

**PENGARUH REGULASI DIRI TERHADAP ORIENTASI MASA DEPAN
PADA SISWA MADRASAH ALIYAH DI KABUPATEN PANDEGLANG**



Intelligentia - Dignitas

Oleh:

Isti Anggraini

1801622263

SKRIPSI

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JULI 2026

**PENGARUH REGULASI DIRI TERHADAP ORIENTASI MASA DEPAN
PADA SISWA MADRASAH ALIYAH DI KABUPATEN PANDEGLANG**



Intelligentia - Dignitas

Oleh:

Isti Anggraini

1801622263

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JULI 2026

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

Pengaruh Regulasi Diri terhadap Orientasi Masa Depan Siswa Madrasah
Aliyah di Kabupaten Pandeglang

Nama Mahasiswa : Isti Anggraini

NIM : 1801622263

Program Studi : Psikologi

Tanggal Ujian : 21 Juli 2026

Pembimbing I

Pembimbing II



Reny Rustyawati, S.Pd., M.A.

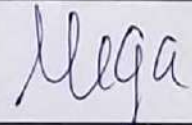
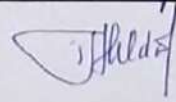
NIP. 199206082022032013



Santi Yudhistira, M.Psi., Psikolog

NIP. 198708182019032012

Panitia Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si. (Dekan/Penanggungjawab)		31/8/26
Mira Ariyani, Ph.D. (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)		31/8/26
Ratna Dyah Suryaratri, PhD (Ketua Sidang)		31 Juli 2026
Hermeilia Megawati, S.Psi., M.A (Dosen Penguji 1)		30 Juli 2026
Jimny Hilda Fauzia, M.Psi, Psikolog (Dosen Penguji 2)		3 Agustus 2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Isti Anggraini

NIM : 1801622263

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "Pengaruh Regulasi Diri terhadap Orientasi Masa Depan Siswa Madrasah Aliyah di Kabupaten Pandeglang" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Januari sampai dengan bulan Juli 2026.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan



Isti Anggraini

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"If you are putting trust in God, put trust in Him as regards your work: sow the seed,
then rely upon the Almighty"

-Rumi-

PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk diri saya yang memilih tetap bertahan dan berjuang sampai titik ini, kedua orang tua serta keluarga yang senantiasa memberi do'a dan dukungan, serta setiap orang yang telah hadir memberi bantuan, semangat, dan kepercayaan sepanjang proses ini berlangsung.



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

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 : Isti Anagraini
NIM : 1801622263
Fakultas/Prodi : Fakultas Psikologi / psikologi
Alamat email : istiangraini04@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Pengaruh Regulasi Diri terhadap Orientasi Masa Depan pada Siswa
Madrasah Aliyah di Kabupaten Pandeglang

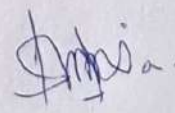
Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan 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

Penulis

()
nama dan tanda tangan
Isti Anagraini

ISTI ANGGRAINI

**PENGARUH REGULASI DIRI TERHADAP ORIENTASI MASA DEPAN
PADA SISWA MADRASAH ALIYAH DI KABUPATEN PANDEGLANG**

SKRIPSI

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri
Jakarta, 2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh regulasi diri terhadap orientasi masa depan pada siswa Madrasah Aliyah di Kabupaten Pandeglang, di tengah keterbatasan layanan bimbingan karier di sekolah pedesaan yang membuat banyak siswa kebingungan menentukan pilihan karier maupun studi lanjutan. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif terhadap 376 responden menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan pendekatan *convenience sampling*. Data dikumpulkan menggunakan *Self-Regulation Questionnaire* (Brown, Miller, & Lawendowski, 1999) dan Skala Orientasi Masa Depan Pendidikan (Winurini, 2021), lalu dianalisis dengan regresi linear sederhana. Hasil menunjukkan regulasi diri berpengaruh positif dan signifikan terhadap orientasi masa depan, dengan kontribusi 24,6% ($R^2 = 0,246$). Temuan ini membuktikan bahwa semakin tinggi kapasitas regulasi diri siswa, semakin tinggi pula orientasi masa depannya.

Kata Kunci: regulasi diri, orientasi masa depan, siswa Madrasah Aliyah, Pedesaan.

ISTI ANGGRAINI

**THE INFLUENCE OF SELF-REGULATION ON FUTURE ORIENTATION
AMONG MADRASAH ALIYAH STUDENTS IN PANDEGLANG REGENCY**

UNDERGRADUATE THESIS

Jakarta: Department of Psychology, Faculty of Psychology, Universitas Negeri
Jakarta, 2026

ABSTRACT

This study aims to examine the effect of self-regulation on future orientation among Madrasah Aliyah students in Pandeglang Regency, amid limited career guidance services in rural schools that leave many students confused about determining their career paths and further studies. This study used a quantitative approach on 376 respondents through a non-probability sampling technique with a convenience sampling approach. Data were collected using the Self-Regulation Questionnaire (Brown, Miller, & Lawendowski, 1999) and the Educational Future Orientation Scale (Winurini, 2021), then analyzed using simple linear regression. The results show that self-regulation has a positive and significant effect on future orientation, contributing 24.6% ($R^2 = 0.246$). This finding proves that the higher the students' self-regulation capacity, the higher their future orientation.

Keywords: *self-regulation, future orientation, Madrasah Aliyah students, rural area*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas rahmat, hidayah, dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Orientasi Masa Depan pada Siswa Madrasah Aliyah di Kabupaten Pandeglang" ini dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, petunjuk, serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih yang tulus kepada:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar FR, M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D. selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd. selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Bapak Herdian Maulana, Ph.D. selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Ibu Irma Rosalinda Lubis, M.Si., Psikolog. Koordinator Program Studi S1 Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Mba Reny Rustyawati, S.Pd., M.A. selaku Dosen Pembimbing I yang telah banyak meluangkan waktunya untuk memberikan arahan, koreksi, dan bimbingan yang sangat berharga selama proses penyusunan skripsi ini. Serta Mba Santi Yudhistira, M.Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing II yang telah banyak memberikan pengertian, masukan, dan saran, yang sangat berarti demi kesempurnaan skripsi ini.

7. Mba Hermeilia Megawati, S.Psi., M.A. selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan bantuan, motivasi, serta bimbingan selama masa perkuliahan.
8. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman, dan pembelajaran yang sangat berharga selama penulis menempuh perkuliahan.
9. Seluruh staf administrasi Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu penulis dalam proses administrasi akademik selama masa studi hingga penyelesaian skripsi ini.
10. Seluruh pihak yang terlibat dalam proses skripsi ini, meliputi responden penelitian, hingga pihak sekolah yang telah berbaik hati mempermudah dalam memberikan izin serta membantu langsung dalam prosesnya.
11. Teristimewa kepada kedua orang tua tercinta, Bapak dan Mamah yang senantiasa memberikan kasih sayang yang tak pernah terucap tapi selalu berhasil tersampaikan, segala motivasi dan nasihat yang selalu datang saat penulis butuhkan, serta do'a untuk penulis yang selalu dipanjatkan tanpa henti. Tolong jadilah rumah yang selalu dirindukan penulis untuk waktu yang lebih lama.
12. Anggota keluarga yakni, Te Iyya, Te Ena, Te Eni, Te Dede, dan uca yang tiada henti memberikan do'a, motivasi, kasih sayang, dukungan moral dan material sehingga penulis dapat menyelesaikan studi ini.
13. Teristimewa, diri saya yang akhirnya bisa berada pada tahap ini. Berhasil melalui saat-saat sulit sebagai anak rantau dari desa, atas semangat berjuang yang ingin menaikkan taraf kehidupan keluarga, serta perjuangan yang tiada habisnya sampai detik ini.
14. Rekan-rekan mahasiswa Psikologi angkatan 2022, khususnya teman-teman di *Tergantung* atas semua kebersamaan, semangat, dan bantuan yang diberikan selama ini.

15. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah membantu kelancaran penyusunan skripsi ini.

penulis menyadari bahwa skripsi ini belum sepenuhnya sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi perbaikan di masa mendatang. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan bagi pembaca sekalian.

Jakarta, 15 Juli 2026

Penulis



Isti Anggraini



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi masalah	12
1.3 Batasan Masalah.....	12
1.4 Rumusan Masalah	13
1.5 Tujuan Penelitian.....	13
1.6 Manfaat Penelitian	13
1.6.1 Manfaat Teoritis	13
1.6.2 Manfaat Praktis	13
BAB II	15

TINJAUAN PUSTAKA	15
2.1 Orientasi Masa Depan	15
2.1.1 Definisi Orientasi Masa Depan	15
2.1.2 Aspek-Aspek Orientasi Masa Depan	16
2.1.3 Faktor-Faktor Orientasi Masa Depan	17
2.2 Regulasi Diri	19
2.2.1 Definisi Regulasi Diri	19
2.2.2 Dimensi Regulasi Diri	20
2.3 Siswa Madrasah Aliyah	21
2.4 Hubungan Regulasi Diri dengan Orientasi Masa Depan	23
2.5 Kerangka Pemikiran	24
2.6 Hipotesis Penelitian	25
2.7 Hasil Penelitian yang Relevan	25
BAB III	28
METODE PENELITIAN	28
3.1 Tipe Penelitian	28
3.2 Identifikasi dan operasional variabel penelitian	28
3.2.1 Definisi Konseptual Variabel Penelitian	28
3.2.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian	29
3.3 Populasi dan sampel penelitian	29
3.3.1 Populasi	29
3.3.2 Sampel	30
3.3.3 Teknik Sampling	30
3.4 Teknik Pengumpulan data	31

3.4.1	Teknik Pengambilan Data	31
3.4.2	Instrumen Penelitian.....	31
3.5	Uji Coba Instrumen	37
3.5.1	Hasil Instrumen Orientasi Masa Depan Pendidikan	39
3.5.2	Hasil Uji Coba Instrumen <i>Self-Regulation Questionnaire</i>	41
3.6	Analisis Data	45
3.6.1	Uji Statistik Deskriptif	45
3.6.2	Uji Asumsi.....	45
3.6.3	Uji Hipotesis	47
BAB IV		48
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		48
4.1.	Gambaran Partisipan Penelitian	48
4.1.1	Gambaran responden berdasarkan jenis kelamin.....	48
4.1.2	Gambaran Responden Berdasarkan Usia	49
4.1.3	Gambaran Responden Berdasarkan Tingkatan Kelas	49
4.1.4	Gambaran Responden Berdasarkan Asal Sekolah	50
4.1.5	Gambaran Responden Berdasarkan Penghasilan Orang Tua	51
4.2	Prosedur Penelitian.....	51
4.2.1	Persiapan Penelitian	51
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian	52
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian	53
4.3.1	Hasil Analisis Statistika Deskriptif	53
4.3.2	Hasil Uji Asumsi	54
4.4.3	Hasil Uji Hipotesis	56

4.5	Pembahasan.....	57
4.6	Keterbatasan Penelitian.....	59
BAB V.....		61
KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN		61
5.1	Kesimpulan	61
5.2	Implikasi.....	61
5.3	Saran dan Rekomendasi	62
5.3.1	Bagi Siswa Madrasah Aliyah	62
5.3.2	Bagi Guru BK dan Pihak Sekolah.....	62
5.3.3	Bagi Peneliti Selanjutnya	63
DAFTAR PUSTAKA.....		64
LAMPIRAN.....		74



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran	24
---	----



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint Skala Orientasi Masa Depan Pendidikan.....	33
Tabel 3. 2 Skor Instrumen Orientasi Masa Depan Pendidikan.....	33
Tabel 3. 3 Blueprint Self-Regulation Questionnaire	35
Tabel 3. 4 Skor Instrumen Self-Regulation Questionnaire	36
Tabel 3. 5 Koefisien Reliabilitas.....	38
Tabel 3. 6 Hasil Uji Diskriminasi Item.....	38
Tabel 3. 7 Koefisien Reliabilitas.....	39
Tabel 3. 8 Hasil Uji diskriminasi Item Instrumen Orientasi Masa Depan Pendidikan	40
Tabel 3. 9 Koefisien Reliabilitas.....	41
Tabel 3. 10 Hasil Uji Diskriminasi Item Alat Ukur Regulasi Diri	41
Tabel 3. 11 Hasil Uji Koefisien Reliabilitas	43
Tabel 3. 12 Hasil Uji diskriminasi Item Alat Ukur Self-Regulation Questionnaire ...	44
Tabel 4. 1 Data Demografis Jenis Kelamin.....	48
Tabel 4. 2 Data Demografis Berdasarkan Usia.....	49
Tabel 4. 3 Data Demografis Berdasarkan Jenjang Kelas.....	49
Tabel 4. 4 Data Demografis Berdasarkan Asal Sekolah.....	50
Tabel 4. 5 Data Demografis Berdasarkan Penghasilan Orang tua.....	51
Tabel 4. 6 Hasil Uji Analisis Deskriptif Orientasi Masa Depan.....	53
Tabel 4. 7 Hasil Uji Analisis Deskriptif Regulasi Diri	54
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas.....	54
Tabel 4. 9 Hasil Uji Linearitas.....	55
Tabel 4. 10 Hasil Uji Heteroskedastisitas.....	55
Tabel 4. 11 Hasil Uji F.....	56
Tabel 4. 12 Hasil Uji Koefisien Determinasi.....	56
Tabel 4. 13 Hasil Uji Koefisien Regresi	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Pengajuan <i>Expert Judgement</i> Instrumen Orientasi Masa Depan	74
Lampiran 2. Lembar Pengajuan <i>Expert Judgement</i> Instrumen Regulasi Diri.....	78
Lampiran 3. Surat Pernyataan Validasi Instrumen Orientasi Masa Depan	84
Lampiran 4. Surat Pernyataan Validasi Instrumen Regulasi Diri.....	85
Lampiran 5. Instrumen Orientasi Masa Depan Pendidikan	86
Lampiran 6. Instrumen Orientasi Regulasi Diri	90
Lampiran 7. <i>Informed Consent</i> Orang tua/Wali Partisipan (Siswa dibawah usia 17 tahun).....	93
Lampiran 8. Dokumentasi Pengambilan Data Lapangan.....	93
Lampiran 9. Uji Reliabilitas dan Daya Diskriminasi Item Orientasi Masa Depan ...	94
Lampiran 10. Uji Reliabilitas dan Daya Diskriminasi Item Regulasi Diri	95
Lampiran 11. Uji Reliabilitas dan Daya Diskriminasi Item Regulasi Diri (Setelah eliminasi item).....	96
Lampiran 12. Gambaran Partisipan Penelitian.....	97
Lampiran 13. Analisis Deskriptif Orientasi Masa Depan	99
Lampiran 14. Analisis Deskriptif Regulasi Diri.....	99
Lampiran 15. Uji Normalitas Skewness dan Kurtosis	99
Lampiran 16. Hasil Uji Asumsi.....	100
Lampiran 17. Hasil Uji Regresi.....	101
Lampiran 18. Tabel Krejcie dan Morgan (Sugiyono, 2019).....	102
Lampiran 19. Riwayat Hidup	103