

## ABSTRAK

**Mukramin Amrullah, 2024**, “Efektivitas Konseling Realitas Mahasiswa dengan Teknik Regulasi Diri dalam Menyelesaikan Skripsi di IAIN Palopo”. Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Palopo. Dibimbing oleh Masmuddin dan Andi Batara Indra.

Skripsi ini membahas tentang Efektivitas Konseling Realitas Mahasiswa dengan Teknik Regulasi Diri dalam Menyelesaikan Skripsi di IAIN Palopo. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui regulasi diri pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam yang sedang menyusun skripsi di IAIN Palopo. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Sampel terdiri dari 10 mahasiswa dengan menggunakan teknik *Probability Sampling*. Hasil menunjukkan nilai rata-rata untuk regulasi diri adalah 686. Dari hasil uji  $t$  menggunakan *paired sample t-test* pada tingkat regulasi diri menunjukkan bahwa  $t$  adalah 27.249. Kemudian  $t_{hitung}$  dibandingkan dengan  $t_{tabel}$  yaitu ( $27.249 > 1.812$ ). sehingga nilai  $t_{hitung}$  adalah 27.249 dengan signifikansi  $0.000 < 0.05$ . Artinya, teknik konseling realitas efektif dalam meningkatkan regulasi diri pada mahasiswa

**Kata Kunci :** Teknik Regulasi Diri, Konseling Realitas, Mahasiswa