

## Hubungan Kontrol Diri dengan Motivasi Belajar Siswa Kelas XI IPA SMA Negeri 1 Tayu

Immelda Devi Astaurina<sup>1</sup>, Yovitha Yuliejantiningih<sup>2</sup>, Ismah<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling

<sup>2</sup>Universitas PGRI Semarang

[immeldaastaurina@gmail.com](mailto:immeldaastaurina@gmail.com). No. HP. 0895322507783

*Abstract: The research on the relationship between self-control and learning motivation of Class XI IPA students at SMA Negeri 01 Tayu is motivated by low student learning motivation, this is indicated by the results of observations and interviews of several students and counseling teachers. The formulation of the problem in this study is whether there is a significant relationship between self-control and the learning motivation of class XI IPA students at SMA Negeri 01 Tayu. The purpose of this study is to determine the relationship between self-control and learning motivation of class XI IPA students at SMA Negeri 01 Tayu. This type of research is a quantitative research with a correlational research design. The population in this study were students of class XI IPA SMA Negeri 01 Tayu with a total of 255 students. The class that became the test instrument was class XI IPS 2, and all classes XI IPA became the research sample. The sampling technique in this study was proportional random sampling. The research data were obtained from the self-control scale and learning motivation scale. Pearson product moment correlation test, it can be obtained a value of  $r$  count of 0.202. While the  $r$  table value for the number of samples is 155 with a significance level of 5% of 0.159. Therefore, the value of  $r$  count is  $0.202 > r$  table is 0.159, it can be concluded that there is a significant relationship.*

**Key Words:** *Self Control, Learning Motivation*

**Abstrak:** Penelitian Hubungan Kontrol Diri dengan Motivasi Belajar Siswa Kelas XI IPA SMA Negeri 01 Tayu dilatarbelakangi oleh rendahnya motivasi belajar siswa. Hal ini ditandai dengan hasil observasi dan wawancara dari beberapa siswa dan guru Bimbingan Konseling. Rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan motivasi belajar siswa kelas XI IPA SMA Negeri 01 Tayu. Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan motivasi belajar siswa kelas XI IPA SMA Negeri 01 Tayu. Jenis penelitian ini merupakan penelitian Kuantitatif dengan desain penelitian Korelasional. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas XI IPA SMA

Negeri 01 Tayu dengan jumlah 255 siswa. Kelas yang menjadi uji coba instrumen yaitu kelas XI IPS 2, dan semua kelas XI IPA menjadi sampel penelitian. Teknik sampling pada penelitian ini yaitu *proportional random sampling*. Data penelitian ini diperoleh dari skala kontrol diri dan skala motivasi belajar. Uji korelasi *Pearson product moment*, dapat diperoleh nilai  $r$  hitung sebesar 0,202. Sedangkan nilai  $r$  table untuk jumlah sampel 155 dengan taraf signifikansi 5% sebesar 0,159. Oleh karena itu nilai  $r$  hitung  $0,202 > r$  table 0,159 maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan secara signifikan.

**Kata kunci : Kontrol Diri, Motivasi Belajar**

## PENDAHULUAN

Setiap siswa itu unik, mereka memiliki kemampuan ataupun potensi yang berbeda-beda. Potensi yang dimiliki siswa akan berkembang ketika siswa memiliki keinginan untuk meningkatkannya. Dengan kemampuan yang berbeda, setiap peserta didik layak mendapatkan perhatian yang lebih untuk belajar dengan maksimal sehingga peran guru di sekolah sangat mempengaruhi siswa dalam bertingkah laku di masyarakat nantinya. Hal ini dapat dilakukan dengan pemberian motivasi kepada siswa agar memiliki semangat dalam belajar sehingga siswa tidak memiliki alasan lagi untuk tidak percaya dengan kemampuan yang dimiliki. Guru – guru sangat menyadari pentingnya motivasi dalam membimbing belajar mandiri bagi perubahan tingkah laku manusia yang telah dimiliki (Soemanto, 2012: 200). Siswa membutuhkan motivasi belajar agar memiliki rasa tanggung jawab terhadap dirinya dalam mendisiplinkan diri, tidak mudah dipengaruhi oleh orang lain, serta meningkatkan kemampuannya dalam belajar mandiri tanpa adanya paksaan dari orang lain. Dalam proses pembelajaran, motivasi sangat dibutuhkan karena seseorang tidak akan memulai suatu kegiatan jika tidak ada motivasi. Motivasi belajar menjadikan penentu baik atau tidaknya dalam menentukan tujuan yang hendak dicapai. Motivasi memberikan suatu nilai atau intensitas tersendiri dari seorang siswa dalam meningkatkan motivasi belajarnya (Asy'ari,dkk, 2014: 83-89). Motivasi menjadikan suatu dorongan individu dalam melakukan suatu kegiatan. Dorongan merupakan keadaan psikologi yang menimbulkan hasrat untuk bergerak. Sedangkan motivasi sebagai suatu pendorong yang mengubah energy dalam diri seseorang ke dalam bentuk aktivitas nyata untuk mencapai tujuan tertentu (Djamarah, 2015: 148). Dan menurut Willis (2013: 67), mengatakan bahwa kebutuhan manusia akan

menimbulkan motif, dan motif menimbulkan dorongan untuk bergerak memenuhinya. Dalam proses pembentukan motivasi belajar, maka harus adanya stimulus untuk memacu siswa dalam meraih kesuksesan salah satunya adalah kontrol diri. Kontrol diri merupakan kemampuan seseorang untuk mencegah sesuatu agar tidak muncul perilaku yang tidak diinginkan. Setiap manusia dalam kehidupannya tidak pernah terlepas dari masalah. Seringkali masalah muncul karena ketidakmampuan manusia dalam mengontrol diri. Menurut Berk (dalam Risnawati, 2010: 25), kontrol diri sendiri merupakan kemampuan pada individu untuk mencegah suatu keinginan agar tidak muncul dalam bentuk tingkah laku yang dapat melanggar atau bertentangan dengan standar moral. Tangney, dkk (2004: 271) menyatakan bahwa pusat dari konsep kontrol diri adalah kemampuan manusia dalam mengesampingkan keinginan batin, dan untuk meminimalisir kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan, serta menahan diri dari tindakan menyimpang.

#### **METODE**

Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode korelasi dengan analisis regresi yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan kontrol diri dengan motivasi belajar pada siswa kelas XI IPA di SMA Negeri 01 Tayu. Penelitian korelasi ini termasuk dalam penelitian kuantitatif ex- postfacto karena peneliti tidak memanipulasi data variabel sehingga peneliti langsung mencari hubungan dan tingkat hubungan variabel yang nantinya akan direfleksikan dalam koefisien korelasi. Menurut Emzir (2014: 119) penelitian ex- postfacto adalah penyelidikan empiris yang sistematis dimana ilmuwan tidak mengendalikan variabel bebas secara langsung karena eksistensi dari variabel tersebut telah terjadi atau karena variabel tersebut pada dasarnya tidak dapat dimanipulasi. Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional. Supardi (2019: 61) menjelaskan bahwa penelitian korelasi adalah jenis penelitian ex-postfacto yang mempunyai tujuan untuk mengkaji tingkat hubungan variasi faktor dengan variasi faktor lain berdasarkan koefisien korelasi. Penelitian korelasi mencakup kegiatan pengumpulan data untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antar variabel.

## HASIL

### 1. Variabel Kontrol Diri

Data mengenai kontrol diri siswa kelas XI IPA SMA N 1 Tayu diperoleh melalui penyebaran instrument berupa skala berjumlah 30 item yang telah di uji cobakan pada tanggal 10 November 2022 kepada siswa kelas X IPS berjumlah 34 siswa dan menyisakan 21 item yang valid. Kemudian peneliti menyebarkan interumen yang terdiri dari 21 item pernyataan valid tersebut kepada subyek penelitian yang berjumlah 155 yang dipilih secara acak sesuai dengan proporsi (perbandingan) populasi melalui teknik *proporsional random sampling* dari total 252 siswa. Adapun rentang skor yang digunakan dalam skala tersebut adalah 1 sampai 4.

Untuk mencari kelas interval, menggunakan perhitungan sebagai berikut:

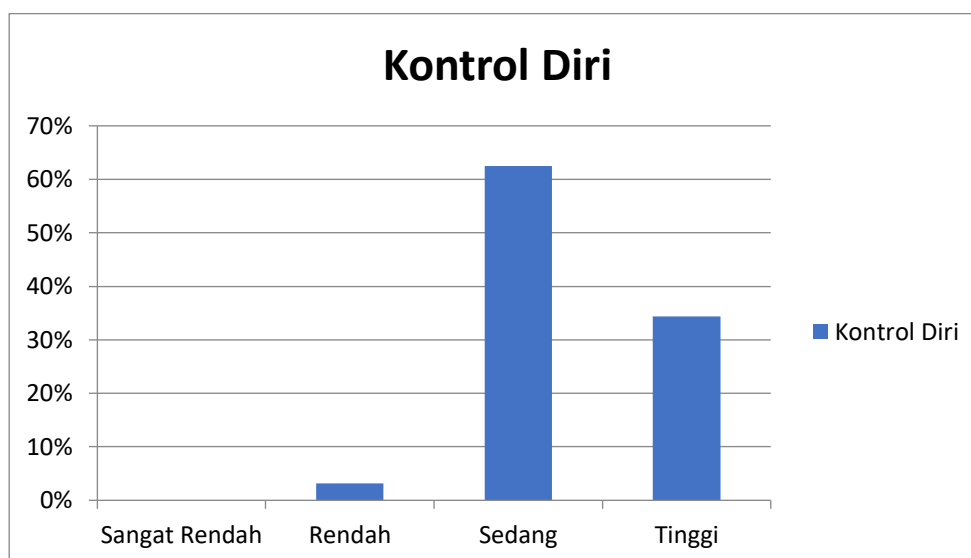
$$\begin{aligned} \text{Kelas Interval} &= \frac{\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah}}{4 (\text{kategori})} \\ &= \frac{84 - 21}{4} \\ &= 15,75 \text{ (dibulatkan menjadi 16)} \end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan kelas interval tersebut, maka dapat disusun 4 kategori dengan panjang kelas interval 16.

Kelas Interval	Kategori
69 – 84	Tinggi
53 – 68	Sedang
37 – 52	Rendah
21 – 36	Sangat Rendah

Tabel 1. Distribusi Bergolong Pada Variabel Kontrol Diri

Dari Rekapitulasi hasil penelitian kontrol diri diperoleh skor terendah 21 dan skor tertinggi 84. Maka dapat disimpulkan bahwa hasil kontrol diri siswa kelas XI IPA SMAN 1 Tayu tergolong dalam kategori sedang. Selanjutnya dapat dilihat pada tabel distribusi kontrol diri berikut:



Gambar 1. Diagram Kontrol Diri

Tabel dan gambar diatas memberikan gambaran terkait dengan hasil penelitian pada variabel kontrol diri, diketahui reponden yang memiliki kontrol diri pada kategori rendah yaitu 6 siswa atau 3,8 % selanjutnya pada kategori sedang yaitu 95 siswa atau 61,2 % dan pada kategori tinggi yaitu 54 siswa atau 35 %. Hal ini menunjukkan bahwa kontrol diri siswa kelas XI IPA SMAN 1 Tayu termasuk dalam kategori sedang.

## 2. Variabel Motivasi Belajar

Pada variabel motivasi belajar diperoleh melalui penyebaran instrumen berupa skala yang berjumlah 40 item pernyataan yang telah di uji cobakan kepada siswa kelas XI IPS berjumlah 34 siswa dan menyisakan 24 item pernyataan yang valid. Kemudian peneliti menyebarkan instrument yang terdiri dari 24 item tersebut kepada subyek penelitian yang berjumlah 155 siswa yang dipilih secara acak sesuai dengan proporsi (perbandingan) populasi dari total 252 siswa. Adapun rentang skor yang digunakan dalam skala tersebut adalah 1 – 4.

Untuk mencari kelas interval, digunakan perhitungan sebagai berikut:

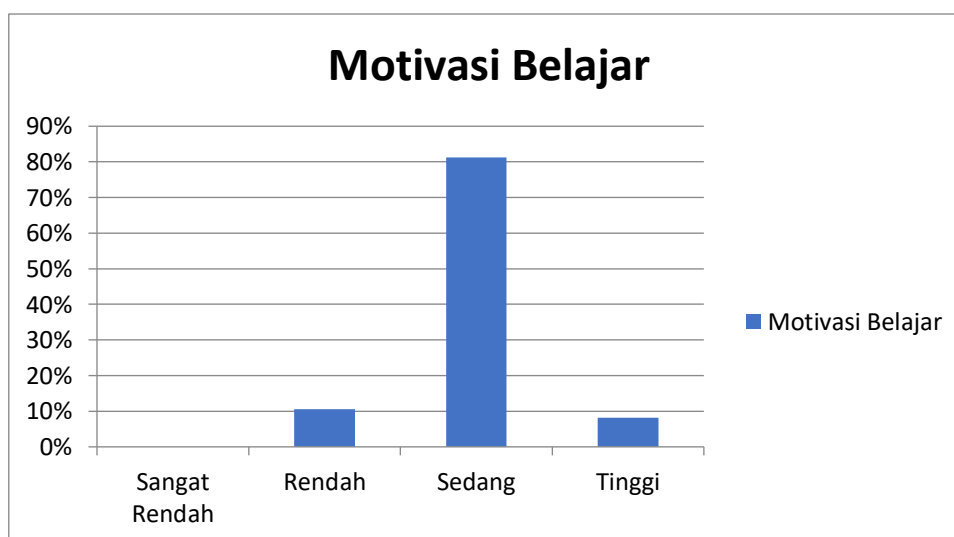
$$\begin{aligned}
 \text{Kelas Interval} &= \frac{\text{Skor total tertinggi} - \text{skor total terendah}}{4 \text{ (kategori)}} \\
 &= \frac{96-24}{4} \\
 &= 18
 \end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan kelas interval tersebut, maka dapat disusun 4 kategori dengan panjang kelas interval 18.

Kelas Interval	Kategori
78 – 95	Tinggi
60 – 77	Sedang
42 – 59	Rendah
24 – 41	Sangat Rendah

**Tabel 2. Distribusi Bergolong Pada Variabel Motivasi Belajar**

Dari rekapitulasi hasil penelitian variabel motivasi belajar diperoleh skor terendah 24 dan skor tertinggi 96. Maka dapat disimpulkan bahwa perolehan hasil motivasi belajar siswa kelas XI IPA SMAN 1 Tayu tergolong dalam kategori Sedang. Selanjutnya dapat dilihat pada distribusi motivasi belajar berikut ini:



**Gambar 2. Diagram Motivasi Belajar**

Tabel dan gambar tersebut memberikan gambaran tentang hasil penelitian pada variabel motivasi belajar, diketahui bahwa responden memiliki motivasi belajar rendah sebanyak 14 siswa atau (8,5%) pada kategori sedang sebanyak 128 siswa atau (83,2 %) dan pada kategori tinggi sebanyak 13 siswa atau (8,3 %). Hal ini

menunjukkan bahwa motivasi belajar siswa kelas XI IPA SMAN 1 Tayu termasuk kedalam kategori sedang.

#### **PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil analisis mengenai hubungan kontrol diri dengan motivasi belajar siswa kelas XI IPA SMA N 1 Tayu, data mengenai kontrol diri siswa menunjukkan pada kategori sedang. Dari sebaran skala kontrol diri yang dibagikan kepada siswa kelas XI IPA SMAN 1 Tayu, diperoleh sebaran frekuensi data yang menunjukkan persentase kontrol diri siswa dengan kategori rendah sebesar 3,8% (6 siswa), kategori sedang sebesar 61,2% (95 siswa), dan kategori tinggi 35% (54 siswa).

Tinggi rendahnya kontrol diri dapat dilihat dari 3 dimensi. Menurut (monica, 2019: 14) 3 aspek kontrol diri yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan. Berdasarkan skor dari skala kontrol diri yang telah diisi oleh responden, diperoleh nilai dari masing-masing butir item pernyataan pada setiap aspeknya. Didapatkan hasil bahwa aspek kontrol perilaku memiliki nilai persentase tertinggi yaitu sebesar 37,7 % dan aspek kontrol kognitif memiliki nilai persentase 33,6 % dan aspek kontrol keputusan memiliki nilai persentase terendah yaitu 28,7 %. Dengan demikian, aspek yang dominan dalam kontrol diri siswa kelas XI IPA SMA Negeri 01 Tayu yaitu pada aspek kontrol perilaku. Berdasarkan hal tersebut, dapat diasumsikan bahwa siswa kelas XI IPA SMA Negeri 01 Tayu memiliki kemampuan kontrol diri baik akan mampu mengatur perilaku dengan menggunakan berbagai sumber.

Kemudian data mengenai motivasi belajar siswa pada kategori sedang. Dari skala motivasi belajar yang telah dibagikan kepada siswa kelas XI IPA SMA Negeri 01 Tayu, diperoleh sebaran frekuensi data yang menunjukkan persentase motivasi belajar siswa dengan kategori rendah sebesar 8,5 % (14 siswa) pada kategori sedang sebesar 83,2 % (128 siswa) dan pada kategori tinggi sebesar 8,3 % (13 siswa). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar siswa kelas XI IPA SMA Negeri 01 Tayu berada pada kategori sedang.

Tinggi rendahnya motivasi belajar siswa dapat dilihat dari 5 aspek. Menurut Djaali (2008: 108) 5 aspek motivasi belajar yaitu dorongan mencapai sesuatu tentang tugas atas tanggung jawab pribadinya, komitmen tentang tujuan yang realistis, inisiatif mencari situasi, optimis bekerja keras sendiri dan mampu menata masa depan yang lebih baik. Berdasarkan skor dari skala motivasi belajar yang telah diisi responden, diperoleh nilai

dari masing-masing butir item pernyataan pada setiap aspek. Didapatkan hasil bahwa aspek komitmen tentang tujuan yang realistis 29,1 % dan aspek tentang inisiatif mencari situasi memiliki nilai persentase terendah yaitu 8,1 %. Dengan demikian, aspek yang dominan dalam motivasi belajar siswa kelas XI IPA SMA Negeri 01 Tayu yaitu pada aspek “komitmen tentang tujuan yang realistis”. Sedangkan aspek yang rendah dalam motivasi belajar siswa kelas XI IPA SMA Negeri 01 Tayu yaitu pada aspek “Tujuan yang realistis” Berdasarkan hal tersebut, dapat di asumsikan bahwa siswa kelas XI IPA SMA Negeri 01 Tayu memiliki motivasi belajar yang baik tentang komitmennya memilih tujuan yang realistis serta menantang bagi dirinya. Akan tetapi masih kurangnya siswa tentang inisiatifnya mencari situasi.

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, tentang hubungan antar variabel X dan variabel Y, yaitu hubungan antara kontrol diri dengan motivasi belajar siswa kelas XI IPA di SMA Negeri 01 Tayu. Dalam penelitian ini didapatkan hasil penelitian yaitu terdapat hubungan antara kontrol diri dengan motivasi belajar siswa kelas XI IPA SMA Negeri 01 Tayu, yang artinya dimana pada kedua variabel tersebut terdapat hubungan satu sama lain. Sifat hubungan pada penelitian ini adalah positif, yang artinya semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki oleh siswa maka semakin tinggi pula motivasi belajar yang dimiliki oleh siswa. Dengan demikian hipotesis yang diajukan oleh peneliti yang menyatakan bahwa “Adakah hubungan antara kontrol diri dengan motivasi belajar siswa kelas XI IPA di SMA Negeri 01 Tayu” dapat diterima. Kemudian kontrol diri memberikan kontribusi terhadap motivasi belajar siswa kelas XI IPA SMA Negeri 01 Tayu sebesar 4,08 %. Hal ini memperlihatkan bahwa ada beberapa faktor lain sebesar 95,92 % yang memberikan pengaruh pada siswa kelas XI IPA SMA Negeri 01 Tayu yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Kontrol diri merupakan suatu kemampuan seseorang dalam mengatur dirinya ke arah yang lebih baik. Oleh karena itu kontrol diri ini sangat diperlukan bagi setiap individu untuk menjadi pribadi yang mampu bertindak kearah yang lebih positif. Waluwandja (2018: 110).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa rumusan masalah yaitu adanya hubungan antara kontrol diri dengan motivasi belajar siswa kelas XI IPA SMA Negeri 01 Tayu. Dapat disimpulkan bahwa siswa kelas XI IPA SMA Negeri 01 Tayu memiliki kontrol diri pada kategori sedang karena memiliki kemampuan untuk



mengontrol tingkah laku negative ke hal positif selanjutnya memiliki kemampuan untuk menunda kepuasan diri dalam hal negative serta memiliki kemampuan untuk mengantisipasi peristiwa yang berkaitan dengan pengendalian perilaku dalam dirinya sendiri. Hal tersebut sejalan menurut Akhlis (2017: 43) menyebutkan bahwa kontrol diri merupakan Kemampuan seseorang dalam mengontrol perilaku, mengontrol situasi/keadaan, dan mengevaluasi sebuah peristiwa dapat menentukan keberhasilan seseorang dalam mengontrol dirinya. Selanjutnya siswa kelas XI IPA SMA Negeri 01 Tayu memiliki motivasi belajar pada kategori sedang karena siswa memiliki kemampuan untuk mencapai sesuatu yang diinginkan, memiliki kemampuan untuk memilih tujuan yang realistis, siswa memiliki kemampuan untuk berinisiatif, siswa juga memiliki kemampuan untuk berjuang serta bersaing dengan orang dan siswa juga memiliki kemampuan untuk menata masa depan. Hal tersebut sejalan menurut Kiswoyowati (2011:123) yang menyebutkan bahwa Ciri-ciri siswa yang memiliki motivasi pada dirinya antara lain siswa tersebut tekun menghadapi tugas, ulet menghadapi kesulitan, lebih mandiri, senang dan dapat memecahkan masalah.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Shanam, dkk (2020: 190) yang dimana dalam penelitiannya memperoleh hasil analisis bivariante uji *Pearson* didapatkan nilai P value 0,003 dan nilai r 0,209 yang artinya terdapat hubungan yang bermakna antara kontrol diri dan motivasi belajar pada siswa SMAN 1 Trimujo Kabupaten Lampung Tengah dengan kekuatan korelasi sedang dan arah hubungan positif.

Selanjutnya hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Vania Puspa & Agus (2019: 62) mengenai kontrol diri dengan motivasi belajar anak usia remaja menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan motivasi belajar anak usia remaja di smp master Depok.

Sejalan dengan hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Silmi, Mariyana & Safitri (2021: 10) disebutkan bahwa terdapat hubungan yang positif yang kuat serta signifikan antara kontrol diri dengan motivasi belajar pada remaja yang bermain *game online*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kontrol diri maka semakin tinggi pula motivasi belajar pada remaja yang bermain *game online* dan sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin rendah pula motivasi belajar pada remaja yang bermain *game online*.

## SIMPULAN

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa berdasarkan uji korelasi *Pearson product moment*, dapat diperoleh nilai  $r$  hitung sebesar 0,202. Sedangkan nilai  $r$  table untuk jumlah sampel 155 dengan taraf signifikansi 5% sebesar 0,159. Oleh karena itu nilai  $r$  hitung  $0,202 > r$  table 0,159 maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan secara signifikan antara kontrol diri dengan motivasi belajar siswa kelas XI IPA di SMAN 1 Tayu.

Hubungan tersebut menunjukkan ke arah hubungan positif, karena  $r$  hitung yang diperoleh bertanda positif. Artinya dapat disimpulkan bahwa hubungan positif tersebut adalah jika kontrol diri siswa semakin tinggi maka motivasi belajar yang dilakukan oleh siswa semakin tinggi.

Kemudian berdasarkan hasil analisis yang diketahui bahwa kontrol diri memberikan kontribusi terhadap motivasi belajar siswa kelas XI IPA SMAN 1 Tayu sebesar 4,08 %. Hal ini memperlihatkan bahwa ada beberapa faktor lain sebesar 95,92 % seperti peran guru, ketertarikan terhadap materi, lingkungan teman atau yang lainnya yang memberikan pengaruh pada siswa kelas XI IPA SMAN 1 Tayu yang tidak diterliti pada penelitian ini.

## DAFTAR RUJUKAN

- Afifatussiyamo, Silmi, Mariyana Widiastuti & Safitri M. 2021. *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Motivasi Belajar Pada Remaja Yang Bermain Game Online*. JCA Psikologi. Vol 2(1) : 10-18.  
<https://jca.esaunggul.ac.id/index.php/jpsy/article/view/152>.
- Asy'ari, M., Ekayati, I. M., & Matulesy, A. 2014. *Konsep Diri, Kecerdasan Emosi, dan Motivasi Belajar Siswa*. Jurnal Psikologi Indonesia. Vol 03 (1) :8389.  
<http://jurnal.untagsby.ac.id/index.php/persona/article/download/372/331>
- Dhuha, Al Shanam dkk. 2020. *Kontrol Diri dengan Motivasi Belajar Siswa SMA Negeri 1*. JIKSH. Vol 1 (01) : 190- 196.  
<https://akper-sandikarsa.e-journal.id/JIKSH/article/view/238>.
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2015. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Emzir. 2014. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif dan Kualitatif (Korelasional, Eksperimen, Es-Postfacto, Etnografi, Grounded Theory, Action Research)*. Depok: PT. Rajagrafindo persada.

Puspa, Vania & Agus Purnama. 2019. *Kontrol Diri Dengan Motivasi Belajar Anak Usia Remaja*. JKEP. Vol 4(1) : 62 – 70.

<https://ejournal.poltekkesjakarta3.ac.id/index.php/JKep/article/view/281>.

Risnawati. 2010. M. N. G & R. 2010. *Teori- teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media.

Soemanto, 2012. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Tangney, J.P., Baumeister, R. F & Boone, A. L.2004. *High self-control predicts good adjusment, less pathology, better grades, and interpersonal succes*. Journal of Personality. 271-322.

Willis, Sofyan S. 2013. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Alfabeta