



## Hubungan Kontrol Diri Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas X SMA Kristen 1 Tomohon

Krisnover Temponbuka<sup>1</sup>, Ariantje J.A. Sundah<sup>2</sup>, Deklay Nainggolan<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Bimbingan Konseling, Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan Dan Psikologi, Universitas Negeri Manado, Kota Tomohon.

### Abstract

Received: 5 Februari 2023

Revised: 18 Februari 2023

Accepted: 1 Maret 2023

*This study aims to determine the relationship between self-control and student achievement and is carried out through quantitative methods. The research subjects totaled 45 students drawn by random sampling technique. The research data were analyzed using a simple correlation technique, and the results of the data analysis found that the value of the  $r_{XY}$  count was 0.427. Compared to the value of  $r_{XY}$  table dk 45 at a significance level of 95% which is 0.294, it turns out that the calculated value of  $r_{XY}$  is greater than the value of the  $r_{XY}$  table or  $0.427 > 0.294$ . These results mean that there is a significant relationship between self-control and student achievement. Thus the results of this test support the proposed hypothesis  $H_a$  so that it can be accepted, otherwise, hypothesis  $H_o$  is rejected. The power of determination of self-control variables with student achievement in class X SMA Kristen 1 Tomohon is 18%, while the remaining 82% is influenced by other factors not examined. These findings also indicate that individuals who have high self-control will be able to make decisions and take effective actions in order to produce what is desired and avoid unwanted negative consequences. So that these findings become the agenda for guidance and counseling services in schools, that guidance and counseling services to increase self-control really need to be implemented.*

**Keywords:** Self-control, learning achievement, students

(\*) Corresponding Author: [krisnover.temponbuka@gmail.com](mailto:krisnover.temponbuka@gmail.com), [juariansundah@gmail.com](mailto:juariansundah@gmail.com), [deklaynainggolan@gmail.com](mailto:deklaynainggolan@gmail.com)

**How to Cite:** Temponbuka, K., Sundah, A., & Nainggolan, D. (2023). Hubungan Kontrol Diri Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas X SMA Kristen 1 Tomohon. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(7), 700-706. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8084069>

## PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan hal terpenting dalam aspek kehidupan sebagai bekal dalam membentuk manusia cerdas dan berkualitas. Sesuai undang-undang Sistem Pendidikan Nasional Republik Indonesia No. 2 tahun 2003 Bab II Pasal 3 yaitu pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Selanjutnya menurut Yasin Taher (2022) Manusia membutuhkan pendidikan dalam kehidupannya. Pendidikan merupakan usaha agar manusia dapat mengembangkan potensi dirinya melalui proses pembelajaran dan atau cara lain yang dikenal dan diakui oleh masyarakat.



Muhibbin. S (2011) menjelaskan prestasi belajar adalah keberhasilan siswa mencapai tujuan yang telah ditentukan sesuai dengan program. Prestasi belajar yang di capai siswa adalah sesuai kriteria yang telah di tetapkan prestasi belajar ini digunakan untuk menilai hasil yang di peroleh oleh siswa. Prestasi belajar ini menunjukkan hasil perjuangan dalam belajar, yang memerlukan konsentrasi mengikuti proses pembelajaran, kreatif dalam penyelesaian tugas-tugas dalam setiap mata pelajaran sesuai kurikulum yang telah diprogramkan sekolah.

Menurut Syarifudin. A (2005) Prestasi Belajar dapat diukur melalui tes yang sering dikenal dengan tes Prestasi Belajar serta mengemukakan tentang tes Prestasi Belajar bila dilihat dari tujuannya yaitu mengungkap keberhasilan seseorang dalam belajar. Testing pada hakikatnya menggali informasi yang dapat digunakan sebagai dasar pengambilan keputusan. Tes Prestasi Belajar berupa tes yang disusun secara terencana untuk mengungkap performansi maksimal subyek dalam menguasai bahan-bahan atau materi yang telah diajarkan. Dalam kegiatan pendidikan formal tes Prestasi Belajar dapat berbentuk ulangan harian, tes formatif, tes sumatif, bahkan UN dan ujian-ujian masuk perguruan tinggi. Pengertian Prestasi Belajar adalah sesuatu yang dapat dicapai atau tidak dapat dicapai. Untuk mencapai suatu Prestasi Belajar siswa harus mengalami proses pembelajaran. Dalam melaksanakan proses pembelajaran siswa akan mendapatkan pengetahuan, pengalaman, dan keterampilan.

Dalam hal ini prestasi tidak akan mungkin dicapai atau dihasilkan oleh seorang individu selama individu tersebut tidak melakukan kegiatan belajar dengan sungguh-sungguh ataupun dengan perjuangan yang gigih. Hanya dengan keuletan, kegigihan dan optimisme prestasi itu dapat tercapai. Secara psikologis diperlukan kontrol diri siswa agar dapat memperoleh prestasi yang diharapkan.

Kontrol diri sebagai salah satu dari beberapa faktor-faktor penting yang diperlukan dalam proses terwujudnya manusia yang cerdas dan berkualitas dalam arti mencapai prestasi belajar diharapkan yang merupakan suatu kesuksesan. Chaplin (2011) menjelaskan kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangai impuls-impuls atau tingkah laku impulsif. jadi, kontrol diri merupakan suatu pengendalian tingkah laku seseorang untuk cenderung bertindak positif dalam berfikir. Pandangan mengenai kontrol diri tersebut dapat mengartikan bahwa jika kontrol diri yang layak dimiliki oleh para peserta didik, maka di sekolah maka prestasi yang diharapkan akan dapat dicapai. Melalui kontrol diri yang kuat setiap peserta didik dapat menolak segala keinginan yang menyita, menunda waktu belajar, akan sebenarnya akan cenderung mendatangkan prestasi rendah bahkan membawa kegagalan yang akan sangat merugikan dan mengecewakan baik peserta didik maupun orang tua. Beroperasinya kontrol diri secara baik, akan mengoptimalkan pola berpikir positif yang memungkinkan seseorang dapat menyadari mana kegiatan yang dapat mendatangkan kesuksesan akademik.

Menurut Nur Gufron & Rini Risnawati (2012), Kontrol diri merupakan suatu kecakapan membaca situasi diri dan lingkungannya serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi. Kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan, untuk menarik perhatian, keinginan untuk mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, selalu nyaman dengan

orang lain, menutup perasaannya. Kontrol diri dapat diartikan sebagai perasaan bahwa seseorang dapat membuat keputusan dan mengambil tindakan yang efektif untuk menghasilkan sesuatu yang diinginkan.

Peserta didik yang memiliki kesadaran diri dan kontrol diri baik mampu menghadapi kondisi yang sulit dan tidak mudah terpengaruh oleh ajakan teman yang negatif sehingga siswa mampu menunjukkan kepatuhan terhadap aturan. Sedangkan siswa yang menunjukkan ketidak patuhan terhadap aturan cenderung melakukan pelanggaran sebagai wujud dari perilaku menentang disebabkan oleh kurangnya tanggung jawab dan penalaran moral yang kurang baik, dimana siswa belum mampu untuk memilah tindakan yang seharusnya dilakukan dan tindakan yang seharusnya dihindari.

Oleh karena itu, diperlukan suatu kerjasama yang dibangun antar siswa itu sendiri dan dengan lingkungan sekolah ataupun lingkungan keluarga. Sehingga dapat tercapai apa yang diinginkan oleh siswa dan juga sekolah. Dalam dunia pendidikan, keselarasan dapat terwujud karena adanya interaksi yang baik antara para pengajar dengan siswa juga lingkungan sekolah. Dengan demikian proses belajar mengajar yang efektif dan berkesinambungan akan berjalan dengan baik, sehingga tujuan pendidikan dapat tercapai secara optimal. Untuk dapat berinteraksi dalam kehidupan, individu harus menyesuaikan diri dengan lingkungan disekitar. Pada hakekatnya seorang siswa harus memiliki pengontrolan diri yang kuat, karena hal itu dapat meminimalisir timbulnya berbagai perilaku menyimpang.

Kenyataan yang terlihat dalam hasil observasi awal bahwa di kelas X SMA Kristen 1 Tomohon terdapat masalah siswa yang memiliki kontrol diri yang lemah mendapatkan prestasi belajar kurang baik. Banyak siswa pada masa transisi yang dengan mudahnya terpengaruh orang lain, kontrol diri yang belum setabil ditimbulkan karena adanya hal-hal baru yang lebih menarik perhatian dari hal-hal sebelumnya. Peserta didik yang lebih asik dengan dirinya sendiri sehingga lupa untuk belajar dikarenakan anak tersebut lemah dalam kontrol diri.

Bertolak dari latar belakang tersebut maka penulis tergerak untuk meneliti mengenai Hubungan kontrol diri dengan prestasi belajar siswa kelas X SMA Kristen 1 Tomohon.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian korelasional. Penelitian korelasional adalah suatu penelitian untuk mengetahui hubungan atau pengaruh antara variable yang diteliti. Menurut Arikunto (2005) penelitian korelasional merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variable.

Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variable kontrol diri regresi dengan Prestasi Belajar Siswa di sekolah. Selain itu menurut Kerlinger (1993) penelitian ini termasuk dalam pendekatan *expost-facto*, dimana variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel yang telah memiliki syarat tertentu, artinya peneliti tidak melakukan manipulasi terhadap variabel bebas karena kejadiannya secara alamiah. Maksud dari tidak melakukan manipulasi terhadap variabel bebas adalah peneliti tidak melakukan upaya

tindakan rekayasa apapun sehubungan dengan kemampuan penyesuaian diri siswa dan prestasi belajarnya, tetapi hanya mengukur apa yang terjadi dalam kehidupan siswa yang menjadi subyek penelitian ini. Peneliti berasumsi bahwa setiap individu siswa punya kesempatan untuk berprestasi. Variabel-variabel yang akan diuji hubungannya dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu kontrol diri sebagai variabel independent (X) dan prestasi belajar sebagai variabel dependent (Y).

Populasi adalah wilayah yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya Sugiyono (2011). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh karakteristik yang terdapat dalam variabel yang diteliti pada siswa kelas X SMA KRISTEN 1 Tomohon, yang berjumlah 300 siswa.

Anggota sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari siswa kelas X SMA KRISTEN 1 TOMOHON, penelitian ini mengacu pada pendapat Tuckman (1999) yang menyatakan bahwa jika jumlah anggota populasi besar, penarikan sampel dapat diambil antara 10-15%, 20-25%. Berdasarkan pendapat tersebut maka jumlah anggota sampel dalam penelitian ini ditentukan sebesar 15% dari anggota populasi, sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 45 siswa kelas X, yang diambil secara random (acak).

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah : angket(kuesioner) dan hasil belajar siswa (raport) Variabel yang menggunakan angket adalah variabel X yaitu kontrol diri, jumlah siswa yang diberikan angket yaitu 45 siswa. Dan untuk variabel Y menggunakan pengumpulan data dari hasil belajar siswa berupa raport hasil ujian Semester. Pada penelitian ini peneliti menggunakan skala likert. Kuesioner variabel X disusun dengan model skala likert. Skala ini menggunakan ukuran interval. Skala pengukuran interval adalah skala yang memberi atau mempunyai jarak yang sama dari satu titik asal yang tetap.

Adapun skor yang ditetapkan untuk pertanyaan dari kedua variabel adalah sebagai berikut :

<b>Pernyataan positif</b>		<b>Pernyataan negative</b>	
<b>Sangat setuju</b>	4	Sangat setuju	<b>1</b>
<b>Setuju</b>	3	Setuju	<b>2</b>
<b>Kurang setuju</b>	2	Kurang setuju	<b>3</b>
<b>Tidak setuju</b>	<b>1</b>	<b>Tidak setuju</b>	<b>4</b>

Pengujian persyaratan instrument variabel X dalam penelitian ini meliputi uji validitas dan reliabilitas. Untuk kepentingan perhitungan analisis uji validitas dan reliabilitas digunakan alat bantu computer program SPSS 23. *for Windows*. Angket dibuat sebanyak 12 item. Angket ini sebelum digunakan dalam penelitian terlebih dahulu diujicobakan pada 45 responden siswa, diluar anggota sampel. Menguji validitas instrument digunakan teknik analisis korelasi product moment. Sedangkan untuk pengujian reliabilitas instrument digunakan teknik analisis koefesien alpa.

Teknik analisis data untuk pengujian hipotesis penelitian ini menggunakan teknik korelasi sederhana, karena variabel yang dilibatkan dalam penelitian ini ada dua, yaitu kontrol diri sebagai variabel bebas dan dilambangkan dengan X serta

**ANOVA Table**

Prestasi Belajar sebagai variable terikat dan dilambangkan dengan Y. untuk kepentingan analisis data pengujian dalam penelitian ini digunakan computer program SPSS (statistical package for the sosial sciences) 23 for windows.

Untuk mendapatkan data dan informasi yang relevan, penulis menetapkan tempat penelitian ini pada SMA KRISTEN 1 TOMOHON, Di Talete dua Kec. Tomohon Tengah, Kota Tomohon, Sulawesi Utara Dan penelitian ini dilakukan kurang lebih 3 bulan.

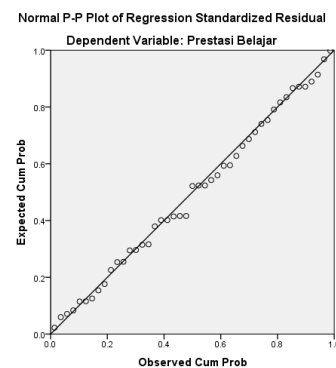
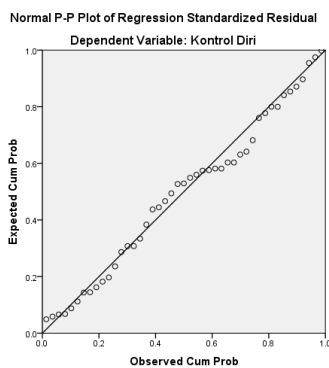
**HASIL PENELITIAN**

**1. Hasil Analisis Data Penelitian**

Data yang dikumpulkan melalui skala dari subjek penelitian yang berjumlah 45 orang, kemudian ditabulasi untuk dianalisis. Data sebelum dianalisis dalam pengujian hipotesis, terlebih dahulu di uji persyaratan asumsi parametric.

**a. Uji Normalitas**

Uji Normalitas data penelitian ini dilakukan dengan bantuan jasa komputer. Uji normalitas data variabel kontrol diri (X), maka untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak dapat dilihat pada normal *P-P Plot of X* dan setelah diuji data mengikuti garis lurus. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa data variabel X berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau data berdistribusi normal. Hasil analisis data dapat dilihat pada gambar di bawah ini.



Selanjutnya pengujian normalitas data variabel prestasi belajar siswa (Y), hasilnya menunjukkan bahwa sebaran data membentuk pilar yang relatif normal pada gambar P-P Plot of Y menunjukkan data mengikuti garis lurus.

**b. Pengujian Linearitas**

Uji Linearitas untuk mengetahui apakah dua variabel X dan Y mempunyai hubungan linear atau tidak secara signifikan. Uji linearitas data penelitian ini menggunakan bantuan jasa komputer program SPSS ( *Statistical pakage for social sciences*) 23 for windows.

	Sum of Squares	f	Mean Square	F	sig.	
restasi Belajar * Kontrol Diri	Between Groups (Com bined)	1175.943	6	73.496	.2	018
	Linea rity	366.195		366.195	2.282	002
	Devia tion from Linearity	809.748	5	53.983	.811	085
Within Groups	834.857	8	29.816			
Total	2010.800	4				
Within Groups	834.857	8	29.816			
Total	2010.800	4				

Dari pengambilan keputusan dalam uji linearitas dapat dilihat dari nilai signifikan. Dari output di atas, diperoleh nilai signifikan 0,085 > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel kontrol diri dengan prestasi belajar siswa, terdapat hubungan yang linear. Hasil uji linearitas tersebut dapat disimpulkan bahwa asumsi linearitas data penelitian ini telah memenuhi syarat untuk di analisis lebih lanjut atau data penelitian ini memenuhi syarat untuk digunakan dalam pengujian hipotesis.

**c. Pengujian Hipotesis**

Teknik analisis data untuk pengujian hipotesis dalam penelitian ini di gunakan Teknik korelasi sederhana. Dalam proses analisis data statistic ini dilakukan dengan bantuan komputer program SPSS 23 *for windows*.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Ha : Ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prestasi belajar siswa

Ho : Tidak ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prestasi belajar siswa

Setelah data dianalisis diperoleh harga rXY hitung 0,427 dan harga rXY tabel dk 45 adalah 0,294. Dimana harga rXY hitung lebih besar dari harga rXY tabel atau 0,427 > 0,294. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan prestasi belajar siswa. Dengan demikian hasil analisis data mendukung hipotesis bentuk ha (hipotesis anternatif), sehingga dapat diterima dan sebaliknya hipotesis ho (hipotesis nihil) dapat ditolak.

**PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil uji korelasi di atas dapat diketahui bahwa nilai *pearson correlation* variabel X (Kontrol Diri) dengan variabel Y (Prestasi Belajar Siswa) sebesar 0,427 dan rXY tabel pada taraf signifikan 95% dk 45 sebesar 0,294. Sehingga 0,427 > 0,294. Hasil ini memberi gambaran rXY hitung > rXY tabel,

sehingga dapat dikatakan variabel kontrol diri berkorelasi dengan variabel prestasi belajar siswa.

## KESIMPULAN

Data hasil penelitian dianalisis dengan teknik korelasi sederhana, dan hasil analisis data ditemukan harga  $r_{XY}$  hitung 0,427. Dibandingkan dengan nilai  $r_{XY}$  tabel dk 45 pada taraf signifikansi 95% adalah 0,294, ternyata nilai  $r_{XY}$  hitung lebih besar dari nilai  $r_{XY}$  tabel atau  $0,427 > 0,294$ . Dari hasil ini memberi arti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan prestasi belajar siswa.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel kontrol diri dengan prestasi belajar siswa. Hasil ini mendukung hipotesis  $H_a$  yang diajukan sehingga dapat diterima dan sebaliknya hipotesis  $H_o$  ditolak. Daya determinasi variabel kontrol diri dengan prestasi belajar siswa kelas X SMA Kristen 1 Tomohon sebesar 18%, sementara sisanya 82% dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak diteliti.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anwar Syarifudin. 2005. *Pengertian Prestasi Belajar*. (<http://sunartombs.wordpress.com>. Diakses tanggal 15 November 2010, Pukul 15.35 WIB)
- Arikunto. 2005. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Sagung Seto
- Chaplin. 2011. *Kamus Lengkap Psikologi* (terjemahan Kartini Kartono). Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada
- Depdiknas. 2003. *Undang-undang RI No.20 tahun 2003, Bab II, Pasal 3. Tentang sistem pendidikan nasional*
- Ghufron Nur M dan Risnawati Rini. 2012. *Teori-teori psikologi*, Ar-ruzz Media, Jogjakarta
- Kerlinger, Fred N. 1993. *“Foundation of Behavior Research”*. Yogyakarta, Gajah Mada University.
- Sugiyono.2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Alfabeta, Bandung Syah, M. 2004. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Syah, Muhibbin. 2011. *Psikologi Pendidikan*, Bandung: Remaja Rosdakarya
- Tuckman, B. W. 1999. *Conducting educational research: Third edition*. Amerika:Harcourt Brace Collage.
- Yasin Taher. 2022. *Studi tentang Etos Kerja dan Komitmen Guru Pembimbing Profesional di SMA Negeri 5 Kota Manado*. *Jurnal Ilmiah wahana Pendidikan*, Vol.8,No5,April 2022