

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Skripsi : HUBUNGAN KONTROL DIRI DENGAN DISIPLIN
BELAJARSISWA SMP DI KOTA MEDAN.

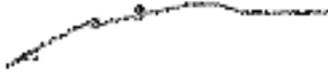
Nama : NENGCI CIENCI MARIOLIN BR BUTAR BUTAR

NPM : 20900094

Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

MENYETUJUI KOMISI

PEMBIMBING



Nancy Naomi Aritonang, M.Psi., Psikolog

Pembimbing I



Dr. Karina M. Brahmama, M.Psi., Psikolog

Pembimbing II

MENGETAHUI

DEKAN,



Dr. Nenny Ika Putri, M.Psi., Psikolog

Tanggal Lulus : Kamis/ 29 Agustus 2024

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan proses pengembangan diri dalam siswa untuk bisa melangkah untuk mulai membuat keputusan secara mandiri. Mereka perlu di bimbing dalam proses setiap langkah yang di tempuhnya, karena untuk menjadikannya matang diperlukan proses yang lama agar mereka tidak salah arah. Menurut Yusuf (2011) di dalam proses pertumbuhan otak yang ada pada manusia yaitu di umur 12-20 tahun untuk mencapai dalam kesempurnaannya. Sedangkan Rousseau dalam Sarwono (2013) berpendapat bahwa masa kesempurnaan dari remaja dan perkembangan emosi pada puncaknya yaitu di usia 15-20 tahun. Remaja yang dapat bertumbuh secara aktif, kreatif dan produktif seperti yang diharapkan oleh setiap generasi bangsa tidaklah didapatkan secara instan. Namun, perlu suatu proses pendampingan dari guru, orang tua maupun masyarakat sekitar yang ada.

Siswa sebagai peserta didik dalam lingkungan sekolah atau masyarakat diharapkan bisa bertingkah laku, bersikap baik dan sopan kepada siapa saja serta bisa menghormati dan menghargai orang lain. Siswa yang bertingkah laku dan bersikap baik serta sopan dengan adanya proses pembelajaran, dengan adanya proses pembelajaran itu siswa bisa menerapkan dalam kehidupannya dengan sebaik-baiknya. Siswa sebagai anak didik dan objek dari proses pendidikan memiliki suatu kewajiban yang harus dilaksanakan, yaitu siswa dituntut untuk bertingkah laku sesuai dengan norma-norma yang ada. Di samping itu siswa juga

dituntut untuk taat tata tertib sekolah di dalam menuju keberhasilan proses belajar mengajar, membentuk karakteristik siswa agar disiplin dan bertanggung jawab.

Pengembangkan potensi peserta didik tersebut memerlukan suasana dan proses pembelajaran yang mendukung untuk kegiatan tersebut. Suasana dan proses pembelajaran berjalan dengan lancar bila tercipta kedisiplin siswa dalam belajar. Chaplin (2011) menjelaskan disiplin merupakan kontrol penguasaan diri dengan tujuan menahan impuls yang tidak diinginkan. Di sisi lain Soejanto (1995) menjelaskan disiplin adalah kunci sukses, sebab dengan disiplin orang menjadi berkeyakinan bahwa disiplin membawa manfaat yang dibuktikan dengan tindakan disiplinnya sendiri. Yusuf (1989) menjelaskan kedisiplinan siswa merupakan permasalahan yang harus dengan segera dipecahkan, karena kedisiplinan siswa tersebut merupakan frekuensinya cukup besar menentukan setelah masalah pribadi. Yasin (Hadiyanto, 2013) menjelaskan disiplin adalah kepatuhan terhadap peraturan yang ada atau tunduk pada pengawasan dan pengendalian agar berperilaku tertib dan efisien.

Menurut Darmono dkk (Sobri, M (2020) mengemukakan bahwa disiplin adalah pengendalian dan pengarahan diri (self control and self direction). Individu dapat mengendalikan diri tanpa terpengaruh dari luar. Pengendalian diri bermakna menguasai perilaku yang dilakukan diri sendiri sesuai dengan norma-norma dan aturan-aturan yang berlaku dan diterima di masyarakat. Individu yang mampu menguasai tingkahlakunya sendiri merupakan individu yang mempunyai kesadaran untuk mematuhi peraturan dan nilai yang menjadi pedomannya. Menurut Sani

(Sani, R. A & Kadri, 2016) salah satu aktivitas yang dapat membentuk kedisiplinan pada siswa adalah menetapkan kegiatan, aturan, dan sanksi yang ketat di sekolah. Oleh karena itu, untuk mencapai disiplin tersebut maka dibutuhkan kontrol diri yang baik dari setiap individunya agar tidak melanggar aturan-aturan yang telah ditetapkan.

Disiplin akan membentuk perilaku dan membantu siswa untuk mengontrol diri (UNESCO, 2006). Siswa yang disiplin dalam belajar, akan mampu mengendalikan diri untuk melaksanakan tugas belajarnya dengan teratur. Pendapat lain disampaikan oleh Sukmanasa (2016) bahwa disiplin belajar akan mengasah keterampilan dan daya ingat siswa, sebab mereka belajar menurut kesadaran diri. Hadianti (2008) menambahkan bahwa disiplin akan mengatasi rasa malas dan rasa enggan dalam belajar, sehingga memungkinkan siswa untuk mencapai hasil belajar yang memuaskan.

Disiplin belajar dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Menurut Wardhani (2018), disiplin belajar siswa dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu kesadaran diri siswa, keteladanan guru dan lingkungan sekolah yang kondusif. Sementara itu, Menurut Munawwaroh (2018), bahwa pengelolaan kelas berpengaruh terhadap disiplin belajar siswa. Sedangkan menurut Pujawati (2016), bahwa semakin tinggi kontrol diri dan dukungan orang tua, maka semakin tinggi pula perilaku disiplin.

Peneliti melakukan penelitian awal dengan mewawancarai dua orang siswa/siswi di Medan kelas VII SMP dengan inisial RC dan SU , tentang disiplin belajar. Berikut pernyataannya:

“Kayak mana bilang nya ya kak, aku orang nya ga terlalu disiplin disekolah kak karna terkadang pas guru menjelaskan aku kadang ga mendengarkan apa yang di jelaskan guruku kak mau juga tertidur, kadang pun aku terlambat masuk kelas kak karna main sama kawan-kawan ku dikantin, akupun juga mau kadang bolos dari kelas kak aku pergi main kewarnet sama teman ku karna aku bosan dikelas kak atau kadang juga karna aku ga ngerjain PR yang dikasih guru kak dari pada aku dihukum guru mending aku ke warnet main PS kak”

(R.C, 14 November 2023)

”Aku kalau di kelas kak kadang ga konsen belajar karna sering diajak cerita sama teman sebangku ku pas guru menjelaskan, tugas latihan yang dikasih guru kadang mau ga ku kerjakan kak karna kami main Hp dikelas pas istirahat kak, karna itu aku sama teman ku dihukum guru, aku juga kadang mau terlambat datang kesekolah karna aku terlambat bangun pagi kak”

(S.U, 20 November 2023)

Peneliti melakukan penelitian awal dengan mewawancarai seorang guru wali kelas salah satu sekolah SMP di Medan, sebagai memenuhi aspek disiplin belajar.

Berikut pernyataannya:

“Kalau menurut saya anak-anak masih belum bisa mengontrol diri nya pada saat di lingkungan sekolah, kalau saya perhatikan terkadang mereka mau berantam di jam istirahat dan disaat proses belajar mengajar berlangsung, mereka tidak memperhatikan saat saya menerangkan, tertidur di jam pelajaran berlangsung begitu juga dengan disiplin mereka yang terkadang tidak peduli dengan guru yang sedang mengajar atau menerangkan, dan mereka sering melawan guru jika saat dinasehati, masuk kelas tanpa permissi, membolos saat jam pelajaran berlangsung, dan kadang mereka curi-curi waktu untuk main hp saat saya menjelaskan didepan”

(T.T, 25 Januari 2024)

Sehubungan dengan hasil wawancara dapat ditarik beberapa pemahaman bahwa sering ditemukan ketidak disiplin pada siswa siswi sering terlambat, sering absen, sering dihukum guru karena tidak mengerjakan tugas, dan sering membolos sekolah.

Sikap disiplin belajar seorang siswa dipengaruhi faktor psikologis, salah satu faktor tersebut adalah kontrol diri. Kontrol diri bermanfaat tidak hanya dalam interaksi edukatif, tetapi dalam interaksi sosial dimasyarakat yang menggunakan norma dan aturan kontrol diri diperlukan. Pada dasarnya dalam interaksi dengan orang lain seseorang akan berusaha menampilkan perilaku yang dianggap paling tepat bagi dirinya yaitu perilaku yang dapat menyelamatkan interaksinya dari akibat negatif yang disebabkan karena respon yang dilakukannya. Kontrol diri diperlukan guna membantu individu dalam mengatasi kemampuannya yang terbatas dan membantu individu dalam mengatasi berbagai hal merugikan yang mungkin terjadi yang berasal dari luar (Kazdin, 1994).

Untuk mencapai tujuan pendidikan menjadi individu yang berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis, tentunya diperlukan kontrol diri dari dalam diri seseorang untuk melakukan perilaku-perilaku positif sesuai norma dan nilai yang berlaku di masyarakat. Diperlukan kontrol diri yang baik untuk dapat tetap berada dalam garis tujuan yang telah ditetapkan.

Kontrol diri memegang peranan penting dalam kehidupan sehari-hari bagi setiap individu agar terhindar dari perilaku-perilaku negatif yang dapat menghambat proses belajar siswa tersebut. Terlebih di usia remaja siswa cenderung memiliki kontrol diri yang tidak stabil dan mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar individu tersebut berada. Seperti yang diungkapkan oleh Thalib (Sari, dkk 2017), individu yang memiliki kemampuan kontrol diri akan membuat keputusan

dan mengambil tingkah yang efektif untuk menghasilkan sesuatu yang diinginkan dan menghindari akibat yang tidak diinginkan. Oleh karena itu kontrol diri sangat diperlukan bagi siswa, terutama dalam disiplin belajar.

Menurut Hornby (Wulandari, 2018) kontrol diri yaitu kemampuan manusia dalam mengontrol yang diperbuatnya misalnya tingkah laku, kemampuan dalam menahan dirinya dengan tidak memperlihatkan perasaanya kepada orang lain, seperti tidak memperlihatkan bahwa sedang emosi. Sedangkan menurut Goleman (2018) di dalam seseorang mampu untuk mampu mengelola dan menjaga amarahnya yang mengganggu dan impulsnya secara benar dan terbukti keefektifannya maka itu disebut control diri. Menurut Accocella (2018) kontrol diri yaitu proses seseorang dalam mengatur fisik, psikologisnya, dan perilaku ataupun tingkah lakunya dalam seperangkat untuk membentuk dirinya.

Averill (Ghufron & Risnawati, 2010) kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Berk (Gunarsa, 2004) menyatakan bahwa kontrol diri adalah individu yang mampu mengontrol dan menyesuaikan diri dari dorongan dan keinginan yang bertentangan dengan norma sosial. Goldfried dan Marbaum (Aini & Mahardayani, 2011) mengungkapkan bahwa kontrol diri yaitu semua proses yang mencakup kemampuan untuk membentuk, mengatur, mengarahkan dan membimbing individu ke arah yang positif.

Selain itu, Averill (Ghufron, 2016) menyebut kontrol diri dengan sebutan kontrol personal yang terdiri dari beberapa aspek, yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan.

Peneliti juga melakukan wawancara untuk menanggapi tentang aspek-aspek dari kontrol diri yang dialami oleh dua orang siswa/siswi di Medan kelas VII dengan inisial RC dan SU, berikut hasil wawancaranya:

“Aku terpengaruh karna lingkungan teman sekolah ku kak, jadi aku ga bisa mengontrol diriku dalam pertemanan. Contoh nya lah kak, aku selalu diajak mereka ke warnet dan kebetulan PR ku ga kuserjakan jadi diajak mereka lah aku ke warnet daripada aku dihukum guru.”

(R.C, 14 November 2023)

“Kalau di kelas kan kak pas guru menerangkan teman ku ngajak ngobrol disitu aku terpengaruh sama mereka, dan pas mereka main hp aku jadi ikutan melihat orang itu main hp kak makanya latihan yang dikasih guru ga kami kerjakan karna lupa atau keasikan main hp.”

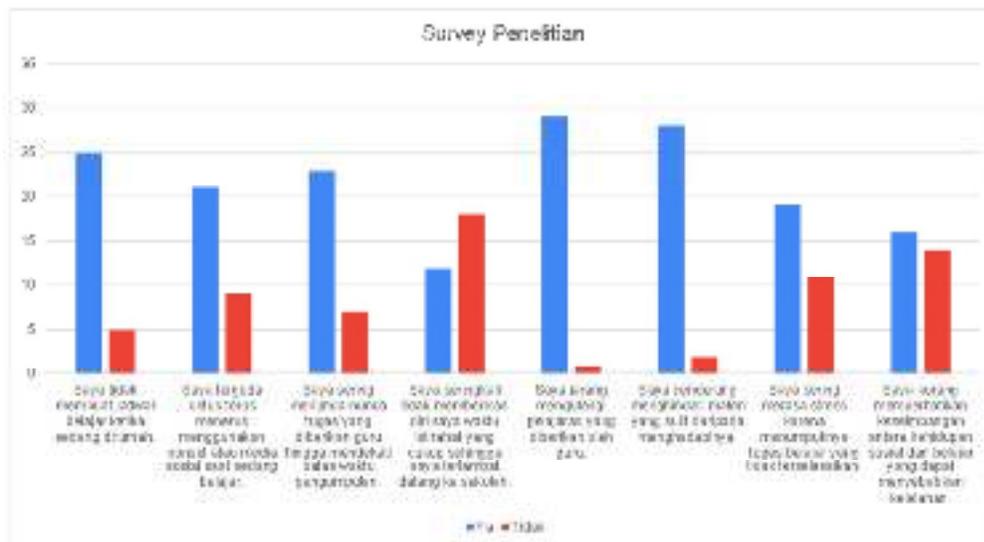
(S.U, 20 November 2023)

Hasil wawancara kepada R.C dapat disimpulkan bahwa lingkungan teman sekolah R.C memiliki pengaruh besar terhadap perilaku seseorang. Terutama dalam hal ini, teman-teman sekolah R.C mempengaruhi keputusan untuk mengabaikan tugas sekolah demi kegiatan yang dianggap lebih menyenangkan, seperti pergi ke warnet. Hal ini menunjukkan pentingnya untuk memiliki kontrol diri dan kemampuan untuk membuat keputusan yang baik, terlepas dari pengaruh lingkungan sekitar.

Begitu juga kepada S.U dapat disimpulkan bahwa lingkungan teman sekolah juga memengaruhi konsentrasi dan fokus belajar seseorang di kelas. Teman-teman yang mengajak berbicara atau menggunakan ponsel dapat membuat seseorang terganggu dan akhirnya ikut terlibat dalam perilaku yang mengganggu pembelajaran. Hal ini menunjukkan pentingnya untuk memprioritaskan pendidikan dan mengembangkan kemampuan untuk mempertahankan fokus saat belajar terlepas dari gangguan yang ada disekitar.

Peneliti melakukan pra-survei kepada beberapa remaja yang ada di Kota Medan. Adapun hasil pra-survei adalah sebagai berikut:

Gambar 1 . 1 Hasil Pra Survei



Pra-Survei dilakukan kepada siswa/siswi kota Medan yaitu sebanyak 30 orang. Pada hasil pra survei diketahui bahwa terdapat 25 orang (80%) yang memilih pada pernyataan 1, di ikuti dengan 21 orang (70%) yang memilih pada pernyataan

2, di ikuti dengan 23 orang (73,3%) yang memilih pada pernyataan 3, di ikuti dengan 12 orang (33,3%) yang memilih pada pernyataan 4, di ikuti dengan 29 orang (96,7%) yang memilih pada pernyataan 5, di ikuti dengan 28 orang (90%) yang memilih pada pernyataan 6, di ikuti dengan 19 orang (63,3) yang memilih pada pernyataan 7, di ikuti dengan 16 orang (50%) yang memilih pada pernyataan 8.

Perilaku kedisiplinan siswa dapat diprediksi melalui kontrol diri, hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan Pujawati (2016) yang menunjukkan hasil bahwa ada hubungan antara kontrol diri dengan perilaku disiplin. Selaras dengan hal tersebut, penelitian lain dilakukan oleh Ningsih (2018) yang menunjukkan bahwa kontribusi kontrol diri terhadap tingkat kedisiplinan sebesar 46,5%.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Huda, (2023) penelitian ini menunjukkan bahwa sumbangsih pengaruh adiksi internet dan kontrol diri terhadap kedisiplinan siswa sebesar 57,3%, dan sebanyak 42,7% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa kontrol diri siswa dapat memberi pengaruh pada disiplin belajar siswa, namun belum diketahui seberapa besar pengaruhnya. Berdasarkan fenomena diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut dengan judul “Hubungan Kontrol Diri dan Disiplin Belajar Siswa SMP Di Kota Medan”.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah “Adakah Hubungan antara Kontrol Diri dengan Disiplin Belajar Siswa/Siswi SMP Kota Medan”?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah “untuk mengetahui signifikansi Hubungan antara Kontrol Diri dan Disiplin Belajar Siswa/Siswi SMP Kota Medan”.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang terdapat pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis manfaat dari penelitian ini adalah untuk membuktikan secara ilmiah bahwa Kontrol Diri dan Disiplin Belajar mempunyai hubungan.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan informasi pada pembaca tentang Kontrol Diri dengan Disiplin Belajar Siswa/Siswi.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Disiplin Belajar

2.1.1 Pengertian Disiplin

Soegeng Prijodarminto pernah mengungkapkan dalam bukunya "Disiplin, Kiat Menuju Sukses, memberi arti atau pengenalan dari keteladanan lingkungannya: "Disiplin sebagai kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan atau ketertiban. Nilai-nilai tersebut telah menjadi bagian dari perilaku dalam kehidupannya. Perilaku itu tercipta melalui proses binaan melalui keluarga, pendidikan dan pengalaman.

Istilah disiplin mengandung banyak arti. Poerwodarminto (1982) menjelaskan kata disiplin berasal dari kata bahasa Inggris "discipline" yang artinya ketertiban. Hasibuan (2001) menjelaskan disiplin adalah mematuhi peraturan yang ada dan melakukan pekerjaannya sesuai dengan instruksi yang diberikan kepadanya. Pidarta (1995) memberikan batasan disiplin sebagai tata kerja seseorang yang sesuai dengan aturan atau norma yang telah disepakati bersama sebelumnya. Selanjutnya ditegaskan bahwa disiplin mempunyai makna kepatuhan dan ketaatan diri seseorang atau kelompok orang terhadap ketentuan atau peraturan yang berlaku.

Yusuf, (1988) mengemukakan bahwa terdapat tiga pengertian disiplin, yaitu : a) Disiplin diartikan sebagai peraturan, patokan – patokan tentang perilaku, norma dan hukuman ; b) Disiplin merupakan ketaatan terhadap peraturan, norma, atau patokan – patokan (standar) ; c) Disiplin di artikan sebagai cara mendidik dan melatih individu agar berperilaku sesuai dengan norma atau peraturan yang berlaku dalam lingkungan atau yang diterima dalam masyarakat.

Dari beberapa pengertian disiplin yang diungkapkan oleh Yusuf maka disiplin merupakan norma atau peraturan dalam suatu lingkungan atau masyarakat yang dilakukan sesuai dengan ketentuan. Individu yang memiliki disiplin, tidak hanya mampu menaati peraturan dengan dasar niat yang tulus, tetapi juga mampu mengatur diri atau mengarahkan dirinya untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Sedangkan Lindgren (dalam Yusuf, 1989) mengemukakan bahwa ada tiga pengertian mengenai disiplin, yaitu :

- a) Punishment (Hukuman). Hal ini berarti bahwa anak perlu dihukum apabila salah. Disiplin dapat digunakan hanya apabila anak melanggar peraturan dan perintah yang diberikan guru.
- b) Control by enforcing abedience or orderly conduct. Hal ini berarti bahwa anak itu memerlukan seseorang yang mengontrol, mengarahkan dan membatasi tingkah lakunya. Dalam hal ini dipandang tidak mampu mengarahkan, mengontrol, dan membatasi tingkah lakunya sendiri.

- c) Training that correct and strenghter. Hal ini berarti bahwa latihan memberikan kesempatan kepada individu untuk melakukan sesuatu berdasarkan pengarahan dan kontrolnya sendiri.

Prijodarminto (1994) menjelaskan bahwa disiplin adalah suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan dan ketertiban. Selanjutnya dia mengatakan bahwa disiplin mempunyai tiga aspek yaitu :

- 1) Sikap mental (mental attitude) yang merupakan sikap taat dan tertib sebagai hasil atau pengembangan diri , pengendalian pikiran dan pengendalian watak.
- 2) Pemahaman yang baik mengenai sistem aturan perilaku, norma kriteria dan standar yang demikian rupa, sehingga pemahaman yang mendalam atau kesadaran, bahwa ketaatan akan aturan norma, kriteria dan standar tadi merupakan syarat mutlak untuk mencapai keberhasilan (sukses).
- 3) Sikap perilaku yang secara wajar menunjukkan kesungguhan hati untuk menaati segala hal yang secara cermat dan tertib. Darmodiharjo (1982) menjelaskan disiplin adalah sikap mental yang mengandung kerelaan untuk mematuhi semua ketentuan dan norma yang berlaku dalam menunaikan tugas dan tanggung jawabnya.

Disiplin belajar tidak dapat dipungkiri bisa menentukan keberhasilan seseorang dalam sebuah proses belajar. Faktor-faktor dalam mempengaruhi kedisiplinan belajar menurut Unaradjan (2013) menyebutkan disiplin sebagai

tingkah laku yang memiliki pola dan teratur karena diperoleh oleh dua hal yaitu yang berasal dari factor internal yaitu dari diri sendiri , yang terdapat pada fisik dan psikis yang berpengaruh terhadap kesehatannya untuk dapat menjalankan setiap tugasnya dengan baik, kemudian faktor dalam eksternal yang dari luar seseorang, misalnya keluarga, keadaan sekolah dan keadaan masyarakat berpengaruh pada disiplinnya.

Wulandari dan Muhari (Harlinawati, 2016) mengemukakan bahwa disiplin belajar merupakan usaha individu untuk memperoleh perubahan tingkah laku yang baru, sebagai hasil dari proses belajar serta interaksinya dengan lingkungan yang menunjukkan kepatuhan akan tata tertib. Disiplin belajar sangat penting dimiliki oleh siswa (Sudarma & Sakdiyah, 2007) karena siswa yang memiliki disiplin belajar akan belajar dengan baik dan teratur sehingga menghasilkan prestasi yang baik. Maka dari itu, untuk mencapai tujuan pendidikan salah satu cara yang dapat digunakan yaitu dengan meningkatkan disiplin belajar siswa.

Adanya disiplin dalam diri individu tentunya tidak tumbuh begitu saja. Dalam hal ini Kohlberg (Widodo, 2013) mengatakan bahwa disiplin akan mudah tumbuh dan berkembang bila timbul dari kesadaran dalam diri seseorang serta adanya kualitas pengendalian diri. Berdasarkan pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa disiplin seseorang sangat ditentukan oleh bagaimana kualitas pengendalian diri dalam hidupnya. Sehingga, semakin baik pengendalian diri yang dimiliki individu maka tidak menutup kemungkinan ia juga akan disiplin dalam hidupnya, terutama dalam belajar.

Peraturan-peraturan di sekolah yang dimaksudkan adalah tata tertib siswa selama di sekolah. Disiplin yang mantap pada hakekatnya akan tumbuh dan terpancar dari hasil kesadaran manusia, disiplin yang tidak bersumber dari hati nurani manusia akan menghasilkan disiplin yang lemah dan tidak bertahan lama Prijodarminto, (1994).

Berdasarkan berbagai pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa Kedisiplinan adalah Suatu sikap dan perilaku yang mencerminkan ketaatan dan ketepatan terhadap peraturan, tata tertib, norma – norma yang berlaku, baik tertulis maupun yang tidak tertulis dan dapat dilaksanakan dengan penuh rasa tanggung jawab.

2.1.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Disiplin

Faktor-faktor yang mempengaruhi disiplin antara lain diungkapkan oleh Kusmiati, (2004) yaitu

- a) Faktor internal, lebih cenderung kepada faktor psikologis yang secara kuat dipengaruhi oleh faktor-faktor dari luar dan
- b) Faktor eksternal, dalam pembentukan kedisiplinan tidak akan terlepas dari pengaruh-pengaruh lingkungan sebagai faktor yang berada di luar diri individu.

Menurut Subari (Arifin 1991) ada dua faktor penyebab timbulnya suatu tingkah laku disiplin yaitu: kebijaksanaan aturan itu sendiri dan pandangan

seseorang terhadap nilai itu sendiri. Aturan dibuat untuk dilaksanakan agar tujuan diinginkan bisa tercapai dengan baik.

Dari pendapat di atas dapat diketahui bahwa dalam pembentukan disiplin tidak akan terlepas dari pengaruh dari dalam diri individu yang terdiri atas faktor-faktor psikologis dan pengaruh dari luar yang berupa lingkungan secara umum di lingkungan individu tersebut berada. Menurut Nurfitri (2014) faktor-faktor yang dapat membentuk perilaku disiplin adalah sebagai berikut:

- 1) Faktor ekstrinsik, meliputi faktor non-sosial dan faktor sosial. Faktor non-sosial meliputi keadaan udara, suhu udara, waktu, tempat, dan alat-alat yang dipakai untuk perkuliahan. Sedangkan faktor sosial meliputi lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat, dan lingkungan kelompok.
- 2) Faktor intrinsik, meliputi faktor psikologi dan faktor fisiologi. Faktor psikologi, seperti minat, bakat, motivasi, konsentrasi, dan kemampuan kognitif. Sedangkan faktor fisiologis seperti pendengaran, penglihatan, kesegaran jasmani, kelelahan, kekurangan gizi, kurang tidur, dan sakit yang diderita.

Berdasarkan kutipan di atas, dapat dipahami bahwa disiplin tidak bisa terbentuk dengan sendirinya, akan tetapi ada beberapa faktor yang menjadi pendukungnya. Faktor ekstrinsik yang merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu yang meliputi keadaan udara, suhu, waktu, tempat dan segala yang mendukung untuk perkuliahan. Kemudian faktor intrinsik yang berasal dari dalam

diri individu sendiri, yang meliputi motivasi diri, pengendalian diri (kontrol diri), minat, bakat, kemampuan kognitif serta faktor fisiologis seseorang.

2.1.3 Aspek Disiplin

Menurut Prijodarminto (1994) disiplin memiliki 3 aspek. Ketiga aspek tersebut adalah :

- a. Sikap mental (mental attitude) yang merupakan sikap taat dan tertib sebagai hasil atau pengembangan dari latihan, pengendalian pikiran dan pengendalian watak
- b. Pemahaman yang baik mengenai sistem peraturan perilaku, norma, kriteria, dan standar yang sedemikian rupa, sehingga pemahaman tersebut menumbuhkan pengertian yang mendalam atau kesadaran, bahwa ketaatan akan aturan. Norma, dan standar tadi merupakan syarat mutlak untuk mencapai keberhasilan (sukses)
- c. Sikap kelakuan yang secara wajar menunjukkan kesungguhan hati, untuk mentaati segala hal secara cermat dan tertib

Dalam hal ini berarti disiplin memiliki 3 aspek penting, antara lain yaitu sikap mental, pemahaman yang baik mengenai antara perilaku, dan sikap kelakuan yang menunjukkan kesungguhan hati untuk menaati aturan yang ada.

2.2 Kontrol Diri

2.2.1 Pengertian Kontrol Diri

Kontrol diri pada umumnya diartikan sebagai kemampuan menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif. Kontrol diri salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu didalam proses kehidupannya, juga dalam menghadapi kondisi yang ada terdapat di lingkungan sekitarnya. Para ahli berpendapat bahwa kontrol diri dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif selain dapat mereduksi efek – efek psikologis yang negatif dari stressor – stressor lingkungan.

Chaplin (2011) kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangai impuls – impuls atau tingkah laku impulsive. Menurut Ghufron (2010) kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor – faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecendrungan menarik perhatian, keinginan merubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaannya. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Menurut Hurlock, (2000) kemampuan mengontrol diri berkembang seiring dengan perkembangan usia. Salah satu tugas perkembangan yang harus dikuasai remaja adalah mempelajari apa yang diharapkan oleh kelompok oleh kelompok dari dirinya kemudian mau membentuk perilakunya agar sesuai dengan harapan sosial tanpa harus dibimbing, diawasi, didorong, dan diancam (hukuman) seperti yang dialami pada waktu anak – anak. Walters (Sarafino, 2006) mengemukakan kontrol diri yaitu kemampuan seseorang membuat keputusan dan berperilaku secara efektif untuk mendapatkan hasil yang diinginkan dan menghindari yang tidak diinginkan.

Calhoun dan Acocella (1990) mendefinisikan kontrol diri (self-control) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Golfried dan Merbaum (dalam Lazarus,1976), mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Selain itu kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang di inginkan (Lazarus,1976).

Kontrol diri di artikan Papilia (2004) sebagai kemampuan individu untuk menyesuaikan tingkah laku dengan apa yang dianggap diterima secara sosial oleh masyarakat. Wallston (Sarafino, 2006) menyatakan bahwa kontrol diri adalah perasaan individu bahwa ia mampu untuk membuat keputusan dan mengambil tindakan yang efektif untuk mendapatkan hasil yang tidak diinginkan.

Berdasarkan beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk membimbing, mengatur, dan mengarahkan tingkah laku, emosi serta dorongan – dorongan atau keinginan dalam dirinya sehingga dapat memberikan dampak yang positif.

2.2.2 Aspek – Aspek Kontrol Diri

Menurut Averill (Utami, 2008) ada tiga aspek dalam kontrol diri yaitu :

a. Kontrol Perilaku (behavioral control)

Kesiapan suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen yaitu kemampuan mengatur pelaksanaan, yaitu kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu menggunakan sumber eksternal, dan kemampuan memodifikasi stimulus, kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi.

b. Kontrol Kognitif (cognitive control)

Kemampuan individu untuk mengelolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasikan, menilai, menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Kemampuan seseorang dalam menggunakan proses

berfikir atau strategi ketika menghadapi permasalahan. Hal ini dapat dilakukan dengan cara memfokuskan pikiran terhadap hal – hal yang menyenangkan, netral atau suatu sensasi yang berbeda dengan situasi yang dihadapinya.

c. Kontrol Dalam Pengambilan Keputusan (decisional control)

Kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol ini berfungsi baik dengan adanya kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan. Suatu kesempatan untuk memilih antara pilihan alternatif atau tindakan umum. Kontrol dalam pengambilan keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujui oleh dirinya.

Berdasarkan tentang uraian aspek – aspek kontrol diri di atas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri dapat dikatakan berkembang baik apabila individu itu mempunyai kemampuan untuk mengatur perilakunya, mampu mengatur kognisinya dan mampu mengambil keputusan secara tepat.

2.2.3 Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor yang mempengaruhinya yaitu faktor dari dalam diri individu dan faktor dari luar diri individu. Menurut Ghufron (2010) “kontrol diri dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa kontrol diri dipengaruhi oleh faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu dan faktor eksternal yaitu yang berasal dari luar diri 36 individu yang dipengaruhi oleh lingkungan. Secara rini kedua faktor tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari dalam diri individu tanpa ada nya pengaruh dari luar diri individu. Menurut Ghufron (2010) “faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu”. Berdasarkan pendapat tersebut faktor yang mempengaruhi kontrol diri ini adalah dari dalam diri individu yang mana usia sangat menentukan bagaimana seseorang mengontrol dirinya dari nafsu-nafsu duniawi, sehingga semakin matang usia seseorang maka tingkat kontrol dirinya akan semakin baik kontrol dirinya.

Individu yang sudah memasuki usia remaja menuju dewasa seharusnya sudah mampu mempertimbangkan dan bertanggung jawab atas segala keputusan yang akan diambilnya, dari pada individu sewaktu masih kecil. Individu yang sudah beranjak remaja menuju dewasa seharusnya mempunyai kemampuan kontrol diri yang baik sesuai dengan usianya.

2. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri individu. Menurut Ghufron (2010) “lingkungan keluarga terutama orang tua sangat

menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang”. Berdasarkan pendapat diatas dapat dipahami bahwa lingkungan keluarga sangat berpengaruh terhadap kontrol diri seseorang.

Berdasarkan pendapat dua orang ahli di atas, dapat dipahami bahwa faktor eksternal yang mempengaruhi kontrol diri terdiri dari empat hal: pertama, faktor keluarga dan pendidikan. Kontrol diri seseorang akan dipengaruhi oleh keluarga dan pendidikan, bagaimana pola asuh orang tua dan pendidikan yang diberikan akan sangat mempengaruhi kontrol diri seseorang. Kedua, situasi. Seseorang yang mempunyai kontrol diri yang baik akan menyiapkan strategi dalam menghadapi situasi tertentu. Ketiga, adalah budaya. Budaya akan mempengaruhi kontrol diri seseorang, bagaimana keyakinan atau budaya tertentu membentuk seseorang dalam bereaksi atau berhubungan dengan oranglain.

2.3 Hasil Penelitian Terdahulu

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Tyas (2023) pada siswa kelas XI SMK Negeri 4 Semarang didapati bahwa hasil kontrol diri dan disiplin belajar mempunyai hubungan positif yang dapat di artikan semkain bertambah tinggi tingkat kontrol diri maka semakin bertambah disiplin belajar siswa. Berlaku kebalikannya, semakin bertambah rendah tingkat kontrol diri maka disiplin belajar siswa bertambah rendah disiplin belajarnya. Sehingga meningkatkan kontrol diri akan mendorong tingkat disiplin belajar siswa dalam melakukan perwujudan

tingkah laku yang bisa sesuai dengan aturan yang ada di dalam masyarakat serta juga disesuaikan dengan nilai-nilai yang menjunjung harkat dan martabat.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fachrurrozi, dan Firman (2018) pada siswa SMK negeri 6 Kota Padang memiliki kontrol diri dalam belajar. Kemudian kontrol diri berhubungan positif dan signifikan dengan disiplin siswa dalam belajar, sebesar 0.644.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Masruroh (2019) Kontrol diri berpengaruh signifikan terhadap disiplin belajar siswa kelas IVSD se-Kecamatan Sentolo, KabupatenKulon Progo.

Penelitian yang dilakukan oleh Rozanah dan Amanah (2023) Dari hasil analisis korelasi terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan disiplin belajar siswa di SMP Negeri 7 Muaro Jambi. Sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal ini dibuktikan dengan nilai sig sebesar $0.001 < 0.05$ yang menunjukkan adanya hubungan antara kedua variabel tersebut serta dibuktikan dengan r hitung korelasi sebesar 0,367.

Penelitian yang dilakukan oleh Ratnasari, dan Soeharto (2020) penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa kontrol diri dan perilaku disiplin siswa di sekolah pada siswa kelas XII SMK N 3 Kasihan Bantul berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 54,7% untuk kontrol diri dan 68,2% untuk perilaku disiplin siswa di sekolah. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara kontrol diri dengan perilaku disiplin siswa di sekolah. Semakin tinggi kontrol diri maka semakin tinggi pula perilaku disiplin siswa di sekolahnya.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Huda, dan Sugiarti (2023) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara adiksi internet dan kontrol diri secara bersama-sama atau simultan terhadap kedisiplinan siswa. Pada pengujian secara parsial menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara kontrol diri dengan kedisiplinan siswa, dan tidak terdapat pengaruh antara adiksi internet dengan kedisiplinan siswa kelas VIII MTs Negeri 1 Kendal.

2.4 Kerangka Konseptual

Menurut Chaplin (2011) kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangikan impuls – impuls atau tingkah laku impulsive. Menurut Ghufron (2010) kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor – faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan merubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaannya. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Pendapat Bukhori (2008) kontrol diri adalah melibatkan kemampuan untuk menahan keinginan dan menunda kepuasan termasuk kemampuan untuk memanipulasi diri, baik untuk mengurangi maupun meningkatkan perilaku.

Sedangkan papalia (2004) menyatakan kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menahan dorongan–dorongan dan kemampuan individu untuk mengendalikan tingkah laku pada saat tidak adanya kontrol dari lingkungan.

Menurut Hurlock, (2000) kemampuan mengontrol diri berkembang seiring dengan perkembangan usia. Salah satu tugas perkembangan yang harus dikuasai remaja adalah mempelajari apa yang diharapkan oleh kelompok oleh kelompok dari dirinya kemudian mau membentuk perilakunya agar sesuai dengan harapan sosial tanpa harus dibimbing, diawasi, didorong, dan diamcam (hukuman) seperti yang dialami pada waktu anak – anak. Wallters (Sarafino, 2006) mengemukakan kontrol diri yaitu kemampuan seseorang membuat keputusan dan berperilaku secara efektif untuk mendapatkan hasil yang diinginkan dan menghindari yang tidak diinginkan.

Adapun menurut Averill (Utami, 2008) ada tiga aspek dalam kontrol diri yaitu : a. Kontrol Perilaku (behavioral control) Kesiapan suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen yaitu kemampuan mengatur pelaksanaan, yaitu kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu menggunakan sumber eksternal, dan kemampuan memodifikasi stimulus, kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. b. Kontrol Kognitif (cognitive control) Kemampuan individu untuk mengelolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara

menginterpretasikan, menilai, menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Kemampuan seseorang dalam menggunakan proses berfikir atau strategi ketika menghadapi permasalahan. Hal ini dapat dilakukan dengan cara memfokuskan pikiran terhadap hal – hal yang menyenangkan, netral atau suatu sensasi yang berbeda dengan situasi yang dihadapinya. c. Kontrol Dalam Pengambilan Keputusan (decisional control) Kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol ini berfungsi baik dengan adanya kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan. Suatu kesempatan untuk memilih antara pilihan alternatif atau tindakan umum. Kontrol dalam pengambilan keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujui oleh dirinya.

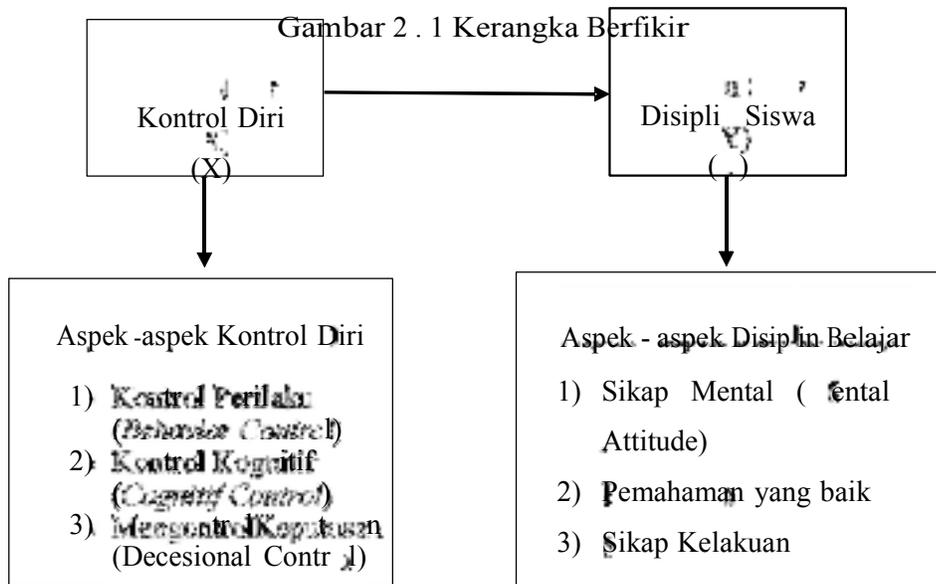
Istilah disiplin mengandung banyak arti. Poerwodarminto (1982) menjelaskan kata disiplin berasal dari kata bahasa Inggris "discipline" yang artinya ketertiban. Hasibuan (2001) menjelaskan disiplin adalah mematuhi peraturan yang ada dan melakukan pekerjaannya sesuai dengan instruksi yang diberikan kepadanya. Pidarta (1995) memberikan batasan disiplin sebagai tata kerja seseorang yang sesuai dengan aturan atau norma yang telah disepakati bersama sebelumnya. Selanjutnya ditegaskan bahwa disiplin mempunyai makna kepatuhan dan ketaatan diri seseorang atau kelompok orang terhadap ketentuan atau peraturan yang berlaku.

Rachman (1999) mengungkapkan bahwa disiplin adalah upaya mengendalikan diri dan sikap mental individu atau masyarakat dalam mengembangkan kepatuhan dan ketaatan terhadap peraturan dan tata tertib berdasarkan dorongan dan kesadaran yang muncul dari dalam hatinya.

Yusuf, (1988) mengemukakan bahwa terdapat tiga pengertian disiplin, yaitu:

- a) Disiplin diartikan sebagai peraturan, patokan – patokan tentang perilaku, norma dan hukuman;
- b) Disiplin merupakan ketaatan terhadap peraturan, norma, atau patokan – patokan (standar);
- c) Disiplin di artikan sebagai cara mendidik dan melatih individu agar berperilaku sesuai dengan norma atau peraturan yang berlaku dalam lingkungan atau yang diterima dalam masyarakat.

Berdasarkan paparan teori mengenai kontrol diri dan disiplin di atas, kerangka berfikir yang peneliti dapat gambarkan melalui bagan di bawah ini:



Kerangka berfikir di atas menunjukkan bahwa kontrol diri sebagai variabel X yang mencakup bagaimana mengontrol perilaku, mengontrol kognitif, serta mengontrol keputusan berkorelasi dengan disiplin siswa sebagai variabel Y yang ditinjau dari tiga aspek yaitu disiplin dalam mematuhi.

2.5 Hipotesis

Adapun Hipotesis dari penelitian ini adalah :

Ha : Adanya Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Disiplin Belajar Pada Siswa/Siswi SMP di Kota Medan

H0 : Tidak Ada Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Disiplin Belajar Pada Siswa/Siswi SMP di Kota Medan

BAB III METODE

PENELITIAN

3.1 Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2015) variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulan. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang dapat diteliti yaitu variabel independen (bebas) dan variabel dependen (terikat). Variabel independen adalah variabel yang mempengaruhi variabel dependen, sedangkan variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel independen.

- 1) Variabel bebas (X) : Kontrol diri
- 2) Variabel terikat (Y) : Disiplin

3.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional penelitian merupakan batasan dari variabel-variabel yang secara konkrit berhubungan dengan realitas dan merupakan manifestasi dari hal-hal yang akan diamati dalam penelitian.

3.2.1 Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan sikap individu yang mampu mengendalikan setiap keadaan dengan kemampuannya sendiri, dalam memilah informasi atau berita yang diterimanya

sehingga remaja mampu memberikan keputusan dan berperilaku yang sesuai. Kontrol Diri dapat diukur menggunakan skala Kontrol Diri berdasarkan aspek-aspek menurut Averill (2008), yaitu: a) Kontrol Perilaku (Behavior Control), b) Kontrol Kognitif (Cognitive Control), c) Kontrol Pengambilan Keputusan (Decisional Control).

3.2.2 Disiplin Belajar

Disiplin belajar adalah serangkaian sikap, dan tingkah laku siswa yang menunjukkan ketaatan dan kepatuhannya untuk belajar secara teratur, baik disekolah maupun di rumah, atas dasar kesadaran dirinya untuk belajar tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Disiplin Belajar dapat diukur menggunakan skala Disiplin Belajar berdasarkan aspek-aspek menurut Prijodarminto (1987) yaitu : a) Sikap Mental, b) Pemahaman yang baik mengenai antar perilaku, dan c) Sikap yang menunjukkan kesungguhan hati untuk mentaati aturan yang ada.

3.3 Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini yang menjadi subjek penelitian adalah remaja awal yang berdomisili di Kota Medan dengan karakteristik subjek penelitian yaitu laki-laki dan perempuan dengan rentang usia 12-16 tahun.

3.4 Populasi dan Sampel

3.4.1 Populasi

Menurut Sudjana (2010), Populasi adalah totalitas semua nilai yang mungkin, hasil yang menghitung ataupun pengukuran, kuantitatif maupun kualitatif mengenai karakteristik tertentu dari semua anggota kumpulan yang lengkap dan jelas yang ingin mempelajari sifat-sifatnya.

Dari populasi ini maka diambil contoh atau sampel yang diharapkan dapat mewakili populasi. Populasi yang diambil adalah Siswa/siswi di kota Medan dengan rentang usia 12-16 tahun dengan total populasi ±101.614 orang (BPS, 2024).

3.4.2 Sampel

Menurut Sugiyono (2011) “Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.” Sehingga sampel merupakan bagian dari populasi yang ada, sehingga untuk pengambilan sampel harus menggunakan cara tertentu yang didasarkan oleh pertimbangan-pertimbangan yang ada.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu accidental sampling, yang berdasarkan faktor spontanitas, artinya siapapun yang secara sengaja bertemu dengan peneliti dan sesuai dengan karakteristik yang dibutuhkan peneliti maka orang tersebut dapat dijadikan sebagai responden penelitian dan bisa langsung untuk mengisi g form yang telah dibuat oleh peneliti.

Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini, didapat dan dihitung dengan menggunakan rumus sampel Issac dan Michael, dengan anggapan bahwa jumlah penduduk dalam penelitian ini agak banyak dan tidak dapat dikaitkan dengan keyakinan, maka peneliti menggunakan jaminan penduduk dengan memanfaatkan Isaac dan Michael dengan jumlah penduduk yang tidak terbatas. (Arikunto, 2006).

Gambar 3 . 1 Penentuan Jumlah Sampel

PENENTUAN JUMLAH SAMPEL DARI POPULASI TERTENTU DENGAN TARAF KESALAHAN 1%, 5%, DAN 10%

N	S			N	S			N	S		
	1%	5%	10%		1%	5%	10%		1%	5%	10%
10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
20	10	10	10	20	10	10	10	20	10	10	10
30	10	10	10	30	10	10	10	30	10	10	10
40	10	10	10	40	10	10	10	40	10	10	10
50	10	10	10	50	10	10	10	50	10	10	10
60	10	10	10	60	10	10	10	60	10	10	10
70	10	10	10	70	10	10	10	70	10	10	10
80	10	10	10	80	10	10	10	80	10	10	10
90	10	10	10	90	10	10	10	90	10	10	10
100	10	10	10	100	10	10	10	100	10	10	10
110	10	10	10	110	10	10	10	110	10	10	10
120	10	10	10	120	10	10	10	120	10	10	10
130	10	10	10	130	10	10	10	130	10	10	10
140	10	10	10	140	10	10	10	140	10	10	10
150	10	10	10	150	10	10	10	150	10	10	10
160	10	10	10	160	10	10	10	160	10	10	10
170	10	10	10	170	10	10	10	170	10	10	10
180	10	10	10	180	10	10	10	180	10	10	10
190	10	10	10	190	10	10	10	190	10	10	10
200	10	10	10	200	10	10	10	200	10	10	10
250	10	10	10	250	10	10	10	250	10	10	10
300	10	10	10	300	10	10	10	300	10	10	10
350	10	10	10	350	10	10	10	350	10	10	10
400	10	10	10	400	10	10	10	400	10	10	10
450	10	10	10	450	10	10	10	450	10	10	10
500	10	10	10	500	10	10	10	500	10	10	10
550	10	10	10	550	10	10	10	550	10	10	10
600	10	10	10	600	10	10	10	600	10	10	10
650	10	10	10	650	10	10	10	650	10	10	10
700	10	10	10	700	10	10	10	700	10	10	10
750	10	10	10	750	10	10	10	750	10	10	10
800	10	10	10	800	10	10	10	800	10	10	10
850	10	10	10	850	10	10	10	850	10	10	10
900	10	10	10	900	10	10	10	900	10	10	10
950	10	10	10	950	10	10	10	950	10	10	10
1000	10	10	10	1000	10	10	10	1000	10	10	10
1100	10	10	10	1100	10	10	10	1100	10	10	10
1200	10	10	10	1200	10	10	10	1200	10	10	10
1300	10	10	10	1300	10	10	10	1300	10	10	10
1400	10	10	10	1400	10	10	10	1400	10	10	10
1500	10	10	10	1500	10	10	10	1500	10	10	10
1600	10	10	10	1600	10	10	10	1600	10	10	10
1700	10	10	10	1700	10	10	10	1700	10	10	10
1800	10	10	10	1800	10	10	10	1800	10	10	10
1900	10	10	10	1900	10	10	10	1900	10	10	10
2000	10	10	10	2000	10	10	10	2000	10	10	10
2500	10	10	10	2500	10	10	10	2500	10	10	10
3000	10	10	10	3000	10	10	10	3000	10	10	10
3500	10	10	10	3500	10	10	10	3500	10	10	10
4000	10	10	10	4000	10	10	10	4000	10	10	10
4500	10	10	10	4500	10	10	10	4500	10	10	10
5000	10	10	10	5000	10	10	10	5000	10	10	10
5500	10	10	10	5500	10	10	10	5500	10	10	10
6000	10	10	10	6000	10	10	10	6000	10	10	10
6500	10	10	10	6500	10	10	10	6500	10	10	10
7000	10	10	10	7000	10	10	10	7000	10	10	10
7500	10	10	10	7500	10	10	10	7500	10	10	10
8000	10	10	10	8000	10	10	10	8000	10	10	10
8500	10	10	10	8500	10	10	10	8500	10	10	10
9000	10	10	10	9000	10	10	10	9000	10	10	10
9500	10	10	10	9500	10	10	10	9500	10	10	10
10000	10	10	10	10000	10	10	10	10000	10	10	10
15000	10	10	10	15000	10	10	10	15000	10	10	10
20000	10	10	10	20000	10	10	10	20000	10	10	10
25000	10	10	10	25000	10	10	10	25000	10	10	10
30000	10	10	10	30000	10	10	10	30000	10	10	10
35000	10	10	10	35000	10	10	10	35000	10	10	10
40000	10	10	10	40000	10	10	10	40000	10	10	10
45000	10	10	10	45000	10	10	10	45000	10	10	10
50000	10	10	10	50000	10	10	10	50000	10	10	10
55000	10	10	10	55000	10	10	10	55000	10	10	10
60000	10	10	10	60000	10	10	10	60000	10	10	10
65000	10	10	10	65000	10	10	10	65000	10	10	10
70000	10	10	10	70000	10	10	10	70000	10	10	10
75000	10	10	10	75000	10	10	10	75000	10	10	10
80000	10	10	10	80000	10	10	10	80000	10	10	10
85000	10	10	10	85000	10	10	10	85000	10	10	10
90000	10	10	10	90000	10	10	10	90000	10	10	10
95000	10	10	10	95000	10	10	10	95000	10	10	10
100000	10	10	10	100000	10	10	10	100000	10	10	10

Jadi jumlah responden yang digunakan dalam ulasan ini tergantung pada tabel Isaac dan Michael, dengan kecepatan kesalahan 5% menambahkan hingga 347 individu. Dengan demikian, responden yang terlibat dalam penelitian ini berjumlah 347 orang remaja awal yang tinggal di Kota Medan.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi sebagai alat ukur untuk mengungkapkan aspek-aspek psikologis. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah Skala Likert. Bentuk pertanyaan yang diajukan memiliki item favorable dan unfavorable. Hal ini untuk menghindari jumlah yang bersifat asal menjawab. Untuk masing-masing pernyataan disediakan lima alternative jawaban yang menunjukkan sikap Sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Adapun kriteria penilaiannya bergerak dari 4, 3, 2, 1 untuk jawaban favorable, dan unfavorable bergerak dari 1, 2, 3, 4.

Tabel 3 . 1 Kriteria Penilaian

Pernyataan	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
Favorable	4	3	2	1
Unfavorable	1	2	3	4

3.5.1 Skala Kontrol Diri

Pengukuran kontrol diri menggunakan skala model Likert yang disusun berdasarkan aspek kontrol diri menurut Averill (2008), terdiri dari kontrol perilaku (behavioral control), kontrol kognitif (cognitive control), kontrol dalam pengambilan Keputusan (decisional

control). Skala Likert dalam pengukuran Kontrol Diri memiliki 4 kategori pemilihan jawaban yang dipisahkan menjadi pernyataan favorable dan unfavorabel, yaitu Sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Distribusi skor jawaban responden dapat diuraikan sebagai berikut :

Tabel 3 . 2 Distribusi Skor Skala Kontrol Diri

Pilihan Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

3.5.2 Skala Disiplin

Pengukuran disiplin menggunakan skala model Likert yang disusun berdasarkan aspek disiplin menurut Priiodarminto (1994), terdiri dari sikap mental (mental attitude), pemahaman yang baik, sikap kelakuan yang secara wajar. Skala Likert dalam pengukuran Disiplin memiliki 4 kategori pemilihan jawaban yang dipisahkan menjadi pernyataan favorable dan unfavorabel, yaitu Sangat setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Distribusi skor jawaban responden dapat diuraikan sebagai berikut :

Tabel 3 . 3 Distribusi Skor Skala Disiplin

Pilihan Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

3.6 Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di Kota Medan pada remaja awal yang berusia 13-16 tahun. Dalam penyebaran skala psikologi peneliti menggunakan google form. Adapun cara yang digunakan untuk mengumpulkan respon dari subjek penelitian adalah dengan cara menghubungi subjek secara langsung melalui Whatsapp dengan chat personal atau dalam grup dan menyebarkan secara online.

Prosedur pelaksanaan penelitian ini terdiri dari dua tahap yaitu tahap persiapan dan pelaksanaan.

3.6.1 Persiapan Penelitian

Penelitian ilmiah adalah pendekatan untuk mendapatkan, menciptakan, atau menguji realitas. Dengan cara ini, untuk mendapatkan informasi yang tepat, peneliti harus merancang dan mengatur langkah-langkah yang tepat untuk mendorong instrumen penelitian.

3.6.1.1 Pembuatan Alat Ukur

Penelitian ini melibatkan alat ukur berupa skala yang dibuat oleh peneliti itu sendiri dengan dipandu oleh dosen pembimbing. Skala Kontrol Diri dibuat berdasarkan aspek-aspek menurut Averill (2008), terdiri dari kontrol perilaku (behavioral control), kontrol kognitif (cognitive control), kontrol dalam pengambilan keputusan (decisional control). Kesiapan skala ini diselesaikan dengan membuat garis besar dan kemudian dioperasionalkan sebagai pernyataan favorable dan pernyataan unfavorable. Skala kontrol

diri terdiri dari 29 hal. Item-item tersebut kemudian dimasukkan ke dalam instrumen tes. Sebaran pendahuluan skala Kontrol Diri dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3 . 4 Blue Print Uji Coba Skala Kontrol Diri

No	Aspek	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1.	Aspek Kontrol perilaku	1,4,7,10,13	16,19,22,25,28	10
2.	Aspek Kontrol kognitif	2,5,8,11,14	17,20,23,26,29	10
3.	Aspek Kontrol dalam pengambilan Keputusan	3,6,9,12,15	18,21,24,27	9
	Jumlah	15	14	19

Demikian juga dengan skala Disiplin Belajar ini dibuat berdasarkan aspek-aspek Disiplin Belajar menurut Prijodarminto, 1994. Aspek tersebut terdiri dari sikap mental, pemahaman yang baik, sikap kelakuan yang secara wajar. Skala Disiplin Belajar terdiri dari 22 item.

Tabel 3 . 5 Blue Print Uji Coba Skala Disiplin Belajar

No	Aspek	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1.	Aspek Sikap mental	1,4,7,9	11,14,17,20,22	9
2.	Aspek Pemahaman yang baik	2,5,8,10	12,15,18,21	8
3.	Aspek sikap kelakuan yang secara wajar	3,6,	13,16,19	5
	Jumlah	11	12	22

3.6.1.2 Validitas dan Reliabilitas Alat ukur

Menurut Azwar (2012) menyatakan bahwa sejauh mana suatu alat ukur itu valid (tepat dan akurat) dalam melakukan fungsi ukurnya dapat digunakan untuk menentukan validitasnya. Peneliti menggunakan content validity sebagai salah satu jenis validitas dalam penelitian ini. Hubungan antara item-item dalam alat ukur dengan isi yang ingin diukur oleh

peneliti dikenal sebagai content validity. Syarat minimum agar suatu item dikatakan valid yaitu jika r hitung $\geq 0,3$. Untuk itu, peneliti menerapkan teknik penghitungan korelasi antara setiap item dengan menentukan kriteria tertentu menggunakan program SPSS version 20.0 for windows untuk memperoleh hasil alat ukur yang konsisten. Kriteria tertentu yang dimaksudkan adalah dengan skor internal, yaitu skor total alat ukur yang kemudian akan dikorelasikan dengan skor pada masing-masing item dengan menggunakan bantuan dari dosen pembimbing (para ahli). Syarat minimum agar suatu item dikatakan valid yaitu jika r hitung $\geq 0,3$.

Menurut Azwar (2012) reliabilitas alat ukur adalah seberapa tinggi skor tampak tes berkorelasi dengan skor murninya dalam mengukur atau mengamati sesuatu yang menjadi objek ukur penelitian. Maka dalam penelitian ini peneliti melakukan pengujian komputasi Alpha Cronbach menggunakan program SPSS version 20.0 for windows. Syarat agar instrument alat ukur dikatakan reliabel adalah jika skor alpha lebih besar atau sama dengan 0,6.

3.6.1.3 Try out Alat Ukur

Dalam penelitian ini terlebih dahulu peneliti melakukan uji coba alat ukur. Uji coba ini dilakukan dan melihat validitas dan reliabilitas dari skala yang disusun sebagai pengumpulan data penelitian. Dalam penelitian ini peneliti melakukan uji coba kepada 51 siswa/siswi SMP di kota Medan berumur 13-16 tahun. Pelaksanaan uji coba dilakukan pada tanggal 28 Juni – 30 Juni 2022.

3.6.1.4 Try out Alat Ukur

Setelah dilakukan uji coba, kemudia hasilnya akan dianalisis untuk mengetahui validitas dan reliabilitas menggunakan bantuan SPSS for windows 22.0 kemudian peneliti melakukan analisis pada kedua variabel dengan melihat masing-masing item yang lulus uji coba. Adapun tabel blue print dari kedua skala yang telah dibuat dan di uji coba sebagai berikut :

Tabel 3 . 6 Daftar Sebaran item-item penelitian skala Kontrol Diri setelah try out

No	Aspek	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1.	Aspek Kontrol perilaku	1,4,7,10,13	16,19,22,25,28	10
2.	Aspek Kontrol kognitif	2,5,8,11,14	17,20,23,26,29	10
3.	Aspek Kontrol dalam pengambilan Keputusan	3,6,9,12,15	18,21,24,27	9
	Jumlah	15	14	29

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan melalui program SPSS for windows 22.0, peneliti akhirnya mendapatkan hasil reliabilitas untuk skala Kontrol Diri tersebut dan jumlah item skala Kontrol Diri tiak ada yang gugur oleh karena iru dapat digunakan untuk skala penelitian.

Tabel 3 . 7 Daftar Sebaran item-item penelitian skala Disiplin Belajar setelah try out

No	Aspek	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1.	Aspek Sikap mental	1,4,7,9	11,14,17,20,22	9
2.	Aspek Pemahaman yang baik	2,5,8,10	12,15,18,21	7
3.	Aspek sikap kelakuan yang secara wajar	3,6,	13,16,19	5
	Jumlah	10	11	21

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan melalui program SPSS for windows 22.0, peneliti akhirnya mendapatkan hasil reliabilitas untuk skala Disiplin

Belajar tersebut dan jumlah item skala Prokrastinasi Akademik yang gugur sebanyak 1 item sehingga dari 22 item yang tersisa hanya 21 item yang dapat digunakan untuk skala penelitian.

3.6.1.5 Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada tanggal 10 Juni 2022 - 23 Juni 2022 yang dilaksanakan secara online dan offline. Dilakukannya penelitian ini merupakan suatu cara untuk memperoleh, mengembangkan dan menguji kebenaran suatu ilmu pengetahuan. Untuk mendapatkan data yang akurat peneliti membutuhkan suatu ilmu pengetahuan. Untuk mendapatkan data yang akurat peneliti membutuhkan instrument yang tepat sehingga peneliti harus merencanakan dan menyiapkan langkah yang tepat dalam penyusunan instrument penelitian yang akan dipergunakan dalam penelitian. Adapun jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 350 orang siswa SMP di kota Medan.

Pada tahap pelaksanaan, peneliti akan menyebarkan atau membagikan kuesioner (google form) secara online dan offline kepada siswa siswi SMP di kota Medan sebanyak 350 orang. Prosedur dalam penelitian ini adalah peneliti meminta responden mengisi semua pernyataan yang ada dalam google form dan kuesioner tersebut sesuai dengan penilaian atau skor yang tersedia sesuai dengan dirinya. Peneliti juga melakukan pembatasan satu kali pengisian bagi setiap siswa untuk menghindari pengisian ganda.

3.7 Analisis Data

Analisis data dilakukan untuk menguji hipotesis dalam rangka penarikan kesimpulan untuk mendapat tujuan penelitian. Data penelitian ini diolah dan dianalisis menggunakan analisis deskriptif dan statistic inferensial. Analisis deskriptif dilakukan dengan mendeskripsikan data yang telah terkumpul tanpa membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum sedangkan analisis inferensial dilakukan dengan menguji hipotesis penelitian dengan menggunakan uji korelasi Spearman's Row, sebelum dilakukan pengujian spekulasi terlebih dahulu dilakukan uji asumsi, khususnya uji normalitas dan uji linieritas. Uji spekulasi dalam tinjauan ini menggunakan uji korelasi Spearman's Row untuk menguji hubungan antara kontrol diri dan disiplin belajar yang dilakukan dengan keadaan sebagai berikut: Jika makna $p > 0,05$ maka H_0 diterima dan jika makna $p < 0,05$, H_0 ditolak.

3.7.1 Uji Asumsi

Uji asumsi yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk memutuskan apakah data penelitian disampaikan menurut standar kurva normal. Uji normalitas untuk kedua variabel penelitian diselesaikan dengan menggunakan uji One-sample Kolmogorov-Smirnov dengan bantu SPSS version 22.0 for Windows.

b. Uji Linearitas

Uji linieritas digunakan untuk memutuskan apakah data Kontrol Diri memiliki hubungan yang lurus dengan data Disiplin Belajar. Uji linieritas telah

selesai melibatkan Test for Linearity dengan bantuan SPSS version 22.0 for windows.

3.7.2 Uji Hipotesa

Pengujian hipotesa dalam penelitian ini menggunakan metode korelasi Spearman's Row untuk menguji hubungan antara variabel X khususnya variabel Kontrol Diri dan variabel Y khususnya variabel Disiplin Belajar. Tingkat signifikan, jika $Sig > 0,05$, H_0 diterima dan jika $Sig < 0,05$, H_0 ditolak.