

KONTROL DIRI DAN MOTIVASI BERPRESTASI PESERTA DIDIK

Zulvia Trinova & Een Rasullu

Email: zulvia.trinova12@gmail.com, eenrasull31@gmail.com

Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang

Abstrak : Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masalah yang ditemukan terlihat bahwa dalam fenomena yang terjadi di lapangan yaitu adanya peserta didik mengobrol dengan teman ketika jam pelajaran berlangsung, bahkan ada yang membantah, adanya peserta didik yang duduk di warung ketika jam pelajaran sedang berlangsung dalam masalah tersebut akan mempengaruhi kontrol diri peserta didik untuk motivasi berprestasi. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan kontrol diri dengan motivasi berprestasi peserta didik kelas VIII di SMPN 28 Padang. Batasan masalah dari penelitian ini adalah: (1) kontrol diri peserta didik kelas VIII di SMPN 28 Padang. (2) Motivasi berprestasi peserta didik kelas VIII di SMPN 28 Padang. (3) Hubungan kontrol dengan motivasi berprestasi peserta didik kelas VIII di SMPN 28 Padang. Tujuan dari penelitian ini adalah: (1) untuk mengetahui gambaran kontrol diri peserta didik kelas VIII di SMPN 28 Padang. (2) untuk mengetahui gambaran motivasi berprestasi peserta didik kelas VIII di SMPN 28 Padang, (3) untuk mengetahui gambaran hubungan kontrol diri dengan motivasi berprestasi peserta didik kelas VIII di SMPN 28 Padang. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif korelasional. Populasi 234 peserta didik, sampel 70 peserta didik, teknik pengambilan sampel digunakan yaitu *random sampling*. Hasil yang didapatkan yaitu terdapatnya hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan motivasi berprestasi peserta didik kelas VII di SMPN 28 Padang, dimana $r_{xy} = 0,698$ lebih besar dari taraf signifikan yang telah ditentukan. Artinya semakin tinggi kontrol diri peserta didik maka semakin tinggi pula motivasi berprestasi peserta didik, dan sebaliknya semakin rendah Kontrol diri Peserta Didik maka Semakin rendah pula Motivasi berprestasinya.

Kata Kunci : Kontrol Diri, Motivasi Berprestasi, Peserta Didik, Pengendalian Diri

A. PENDAHULUAN

Lembaga pendidikan dalam sekolah adalah salah satu tempat belajar secara formal, yang mempunyai peranan atau tanggung jawab penting dalam membantu peserta didik mencapai tugas perkembangannya yang menyangkut aspek kematangan, dalam berinteraksi sosial, kematangan personal, kematangan dalam mencapai filsafat hidup dan kematangan dalam beriman kepada Tuhan Yang Maha Esa. Begitu banyaknya tugas perkembangan yang harus dilaksanakan oleh pihak sekolah dan peserta didik, maka seluruh elemen sekolah tak bisa lepas dari usaha untuk terus membangkitkan motivasi untuk berprestasi bagi anak didiknya. (Yusuf, 2004)

Motivasi berprestasi diwujudkan dalam bentuk usaha serta tindakan belajar yang efektif sehingga dapat mempengaruhi optimalisasi potensi yang dimiliki peserta didik. Dengan demikian kegiatan belajar akan berhasil bila individu terdorong untuk belajar. Dengan adanya motivasi berprestasi maka akan muncul ide-ide atau gagasan, keinginan dan usaha untuk melakukan aktivitas belajar dengan efektif dan efisien. Davis dan Newstrom dalam buku Khodijah, berpendapat motivasi berprestasi bagi peserta didik adalah dorongan untuk mengatasi tantangan, untuk maju dan berkembang. (Khodijah, 2014)

Menurut Darwis dan Newstrom, motivasi juga mempengaruhi cara-cara seseorang dalam bertindak laku, hal itu ter-

gambarkan dalam empat pola, yaitu *motivasi berprestasi* yang merupakan dorongan untuk mengatasi tantangan, untuk maju dan berkembang, kemudian *motivasi berafiliasi* yang merupakan dorongan untuk berhubungan dengan orang lain secara afektif. *Motivasi untuk berkompetisi* yang merupakan dorongan untuk mencapai hasil kerja dengan kualitas tinggi dan *motivasi kekuasaan* yaitu dorongan untuk mempengaruhi orang lain dan situasi. Keempat pola motivasi tersebut menggerakkan dan mendorong seseorang untuk melakukan suatu aktivitas, baik secara stimulan ataupun terpisah. Dalam suatu aktivitas terkadang hanya digerakkan oleh satu motivasi, tetapi dalam situasi yang berbeda, boleh jadi digerakkan oleh berbagai macam motivasi. (Mujib, 2002)

Motivasi berprestasi adalah sebuah dorongan yang lahir karena kebutuhan untuk berprestasi, dimana dorongan berprestasi tersebut muncul karena dipengaruhi beberapa faktor yaitu: 1). Kebutuhan akan memenuhi ekonomi, 2) kebutuhan penghargaan oleh orang lain, 3) harga diri, 4) menentang perasaan rendah diri, 5) kebutuhan neurotis, 6) mengontrol diri, 7) kebutuhan untuk menciptakan sesuatu yang akan bertahan, 8) kesenangan atau bersenang-senang. (Eugene, 1994)

Pada dasarnya kemampuan seseorang untuk mengontrol dirinya merupakan salah satu bagian dari kecerdasan seseorang untuk mengelola perilaku dan emosinya. Sebuah kemampuan untuk merasakan emosi diri sendiri, mengakuinya dan mengelolanya untuk mempengaruhi pencapaian motivasi berprestasi yang terbaik. (Goleman, 2005)

Ghufron menyatakan dalam bukunya ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan ada yang rendah. Kontrol diri diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif. Seseorang pelajar yang memiliki kontrol diri yang tinggi, akan mampu me-

madu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Mereka mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, mempertimbangkan segala akibat yang tidak dikehendaki, mereka mampu mengatur stimulus sehingga mampu menyesuaikan perilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang belajar dan motivasi untuk berprestasi serta meningkatkan prestasinya. (Gufron & Rinaswita, 2010)

Menurut Logue, kontrol diri pilihan tindakan yang akan memberikan manfaat dan keuntungan yang lebih luas dengan cara menunda kepuasan sesaat. Dalam bahasa umum pengendalian diri adalah tindakan menahan diri untuk tidak melakukan perbuatan-perbuatan yang akan merugikan dirinya di masa kini maupun di masa yang akan datang. Kerugian itu bentuknya macam-macam mungkin sakit badan, sakit hati, bangkrut, gagal dalam mencapai cita-cita, dan tidak dipercaya oleh orang lain. (Juntika, 2009)

Definisi kontrol diri adalah sebagai kemampuan dalam menarik diri dari norma yang tidak diinginkan ke norma yang diinginkan. Kontrol diri adalah kemampuan untuk menangkap (*to treat*) dan menciptakan (*to create*) respon yang cocok dengan kepentingan, kebutuhan dan keinginan diri. Kontrol diri berperan untuk menciptakan keadaan hidup stabil. (Ubaedy, 2005)

Menurut Calhoun dan Acocella, kontrol diri (*self-control*) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Goldfried dan Merbaum menyatakan bahwa kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan

hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan. (Gufron & Rinaswita, 2010).

Ketika berinteraksi 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 respons yang dilakukannya. Kontrol diri diperlukan guna membantu individu dalam mengatasi kemampuannya yang terbatas dan mengatasi berbagai hal merugikan yang mungkin terjadi yang berasal dari luar.

Menurut Averil aspek-aspek kontrol diri, sebagai berikut :

1. Kontrol perilaku (*behavior control*): Merupakan kesiapan tersedianya 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, adalah kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Kemampuan memodifikasi stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapinya.
2. Kontrol kognitif (*cognitive control*): Merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dengan suatu kerangka dalam kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri dari dua penilaian yaitu memperoleh informasi dan melakukan penilaian.
3. Kontrol keputusan (*Decissional Control*): kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya, kontrol diri dalam

menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan. (Gufron & Rinaswita, 2010)

Berdasarkan uraian di atas maka dapat ditarik kesimpulan tentang aspek-aspek kontrol diri adalah kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian suatu kerangka dalam kognitif. Kontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan pada sesuatu yang diyakini.

Menurut Ubadey ciri-ciri kontrol diri sebagai berikut:

1. Menarik diri dari norma yang tidak cocok
2. Mengoreksi apa yang salah
3. Berpedoman pada hasil koreksi
4. Mengaktifkan sistem yang selektif apa yang masuk dari luar dan apa yang dikeluarkan
5. Menghiduokan lampu petunjuk spritual (Ubaedy, 2005)

Menurut Samsul Bachri Thalib faktor yang mempengaruhi kontrol diri sebagai berikut:

1. Faktor internal: Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu.
2. Faktor eksternal: Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. (Bachri, 2010)

Motivasi Berprestasi adalah daya penggerak dalam diri peserta didik untuk mencapai taraf prestasi setinggi mungkin, sesuai dengan yang diterapkan oleh peserta didik itu sendiri. Untuk itu maka siswa dituntut untuk bertanggung jawab mengenai taraf keberhasilan yang akan diperolehnya. (Akbar, 2001)

Menurut McClelland bahwa individu yang memiliki motivasi untuk berprestasi tinggi memiliki karakteristik sebagai berikut:

- a. Berusaha melakukan sesuatu dengan cara-cara baru dan kreatif-Inovatif
- b. Mencari *feed back* (umpan balik tentang perbuatannya)
- c. Mempertimbangkan Resiko
- d. Mengambil tanggung jawab pribadi atas perbuatannya (Akbar, 2001)

Ada berbagai faktor yang membuat orang termotivasi untuk berprestasi. Menurut Griessman, dorongan tersebut antara lain disebabkan oleh:

1. Kebutuhan akan pemenuhan ekonomi
2. Kebutuhan penghargaan oleh orang lain
3. Harga diri
4. Menentang perasaan rendah diri
5. Kebutuhan neurotis
6. Mengontrol diri
7. Kebutuhan untuk menciptakan sesuatu yang akan bertahan
8. Kesenangan atau bersenang-senang (Eugene, 1994)

Pada dasarnya kemampuan seseorang untuk mengontrol dirinya merupakan salah satu bagian dari kecerdasan seseorang untuk mengelola perilaku dan emosinya. Sebuah kemampuan untuk merasakan emosi diri sendiri, mengakuinya dan mengelolanya untuk mempengaruhi pencapaian motivasi berprestasi yang terbaik.

Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan ada yang rendah. Kontrol diri diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, me-

ngatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa kearah konsekuensi positif. Seseorang pelajar yang memiliki kontrol diri yang tinggi, akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Mereka mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, mempertimbangkan segala akibat yang tidak dikehendaki, mereka mampu mengatur stimulus sehingga mampu menyesuaikan perilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang belajar dan motivasi untuk berprestasi serta meningkatkan prestasinya.

Kontrol diri pilihan tindakan yang akan memberikan manfaat dan keuntungan yang lebih luas dengan cara menunda kepuasan sesaat. Dalam bahasa umum pengendalian diri adalah tindakan menahan diri untuk tidak melakukan perbuatan-perbuatan yang akan merugikan dirinya di masa kini maupun di masa yang akan datang. Kerugian itu bentuknya macam-macam mungkin sakit badan, sakit hati, bangkrut, gagal dalam mencapai cita-cita, dan tidak dipercaya oleh orang lain.

Jika seorang peserta didik memiliki kontrol diri yang rendah atas dirinya, maka peserta didik tersebut tidak akan dapat mengelola dirinya sendiri, termasuk mengelola kecerdasannya, mengelola tingkah lakunya, dan mengelola emosinya sehingga peserta didik tidak akan mempunyai kontrol yang baik atas segala tindakannya. Jika ini dibiarkan terjadi, maka bukan lagi motivasi untuk berprestasi yang menjadi tujuan seorang pelajar, tetapi berbuat seenaknya dan mengikuti pengaruh negatif, sehingga akan semakin jauhlah dari keinginan untuk berprestasi.

Berdasarkan observasi telah peneliti lakukan pada tanggal 1 Desember 2018 di SMPN 28 Padang maka terlihat ada permasalahan yang terjadi pada peserta didik, , terlihat adanya peserta didik yang kurang disiplin terhadap tata tertib di sekolah sehingga mengganggu proses belajar mereka disekolah, maka dari itu bisa menyebabkan terjadinya peserta didik

yang kurang untuk meningkatkan prestasi di sekolah, adanya peserta didik yang sering mengobrol dengan temannya ketika jam pelajaran berlangsung akan menyebabkan tertinggal pelajaran yang diterangkan oleh guru, peserta didik yang tidak menghiraukan ketika guru menerangkan pembelajaran, bahkan ada yang membantah, peserta didik yang iku membolos ketika diajak oleh teman, peserta didik yang mengganggu temannya ketika jam pelajaran berlangsung, peserta didik makan di kelas ketika jam pelajaran berlangsung, peserta didik yang nongkrong di warung ketika jam pelajaran berlangsung dan bagi mereka yang demikian itu menganggap hal yang biasa saja. Dan begitu pula pada pergaulan dengan teman dan lawan jenis menurunnya motivasi untuk belajar dan berprestasi.

B. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini tergolong pada penelitian kuantitatif korelasional. Dalam penelitian mencari suatu hubungan antara Kontrol Diri dengan Motivasi Berprestasi Peserta Didik Kelas VIII SMPN 28 Padang.

Populasi penelitian ini adalah seluruh kelas VIII di SMPN 28 Padang. Peserta didik kelas VIII di SMPN 28 Padang sebagai berikut:

Tabel 1. Populasi Penelitian

No	Lokal	Jumlah Peserta Didik
1	VIII.1	31
2	VIII.2	30
3	VIII.3	30
4	VIII.4	30
5	VIII.5	30
6	VIII.6	29
7	VIII.7	27
8	VIII.8	27
Jumlah		234

Sumber: Dokumen Guru Bimbingan dan Konseling SMPN 28 Padang, 2019

Penelitian ini menggunakan *random sampling*. Penulis menentukan sampel berdasarkan rumus Slovin

$$n = \frac{N}{1+N(e)^2}$$

Tabel 2. Sampel Penelitian

No	Lokal	Sampel	Jumlah Anggota
1	VIII.1	Sampel $= \frac{31}{234} \times 70$	9
2	VIII.2	Sampel $= \frac{30}{234} \times 70$	9
3	VIII.3	Sampel $= \frac{30}{234} \times 70$	9
4	VIII.4	Sampel $= \frac{30}{234} \times 70$	9
5	VIII.5	Sampel $= \frac{30}{234} \times 70$	9
6	VIII.6	Sampel= $\frac{29}{236} \times 70$	9
7	VIII.7	Sampel $= \frac{27}{234} \times 70$	8
8	VIII.8	Sampel $= \frac{27}{234} \times 70$	8
Jumlah			70

Alat yang digunakan untuk pengumpulan data pada penelitian ini adalah angket. Pernyataan tertulis tersebut digunakan untuk mengetahui bagaimana kontrol diri dan motivasi peserta didik kelas VIII di SMPN 28 Padang.

Pengumpulan data dilakukan di SMPN 28 Padang terhadap peserta didik yang menjadi sampel penelitian sebanyak 70 orang. Adapun teknik yang data yang digunakan melalui SPSS, menghitung ada atau tidak adanya hubungan kontrol diri dengan motivasi berprestasi peserta didik kelas VIII di SMPN 28 Padang dengan kategori tinggi, sedang, rendah.

C. HASIL PENELITIAN

Berdasarkan verifikasi terhadap data penelitian, seluruh data yang diperoleh dari hasil pengadministrasian terhadap peserta didik yaitu sebanyak 70 orang. Variabel penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu variabel kontrol diri (X) dan variabel motivasi berprestasi (Y). berikut

dikemukakan deskripsi data hasil penelitian adalah sebagai berikut:

a. Kontrol Diri Peserta Didik Kelas VIII SMPN 28 Padang

Kontrol diri dalam bahasa Inggris disebut *self kontrol*. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, kontrol diri salah satu sifat kepribadian, antara individu dengan individu lainnya memiliki kemampuan kontrol diri yang berbeda. Kontrol diri juga dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif.

Menurut Wandersman dalam buku Samsul Bachri Thalib, menggolongkan tiga kategori untuk memaksimalkan atau mengembangkan kontrol diri, yaitu:

- a. Membuat atau memodifikasi lingkungan menjadi responsif atau menunjang tujuan-tujuan yang ingin dicapai oleh individu.
- b. Memperbanyak informasi dan kemampuan untuk menghadapi atau menyesuaikan diri dengan lingkungan.
- c. Menggunakan secara lebih efektif kebebasan memilih dalam pengaturan lingkungan.

Pada umumnya tinggi atau rendahnya kontrol diri peserta didik dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor internal peserta didik itu sendiri maupun faktor eksternalnya yang pada akhirnya melahirkan kemampuan untuk menerapkan kontrol diri dan kontrol perilaku dalam diri peserta didik sehingga terbentuklah sikap kontrol diri yang baik/tinggi dan tidak baik / rendah.

Maksud dari tiga cara mengembangkan kontrol diri di atas, yaitu bahwa terbentuknya kontrol diri peserta didik menjadi baik dan tidak baik sangat didasarkan pada ketiga cara tersebut dan juga dua faktor di atas. Apabila peserta didik menerapkan cara mengembangkan kontrol diri yang positif, maka terbentuklah kontrol diri yang baik. Se-

baliknya apabila peserta didik tidak menerapkan cara mengembangkan kontrol diri dalam dirinya dan memperoleh pengalaman yang membentuk kontrol diri negatif, maka terbentuklah kontrol diri yang tidak baik.

Sebanyak 70 responden penelitian yang menjawab item pernyataan sebanyak 32 item pernyataan angket kontrol diri, diperoleh mean atau rata-rata kontrol diri sebesar 115,9429 dengan data minimum adalah 90.00 dan data maksimum adalah 144.00 dengan range sebesar 54.00 standar deviasinya sebesar 11,77554.

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 70 responden didapatkan bahwa presentase kategori kontrol diri peserta didik, ada 13 orang atau 18,57% peserta didik yang berada pada kategori kontrol diri tinggi, 46 orang atau 65,71% peserta didik yang berada pada kategori kontrol diri sedang, dan 15 orang atau 15,71% peserta didik yang berada pada kategori kontrol diri rendah. Berdasarkan kategori tersebut maka kontrol diri peserta didik kelas VIII SMPN 28 Padang berada pada kategori sedang.

b. Motivasi Berprestasi Peserta Didik Kelas VIII SMPN 28 Padang

Dalam bahasa Inggris *motivation* berasal dari *motivum*. Istilah "motivasi" mempunyai arti sedikit bagi motivasi itu sendiri. Winkel menyatakan bahwa motivasi berawal dari motif yang sudah menjadi aktif pada saat tertentu. Sedangkan motif adalah daya penggerak dari dalam untuk melakukan aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan, sedangkan motivasi diartikan sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif.

Sesuai dengan pendapat Jhonson dan Kalb menyimpulkan bahwa individu yang memiliki motivasi untuk berprestasi tinggi memiliki karakteristik sebagai berikut: a). Menyukai situasi atau tugas yang menuntut tanggung jawab, b). Memilih tujuan yang realistis tetapi menantang, c). Mencari situasi atau pekerjaan, d). Senag berkerja sendiri. e). Mampu menangguh-

kan pemuasaan keinginannya demi masa depan yang lebih baik, f). Tidak tergugah sekedar mendapatkan uang.

Maksud dari keenam karakteristik tersebut adalah seseorang yang dikatakan memiliki motivasi berprestasi tinggi maka termasuk dalam karakteristik tersebut dan bisa menerapkan pada dirinya. Apabila tidak memiliki salah satu dari karakteristik di atas maka seseorang tersebut belum dapat dikatakan memiliki motivasi berprestasi yang tinggi.

Sebanyak 70 responden penelitian maka diperoleh, mean atau rata-rata motivasi berprestasi sebesar 113,6857 dengan nilai minimum adalah 78,00 nilai maksimum 189,00 dengan range sebesar 111,00, standar deviasinya sebesar 17,00686, kemudian dilakukan kategorisasi subjek secara normalitas guna memberi interpretasi terhadap skor skala.

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 70 responden persentase kategori motivasi berprestasi peserta didik, ada 10 orang atau 10% peserta didik yang berada pada kategori tinggi, 55 orang atau 78,57% peserta didik sedang, dan 8 orang atau 11,42% peserta didik yang berada pada kategori rendah. Berdasarkan kategori tersebut maka prestasi belajar peserta didik kelas VIII SMPN 28 Padang berada pada kategori sedang.

c. Hubungan Kontrol Diri dengan Motivasi Berprestasi Peserta Didik Kelas VIII SMPN 28 Padang

Menurut Ghufron ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan ada yang rendah. Kontrol diri diartikan sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Seseorang pelajar yang memiliki kontrol diri yang tinggi, akan mampu memadu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Mereka mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, mempertimbangkan segala akibat yang tidak dikehendaki, mereka mampu mengatur stimulus sehingga mampu menyesuaikan

kan perilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang belajar dan motivasi untuk berprestasi serta meningkatkan prestasinya.

Maksudnya kontrol diri memang memiliki hubungan dengan motivasi berprestasi seseorang seseorang. Jika dipahami kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku dijelaskan Ghufron di atas yaitu kontrol diri yang positif. Apabila ditemukan adanya peserta didik yang memiliki kontrol diri positif seperti ini tentunya kita akan melihat hal-hal yang akan menunjang belajar dan motivasi berprestasi serta dapat meningkatkan prestasi peserta didik. Tentunya semua itu tidak terlepas dengan adanya hubungan kontrol diri dengan motivasi berprestasi yang dimiliki peserta didik.

Hamzah B Uno menyatakan bahwa modifikasi perilaku kognitif lebih menekankan pada pengembangan kontrol diri dari pada kontrol dari pihak luar (eksternal). Kontrol diri menekankan pada penetapan tujuan, perencanaan, dan intruksi diri daripada *reinforcement*.

Selanjutnya dari analisis yang diperoleh bahwa kontrol diri memiliki hubungan yang positif terhadap motivasi berprestasi. Sehingga semakin tinggi kontrol diri peserta didik maka semakin tinggi motivasi belajar peserta didik. Hal ini terbukti dari hasil analisis korelasi pearson yang menunjukkan bahwa nilai *pearson correlation* antara kontrol diri peserta didik dengan motivasi berprestasi peserta didik diperoleh sebesar 0,698 lebih besar dari $r_{tabel\ 5\%} = 0,235$ adanya arah korelasi yang positif, jika korelasinya besar dari r_{tabel} maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya kontrol diri peserta didik memiliki hubungan dengan motivasi berprestasi peserta didik, sehingga semakin tinggi kontrol diri maka semakin tinggi pula motivasi berprestasi peserta didik.

Hasil penelitian ini menunjukkan kontrol diri peserta didik memiliki hubungan yang signifikan dengan motivasi

berprestasi peserta didik kelas VIII SMPN 28 Padang.

D. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan kontrol diri dengan motivasi berprestasi kelas VIII di SMPN 28 Padang dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Kontrol diri peserta didik kelas VIII di SMPN 28 Padang dari sampel 70 peserta didik memiliki kontrol diri yang sedang sebanyak 46 orang peserta didik dengan persentase 65,71%, dan yang rendah yaitu 15 orang peserta didik dengan persentase 15,71%. Berdasarkan data hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dari 70 orang peserta didik di SMP N 28 Padang memiliki kontrol diri yang sedang.
2. Motivasi berprestasi peserta didik kelas VIII di SMPN 28 Padang dari 70 peserta didik yang dijadikan sampel memiliki motivasi berprestasi yang sedang yaitu sebanyak 55 orang peserta didik pada tingkat sedang, dan 8 orang peserta didik dengan persentase 11,42% pada tingkat rendah. Berdasarkan data hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar dari 70 orang peserta didik di SMPN 28 Padang memiliki motivasi berprestasi yang sedang.
3. Hubungan kontrol diri dengan motivasi berprestasi peserta didik di SMPN 28 Padang adalah terdapat hubungan yang signifikan dan positif dengan hasil r_{xy} sebesar 0,698 yang lebih besar dari r_{tabel} baik pada taraf signifikan 5% maupun pada taraf signifikan 1%.

Penulis menyarankan kepada peserta didik diharapkan agar dapat meningkatkan kontrol diri dalam belajar, karena dengan kontrol diri yang tinggi akan membuat peserta didik lebih termotivasi untuk berprestasi dalam belajar.

Kepada Guru BK, agar lebih memperhatikan kontrol diri dan motivasi berprestasi peserta didiknya di sekolah, maka guru BK dapat memberikan layanan bimbingan konseling untuk lebih meningkatkan kontrol diri peserta didik terhadap motivasi berprestasi.

Kepada pihak sekolah, diharapkan bisa memfasilitasi dan melengkapi sarana dan prasarana yang dibutuhkan peserta didik dalam meningkatkan motivasi peserta didik untuk berprestasi, selanjutnya lebih memberikan perhatian kepada peserta didik dan mencari ide-ide baru untuk meningkatkan motivasi berprestasi peserta didik

F. DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, R. H. (2001). *Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Bachri, T. S. (2010). *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Jakarta: Kencana.
- Eugene, G. (1994). *Faktor-Faktor Prestasi*. Jakarta : Binarupa Aksara.
- Goleman, D. (2005). *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Gufron, M. N., & Rinaswita, R. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media Group.
- Juntika, N. A. (2009). *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Refika Aditama.
- Khodijah, N. (2014). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: raja Grafindo Persada.
- Mujib, A. (2002). *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Ubaedy, A. (2005). *Menggalih Potensi Meraih Prestasi*. Depok: Cahaya Ilmu.
- Yusuf, S. (2004). *Psikologo perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Rosdakarya.