

ABSTRAK

Skripsi ini berjudul **“Pengaruh *Self Regulation* Terhadap Penyesuaian Diri Peserta Didik Di SMK N 3 Payakumbuh”**, yang ditulis oleh **Septiani Amanda Puteri** NIM 2621020, Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Universitas Islam Negeri (UIN) Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh permasalahan rendahnya kemampuan *self regulation* pada peserta didik. Hal ini tampak dari kecenderungan peserta didik yang mudah terpancing emosi hingga terlibat perkelahian, berbicara dengan nada tinggi kepada guru, menggunakan bahasa kasar kepada teman sebaya, serta kurang mampu mengatur perilaku sesuai dengan norma yang berlaku disekolah. Ketidakkampuan dalam mengendalikan emosi membuat peserta didik cenderung bersikap agresif dan kesulitan beradaptasi dengan situasi sosial di lingkungan sekolah. Selain itu, perilaku impulsif dan kurang sopan terhadap guru maupun teman sebaya menunjukkan hambatan dalam menyesuaikan diri terhadap tuntutan sosial dan norma yang berlaku. Oleh karena itu penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh *self regulation* terhadap penyesuaian diri peserta didik di SMK N 3 Payakumbuh.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Populasi pada penelitian ini yaitu peserta didik kelas X (sepuluh) Jurusan Perhotelan di SMK N 3 Payakumbuh, dengan jumlah sampel 106 orang peserta didik yang dipilih menggunakan teknik *propotional random sampling*. Instrumen dalam penelitian ini berupa angket *Self Regulation* dan Penyesuaian Diri yang telah di uji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis menggunakan uji regresi linear sederhana.

Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh positif dan signifikan antara *self regulation* dan penyesuaian diri peserta didik, dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Nilai koefisien sebesar 0,616 menunjukkan bahwa setiap peningkatan *self regulation* diikuti oleh peningkatan penyesuaian diri. Artinya, semakin baik kemampuan peserta didik dalam mengatur dan mengendalikan diri, semakin tinggi pula kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri di lingkungan sekolah. Secara keseluruhan, tingkat *self regulation* dan penyesuaian diri peserta didik berada pada kategori tinggi.

Kata Kunci: *Self Regulation*, Penyesuaian Diri, Peserta Didik