

## ABSTRAK

JANNAH, FAIZAH NURUL : *Pengaruh Self Regulation Terhadap Kematangan Emosi Santri HM Al Mahrusiyah Putri Lirboyo Kediri*, Psikologi Islam, Dakwah, Ushulluddin, dan Psikologi Islam, UIT Lirboyo Kediri, Dosen Pembimbing Dr. H. Ali Imron, S.Ag, M.Fil.I.

Kata kunci : *self-regulation*, kematangan emosi

Dalam menjalani aktifitas dipesantren, seorang santri haruslah mempunyai banyak kematangan dalam dirinya. Hal ini diperlukan supaya santri dapat menghadapi masalah dengan baik tanpa menimbulkan masalah lain yang lebih buruk. Kematangan emosi yang akan dibahas dalam penelitian ini yakni kematangan emosi berupa kecemasan. Dimana rasa cemas sering dirasakan oleh santri ketika ia sedang menghadapi hal yang kurang menyenangkan. Oleh karenanya, santri membutuhkan sebuah *self-regulation* (pengaturan diri) yang dipercaya dapat membantu individu dalam menangani rasa cemas pada dirinya.

Dari uraian diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut : Apakah Terdapat Pengaruh *Self-Regulation* Terhadap Kematangan Emosi (berupa kecemasan) Santri HM Al-Mahrusiyah putri Lirboyo Kediri?

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan jumlah sampel 70 santri Pondok Pesantren HM. Al-Mahrusiyah Kediri. Pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi dan penyebaran kuesioner. Pada instrument penelitian, regulasi diri dihasilkan nilai reabilitas 0,679 dan nilai reabilitas pada intrumen kematangan emosi sebesar 0,679. Teknik analisis data yang digunakan yaitu regresi linier sederhana melalui bantuan program *IBM SPSS Statistics 26 for Windows*.

Hasil penelitian, menunjukkan bahwa : (1) nilai sig. *Self-regulation* > 0,05 (0,089 > 0,05) dan nilai f hitung < f tabel (2,975 < 3.134), maka  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak. Artinya variabel regulasi diri tidak mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kematangan emosi berupa kecemasan. Meskipun begitu, Pada penelitian ini, kontribusi yang diberikan oleh variabel regulasi diri seb 42%, yang didominasi oleh aspek serta sisanya yakni 58% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak masuk kedalam penelitian ini.