

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan regulasi emosi pada guru SD generasi X, Y dan Z di Kota Lhokseumawe. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan jenis penelitian komparatif. Sampel dalam penelitian ini berjumlah dua ratus tujuh puluh sembilan yang terdiri dari generasi X sebanyak sembilan puluh tiga sampel, generasi Y sebanyak sembilan puluh tiga sampel dan generasi Z sebanyak sembilan puluh tiga sampel. Pengambilan sampel diperoleh berdasarkan metode *probability sampling* dengan teknik *cluster sampling* pada empat kecamatan yang ada di Kota Lhokseumawe. Hasil penelitian menunjukkan H0 diterima dan Ha ditolak, yang artinya tidak ada perbedaan regulasi emosi pada guru generasi X, Y dan Z di Kota Lhokseumawe, kemudian didapatkan hasil data demografi pada jenis kelamin laki-laki lebih baik dibandingkan perempuan, pada status pekerjaan pppk lebih baik dibandingkan pns dan honorer, pada lama bekerja kurang dari lima tahun lebih tinggi dibandingkan lama bekerja lebih dari lima tahun, pada status menikah lebih baik dibandingkan belum menikah, sehingga dapat disimpulkan bahwa guru generasi X, Y dan Z di Kota Lhokseumawe sama – sama memiliki regulasi emosi yang tinggi, yang artinya semakin tinggi tingkat regulasi emosi individu maka semakin baik pula regulasi emosinya. Regulasi emosi adalah bagaimana seseorang mengendalikan emosinya, termasuk kapan emosi itu muncul, serta bagaimana ia merasakan dan mengekspresikan emosi tersebut.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, Guru SD Generasi XYZ

ABSTRACT

This research aims to determine whether there are differences in emotional regulation in X, Y and Z generation elementary school teachers in Lhokseumawe City. The research method used is quantitative with a comparative type of research. The sample in this study amounted to two hundred seventy-nine consisting of generation X as many as ninety-three samples, generation Y as many as ninety-three samples and generation Z as many as ninety-three samples. Sampling was obtained based on probability sampling method with cluster sampling technique in four sub-districts in Lhokseumawe City. The results showed that H_0 was accepted and H_a was rejected, which means that there are no differences in emotional regulation in generation X, Y and Z teachers in Lhokseumawe City, then the results of demographic data on male gender are better than female, on pppk employment status is better than civil servants and honorary, in the length of work less than five years is higher than the length of work more than five years, in married status is better than unmarried, so it can be concluded that generation X, Y and Z teachers in Lhokseumawe City both have high emotional regulation, which means that the higher the level of individual emotional regulation, the better the emotional regulation. Emotion regulation is how a person controls his emotions, including when they arise, and how he feels and expresses these emotions.

Keywords: Emotion Regulation, Generation XYZ Elementary School Teacher