

**KONTRIBUSI REGULASI EMOSI TERHADAP PERILAKU PROSOSIAL SISWA
SMA WOYLA RAYA****Khairul Atiah ¹****Martunis ²****Nurhasanah ³****Abstrack**

Masa remaja merupakan periode penentuan identitas diri serta tujuan hidup dan pembinaan perilaku prososial untuk dapat menjalani kehidupan dalam masyarakat dengan harmonis. Adapun tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran regulasi emosi, gambaran perilaku prososial serta kontribusi regulasi emosi terhadap perilaku prososial pada siswa SMAN Woyla Raya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian desain korelasional. Populasi penelitian diambil dari siswa SMAN 1 Woyla, SMAN 1 Woyla Barat dan SMAN 1 Woyla Timur dengan jumlah populasi 668 adapun sampel 250 siswa diperoleh dengan menggunakan rumus slovin. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik random sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan 2 skala psikologi yaitu skala regulasi emosi dan skala perilaku prososial dengan jenis skala likert. Analisis data menggunakan deskriptif, korelasi dan regresi linier sederhana. Hasil penelitian ini (1) Gambaran regulasi emosi siswa SMAN Woyla sebagian besar siswa memiliki regulasi emosi yang baik, dengan nilai 52% berada pada kategori "Tinggi", yang menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosi yang baik. (2) Gambaran perilaku prososial pada siswa SMAN Woyla sebagian besar siswa menunjukkan tingkat perilaku prososial yang baik. Sebanyak 64,8% siswa berada pada kategori "Tinggi," yang menunjukkan bahwa sebagian besar dari mereka sering melakukan tindakan yang membantu orang lain. (3) Terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku prososial, koefisien korelasi 0,625, yang berarti 62,5% perilaku prososial dapat didukung oleh regulasi emosi. Koefisien determinasi 33,7% perubahan perilaku prososial dipengaruhi oleh regulasi emosi, sementara 41,9% dipengaruhi oleh factor lain.

Kata kunci: *Regulasi Emosi, Perilaku Prososial, Siswa SMAN Woyla Raya*

¹ Universitas Syiah Kuala, khairulatiahkasmiyani@gmail.com

² Universitas Syiah Kuala, martunis_yahya@unsyiah.ac.id

³ Universitas Syiah Kuala, bunurhasanah1@gmail.com

THE CONTRIBUTION OF EMOTIONAL REGULATION TO THE PROSOCIAL BEHAVIOR OF HIGH SCHOOL STUDENTS IN WOYLA RAYA

Abstrack

Adolescence is a period of self-identity formation, life goal determination, and the development of prosocial behavior to live harmoniously in society. The purpose of this study is to explore emotional regulation, prosocial behavior, and the contribution of emotional regulation to prosocial behavior among students at SMAN Woyla Raya. This research employs a quantitative approach with a correlational research design. The population consists of 668 students from SMAN 1 Woyla, SMAN 1 Woyla Barat, and SMAN 1 Woyla Timur, with a sample of 250 students selected using the Slovin formula. Sampling was conducted through random sampling techniques. Data collection used two psychological scales: the emotional regulation scale and the prosocial behavior scale, both in Likert scale format. Data analysis involved descriptive statistics, correlation, and simple linear regression. The findings of this study are as follows: (1) The emotional regulation of SMAN Woyla students is mostly strong, with 52% of students in the "High" category, indicating a strong ability to regulate emotions. (2) The prosocial behavior of SMAN Woyla students is also high, with 64.8% of students in the "High" category, indicating that most students frequently engage in behaviors that help others. (3) There is a significant relationship between emotional regulation and prosocial behavior, with a correlation coefficient of 0.625, meaning that 62.5% of prosocial behavior is supported by emotional regulation. The determination shows that 33,7% of changes in prosocial behavior are influenced by emotional regulation, while the remaining 41.9% are influenced by other factors.

Keywords: Emotion Regulation, Prosocial Behavior, SMA Woyla Raya Students

PENDAHULUAN

Pendidikan di Sekolah Menengah Atas (SMA) memiliki peran krusial dalam perkembangan remaja, yang merupakan fase transisi penting. Pada masa ini, individu mengalami perubahan signifikan secara fisik, kognitif, sosial, dan emosional, serta menghadapi tantangan dalam membentuk identitas dan menetapkan tujuan hidup. Meskipun masa remaja seringkali dipenuhi fluktuasi emosional, penelitian menunjukkan bahwa banyak remaja memiliki citra diri positif, yang berkontribusi pada kesiapan mereka dalam menjalani kehidupan yang bermakna.

Pendidikan tidak hanya berfungsi untuk menambah ilmu, tetapi juga untuk membentuk kepribadian dan kemandirian remaja. Peran guru, orang tua, dan teman sebaya sangat penting dalam mendukung perkembangan potensi remaja. Selain itu, pendidikan juga menjadi sarana bagi remaja untuk mengeksplorasi minat dan bakat mereka serta mempersiapkan diri memasuki fase dewasa dengan percaya diri.

Perilaku prososial, yakni tindakan sukarela untuk membantu orang lain tanpa mengharapkan imbalan (Kamil & Primanita, 2024) yang mulai berkembang selama masa remaja. Remaja cenderung menunjukkan perilaku ini kepada orang-orang terdekat, dipengaruhi oleh norma kebersamaan dan solidaritas dalam lingkungan sosial. Banyak remaja juga terlibat dalam kegiatan sosial, yang mencerminkan kepedulian mereka terhadap komunitas yang lebih luas.

Perkembangan perilaku prososial penting untuk membentuk karakter yang peduli dan bertanggung jawab. Lingkungan yang mendukung, seperti keluarga dan sekolah, memperkuat kecenderungan remaja untuk berkontribusi positif. Keterlibatan dalam aktivitas sosial tidak hanya membantu orang lain, tetapi juga meningkatkan keterampilan sosial, empati, dan rasa tanggung jawab remaja terhadap masyarakat.

Perilaku prososial berlawanan dengan perilaku anti-sosial, yang melanggar norma sosial atau hak orang lain. Contoh perilaku anti-sosial di kalangan siswa termasuk bullying, kecurangan akademik, dan

perilaku agresif. Penelitian menunjukkan bahwa perilaku prososial dipengaruhi oleh faktor eksternal dan internal, seperti suasana hati dan kehadiran orang lain.

Regulasi emosi menjadi elemen penting dalam perkembangan perilaku prososial. Kemampuan mengelola emosi memungkinkan individu berkolaborasi dan menolong orang lain. Sebaliknya, regulasi emosi yang buruk dapat menghalangi interaksi sosial dan mengurangi keinginan remaja untuk membantu orang lain, terutama dalam situasi sulit.

Fenomena yang diamati di SMA Negeri Woyla menunjukkan bahwa siswa seringkali kurang termotivasi untuk membantu jika mereka sedang mengalami masalah pribadi. Wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling mengungkapkan bahwa banyak siswa enggan membantu teman yang sedang kesulitan ketika mereka sendiri berada dalam mood negatif atau merasa tertekan.

Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki kontribusi regulasi emosi terhadap perilaku prososial siswa, dengan harapan dapat menghasilkan wawasan untuk pengembangan program pembinaan sosial dan emosional yang lebih efektif. Dengan memahami hubungan ini, diharapkan dapat tercipta suasana belajar yang harmonis dan produktif di lingkungan sekolah. Adapun hipotesis dalam penelitian ini yaitu H_a : Terdapat kontribusi antara regulasi emosi terhadap perilaku prososial pada siswa SMAN Woyla Raya H_0 : Tidak terdapat kontribusi antara regulasi emosi terhadap perilaku prososial pada siswa SMAN Woyla Raya.

Perilaku Prososial

Menurut Eisenberg dan Mussen (Ramadhani, A. N., & Arifiana, I. Y. (2023). perilaku prososial mencakup berbagai tindakan seperti membantu, berbagi, dan bekerja sama dengan orang lain. Baron dan Byrne (2005) menyebutkan bahwa perilaku prososial adalah bantuan yang diberikan kepada orang dan dapat memberi keuntungan bagi yang diberi pertolongan tanpa pelaku secara langsung mendapatkan keuntungan darinya.

Menurut Eisenberg & Mussen (dalam Dayakisni & Hudaniah, 2003) menyebutkan bahwa ada 7 perilaku prososial yaitu:

- a. Berbagi (*Sharing*)
- b. Kerjasama (*Cooperative*)

- c. Menyumbang (*Donating*)
- d. Menolong (*Helping*)
- e. Bertindak jujur (*Honesty*)
- f. Kedermawanan (*Generosity*)
- g. Mempertimbangkan hak dan kesejahteraan orang lain (*Consideration of the right and welfare of other*)

Regulasi Emosi

Regulasi emosi merupakan usaha yang dilakukan oleh individu dalam mengekspresikan emosi agar emosi yang dikeluarkan bisa sesuai dengan yang diharapkan. Menurut Gross & John (Luthfi & Husni, 2020) regulasi emosi meliputi semua kesadaran dan ketidaksadaran strategi yang digunakan untuk menaikkan, mengelola dan menurunkan satu atau lebih komponen dari respon emosi. Gross & Thomshom (Susanti, 2020) membagi aspek regulasi emosi sebagai berikut:

- a. Memonitor emosi (*emotions monitoring*)
- b. Mengevaluasi emosi (*emotions evaluating*)
- c. Memodifikasi emosi (*emotions modification*)

METODOLOGI

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan desain korelasional untuk mengeksplorasi hubungan antara regulasi emosi dan perilaku prososial pada siswa SMA Woyla Raya. Desain korelasional memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi sejauh mana hubungan antara dua variabel tanpa melakukan manipulasi variabel. Data dikumpulkan dari satu waktu (*cross-sectional*) untuk menganalisis korelasi antara regulasi emosi dan perilaku prososial pada siswa.

Berdasarkan data jumlah siswa dari SMAN Woyla Raya peneliti mendapatkan total jumlah populasi sebanyak 668 siswa. Untuk mengetahui jumlah sampel yang akan diteliti maka peneliti akan menggunakan rumus Slovin Berdasarkan hasil yang didapat dari rumus Slovin maka penelitian akan mengambil 250 sampel siswa sebagai berikut:

No	Nama	Populasi	Sampel
1	SMAN 1 Woyla	373	110
2	SMAN 1 Woyla Barat	254	110
3	SMAN 1 Woyla Timur	41	30
Total		668	250

Tabel 1. Sampel penelitian

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu probability sampling artinya metode pengambilan sampel secara random atau sebuah teknik pengambilan sampel yang memberikan semua peluang bagi semua anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel. Lebih khususnya penelitian ini akan diteliti menggunakan *stratified random sampling*. Dengan demikian sampel yang ditetapkan adalah tiga sekolah yang mewakili populasi diantaranya yaitu SMA Negeri 1 Banda Aceh, SMA Negeri 3 Banda Aceh, SMA Negeri 11 Banda Aceh.

Instrumen penelitian ini terdiri dari dua alat utama, yaitu skala regulasi emosi dan skala perilaku prososial, yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Skala regulasi emosi dirancang untuk mengukur kemampuan siswa dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi, dengan mencakup aspek seperti memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi emosi. Setelah uji validitas, 37 item dinyatakan valid dari total 43 item, sementara uji reliabilitas menunjukkan konsistensi yang baik dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0.746.

Skala perilaku prososial mengukur perilaku sukarela siswa untuk membantu orang lain tanpa mengharapkan imbalan, meliputi aspek seperti berbagi, kerjasama, menolong, dan bertindak jujur. Dari total 31 item, 30 item dinyatakan valid setelah uji validitas, dan reliabilitas skala ini juga baik dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0.724. Dengan demikian, kedua instrumen ini dapat dipercaya untuk digunakan dalam penelitian lebih lanjut, memberikan data yang akurat tentang regulasi emosi dan perilaku prososial siswa.

Data dalam penelitian ini penugumpulan data melalui survei menggunakan kuesioner skala regulasi emosi dan perilaku prososial, yang diberikan kepada siswa di lingkungan sekolah secara mandiri. Kuesioner dirancang dengan model Skala Likert, yang memungkinkan partisipan untuk menunjukkan

sikap mereka terhadap berbagai pernyataan. Setelah pengumpulan data,

Teknik analisis dilakukan menggunakan teknik statistik, termasuk analisis deskriptif untuk mendeskripsikan karakteristik variabel, analisis korelasi Pearson untuk mengukur hubungan antara regulasi emosi dan perilaku prososial, serta analisis regresi linier sederhana untuk mengevaluasi pengaruh variabel independen (regulasi emosi) terhadap variabel dependen (perilaku prososial). Uji determinasi juga akan dilakukan untuk mengukur seberapa besar variabel independen menjelaskan variabel dependen, dengan interpretasi koefisien korelasi yang berdasarkan pedoman tertentu. Semua analisis akan menggunakan perangkat lunak statistik seperti SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 14 juli sampai 2 Agustus 2024 di SMAN 1 Woyla, SMAN 1 Woyla Barat dan SMAN 1 Woyla Timur. Penelitian ini dilakukan secara tatap muka dengan menggunakan angket penelitian, jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 668 orang siswa dan sampel berjumlah 250 orang siswa.

Kriteria	Interval	F	%
Sangat Rendah	$X < 64,75$	0	0
Rendah	$64,75 < X \leq 83,25$	1	0.4
Sedang	$83,25 < X \leq 101,75$	33	13.2
Tinggi	$101,75 < X \leq 111$	130	52.0
Sangat Tinggi	$X > 111$	86	34.4
Total		250	100

Sumber: Data primer (diolah) 2024

Tabel 2. Gambaran Variabel Regulasi Emosi Siswa SMA Woyla

Mayoritas siswa, yaitu sebanyak 52%, berada pada kategori "Tinggi." Hal ini menunjukkan bahwa separuh siswa memiliki nilai antara 101,75 hingga 111. Maka, sebagian besar siswa menunjukkan tingkat hasil yang tinggi atau sangat tinggi.

Kriteria	Interval	F	%
Sangat Rendah	$X < 52,5$	0	0

Kriteria	Interval	F	%
Rendah	$52,5 < X \leq 67,75$	6	2.4
	$67,5 < X \leq 82,5$	71	28.4
Sedang	$82,5 < X \leq 97,5$	162	64.8
	$X > 97,5$	11	4.4
Tinggi			
Sangat Tinggi			
Total		250	100

Sumber: Data primer (diolah) 2024

Tabel 3. Perilaku Prososial

Sebagian besar siswa, yaitu 64,8%, berada pada kategori "Tinggi," yang berarti sebagian besar siswa memiliki nilai antara 82,5 hingga 97,5. dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa menunjukkan hasil yang tinggi.

Aspek-Aspek Regualasi Emosi

Kriteria	Interval	F	%
Sangat Rendah	$X < 29,75$	0	0
Rendah	$29,75 < X \leq 38,25$	0	0
	$38,25 < X \leq 46,75$	51	20.4
Sedang	$46,75 < X \leq 55,25$	176	70.4
	$X > 55,25$	23	9.2
Tinggi			
Sangat Tinggi			
Total		250	100

Sumber: Data primer (diolah) 2024

Tabel 4. Aspek Memonitor Emosi

Sebagian besar siswa, yaitu 70,4%, berada dalam kategori "Tinggi" dengan nilai antara 46,75 hingga 55,25. mayoritas siswa menunjukkan hasil yang tinggi, sementara sebagian kecil menunjukkan hasil sedang hingga sangat tinggi.

Kriteria	Interval	F	%
Sangat Rendah	$X < 22,75$	18	7.2
Rendah	$22,75 < X \leq 29,25$	52	20.7
	$29,25 < X \leq 35,75$	113	45.0
Sedang	$35,75 < X \leq 42,25$	47	18.7
	$X > 42,25$	21	8.4
Tinggi			
Sangat Tinggi			

Kriteria	Interval	F	%
Total		250	100

Sumber: Data primer (diolah) 2024

Tabel 5. Aspek Mengevaluasi Emosi

Hasil analisis data menunjukkan bahwa 45% siswa berada dalam kategori "Sedang" (nilai 29,25 hingga 35,75). Mayoritas siswa menunjukkan hasil sedang, dengan sebagian kecil tersebar di kategori sangat rendah hingga sangat tinggi.

Kriteria	Interval	F	%
Sangat Rendah	$X < 12,25$	18	7.2
Rendah	$12,25 < X \leq 15,75$	55	22.0
	$15,75 < X \leq 19,25$	86	34.4
Sedang	$19,25 < X \leq 22,75$	74	29.6
	$X > 22,75$	17	6.8
Tinggi			
Sangat Tinggi			
Total		250	100

Sumber: Data primer (diolah) 2024

Tabel 6. Aspek Memodifikasi Emosi

Berdasarkan hasil analisis data, mayoritas siswa (34,4%) berada pada kategori "Sedang" dengan nilai antara 15,75 hingga 19,25, menunjukkan bahwa hampir separuhnya memiliki hasil dalam rentang ini.

Aspek Perilaku Prososial

Kriteria	Interval	F	%
Sangat Rendah	$X < 10,5$	5	2.0
Rendah	$10,5 < X \leq 13,5$	48	19.2
	$13,5 < X \leq 16,5$	152	60.8
Sedang	$16,5 < X \leq 19,5$	45	18.0
	$X > 19,5$	0	0
Tinggi			
Sangat Tinggi			
Total		250	100

Sumber: Data primer (diolah) 2024

Tabel 7. Aspek Berbagi

Mayoritas siswa, yaitu 60,8%, berada pada kategori "Sedang" dengan nilai antara 13,5 hingga 16,5. Dengan demikian, sebagian

besar siswa memiliki hasil yang sedang, sementara sebagian kecil lainnya tersebar pada kategori rendah hingga tinggi.

Kriteria	Interval	F	%
Sangat Rendah	$X < 3,5$	5	2.0
Rendah	$3,5 < X \leq 4,5$	18	7.2
Sedang	$4,5 < X \leq 5,5$	36	14.4
Tinggi	$5,5 < X \leq 6,5$	98	39.2
Sangat Tinggi	$X > 6,5$	93	37.2
Total		250	100

Sumber: Data primer (diolah) 2024

Tabel 8. Aspek Kerja sama

Mayoritas siswa, yaitu 39,2%, berada pada kategori "Tinggi" dengan nilai antara 5,5 hingga 6,5. sebagian besar siswa menunjukkan hasil yang tinggi hingga sangat tinggi, sementara sebagian kecil lainnya berada pada kategori sedang hingga rendah.

Kriteria	Interval	F	%
Sangat Rendah	$X < 3,5$	18	7.2
Rendah	$3,5 < X \leq 4,5$	54	21.6
Sedang	$4,5 < X \leq 5,5$	103	41.2
Tinggi	$5,5 < X \leq 6,5$	62	24.8
Sangat Tinggi	$X > 6,5$	13	5.2
Total		250	100

Sumber: Data primer (diolah) 2024

Tabel 9. Aspek Menyumbang

Hampir separuhnya (41,2%) siswa berada pada kategori "Sedang" dengan nilai antara 4,5 hingga 5,5. sebagian besar siswa menunjukkan hasil yang sedang hingga tinggi, dengan sebagian kecil berada pada kategori rendah dan sangat rendah.

Kriteria	Interval	F	%
Sangat Rendah	$X < 11,75$	0	0
Rendah	$11,75 < X \leq 15,25$	15	6.0

Sedang	$15,25 < X \leq 19,75$	89	35.6
Tinggi	$19,75 < X \leq 22,75$	114	45.6
Sangat Tinggi	$X > 22,75$	32	12.8
Total		250	100

Sumber: Data primer (diolah) 2024

Tabel 10. Aspek Menolong

Mayoritas siswa, yaitu 45,6%, berada pada kategori "Tinggi" dengan nilai antara 19,75 hingga 22,75. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa menunjukkan hasil yang tinggi, sementara sebagian kecil lainnya berada pada kategori sedang hingga sangat tinggi.

Kriteria	Interval	F	%
Sangat Rendah	$X < 7$	5	2.0
Rendah	$7 < X \leq 9$	5	2.0
Sedang	$9 < X \leq 11$	92	36.8
Tinggi	$11 < X \leq 13$	82	32.8
Sangat Tinggi	$X > 13$	66	26.4
Total		250	100

Sumber: Data primer (diolah) 2024

Tabel 11. Aspek Bertindak Jujur

Sebagian besar, yaitu 36.8%, berada dalam kategori "Sedang," yang berarti hampir separuh dari populasi termasuk dalam kategori ini.

Kriteria	Interval	F	%
Sangat Rendah	$X < 3,5$	4	1.6
Rendah	$3,5 < X \leq 4,5$	6	2.4
Sedang	$4,5 < X \leq 5,5$	17	6.8
Tinggi	$5,5 < X \leq 6,5$	114	45.6
Sangat Tinggi	$X > 6,5$	109	43.6
Total		250	100

Sumber: Data primer (diolah) 2024

Tabel 12. Aspek Kedermawanan

Berdasarkan tabel diatas sebagian besar populasi, yaitu 45.6%, berada dalam kategori "Tinggi."

Kriteria	Interval	F	%
Sangat Rendah	$X < 11,75$	1	.4
Rendah	$11,75 < X \leq 15,25$	8	3.2
Sedang	$15,25 < X \leq 19,75$	95	38.0
Tinggi	$19,75 < X \leq 22,75$	113	45.2
Sangat Tinggi	$X > 22,75$	33	13.2
Total		250	100

Sumber: Data primer (diolah) 2024

Tabel 13. Aspek Mempertimbangkan Hak dan Kesejahteraan orang lain

Kategori "Tinggi" melibatkan 45.2% dari populasi, menunjukkan bahwa hampir separuh dari populasi berada dalam kategori ini.

Analisis Regresi Linier Sederhana

Model	Coefficients ^a					
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Correlations
	B	Std. Error				
1 (Constant)	37.957	6.512		5.829	.000	
regulasi emosi	.443	.060	.425	7.403	.000	.425

a. Dependent Variable: perilaku prososial

$$Y = 37,957 + 0,443X + e$$

Dalam penelitian nilai konstanta adalah 37,957 artinya bila mana regulasi emosi (X) dianggap konstan, Ini menunjukkan bahwa jika tidak ada perubahan atau nilai dalam variabel regulasi emosi (X), maka nilai dasar dari variabel perilaku prososial (Y) adalah 37,957.

Koefisien regresi variabel regulasi emosi sebesar 0,443. hal ini dapat diartikan setiap kenaikan skor variabel regulasi emosi sebesar satu satuan pada satuan skala likert akan dapat meningkatkan skor perilaku prososial sebesar 0,443. Dengan kata lain setiap 100% perubahan dalam variabel regulasi emosi akan berpengaruh terhadap perilaku prososial siswa SMA Woyla Raya sebesar 44,3%.

Koefisien Korelasi (R) dan Determinasi

Tabel 4.24 Model Summary

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.625 ^a	.581	.578	7.13333

a. Predictors: (Constant), regulasi emosi

b. Dependent Variable: perilaku prososial

Sumber: Data primer (diolah) 2024

Koefisien korelasi dalam penelitian di peroleh nilai sebesar 0,625 dimana dengan nilai tersebut terdapat hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat adalah sebesar 62,5%. Artinya regulasi emosi (X) memiliki kontribusi yang kuat terhadap perilaku prososial (Y) pada Siswa SMA Woyla Raya.

Koefisien determinasi yang diperoleh dengan nilai sebesar 0,581 artinya bahwa sebesar 33,7% perubahan-perubahan dalam variabel terikat (perilaku prososial pada Siswa SMA Woyla Raya) dapat dijelaskan oleh perubahan-perubahan dalam faktor-faktor regulasi emosi (X) sedangkan selebihnya sebesar 41,9% dijelaskan oleh faktor-faktor lain diluar variabel yang diteliti dalam penelitian.

KESIMPULAN

Gambaran regulasi emosi siswa, mayoritas siswa SMAN Woyla Raya memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik. Sekitar 52% berada dalam kategori "Tinggi," artinya siswa SMAN Woyla Raya menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mampu mengelola emosi mereka dengan baik.

Gambaran perilaku prososial Siswa sebagian besar siswa juga menunjukkan perilaku prososial yang tinggi. Sekitar 64,8% berada dalam kategori "Tinggi," artinya siswa SMAN Woyla Raya menunjukkan bahwa siswa umumnya berperilaku baik dalam membantu orang lain.

Kontribusi regulasi emosi terhadap perilaku prososial yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dan perilaku prososial. Koefisien korelasi sebesar 0,625 menunjukkan bahwa 62,5% perilaku prososial siswa dapat dijelaskan oleh kemampuan mereka dalam mengatur emosi. Selain itu, koefisien determinasi sebesar 0,581 menunjukkan bahwa 33,7% perubahan dalam perilaku prososial disebabkan oleh regulasi

emosi, sementara 41,9% dipengaruhi oleh faktor lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Baron, R.A. dan Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial*. Edisi kesepuluh: jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Dayaksini, T. S., & Hudaniah. (2009). Hubungan Suasana Hati dengan Perilaku Prososial. *Jurnal Psikologi*, 36(1), 1-12.
- Kamil, M,A & Primanita, R,Y. (2024). Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Prososial Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Lubuk Basung. *Edu Sociata: Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 7 (2), 35-40.
- Luthfi, IM, & Husni, D. (2020). Keterikatan teman sejawat dengan regulasi emosi pada santri. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1 (2), 110-118.
- Ramadhani, AN, & Arifiana, IY (2023). Perilaku prososial siswa reguler di sekolah inklusi: Bagaimana pentingnya hubungan guru–siswa. *INNER: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2 (4), 616-625.
- Susanti, R. A. (2020). *Regulasi Emosi Pada Taruna Pelayaran AMC Perguruan Tinggi Kedinasan*. (Doctoral dissertation, IAIN Kediri)