

Kontrol Diri dan Penyesuaian Diri dengan Kedisiplinan Siswa

Lidya Natalia Gunawan¹

*Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman Samarinda*

ABSTRACT. *This study aims to determine the relationship between self-control and self-adjustment with discipline MTS Sulaiman Yasin Samarinda students. The method of this research is quantitative. The total number of subjects are 112 people by used total sampling as the sampling technique. The research data was obtained used a likert scale of self-control, self-adjustment, and discipline. Data were analyzed with regression full and gradually models with the help from program Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 20.0 for windows. The result of the first analysis showed there's a correlation between self-control with discipline, the values is $T_{value} > T_{table}$ ($T_{value} = 2,830 > T_{table} = 1,984$) dan $p = 0,005 < 0,050$. The result of second analysis showed there's a correlation between self-adjustment with discipline, the value is $T_{value} > T_{table}$ ($T_{value} = 8,730 > t \text{ table } 1,984$) dan $p = 0,000 < 0,050$. The result of the third analysis showed there's a correlation between self-control and self-adjustment with discipline, the values is $F_{value} > F_{table}$ ($F_{value} = 112,398 > F_{table} = 3,07$), Adjusted R square = 0,805, dan $p = 0,000 < 0,050$.*

Keywords: *self-control, self-adjustment and discipline*

ABSTRAK. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dan penyesuaian diri dengan disiplin siswa MTS Sulaiman Yasin Samarinda. Metode penelitian ini adalah kuantitatif. Jumlah total subjek adalah 112 orang dengan menggunakan total sampling sebagai teknik pengambilan sampel. Data penelitian yang diperoleh menggunakan skala likert tentang kontrol diri, penyesuaian diri, dan disiplin. Data dianalisis dengan model regresi penuh dan bertahap dengan bantuan dari paket Statistik Program untuk Ilmu Sosial (SPSS) 20.0 untuk windows. Hasil analisis pertama menunjukkan ada korelasi antara kontrol diri dengan disiplin, nilainya adalah Nilai TV > Tabel (Nilai TV = 2,830 > Ttabel = 1,984) dan $p = 0,005 < 0,050$. Hasil analisis kedua menunjukkan ada korelasi antara penyesuaian diri dengan disiplin, nilainya adalah Nilai TV > Ttabel (Nilai TV = 8,730 > t tabel 1,984) dan $p = 0,000 < 0,050$. Hasil analisis ketiga menunjukkan ada korelasi antara kontrol diri dan penyesuaian diri dengan disiplin, nilainya adalah Fvalue > Ftable (Fvalue = 112,398 > Ftable = 3,07), Adjusted R square = 0,805, dan $p = 0,000 < 0,050$.

Kata Kunci: kontrol diri, penyesuaian diri dan disiplin

¹ Email: lidyaa.nataliaa@yahoo.com

PENDAHULUAN

Sekolah merupakan lembaga pendidikan formal yang secara sistematis melaksanakan program bimbingan, pengajaran, dan latihan dalam rangka membantu siswa agar mampu mengembangkan potensinya, baik yang menyangkut aspek moral-spiritual, intelektual, emosional, maupun sosial dengan menciptakan suasana sekolah yang kondusif (Yusuf, 2009). Bentuk-bentuk nilai yang sebaiknya diajarkan di sekolah adalah kejujuran, keadilan, toleransi, kebijaksanaan, tolong menolong, peduli sesama, kerjasama, keberanian, dan disiplin diri (Lickona, 2014). Disiplin diri dapat ditegakkan melalui aturan sekolah (Mulyasa, 2012).

Siswa menjadi salah satu induk yang dapat mendukung jalannya pelaksanaan disiplin di sekolah, sekolah mulai dari pendidikan dasar sampai tinggi yang dilakukan secara terstruktur dengan menggunakan metode pendekatan kurikulum yang terintegrasi maupun kurikulum yang monolitik atau tersendiri (Adriansyah, Sofia, dan Rifayanti, 2016). Namun dalam perjalanannya siswa melihat banyak hal yang terjadi di sekolah sebagai hal yang tidak menyenangkan, membosankan, menyebabkan frustrasi, atau melelahkan. Siswa sering berperilaku buruk hanya untuk melarikan diri dari kegiatan yang tidak menyenangkan. Ini dapat terlihat jelas pada siswa yang sering meminta izin untuk mengambil minuman, pergi ke kamar belakang, atau meraut pensil mereka. Siswa juga dapat berperilaku buruk hanya untuk mengacaukan suasana (Slavin, 2011).

Selain itu siswa yang dalam kondisi terdesak karena hampir melanggar aturan sekolah akan rentan untuk melakukan pelanggaran lain, seperti melanggar aturan lalu lintas. Siswa akan melakukan pelanggaran aturan lain demi terlepas dari hukuman pelanggaran kedisiplinan di sekolah. Pernyataan ini didukung oleh beberapa bentuk pelanggaran kedisiplinan yang sempat diangkat oleh beberapa media cetak Samarinda. Seperti pada berita pada 10 Oktober 2015 dengan judul takut terlambat, tangan Lilis malah tergilas truk (Christopher D, 2015).

Masa remaja memang cenderung untuk melakukan pelanggaran disiplin dengan tidak menaati peraturan atau tata tertib yang terlihat sebagai bentuk perlawanan terhadap otoritas, hanya saja di satu sisi remaja juga sudah memahami apa fungsi dari peraturan itu diciptakan dan mengapa tidak boleh

dilanggar. Berdasarkan teori Piaget (dalam Santrock, 2007) mengenai perkembangan moral, anak 10 tahun ke atas sudah sadar bahwa peraturan dan hukum dibuat oleh manusia, dan ketika menilai sebuah peraturan mereka mempertimbangkan niat dan juga konsekuensinya. Di sisi lain mereka juga sudah memahami konsep *Immanent Justice*, sebuah konsep yang menjelaskan ketika peraturan dilanggar, maka hukuman akan langsung mengiringi pelanggaran tersebut.

Pada perjalanannya tujuan disiplin bagi peserta didik adalah untuk membantu menemukan diri, mengatasi, dan mencegah timbulnya *problem-problem* disiplin, serta berusaha menciptakan suasana yang aman, nyaman, dan menyenangkan bagi kegiatan pembelajaran, sehingga mereka akan menaati segala peraturan yang ditetapkan (Mulyasa, 2012). Sekolah juga membantu membentuk kesadaran sosial peserta didik dengan cara membekalinya dengan pengetahuan untuk diaplikasikan dalam kehidupan sosial sehari-hari (Latif, 2009). Rusyan (2014) mendefinisikan kedisiplinan sebagai keinginan dan kesadaran untuk menaati peraturan-peraturan sekolah dan norma-norma sosial. Rachman (dalam Tu'u, 2004) juga menyatakan disiplin sebagai 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. Kesadaran yang muncul dari dalam diri ini seharusnya mampu membimbing dan mengarahkan seseorang untuk membawa dirinya pada perilaku yang positif, seperti kedisiplinan.

Banyak faktor yang dapat memengaruhi kesadaran akan sikap disiplin seseorang, salah satunya adalah kontrol diri, karena pada usia remaja mereka sudah mampu mencapai kepastian akan kebebasan dan kemampuan berdiri sendiri yaitu dengan mempertimbangkan setiap konsekuensi akan perbuatan mereka (Soetjningsih, 2010). Jika mereka mengetahui bahwa perbuatan mereka salah namun tetap dilakukan, berarti itu menunjukkan akan rendahnya kontrol diri. Individu dengan kontrol diri yang rendah senang melakukan resiko dan melanggar aturan tanpa memikirkan efek jangka panjangnya (Aroma dkk, 2012).

Kemampuan mengontrol diri terus berkembang secara bertahap dari anak-anak hingga remaja.

Kemampuan ini tidak akan sepenuhnya matang hingga akhir remaja (Casey dkk, 2013). Oleh karena itu ketidakcocokan antara lingkungan pendidikan dan kebutuhan psikologis membuat remaja awal memiliki masa rentan yang akan menurunkan kemampuan kontrol dirinya (Duckworth dkk, 2013). Di satu sisi remaja memiliki kemampuan kontrol diri yang sebanding atau bahkan lebih baik daripada beberapa orang dewasa pada situasi netral (tenang), namun pada situasi emosional kemampuan ini menjadi goyah (Casey dkk, 2013).

Disamping kontrol diri, dari berbagai macam faktor yang mempengaruhi kedisiplinan adalah penyesuaian diri siswa terhadap sistem maupun situasi sekolah. Collins & Steiberg (dalam Santrock, 2007) mengatakan bahwa transisi dari sekolah dasar ke sekolah menengah pertama merupakan masa sulit bagi banyak siswa. Sebagai contoh, dalam studi tentang transisi dari kelas enam sekolah dasar ke kelas tujuh sekolah menengah pertama, persepsi remaja akan kualitas kehidupan sekolah mereka merosot di kelas tujuh. Pada kelas tujuh, para siswa tersebut kurang puas dengan sekolah, kurang berkomitmen terhadap sekolah, dan kurang menyukai guru mereka. Penurunan pada kepuasan sekolah terjadi tak peduli betapa suksesnya siswa tersebut secara akademis sebelumnya. Singkatnya transisi ke sekolah menengah pertama bisa menimbulkan stres (Wigfield, dalam Santrock, 2007). Dalam studi yang lain, ketika siswa beranjak dari kelas enam ke kelas delapan, mereka semakin berpendapat bahwa sekolah membosankan dan tidak relevan.

Hal-hal di atas dapat terjadi ketika seseorang merasa kurang cocok dengan lingkungan yang dihadapinya, maka ia berusaha untuk mengadakan beberapa perubahan atau perbaikan akan hal yang dipandang kurang baik atau kurang dapat memenuhi kebutuhan, atau kurang memenuhi seleranya. Selain itu makin tinggi tuntutan lingkungan, makin meningkat pula upaya belajar yang harus dilakukan individu (Sukmadinata, 2010). Individu dikatakan mampu menyesuaikan diri dengan baik ketika individu mampu menyelaraskan kebutuhan, harapan, dan tuntutan yang ada di dalam dirinya dengan tuntutan dari lingkungan.

Sekolah MTS Sulaiman Yasin Samarinda adalah salah satu Sekolah Menengah Pertama milik swasta yang berakreditasi B (baik). Sekolah ini memiliki 155 murid yang terbagi dalam 2 kelas untuk tingkat

pertama, 1 kelas untuk tingkat kedua, dan 3 kelas untuk tingkat ketiga. Seperti sekolah pada umumnya, MTS Sulaiman Yasin Samarinda juga memiliki tata tertib untuk para siswa-siswi beserta hukuman yang akan diterima jika melanggar, seperti lari mengelilingi lapangan sebanyak 20 kali (akan semakin bertambah jika diulangi) dan membayar uang Infaq sebesar 1000 rupiah. Selain itu sekolah juga menerapkan sistem pemberian poin, dimana semakin banyak poin yang dikumpulkan, maka akan semakin berat hukuman yang diberikan. Namun semua konsekuensi yang harus dihadapi ini tidak membuat tingkat kedisiplinan di sekolah ini baik karena masih banyaknya siswa-siswi yang melanggar.

Melalui survey yang telah dilakukan peneliti di MTS Sulaiman Yasin Samarinda terhadap 71 dari 155 siswa yang diambil dari kelas 1 sampai 3 pada hari Sabtu tanggal 26 Maret 2016. Peneliti mengajukan beberapa aitem pernyataan mengenai pelanggaran disiplin sekolah yang pernah mereka lakukan. Hasil yang didapatkan terdapat 3 pelanggaran tertinggi yang dilakukan, yaitu tidak mengenakan seragam dengan atribut lengkap (57,75%), menyontek (56,63%), dan tidak mengerjakan tugas (50,70%).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada guru Bimbingan Konseling pada Sabtu, 26 Maret 2016 pukul 09.00 WITA, beliau mengatakan uang Infaq yang telah terkumpul dari tahun 2012 akhir hingga tahun 2015 sudah berjumlah 2.500.000 rupiah. Hal ini diakui oleh guru Bimbingan Konseling MTS Sulaiman Yasin Samarinda, dimana masih banyak siswa-siswi yang sering melanggar peraturan walaupun mereka pernah dihukum sebelumnya. Seperti salah satunya pelanggaran yang paling sering dilakukan adalah terlambat, walaupun hari sebelumnya mereka sudah mendapatkan hukuman dengan lari di lapangan dan membayar uang infaq, tapi kenyatannya mereka tetap melakukan kesalahan yang sama di hari berikutnya, dan jika ditanya apa alasan mereka, mereka hanya menjawab karena tidur kemalaman dan akhirnya telat bangun.

Selain itu beliau juga menuturkan bahwa kebijakan yang mereka buat pernah diprotes oleh para murid sebagai bentuk ketidakpuasan terhadap kondisi sekolah, bahkan pernah beberapa siswa merusak sarana dan prasarana sekolah ketika para guru sedang tidak berada di sekolah. Para murid mengatakan mereka sama sekali tidak bisa mengeksplorasi lebih diri mereka karena banyaknya tuntutan yang harus

mereka jalani selama berada di lingkungan sekolah. Selain itu orang tua maupun keluarga siswa juga pernah datang ke sekolah dengan marah-marah penuh nada ancaman terhadap para guru akibat sanksi yang diberikan pihak sekolah kepada anak mereka.

Berdasarkan hasil survey dan wawancara yang telah dilakukan dapat diketahui terdapat masalah yang cukup serius pada sikap disiplin pada siswa-siswi MTS Sulaiman Yasin Samarinda, bahkan bukan hanya pada internal lingkungan sekolah, namun melibatkan pihak eksternal seperti orang tua siswa. Sikap disiplin siswa ini tentunya juga dipengaruhi oleh tingkat kontrol diri yang rendah maupun kurangnya penyesuaian para siswa terhadap aturan sekolah.

TINJAUAN PUSTAKA

Kontrol Diri

Pengertian kontrol diri yang dikemukakan oleh Averill (Kusumadewi, 2012) adalah kontrol diri merupakan variabel psikologis yang mencakup kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak penting atau penting dan kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan yang diyakininya. Sedangkan Chaplin (2002) mendefinisikan kontrol diri sebagai kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangai impuls-impuls atau tingkah laku impulsif. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kontrol diri seseorang berasal dari dalam diri (internal) maupun luar diri (eksternal). Faktor internal, dimana usia mempengaruhi kontrol diri seseorang. Semakin bertambah usia seseorang maka semakin baik kemampuan mengontrol diri. Faktor eksternal, lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Orang tua yang menerapkan disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini dan orang tua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi, sikap kekonsistenan ini akan diinternalisasikan anak dan akan menjadi kontrol diri baginya. Adapun aspek-aspek dalam kontrol diri yang diungkapkan oleh Ghufro dan Risnawati (2010):

1. Kontrol perilaku (*behavior control*), merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan.
2. Kontrol kognitif (*cognitive control*), merupakan

kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis untuk mengurangi tekanan.

3. Kontrol keputusan (*decision control*), merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya.

Penyesuaian Diri

Fatimah (2008) menyatakan penyesuaian diri sebagai kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dan lingkungan sekitarnya. Individu dikatakan mampu menyesuaikan diri dengan baik ketika individu mampu menyelaraskan kebutuhan, harapan, dan tuntutan yang ada di dalam dirinya dengan tuntutan dari lingkungan. Jadi penyesuaian diri dapat dikatakan sebagai cara tertentu yang dilakukan oleh individu untuk bereaksi terhadap tuntutan dalam diri maupun situasi eksternal yang dihadapinya (Agustiani, 2009).

Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri seseorang, yaitu faktor fisiologis, psikologis, perkembangan, lingkungan, dan yang terakhir faktor budaya dan agama (Fatimah, 2008). Sementara itu aspek-aspek dalam penyesuaian diri sesuai yang dikemukakan oleh Fatimah (2008) adalah:

1. Menerima diri sendiri, kemampuan individu untuk mengetahui dan memahami kelebihan serta kelemahan yang dimiliki sehingga mampu mengembangkan potensi diri secara penuh. Menerima lingkungan, kemampuan individu untuk menerima dan menyesuaikan diri dengan aturan, hukum, nilai, dan norma sosial yang berlaku di lingkungan Ia berada.
2. Menyesuaikan diri dengan lingkungan, kemampuan individu untuk mengubah atau memperbaiki perilakunya agar dapat sesuai dengan keadaan lingkungan.
3. Lingkungan menyesuaikan dengan diri individu, kemampuan individu untuk mengubah lingkungan agar sesuai dengan keadaan atau keinginan diri.

Kedisiplinan

Disiplin berasal dari kata *discipline*, artinya seseorang yang belajar atau secara sukarela mengikuti seorang pemimpin. Disiplin adalah metode yang digunakan untuk mencegah masalah perilaku atau menanggapi masalah perilaku yang ada dengan maksud mengurangi kejadiannya pada masa mendatang (Slavin, 2011). Lebih lanjut Semiawan (2009) mendefinisikan bahwa disiplin secara luas dapat diartikan sebagai semacam pengaruh yang dirancang untuk membantu anak agar mampu menghadapi tuntutan dari lingkungan. Tu'u (2004) menjelaskan istilah disiplin seringkali terkait dan menyatu dengan istilah tata tertib dan ketertiban.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi MTS Sulaiman Yasin Samarinda berjumlah 155 sampel yang terbagi menjadi 2, yaitu 30 untuk sampel uji coba dan 125 untuk sampel penelitian. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi berganda model penuh dan sederhana. Sebelum dilakukan analisa data, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas, uji autokorelasi, dan uji heterokedastisitas. Selain itu penelitian ini juga menggunakan uji korelasi parsial, regresi model *stepwise*, dan regresi model akhir pada setiap aspek variabel bebas dengan setiap aspek variabel terikat. Keseluruhan teknik analisis data menggunakan program SPSS versi 20.0 *for windows*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana hubungan kontrol diri dan penyesuaian diri dengan kedisiplinan pada siswa-siswi MTS Sulaiman Yasin Samarinda. Untuk mengetahui hubungan tersebut, penelitian ini melewati beberapa uji dengan menggunakan perhitungan statistik, seperti uji normalitas, linearitas, multikolinearitas, autokorelasi, heterokedastisitas, dan hipotesis yang menggunakan uji regresi berganda, serta uji korelasi parsial, regresi model *stepwise*, dan regresi model akhir.

Berdasarkan hasil uji analisis regresi model penuh, terdapat hubungan yang signifikan antara

kontrol diri dan penyesuaian diri dengan kedisiplinan pada siswa-siswi MTS Sulaiman Yasin Samarinda, dengan $F_{hitung} > F_{tabel}$ ($112,398 > 3,07$), $Adjusted R\ square = 0,805$, dan $p = 0,000 < 0,050$. Hasil ini menunjukkan hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Selanjutnya berdasarkan hasil uji analisis regresi model bertahap pada variabel kontrol diri dengan kedisiplinan dalam penelitian ini terdapat hubungan positif dengan nilai $\beta = 0,210$, $t_{hitung} = 2,830 > t_{tabel} = 1,984$, dan $p = 0,005 < 0,050$. Artinya semakin tinggi kontrol diri maka akan semakin tinggi kedisiplinan seseorang, sebaliknya semakin rendah kontrol diri seseorang maka semakin rendah juga kedisiplinannya.

Hasil di atas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pujawati (2016) yang menyebutkan bahwa kontrol diri memiliki kaitan dengan perilaku disiplin, dimana semakin tinggi kontrol diri maka akan semakin tinggi tingkat disiplin seseorang, begitu juga sebaliknya.

Penjelasan di atas juga sesuai dengan apa yang diutarakan Durkheim (dalam Widodo, 2013), dimana Ia mengemukakan ada dua unsur semangat disiplin, yaitu keinginan adanya keteraturan diri dan keinginan adanya pengendalian diri. Aspek pengendalian diri (*self-control*) memiliki kontribusi dalam menciptakan satu model perilaku disiplin, yaitu adanya ketaatan atau kepatuhan terhadap aturan, norma yang timbul/terjadi karena adanya dorongan dari dalam dirinya sendiri. Sementara individu yang lemah dalam pengendalian dirinya, cenderung untuk bertingkah laku negatif atau cenderung menunjukkan gejala perilaku disiplin yang melanggar/menyimpang, yang disebut sebagai bentuk masalah atau pelanggaran disiplin (Widodo, 2013).

Kemudian pada hasil uji analisis regresi model bertahap pada variabel penyesuaian diri dengan kedisiplinan dalam penelitian ini terdapat hubungan positif dengan nilai $\beta = 0,646$, $t_{hitung} = 8,730 > t_{tabel} = 1,984$, dan $p = 0,000 < 0,050$. Artinya semakin tinggi penyesuaian diri maka akan semakin tinggi kedisiplinan seseorang, sebaliknya semakin rendah penyesuaian diri maka semakin rendah juga kedisiplinan seseorang.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Kusdiyati dan Halimah (2011), dimana masalah penyesuaian diri menjadi aspek yang berkontribusi dalam pelanggaran disiplin di sekolah. Penyesuaian diri di dalam lingkungan sekolah

menjadi penting untuk siswa-siswi karena salah satu ciri dari penyesuaian diri di lingkungan sekolah adalah mau mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku (Kudsiyati dan Halimah, 2011). Selain itu karena sekolah bukan hanya tempat seseorang untuk mempertajam intelektual saja, namun mempunyai fungsi yang lebih luas, yaitu pembentukan sikap dan kebiasaan yang wajar, perkembangan kecakapan-kecakapan pada umumnya, belajar bekerja sama dengan kawan sekelompok, dan lain sebagainya. Apabila siswa-siswi memiliki penyesuaian diri yang baik maka mereka akan lebih mudah untuk melakukan interaksi sosial dan mencapai tahap perkembangan sosial yang baik dalam lingkungan sekolah (Putri dan Laksmiwati, 2013).

Selanjutnya dilakukan analisis korelasi parsial, analisis regresi model *stepwise*, dan regresi model akhir pada penelitian ini antara setiap aspek variabel X (kontrol diri dan penyesuaian diri) dengan variabel Y (kedisiplinan), didapatkan hasil bahwa aspek menerima lingkungan, lingkungan menyesuaikan dengan diri individu, kontrol perilaku, dan kontrol kognitif memiliki hubungan terhadap aspek sikap mental dengan sumbangan efektif sebesar 62,4 persen yang didapatkan dari nilai F hitung = 49,785 < F tabel = 3,07, $R^2 = 0,624$, dan $p = 0,000 > 0,050$.

Aspek pertama yang memiliki hubungan paling kuat (signifikan) terhadap aspek sikap mental adalah aspek lingkungan menyesuaikan dengan diri individu dengan nilai beta = 0,396, t hitung = 2,938 > t tabel = 1,984, dan $p = 0,000 < 0,050$. Seperti yang dikatakan Bahri (2009), sikap mental (*mental attitude*) merupakan sikap taat dan tertib sebagai hasil atau pengembangan dan latihan pengendalian pikiran dan pengendalian watak.

Selanjutnya aspek kedua yang berkorelasi signifikan terhadap aspek sikap mental adalah aspek kontrol perilaku dengan nilai beta = 0,207, t hitung 3,171 > t tabel = 1,984, dan $p = 0,002 < 0,050$. Penjelasan kontrol perilaku ini sejalan dengan pemahaman akan sikap mental, dimana kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, dirinya sendiri atau aturan perilaku.

Aspek ketiga yang berkorelasi signifikan terhadap aspek sikap mental adalah aspek menerima lingkungan dengan nilai beta = 0,193, t hitung = 2,658 > t tabel = 1,984, dan $p = 0,009 < 0,050$. Fatimah

(2008) menjelaskan bahwa menerima lingkungan berarti kemampuan individu untuk menerima dan menyesuaikan diri sesuai dengan aturan, hukum, nilai, dan norma sosial yang berlaku di lingkungan ia berada, dimana menyesuaikan diri ini juga mencakup proses mental. Begitu juga dengan lingkungan budaya tempat tinggal yang merupakan sumber nilai, norma, kepercayaan, dan pola tingkah laku akan memberikan tuntutan bagi hidup dan menentukan pola penyesuaian dirinya.

Aspek keempat yang berkorelasi signifikan dengan aspek sikap mental adalah aspek kontrol kognitif dengan nilai beta = 0,152, t hitung = 2,157 > t tabel = 1,984, dan $p = 0,033 < 0,050$. Kontrol kognitif juga memiliki hubungan, dimana dengan informasi yang telah diinterpretasi, dinilai, dan dihubungkan dalam suatu kerangka kognitif membantu individu untuk mengantisipasi keadaan dengan berbagai pertimbangan dengan memperhatikan segi-segi positif secara subyektif (Ghufron dan Risnawati, 2010).

Selanjutnya, pada aspek menerima lingkungan, lingkungan menyesuaikan dengan diri individu, dan kontrol kognitif memiliki hubungan dengan aspek pemahaman yang baik, dengan sumbangan efektif sebesar 53,5 persen yang didapatkan dari nilai F hitung = 46,468 > F tabel = 3,07, $R^2 = 0,535$, dan $p = 0,000 < 0,050$.

Aspek pertama yang memiliki hubungan paling kuat terhadap aspek pemahaman yang baik adalah aspek lingkungan menyesuaikan dengan diri individu dengan nilai beta = 0,368, t hitung = 5,403 > t tabel = 1,984, dan $p = 0,000 < 0,050$. Pemahaman yang baik ada dikarenakan terjadinya interaksi antara individu dan lingkungan, dimana hasil dari penyesuaian ini akan membuat individu mampu menguasai lingkungan sosialnya melalui penerimaan standar ataupun nilai yang berlaku di lingkungan. Selain itu kemampuan menerima atau menilai kenyataan lingkungan di luar dirinya harus secara objektif sesuai dengan pertimbangan-pertimbangan rasional dan perasaan (Ali dan Asrori, 2005).

Aspek kedua yang berkorelasi signifikan terhadap aspek pemahaman yang baik selanjutnya adalah aspek kontrol kognitif dengan nilai beta = 0,266, t hitung = 3,693 > t tabel = 1,984, dan $p = 0,000 < 0,050$. Pemahaman yang baik adalah salah satu bentuk kontrol kognitif yang baik pula. Hal ini ditegaskan oleh Ghufron dan Risnawati (2010),

dimana kemampuan untuk mengolah informasi dengan cara menginterpretasi, menilai atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif akan membantu individu mengantisipasi suatu keadaan yang baik atau tidak untuk dirinya.

Aspek yang terakhir yang berkorelasi signifikan dengan terhadap aspek pemahaman yang baik adalah aspek aspek menerima lingkungan dengan nilai beta = 0,289, $t_{hitung} = 3,550 > t_{tabel} = 1,984$, dan $p = 0,001 < 0,050$. Pemahaman yang baik juga diperlukan jika individu ingin mengubah lingkungan agar sesuai dengan keinginan diri, yaitu dengan tetap memberikan bersikap toleran terhadap sesama dengan selalu menunjukkan perilaku hormat sesuai dengan martabat, serta dapat mengerti dan menerima keadaan orang lain meskipun sebenarnya tidak sesuai dengan keadaan dirinya (Ali dan Asrori, 2005).

Selanjutnya aspek lingkungan menyesuaikan dengan diri individu, kontrol keputusan, kontrol perilaku, dan menerima lingkungan mempunyai hubungan dengan aspek sikap dan tingkah laku yang wajar, dengan sumbangan efektif sebesar 52,1 persen yang didapatkan dari nilai dengan $F_{hitung} = 32,664 < F_{table} = 3,07$, $R^2 = 0,521$, dan $p = 0,000 < 0,050$.

Aspek pertama yang memiliki hubungan paling kuat terhadap aspek sikap dan tingkah laku yang wajar adalah aspek lingkungan menyesuaikan dengan diri individu dengan nilai beta = 0,386, $t_{hitung} = 5,123 > t_{tabel} = 1,984$, dan $p = 0,000 < 0,050$. Sikap dan tingkah laku yang wajar berhubungan dengan keinginan individu agar lingkungan sesuai dengan dirinya. Hal yang dimaksud adalah bagaimana sikap dan tingkah laku yang wajar akan membantu seseorang untuk tetap menjalankan segala sesuatu berdasarkan pada aturan yang telah ditetapkan, baik oleh sekolah, masyarakat, maupun pemerintah, walaupun kurang sesuai dengan dirinya (Rusyan, 2014).

Aspek kedua yang masih memiliki hubungan yang kuat terhadap aspek sikap dan tingkah laku yang wajar adalah aspek kontrol perilaku dengan nilai beta = 0,205, $t_{hitung} = 2,928 > t_{tabel} = 1,984$, dan $p = 0,004 < 0,050$. Sikap dan tingkah laku yang wajar (menunjukkan kesungguhan hati untuk menaati segala hal secara cermat) mampu diwujudkan dengan kemampuan seseorang untuk memilih suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini atau disetujuinya, dimana dalam hal ini seperti didikan orang tua dalam penerapan kedisiplinan (Ghufron dan Risnawati,

2010). Selain itu sikap dan tingkah laku yang wajar juga mampu diwujudkan dengan kemampuan seseorang dalam mengatur perilaku yang tidak sesuai dengan norma sosial (Kusumadewi, 2012).

Aspek terakhir yang berkorelasi signifikan terhadap aspek sikap dan tingkah laku yang wajar adalah aspek menerima lingkungan dengan nilai beta = 0,205, $t_{hitung} = 2,928 > t_{tabel} = 1,984$, dan $p = 0,030 < 0,050$. Kedua aspek ini saling berhubungan karena di satu sisi dengan mampu mengarahkan dan mengatur dalam pikiran, kebiasaan, ataupun perilaku sesuai dengan aturan, hukum, nilai, dan norma sosial yang berlaku di lingkungannya adalah kemampuan individu dalam menerima lingkungan yang baik (Fatimah, 2008).

Adapun faktor-faktor lain yang juga mempengaruhi kedisiplinan yang tidak disebutkan dalam penelitian ini, yaitu antara lain faktor lingkungan keluarga (dimana ada faktor keterlibatan orang tua di dalamnya) dan dukungan sosial teman sebaya (*peer group*). Keluarga mempunyai peran besar bagi siswa dikarenakan tingkah laku yang jelek di rumah akan berdampak juga pada perilaku di sekolah karena faktor kebiasaan (Wulandari, 2014). Selain itu dikarenakan karakteristik remaja yang masih membutuhkan dukungan dari orang lain sebagai bentuk pemberian motivasi yang dapat memperkuat perilaku mereka. Dengan demikian remaja lebih dapat mengontrol perilaku negatifnya dan lebih terarah untuk menjadi individu yang bertanggung jawab dan siap secara mental dalam menanggapi proses-proses sosial di lingkungan masyarakat (Kusumadewi, 2012).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat antara kontrol diri dengan kedisiplinan pada siswa-siswi MTS Sulaiman Yasin Samarinda. Hal ini berarti hipotesis yang diajukan bahwa ada hubungan antara kontrol diri dengan kedisiplinan pada siswa-siswi MTS Sulaiman Yasin Samarinda diterima.
2. Terdapat hubungan antara penyesuaian diri dengan kedisiplinan pada siswa-siswi MTS Sulaiman Yasin Samarinda. Hal ini berarti hipotesis yang diajukan bahwa ada hubungan antara penyesuaian

diri dengan kedisiplinan pada siswa- siswi MTS Sulaiman Yasin Samarinda diterima.

3. Terdapat hubungan antara kontrol diri dan penyesuaian diri dengan kedisiplinan siswa-siswi MTS Sulaiman Yasin Samarinda. Hal ini berarti hipotesis yang diajukan bahwa ada hubungan antara kontrol diri dan penyesuaian diri dengan kedisiplinan pada siswa-siswi MTS Sulaiman Yasin Samarinda diterima.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian di atas maka peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut :

1. Saran bagi siswa-siswi MTS Sulaiman Yasin Samarinda, diharapkan untuk mematuhi aturan sekolah sebagai suatu kewajiban sebagai pelajar agar tercipta kondisi lingkungan sekolah yang nyaman bagi semua pihak, tanpa merasa terbebani ataupun karena takut dengan hukuman. Selain itu dikiranya siswa lebih aktif untuk mengikuti kegiatan yang dilaksanakan oleh pihak sekolah sebagai upaya peningkatan kedisiplinan, misalnya selalu mengikuti kegiatan upacara ataupun pramuka. Hal lain yang dapat dilakukan lainnya adalah siswa-siswi bisa lebih aktif lagi untuk berkonsultasi dengan guru Bimbingan Konseling ataupun guru lainnya jika memiliki masalah yang selama ini membuat mereka menjadi kurang disiplin selama berada di sekolah.
2. Saran bagi sekolah MTS Sulaiman Yasin Samarinda, diharapkan untuk lebih meningkatkan pengawasan terhadap setiap murid, bukan hanya secara akademis namun juga sikap dan moral mereka sebagai calon penerus bangsa. Selain itu para guru juga harus terus menindak lanjuti setiap pelanggaran yang mereka lakukan dengan hukuman agar memberikan efek jera. Tindakan-tindakan lain yang dapat dilakukan adalah dengan membuat kegiatan atau pelatihan yang dapat meningkatkan kedisiplinan siswa-siswi, misalnya kegiatan pramuka ataupun pelatihan dari pihak petugas militer jika memungkinkan.
3. Saran bagi guru bimbingan konseling dan kesiswaan MTS Sulaiman Yasin Samarinda, berdasarkan hasil penelitian, diharapkan kepada:
 - a. Guru bimbingan konseling di MTS Sulaiman Yasin Samarinda untuk lebih aktif lagi dalam mengawasi masalah pada siswa-siswi dengan pendekatan secara personal agar dapat

meminimalisir masalah yang lebih besar dikemudian hari. Selain itu diharapkan mampu menyusun beberapa program sederhana untuk meningkatkan kontrol diri, penyesuaian diri, dan kedisiplinan, baik itu melalui penyuluhan ataupun pelatihan, seperti kegiatan pramuka.

- b. Selain itu kepada guru kesiswaan juga diharapkan lebih tegas dan aktif dalam mencatat setiap pelanggaran siswa, terutama saat jam masuk sekolah atau dengan kata lain guru kesiswaan sudah harus siap di depan gerbang untuk memeriksa satu persatu siswa-siswi yang datang. Selain itu guru juga harus memberikan hukuman secara langsung pada saat pelanggaran tersebut terjadi agar hukuman boleh memberikan efek jera kepada siswa-siswi.
4. Saran bagi peneliti selanjutnya, menggunakan teori-teori baru dalam penyusunan isi teori maupun pembuatan skala agar dapat lebih mengungkapkan keadaan subjek penelitian lebih luas lagi. Selain itu diharapkan untuk memperhatikan skala yang telah dibuat dengan memahami secara baik aspek yang digunakan pada setiap pernyataan agar tidak terjadi kesalahpahaman antara subyek penelitian dan peneliti itu sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriansyah, M. A., Sofia, L., & Rifayanti, R. (2016). Pengaruh Pelatihan Pendidikan Lingkungan Hidup Terhadap Sikap Peduli Anak Akan Kelestarian Lingkungan. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 5(2), 86-106.
- Agustiani, H. (2006). Psikologi perkembangan: pendekatan ekologi kaitannya dengan konsep diri dan penyesuaian diri pada remaja. *Bandung: Refika Aditama*.
- Ali, M., & Asrori, M. (2004). Psikologi remaja: Perkembangan peserta didik.
- Aroma, I. S., & Suminar, D. R. (2012). Hubungan antara tingkat kontrol diri dengan kecenderungan perilaku kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 1(2), 1-6.
- Bahri, S., & Tajiri, Y. (2008). *Tanggung jawab, disiplin, jujur itu keren!* Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK).
- Casey, B.J & Caudle, K. (2013). The teenage brain:

- self-control. *Journal of developmental psychobiology departement of psychiatry*. 22(2), 82-87.
- Chaplin, J. S. (2002). *Kamus lengkap psikologi*. Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Christoper, D. (2015). *Takut terlambat sekolah, tangan lilis malah tergilas truk*. Samarinda: Tribun Kaltim.
- Duckworth, A. L., Kim, B., & Tsukayama, E. (2013). Life stress impairs self-control in early adolescence. *Frontiers in psychology*, 3(1), 1-12.
- Fatimah, E. (2008). *Psikologi perkembangan*. Pustaka Setia, Bandung.
- Ghufron, N. M., & Risnawati. S. (2010). *Teori-teori psikologi*. Arruz Media Grup, Yogyakarta.
- Kusdiyati, S., & Halimah, L. (2011). *Penyesuaian diri di lingkungan sekolah pada siswa kelas XI SMA pasundan 2 bandung*. Universitas Ahmad Dahlan. *Jurnal Psikologi*, 8(2), 172.
- Kusumadewi, S., Tuti, H., & Aditya. N. P. (2012). Hubungan antara dukungan sosial peer group dan kontrol diri dengan kepatuhan terhadap peraturan pada remaja putri di pondok pesantren modern islam assalaam sukoharjo. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*. Vol 1(2), 4.
- Latif, A. (2009). *Pendidikan berbasis nilai kemasyarakatan*. PT Refika Aditama, Bandung.
- Lickona, T. (2012). *Mendidik untuk membentuk karakter: bagaimana sekolah dapat memberikan pendidikan tentang sikap hormat dan bertanggung jawab*. PT. Bumi Aksara, Jakarta.
- Mulyasa. (2012). *Manajemen pendidikan karakter*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Pujawati, Z. (2016). Hubungan kontrol diri dan dukungan orang tua dan perilaku disiplin pada santri di pondok pesantren Daruss'adah Samarinda. *eJournal Psikologi*. Vol 4(2), 227-236.
- Putri, C, P & Laksmiwati, H. (2012). Perbedaan penyesuaian diri siswa ditinjau dari kematangan emosi dan tipe kelas pada MAN 1 Model Bojonegoro. *Jurnal Ilmiah Psikologi UNESA*. 13, (2).
- Rusyan, T. (2014). *Profesionalisme kepala sekolah.*: PT Dinamia Pendidikan, Jakarta.
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan anak*. Erlangga, Jakarta.
- Semiawan, C. R. (2009). *Penerapan pembelajaran pada anak*. PT. Indeks, Jakarta.
- Soetjiningsih. (2010). *Tumbuh kembang remaja dan permasalahannya*. Sagung Seto, Jakarta.
- Sukmadinata, S. N. (2010). *Metode penelitian pendidikan*. PT. Remaja Rosdakarya, Jakarta.
- Tu'u, T. (2004). *Peran disiplin pada perilaku dan prestasi siswa*. Grasindo, Jakarta.
- Widodo, B. 2013. Perilaku disiplin siswa ditinjau dari aspek pengendalian diri (self-control) dan keterbukaan diri (self-disclosure) pada siswa SMK Wonoasri Caruban Kabupaten Madiun. *Jurnal Widya Warta*, 1 (2), 140-151.
- Wulandari, M. (2014). Upaya meningkatkan kedisiplinan siswa melalui proses pembelajaran pendidikan kewarganegaraan. *Jurnal Ilmiah PPKN IKIP Veteran Semarang*, 2(1), 52.
- Yusuf, S. (2009). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. PT Remaja Rosdak, Bandung.