

**HUBUNGAN PENYESUAIAN DIRI DENGAN *SELF  
REGULATED LEARNING* SISWA KELAS XI  
DI SMAN 3 TAMBUN SELATAN  
PASCA PANDEMI**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**Sari Nalu Rita Isvanrian**

**201910515162**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA  
2023**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Hubungan Penyesuaian Diri Dengan *Self Regulated Learning* Siswa Kelas XI di SMAN 3 Tambun Selatan Pasca Pandemi

Nama Mahasiswa : Sari Nalu Rita Isvanrian

Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515162

Program Studi / Fakultas : Psikologi / Psikologi

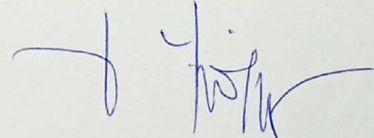
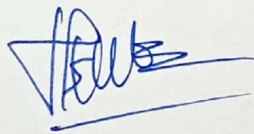
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 31 Januari 2023

Jakarta, 07 Februari 2023

MENYETUJUI,

Pembimbing I

Pembimbing II



Sandra Adetya Syarif, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0313128901

Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0317128504

## LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Hubungan Penyesuaian Diri Dengan *Self Regulated Learning* Siswa Kelas XI di SMAN 3 Tambun Selatan Pasca Pandemi

Nama Mahasiswa : Sari Nalu Rita Isvanrian

Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515162

Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 31 Januari 2023

Jakarta, 07 Februari 2023

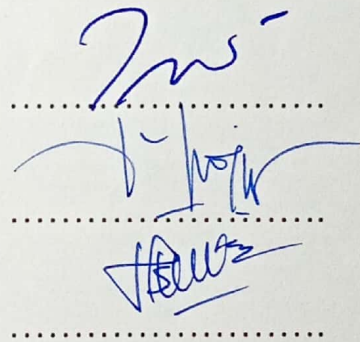
MENGESAHKAN,

Ketua Tim : Ditta Febrieta, S.Psi., M.A.

Penguji NIDN. 0307029001

Penguji I : Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0317128504

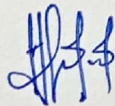
Penguji II : Sandra Adetya Syarif, M.Psi., Psikolog  
NIDN. 0313128901



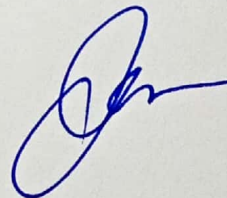
MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi



Yulia Fitriani, S.Psi., M.A  
NIDN: 0314078503



Prof.Dede Rahmat Hidayat, M.Psi.,Ph.D.  
NIDN: 0026047110



## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi saya yang berjudul “Hubungan Penyesuaian Diri Dengan *Self Regulated Learning* Siswa Kelas XI di SMAN 3 Tambun Selatan Pasca Pandemi” ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam penulisan ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan difoto copy melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikannya melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Jakarta, 20 Januari 2023

Yang membuat pernyataan



Sari Nalu Rita Isvanrian

NPM: 201910515162

## ABSTRAK

**Sari Nalu Rita Isvanrian.201910515162.** Hubungan Penyesuaian Diri Dengan *Self Regulated Learning* Siswa Kelas XI Di SMAN 3 Tambun Selatan Pasca Pandemi.

Dua tahun setelah kasus covid menurun pemerintah menurunkan kebijakan PTM yang di realisasikan pada seluruh jenjang pendidikan termasuk SMA. Pasca pandemi ini siswa kembali belajar secara langsung di sekoah. Perubahan ini membuat siswa sulit untuk beradaptasi. Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian diri dengan *self regulated learning*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Sebanyak 136 responden kelas XI yang pernah belajar online di rumah dilibatkan dalam penelitian ini, yang dipilih menggunakan teknik *convenience sampling*. Penelitian ini menggunakan instrument skala penyesuaian diri yang diadaptasi dari Schneiders, instrument skala *self regulated learning* yang diadaptasi dari Zimmerman. Data dalam penelitian ini dianalisis menggunakan teknik korelasi *Pearson product moment*. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara penyesuaian diri dengan *self regulated learning* siswa kelas XI. Dengan begitu, mengartikan bahwa hipotesis alternatif ( $H_a$ ) diterima. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah melakukan pengambilan data dengan seluruh tingkat kelas responden menggunakan teknik *probability sampling*, memperhatikan waktu pengambilan datanya, memperpendek rentan waktu pengambilan data awal dengan data penyebaran kuesioner (hasil), kemudian memperhatikan penyusun aitem dengan pernyataan yang tidak menimbulkan bias dan juga mengambil data dari guru agar mendapat kan data yang lebih akurat.

**Kata kunci:** Penyesuaian Diri, *Self Regulated Learning*, Pasca Pandemi

## ABSTRACT

**Sari Nalu Rita Isvanrian.201910515162.** *The relationship of self-adjustment with Self-Regulated Learning of Class XI students at SMAN 3 Tambun Selatan after the pandemic.*

*Two years after covid cases decreased, the government lowered the PTM policy which was realized at all levels of education, including high school. After this pandemic, students returned to study directly at school. These changes make it difficult for students to adapt. This study intends to determine the relationship between self-adjustment with self-regulated learning. The method used in this study is quantitative. A total of 136 Class XI respondents who had studied online at home were involved in this study, selected using convenience sampling techniques. This study uses self-adjustment scale instrument adapted from Schneiders, self regulated learning scale instrument adapted from Zimmerman. The Data in this study were analyzed using Pearson product moment correlation technique. The results of this study showed that there is a positive relationship between self-adjustment and self-regulated learning of Grade XI students. This means that the alternative hypothesis ( $H_a$ ) is accepted. Suggestions for further research is to take data with all levels of respondents using probability sampling techniques, pay attention to the time of data retrieval, shortening the vulnerable time of initial data retrieval with questionnaire data dissemination (results), then pay attention to the compiler of aitem with statements that do not cause bias and also take data from teachers in order to get more accurate data.*

**Keywords:** *Self-adjustment, Self-Regulated Learning, post-pandemic*



## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT atas limpahan rahmat, hidayah dan pertolongan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul Hubungan Penyesuaian Diri Dengan *Self Regulated Learning* Siswa Kelas XI di SMAN 3 Tambun Selatan Pasca Pandemi. Sholawat serta salam semoga senantiasa tertuju pada sang *murabbiyah* teladan para reformis, dan sebaik-baik ahli dzikir, Nabi Muhammad SAW.

Skripsi ini ditulis untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, dalam menyelesaikan skripsi ini mengalami banyak hambatan dan rintangan yang penulis hadapi, oleh sebab itu penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari dukungan moral, spritual dan materiil berupa bimbingan, saran, pengertian, perhatian yang tak dapat dijelaskan dan tak terhingga dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan kali ini perkenankan penulis menghaturkan beribu perasaan terimakasih kepada:

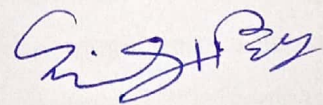
1. Tuhan Yang Maha Esa, karena telah memberikan saya kelancaran dan kesehatan secara psikis maupun fisik sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah memimpin dan membimbing seluruh Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya
3. Ibu Sandra Adetya Syarif, M.Psi., Psikolog, selaku Dosen Pembimbing I yang sudah sabar membimbing saya dan berbagi ilmu serta melakukan yang terbaik sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.
4. Bapak Rijal Abdillah, S.Psi, M.A, selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan arahan dan membantu selama Penulis menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.



5. Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog., selaku Dosen Pembimbing II yang sudah sabar membimbing penulis dan berbagi ilmu serta kebaikan yang luar biasa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.
6. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., MA selaku Ketua Program Studi Psikologi telah membimbing seluruh mahasiswa Psikologi khususnya angkatan 2019.
7. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah memberikan ilmu, pengetahuan dan arahan kepada penulis serta memberikan warna-warni kehidupan selama menempuh pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
8. Kedua orang tua saya, Bapak Heri Iswanriyanto dan Ibu Sri Rahayu, terima kasih yang tak terhingga untuk dukungan secara finansial, motivasi, kerja kerasnya serta pengorbanan untuk penulis dalam mengasuh hingga detik ini dan juga doa-doa yang telah dipanjatkan sehingga membawa penulis sampai ketitik sekarang ini.
9. Kedua saudara saya yaitu Valianti Isvanrian dan Faradyta Tri Ambar Wati Terima kasih atas dukungan dan doa yang telah diberikan serta di panjatkan dalam menyelesaikan skripsi.
10. Sahabat-sahabat baik saya yang telah menemani dan mendukung proses penyelesaian skripsi ini dengan baik.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna seperti yang diharapkan, oleh karena itu penulis sangat menerima kritik dan saran yang diberikan. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan menambah pengetahuan bagi kita semua.

Jakarta, 31 Januari 2023



**Sari Nalu Rita Isvanrian**



## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	i
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>ABSTRACT</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>BAB I</b> .....	1
<b>PENDAHULUAN</b> .....	1
<b>1.1 Latar Belakang</b> .....	1
<b>1.2 Rumusan Masalah Penelitian</b> .....	9
<b>1.3 Tujuan Penelitian</b> .....	11
<b>1.4 Manfaat Penelitian</b> .....	11
1.4.1. Manfaat Praktis .....	11
1.4.2. Manfaat Teoritis .....	11
<b>BAB II</b> .....	12
<b>TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	12
<b>2.1 <i>Self Regulated Learning</i> (SRL)</b> .....	12
2.1.1 Definisi <i>Self Regulated Learning</i> .....	12
2.1.2 Aspek –Aspek <i>Self Regulated Learning</i> .....	12
2.1.3 Faktor–faktor yang mempengaruhi <i>Self Regulated Learning</i> .....	13
2.1.4 Alat Ukur Yang Digunakan .....	16
<b>2.2 Penyesuaian Diri</b> .....	16
2.2.1 Definisi Penyesuaian Diri .....	16
2.2.2 Aspek-aspek Penyesuaian Diri .....	17
2.2.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi Penyesuaian Diri .....	18

2.2.4 Alat Ukur Yang Digunakan.....	19
<b>2.3 Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dengan <i>Self Regulated Learning</i> Siswa Pasca Pandemi di SMAN 3 Tambun Selatan.....</b>	<b>19</b>
<b>2.4 Hipotesis Penelitian.....</b>	<b>23</b>
<b>2.5 Kerangka Berpikir Penelitian.....</b>	<b>23</b>
<b>BAB III.....</b>	<b>24</b>
<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>24</b>
<b>3.1 Tipe Penelitian.....</b>	<b>24</b>
<b>3.2 Identifikasi Variabel Penelitian.....</b>	<b>24</b>
<b>3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....</b>	<b>24</b>
3.3.1 Definisi Operasional <i>Self Regulated Learning</i> .....	24
3.3.2 Definisi Operasional Penyesuaian Diri.....	25
<b>3.4 Populasi dan Sampel Penelitian.....</b>	<b>25</b>
3.4.1 Populasi.....	25
3.4.2 Sampel.....	25
3.4.2.1 Sampel Penelitian.....	25
3.4.2.2 Teknik Pengambilan Sampel.....	26
<b>3.5 Teknik Pengumpulan Data.....</b>	<b>26</b>
3.5.1 Instrumen Penelitian.....	26
3.5.1.1 Skala <i>Self Regulated Learning</i> .....	27
3.5.1.2 Skala Penyesuaian Diri.....	28
<b>3.5.2 Validitas Dan Reliabilitas Instrumen Penelitian.....</b>	<b>29</b>
3.5.2.1 Validitas.....	29
3.5.2.2 Reliabilitas.....	30
<b>3.6 Analisis Data.....</b>	<b>31</b>
<b>BAB IV.....</b>	<b>33</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>33</b>
<b>4.1 Profil Responden Penelitian.....</b>	<b>33</b>
<b>4.2 Pelaksanaan Penelitian.....</b>	<b>34</b>
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	34
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian.....	35
4.2.3 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian.....	36

4.2.3.1 Validitas Alat Ukur Penelitian.....	36
4.2.3.2 Reliabilitas Alat Ukur Penelitian .....	39
4.3 Hasil Penelitian.....	39
4.3.1 Profil Demografis .....	39
4.3.2 Uji Asumsi Penelitian.....	39
4.3.3 Kategorisasi Penelitian.....	40
4.3.3.1 Kategorisasi <i>Self Regulated Learning</i> .....	40
4.3.3.2 Kategorisasi Penyesuaian Diri .....	42
4.3.4 Uji Hipotesis .....	43
4.4 Diskusi dan Pembahasan.....	45
BAB V.....	50
KESIMPULAN DAN SARAN .....	50
5.2.1 Kesimpulan .....	50
5.2.2 Saran .....	50
5.2.2.1 Bagi Peneliti .....	50
5.2.2.2 Bagi Siswa.....	51
DAFTAR PUSTAKA .....	52
LAMPIRAN.....	55



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir Penelitian .....	23
--	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Pilihan Jawaban <i>Skala Likert</i> .....	27
Tabel 3.2 Blueprint <i>Self Regulated Learning</i> .....	28
Tabel 3.3 Blue print Penyesuaian Diri .....	29
Tabel 3.4 Nilai Indeks Diskriminasi Aitem .....	30
Tabel 3.5 Klasifikasi Skor Reliabilitas .....	31
Tabel 4.1 Profil Responden.....	34
Tabel 4.2 Validitas Skala <i>Self Regulated Learning</i> .....	36
Tabel 4.3 Validitas Skala Penyesuaian Diri .....	38
Tabel 4.4 Reliabilitas Skala Penelitian.....	39
Tabel 4.5 Uji Asumsi Penelitian .....	40
Tabel 4.6 Kategorisasi Skor <i>Self Regulated Learning</i> .....	42
Tabel 4.7 Kategorisasi Skor Penyesuaian Diri.....	43
Tabel 4.8 Klasifikasi Kekuatan Korelasi.....	44
Tabel 4.9 Hasil Uji Korelasi.....	44

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 – Surat Izin Penelitian.....	55
Lampiran 2 – Surat keterangan telah melakukan penelitian .....	56
Lampiran 3 – Butir Aitem Skala <i>Self Regulated Learning</i> .....	57
Lampiran 4 – Butir Aitem Skala Penyesuaian Diri.....	59
Lampiran 5 – Wawancara .....	61
Lampiran 6 – Screenshot Google Form Skala Penelitian .....	62
Lampiran 7 – Bukti Screenshot Google Form penyebaran data penelitian .....	63
Lampiran 8 – Tabulasi data.....	64
Lampiran 9 – Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	70
Lampiran 10 – Hasil Uji Asumsi .....	72
Lampiran 11 – Hasil Uji Hipotesis .....	73
Lampiran 12 – Hasil Uji Kategorisasi.....	73
Lampiran 13 – Hasil Uji Beda .....	74