

ABSTRAK

Adisty Nur Fauziyyah. 210541100110. Program Studi Psikologi. Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Kesejahteraan Psikologis *Shadow teacher*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi emosi terhadap kesejahteraan psikologis pada *shadow teacher*. *Shadow teacher* memiliki peran penting dalam mendampingi anak berkebutuhan khusus di lingkungan pendidikan inklusif, sehingga kesejahteraan psikologis mereka menjadi aspek yang krusial. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode analisis regresi sederhana. Subjek penelitian adalah *shadow teacher* yang bekerja di sekolah inklusi. Hasil analisis menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($< 0,05$), nilai koefisien regresi sebesar 0,957, dan nilai F sebesar 57,123. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin baik kemampuan regulasi emosi yang dimiliki *shadow teacher*, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologis yang mereka rasakan. Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan strategi yang dapat meningkatkan regulasi emosi demi mendukung kesejahteraan psikologis *shadow teacher* dalam menjalankan perannya.

Kata Kunci: *shadow teacher*, regulasi emosi, kesejahteraan psikologis

ABSTRACT

Adisty Nur Fauziyyah. 210541100110. Psychology Department. Contributions of Emotion Regulation to the Psychological Well-Being of Shadow teachers

This study aims to determine the influence of emotion regulation on the psychological well-being of shadow teachers. Shadow teachers play a crucial role in assisting children with special needs in inclusive education settings, making their psychological well-being an essential aspect to consider. This research employed a quantitative approach using simple regression analysis. The participants of this study were shadow teachers working in inclusive schools. The results revealed that emotion regulation significantly affects psychological well-being, with a significance value of 0.000 (< 0.05), a regression coefficient of 0.957, and an F-value of 57.123. These findings indicate that the better the shadow teachers' ability to regulate their emotions, the higher their level of psychological well-being. Therefore, it is important to develop strategies that enhance emotion regulation to support the psychological well-being of shadow teachers in carrying out their roles.

Keywords: *Shadow teacher, emotion regulation, psychological well-being*