

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dipaparkan sebelumnya, maka kesimpulan yang didapat dari penelitian ini adalah:

1. Ada hubungan yang signifikan antara prestasi akademik dengan regulasi emosi interpersonal dan depresi. Hal ini ditunjukkan dari nilai koefisien korelasi sebesar $R_{y.x1x2}=0.996$ dengan Sig. F Change $0,000 < 0,05$.
2. Ada hubungan yang signifikan positif antara prestasi akademik dengan regulasi emosi interpersonal. Hal ini ditunjukkan dari nilai koefisien korelasi sebesar $r_{y.x1}=0,995$ dengan Sig. (2-tailed) $0,000 < 0,05$.
3. Ada hubungan yang signifikan negatif antara prestasi akademik dengan kecenderungan depresi. Hal ini ditunjukkan dari nilai koefisien korelasi sebesar $r_{y.x2}=(-)0,996$ dengan Sig. (2-tailed) $0,000 < 0,05$.
4. Ada hubungan yang signifikan negatif antara regulasi emosi interpersonal dengan kecenderungan depresi. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r_{x1.x2}=(-)0,997$ dengan Sig. (2-tailed) $0,000 < 0,05$.

B. Saran

Dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, ada beberapa hal yang perlu diperhatikan untuk dapat diperbaiki lagi, yakni:

1. Bagi sekolah

Sekolah dapat memberikan pendampingan bagi peserta didik yang memiliki skor kecenderungan depresi yang rendah sehingga tidak berdampak buruk pada prestasi akademiknya. Selain itu sekolah juga dapat memberikan pelatihan regulasi emosi yang bisa disematkan dalam salah satu mata pelajaran bimbingan konseling sehingga peserta didik dapat mengembangkan kemampuan interpersonalnya dan memiliki regulasi emosi yang lebih baik.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dikembangkan menjadi penelitian kuantitatif eksperimen yang dapat bermanfaat untuk menurunkan kecenderungan depresi pada peserta didik serta meningkatkan kemampuan regulasi emosi interpersonal. Selain itu peneliti selanjutnya juga dapat mengembangkan penelitian ini menjadi sebuah kajian deskriptif dengan pendekatan studi kasus sehingga mendapatkan data tentang regulasi emosi interpersonal dan depresi lebih akurat.

DAFTAR PUSTAKA

- Abar, B., Carter, K., L., & Winsler, A. 2009. The Effects of Maternal Parenting Style and Religious Commitment on Self-Regulation, Academic Achievement, and Risk Behavior among African-American Parochial College Students . *Journal of Adolescence*, Vol. 32. Hal. 259-273. Doi: 10.1016/j.adolescence.2008.03.008.
- Azwar, S. (2009). *Tes Prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barthel, A. L., Hay, A., Doan, S. N., Hofmann, S. G. (2018). Interpersonal Emotion Regulation: A Review of Social and Developmental Components. *Behavior Change*. Hal. 1-14. Doi:10.1017/bec.2018.19.
- Beck, A. T. (1985). *Depression, Causes and Treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Beck, A.T. (2003). *Depression: Clinical Experimental, and Theoretical Aspects*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Beers. M. (2005). Emotion Regulation Abilities and the Quality of Social Interaction. *Emotion*. Vol. 5. No. 1. Hal. 113-118. Doi: 10.1037/1528-3542.5.1.113.
- Burns, D. D., 1988. *Terapi Kognitif : Pendekatan Baru Bagi Penanganan Depresi* (terjemahan : Santosa). Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Carver C.S. dan Smith, J. C. (2010). *Personality and Coping: Annual Review Psychology*.
- Chaplin. J.P. (2002). *Kamus Lengkap Psikologi*. Cetakan Keenam. Penerjemah. : Kartiko, K. Jakarta : PT. Raja Grafiika Persada.
- DeRoma, V. M., Leach, J. B., Leverett, J. P. (2009). The relationship between depression and college academic performance. *College Student Journal*. Vol. 43, No. 2. Hal. p. 325+. Gale Academic Onefile, Accessed 23 Dec. 2019.
- Detik news.com (2019) Rata-rata Hasil UNBK 2019 Tingkat SMP Masih di Bawah Standar. <https://news.detik.com/berita/d-4568718/rata-rata-hasil-unbk-2019-tingkat-smp-masih-di-bawah-standar>
- Fletcher, J.M. 2008. Adolescent Depression: Diagnosis, Treatment, and Educational Attainment. *Health Economics*. 17, 1215-35.
- Flett. G. L., Druckman, T., Hewitt. P.L., Wekerle. C. (2012). Perfectionism, Coping, Social Support, and Depression in Maltreated Adolescents. *Journal of Cognitive Behavior Therapy*. Vol. 30. Hal. 118-131.

Doi:10.1007/s10942-011-0132-6.

- Graziano, P. A., Reavis, R. D., Keane, S. P., Calkins, S. D. (2007). The Role of Emotion Regulation In Children's Early Academic Success. *Journal of School Psychology*. Vol. 45. No. 1. Hal. 3-19. Doi: 10.1016/j.jsp.2006.09.002.
- Gross, J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*. Vol. 39. No. 3. Hal. 281-291. Doi:10.1017/S0048577201393198.
- Gumora, G. dan Arsenio, W. (2002). Emotionality, Emotion Regulation, and School Performance in Middle School Children. *Journal of School Psychology*. Vol. 40. Hal. 395-413. Doi: 10.1016/S0022-4405(02)00108-5.
- Hawadi, R. A. (2004). *Akselerasi A-Z Informasi Program Percepatan Belajar dan Anak Berbakat Intelektual*. Grasindo: Jakarta.
- Hofmann, S., Carpenter, J., Curtiss, J. (2016). Interpersonal Emotion Regulation Questionnaire (IERQ): Scale Development and Psychometric Characteristics. *Cognitive Therapy and Research*. Vol. 40. No. 9756. Doi: 10.1007/s10608-016-9756-2.
- Idham, K. (2018) Hubungan Simtom Depresi Dengan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Andalas Angkatan 2016. *Diploma Thesis*. Universitas Andalas.
- Kaplan, H.I. dan Saddock, B.J. (2007) *Sinopsis Psikiatri*. 8th ed. Jakarta: Bina Rupa Aksara.
- Kapur, R. (2018). Factors Influencing the Students Academic Performance in Secondary Schools in India. *ResearchGate*.
- Maraichelvi, A., Rajan, S. (2013). The Relationship Between Emotional Intelligence and The Academic Performance Among Final Year Under Graduates. *Universal Journal of Psychology*. Vol. 1 No. 2. Hal. 41-45. Doi: 10.13189/ujp.2013.010203.
- Marroquin, B. (2011). Interpersonal Emotion Regulation as a Mechanism of social Support in Depression. *Clinical Psychology Review*. Vol. 31. Hal. 1276-1290. Doi: 10.1016/j.cpr.2011.09.005
- Maulida, S. R., Handoko, W., Pratiwi, S. E. (2016). Hubungan Tingkat Gejala Depresi Dan Indeks Prestasi (IP) pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Angkatan 2014. *Naskah Publikasi*. Universitas Tanjungpura.
- Oematan, C. (2013). Hubungan Antara Prokrastinasi Akademik Dan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi – Universitas Surabaya.

- Calyptra*. Vol. 2. No. 1. Hal. 1-7. Diunduh dari <http://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/438>.
- Owens, M., Stevenson, J., Hadwin, J. A., Norgate, R. (2012). Anxiety and Depression in Academic Performance: An Exploration of The Mediating Factors of Worry and Working Memory. *Sage Journals*. Vol. 33. No. 4. Hal. 433-449. Doi: 10.1177/0143034311427433.
- Pekrun, R., Thomas, G., Wolfram, T, Raymond P. P. (2002). Academic emotions in students' self-regulated learning and achievement: a program of qualitative and quantitative research. *Educational Psychologist*. Vol. 37. No. 2. Hal. 91-105. Doi: 10.1207/S15326985EP3702_4.
- Periantalo, J. (2016). *Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Praptikaningtyas, A., Wahyuni, A., Aryani, L. (2019). Hubungan Tingkat Depresi pada Remaja dengan Prestasi Akademis Siswa SMA Negeri 4 Denpasar. *Jurnal Medika Udayana*. Vol. 8. No. 7. Hal. 1-5. Diunduh dari <https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum>.
- Priyatno, D. (2014). *SPSS 22 Pengolahan Data Terpraktis*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Santrock, J. W. (2002). *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup, Jilid 2, Penerjemah: Chusairi dan Damanik)*. Jakarta: Erlangga.
- Saputri, A. R. (2017). Hubungan Tingkat Stress, Kecemasan, dan Depresi dengan Tingkat Prestasi Akademik pada Santri Aliyah di Pondok Pesantren Darul Ihsan. *Laporan Penelitian*. Fakultas Kedokteran. UIN Syarif Hidayatullah.
- Siswanto. (2007). *Kesehatan Mental: Konsep, Cakupan dan Perkembangannya*. edisi 1. Yogyakarta: ANDI.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Suryabrata, S. (2002). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Grafindo Perkasa Rajawali.
- Syah, M. (2003). *Psikologi Belajar*. Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- VOA Indonesia (2019) Prestasi Pelajar Indonesia Terendah di Asia Tenggara. <https://www.voaindonesia.com/a/prestasi-pelajar-indonesia-terendah-di-asia-tenggara/5208793.html>
- Wahyuningsih, A. S. (2004). Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Prestasi Belajar pada Siswa Kelas II SMU Lab School Jakarta Timur. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Persada Indonesia.

- Wang, Y., Yang, Z., Zhang, Y., Wang, F., Liu, T., Xin, T. (2019). The Effect of Social-Emotional Competency on Child Development in Western China. *Frontiers in Psychology*. Vol. 10. No. 1282. Hal. 1-10. Doi: 10.3389/fpsyg.2019.01282.
- Webb, J. (2017). *Dabrowski's Theory and Existential Depression in Gifted Children and Adults*.
- Williams, W. C., Morelli, S. A., Ong, D. C., Zaki, J. (2018). Interpersonal Emotion Regulation: Implications for Affiliation, Perceived Support, Relationships, and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 115. No. 2. Hal. 224-254. Doi: 10.1037/pspi0000132.
- World Health Organization (WHO). (2012). (2012). No Title. *Depression, a Hidden Burden*. Retrieved from www.who.int/mental_health
- Yap, M. B. H., Allen, N. B., Ladouceur, C. D. (2008). Maternal Socialization of Positive Affect: The Impact of Invalidation on Adolescent Emotion Regulation and Depressive Symptomatology. *Child Development*. Vol. 79. No. 5. Hal. 1415-1431. Doi: 10.1111/j.1467-8624.2008.01196.x.
- Yap. M. B. H., Allen, N. B., Sheeber, L. (2007). Using an Emotion Regulation Framework to Understand the Role of Temperament and Family Processes in Risk for Adolescent Depressive Disorders. *Clinical Child and Family Psychology*. Vol. 10. No. 2. Hal. 180-196. Doi: 10.1007/s10567-006-0014-0.
- Zaki, J., Williams, W. C. (2013). Interpersonal Emotion Regulation. *Emotion*. Vol. 13. No. 5. Hal. 803-810. Doi: 10.1037/a0033839.