

***SELF REGULATION* DAN PENYESUAIAN DIRI SISWA**

SKRIPSI

DIAJUKAN UNTUK MEMENUHI PERSYARATAN
MEMPEROLEH GELAR SARJANA (S1)



MASLAHATUN NISAI

NIM 201469110038

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS YUDHARTA PASURUAN**

2018

MOTTO

MULAI DARI SATU LANGKAH
DAN LANJUTKAN
DENGAN LANGKAH – LANGKAH
SELANJUTNYA

TANDA PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : *Self Regulation* dan Penyesuaian Diri Siswa

Disusun oleh : Maslahatun Nisai

NIM : 201469110038

Fakultas : Psikologi

Program Studi : Psikologi

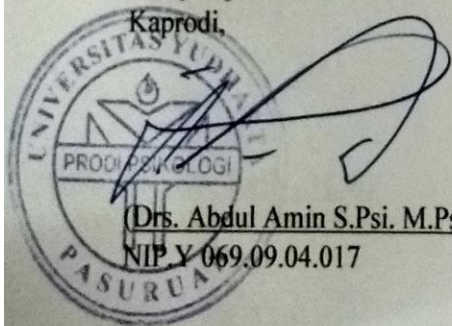
Konsentrasi : Pendidikan

Telah diperiksa dan disetujui untuk dipertahankan

di depan tim penguji

Pasuruan, 13 Juli 2018

Menyetujui
Kaprod.



(Drs. Abdul Amin S.Psi. M.Psi)
NIP. Y 069.09.04.017

Pembimbing,

A handwritten signature in black ink, consisting of a stylized 'L' followed by a horizontal line and a small flourish.

(Lailatuzzahro A. A., S.Psi., M.Psi)
NIP. Y 069.09.11.026

TANDA PENGESAHAN

TELAH DIPERTAHANKAN DI DEPAN MAJELIS PENGUJI SKRIPSI,
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS YUDHARTA PASURUAN, PADA:

HARI : Selasa

TANGGAL : 17 Juli 2018

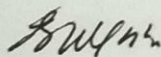
JAM : 16.30 WIB

JUDUL : *SELF REGULATION* DAN PENYESUAIAN DIRI SISWA

DINYATAKAN LULUS

MAJELIS PENGUJI

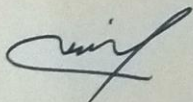
PENGUJI UTAMA



(Dra. Esy Suraeni Yuniwati, M.Si)

NIDN : 072.00.66.101

PENGUJI I



(Dra. Estalita Kelly, M.Si)

NIP. Y : 069.02.04.003

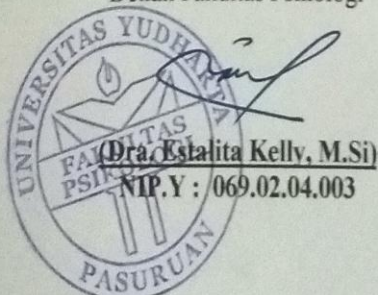
PENGUJI II



(Lailatuzzahro A. Aulia, S.Psi., M.Psi)

NIP. Y : 069.09.11.026

MENGESAHKAN,
Dekan Fakultas Psikologi



SKRIPSI INI SAYA PERSEMBAHKAN KEPADA :

*Ayah dan Ibu yang selalu memberikan
kasih sayangnya yang tulus, semangat,
nasehat dan motivasinya
serta doa untuk kesuksesanku*

Kakak dan adikku

*Ibu Lailatuzzahro A. Aulia S.Psi., M.Psi
Yang selalu sabar memberikan motivasi dan bimbingannya*

*Fakultas Psikologi
Universitas Yudharta Pasuruan*

ABSTRAK

MASLAHATUN NISAI. Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan, 13 Maret 2018. *Self Regulation* dan Penyesuaian Diri Siswa. Komisi Pembimbing, Lailatuzzahro.A.A. S.Psi, M.Psi.

Untuk dapat hidup dengan baik di lingkungan sosial, diperlukan kemampuan untuk menyesuaikan diri. Begitupun dengan siswa dalam masa remaja. Penyesuaian diri dapat dipengaruhi oleh *self regulation*. *Self regulation* merupakan aspek penting dalam menentukan perilaku seseorang. *Self regulation* dapat mencegah individu dari keadaan yang tidak sesuai, sehingga dapat mengarahkan kepribadian yang normal dan mampu mencapai pengendalian diri dan realisasi diri.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan *self regulation* dengan penyesuaian diri siswa.

Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas X SMKN 1 Prigen. Sedangkan sampel yang digunakan sebanyak 80 siswa yang diambil dengan teknik *quota sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala penyesuaian diri, dengan koefisien validitas antara 0,307 sampai 0,747 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,929. Sedangkan skala *self regulation*, dengan koefisien validitas antara 0,302 sampai 0,682 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,902.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesa yang menyatakan ada hubungan *self regulation* dengan penyesuaian diri siswa diterima pada taraf signifikansi 1% , dimana r_{xy} sebesar 0,776 lebih besar dari r tabel 1% sebesar 0,286. Dengan demikian semakin tinggi *self regulation* siswa, maka semakin tinggi penyesuaian diri siswa. Begitupun sebaliknya, semakin rendah *self regulation* siswa, maka semakin rendah penyesuaian diri siswa.

Kata kunci : *Self Regulation*, Penyesuaian Diri

ABSTRACT

MASLAHATUN NISAI. Psychologic Studies Program of Psychology Faculty Yudharta University of Pasuruan, March 13, 2018. Self Regulation and Adjustment of Students. Supervising Commission, Lailatuzzahro.A.A. S.Psi, M.Psi.

To be able to live well in the social environment, we need the ability to adapt. Likewise students on their adolescence. Adjustment can be affected by self regulation. Self regulation is an important aspect to determining a person's behavior. Self regulation can prevent individuals from unsuitable circumstances, so it able to direct normal personality and be able to achieve self-control and self-realization.

The purpose of this research is to determine whether there is a relationship self-regulation with student self-adjustment.

Population in this research is student of class X SMKN 1 Prigen. While the sample used as many as 80 students taken with quota sampling technique. Data collection using adjustment scale, with validity coefficient between 0,307 until 0,747 and reliability coefficient equal to 0,929. While the scale of self-regulation, with the validity coefficient between 0.302 to 0.682 and reliability coefficient of 0.902.

The results showed that the hypothesis that there is a relationship self-regulation with student self-adjustment accepted at the level of significance of 1%, where r_{xy} of 0.776 is greater than r table 1% of 0.286. Thus the higher the student self regulation, the higher the students' self-adjustment. On the contrary, the lower the student self regulation, the lower the students' self-adjustment.

Keywords: Self Regulation, Self Adjustment

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “*Self Regulation dan Penyesuaian Diri Siswa*” ini dalam rangka memperoleh gelar sarjana (S1) Program Studi Psikologi di Universitas Yudharta Pasuruan.

Dalam penulisan skripsi ini ada banyak pihak yang membantu saya untuk dapat menyelesaikan laporan ini. Sehubungan dengan itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar – besarnya kepada :

1. Romo KH. Muhammad Sholeh Bahrudin.
2. Bapak Dr. Saifullah M.HI, selaku Rektor Universitas Yudharta Pasuruan.
3. Ibu Dra. Estalita Kelly M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan.
4. Bapak Drs. Abdul Amin S.Psi., M.Psi selaku Kaprodi Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan.
5. Ibu Lailatuzzahro Al-Akhda Aulia S.Psi., M.Psi selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktunya dan sabar memberikan bimbingan dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Semua dosen Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan.
7. Pihak sekolah SMKN 1 Prigen yang telah memberikan izin dan membantu penulis dalam melakukan penelitian di sekolah tersebut.
8. Semua subyek dalam penelitian penulis yang telah bersedia membantu penulis untuk mengisi skala yang telah dibuat.

9. Bapak, Ibu dan seluruh keluarga besar yang selalu memberikan dukungan, motivasi, serta do'a yang selalu dipanjatkan untuk kesuksesan penulis.
10. Semua teman – teman Psikologi angkatan 2014 yang selalu memberi dukungan, semangat, dan motivasi kepada penulis agar dapat menyelesaikan skripsi.
11. Semua warga kamar I.05 yang memberikan motivasi dan dukungan kepada penulis.
12. Semua pihak yang telah membantu dan memotivasi penulis yang tidak bisa disebutkan satu – persatu. Terima kasih atas keikhlasannya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Saya menyadari bahwa laporan ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan sarannya saya harapkan. Saya juga berharap semoga laporan ini bisa memberi manfaat bagi kita semua.

Pasuruan, 13 Juli 2018

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN MOTTO	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. Penyesuaian Diri	10
B. <i>Self Regulation</i>	32
C. Remaja	41
D. <i>Self Regulation</i> dan Penyesuaian Diri Siswa	48
E. Hipotesis	51
BAB III METODE PENELITIAN	52
A. Rancangan Penelitian	52
B. Lokasi Penelitian	52
C. Populasi dan Sampel	52

D. Variabel Penelitian dan Pengukurannya	53
E. Pengumpulan Data	63
F. Analisis Data	63
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	 65
A. Hasil Penelitian	65
B. Pembahasan	68
 BAB V PENUTUP	 74
A. Kesimpulan	74
B. Saran	74
 DAFTAR PUSTAKA	 76
LAMPIRAN – LAMPIRAN	80

DAFTAR TABEL

Tabel	Keterangan	hal
3.1	Tabel Jumlah Populasi Subyek Penelitian	52
3.2	<i>Blue- Print</i> Skala Penyesuaian Diri Sebelum Uji Coba	54
3.3	Skoring Skala Penyesuaian Diri	55
3.4	Koefesien korelasi berdasarkan kriteria Guilford	57
3.5	<i>Blue- Print</i> Skala Penyesuaian Diri Setelah Uji Coba	58
3.6	<i>Blue-Print</i> Skala <i>Self Regulation</i> Sebelum Uji Coba	59
3.7	Skoring Skala <i>Self Regulation</i>	60
3.8	Koefesien korelasi berdasarkan kriteria Guilford	62
3.9	<i>Blue-Print</i> Skala <i>Self Regulation</i> Setelah Uji Coba	62
3.10	Rumus Analisis Varians Regresi Dengan Rumus Kasar	64
4.11	Data Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	65
4.12	Data Hasil Perhitungan Kategori Penyesuaian Diri	66
4.13	Data Hasil Perhitungan Kategori <i>Self Regulation</i>	67
4.14	Uji Korelasi	68
4.15	Hasil Perhitungan Analisis Regresi 1 Prediktor	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar Keterangan	hal
4.1 : Data Sampel Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	65
4.2 : Data Hasil Perhitungan Kategori Penyesuaian Diri	66
4.3 : Data Hasil Perhitungan Kategori <i>Self Regulation</i>	67

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Keterangan	hal
1	: Skala Penelitian Penyesuaian Diri	81
2	: Tabel Validitas Skala Penyesuaian Diri	84
3	: Tabel Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri	90
4	: Perhitungan Reliabilitas Skala Penyesuaian Diri	96
5	: Data Hasil Penelitian Skala Penyesuaian Diri	97
6	: Skala Penelitian <i>Self Regulation</i>	101
7	: Tabel Validitas Skala <i>Self Regulation</i>	104
8	: Tabel Reliabilitas Skala <i>Self Regulation</i>	110
9	: Perhitungan Reliabilitas Skala <i>Self Regulation</i>	114
10	: Data Hasil Penelitian Skala <i>Self Regulation</i>	115
11	: Tabel Regresi	117
12	: Perhitungan Analisis Regresi	119
13	: Kategori Subyek Penelitian Skala Penyesuaian Diri	123
14	: Kategori Subyek Penelitian Skala <i>Self Regulation</i>	124