

ABSTRAK

Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi di lingkungan baru serta menyeimbangkan kebutuhan pribadi dengan tuntutan dari orang lain demi mencapai keseimbangan mental dan perilaku yang efektif. Namun, tidak semua individu memiliki kemampuan regulasi diri yang baik, rendahnya kemampuan regulasi diri sering kali menimbulkan berbagai hambatan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Urgensi penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh regulasi diri terhadap penyesuaian diri pada siswa kelas VII MTs Al Hikmah Purwoasri, Kediri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis kausal, penelitian ini menggunakan teknik simple random sampling untuk memilih 73 responden (siswa/i berusia antara 12–14 tahun). Instrumen yang digunakan antara lain skala *Adolescent Self Regulatory Inventory (ASRI)* karya L. Moilanen, yang berlandaskan pada teori Russell A. Barkley, untuk mengukur variabel regulasi diri, serta skala *Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ)* dari Baker dan Siryk, untuk mengukur variabel penyesuaian diri. Data dianalisis menggunakan program SPSS versi 22. Hasil analisis menunjukkan nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,000 ($< 0,05$) dan koefisien regresi sebesar 0,368, menunjukkan adanya pengaruh positif yang signifikan antara regulasi diri dan penyesuaian diri siswa. Selain itu, regulasi diri memberikan kontribusi sebesar 25,9% dalam penyesuaian diri siswa MTs Al Hikmah kelas VII.

Kata Kunci : Regulasi diri, Penyesuaian diri, Siswa

ABSTRACT

Self-adjustment is an individual's ability to adapt to a new environment and balance personal needs with demands from others in order to achieve effective mental and behavioral balance. However, not all individuals have good self-regulation skills, low self-regulation skills often cause various obstacles in achieving predetermined goals. The urgency of this study aims to test the effect of self-regulation on self-adjustment in grade VII students of MTs Al Hikmah Purwoasri, Kediri. This study uses a quantitative approach with a causal type, this study uses a simple random sampling technique to select 73 respondents (students aged between 12-14 years). The instruments used include the Adolescent Self Regulatory Inventory (ASRI) scale by L. Moilanen, which is based on Russell A. Barkley's theory, to measure self-regulation variables, and the Student Adaptation to College Questionnaire (SACQ) scale from Baker and Siryk, to measure self-adjustment variables. The data were analyzed using SPSS version 22. The results of the analysis showed a significance value (Sig.) of 0.000 (<0.05) and a regression coefficient of 0.368, indicating a significant positive influence between self-regulation and student self-adjustment. In addition, self-regulation contributed 25.9% to the self-adjustment of MTs Al Hikmah class VII students.

Keywords: *Self-regulation, Self-adjustment, Students*

خاتمة

التكيف الذاتي هو قدرة الفرد على التكيف مع بيئة جديدة، وتحقيق التوازن بين احتياجاته الشخصية ومتطلبات الآخرين، لتحقيق توازن عقلي وسلوكي فعال. ومع ذلك، لا يتمتع جميع الأفراد بمهارات تنظيم ذاتي جيدة، فضعف هذه المهارات غالبًا ما يُعيق تحقيق الأهداف المحددة مسبقًا. تهدف هذه الدراسة، في جوهرها، إلى اختبار تأثير التنظيم الذاتي على التكيف الذاتي لدى طلاب الصف السابع في مدرسة الحكمة بورواسراي، كيديري. تعتمد هذه الدراسة على منهج كمي ذي طبيعة سببية، وأسلوب أخذ عينات عشوائية بسيطة (أسري) لاختيار ٧٣ مشاركًا (طلاب تتراوح أعمارهم بين ١٢ و ١٤ عامًا). تشمل الأدوات المستخدمة مقياس التنظيم الذاتي للمراهقين الذي وضعه ل. مويلانين، والمستند إلى نظرية راسل أ. باركلي، لقياس متغيرات التنظيم الذاتي، ومقياس تكيف الطلاب مع الكلية الإصدار ٢٢. برنامج الذي وضعه بيكر وسيريك، لقياس متغيرات التكيف الذاتي. حُلَّت البيانات باستخدام برنامج (ساقف) قدرها ٠,٠٠٠ (>٠,٠٥٠)، ومعامل الحدار قدره ٠,٣٦٨، مما يشير إلى وجود (.سيج) وأظهرت نتائج التحليل قيمة دلالة إحصائية تأثير إيجابي كبير بين التنظيم الذاتي والتكيف الذاتي للطلاب. كما ساهم التنظيم الذاتي بنسبة ٢٥,٩٪ في التكيف الذاتي لدى طلاب الصف السابع في مدرسة الحكمة المتوسطة.

الكلمات المفتاحية: التنظيم الذاتي، التكيف الذاتي، الطلاب