

Amelia Oktaviani Rumita.10520105

**PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP KECEMASAN  
MENGHADAPI TUGAS AKHIR PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR**

Penulisan Ilmiah Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Gunadarma,  
2023

**ABSTRAK**

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi emosi terhadap kecemasan menghadapi tugas akhir pada mahasiswa tingkat akhir. Setiap mahasiswa memiliki rentang waktu yang berbeda dalam menyelesaikan tugas akhir tetapi umumnya diberikan waktu selama satu atau dua semester. Namun, masih banyak mahasiswa yang menyelesaikan skripsi melebihi waktu yang diberikan. Lamanya waktu yang dibutuhkan oleh para mahasiswa ini disebabkan adanya kesulitan dan hambatan dalam proses penyusunan seperti adanya kecemasan selama penyelesaian tugas akhir. Berdasarkan pemaparan penelitian sebelumnya regulasi emosi memiliki pengaruh dengan kecemasan karena berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengelola dan mengekspresikan emosinya secara efektif sehingga sehingga dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan saat menghadapi tugas akhir. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif meliputi: uji validitas dan uji reliabilitas. Subjek yang dipilih melalui pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan menggunakan teknik purposive sampling.*

**Kata kunci :** Regulasi emosi, Kecemasan, Mahasiswa Tingkat Akhir

(vii+35)

Daftar Pustaka (1959-2023)