Syiah Kuala, terdapat 2 TK yang tidak dapat melakukan penelitian, dikarenakan tidak adanya izin dari kepala sekolah. Kemudian jumlah responden hanya 117 orang, tentunya masih kurang untuk menggambarkan keadaan yang sesungguhnya.

Saat proses pengambilan data, informasi yang diberikan responden melalui kuesioner terkadang tidak menunjukkan pendapat responden yang sebenarnya, hal ini terjadi karena aitem skala pengukuran yang dibuat oleh peneliti terlalu berbunyi dari indikator sehingga responden enggan menjawab jujur akan pertanyaan kuesioner, dan penelitian ini tidak mengukur aspek memonitor emosi pada indikator menyadari dan memahami perasaan, dikarenakan aitem skala yang digunakan tidak menggambarkan indikator yang di ukur.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data pada penelitian maka diperoleh nilai korelasi  $r = 0,517$  dengan  $p = 0,000$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara Regulasi Emosi dengan *Self Efficacy* yang dimiliki para guru TK di Kecamatan Syiah Kuala. Semakin tinggi Regulasi Emosi maka semakin tinggi pula *Self Efficacy* pada guru TK di Kecamatan Syiah Kuala, begitupun sebaliknya semakin rendah Regulasi Emosi maka semakin rendah pula *Self Efficacy* pada guru TK di Kecamatan Syiah Kuala.

#### B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat diberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi responden (Guru)

Diharapkan untuk mengenali emosi, menyeimbangkan emosi, dan memotivasi diri sehingga terhindar dari emosi yang merusak yang dapat terlampiaskan kepada anak didik serta sering mengikuti pelatihan untuk terus meningkatkan skill sehingga dapat melakukan banyak inovasi dalam belajar-mengajar dan meningkatkan kemampuan dalam menjalankan tugas dan tantangan lainnya.

2. Bagi pihak sekolah

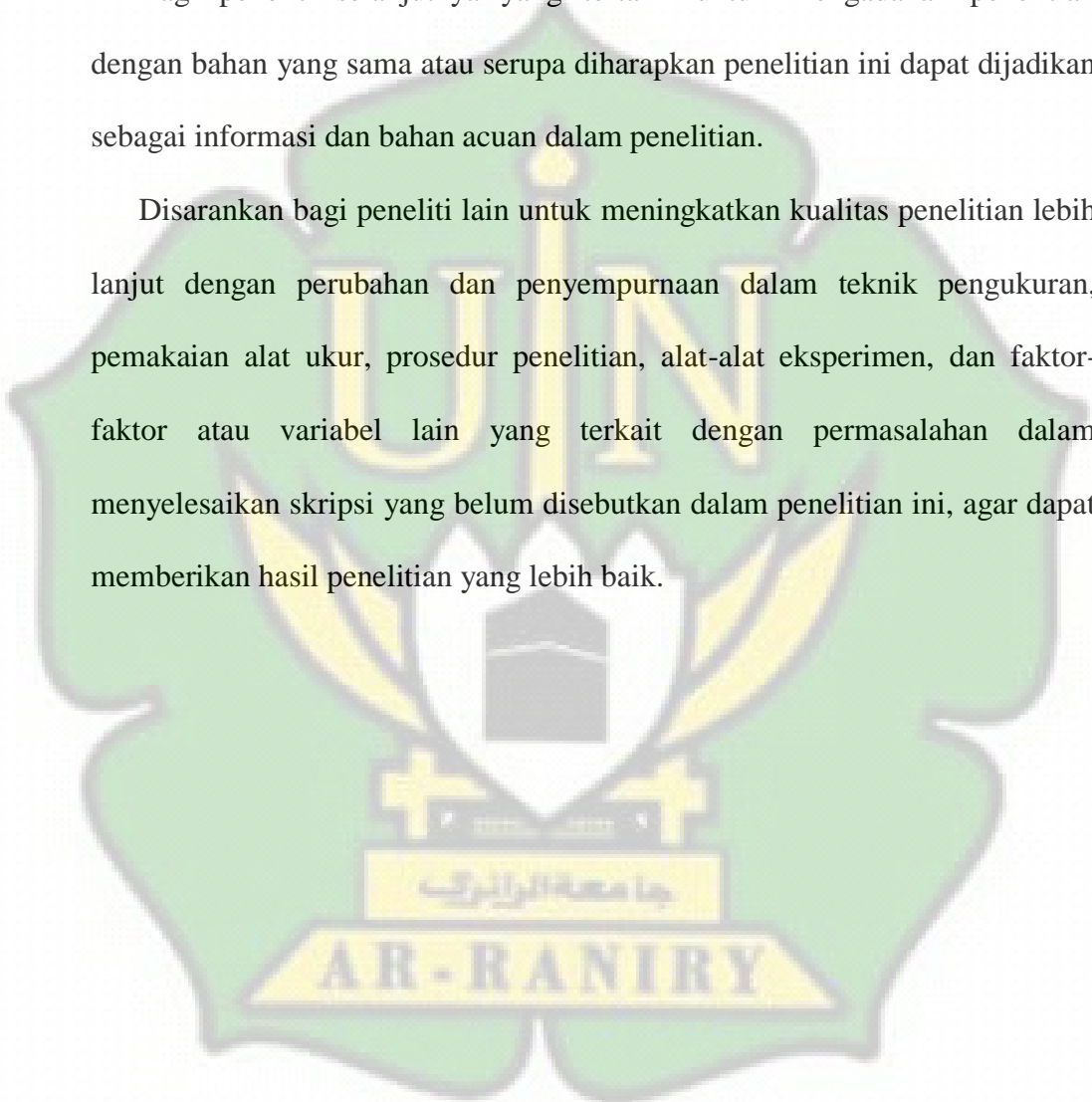
Adakan seminar atau pelatihan untuk mengenali lebih dalam terkait cara regulasi emosi guna para guru bisa mengembangkan mudah meregulasikan

emosinya dengan stabil sehingga anak didik tetap merasa aman dan nyaman serta merangkul para guru untuk terus *mensupport* para guru.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengadakan penelitian dengan bahan yang sama atau serupa diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi dan bahan acuan dalam penelitian.

Disarankan bagi peneliti lain untuk meningkatkan kualitas penelitian lebih lanjut dengan perubahan dan penyempurnaan dalam teknik pengukuran, pemakaian alat ukur, prosedur penelitian, alat-alat eksperimen, dan faktor-faktor atau variabel lain yang terkait dengan permasalahan dalam menyelesaikan skripsi yang belum disebutkan dalam penelitian ini, agar dapat memberikan hasil penelitian yang lebih baik.



## DAFTAR PUSTAKA

- Amir, YA (2013) *Dasar – Dasar Psikologi*. UHAMKA Press: Jakarta Selatan
- Arifah Fitriyah, Lina. dkk (2019). *Menanamkan Efikasi diri dan Kestabilan Emosi*. Jawa Timur: LPPM UNHASY Tebuireng Jombang
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Azwar, S. (2008). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Chaer, M. T. (2016). Self Efficacy Dan Pendidikan. *Al Murabbi*, Vol. 3 NO. 1
- Erlina, Lina. (2020). *Efikasi Diri dalam Meningkatkan Kemampuan Mobilisasi Pasien*. Bandung: Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung.
- Fahriyani, Anisa. dkk (2020). Hubungan Regulasi Emosi Dengan Self Efficacy Pada Pendaki Gunung Pemula. *JCA Psikologi*, Vol. 1, No. 1.
- Gunawan. (2016). *Statistika Inferensial*. Jakarta: Rajawali Pers
- Hanief. Y. N. (2017). *Statistik Pendidikan*. Yogyakarta: Deepublish
- Hasbi, M. (2020). *Panduan Penegerian Satuan Pendidikan Anak Usia Dini*. Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Jannah, M. (2015). Tugas-Tugas Perkembangan Pada Usia Kanak-Kanak. *Gender Equality: International Journal of Child and Gender Studies*, Vol. 1, No. 2.
- Khairiyah, R. M. (2014). Perbedaan Efikasi Diri Guru Pendidikan Anak Usia dini Dalam Pendidikan Inklusi Ditinjau Dari Lama Mengajar Dan Latar Belakang Pendidikan Di Kecamatan Grabag. *Skripsi*.
- Martono. N. (2010). *Metode Penelitian kuantitatif*. Jakarta : Rajawali Press
- Monica, A. T. (2015). Regulasi Emosi Pada Wanita Pengidap katarsidaphobia. *Skripsi*.
- Muis, N. D. (2012). Tingkat Pemahaman Guru Taman Kanak-Kanak (TK) Tentang kemampuan Berbahasa Anak Usia 4-6 Tahun . *Jurnal Ilmiah VISI P2TK PAUD NI*, Vol. 7, No. 2.
- Mulyadi, M. (2012). *Penelitian Kuantitatif dan Kualitati*. Yogyakarta : Publica Institute.
- Nur Hasanah, Dwi (2010), Hubungan *Self Efficacy* dan Regulasi Emosi dengan Kenakalan Remaja pada siswa SMP N 7 Klatan.

- Priyono. (2011). *Buku Saku Analisis Statistik Data SPSS*. Yogyakarta: Mediakom
- Program Studi PG Paud. (2019) *Modul Pelatihan Regulasi Emosi*. Direktorat Riset dan pengabdian masyarakat
- Putri Salisa, Innaya. (2021). Hubungan Regulasi Emosi dan Efikasi Diri dengan Kenakalan Remaja. *Skripsi*.
- Risnawati, M. G. (2014). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Rukajat, A. (2018). *Pendekatan Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta : Deepublish.
- Sudaryono. (2021). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Mix Method*. Depok: Rajawali Pers
- Sugiyono (2017). *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Method)*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Thompson, R. A. (1994). Emotion Regulation: A Theme in Search of Definition. *Monographs of the Society for Research in Child Development*.
- Trianto. (2011). *Desain Pengembangan Pembelajaran Tematik Bagi Anak Usia Dini TK/RA Anak Usia Kelas Awal SD*. Jakarta: Ciputat Press.
- Uny, H. (07 Oktober 2013). Sejarah PAUD di Indonesia dan Perkembangan Asal Usul PAUD.  
[https://www.academia.edu/28691768/Sejarah\\_PAUD\\_di\\_Indonesia\\_dan\\_Perkembangan\\_Asal\\_Usul\\_PAUD](https://www.academia.edu/28691768/Sejarah_PAUD_di_Indonesia_dan_Perkembangan_Asal_Usul_PAUD)
- Wahyuni, Ineng. (2018). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Resiliensi Diri pada Guru Sekolah Dasar Swasta di Jakarta Timur. *Skripsi*
- Wahyuni, Sri. (2013). Hubungan Efikasi diri dan Regulasi Emosi dengan Motivasi Berprestasi pada Siswa. *Psikoborneo*. No.1 Vol 1
- Yaswinda, M. S. (2019). Pengembangan Kemandirian Anak Usia 5-6 Tahun Di TK Dharmawanita Tunas Harapan. *Jurnal Caksa-Pendidikan Anak Usia Dini*, Vol 02 No. 01.

## Kuesioner Penelitian

Bismillahirrahmanirrahim

Assalamualaikum Wr.Wb

Saya Nurul Hafizah Mahasiswi Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh. Saat ini saya sedang melakukan penelitian yang bertujuan untuk menyelesaikan tugas akhir Pendidikan Sarjana (S-1) Psikologi. Maka dari itu, saya mohon izin kesediaan Bapak dan Ibu sekalian untuk dapat berpartisipasi dalam penelitian ini dengan mengisi kuesioner sebagai berikut:

Kuesioner ini ditujukan kepada para Guru TK (Taman Kanak-Kanak) yang berada di kecamatan Syiah kuala.

Tidak ada jawaban benar atau salah dalam kuesioner ini, sehingga Bapak dan Ibu diharapkan mengisi jawaban sesuai dengan yang dirasakan pada saat ini. Mengenai data dan informasi yang telah Bapak dan Ibu berikan akan dijamin kerahasiaannya dan hanya akan digunakan untuk keperluan penelitian.

Atas kesediaan dan partisipasi Bapak dan Ibu saya ucapkan terimakasih. Semoga kita semua diberikan kesehatan dan kemudahan dalam setiap urusan serta selalu dalam lindungan allah SWT.

Aamiinn

Wassalamualaikum Wr Wb

Hormat Peneliti



Nurul Hafizah



## IDENTITAS RESPONDEN

Nama/Inisial :  
 Jenis Kelamin :  
 Usia :  
 Alamat :  
 Status perkawinan :  
 Lama Mengajar :  
 Pendidikan Terakhir :  
 Jurusan :  
 Pekerjaan :  
 Tempat Bekerja :

Petunjuk Pengisian

Dibawah ini terdapat beberapa pernyataan. Silahkan kepada Bapak dan Ibu untuk menjawab beberapa pernyataan tersebut dengan memilih salah satu jawaban yang paling sesuai dengan kondisi Bapak dan Ibu pada saat ini. Berilah tanda (√) pada kolom yang telah disediakan. Terdapat 4 alternatif pilihan jawaban yaitu, SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju).

## SKALA I

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	SS
1	Saat merasa sedih saya selalu mengatakan bahwa saya sedang sedih				
2	Saat merasa sedih saya selalu berusaha untuk terlihat baik-baik saja				
3	Saat sedih saya akan menangis				
4	Saat sedih saya ingin tertawa				
5	Saat marah saya langsung mengutarakannya				
6	Saat marah siswa sering menjadi sasaran				
7	Saat marah saya tidak ingin mendengarkan penjelasan apapun				

8	Saat sedang marah saya akan mengeluarkan kata-kata yang akan menyinggung pendengarnya				
9	Saat marah saya memilih untuk diam				
10	Saat marah saya akan melempar semua barang yang ada disekitar saya				
11	Saat saya sedang marah, saya memilih untuk menjauh dari lingkungan terlebih dahulu				
12	Saat marah saya tidak sadar apa yang saya lakukan				
13	Saat saya sedang sedih saya tetap menangis walaupun di depan orang lain				
14	Saat sedang sedih saya akan mengurung diri				
15	Saat suasana sedang tegang saya tetap masih bisa berfikir rasional				
16	Saat saya merasa kecewa saya tidak akan menjumpai orang yang membuat saya kecewa				
17	Saya akan memaafkan siapapun yang membuat saya marah				
18	Saya tidak akan memaafkan orang yang membuat saya kecewa				
19	Saat didepan siswa saya akan terlihat senang walaupun keadaan sedang sedih				
20	Saya tidak bisa menangis saat menonton film sedih				
21	Saat menonton film sedih saya menangis				
22	jika saya ingin menangis dalam keramaian saya akan menahannya				
23	Saat di depan keramaian saya tetap bisa tertawa walaupun sedang sedih				
24	Saat situasi sedang tegang saya akan panik				
25	Saat sedang merasa putus asa saya tetap masih bisa menghibur teman yang sedang sedih				
26	Saat saya merasa putus asa saya tidak akan bertemu dengan teman saya				
27	Saat saya merasa putus asa, saya yakin bahwa saya mampu melewati setiap masalah				
28	Saat ada masalah saya merasa dunia sangat tidak adil				
29	jika saya sedang lelah saya akan mengingat keluarga saya				
30	Saya merasa masalah hidup saya sangat berat				

## SKALA II

No	Pernyataan	Jawaban			
		SS	S	TS	SS
1	Saya yakin dapat menyelesaikan pekerjaan yang sulit dari pimpinan sekolah				
2	Saya yakin terhadap kemampuan saya saat mengerjakan tugas sebagai guru				
3	Saya meragukan kemampuan saya dalam menyelesaikan pekerjaan sebagai guru				
4	Saya merasa tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan pekerjaan dari pimpinan sekolah				
5	Menurut pemikiran saya, saya tidak akan mendapatkan pencapaian yang memuaskan				
6	Saya mampu mengajarkan materi ajar kepada peserta didik				
7	Saya memiliki banyak ide mengenai metode pengajaran untuk diterapkan dalam proses belajar				
8	Saya berusaha dengan maksimal untuk mengerjakan pekerjaan sampai selesai				
9	Saya merasa kesulitan dalam memenuhi tuntutan pekerjaan				
10	Saya tidak yakin dapat menyelesaikan pekerjaan dengan baik				

### Tabulasi Skala Regulasi Emosi

X 1	X 2	X 3	X 4	X 5	X 6	X 7	X 8	X 9	X 10	X 11	X 12	X 13	X 14	X 15	X 16	X 17	X 18	X 19	X 20	X 21	X 22	X 23	X 24	X 25	X 26	X 27	X 28	X 29	X 30	Total
3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	2	3	1	4	3	3	3	4	3	3	3	89
3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	2	3	1	4	3	3	3	4	3	3	3	89
3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	2	3	1	4	3	3	3	4	4	3	3	90
3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	3	4	3	4	2	3	1	4	3	3	3	4	3	3	3	88
3	2	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4	2	3	1	4	3	3	3	4	3	3	3	88
3	1	2	3	3	3	1	4	3	4	2	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	1	3	3	2	3	4	4	3	3	86
3	2	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	85
3	1	4	3	2	4	1	4	4	4	1	4	2	4	3	3	3	3	4	3	3	1	3	2	2	3	4	4	4	4	90
3	1	4	3	3	4	2	4	3	4	2	3	2	3	3	1	1	4	4	4	4	1	4	2	4	3	3	1	4	1	85
3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	84
4	1	4	3	4	4	2	2	3	4	2	1	2	1	4	1	4	4	4	4	4	1	4	2	4	3	3	1	4	1	85
3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	82
3	2	4	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	82
3	1	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	4	2	2	2	4	2	3	3	3	3	2	3	84
3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	82
3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	4	3	4	2	2	2	2	3	3	3	4	3	82
3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	4	2	4	2	2	2	2	3	3	3	4	3	82
2	1	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	1	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	79
2	1	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	1	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	74
2	1	2	2	4	4	2	4	4	4	2	3	1	4	4	3	1	4	4	4	3	1	4	2	4	1	4	4	3	3	88
1	4	1	2	3	4	2	4	4	4	2	3	1	4	4	3	1	4	4	4	3	1	4	3	4	1	4	4	3	3	89

2	1	2	2	4	4	2	4	4	4	2	3	1	4	4	3	1	4	4	4	3	1	4	2	4	1	4	4	3	3	88
2	2	2	3	2	4	2	4	4	4	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	90
2	2	3	3	2	4	2	4	4	4	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	91
2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	83
2	2	2	3	2	4	2	4	3	4	3	3	2	4	3	1	4	2	4	2	2	2	4	2	2	3	4	4	4	4	87
2	2	2	3	2	4	2	4	3	4	3	3	2	4	3	1	4	2	4	2	2	2	4	2	2	3	4	4	4	4	87
2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	83
2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	83
2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	3	2	3	2	3	3	3	4	4	2	3	83
2	2	3	3	2	4	2	4	4	4	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	3	91
2	2	3	4	3	4	2	4	3	4	3	3	1	3	1	3	4	4	4	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	89
2	2	3	4	2	4	1	4	4	4	3	4	3	3	4	2	3	3	4	3	3	2	3	4	3	4	3	3	2	4	93
2	2	3	4	3	4	2	4	3	4	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	2	3	3	4	3	3	3	90
2	2	3	4	2	4	1	4	4	4	2	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	4	92
2	4	3	3	1	4	1	4	3	4	2	3	1	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	89
2	2	3	3	2	4	2	4	2	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	3	85
3	2	4	3	2	3	3	3	3	4	1	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	84
4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	1	3	1	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	78
2	2	2	3	4	3	2	3	4	3	4	3	2	3	4	3	4	3	4	3	4	1	4	3	4	3	4	3	4	3	94
3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	2	82
2	1	4	3	2	4	1	4	4	4	4	4	1	3	3	1	4	3	4	3	4	1	4	4	3	1	1	3	4	2	86
3	2	3	4	1	4	1	4	3	4	2	4	2	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	3	3	4	4	4	4	4	98
2	1	3	1	2	4	2	3	3	3	3	3	2	2	2	1	3	3	2	2	2	4	2	4	4	1	4	1	3	1	73
2	1	3	2	2	4	1	4	3	1	3	1	3	2	3	2	2	1	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	65
4	2	4	4	4	4	2	3	4	4	1	3	2	1	2	1	4	4	4	3	4	1	4	3	4	3	4	3	4	4	94
3	2	4	3	3	4	1	4	3	4	2	4	3	2	3	2	4	4	3	4	4	2	3	3	3	3	4	4	3	4	95

2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	4	3	3	3	3	3	84	
3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	1	3	3	3	4	4	2	3	2	2	3	3	2	4	2	84	
2	1	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	4	4	2	4	81	
3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84	
2	2	3	3	2	4	3	4	4	4	3	3	1	3	3	2	3	3	4	3	2	1	4	2	3	3	2	2	3	3	84	
3	1	4	3	2	3	1	4	3	4	1	4	1	4	3	2	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	3	4	4	94	
1	1	3	4	2	4	1	4	3	4	2	4	3	4	4	3	3	4	1	3	3	2	3	3	2	4	4	4	1	4	88	
2	3	2	4	2	4	1	4	3	4	4	4	1	4	3	2	3	4	3	4	3	1	2	2	3	2	3	4	3	4	88	
2	3	2	3	2	3	2	3	4	4	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	87	
2	1	3	2	2	3	2	4	4	4	2	3	2	3	4	3	4	3	4	3	4	1	4	1	4	3	4	4	4	4	91	
2	4	3	4	2	3	3	2	2	4	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	83	
2	1	3	2	1	4	1	4	4	4	2	4	1	2	3	3	4	4	4	4	3	1	4	3	4	4	4	4	4	3	91	
2	2	3	3	3	4	1	3	3	4	3	4	2	3	3	3	4	4	4	4	4	2	2	2	3	4	4	4	3	3	93	
3	2	3	3	3	4	2	4	3	4	3	4	1	2	3	2	3	3	3	4	3	1	4	4	3	2	3	4	4	4	91	
3	1	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	80	
3	1	3	3	2	4	1	3	3	3	3	3	2	4	3	2	2	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	83	
2	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	82
1	2	2	4	2	4	2	3	3	4	1	3	1	4	3	4	3	3	3	4	1	1	3	3	2	3	4	4	4	4	85	
2	4	2	4	3	4	1	4	2	4	1	4	1	4	3	2	4	4	4	2	3	2	3	3	4	4	1	4	3	4	90	
2	2	2	3	2	3	2	3	4	3	2	3	1	4	4	4	2	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4	2	3	3	89	
2	2	2	3	2	3	2	3	4	3	2	3	1	4	4	4	2	4	4	4	2	1	4	4	4	4	4	4	2	3	90	
2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	78	
2	1	3	3	2	1	3	2	3	2	1	3	4	4	3	3	2	4	3	3	4	4	4	3	3	2	4	3	3	4	86	
1	1	3	4	2	4	2	4	4	4	4	4	1	4	3	3	4	4	4	4	3	2	4	2	3	4	4	4	4	4	98	
3	2	4	3	2	3	2	3	3	4	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	85
2	2	3	3	3	4	2	4	4	4	2	3	1	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	4	4	4	91	

1	1	3	4	2	4	1	4	4	4	2	2	1	4	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	4	4	3	4	89	
3	2	4	3	2	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	1	3	2	3	78	
2	1	3	3	2	4	2	4	3	4	2	4	1	4	3	4	3	3	4	3	3	1	4	2	4	4	4	3	4	4	92	
4	1	4	3	3	4	1	4	3	4	3	2	2	3	3	4	4	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3	1	2	2	86	
2	1	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	82	
3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	83	
3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	82	
2	1	3	3	2	3	2	3	4	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	81	
2	2	4	3	2	4	2	4	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	90
3	1	4	3	1	2	1	4	4	4	4	2	2	3	1	2	4	4	3	2	3	1	4	3	4	3	4	3	4	3	86	
2	2	4	3	2	4	2	4	4	3	4	3	2	3	3	1	3	3	3	4	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	87	
2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	84	
2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	81	
3	2	3	3	2	3	2	4	2	4	1	4	2	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	85
3	2	3	3	2	3	2	4	2	4	1	4	2	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	85
1	2	3	1	2	3	2	1	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	1	4	1	4	3	4	4	3	4	89	
3	2	4	2	3	1	4	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	4	2	3	1	3	2	4	2	77	
2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	80	
2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	83	
3	2	3	3	2	3	2	4	2	4	1	4	2	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	85
3	2	3	3	2	3	2	4	2	4	1	4	2	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	85
2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	83	
2	2	3	3	2	4	1	4	3	4	3	4	1	3	3	2	3	4	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	89	
3	2	3	3	2	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	88	
3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	83	
3	1	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	79	

3	1	2	3	3	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	2	3	3	4	3	4	1	4	4	3	3	4	4	3	3	94
2	1	3	3	3	3	2	3	2	3	4	2	2	3	2	1	4	3	4	3	3	1	4	3	4	3	4	3	3	3	84
3	1	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	4	3	3	2	4	2	3	3	3	3	4	3	85
3	4	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	85
3	2	2	3	2	4	1	3	3	4	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	4	3	3	83
3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	4	2	2	2	2	1	3	3	4	3	3	2	3	2	4	3	4	3	3	3	87
3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	4	3	4	2	3	2	3	2	3	4	3	3	3	87
3	1	3	2	2	3	2	4	4	4	4	3	4	1	4	3	2	3	2	4	3	2	2	4	1	3	3	4	4	4	88
3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	83
2	1	4	4	2	3	2	3	4	3	4	3	2	2	3	2	2	3	4	4	4	2	4	3	4	3	4	3	4	3	91
4	1	4	4	4	4	4	1	4	2	4	1	2	1	4	1	1	4	4	4	4	1	4	2	1	1	4	4	4	4	87
4	1	3	1	2	4	2	3	3	4	2	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	85
4	2	1	3	1	4	1	4	4	4	4	4	3	4	3	2	3	4	4	4	1	1	4	3	3	4	4	4	1	4	92
3	2	3	4	2	4	1	3	3	4	3	3	2	3	1	4	3	3	4	4	3	2	3	3	1	3	2	4	2	3	85
1	1	3	4	1	4	1	4	4	4	1	4	2	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	2	4	4	3	3	93
4	1	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	1	2	3	4	3	4	1	3	1	78
4	1	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	1	2	3	4	3	4	1	4	3	81
4	1	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	4	1	2	3	4	3	4	1	4	3	78





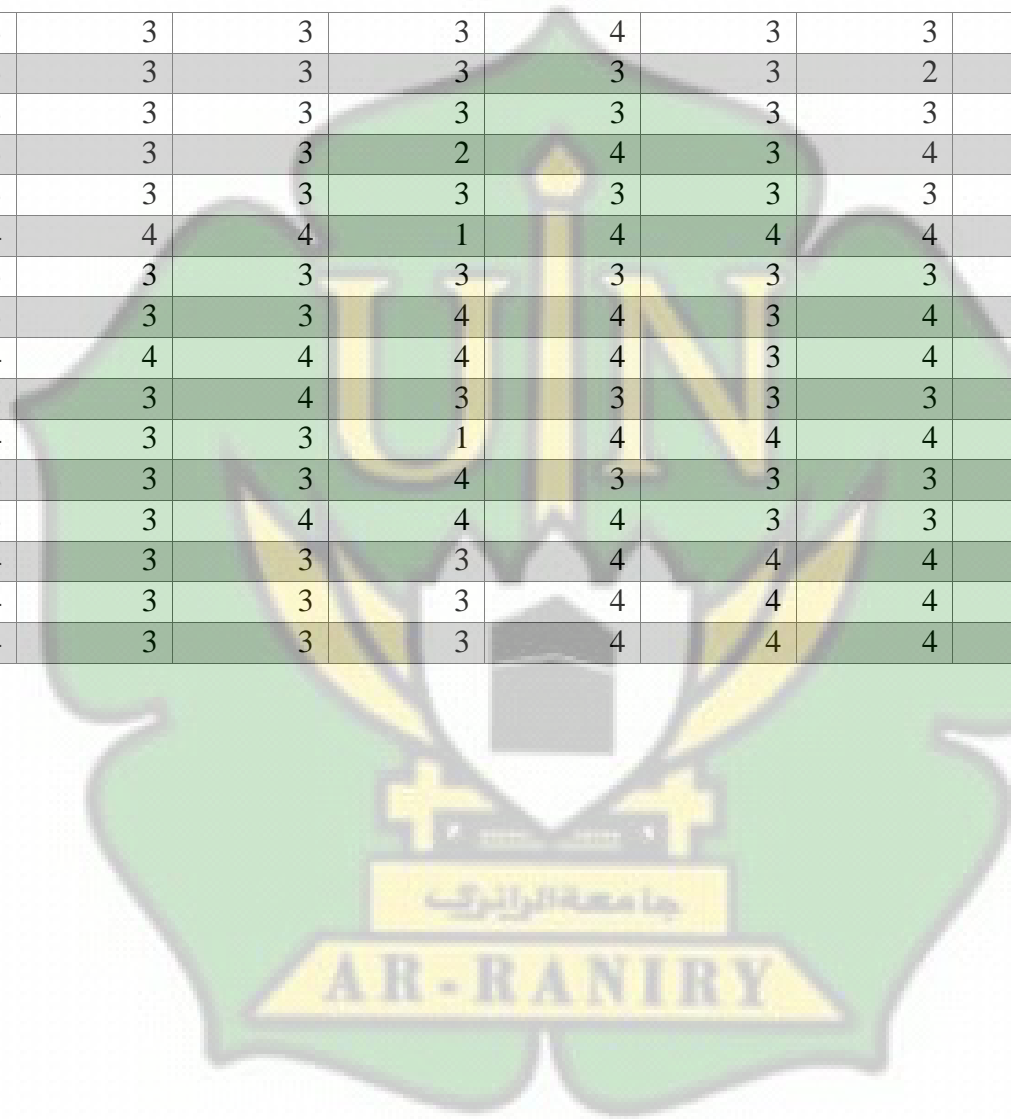


3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	37
4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	37
3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	32
3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	33
3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	32
3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	35
3	3	4	3	3	3	3	3	1	3	3	29
3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	29
4	2	3	3	1	2	2	2	2	3	3	25
4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	35
3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	26
3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	37
4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	38
3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	30
3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	32
4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	37
4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	38
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	34



3	3	3	4	3	4	3	4	1	3	31
3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	29
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	32
2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	28
3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	31
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	32
4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	32
4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	38
3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	28
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	32
4	3	3	4	3	3	3	4	2	3	32
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	33
3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	32
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	38
4	4	3	3	3	4	4	4	2	3	34

3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	31
3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	28
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	31
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	29
4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	36
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30
3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	33
4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	39
3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	32
4	4	3	3	1	4	4	4	4	4	35
3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	31
3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	34
3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	34
3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	34



## Uji Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Regulasi Emosi

### a. Sebelum gugur

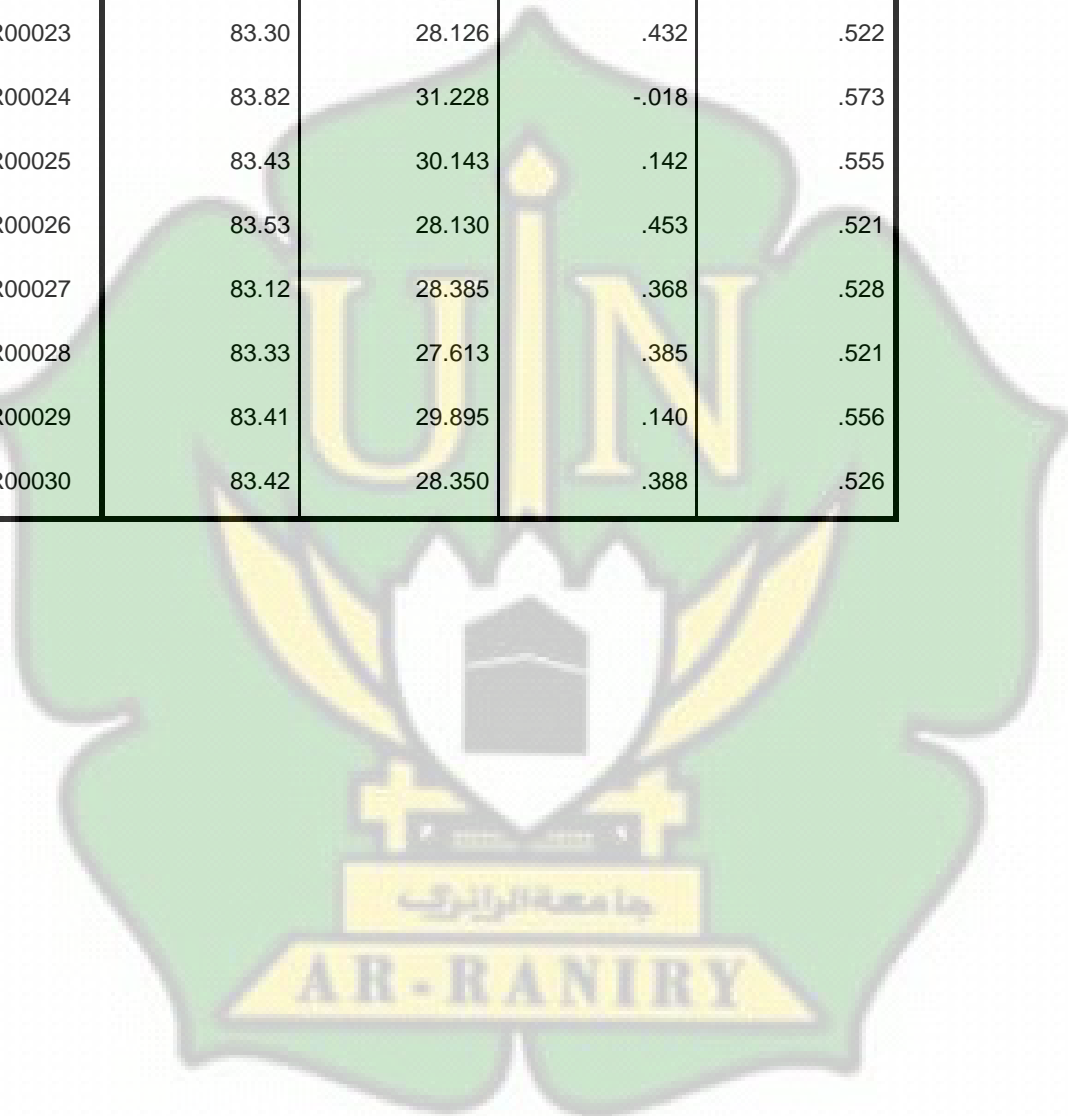
#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.563	30

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	83.98	34.156	-.368	.616
VAR00002	84.48	30.374	.038	.572
VAR00003	83.58	32.803	-.225	.596
VAR00004	83.58	29.585	.215	.547
VAR00005	84.09	31.384	-.043	.577
VAR00006	83.12	28.855	.358	.533
VAR00007	84.57	32.908	-.247	.596
VAR00008	83.19	28.746	.336	.533
VAR00009	83.36	28.529	.385	.528
VAR00010	82.99	27.591	.570	.509
VAR00011	83.88	33.707	-.298	.615
VAR00012	83.41	29.062	.273	.540
VAR00013	84.34	31.164	-.033	.580
VAR00014	83.50	28.374	.326	.531
VAR00015	83.51	29.574	.274	.543
VAR00016	84.04	30.337	.066	.566
VAR00017	83.49	30.478	.041	.570

VAR00018	83.40	27.720	.520	.513
VAR00019	83.08	28.420	.423	.525
VAR00020	83.49	28.496	.395	.527
VAR00021	83.45	30.754	.043	.567
VAR00022	84.62	32.098	-.134	.588
VAR00023	83.30	28.126	.432	.522
VAR00024	83.82	31.228	-.018	.573
VAR00025	83.43	30.143	.142	.555
VAR00026	83.53	28.130	.453	.521
VAR00027	83.12	28.385	.368	.528
VAR00028	83.33	27.613	.385	.521
VAR00029	83.41	29.895	.140	.556
VAR00030	83.42	28.350	.388	.526



## b. Setelah gugur

## Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.824	15

## Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	44.35	24.661	.426	.815
VAR00002	44.42	24.332	.436	.814
VAR00003	44.58	24.504	.421	.815
VAR00004	44.22	23.726	.596	.804
VAR00005	44.65	24.281	.415	.816
VAR00006	44.74	23.421	.492	.810
VAR00007	44.74	25.692	.273	.823
VAR00008	44.62	24.357	.457	.813
VAR00009	44.30	24.625	.424	.815
VAR00010	44.72	24.463	.437	.814
VAR00011	44.53	24.527	.406	.816
VAR00012	44.75	24.171	.488	.811
VAR00013	44.34	24.710	.351	.820
VAR00014	44.56	23.042	.501	.810
VAR00015	44.65	23.936	.493	.810



## Uji Daya Beda Aitem dan Reliabilitas *Self Efficacy*

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.796	10

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	29.05	8.859	.454	.780
VAR00002	29.03	8.353	.634	.761
VAR00003	29.12	8.727	.587	.769
VAR00004	29.02	8.551	.478	.777
VAR00005	29.09	8.758	.313	.799
VAR00006	28.89	8.427	.469	.778
VAR00007	29.09	8.510	.497	.775
VAR00008	28.81	8.033	.487	.777
VAR00009	29.26	8.796	.435	.782
VAR00010	29.11	8.341	.446	.782

## Data Empirik

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
REGULASI	117	65	100	86.48	5.595
Valid N (listwise)	117				

### Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
EFIKASI	117	22	40	32.27	3.210
Valid N (listwise)	117				

## Kategorisasi Skala Regulasi Emosi dan *Self Efficacy*

### REGULASI

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	11	9.4	9.4	9.4
2	85	72.6	72.6	82.1
3	21	17.9	17.9	100.0
Total	117	100.0	100.0	

### EFIKASI

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
1	18	15.4	15.4	15.4
2	83	70.9	70.9	86.3
3	16	13.7	13.7	100.0
Total	117	100.0	100.0	

## Uji Normalitas

### a. Regulasi Emosi

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		X
N		117
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	86.48
	Std. Deviation	5.595
	Absolute	.100
Most Extreme Differences	Positive	.100
	Negative	-.084
Kolmogorov-Smirnov Z		1.081
Asymp. Sig. (2-tailed)		.193

### b. Self Efficacy

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Y
N		117
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	32.27
	Std. Deviation	3.210
	Absolute	.124
Most Extreme Differences	Positive	.124
	Negative	-.103
Kolmogorov-Smirnov Z		1.345
Asymp. Sig. (2-tailed)		.054

## Uji Linieritas

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square
(Combined)		447.916	25	17.917
Between Groups	Linearity	319.840	1	319.840
Y * X	Deviation from Linearity	128.076	24	5.336
Within Groups		747.332	91	8.212
Total		1195.248	116	

ANOVA Table

		F	Sig.
(Combined)		2.182	.004
Between Groups	Linearity	38.946	.000
Y * X	Deviation from Linearity	.650	.885
Within Groups			
Total			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Y * X	.517	.268	.612	.375

## Uji Hipotesis

**Correlations**

		X	Y
X	Pearson Correlation	1	.517**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	117	117
Y	Pearson Correlation	.517**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	117	117

