

PENGARUH REGULASI EMOSI TERHADAP SELF-CONTROL SISWA KELAS X AKUNTANSI KEUANGAN LEMABAGA DI SMKN 1 BOGOR

Intan Amalia Putri¹, Rusdi Kasman², Noneng Siti Rosidah³

^{1, 2, 3}Universitas Ibn Khaldun Bogor, Jl. K. H. Sholeh Iskandar Bogor, Jawa Barat, Indonesia

Email: Intanamaliap15@gmail.com

Article History

Received: 03-06-2026

Revision: 22-06-2026

Accepted: 27-06-2026

Published: 30-06-2026

Abstract. Adolescence requires students to have good self-control skills in managing behavior and emotions. One factor suspected of influencing self-control is emotional regulation. This study aims to determine the level of emotional regulation, self-control level, and the effect of emotional regulation on self-control of class X students of Financial Accounting Institutions at SMKN 1 Bogor. This study uses a quantitative approach with an explanatory method and a simple causal design. Data analysis was carried out using simple linear regression. The results showed that students' emotional regulation was in the moderate category at 74.8%, while self-control was in the high category at 45.6%. The results of the regression test showed a regression coefficient of 0.774 with a significance value of 0.000. The R Square value of 0.174 indicates that emotional regulation contributed 17.4% to students' self-control. These findings indicate that emotional regulation has a positive and significant effect on students' self-control, so improving emotional regulation skills is important to support students' self-control in the educational context.

Keywords: Emotional Regulation, Self-Control, Vocational High School Students

Abstrak. Masa remaja menuntut siswa memiliki kemampuan *self-control* yang baik dalam mengelola perilaku dan emosi. Salah satu faktor yang diduga berpengaruh terhadap *self-control* adalah regulasi emosi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat regulasi emosi, tingkat *self-control*, serta pengaruh regulasi emosi terhadap *self-control* siswa kelas X Akuntansi Keuangan Lembaga di SMKN 1 Bogor. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *explanatory* dan desain kausal sederhana. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi siswa berada pada kategori sedang sebesar 74,8%, sedangkan *self-control* berada pada kategori tinggi sebesar 45,6%. Hasil uji regresi menunjukkan koefisien regresi sebesar 0,774 dengan nilai signifikansi 0,000. Nilai R Square sebesar 0,174 menunjukkan bahwa regulasi emosi memberikan kontribusi sebesar 17,4% terhadap *self-control* siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa regulasi emosi berpengaruh positif dan signifikan terhadap *self-control* siswa, sehingga peningkatan kemampuan regulasi emosi penting untuk mendukung pengendalian diri siswa dalam konteks pendidikan.

Kata Kunci: Regulasi Emosi, *Self-Control*, Siswa SMK

How to Cite: Putri, I. A., Kasman, R., & Rosidah, N. S. (2026). Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap *Self-Control* Siswa Kelas X Akuntansi Keuangan Lemabaga di SMKN 1 Bogor. *HORIZON: Indonesian Journal of Multidisciplinary*, 4 (3), 3068-3077. <http://doi.org/10.54373/hijm.v4i3.6409>

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai oleh berbagai perubahan fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Hurlock membagi masa remaja ke dalam tiga tahap, yaitu remaja awal (12–14 tahun), remaja tengah (15–17 tahun), dan remaja

akhir (18–21 tahun). Siswa SMA dan SMK umumnya berada pada rentang usia 15–18 tahun yang termasuk dalam fase remaja tengah. Pada fase ini, individu menghadapi tuntutan penyesuaian diri yang semakin kompleks, baik dalam konteks akademik maupun sosial, sehingga diperlukan kemampuan mengendalikan diri agar perilaku yang ditampilkan sesuai dengan norma dan tujuan jangka panjang. Kemampuan tersebut dikenal sebagai *self-control*, yang berperan penting dalam membantu siswa mengelola dorongan internal dan tekanan eksternal yang berpotensi merugikan dirinya.

Self-control memiliki peran strategis dalam kehidupan akademik siswa karena berkaitan dengan kemampuan bertindak secara bijaksana, disiplin, dan bertanggung jawab. Siswa dengan *self-control* yang tinggi cenderung mampu mengendalikan emosi negatif, menunda kepuasan sesaat, mengelola waktu dengan baik, serta fokus pada pencapaian tujuan belajar. Sebaliknya, siswa dengan *self-control* yang rendah lebih rentan menunjukkan perilaku impulsif, mudah terpengaruh lingkungan, dan kesulitan mengatur prioritas. Kondisi ini menunjukkan bahwa *self-control* merupakan aspek psikologis penting yang mendukung keberhasilan belajar dan penyesuaian diri siswa di sekolah.

Namun, berbagai fenomena menunjukkan bahwa kemampuan *self-control* pada remaja masih menjadi persoalan yang perlu mendapat perhatian serius. Data Badan Pusat Statistik dan Open Data Jawa Barat menunjukkan bahwa kasus kenakalan remaja masih tergolong tinggi dalam beberapa tahun terakhir. Selain itu, laporan Komisi Perlindungan Anak Indonesia mencatat ribuan pengaduan kasus kenakalan remaja sepanjang tahun 2024, yang meliputi pelanggaran disiplin sekolah, tawuran, dan perilaku menyimpang lainnya. Fakta tersebut mengindikasikan bahwa sebagian siswa masih mengalami kesulitan dalam mengendalikan perilaku dan emosi, sehingga diperlukan kajian lebih mendalam mengenai faktor-faktor psikologis yang berperan dalam meningkatkan *self-control* siswa.

Salah satu faktor psikologis yang diduga berperan penting dalam pembentukan *self-control* adalah regulasi emosi. *Self-control* berkaitan erat dengan kemampuan individu dalam mengelola emosi dan dorongan internal, sementara regulasi emosi merujuk pada kemampuan individu untuk mengenali, memahami, dan mengendalikan emosi agar perilaku yang ditampilkan selaras dengan tujuan yang diinginkan. Regulasi emosi yang baik membantu remaja mengurangi perilaku impulsif, mengambil keputusan secara lebih rasional, serta beradaptasi dengan tuntutan lingkungan akademik dan sosial. Oleh karena itu, regulasi emosi dipandang sebagai fondasi penting dalam pengembangan *self-control* pada siswa remaja.

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan positif antara regulasi emosi dan *self-control* pada remaja. Temuan penelitian menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi berkaitan dengan rendahnya perilaku menyimpang serta meningkatnya kontrol diri siswa. Meskipun demikian, kajian yang secara spesifik menganalisis pengaruh regulasi emosi terhadap *self-control* pada siswa SMK masih relatif terbatas, terutama pada siswa kelas X dengan karakteristik program keahlian tertentu. Sebagian besar penelitian sebelumnya cenderung dilakukan pada konteks SMA secara umum atau mengaitkan regulasi emosi dengan variabel lain, seperti kenakalan remaja atau perilaku menyimpang.

Berdasarkan uraian tersebut, kebaruan penelitian ini terletak pada fokus kajian yang secara khusus menganalisis pengaruh regulasi emosi terhadap *self-control* pada siswa kelas X Program Keahlian Akuntansi Keuangan Lembaga di SMKN 1 Bogor. Penelitian ini tidak hanya mengkaji hubungan antarvariabel, tetapi juga memberikan gambaran empiris mengenai tingkat regulasi emosi dan *self-control* pada konteks pendidikan vokasi, yang memiliki karakteristik tuntutan akademik dan praktik yang berbeda dari jalur pendidikan umum. Sejalan dengan kebaruan tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat regulasi emosi dan tingkat *self-control* siswa kelas X Akuntansi Keuangan Lembaga di SMKN 1 Bogor, serta menganalisis pengaruh regulasi emosi terhadap *self-control* siswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan kajian psikologi pendidikan, serta menjadi dasar pertimbangan praktis bagi sekolah dan pendidik dalam merancang strategi pengembangan kemampuan regulasi emosi dan *self-control* siswa.

METODE

Penelitian dilaksanakan di SMKN 1 Bogor pada bulan Januari hingga Juni 2026. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode *explanatory research* yang bertujuan untuk menjelaskan pengaruh regulasi emosi terhadap *self-control* siswa. Sumber data penelitian terdiri atas data primer yang diperoleh langsung dari responden dan data sekunder yang diperoleh dari literatur yang relevan sebagai pendukung kajian teori. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 139 siswa kelas X Akuntansi Keuangan Lembaga (AKL). Sampel sebanyak 103 siswa ditentukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% dan teknik pengambilan sampel simple random sampling.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner kepada responden. Instrumen penelitian berupa angket tertutup yang disusun berdasarkan indikator regulasi emosi dan *self-control*, dengan skala pengukuran menggunakan skala Likert. Sebelum digunakan, instrumen diuji terlebih dahulu untuk memastikan validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis

data menggunakan bantuan IBM SPSS Statistics versi 27. Analisis dilakukan melalui beberapa tahap, yaitu analisis deskriptif untuk menggambarkan data penelitian, uji prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas dan uji linearitas, serta analisis regresi linear sederhana untuk menguji pengaruh variabel regulasi emosi terhadap *self-control* siswa.

HASIL

Temuan penelitian menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan dari regulasi emosi terhadap *self-control*. Hasil penelitian tersebut dianalisis dengan menggunakan analisis regresi sederhana dengan bantuan aplikasi SPSS.

Tabel 1. Uji deskriptif

	<i>N</i>	<i>Range</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maximum</i>	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>
Regulasi Emosi	103	54	38	92	72.07	9.725
<i>Self-Control</i>	103	78	39	117	78.49	18.061
Valid N (listwise)	103					

Berdasarkan Tabel 1 hasil uji deskriptif, diperoleh rata-rata skor regulasi emosi sebesar 72,07 dengan standar deviasi 9,725, sedangkan rata-rata skor *self-control* sebesar 78,49 dengan standar deviasi 18,061.

Tabel 2. Kategorisasi regulasi emosi

		<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>	<i>Valid Percent</i>	<i>Cumulative Percent</i>
Regulasi Emosi	Rendah	13	12.6	12.6	12.6
	Sedang	77	74.8	74.8	87.4
	Tinggi	13	12.6	12.6	100.0
	Total	103	100.0	100.0	
<i>Self-Control</i>	Rendah	19	18.4	18.4	18.4
	Sedang	37	35.9	35.9	54.4
	Tinggi	47	45.6	45.6	100.0
	Total	103	100.0	100.0	

Dan Tabel 2 hasil kategorisasi menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat regulasi emosi pada kategori sedang sebanyak 77 siswa (74,8%), sedangkan kategori rendah dan tinggi masing-masing sebanyak 13 siswa (12,6%). Pada variabel *self-control*, Sebagian besar siswa berada pada kategori tinggi sebanyak 47 siswa (45,6%), kategori sedang sebanyak 37 siswa (35,9%), dan kategori rendah sebanyak 19 siswa (18,4%). Sebelum dilakukan analisis regresi sederhana, terlebih dahulu dilakukan pengujian asumsi normalitas dan linearitas.

Tabel 3. Uji normalitas

		Unstandardized Residual
<i>N</i>		103
<i>Normal Parameters^{a,b}</i>	<i>Mean</i>	.0000000
	<i>Std. Deviation</i>	16.41886550
<i>Most Extreme Differences</i>	<i>Absolute</i>	.067
	<i>Positive</i>	.052
	<i>Negative</i>	-.067
<i>Test Statistic</i>		.067
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)^c</i>		.200 ^d

Pada Tabel 3 hasil uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan nilai asymp , sig. (2-tailed) Lebih besar dari 0,200 daripada 0,05 ($0,200 > 0,05$), sehingga dapat diketahui bahwa data penelitian berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas terpenuhi.

Tabel 4. Uji linearitas

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
<i>Self-Control *</i>	<i>Between Groups</i>	<i>(Combined)</i>	15871.834	35	453.481	1.746	.025
		<i>Linearity</i>	5774.655	1	5774.655	22.236	.000
		<i>Deviation from Linearity</i>	10097.179	34	296.976	1.144	.314
<i>Regulasi Emosi</i>	<i>Within Groups</i>		17399.894	67	259.700		
	<i>Total</i>		33271.728	102			

Selanjutnya, pada Tabel 4 hasil uji linearitas menunjukan nilai Deviation from Linearity sebesar 0,314. Karena nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,314 > 0,05$), maka hubungan antara regulasi emosi dan *self-control* bersifat linear. Dengan demikian, asumsi linearitas dalam analisis regresi telah terpenuhi. Maka, sesuai dengan dasar pengambilan keputusan asumsi persyaratan normalitas dan model regresi telah terpenuhi.

Tabel 5. Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.417 ^a	.174	.165	16.500

Berdasarkan Tabel 5, hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,417. Nilai tersebut menunjukkan adanya hubungan positif antara regulasi emosi dan *self-control*. Sementara itu, nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,174. Hal ini berarti bahwa regulasi emosi memberikan kontribusi sebesar 17,4% terhadap *self-control* siswa, sedangkan sisanya 82,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Tabel 6. Coefficients

<i>Model</i>		<i>Unstandardized Coefficients</i>		<i>Standardized Coefficients</i>	<i>T</i>	<i>Sig.</i>
		<i>B</i>	<i>Std. Error</i>	<i>Beta</i>		
1	(Constant)	22.726	12.216		1.860	.066
	Regulasi Emosi	.774	.168	.417	4.606	.000

Berdasarkan hasil uji t pada tabel koefisien regresi, diperoleh nilai t hitung sebesar 4,606 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Karenan nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$), maka hipotesis penelitian diterima. Artinya, regulasi emosi berpengaruh secara signifikan terhadap *self-control* siswa kelas X Akuntansi Keuangan Lembaga di SMKN 1 Bogor. Koefisien regresi sebesar 0,774 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan regulasi emosi akan diikuti peningkatan *self-control* sebesar 0,774 satuan.

DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi siswa kelas X Akuntansi Keuangan Lembaga di SMKN 1 Bogor berada pada lategori sedang, sedangkan *self-control* siswa berada pada kategori tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki kemampuan yang cukup baik dalam memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi secara tepat, serta mampu mengendalikan perilaku, pikiran, dan dorongan yang muncul dqlam dirinya. Kemampuan regulasi emosi yang baik memungkinkan siswa untuk tetap tenang ketika menghadapi tekanan akademik maupun sosial, sehingga mereka dapat mengambil keputusan secara rasional dan tidak mudah bertindak impulsif.

Regulasi emosi merupakan kemampuan individu untuk mengelola pengalaman emosional yang dirasakan sehingga emosi yang muncul dapat diekspresikan secara tepat dan tidak menimbulkan dampak negatif bagi diri sendiri maupun lingkungan sekitar (Gross, 2014). Sedangkan menurut Gratz dan Roemer (2004) mengemukakan bahwa regulasi emosi mencakup kemampuan individu untuk menyadari, memahami, menerima, serta mengelola emosi yang dirasakan sehingga tetap mampu mengarahkan perilaku sesuai tujuan yang ingin dicapai. Individu yang memiliki regulasi emosi yang baik cenderung mampu mengendalikan perilakunya ketikan menghadapi situasi emosional, tetap fokus pada tujuan, serta menggunakan strategi yang tepat dalam menghadapi berbagai pengalaman emosional. Dalam konteks pendidikan, kemampuan regulasi emosi menjadi salah satu aspek penting yang mendukung keberhasilan siswa dalam proses belajar. Siswa yang mampu mengendalikan emosinya cenderung lebih mudah berkonsentrasi saat mengikuti pembelajaran, mampu

menjalin hubungan sosial yang baik dengan teman sebaya maupun guru, serta dapat menghadapi tekanan akademik dengan lebih efektif.

Selain itu, kemampuan regulasi emosi yang baik memberikan banyak manfaat bagi siswa. Individu yang mampu mengendalikan emosinya akan lebih mudah berpikir secara rasional sebelum mengambil keputusan. Mereka tidak mudah terbawa oleh kemarahan, kekecewaan, maupun tekanan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari. Sebaliknya, siswa yang memiliki regulasi emosi rendah cenderung lebih mudah menunjukkan perilaku agresif, melanggar aturan sekolah, atau mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya (Oliveira dkk, 2024)

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa regulasi emosi perlu terus dikembangkan melalui berbagai kegiatan pembelajaran dan pembinaan karakter di sekolah. Guru dan konselor sekolah memiliki peran penting dalam membantu siswa memahami emosi yang mereka rasakan serta mengajarkan strategi yang tepat dalam mengelola emosi tersebut. Dengan demikian, kemampuan regulasi emosi siswa dapat berkembang secara optimal dan memberikan dampak positif terhadap berbagai aspek kehidupan mereka. Adapun hasil tingkat *Self-control* Siswa Kelas X Akuntansi Keuangan Lembaga di SMKN 1 Bogor. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-control* siswa berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 45,6%. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki kemampuan yang baik dalam mengendalikan perilaku, pikiran, serta dorongan yang muncul dalam diri mereka.

Sejalan dengan hasil penelitian tersebut, Baumeister dkk, (2007: 352) menjelaskan bahwa *self-control* merupakan kemampuan individu untuk mengatur dan mengendalikan respons diri dan bentuk pikiran, emosi, dan perilaku agar sesuai dengan nilai, moral agar sesuai dengan tujuan dan norma yang telah ditetapkan. Individu yang memiliki *self-control* yang baik akan lebih mampu menahan dorongan impulsif, serta mempertimbangkan konsekuensi dari tindakannya, serta bertindak secara lebih terarah. Tingginya tingkat *self-control* yang dimiliki siswa menunjukkan bahwa mereka telah mampu mempertimbangkan konsekuensi dari setiap tindakan yang dilakukan. Kemampuan tersebut sangat penting dalam kehidupan remaja karena dapat membantu siswa menghindari berbagai perilaku negatif yang dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain. Siswa yang memiliki *self-control* tinggi cenderung lebih disiplin dalam belajar, mampu mengatur waktu dengan baik, serta lebih bertanggung jawab terhadap tugas dan kewajiban yang dimilikinya.

self-control memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung keberhasilan akademik dan perkembangan sosial siswa. Individu yang mampu mengendalikan dirinya akan lebih mudah mematuhi peraturan sekolah, menjaga hubungan baik dengan teman maupun guru, serta

mampu menyelesaikan konflik secara lebih bijaksana. Kemampuan ini juga membantu siswa dalam menghadapi berbagai tantangan yang muncul selama proses pembelajaran berlangsung. Meskipun hasil penelitian menunjukkan kategori tinggi, kemampuan *self-control* tetap perlu ditingkatkan secara berkelanjutan. Hal ini karena masa remaja merupakan periode yang rentan terhadap berbagai pengaruh lingkungan yang dapat memengaruhi perilaku individu. Oleh sebab itu, diperlukan dukungan dari berbagai pihak, baik keluarga maupun sekolah, agar siswa mampu mempertahankan dan meningkatkan kemampuan pengendalian dirinya.

Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa regulasi emosi berpengaruh positif dan signifikan terhadap *self-control* siswa. Hal ini ditunjukkan oleh nilai koefisien regresi sebesar 0,774 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis penelitian diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin baik regulasi emosi yang dimiliki siswa maka semakin tinggi pula *self-control* yang dimilikinya.

Hubungan positif antara regulasi emosi dan *self-control* menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi merupakan salah satu faktor penting dalam pembentukan perilaku yang terkontrol. Ketika siswa mampu mengenali dan memahami emosi yang dirasakan, mereka akan lebih mudah mengendalikan respons yang muncul terhadap berbagai situasi. Kemampuan tersebut memungkinkan siswa untuk berpikir lebih rasional sebelum bertindak sehingga dapat menghindari perilaku yang bersifat impulsif maupun agresif (Yang dkk, 2024). Nilai koefisien determinasi sebesar 0,174 menunjukkan bahwa regulasi emosi memberikan kontribusi sebesar 17,4% terhadap *self-control* siswa. Meskipun kontribusi tersebut tidak terlalu besar, hasil ini tetap menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki peranan yang nyata dalam meningkatkan kemampuan pengendalian diri siswa. Adapun sebesar 82,6% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti pola asuh orang tua, lingkungan sosial, motivasi belajar, kematangan emosional, pengalaman hidup, dan karakteristik kepribadian individu.

Temuan penelitian ini memperkuat teori yang menyatakan bahwa regulasi emosi dan *self-control* merupakan dua aspek psikologis yang saling berkaitan. Individu yang mampu mengelola emosi secara efektif cenderung lebih mampu mengontrol perilaku dan mengambil keputusan yang tepat dalam berbagai situasi. Sebaliknya, individu yang mengalami kesulitan dalam mengatur emosinya akan lebih rentan melakukan tindakan yang didasarkan pada dorongan sesaat tanpa mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Maulana dkk (2025) dan Husadani dan Sugiasih (2020) yang menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi berkaitan secara positif dengan kontrol diri.

temuan tersebut memperkuat bahwa regulasi emosi merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terbentuknya *self-control* pada remaja.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, sekolah dapat mengembangkan berbagai program yang berorientasi pada peningkatan keterampilan sosial dan emosional siswa. Program seperti layanan bimbingan dan konseling, pelatihan manajemen emosi, kegiatan pengembangan karakter, serta pembelajaran yang berpusat pada penguatan aspek afektif dapat menjadi alternatif yang efektif dalam meningkatkan regulasi emosi dan *self-control* siswa. Dengan adanya program tersebut, diharapkan siswa dapat berkembang menjadi individu yang lebih matang secara emosional dan mampu mengendalikan dirinya dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi berpengaruh positif dan signifikan terhadap *self-control* siswa kelas X Akuntansi Keuangan Lembaga (AKL) di SMKN 1 Bogor, dengan tingkat regulasi emosi berada pada kategori sedang dan *self-control* siswa berada pada kategori tinggi. Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($< 0,05$) dengan koefisien regresi sebesar 0,774, yang berarti terdapat pengaruh positif antara regulasi emosi dan *self-control*, sehingga semakin baik regulasi emosi siswa maka semakin tinggi *self-control* yang dimiliki. Selain itu, hasil koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,074 atau 7,4% menunjukkan bahwa regulasi emosi memberikan kontribusi sebesar 7,4% terhadap *self-control* siswa, sedangkan 92,6% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini.

REKOMENDASI

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan mengkaji faktor-faktor lain yang mempengaruhi *self-control* siswa mengingat regulasi emosi hanya memberikan kontribusi sebesar 17,4% terhadap *self-control*. Faktor-faktor seperti pola asuh orang tua, lingkungan teman sebaya, kepribadian, motivasi, maupun dukungan sosial dapat diteliti lebih lanjut untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai *self-control* siswa.

REFERENSI

- Atiqah, N., Sulhan, A., Ardaniah, N. H., & Rahmadi, M. S. (2024). Periodisasi Perkembangan Anak pada Masa Remaja: Tinjauan Psikologi. *Pendidikan Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 1(1), 9–36.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The Strength Model of Self-Control. *Current Directions in Psychological Science*, 16(6), 351–355. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x>
- Dewany, R., Nurfarhanah, N., Hariko, R., Asnah, M. B., & Karina, A. A. (2023). Pengaruh self control terhadap prokrastinasi akademik siswa. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(5), 5283–5288.
- Ghufron, N. M., & Risnawita, R. (2017). *Teori-Teori Psikologi* (R. Kusumaningratri, Ed.; 2nd ed.). AR-RUZZ MEDIA.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41–54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Gross, J. J. (2014). *Handbook Of Emotion Regulation* (2nd ed.). Guilford Press.
- Hurlock, B. (1980). *Psikologi Perkembangan*. Erlangga.
- Husadani, K. P., & Sugiasih, I. (2020). Hubungan antara Regulasi Emosi dan Kontrol Diri (Self-Control) dengan Perilaku Menyimpang pada Siswa di SMA “X.” *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 2, 53–62.
- Laporan Tahunan KPAI, Jalan Terjal Perlindungan Anak: Ancaman Serius Generasi Emas Indonesia| Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI). (2025, February 11). *Kpai.Go.Id*. <https://share.google/vUx2qoUaXHNZQhr5C>
- Maulana, K. A., Ahmad, H., & Zainuddin, M. (2025). Hubungan antara Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri Siswa Kelas XI di SMAN 1 Keruak Tahun Pelajaran 2024/2025. *Al-Qalbu: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Sai*, 3(2). <https://jurnal.yalamqa.com/index.php/qalbu>
- Oliveira, J., Pedras, S., Inman, R. A., & Ramalho, S. M. (2024). Latent profiles of emotion regulation among university students: links to repetitive negative thinking, internet addiction, and subjective wellbeing. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1272643>
- Putri, K., & Angga, W. (2025, June 5). *Saat Pemerintah Turun Tangan Batasi dan Disiplinkan Anak*.
- Wahyuni, N. B., & Laili, N. (2025). Pengaruh antara Kontrol Diri dan Regulasi Emosi dengan Kenakalan Remaja di SMK Negeri 3 Buduran. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 8(3), 2497–2506.
- Yang, Y. Di, Zhou, C. L., & Wang, Z. Q. (2024). The relationship between self-control and learning engagement among Chinese college students: the chain mediating roles of resilience and positive emotions. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1331691>