

**HUBUNGAN KOMPETENSI INTERPERSONAL
DENGAN REGULASI DIRI PADA REMAJA SMP
JAKARTA TIMUR**



Oleh :

Reina Tri Amanda

1106619042

SKRIPSI

Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar Sarjana
Pendidikan

PROGRAM STUDI (S1) BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2025

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN
PANITIA UJIAN SIDANG SKRIPSI**

Judul : Hubungan Kompetensi Interpersonal dengan Regulasi Diri pada
Remaja SMP Jakarta Timur

Nama Mahasiswa : Reina Tri Amanda

Nomor Registrasi : 1106619042

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Tanggal Ujian : 23 Juli 2025

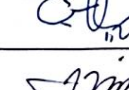
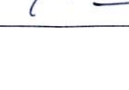
Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Susi Fitri, M.Si., Kons.
NIP. 197211231998022001

Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D.
NIP. 197104262001121002

Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Aip Badrujaman, M.Pd. (Penanggungjawab)*		Jumat. 15/08-2025
Karta Kasmita, M.Si., Ph.D. (Wakil Penanggungjawab)**		Jumat. 15/08-2025
Dr. Karsih, M.Pd. (Ketua Penguji)***		Rabu. 06/08-2025
Dr. Herdi, M.Pd. (Anggota)****		Senin. 04/08-2025
Hilma Fitriyani, M.Pd. (Anggota)****		Rabu 06/08-2025

Catatan:

*Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan

**Wakil Dekan I/Wakil Penanggungjawab

***Ketua Penguji/Koordinator Program Studi

****Dosen Penguji selain Pembimbing Skripsi dan Koordinator Program Studi

HUBUNGAN KOMPETENSI INTERPERSONAL DENGAN REGULASI DIRI PADA REMAJA SMP JAKARTA TIMUR

Reina Tri Amanda

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kompetensi interpersonal dengan regulasi diri pada remaja SMP Jakarta Timur. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan metode survei, serta teknik analisis data menggunakan uji korelasi pearson dan uji koefisien determinasi. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 383 responden yang diambil dengan teknik *simple random sampling*. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah *Interpersonal Competence Questionnaire* (ICQ) sebagai alat ukur kompetensi interpersonal dan *Self-Regulation Questionnaire* (SSRQ) sebagai alat ukur regulasi diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kompetensi interpersonal dan regulasi diri dengan nilai signifikansi sebesar $0.000 < 0.05$ dan nilai pearson correlation positif sebesar 0.553, dari hasil pengujian koefisien determinasi didapat nilai signifikansi sebesar 0.306. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif secara signifikan antara kompetensi interpersonal (X) dengan regulasi diri (Y) pada remaja di SMP Jakarta Timur dengan tingkat korelasi sedang. Selain itu pengaruh kompetensi interpersonal (X) terhadap regulasi diri (Y) pada remaja di SMP Jakarta Timur diketahui sebesar 30.6%. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi guru bimbingan dan konseling dalam mengembangkan layanan yang berkaitan dengan kompetensi interpersonal dan regulasi diri pada remaja.

Kata kunci : Kompetensi Interpersonal, Regulasi Diri, Remaja

***The Relationship Between Interpersonal Competence and Self-Regulation
Among Junior High School Adolescents in East Jakarta***

Reina Tri Amanda

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between interpersonal competence and self-regulation among junior high school adolescents in East Jakarta. The research employed a quantitative correlational approach using a survey method, with data analysis techniques including Pearson correlation test and coefficient of determination test. The sample consisted of 383 respondents, selected through simple random sampling. The data collection instruments used were the Interpersonal Competence Questionnaire (ICQ) to measure interpersonal competence and the Self-Regulation Questionnaire (SSRQ) to measure self-regulation. The results of the study indicated a significant relationship between interpersonal competence and self-regulation, with a significance value of $0.000 < 0.05$ and a positive Pearson correlation coefficient of 0.553. Furthermore, the coefficient of determination test showed a significant value of 0.306, indicating that there is a moderate positive correlation between interpersonal competence (X) and self-regulation (Y) among adolescents in junior high schools in East Jakarta. Additionally, interpersonal competence (X) was found to contribute 30.6% to self-regulation (Y) in the adolescent population studied. These findings are expected to serve as a reference for guidance and counseling teachers in developing interventions related to interpersonal competence and self-regulation among adolescents.

Keywords: *Interpersonal Competence, Self-Regulation, Adolescents*

BAGIAN AKADEMIK FAKULTAS
ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

TANDA TERIMA SKRIPSI/TESIS

1. Nama Mahasiswa : Reira Tri Aminda
2. Nomor Registrasi : 1106619042
3. Jenjang : Strata Satu (S1) / Strata Dua (S2)
4. Jurusan/ Program Studi : Pembinaan dan Konseling
5. Fakultas : Ilmu Pendidikan
6. Judul Skripsi/Tesis : Hubungan Kompetensi Interpersonal dengan Regulasi
Diri pada Remaja SMP Jakarta Timur

No.	Nama	Unit	Tanda Tangan	Tanggal
01.	<u>Dr. Karrih, M. Pd</u>	Koord. Program Studi		<u>08/09</u> <u>2025</u>
02.	<u>Suparman</u>	Perpustakaan FIP		<u>08/</u> <u>09</u> 2025
03.	<u>Ni Komang Y. Trikeyani,</u> <u>A. Md</u>	Perpustakaan UNJ		<u>8.9.2025</u>

Jakarta, 08 September 2025
Yang Menyerahkan,


Reira Tri Aminda
NIM. 1106619042

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta :

Nama : Reina Tri Amanda

Nomor Registrasi : 1106619042

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "Hubungan Kompetensi Interpersonal dengan Regulasi Diri pada Remaja SMP Jakarta Timur" adalah :

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian yang saya lakukan pada bulan Februari hingga bulan Juli 2025.
2. Bukan merupakan hasil duplikasi skripsi yang pernah ditulis oleh orang lain dan bukan hasil terjemahan dari karya tulis orang lain.

Pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan saya bersedia menerima sanksi sebagaimana aturan yang diberlakukan di Universitas Negeri Jakarta apabila pernyataan saya tidak benar.

Jakarta, 14 Juli 2025

Yang membuat pernyataan,



Reina Tri Amanda



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Reina Tri Amonda
NIM : 1106619042
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Pendidikan / Bimbingan dan Konseling
Alamat email : reina.amonda18@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan Kompetensi Interpersonal dengan Regulasi Diri pada Remaja
SMP Jakarta Timur

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta , 11 September 2015

Penulis

(Reina Tri Amonda)
nama dan tanda tangan

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

"Keep going, you're doing great!"

Skripsi ini peneliti persembahkan untuk yang tersayang, diantaranya yaitu:

1. Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat, taufik, hidayah, dan kekuatan yang telah diberikan, sehingga saya dapat menyelesaikan karya ini hingga tuntas.
2. Untuk Ayah dan Ibu, terima kasih telah menjadi pelita di saat gelap, menjadi penyemangat di kala lelah, dan menjadi tempat pulang terbaik dalam setiap perjuangan.
3. Diri saya sendiri, skripsi ini terbentuk sebagai apresiasi atas kerja keras, kesabaran, dan keteguhan hati. Karya ini adalah bukti bahwa saya mampu melewati apa yang dulu tampak mustahil.
4. Kedua kakak saya tersayang, terima kasih atas segala semangat dan dukungan selama ini, serta uluran tangan dalam hal yang sangat berarti: membantu membiayai uang kuliah tunggal (UKT) saya.
5. Teman-teman terbaik selama masa perkuliahan, Khopipah Inayahtul Lail (Kopeng) Harisa Aisyah Taqiyah (Idoy), Oza Azahwatu Azra, Irzahana Melati dan Septiara Shella Berliana yang telah memberikan semangat, kerja sama, serta motivasi dalam setiap proses pembelajaran.
6. Sekolah SMP Negeri Kecamatan Pulo Gadung Jakarta Timur terima kasih atas sambutan hangat dan kesempatan yang diberikan kepada saya untuk melaksanakan penelitian di lingkungan sekolah ini.

Terimakasih untuk seluruh dukungan, bantuan, doa yang telah diberikan kepada penulis, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, karunia, dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ini yang berjudul “Hubungan Kompetensi Interpersonal dengan Regulasi Diri Pada Remaja SMP Jakarta Timur” sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan studi pada Program Bimbingan dan Konseling di Universitas Negeri Jakarta. Penyusunan karya ini tentunya tidak terlepas dari dukungan, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. Karsih, M.Pd selaku Koordinator Program Studi Bimbingan dan Konseling.
2. Dr. Susi Fitri, M.Si.,Kons. selaku dosen pembimbing skripsi.
3. Pihak kampus Universitas Negeri Jakarta
4. Pihak SMP Negeri Kecamatan Pulo Gadung

Penulis menyadari bahwa karya ini masih memiliki keterbatasan, baik dari segi isi maupun penyajiannya. Oleh karena itu, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan dan pengembangan keilmuan di masa mendatang. semoga karya ini dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan ilmu pengetahuan, serta bermanfaat bagi para pembaca dan pihak-pihak yang berkepentingan.

Jakarta, 14 Juli 2025

Peneliti



Reina Tri Amanda

DAFTAR ISI

ABSTRAK	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	6
1.3 Pembatasan Masalah	6
1.4 Rumusan Masalah	6
1.5 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II.....	8
KAJIAN TEORITIS	8
2.1 Remaja.....	8
2.2 Kompetensi interpersonal.....	9
2.2.1 Pengertian Kompetensi interpersonal	9
2.2.2 Faktor yang Mempengaruhi Kompetensi Interpersonal	11
2.2.3 Komponen Kompetensi interpersonal	11
2.2.4 Dimensi Kompetensi Interpersonal	13
2.2.5 Kompetensi interpersonal pada Remaja	15
2.3 Regulasi Diri.....	16
2.3.1 Pengertian Regulasi Diri.....	16
2.3.2 Tahapan Regulasi Diri	17
2.3.3 Aspek-aspek Regulasi Diri	18
2.3.4 Regulasi Diri pada Remaja	21
2.4 Hubungan Kompetensi Interpersonal dengan Regulasi Diri	22

2.5	Kerangka Berpikir	23
BAB III		26
METODE PENELITIAN.....		26
3.1	Jenis Penelitian	26
3.2	Tempat dan Waktu Penelitian	26
3.3	Populasi dan Sampel	26
3.3.1	Populasi.....	26
3.3.2	Sampel	27
3.4	Instrumen Penelitian.....	28
3.4.1	Instrumen Kompetensi Interpersonal.....	29
3.4.2	Instrumen Regulasi Diri.....	30
3.5	Adaptasi Instrumen.....	31
3.6	Teknik Analisis Data	33
3.6.1	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	33
3.6.2	Analisis Data.....	36
BAB IV		40
HASIL DAN PEMBAHASAN.....		40
4.1	Deskripsi Data Penelitian	40
4.2	Analisis Deskriptif Kompetensi Interpersonal dengan Regulasi Diri pada Remaja SMP Jakarta Timur	41
4.2.1	Analisis Deskriptif Kompetensi Interpersonal.....	41
4.2.2	Analisis Deskriptif Regulasi Diri.....	44
4.3	Pengujian Hasil Hipotesis	47
4.3.1	Uji Korelasi.....	47
4.3.2	Uji R^2 atau Koefisien Determinasi.....	47
4.4	Pembahasan Hasil.....	48
4.5	Keterbatasan Penelitian	53
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN		54
5.1.	Kesimpulan.....	54
5.2.	Implikasi.....	55
5.3.	Saran.....	55
DAFTAR PUSTAKA		57

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Data Sekolah. Kec. Pulo Gadung (Sumber : Dapodikdasmen)	25
Tabel 3.2. Kisi-kisi Instrumen Kompetensi Interpersonal	27
Tabel 3.3. Kisi-kisi Instrumen Regulasi Diri	29
Tabel 3.4. Hasil Uji Reliabilitas Kompetensi Interpersonal	33
Tabel 3.5. Hasil Uji Reliabilitas Regulasi Diri	34
Tabel 3.6. Hasil Uji Normalitas	34
Tabel 3.7. Hasil Uji Linieritas.....	35
Tabel 3.8. Pedoman Derajat Hubungan	36
Tabel 4.1. Data Profil Responden Penelitian	37
Tabel 4.2. Data Keseluruhan Kompetensi Interpersonal	38
Tabel 4.3. Interval Skor Kategorisasi Kompetensi Interpersonal	39
Tabel 4.4. Kategorisasi Data Keseluruhan Kompetensi Interpersonal	39
Tabel 4.5. Interval Kategorisasi Kompetensi Interpersonal Berdasarkan Aspek (dalam persentase).....	40
Tabel 4.6. Deskripsi Data Kompetensi Interpersonal Berdasarkan Aspek	40
Tabel 4.7. Data Keseluruhan Regulasi Diri	41
Tabel 4.8. Interval Skor Kategorisasi Regulasi Diri	42
Tabel 4.9. Kategorisasi Data Keseluruhan Regulasi Diri	42
Tabel 4.10. Interval Kategorisasi Regulasi Diri Berdasarkan Aspek (dalam persentase).....	43
Tabel 4.11. Deskripsi Data Regulasi Diri Berdasarkan Aspek	43
Tabel 4.12. Hasil Uji Korelasi.....	44
Tabel 4.13. Hasil Uji Koefisien Determinasi	44

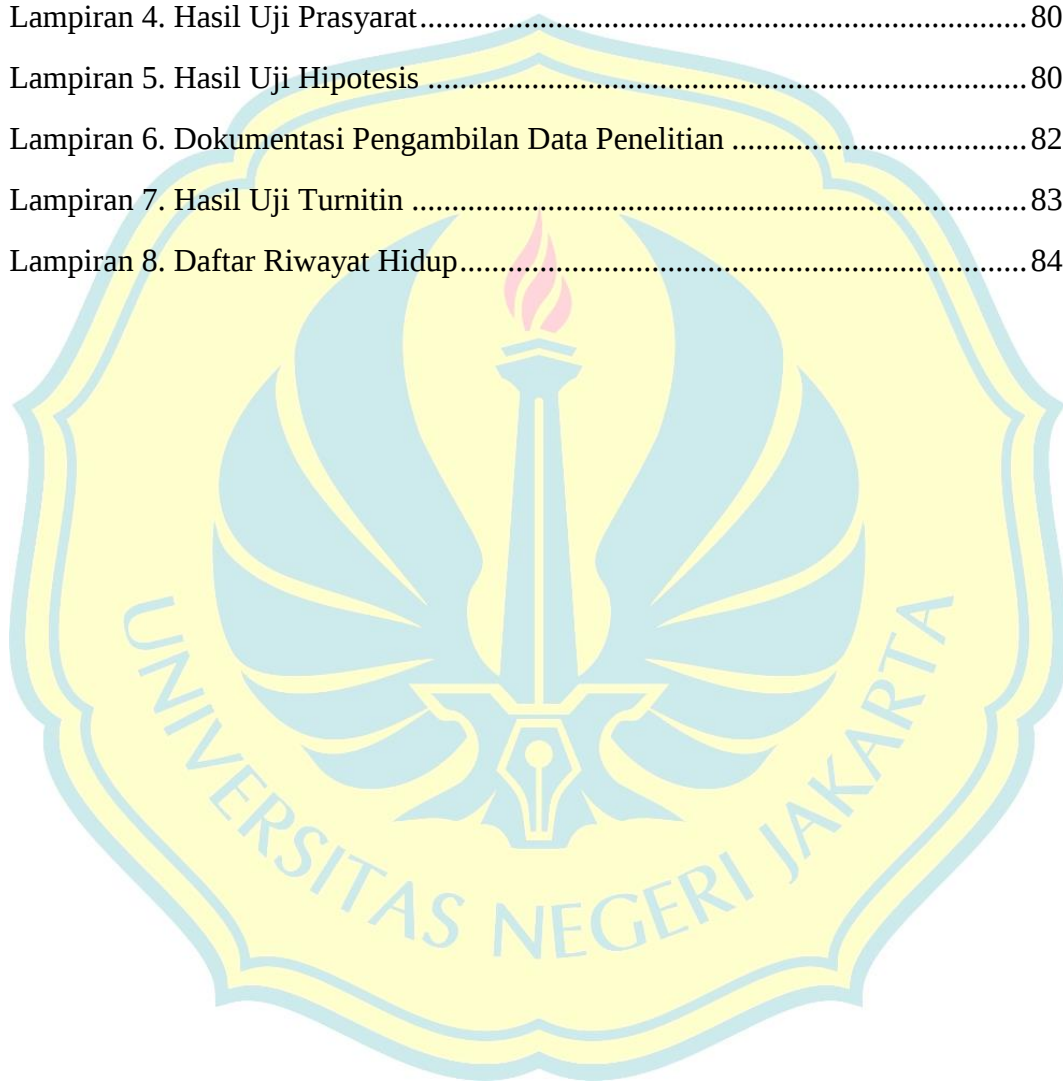
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1. Proporsi Kasus Perundungan di Sekolah Indonesia Berdasarkan Jenjang pada 2023 (Sumber: FSGI, 2023)	3
Gambar 2.1. Kerangka Berpikir	23



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Uji Ahli Adaptasi Instrumen	58
Lampiran 2. Instrumen Penelitian	71
Lampiran 3. Hasil Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	76
Lampiran 4. Hasil Uji Prasyarat	80
Lampiran 5. Hasil Uji Hipotesis	80
Lampiran 6. Dokumentasi Pengambilan Data Penelitian	82
Lampiran 7. Hasil Uji Turnitin	83
Lampiran 8. Daftar Riwayat Hidup.....	84



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Remaja adalah masa yang paling krusial dalam kehidupan seseorang, karena ini adalah transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa, baik secara fisik maupun psikologis. Tahap ini sangat menentukan bagi pembentukan kepribadian remaja. Dimulai dari usia 10 hingga 19 tahun, masa remaja melibatkan fase-fase tertentu. Masa ini penting bagi individu karena menentukan pembentukan identitas diri mereka. Selain perubahan fisik, remaja mengalami transformasi psikologis yang mengubah kondisi dan perilaku mereka (Deade dkk., 2022).

World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa batasan usia remaja adalah 12 hingga 24 tahun. Akan tetapi apabila pada usia tersebut seseorang sudah menikah, maka ia digolongkan ke dalam dewasa atau bukan remaja lagi. Sebaliknya, apabila usianya sudah bukan lagi remaja tetapi masih bergantung kepada orang tua (tidak mandiri) maka ia dimasukkan ke dalam kelompok remaja. Selain itu, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) menyebutkan bahwa umunya remaja berada di rentang usia 10 hingga 18 tahun sedangkan Permenkes RI Nomor 25 tahun 2014 menyebutkan bahwa remaja berada di rentang usia 10 hingga 24 tahun dan belum menikah. WHO menyebutkan bahwa masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa akan ditandai dengan perubahan emosional, kematangan seksual serta finansial. Masa remaja menurut (Hurlock, 2003) adalah mereka yang berada di rentang usia 13 hingga 18 tahun. Menurut (Wardah, 2020) masa remaja adalah waktu di mana individu belajar untuk menggunakan kemampuan mereka dalam memberi dan menerima dalam interaksi dengan orang lain. Hubungan dengan orang lain menjadi lebih mudah terbentuk ketika setiap individu mampu mengungkapkan diri atau membuka diri (*self-disclosure*).