

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU
DISIPLIN PADA SANTRI YANG BELAJAR DI PESANTREN AL
FALAH DI DESA KEMANTREN KOTA SIDOARJO**

SKRIPSI

Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)



Oleh :

Hanna Shofiyyatun Nabillah

Nim : 933406919

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN ILMU DAKWAH
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KEDIRI**

2025

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU
DISIPLIN PADA SANTRI YANG BELAJAR DI PESANTREN AL FALAH
DI DESA KEMANTREN KOTA SIDOARJO**

SKRIPSI

Diajukan kepada Institut Agama Islam Negeri Kediri untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program Sarjana Psikologi (S.Psi)

OLEH:

HANNA SHOFIYYATUN NABILLAH

NIM. 933406919

Program Studi Psikologi Islam

Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah

Institut Agama Islam Negeri (Iain) Kediri

2025

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU
DISIPLIN PADA SANTRI YANG BELAJAR DI PESANTREN AL FALAH
DI DESA KEMANTREN KOTA SIDOARJO

HANNA SHOFIYYATUN NABILLAH
NIM. 933406919

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Dosen Pembimbing I



Dr. A Halil Thahir, M.HI
Nip. 1971112120005011006

Dosen Pembimbing II



Fidia Astuti S.Psi., M.Psi.
Nip. 199009302019032014

NOTA DINAS

NOTA DINAS

Nomor :
Lampiran : 4 (empat) berkas
Hal : Bimbingan Skripsi

Kediri,

Kepada
Yth, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kediri
Jl. Sunan Ampel 07 Ngronggo, Kediri

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Memenuhi permintaan Dekan untuk membimbing penyusunan skripsi mahasiswa tersebut di bawah ini :

Nama : HANNA SHOFIYYATUN NABILLAH
NIM : 9334 069,19
Judul : HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU DISIPLIN PADA SANTRI YANG BELAJAR DI PESANTREN AL FALAH DI DESA KEMANTREN KOTA SIDOARJO

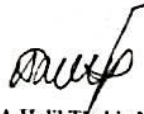
Setelah diperbaiki materi dan susunannya, kami berpendapat bahwa skripsinya telah memenuhi syarat sebagai kelengkapan ujian akhir Sarjana Strata Satu (S1).

Bersama ini kami lampirkan berkas naskah skripsinya, dengan harapan dalam waktu yang telah ditentukan dapat segera diujikan dalam Sidang Munaqshah.

Demikian agar maklum dan atas kesediaan Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Dosen Pembimbing I


Dr. A. Halil Thahir, M.HI
Nip. 1971112/2005011006

Dosen Pembimbing II


Fidia Astuti S.Psi., M.Psi.
Nip. 199009302019032014

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI DENGAN PERILAKU DISIPLIN PADA SANTRI YANG BELAJAR DI PESANTREN AL FALAH DI DESA KEMANTREN KOTA SIDOARJO

HANNA SHOFIYYATUN NABILLAH

9334.069.19

Tim Penguji

1. Penguji Utama

Dr. Muhammad Qomarul Huda,
M.Fil.I

NIP. 196902171999031001

(.....)

2. Penguji I

Dr. A. Halil Thahir, M.HI

NIP. 197111212005011006

(.....)

3. Penguji II

Fidia Astuti, S. Psi., M. PSi

NIP. 199009302019032014

(.....)

Kediri, 3 Februari 2025

Dekan Fakultas Ushuludin dan Dakwah IAIN Kediri



Dr. A. Halil Thahir, M. HI
NIP. 197111212005011006

MOTTO

“Wahai orang-orang yang beriman! Bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu, dan tetaplah bersiap siaga (di perbatasan negerimu), dan bertakwalah kepada Allah agar kamu beruntung”.

(Surat Ali Imron:200)

“ Barang siapa yang tau betapa mulianya sesuatu yang ia cari dan yang akan ia dapatkan, maka akan terasa ringan baginya segala perjuangan dan pengorbanan”.

(Habib Umar)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin. Dengan penuh keikhlasan dan rasa syukur kepada Allah SWT, saya menyampaikan penghargaan yang mendalam atas segala rahmat dan karunia-Nya. Berkat bimbingan dan limpahan kasih-Nya, saya dapat melangkah dengan lancar dalam menyelesaikan skripsi ini. Dengan demikian, saya persembahkan karya ini untuk. .

1. Orang-orang yang penuh kesabaran, bagaikan malaikat tanpa sayap, selalu ada dalam doa-doaku. Mereka adalah kedua orang tuaku tercinta, Ibu Hj. Kusmiyatin S. Pd dan Ayah H. M. Misdi Abdillah S. Pd, serta adik-adikku, M. Nafi' Mauluddin. A dan M. Syahrul Hisyam Al Farisi. Terima kasih atas semangat yang tak pernah padam, kasih sayang yang tulus, dukungan finansial untuk pendidikan hingga aku menyelesaikannya, serta doa-doa yang menyertai setiap langkahku menuju keberhasilan. Kalian telah mengajarkan aku arti kehidupan dan memberikan beragam nasihat yang tiada tara, yang tak akan pernah bisa aku balas satu per satu.
2. Saya ingin mengucapkan terima kasih kepada semua yang telah memberikan dukungan selama perjalanan penulisan skripsi ini. Kepada sepupu-sepupu baik dari keluarga ibu, Mbak Silvi dan Mbak Dinda, serta dari ayah Dek Sinta, dan Mbak Aan, saya sangat menghargai bantuan, kebersamaan, dan dukungan yang telah kalian berikan hingga akhir proses ini.

3. Kepada teman-teman setiaku, Siska Usgaria beserta keluarganya yang telah menganggapku sebagai saudara, serta Atika D. W ,Afinatul dan Dian R.K.W yang sabar menghadapi semua tantrum-ku dan siap membantu menyelesaikan skripsi ini, tak lupa teman dirumah Bibah, Munir, Firjal, Whendy Terima kasih atas dukungan, semangat, dan tawa yang membuat perjalanan ini lebih ringan dan terima kasih yang sebesar-besarnya.
4. Untuk teman-teman psikologi angkatan 2019, seperti Diana Noer (Cece) yang telah membantu dan meluangkan waktu untuk membantuku dengan berbagai urusan skripsi. Tak lupa, terima kasih kepada Indra Wahyu D. S yang telah menjadi partner seru dalam perjalanan waktu di Kediri, dan kepada semua teman psikologi angkatan 2019 yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu—terima kasih banyak atas segala bantuan dan dukungannya.
5. Saya ingin mengucapkan terima kasih kepada pengasuh Pesantren Al Falah dan semua teman-teman santri yang telah berkenan memberikan izin untuk menjadikan tempat ini sebagai lokasi penelitian saya. Juga kepada semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu, atas dukungan dan bantuan yang telah diberikan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Selama proses perkuliahan dari semester 1 hingga semester 7, para dosen Psikologi telah memberikan ilmu dan pengalaman yang tak ternilai. Saya ingin mengucapkan terima kasih yang tulus atas dedikasi

mereka dalam mendidik dan membimbing saya sebagai mahasiswa, hingga akhirnya saya bisa menyelesaikan skripsi ini.

7. Akhir, untuk diriku sendiri, Hanna Shofiyyatun Nabillah, aku ingin mengungkapkan rasa terima kasih yang mendalam. Terima kasih telah bangkit kembali dan menyelesaikan tanggung jawab yang harus kutunaikan, meskipun pernah merasakan putus asa. Di luar, aku mungkin tampak baik-baik saja, namun sebenarnya ada banyak momen di mana aku menangis dalam kesunyian dan kesendirian. Jatuh bangun adalah bagian dari perjalanan ini; setiap cerita yang kutemui mengingatkanku akan betapa lemahnya diriku tanpa pertolongan-Mu, ya Allah. Aku bersyukur karena tidak menyerah, meskipun proses penyusunan skripsi ini sangat menantang. Akhirnya, aku berhasil menyelesaikannya dengan sebaik-baiknya. Pencapaian ini layak untuk dibanggakan.

Penulis hanya dapat berdoa agar segala amal kebaikan yang ditunjukkan oleh berbagai pihak mendapatkan balasan pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hanna Shofiyyatun Nabillah

NIM : 933406919

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Ushuludin dan Dakwah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya dan bukan merupakan plagiat, baik sebagian atau seluruhnya. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil dari plagiat, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Kediri, 13 Januari 2025

Yang membuat pernyataan

Hanna Shofiyyatun

Nabillah

ABSTRAK

Nabillah, Hanna Shofiyyatun. Dosen Pembimbing (1) Dr. A Halil Thahir, M.HI., Dan Pembimbing (2) Fidia Astuti S.Psi., M.Psi. Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Disiplin pada Santri Belajar di Pesantren Al Falah Kemantren Sidoarjo, Skripsi. Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri. 2025.

Kata Kunci: *Regulasi Emosi, Perilaku Disiplin*

Belajar di Pesantren suatu proses yang menghasilkan perubahan perilaku berkat interaksi antara stimulus dan respons. Pengaruh ini menyebabkan perubahan sikap dan perilaku, sering kali perilaku negatif ditandai dengan kurangnya disiplin di kalangan santri. Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap perilaku disiplin adalah regulasi emosi. Regulasi emosi berperan sebagai sumber kontrol emosi seseorang. Penelitian ini bertujuan (1) Untuk mengetahui bagaimana tingkatan regulasi emosi terhadap santri pesantren Al Falah di desa Kemantren kota Sidoarjo. (2) Untuk mengetahui bagaimana tingkatan perilaku disiplin terhadap santri pesantren Al Falah di desa Kemantren kota Sidoarjo. (3) Untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku disiplin terhadap santri pesantren Al Falah di desa Kemantren kota Sidoarjo.

Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi. Populasi yang menjadi fokus penelitian terdiri dari 60 santri di Pesantren Al Falah, dengan pengambilan sampel menggunakan teknik sampling jenuh. Untuk mengumpulkan data, peneliti menggunakan kuesioner. Instrumen yang digunakan mencakup skala regulasi emosi dan skala perilaku disiplin yang telah disusun oleh peneliti sendiri. Analisis data dilakukan dengan korelasi *Pearson Product Moment* melalui perangkat lunak *IBM SPSS Statistic versi 25 for Windows*.

Hasil temuan peneliti menunjukkan bahwa: (1) tingkat regulasi emosi pada santri Pesantren Al Falah Sidoarjo tergolong sedang, dengan 21 responden atau 35% dari total yang diambil; dan (2) tingkat perilaku disiplin pada santri Pesantren Al Falah Sidoarjo juga berada dalam kategori sedang, dengan 31 responden atau 52% dari keseluruhan. (3) bahwa nilai signifikansi $0,00 < 0,05$ maka H_a diterima dan H_o ditolak. Dari hasil uji hipotesis, terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara regulasi emosi dan perilaku disiplin di kalangan santri di Pesantren Al Falah Sidoarjo. Ini berarti bahwa semakin baik seseorang dalam mengatur emosi, semakin tinggi pula tingkat disiplin yang mereka tunjukkan dan sebaliknya.

KATA PENGANTAR

Bismillahirohmanirrohim

Alhamdulillah penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia yang dilimpahkan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Regulasi emosi Dengan Perilaku disiplin pada santri yang belajar di Pesantren Al Falah di Desa Kemantren Sidoarjo”. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis berharap dapat mengimplementasikan ilmu yang didapat.

Dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan ungkapan terimakasih sedalam-dalamnya kepada segenap pihak yang terlibat dalam proses penyusunan skripsi ini. Motivasi serta dukungan mereka sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Ucapan terima kasih penulis sampaikan terutama kepada:

1. Dr. Wahidul Anam, M.Ag., selaku Rektor IAIN Kediri.
2. Dr. A.Halil Thahir, M.HI., selaku Dekan Fakultas Ushuludin dan Dakwah IAIN Kediri.
3. Dr. Rini Risnawinta Suminta, M.Si., selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam IAIN Kediri
4. Bapak Dr. A.Halil Thahir, M.HI dan Ibu Fidia Astuti, S. Psi., M. Psi, selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan banyak waktu untuk memberikan kontribusi bimbingan, arahan, serta saran yang diberikan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

5. Bapak dan Ibu Dosen, serta seluruh staff program studi Psikologi Islam Fakultas Ushuludin dan Dakwah IAIN Kediri
6. Kedua orang tua, adik, sepupu serta keluarga besar penulis yang tiada henti memberi motivasi dan semangat kepada penulis.
7. Atika Dwi dan Bibah yang telah meluangkan waktu dan tenaga untuk memberikan arahan penulisan dan program SPSS serta *Microsoft Excel*.
8. Teman-teman mahasiswa seperjuangan angkatan 2019 terkhusus teman-teman program studi Psikologi Islam.
9. Serta seluruh pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Untuk itu dengan segala kerendahan hati, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan di masa yang akan datang. Semoga segala bentuk bantuan dan bimbingan yang telah diberikan kepada penulis dapat menjadi amal baik yang nantinya akan mendapatkan imbalan dari Allah SWT dan semoga hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan demi pengembangan ilmu pengetahuan.

Kediri, 13 Januari 2025

Penulis,

Hanna Shofiyyatun Nabillah

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	iii
NOTA DINAS	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	x
ABSTRAK	xi
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Hipotesis Penelitian.....	7
F. Asumsi Penelitian.....	8
G. Penegasan Istilah	8
H. Telaah Pustaka.....	8
BAB II LANDASAN TEORI	13
A. Pengertian Perilaku Disiplin	13
1. Pengertian Disiplin	13
a) Aspek- Aspek Disiplin	14
b) Factor- factor yang mempengaruhi disiplin	14
B. Regulasi Emosi	15
1. Regulasi Emosi	15

2. Aspek- aspek Regulasi Emosi	17
3. Strategi Regulasi Emosi	17
4. Ciri-ciri regulasi emosi	20
5. Factor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi	20
C. Santri	21
D. Dinamika Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Perilaku Disiplin ...	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	28
A. Rencana penelitian	28
1 Pendekatan dan jenis penelitian.....	28
2 Variable penelitian.....	28
3 Lokasi penelitian.....	29
4 Data dan sumber data.....	29
B. Populasi dan Sampel	29
1 Populasi.....	29
2 Sampel.....	30
C. Metode pengumpulan data.....	30
D. Instrument penelitian.....	30
E. Analisis data.....	32
1 Pengolahan data.....	32
2 Uji Instrumen.....	33
3 Uji Asumsi.....	34
4 Uji Hipotesis.....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	36
A. Gambaran Umum Objek Penelitian	36
1. Profil Pesantren Al-Falah.....	36
2. Visi dan Misi Pesantren Al-Falah.....	36
B. Deskripsi responden	36
C. Analisis Data.....	39
1. Uji Validitas	39
2. Uji Reabilitas	42
3. Uji Asumsi.....	44
4. Hasil Analisis dan Data Statistik	46

<u>5.</u> Uji Hipotesis	51
BAB V PEMBAHASAN	54
A. Tingkat perilaku disiplin pada santri pesantren Al Falah	54
B. Tingkat regulasi emosi pada santri di pesantren Al Falah Sidoarjo	56
C. Hubungan antara regulasi emosi dengan perilaku disiplin pada santri pesantren Al Falah Sidoarjo	58
Bab IV PENUTUP	63
A. Kesimpulan	63
B. Saran	63
Daftar Pustaka	65
LAMPIRAN	70

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Penilaian dalam Skala Likert	31
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Disiplin	31
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Regulasi Emosi	32
Tabel 3. 4 Kategorisasi Untuk Memberikan Koefisien Hubungan	35
Tabel 4. 1 Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin.....	37
Tabel 4. 2 Frekuensi Berdasarkan Jumlah Usia	38
Tabel 4. 3 Hasil Skor Uji validitas Skala Regulasi Emosi	39
Tabel 4. 4 Blue Print Uji Validasi Variabel Regulasi Emosi	40
Tabel 4. 5 Uji Validitas Skala Disiplin	41
Tabel 4. 6 Blue Print Uji Validasi Skala Disiplin.....	42
Tabel 4. 7 Kategori Koefisien Reabilitas	43
Tabel 4. 8 Hasil Uji Reabilitas Skala Regulasi Emosi.....	43
Tabel 4. 9 Hasil Uji Reabilitas Skala Disiplin.....	43
Tabel 4. 10 Uji Normalitas	44
Tabel 4. 11 Uji Linearitas.....	45
Tabel 4. 12 Deskripsi Variabel Perilaku Disiplin.....	46
Tabel 4. 13 Kategorisasi Perilaku Disiplin.....	47
Tabel 4. 14 Kategori Tingkat Perilaku Disiplin	47
Tabel 4. 15 Norma Kategorisasi Perilaku Disiplin	48
Tabel 4. 16 Variabel Regulasi Emosi	49
Tabel 4. 17 Kategorisasi Regulasi Emosi	49
Tabel 4. 18 Norma Kategorisasi Regulasi Emosi.....	50
Tabel 4. 19 Tingkat Kategorisasi Regulasi Emosi.....	51
Tabel 4. 20 Uji Korelasi Product Moment	52
Tabel 4. 21 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berfikir	27
Gambar 4. 1 Grafik Berdasarkan Jenis Kelamin	37
Gambar 4. 2 Grafik Subjek Berdasarkan Jumlah usia	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Penelitian	70
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian	74
Lampiran 3 Surat Balasan Izin Penelitian	75
Lampiran 4 Surat Pernyataan Professional Judgment	76
Lampiran 5 Konsultasi Penyelesaian Skripsi	77
Lampiran 6 Hasil Instrumen Variabel Perilaku Disiplin	80
Lampiran 7 Hasil Instrumen Variabel Regulasi Emosi	81
Lampiran 8 Uji Reabilitas Variabel Regulasi Emosi dan Perilaku Disiplin	82
Lampiran 9 Analisis Deskriptif Variabel Perilaku Disiplin	83
Lampiran 10 Analisis Deskriptif Variabel Regulasi Emosi	83
Lampiran 11 Kategorisasi Variabel Perilaku Disiplin	83
Lampiran 12 Kategorisasi Variabel Regulasi Emosi	83
Lampiran 13 Hasil Kategorisasi Perilaku Disiplin	84
Lampiran 14 Hasil Kategorisasi Regulasi Emosi	85
Lampiran 15 Uji Normalitas	86
Lampiran 16 Uji Linearitas	87
Lampiran 17 Uji Korelasi Product Moment	88
Lampiran 18 Tabulasi Angket Kuesioner Regulasi Emosi	88
Lampiran 19 Tabulasi Angket Kuesioner Perilaku Disiplin	89
Lampiran 20 Tampilan Kuesioner Google form	90
Lampiran 21 Daftar Riwayat Hidup	91