

**HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN REGULASI  
DIRI PADA SANTRI**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi



Oleh :

**AMIIRA MILLATA SYIFA**

**2018 60 096**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS  
KUDUS  
2023**

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN REGULASI DIRI  
PADA SANTRI**

Skripsi

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus  
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi



Oleh:

AMIIRA MILLATA SYIFA

2018 60 096

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS  
KUDUS  
2023**

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan Didepan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi Universitas  
Muria Kudus Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Derajat  
Sarjana Psikologi

Pada Tanggal : 1 Maret 2023.

Mengesahkan Fakultas Psikologi  
Universitas Muria Kudus

Dekan

(Iranita Hery Mahardayani, S.Psi, M.Psi)

Dewan Penguji:

1. Dr. Trubus Raharjo, S. Psi., M. Si.
2. Latifah Nur Ahyani, S. Psi., M. A.
3. Ridwan Budi Pramono, S. Psi., M. A.

Tanda Tangan

  
.....  
  
.....

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN REGULASI DIRI

PADA SANTRI

Yang diajukan oleh

AMIIRA MILLATA SYIFA

NIM. 2018.60.096

Telah disetujui dan dipertahankan di depan Dewan Penguji

Telah disetujui oleh:

Pembimbing Utama



Dr. Trubus Raharjo, S.Psi, M.Si

Tanggal 1 Maret 2023



## MOTTO

“Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman”

(QS. Ali Imran: 139)



## PERSEMBAHAN

Dengan segenap kasih dan doa segala perjuangan ini saya persembahkan untuk:

1. Alm. Abah, Ibu, Kakak-Kakak, yang senantiasa secara penuh mendukung setiap langkah perjuanganku.
2. Dosen-dosen Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
3. Teman-teman yang selalu memberi support selama masa penyusunan skripsi.



## PRAKATA

Puji dan syukur Penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. Yang telah melimpahkan segala nikmat sehingga Penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul ***“Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Regulasi Diri Pada Santri”*** untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh derajat Sarjana Psikologi. Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu penulis dalam berbagai bentuk untuk menyelesaikan penyusunan skripsi. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Ibu Iranita Hervi Mahardayani, S. Psi., M. Psi, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
2. Ibu Latifah Nur Ahyani, S. Psi., M. A. Selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus.
3. Bapak Dr. Trubus Raharjo, S. Psi., M. Si selaku pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan, bantuan, motivasi, semangat, saran, masukan serta telah meluangkan banyak waktunya kepada penulis.
4. Dosen dan Staff Fakultas Psikologi yang selalu meluangkan waktu dalam mengarahkan perkuliahan dan skripsi.
5. Abah Yai, Ibu Nyai dan Santri Ponpes Putri As-Salafiyah yang telah memberikan izin dan membantu mengisi angket sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Terkhusus kepada yang tercinta, tersayang dan selalu saya banggakan Alm. Abah dan Ibu yang telah banyak berkorban dalam mengasuh, mendukung, dan mendoakan penulis dengan penuh keikhlasan dan kasih sayang yang tulus.

7. Kepada Kakak, Kakak Ipar yang selalu membantu dan mendukung penulis, serta Keponakan tercinta yang selalu memberi kebahagiaan.
8. Sahabat-sahabtku khususnya Atia, Nafa, Dista, Riska, Nia dan Siva, Mas Doi yang sudah sabar menunggu sampai akhir pendidikan serta rekan-rekan seperjuangan, yang sedia membantu, memberi motivasi serta dukungan dalam mengerjakan skripsi.

Penulis menyadari jika penulisan dan penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan saran yang bersifat membangun untuk lebih menyempurnakan lagi tulisan-tulisan selanjutnya.

Kudus, 04 Februari 2023

Penulis



Amiira Millata Syifa



## DAFTAR ISI

|  |             |
|--|-------------|
| <b>HALAMAN JUDUL .....</b>   | <b>ii</b>   |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>   | <b>iii</b>  |
| <b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>                                       | <b>iv</b>   |
| <b>MOTTO .....</b>   | <b>v</b>    |
| <b>PERSEMBAHAN.....</b>  | <b>vi</b>   |
| <b>PRAKATA .....</b>   | <b>vii</b>  |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>   | <b>ix</b>   |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>  | <b>xi</b>   |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>   | <b>xii</b>  |
| <b>ABSTRAK .....</b>   | <b>xiii</b> |
| <b>ABSTRACT .....</b>  | <b>xiv</b>  |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>   |             |
| A. Latar Belakang Masalah .....  | 1           |
| B. Tujuan Penelitian .....   | 6           |
| C. Manfaat Penelitian .....  | 6           |
| <b>BAB II LANDASAN TEORI</b>   |             |
| A. Regulasi Diri .....   | 8           |
| 1. Pengertian Regulasi Diri .....                                      | 8           |
| 2. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Regulasi Diri .....               | 9           |
| 3. Aspek – Aspek Regulasi Diri .....                                   | 10          |
| B. Efikasi Diri .....  | 13          |
| 1. Pengertian Efikasi Diri .....                                       | 13          |
| 2. Aspek – Aspek Efikasi Diri .....                                    | 13          |
| C. Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Regulasi Diri Pada Santri ..... | 14          |
| D. Hipotesis .....   | 17          |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN</b>                                       |             |
| A. Identifikasi Variabel Penelitian .....                              | 18          |
| B. Definisi Operasional Variabel .....                                 | 18          |
| C. Populasi dan Sampel Penelitian .....                                | 19          |

|   |           |
|---|-----------|
| 1. Populasi.....                                  | 19        |
| 2. Pengambilan Sampel.....                        | 20        |
| D. Metode Pengumpulan Data.....                   | 20        |
| E. Validitas dan Reliabilitas.....                | 23        |
| 1. Validitas .....                                | 23        |
| 2. Reliabilitas .....                             | 23        |
| F. Metode Analisis Data .....                     | 24        |
| <b>BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN</b>    |           |
| A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian..... | 25        |
| 1. Orientasi Kancan.....                          | 25        |
| 2. Persiapan Penelitian.....                      | 26        |
| 3. Pelaksanaan Penelitian.....                    | 28        |
| B. Hasil Penelitian.....                          | 28        |
| 1. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas.....    | 28        |
| 2. Analisis Data.....                             | 30        |
| C. Pembahasan .....                               | 32        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>                 |           |
| A. Kesimpulan.....                                | 37        |
| B. Saran .....                                    | 37        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                        | <b>38</b> |

## DAFTAR TABEL

|   |    |
|---|----|
| Table 3 1 Blue Print Skala Regulasi Diri .....                                  | 22 |
| Table 3 2 Blue Print Skala Efikasi Diri.....                                    | 22 |
| Table 4 1 Sebaran Item Skala Efikasi Diri.....                                  | 28 |
| Table 4 2 Sebaran Item Skala Regulasi Diri .....                                | 27 |
| Table 4 3 Sebaran Item Skala Regulasi Diri yang Valid Dan Gugur.....            | 29 |
| Table 4 4 Sebaran Item Skala Efikasi Diri yang Valid Dan Gugur .....            | 30 |
| Table 4 5 Hasil Uji Normalitas Sebaran .....                                    | 31 |
| Table 4 6 Hasil Analisis Uji Linearitas Efikasi Diri dengan Regulasi Diri ..... | 31 |
| Table 4 7 Hasil Analisis Korelasi Efikasi Diri dengan Regulasi Diri.....        | 32 |



## DAFTAR LAMPIRAN

### LAMPIRAN A. DATA KASAR

A-1 DATA KASAR *REGULASI DIRI*

A-2 DATA KASAR *EFIKASI DIRI*

### LAMPIRAN B. VALIDITAS DAN RELIABILITAS

B-1 HASIL UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS *REGULASI DIRI*

B-2 HASIL ADOPSI UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS *EFIKASI DIRI*

### LAMPIRAN C. DATA PENELITIAN VALID

C-1 DATA PENELITIAN VALID *REGULASI DIRI*

C-2 DATA PENELITIAN VALID *EFIKASI DIRI*

C-3 DATA ANALISIS HUBUNGAN

### LAMPIRAN D. UJI ASUMSI

D-1 UJI NORMALITAS

D-2 UJI LINIERITAS

D-3 UJI ANALISIS REGRESI

### LAMPIRAN E. SKALA PENELITIAN

E-1 SKALA PENELITIAN *REGULASI DIRI*

E-2 SKALA ADOPSI PENELITIAN *EFIKASI DIRI*

### LAMPIRAN F. KATEGORISASI

F-1 KATEGORISASI STANDAR DEVIASI *REGULASI DIRI*

F-2 KATEGORISASI STANDAR DEVIASI *EFIKASI DIRI*

### LAMPIRAN G. SCREENING JUDUL, FORM A DAN FORM B

### LAMPIRAN H. SURAT IJIN PENELITIAN

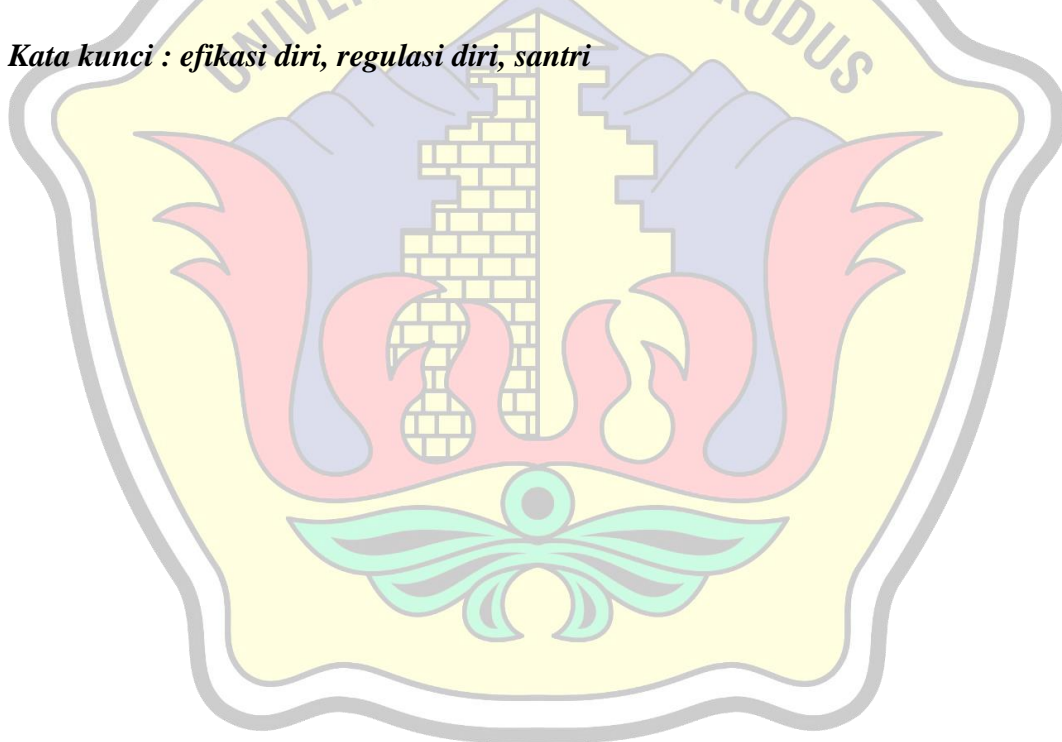
### LAMPIRAN I. BUKTI IZIN SKALA ADOPSI

## ***HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DENGAN REGULASI DIRI PADA SANTRI***

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan regulasi diri pada santri. Subyek penelitian ini adalah 100 santri di Pondok Pesantren Putri As-Salafiyah Kajen. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data adalah skala adopsi efikasi diri dan skala regulasi diri. Diperoleh hasil koefisien korelasi dari kedua variabel sebesar 0,718 dengan p sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ) yang artinya ada hubungan yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan regulasi diri pada santri, semakin baik efikasi diri maka semakin baik pula regulasi diri pada santri, sebaliknya semakin buruk efikasi diri maka semakin buruk pula regulasi diri pada santri, sehingga hipotesis yang diajukan oleh peneliti yaitu ada hubungan positif antara efikasi diri dengan regulasi diri pada santri diterima. Adapun sumbangan efektif variabel efikasi diri dengan regulasi diri sebesar 51,6%.

***Kata kunci : efikasi diri, regulasi diri, santri***



## **THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF EFFICACY AND SELF-REGULATION IN STUDENTS**

### **ABSTRACT**

*This study aims to determine the relationship between self-efficacy and self-regulation in students. The subjects of this study were 100 students at the As-Salafiyah Kajen Islamic Boarding School. The sampling technique in this study used accidental sampling technique. The measurement tools used to obtain the data are the self-efficacy adoption scale and the self-regulation scale. The results of the correlation coefficient of the two variables were 0.718 with a p of 0.000 ( $p < 0.01$ ) which means that there is a very significant relationship between self-efficacy and self-regulation in students, the better self-efficacy, the better self-regulation in students, vice versa the worse the self-efficacy, the worse the self-regulation of students, so that the hypothesis proposed by the researchers, namely that there is a positive relationship between self-efficacy and self-regulation in students, is accepted. The effective contribution of the self-efficacy variable to self-regulation is 51.6%.*

**Keywords:** *self-efficacy, self-regulation, students*

