

GAMBARAN *SELF-CONTROL* SISWA SMP NEGERI 14 BANJARMASIN

Tia Juliawati, Dyta Setiawati Hariyono  
Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin  
[tiajuliawati0207@gmail.com](mailto:tiajuliawati0207@gmail.com) [nandhita007@gmail.com](mailto:nandhita007@gmail.com)

## Abstrak

Lembaga pendidikan formal atau sekolah adalah salah satu dari sub-sistem pendidikan karena lembaga pendidikan itu sesungguhnya identik dengan jaringan-jaringan kemasyarakatan. Remaja merupakan salah satu periode perkembangan manusia yang paling penting dalam kehidupan setiap manusia. Tujuan penelitian ini untuk melihat gambaran *self control* siswa di SMP Negeri 14 Banjarmasin. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif dengan teknik random sampling. Populasi penelitian ini berjumlah 666 siswa, sampel yang di gunakan yaitu sebanyak 195 siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan berupa penyebaran angket *self control* dengan model skala *likert*. Penelitian deskriptif ini dilakukan untuk mengetahui nilai masing- masing variabel, baik satu maupun lebih. Hasil yang di peroleh dari penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran *self control* pada siswa di SMP Negeri 14 Banjarmasin dalam kategori sedang.

Kata kunci: Pendidikan, Siswa, Sekolah, *Self Control*

*Formal educational institutions or schools are one of the educational sub-systems because educational institutions are actually identical to social networks. Adolescence is one of the most important periods of human development in every human's life. The aim of this research is to see a picture of students' self-control at SMP Negeri 14 Banjarmasin. This research uses quantitative descriptive research methods with random sampling techniques. The population of this research was 666 students, the sample used was 195 students. The data collection technique used was the distribution of self-control questionnaires with a Likert scale model. This descriptive research was carried out to determine the value of each variable, either one or more. The results obtained from this research indicate that the self-control of students at SMP Negeri 14 Banjarmasin is in the medium category.*

*Keywords: Education, school, students, self control*

Received: Agustus 2024  
Reviewed: Agustus 2024  
Published: Agustus 2024

Plagiarism Checker No 234  
Prefix DOI : Prefix DOI :  
10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author  
Publish by : Nutricia



This work is licensed  
under a [Creative  
Commons Attribution-  
NonCommercial 4.0  
International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

## PENDAHULUAN

Lembaga pendidikan formal atau sekolah adalah salah satu dari sub-sistem pendidikan karena lembaga pendidikan itu sesungguhnya identik dengan jaringan- jaringan kemasyarakatan. Pada proses pendidikan dan pembelajaran di sekolah terjadi aktivitas kemanusiaan dan pemanusiaan sejati. Sekolah dikonsepsikan untuk mengemban fungsi reproduksi, penyadaran, dan mediasi secara simultan. Ketiga pilar sekolah tersebut seharusnya mewarnai dalam kegiatan pendidikan di sekolah. Apabila salah satu pilar tersebut tidak jalan, maka tidak akan memenuhi standar kegiatan kependidikan (Jurumiah & Saruji, 2020).

Dunia pendidikan adalah suatu yang kompleks dan memiliki banyak unsur didalamnya. Salah satu unsur yang paling penting adalah siswa yang merupakan subjek utama pendidikan. Secara sederhana siswa adalah seorang yang sedang ingin mengetahui sesuatu hal baru atau sedang melakukan pembelajaran. Siswa juga disebut sebagai remaja. Remaja merupakan salah

satu periode perkembangan manusia yang paling penting dalam kehidupan setiap manusia. Suatu masa yang indah penuh dengan segala suka cita, keunikan, keceriaan dan menyenangkan. Hampir tidak ada manusia yang dapat melupakan masa-masa remaja yang dilaluinya, baik masa-masa yang menyenangkan maupun masa yang menyedihkan, tetapi tidak semua remaja dapat melalui masa tersebut dengan selamat dan bahagia menuju masa berikutnya (Suryandari, 2020).

Averill dalam Ulya (2020) menjelaskan bahwa *self-control* ialah kemampuan individu untuk mengatur informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan, kemampuan seseorang untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini, dan kemampuan dalam merubah perilaku. Hendrawan (2021) menjelaskan *self-control* sebagai kondisi atau keadaan dimana seseorang mampu mengontrol diri untuk tidak berperilaku yang dianggap melanggar peraturan. Averill dalam Ghufron dan Risnawati (2010) menyebutkan bahwa ada beberapa aspek-aspek *self control* pada individu, yaitu; Kemampuan mengontrol Perilaku (*behavioral control*) merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi. Kemampuan mengontrol kognitif (*cognitive control*) merupakan kemampuan individu mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Kemampuan mengontrol keputusan (*decisional control*) merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujui.

Fenomena yang terjadi terkait *self control* di SMP Negeri 14 Banjarmasin terdapat siswa yang membuat keributan didalam kelas contohnya siswa yang berbicara dengan teman di sekitarnya saat guru sedang menjelaskan, siswa yang mengganggu temannya saat sedang belajar, siswa yang berkata kotor dan kasar saat berbicara dengan temannya, siswa yang memainkan *handphone* di saat jam pelajaran sedang berlangsung, siswa yang tidak mengikuti pelajaran saat pelajaran berlangsung (membolos), siswa yang mengikuti temannya untuk terlambat masuk ke kelas, siswa yang tidak mendengarkan dan melawan ketika guru sedang menegur cara berpakaian siswa yang tidak sesuai, dan siswa yang berani melawan ketika guru sedang memberikan nasehat.

Berdasarkan uraian diatas, beberapa pernyataan sudah di kemukakan bahwa *self control* sangat berpengaruh terhadap kemampuan dan perilaku siswa. Maka dari itu sekolah dan guru BK sangat penting dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling yang sesuai dengan kebutuhan siswa, serta sebagai bahan pertimbangan sekolah dalam rangka meningkatkan *self control* pada siswa-siswanya terutama siswa yang memiliki *self-control* rendah.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif, suatu metode yang bertujuan untuk membuat gambar atau deskriptif tentang suatu keadaan secara objektif yang menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut serta penampilan dan hasilnya (Arikunto, 2006). Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah siswa SMP Negeri 14 Banjarmasin. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *probability sampling*. Sugiyono (2013) *Probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih untuk menjadi anggota sampel. Teknik yang digunakan pada penelitian ini adalah *simple random sampling*. Penentuan sampel pada penelitian ini adalah dengan menggunakan rumus *Issac* dan *Michale* (Sugiyono, 2013), maka sampel yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 10% dari 666 yaitu 195 sampel. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala *self control* dari (Rahmatiani, 2023) sebanyak 14 item. Teknik pengumpulan data menggunakan skala *likert*. Dan data akan dianalisis dengan bantuan perangkat lunak aplikasi *Jaffrey's Amazing Statistic Program (JASP)* versi 0.18.3.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Penelitian ini melibatkan 195 orang yang bersedia berpartisipasi dan menjadi sampel. Pengujian deskripsi karakteristik responden merupakan pengujian untuk mengetahui gambaran umum dari karakteristik responden. Pengujian dilakukan menggunakan uji distribusi frekuensi dengan hasil sebagai berikut.

**Tabel 1**

Deskripsi *Self Control*

No	<i>Self Control</i>	Interval	Jumlah	Persen
1	Tinggi	$X > 48.6$	35	17.9%
2	Sedang	$39.5 < X < 48.6$	130	66.7%
3	Rendah	$X < 39.5$	30	15.4%
Total			195	100%

Data *self control* diperoleh menggunakan kuesioner dengan jumlah pernyataan sebanyak 14 item pernyataan dengan skala jawaban berjumlah empat. Data tersebut kemudian dihitung total skor dan diubah menjadi tiga kategori. Hasil deskripsi *self control* dari 195 orang responden diperoleh 35 orang atau 17,9 % responden memiliki *self control* pada tingkat tinggi, 130 orang atau 66,7 % responden memiliki *self control* pada tingkat sedang, dan 30 orang atau 15,4% responden memiliki *self control* pada tingkat rendah. Dengan demikian responden yang diamati mayoritas memiliki *self control* pada tingkat sedang.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian analisis di atas dapat dideskripsikan bahwa siswa- siswa di SMP Negeri 14 Banjarmasin memiliki kemampuan mengontrol diri 17,9% siswa dalam kategori tinggi, 66,7% siswa dalam kategori sedang dan 15,4% siswa yang memiliki kategori rendah. Dapat disimpulkan bahwa *self control* yang dimiliki oleh siswa-siswa di SMP Negeri 14 Banjarmasin memiliki *self control* yang sedang, hal ini berarti bahwa *self control* yang dimiliki oleh siswa sudah cukup baik. Hasil ini juga dapat dilihat berdasarkan aspek kemampuan mengontrol perilaku yang memiliki kategori sedang sebanyak 73.8%, aspek kemampuan mengontrol kognitif memiliki kategori sedang sebanyak 70.8%, dan aspek kemampuan mengontrol keputusan juga berada dalam kategori sedang dengan persentase 80.0%. Hasil penelitian ini sejalan dengan studi sebelumnya yang dilakukan oleh Wahdan (2023) dimana siswa memiliki *self control* dalam kategori sedang, ia menjelaskan bahwa siswa sudah memiliki kemampuan dalam *self control* sesuai dengan aspek-aspek seperti kemampuan perilaku dan mengontrol dalam mengambil keputusan. Hal ini diperkuat oleh Ulandari & Juliawati (2019) yang menjelaskan bahwa kemampuan seseorang dalam mengontrol perilaku menjadi dasar bagi integrasi pribadi yang dapat mengatur impuls-impuls dan tingkah laku yang berkaitan dengan prinsip-prinsip yang dikenakan pada diri sendiri atau tuntutan yang berlaku di masyarakat. Pemaparan tersebut menjelaskan bahwa meskipun siswa memiliki *self control* dalam kategori sedang, namun siswa sudah bisa mengontrol perilakunya saat berada di lingkungan sekolah. Jannah & Rahayu (2007) dalam penelitiannya menyatakan bahwa semakin tinggi *self control* individu semakin mampu menunda pemuasannya, karena perilaku menunda pemuasan membutuhkan kesabaran individu untuk tidak memuaskan keinginannya dengan segera. Pada lingkungan sekolah, perilaku siswa dalam menunda pemuasannya seperti mampu mengontrol diri dalam berperilaku dan taat pada aturan sekolah sudah cukup baik karena terlihat dari hasil temuan yang menunjukkan jika siswa memiliki *self control* yang sedang. Pranata, dkk (2020) menyatakan pada siswa pelanggar tata tertib ditemukan bahwa siswa yang memiliki *self control* rendah dengan dipersentase dengan nilai 77,1%. Selanjutnya disusul pada kategori sangat rendah yang dapat dipersentase dengan nilai 14,3%. Kemudian *self control* siswa berada dalam kategori sedang yang dapat dipersentase dengan nilai 8,6% dan tidak ada siswa yang berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Berdasarkan data di atas maka *self control* pada siswa di SMA Negeri 1 Lubai berada pada kategori 3 rendah.

Ditemukan juga hasil penelitian yang serupa dilakukan oleh Rahmatiani, dkk (2023) juga menyatakan bahwa siswa yang memiliki self control tinggi dengan persentase 33,3% dan siswa yang memiliki self control rendah dengan persentase 66,6%. Dapat diartikan siswa di SMAN 1 Cisarua memiliki self control rendah. Siswa yang tergolong memiliki self control tinggi menunjukkan bahwa siswa dapat memahami, menguasai, dan mengetahui apa saja hal-hal yang harus dilakukan oleh siswa. Ini dapat diartikan bahwa siswa SMP Negeri 14 Banjarmasin sudah cukup mampu

untuk mengontrol perilaku untuk tidak melanggar peraturan yang dibuat oleh sekolah.

Penelitian ini juga dilihat berdasarkan jenis kelamin dan usia, jika dilihat berdasarkan jenis kelamin siswa laki-laki berada dalam kategori sedang dengan persentase 28,2% dan perempuan juga berada dalam kategori sedang dengan persentase 38,5%. Hal ini dapat diartikan bahwa siswa laki-laki dan perempuan memiliki kategori yang sama. Temuan berdasarkan jenis kelamin diperkuat oleh Shekarkhar & Gibson (2011) yang mengatakan tinggi rendahnya *self control* seseorang tidak ditentukan oleh jenis kelamin. Rendahnya tingkat *self control* juga dipengaruhi faktor luar dari masing-masing diri individu. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Andrayani (2013) mengatakan bahwa dalam penelitiannya antara laki-laki dan perempuan memiliki *self control* yang sama. Hasil temuan di atas juga diperkuat dengan penemuan peneliti yang mengatakan bahwa masih terdapat siswa laki-laki dan perempuan yang melanggar peraturan di sekolah seperti, membolos pada saat jam pelajaran, terlambat masuk sekolah, sering tidak masuk sekolah, dan sering mengenakan baju yang tidak rapi.

Karakteristik responden berdasarkan usia, dimana usia termasuk salah satu faktor kontrol diri, karena usia juga memengaruhi kematangan emosional seseorang dan kontrol diri seseorang. Seiring bertambahnya usia seorang individu akan mampu untuk lebih mengelola kontrol diri yang dimilikinya (Risnawati & Ghufron, 2010). Berdasarkan penemuan peneliti dapat dilihat bahwa siswa yang berusia 14 tahun memiliki jumlah sebanyak 48,2%, siswa yang berusia 15 tahun sebanyak 38,5%, dan siswa yang berusia 16 tahun sebanyak 13,3%. Dijelaskan bahwa siswa yang memiliki self control yang rendah adalah yang berusia 14 tahun, dimana usia 14 tahun masuk dalam kategori usia remaja. Pada masa remaja memang merupakan usia masa peralihan, di masa inilah kemampuan mengontrol diri seorang individu bisa dikatakan masih labil dan masih sangat perlu untuk di bimbing dalam pengontrolan diri (Sarwono, 2013).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan diskusi, dapat diambil kesimpulan bahwa gambaran *self control* pada siswa SMP Negeri 14 Banjarmasin masuk dalam kategori sedang, yang artinya siswa sudah cukup mampu mengontrol perilaku dan mengontrol dalam mengambil keputusan. Adapun jika dilihat dari jenis kelamin, dimana self control siswa perempuan dan siswa laki-laki sama-sama dalam kategori sedang. Kemudian berdasarkan usia yang memiliki self control yang rendah adalah siswa yang berusia 14 tahun dengan jumlah 10,8%.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ansyah, H. E., & Noviananda, R. (2024). Pengaruh kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap kepatuhan tata tertib pada siswa sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2), 932-944.
- Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Astari, W. L., & Widagda, A. J. N. G. I., (2014). Pengaruh perbedaan jenis kelamin dan kontrol diri terhadap keputusan pembelian implusif produk parfum. *Jurnal Manajemen Universitas Udayana*. 546-560.
- Azwar, S. (2019). *Reliabilitas dan validitas* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Chaplin, J. P. (2008). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada Ghufron, M. N., & Risnawati, R. S. (2010). *Teori-teori psikologi* (1st ed.). Ar-Ruzz Media.
- Ghufron, M. N., & Risnawati, R. S. (2014). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Hendrawan, M. M. M., & Rahayu, A. . (2021). Konformitas dan kontrol diri perannya terhadap

- kepatuhan pada protokol kesehatan menjaga jarak. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 1(74), 21–29.
- Hurlock, E. B. (1981). *Perkembangan Anak*. Jilid I. edisi ke-6 : Erlangga
- Jannah, M & Sri Rahayu. 2007. Perilaku Menunda Pemuasan Ditinjau dari Kontrol Diri, dan Usia Pada Anak Usia Sekolah. <http://www.google.id/url=jurnal kontrol diri&Source>. Diakses 12 Desember 2012.
- Jurumiah, A. H., & Saruji, H. (2020). Sekolah sebagai instrumen konstruksi sosial di masyarakat. *ISTIQRA'*, 7(2), 1–9. <https://jurnal.umpar.ac.id/index.php/istiqlra/article/download/492/402/>
- Marsela, R. M., & Suprianta, M. (2019). Kontrol Diri : Definisi dan Faktor. *Jurnal Of Innovative Counseling*.3(2), 65-69.
- Michele, dkk, (2001). *Membangun Kecerdasan Moral*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama. <http://books.google.com>
- Muniroh, N. L. (2013). Hubungan antara kontrol diri dan perilaku disiplin pada santri di pondok pesantren. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Pranata, D., dkk (2020) Gambaran Self Control Siswa Pelanggar Tata Tertib Sekolah Di SMA Negeri 1 Lubai. *Jurnal Wahana Konseling*. 3(2). 87-89.
- Rahmatiani, dkk (2023) Gambaran self control siswa kelas X ips di SMAN 1 Cisarua. *Jurnal Ikip Siliwangi*, 6(4), 332-334.
- Rianti & Raharjo (2014). Kontrol diri pada peserta didik di SMP Negeri 2 Kutasari, Purbalingga Tahun Pelajaran 2012/2013. *Psycho Idea*, 19-24.
- Sarwono, S, W.(2013). Psikologi Remaja. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Sugiyono, (2013), *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. (Bandung: ALFABETA).
- Sugiyono, (2022), *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. PT Alfabet.
- Suryandari, S. (2020). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap kenakalan remaja. *JIPD (Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar)*, 4(1), 23–29. <https://doi.org/10.36928/jipd.v4i1.313>
- Ulya, L. H. (2020). Hubungan kontrol diri dan pengungkapan diri dengan intensitas penggunaan media sosial pada mahasiswa baru Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. *Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim*.
- Ulandari, Y., & Juliawati, D. (2019). Pemanfaatan Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosi Siswa. *Indonesian Journal of Counseling and Development*, 1(1), 1–8.
- Utsman, N. M. (2005). *Psikologi Dalam Al-Qur'an (Teori Qur'ani Dalam Penyembuhan Gangguan Kejiwaan)*. Bandung: Pustaka Setia.
- Wahdah, N. F. (2023). Analisis Self Control Di SMP Negeri 27 Pasawaran Universitas Lampung. *Universitas Lampung*.
- Widad, M. A. S., & Wiyono, B. D. (2020). Konformitas perilaku membolos sekolah pada siswa SMK Assa'adah Bunga Gresik. *Jurnal BK UNESA*, 11(4).