

## ABSTRAK

**Rainatul Khalisah,** 210103040125. Kontribusi Regulasi Emosi terhadap Stres

Akademik dengan Kelekatan Teman Sebaya sebagai Variabel Moderator pada Mahasiswa Perantau di Universitas Islam Negeri (UIN) Antasari Banjarmasin. Pembimbing (I) Imadduddin, M.A., M. Kes dan Pembimbing (II) Mahdia Fadhlila, M.Psi., Psikolog, pada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin 2025.

**Kata Kunci:** Regulasi Emosi, Stres Akademik, Kelekatan Teman Sebaya, Mahasiswa Perantau.

Penelitian ini bertujuan untuk (1) mengidentifikasi tingkat stres akademik pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin, (2) mengidentifikasi tingkat regulasi emosi pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin, (3) mengidentifikasi tingkat kelekatan teman sebaya pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin, (4) menganalisis kontribusi regulasi emosi terhadap stres akademik pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin, dan (5) menganalisis peran dari kelekatan teman sebaya sebagai variabel moderator dalam memperkuat dan memperlemah kontribusi regulasi emosi terhadap stres akademik pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan desain hubungan kausal yang akan dimoderatori oleh variabel lain. Teknik yang digunakan adalah *incidental sampling* dan didapatkan sampel berjumlah 400 mahasiswa perantau yang sesuai dengan kriteria penelitian. Skala yang digunakan ada 3 yaitu skala stres akademik berdasarkan teori Robotham, skala regulasi emosi berdasarkan teori Gross & Thompson, serta skala *peer attachment* berdasarkan teori Armsden & Greenberg yang telah dimodifikasi. Analisis data menggunakan analisis regresi sederhana dan analisis *process/Moderated Regression Analysis* (MRA) dengan bantuan SPSS 30.0 for windows.

Hasil penelitian ini yaitu (1) Regulasi emosi pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin dominan pada tingkat sedang sebanyak 282 orang (71%). (2) Stres akademik pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin paling banyak termasuk dalam kategori tingkat sedang yaitu 326 orang (82%). (3) Tingkat kelekatan teman sebaya pada mahasiswa perantau di UIN Antasari Banjarmasin mayoritas berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 260 orang (65%). (4) Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan regulasi emosi memiliki kontribusi yang negatif dan signifikan terhadap stres akademik dengan nilai R-Square sebesar 0,659 (65,9%). (5) Hasil uji MRA menunjukkan nilai signifikansi  $0,001 < 0,05$  dengan nilai R-Square<sup>2</sup> sebesar 0,690 (69%) yang artinya terdapat peningkatan nilai R-square sebesar 0,031 atau 3,1%. Hal ini dapat diartikan bahwa peran kelekatan teman sebaya terhadap kontribusi regulasi emosi pada stres akademik sebesar 3,1%.