

**KONTROL DIRI SISWA DALAM PROSES BELAJAR DI SEKOLAH
DAN IMPLIKASINYA TERHADAP LAYANAN BIMBINGAN DAN
KONSELING**

SKRIPSI

*(Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling sebagai
Salah Satu Persyaratan guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan)*



Oleh

SATRIYO ABHIMAYU
1100561

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2016**

PERSETUJUAN SKRIPSI

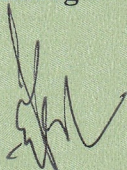
**KONTROL DIRI SISWA DALAM PROSES BELAJAR DI SEKOLAH
DAN IMPLIKASINYA TERHADAP LAYANAN BIMBINGAN DAN
KONSELING**

Nama : Satriyo Abhimayu
NIM : 1100561
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang Februari 2016

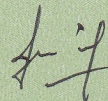
Disetujui Oleh :

Pembimbing I



Dr. Riska Ahmad, M.Pd., Kons
NIP. 19530324 197602 2 001

Pembimbing II



Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd
NIP. 19781115 200812 2 001

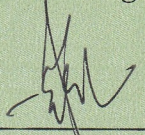
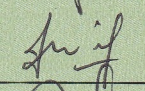
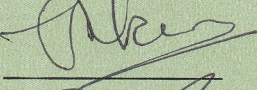
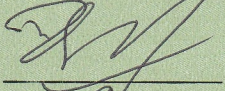
PENGESAHAN

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang

Judul : Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah dan
Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling
Nama : Satriyo Abhimayu
NIM : 1100561
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, Februari 2016

Tim Penguji

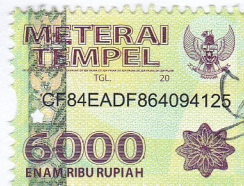
	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Riska Ahmad, M.Pd., Kons	1. 
2. Sekretaris	: Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd	2. 
3. Anggota	: Drs. Indra Ibrahim, M.Si., Kons	3. 
4. Anggota	: Dr. Afdal, M.Pd., Kons	4. 
5. Anggota	: Rezki Hariko, S.Pd., M.Pd., Kons	5. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai bahan acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Februari 2016

Yang menyatakan



Satriyo Abhimayu

ABSTRAK

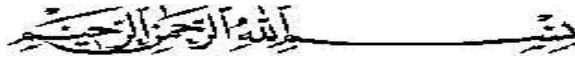
Judul : **Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling**
Peneliti : **Satriyo Abhimayu**
Pembimbing : **1. Dr. Riska Ahmad, M.Pd., Kons.**
2. Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd.

Kontrol diri pada masa remaja sangat diperlukan dalam setiap aktivitas kehidupan, termasuk aktivitas belajar di sekolah. Kontrol diri yang baik dalam proses belajar di sekolah diperlukan agar siswa menjalani proses belajar dengan baik pula. Akan tetapi fakta di lapangan menunjukkan masih ada siswa yang tidak mampu mengontrol dirinya saat proses belajar berlangsung seperti mengganggu teman, siswa mudah terpengaruh untuk melakukan kegiatan yang mengganggu aktivitas belajar seperti berbicara dengan teman sebangku, ke kantin saat proses belajar berlangsung, mencontek dan kegiatan lainnya yang berdampak tidak efektifnya proses belajar. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang akan mendeskripsikan kontrol diri siswa dalam proses belajar di SMAN 4 Padang dan implikasinya terhadap layanan bimbingan dan konseling. Populasi penelitian adalah siswa kelas X dan XI di SMAN 4 Padang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Simple Random Sampling* sehingga diperoleh sampel sebanyak 256 orang siswa dan pengumpulan data dengan menggunakan angket. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan teknik persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah pada aspek kontrol perilaku (67,3%) berada pada kategori sedang, aspek kontrol kognitif (65%) berada pada kategori sedang dan aspek kontrol keputusan (64,2%) juga berada pada kategori sedang. Melalui layanan bimbingan dan konseling, diantaranya layanan informasi, layanan penguasaan konten, layanan konseling perorangan, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok dan layanan mediasi natinya siswa yang rendah kontrol dirinya dapat menumbuhkan kemampuan kontrol diri dalam proses belajar di sekolah, sedangkan bagi siswa yang mampu mengontrol diri dapat mempertahankan kontrol diri dalam proses belajar di sekolah.

KATA PENGANTAR



Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji dan syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian dalam bentuk skripsi ini. Tidak lupa pula Shalawat beriring salam disampaikan untuk junjungan Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari lembah yang tidak berakhlak ke lembah yang berakhlak dan berilmu pengetahuan pada saat sekarang ini.

Skripsi yang berjudul “Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling” ini merupakan salah-satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan S1 Program Studi Bimbingan dan Konseling di UNP. Dalam menyelesaikan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan arahan dari berbagai pihak. Melalui kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Marjohan, M.Pd., Kons dan Dr. Syahniar, M.Pd., Kons selaku ketua dan sekretaris jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan.
2. Ibu Dr. Riska Ahmad, M.Pd., Kons sebagai pembimbing I yang telah menyediakan waktu, pengarahan dan motivasi untuk membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Indah Sukmawati, S.Pd., M.Pd sebagai pembimbing II yang telah menyediakan waktu, pengarahan dan motivasi untuk membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. Bapak Drs. Indra Ibrahim, M.Si., Kons., Bapak Dr. Afdal, M.Pd., Kons., Bapak Rezki Hariko, S.Pd., M.Pd., Kons., dan Ibu Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd., selaku dosen penguji skripsi sekaligus penimbang instrumen yang telah memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi penulis.
5. Bapak dan Ibu dosen jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan wawasan dan pengetahuan kepada peneliti selama perkuliahan.
6. Kepala sekolah, guru BK, dan pegawai tata usaha SMAN 4 Padang yang telah memberikan izin kepada penulis melakukan penelitian, serta siswa kelas X dan XI SMAN 4 Padang yang telah membantu dan berpartisipasi dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Orangtua tercinta, Sumardi dan Warnita yang telah memberikan arahan, dukungan moril maupun materil serta do'a yang selalu diberikan kepada penulis.
8. Teman-teman seperjuangan BK 2011, yang memberikan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua dalam mengembangkan ilmu pengetahuan, khususnya dalam Bimbingan dan Konseling. Tidak lupa peneliti ucapkan terimakasih atas saran dan kritikan yang diberikan demi kesempurnaan skripsi ini.

Padang, Februari 2016

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah	7
D. Rumusan Masalah	7
E. Pertanyaan Penelitian	7
F. Asumsi	7
G. Tujuan Penelitian	8
H. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Kontrol Diri	10
1. Pengetian Kontrol Diri	10
2. Kategori Kontrol Diri	11
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri	13
4. Kontrol Diri dalam Proses Belajar di Sekolah	14
B. Kemungkinan Layanan BK yang Diberikan dalam Meningkatkan Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah	15
C. Kerangka Konseptual	18
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	20
B. Populasi dan Sampel	21
1. Populasi	21
2. Sampel	22

C. Jenis dan Sumber Data	23
1. Jenis Data	23
2. Sumber Data	24
D. Definisi Operasional	24
1. Kontrol Diri	24
2. Proses Belajar	24
E. Alat Pengumpulan Data	25
F. Penyusunan Instrumen	26
G. Teknik Pengumpulan Data	28
H. Teknik Analisis Data	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Hasil Penelitian	30
1. Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di SMAN 4 Padang dilihat dari Aspek Kontrol Perilaku	30
2. Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di SMAN 4 Padang dilihat dari Aspek Kontrol Kognitif	31
3. Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di SMAN 4 Padang dilihat dari Aspek Kontrol Keputusan	32
B. Pembahasan Hasil Penelitian	34
1. Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di SMAN 4 Padang dilihat dari Kontrol Perilaku	34
2. Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di SMAN 4 Padang dilihat dari Kontrol Kognitif	36
3. Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di SMAN 4 Padang dilihat dari Kontrol Keputusan	37
C. Implikasi Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling.....	39
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	44
B. Saran	45
KEPUSTAKAAN	46

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jumlah Siswa SMAN 4 Padang Tahun Ajaran 2015/2016	21
2. Sampel Penelitian	23
3. Skor Jawaban Penelitian Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah	26
4. Kisi-Kisi Instrumen Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah ...	27
5. Kategori Penskoran dan Persentase Kontrol Diri	29
6. Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah dilihat dari Aspek Kontrol Perilaku	30
7. Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah dilihat dari Aspek Kontrol Kognitif	31
8. Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah dilihat dari Aspek Kontrol Keputusan	32
9. Rekapitulasi Data Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di SMAN 4 Padang	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah	18

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Pedoman Wawancara	48
2. Instrumen Penelitian	50
3. Tabulasi Pengolahan Data	59
a. Tabulasi Pengolahan Kontrol Diri	59
b. Tabulasi Pengolahan Kontrol Diri Persubvariabel	62
c. Tabulasi Pengolahan Kontrol Diri Perindikator	65
1) Kemampuan Mengatur Pelaksanaan	65
2) Kemampuan Mengatur Stimulus	65
3) Kemampuan Memperoleh Informasi	70
4) Kemampuan Melakukan Penilaian	70
5) Kemampuan Mengambil Keputusan	75
4. Surat Izin Melakukan Penelitian dari Fakultas	80
5. Surat Izin Melakukan Penelitian dari Dinas Pendidikan	81

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan salah satu masa penentu ke periode dewasa, yang menampilkan perubahan begitu mencolok dan pesat. Perubahan dan perkembangan pada masa remaja memiliki fase-fase tertentu. Setiap fase perkembangan mempunyai serangkaian tugas perkembangan yang harus dipenuhi oleh remaja.

Tugas perkembangan merupakan tugas penting yang harus dituntaskan, karena tugas perkembangan masa sebelumnya akan berpengaruh pada tugas perkembangan masa berikutnya. Syamsu Yusuf L.N dan Nani M. Sugandhi (2012:14) menyatakan sebagai berikut :

Tugas perkembangan merupakan suatu tugas yang muncul pada periode tertentu dalam rentang kehidupan individu, apabila tugas itu dapat berhasil dituntaskan akan membawa kebahagiaan dan kesuksesan dalam menuntaskan tugas berikutnya; sementara apabila gagal, maka akan menyebabkan ketidakbahagiaan pada diri individu yang bersangkutan, menimbulkan penolakan masyarakat, dan kesulitan-kesulitan dalam menuntaskan tugas-tugas berikutnya.

Penuntasan tugas perkembangan remaja sangat penting karena keberhasilan remaja melakukan tugas yang timbul pada periode ini akan menimbulkan kebahagiaan, sedangkan kegagalan menimbulkan kesulitan dalam pelaksanaan tugas lainnya kelak. Salah satu tugas perkembangan remaja menurut William Kay (dalam Yudrik Jahja, 2012:238) yaitu memperkuat *self-control* (kemampuan

mengendalikan diri) atas nilai-nilai, prinsip-prinsip dan falsafah hidup yang diyakini. Kontrol diri di masa remaja merupakan salah satu potensi yang dapat digunakan individu dalam berperilaku agar sesuai dengan nilai, prinsip dan falsafah kehidupan, maka dari kemampuan mengontrol diri diperlukan di masa ini.

Kontrol diri pada masa remaja terkait dengan pembentukan perilaku.

Menurut M. Nur Ghufroon dan Rini Risnawita (2010:21):

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungan, mengontrol faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai dengan orang lain, menyenangkan orang lain, dan menutupi perasaan.

Kontrol diri dianggap sebagai keterampilan yang sangat berharga, dengan mengontrol diri seseorang akan menjadi pengendali yang baik bagi dirinya sendiri. Alasan yang mengharuskan remaja mengontrol diri secara kontinu menurut Calhoun dan Acocella (1995:133) yaitu, (1) remaja hidup dalam kelompok sehingga dalam memuaskan keinginannya remaja harus mengontrol perilaku agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain, (2) masyarakat mendorong remaja untuk secara konstan menyusun standar yang lebih baik bagi dirinya. Remaja berusaha memenuhi tuntutan lingkungannya, untuk itu diperlukan kontrol diri agar tidak melakukan hal-hal yang menyimpang di lingkungannya.

Kontrol diri salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses kehidupan termasuk dalam proses belajar. Baik atau tidaknya proses belajar di sekolah dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satu faktor tersebut kontrol diri. Menurut Muhibbin Syah (2010:145) kontrol diri dalam belajar merupakan kemampuan mengendalikan diri terhadap objek seperti orang, barang, dan sebagainya serta senantiasa mengikuti proses belajar tersebut dengan baik. Kontrol diri diperlukan disegala aktifitas individu, termasuk dalam proses belajar. Pada proses belajar kontrol diri merupakan kemampuan mengendalikan diri terhadap objek, barang dan sebagainya guna mengikuti proses belajar dengan baik.

Kontrol diri dalam proses belajar di sekolah menjadi hal yang perlu dilakukan oleh siswa. Menurut Djaali (2011:101) siswa yang mengontrol dirinya dalam proses belajar mampu membimbing tingkah laku sendiri, menjalani proses belajar dengan baik, berkontribusi dalam proses belajar dan mengikuti aturan dalam proses belajar. Kontrol diri dalam proses belajar di kelas diperlukan agar siswa menjalani proses belajar dengan baik.

Remaja sewajarnya mampu mengendalikan diri sehingga berperilaku yang tepat, namun pada kenyataannya masih dijumpai remaja menunjukkan kontrol diri yang kurang baik seperti kurang mampu mengatur tingkahlaku dan mudah terpengaruh untuk berbuat hal negatif sehingga menimbulkan permasalahan bagi diri remaja bahkan orang yang berada di sekitarnya. Berdasarkan hasil penelitian

Defa Linda (2012:50) mengenai kontrol diri terhadap pornografi menyatakan, sebesar 58,05% kontrol diri siswa berada dalam kategori sedang, 30% siswa berada pada kategori rendah. Selanjutnya penelitian Aprilia Dewi Rahmawati (2013:25) mengenai kontrol diri pada pola makan remaja putri, menyatakan sebesar 48,55% kontrol diri siswa berada dalam kategori sedang, 20% siswa berada pada kategori rendah dan 21,45% kontrol diri siswa berada pada kategori sangat rendah.

Hasil wawancara yang penulis lakukan pada tanggal 2 April 2015 di SMAN 4 Padang mengenai kontrol diri dengan tiga orang siswa, dua diantaranya siswa kelas X dan satu siswa kelas XI diperoleh hasil yaitu terdapat beberapa siswa mengajak temannya untuk bertingkah laku negatif, misalnya mengajak keluar kelas saat jam belajar, mengajak teman berbicara saat guru menerangkan pelajaran, mengganggu teman yang sedang belajar di kelas dan beberapa siswa melontarkan kata-kata kasar jika tidak diberi contekan oleh temannya saat mengerjakan tugas di kelas. Pengakuan siswa yang diwawancara menyatakan jika proses pembelajaran dilakukan di luar kelas diantaranya olahraga dan ekstrakurikuler maka siswa cenderung melakukan kegiatan tersebut kurang serius seperti datang terlambat, siswa bolos dan tidak menjalani kegiatan ekstrakurikuler hingga selesai.

Selanjutnya wawancara penulis dengan empat orang guru, tiga diantaranya guru BK dan satu orang wali kelas, dari keterangan tiga guru BK diperoleh

informasi bahwa beberapa siswa kurang mampu mengontrol diri dalam proses belajar di sekolah, misalnya ada siswa yang meribut saat pemberian layanan meskipun sudah diperingati sebelumnya, beberapa siswa menampilkan emosi yang kurang terkontrol seperti membanting alat tulis ketika guru BK lebih menunjuk siswa lain menjawab pertanyaan daripada dirinya dan beberapa diantaranya dikonselingi secara perorangan akibat perbuatan siswa tersebut. Selain itu dari keterangan salah seorang wali kelas diketahui dalam proses belajar ada beberapa siswa menunjukkan sikap yang kurang baik terhadap temannya, seperti mengolok-olok teman yang aktif di kelas, mengganggu teman saat belajar, berbicara dengan teman sebangku, memainkan ponsel saat proses belajar berlangsung dan beberapa siswa mengajak teman sekelas ke kantin saat guru sedang mengajar. Fenomena di atas menyatakan masih dijumpai permasalahan siswa berkenaan kontrol diri yang kurang baik dalam proses belajar di sekolah.

Berdasarkan kondisi ideal dengan fenomena yang terjadi, menyatakan bahwa kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah masing kurang baik. Oleh sebab itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang, **“Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Beberapa siswa kurang mampu mengontrol dirinya dalam proses belajar seperti mengganggu teman, mengajak teman berbicara dan keluar kelas saat jam belajar.
2. Beberapa siswa mudah terpengaruh ajakan teman saat belajar seperti merespon teman berbicara dan memainkan ponselnya saat proses belajar berlangsung.
3. Beberapa siswa berkata kasar kepada teman jika tidak diberi contekan saat mengerjakan latihan di kelas.
4. Beberapa siswa menyakiti temannya secara verbal seperti menghina / mengolok-olok saat proses belajar.
5. Beberapa siswa melampiaskan kekesalan dengan menampilkan emosi yang kurang terkontrol saat proses belajar seperti membanting alat tulis.
6. Beberapa siswa menampilkan kontrol diri yang kurang baik saat proses belajar di luar kelas diantaranya kegiatan olahraga dan ekstrakurikuler seperti datang terlambat, bolos dan tidak menjalani kegiatan ekstrakurikuler hingga selesai.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penelitian ini dibatasi pada permasalahan kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah dilihat dari aspek kontrol perilaku, kontrol kognitif dan dari aspek kontrol keputusan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah?”

E. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka pertanyaan dalam penelitian ini dapat dirumuskan bahwa:

1. Bagaimana kontrol diri siswa SMAN 4 Padang dilihat dari kontrol perilaku dalam proses belajar di sekolah?
2. Bagaimana kontrol diri siswa SMAN 4 Padang dilihat dari kontrol kognitif dalam proses belajar di sekolah?
3. Bagaimana kontrol diri siswa SMAN 4 Padang dilihat dari kontrol keputusan dalam proses belajar di sekolah?

F. Asumsi

Asumsi merupakan titik tolak pemikiran yang tidak dipersoalkan lagi kebenarannya. Penelitian ini berpijak pada asumsi sebagai berikut:.

1. Kontrol diri merupakan kemampuan individu mengatur tingkahlaku.

2. Kontrol diri mempengaruhi individu dalam bertindak.

G. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Kontrol diri siswa dalam proses belajar di SMAN 4 Padang dilihat dari aspek kontrol perilaku.
2. Kontrol diri siswa dalam proses belajar di SMAN 4 Padang dilihat dari aspek kontrol kognitif.
3. Kontrol diri siswa dalam proses belajar di SMAN 4 Padang dilihat dari aspek kontrol keputusan.

H. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah keilmuan Psikologi mengenai kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah serta implikasi yang diberikan dalam layanan Bimbingan dan Konseling.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi guru BK dalam pemberian layanan di sekolah dapat menggunakan informasi hasil penelitian untuk lebih meningkatkan layanan bimbingan

dan konseling kepada siswa terutama pada kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah.

- b. Bagi siswa memperoleh wawasan tentang pentingnya mengontrol diri dalam proses belajar di sekolah.
 - c. Bagi guru dapat menggunakan informasi hasil penelitian untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya mengontrol diri dalam proses belajar di sekolah.
3. Bagi penulis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk mengetahui tentang kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah sehingga mampu memberikan kontribusi positif bagi penelitian selanjutnya.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Kontrol Diri

1. Pengertian Kontrol Diri

Kontrol diri merupakan salah satu aspek psikologis yang berasal dari dalam diri individu. Chaplin (2011:451) menjelaskan, kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif. Selanjutnya Calhoun dan Acocella (1995:130) mendefinisikan bahwa kontrol diri (*self control*) merupakan kontrol terhadap dirinya meliputi fisik, tingkah laku dan proses-proses psikologisnya, dengan kata lain sekelompok proses yang mengikatnya. Kemudian menurut The Liang Gie (1995:190) kontrol diri ialah perbuatan membina tekad untuk mendisiplinkan kemauan, memacu semangat, mengikis keseganan, dan mengerahkan energi untuk benar-benar melaksanakan apa yang harus dikerjakan. Kontrol diri adalah kemampuan seseorang untuk membimbing tingkah laku agar mampu bersikap dan bertingkah laku baik.

Individu yang memiliki kontrol diri yang baik mampu menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Menurut Hurlock (2000:225) orang yang memiliki kontrol diri memiliki kesiapan diri untuk berperilaku sesuai dengan tuntutan norma, adat dan nilai-nilai yang bersumber dari ajaran agama serta tuntutan lingkungan masyarakat dimana ia berasal. Individu yang memiliki kemampuan kontrol diri akan membuat keputusan dan

mengambil langkah tindakan yang efektif untuk menghasilkan sesuatu yang diinginkan dan menghindari akibat yang tidak diinginkan. Dapat disimpulkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan, mengatur dan mengarahkan tingkah lakunya yang sesuai dengan nilai-nilai dan aturan yang berlaku sehingga membawa ke arah yang positif.

2. Kategori Kontrol Diri

Pengaruh Kontrol diri terhadap timbulnya tingkah laku seseorang dapat dianggap cukup besar, karena tingkah laku merupakan hasil proses pengontrolan diri seseorang. Menurut Averill (dalam Syamsul Bachri Thalib, 2010:110) kontrol diri dibedakan atas tiga kategori utama yaitu:

a. Kontrol perilaku (*behavioral control*)

Kontrol perilaku merupakan kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku dibedakan atas dua komponen, yaitu:

- 1) Kemampuan mengatur pelaksanaan (*regulated administration*), yaitu menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, dirinya sendiri atau orang lain atau sesuatu di luar dirinya. Individu dengan kemampuan mengontrol diri yang baik akan mampu mengatur perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya.
- 2) Kemampuan mengatur stimulus (*stimulus modifiability*), merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat

digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.

b. Kontrol kognitif (*cognitive control*)

Kontrol kognitif merupakan cara seseorang dalam menafsirkan, menilai, atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif. Kontrol kognitif merupakan kemampuan dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan untuk mengurangi tekanan. Kontrol kognitif dibedakan atas dua komponen, yaitu:

1) Kemampuan untuk memperoleh informasi (*information again*)

Informasi yang dimiliki individu mengenai suatu keadaan akan membuat individu mampu mengantisipasi keadaan melalui berbagai pertimbangan objektif.

2) Kemampuan melakukan penilaian (*aprasial*).

Penilaian yang dilakukan individu merupakan usaha untuk menilai dan menafsirkan suatu keadaan dengan memerhatikan segi-segi positif secara subjektif.

c. Kontrol keputusan (*decition control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan individu untuk memilih dan menentukan tujuan yang diinginkan. Menurut M. Nur Ghufon dan Rini Risnawita S (2010:31), kontrol keputusan merupakan kemampuan untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujui. Kemampuan mengontrol keputusan

akan berfungsi baik bilamana individu memiliki kesempatan, kebebasan, dan berbagai alternatif dalam melakukan suatu tindakan.

Berdasarkan uraian dan penjelasan di atas dapat disimpulkan untuk mengukur kontrol diri digunakan aspek-aspek kemampuan kontrol perilaku, kontrol kognitif dan kontrol keputusan.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut M. Nur Ghufon dan Rini Risnawita S (2010:32) secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri ini terdiri dari faktor internal (dari dalam diri individu) yaitu usia, semakin bertambah usia seseorang maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang dan faktor eksternal (dari luar diri individu) diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Bila orangtua menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini, dan tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap kekonsistenan ini akan diinternalisasi anak, kemudian akan menjadi kontrol diri baginya.

Kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor yang mempengaruhi kontrol diri tersebut diantaranya usia dan lingkungan keluarga.

4. Kontrol Diri dalam Proses Belajar di Sekolah

Peserta didik yang memiliki kemampuan mengontrol diri akan menampilkan diri sebagai individu yang mampu mengendalikan diri dalam berperilaku, emosi dan mengambil keputusan serta mampu berinteraksi dengan baik tanpa mengganggu ketentraman orang lain. Menurut M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S (2010:33), kontrol diri merupakan kemampuan mengendalikan diri yang dapat dilakukan individu terhadap lingkungannya dalam aktifitas apapun. Aktifitas tersebut mencakup segala bentuk kegiatan, termasuk belajar.

Belajar merupakan suatu tahapan, tahapan itu disebut proses belajar. Proses belajar di sekolah menurut Muhibbin Syah (2010:109) dapat diartikan sebagai tahapan perubahan perilaku kognitif, afektif, dan psikomotor yang terjadi dalam diri siswa, perubahan tersebut bersifat positif dalam arti berorientasi ke arah yang lebih maju daripada sebelumnya. Menurut Slameto (2010:2), proses belajar adalah usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Proses belajar di sekolah merupakan suatu usaha yang dilakukan guna memperoleh perubahan perilaku ke arah lebih baik yang terjadi sebagai hasil latihan atau pengalaman dari aktifitas belajar di sekolah.

Terwujudnya proses belajar yang baik di sekolah melibatkan berbagai unsur, salah satunya peserta didik. Peserta didik yang mampu

mengontrol dirinya selama proses belajar di sekolah akan menampilkan perilaku yang baik, hal ini ditegaskan oleh M. Nur Ghufon dan Rini Risnawita S (2010:23) yang menyatakan bahwa individu dengan kontrol diri yang baik sangat memerhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi, mampu memandu, mengarahkan, mengatur perilaku dan emosi. Selanjutnya menurut Djaali (2011:101) siswa yang mengontrol dirinya dalam proses belajar mampu membimbing tingkah laku sendiri, menjalani proses belajar dengan baik, berkontribusi dalam proses belajar dan mengikuti aturan dalam proses belajar. Peserta didik yang mampu mengontrol dirinya akan memandu dan mengatur dirinya untuk mengikuti proses belajar di sekolah dengan baik.

B. Kemungkinan Layanan BK yang Diberikan dalam Meningkatkan Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah

Pada dasarnya peran aktif guru BK di sekolah dalam memahami dan membantu mengentaskan permasalahan yang muncul berkaitan dengan kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah sangat diperlukan. Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004:254) ada beberapa konsep pokok yang harus dipahami guru BK dalam pemberian layanan diantaranya ketercapaian belajar serta pembentukan sikap dan kebiasaan belajar siswa. Kontrol diri yang baik dalam proses belajar di sekolah merupakan hal yang perlu ditumbuhkan serta dikembangkan kepada siswa agar menjadi kebiasaan yang baik dalam proses belajar. Guru BK dengan pemahaman dan keterampilan yang dimiliki dapat mengaplikasikan pelayanan BK 17 plus dalam mengatasi permasalahan kontrol

diri siswa dalam proses belajar di sekolah. Adapun pelayanan yang dapat diberikan oleh guru BK adalah sebagai berikut:

1. Layanan Informasi

Layanan informasi merupakan layanan BK yang memungkinkan siswa menerima dan memahami berbagai informasi yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan dan pengambilan keputusannya untuk kepentingan siswa dalam menjalani kehidupan sehari-hari (Prayitno dan Erman Amti, 2004:259). Melalui layanan ini guru BK dapat memberikan pemahaman serta upaya pencegahan terhadap siswa dengan memberikan materi seperti nilai-nilai positif yang perlu dikembangkan dalam proses belajar.

2. Layanan Penguasaan Konten

Layanan penguasaan konten merupakan layanan BK yang membantu siswa untuk menguasai kemampuan dan kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar (Prayitno dan Erman Amti, 2004:279). Melalui layanan penguasaan konten guru BK dapat menerapkan fungsi pemahaman dan pencegahan pada siswa melalui pembelajaran berupa keterampilan tertentu yang perlu dikembangkan dalam proses belajar, seperti bersikap yang baik saat belajar.

3. Layanan Konseling Perorangan

Layanan konseling perorangan merupakan layanan BK yang bertujuan membantu mengentaskan masalah dan berusaha memandirikan siswa dengan membentuk pendirian dan komitmen klien berkaitan dengan

masalah yang sedang dihadapi (Prayitno dan Erman Amti, 2004:288). Melalui layanan ini guru BK dapat menjalankan fungsi pemahaman, pengentasan dan pencegahan terhadap klien berkaitan dengan permasalahan yang dimilikinya.

4. Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok memungkinkan sejumlah siswa secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupannya sehari-hari untuk perkembangan diri melalui pertimbangan dalam pengambilan keputusan bersama anggota kelompok (Prayitno dan Erman Amti, 2004:309). Melalui layanan ini guru BK dapat menjalankan fungsi pemahaman dan pencegahan mengenai permasalahan kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah melalui dinamika kelompok yang dibentuk oleh guru BK bersama siswa.

5. Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok yaitu layanan BK yang memungkinkan siswa memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok. Masalah yang dibahas tersebut adalah masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok (Prayitno dan Erman Amti, 2004:311). Melalui layanan ini guru BK dapat melakukan upaya pengentasan dan pencegahan terhadap dampak yang dapat timbul dengan masalah belajar di sekolah. Pada layanan

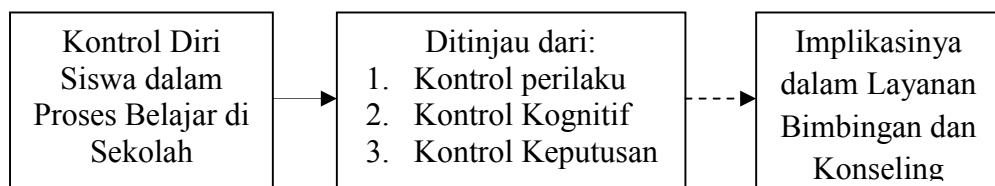
ini guru BK hendaknya dapat membantu memandirikan siswa dan membentuk komitmen berkaitan masalah yang dibahas dalam kelompok.

6. Layanan Mediasi

Layanan mediasi merupakan layanan yang membantu siswa menyelesaikan permasalahan dan memperbaiki hubungan di antara siswa dengan siswa atau siswa dengan guru (Prayitno, 1997:40). Melalui layanan ini guru BK dapat berupaya mengentaskan permasalahan yang muncul di antara siswa dan berusaha untuk mendamaikan, serta menciptakan hubungan yang kondusif di antara siswa yang berkonflik dalam berinteraksi.

C. Kerangka Konseptual

Agar penelitian ini dapat terarah sesuai dengan tujuan yang dimaksud, maka dibuat kerangka konseptual yang dapat menuntun pemikiran dalam mengembangkan kegiatan mengungkapkan penelitian. Adapun kerangka konseptual yang dimaksud adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Kerangka Konseptual Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah

Berdasarkan kerangka konseptual, dapat dijelaskan bahwa penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah dilihat dari aspek kontrol perilaku, kognitif dan keputusan. Hasil penelitian berimplikasi terhadap layanan BK yang diberikan oleh guru BK/Konselor di sekolah sebagai upaya membantu siswa mengentaskan

permasalahan belajar yang disebabkan siswa kurang mampu mengontrol diri dalam proses belajar di sekolah, sehingga siswa nantinya mampu menumbuhkan serta mengembangkan kemampuan kontrol dirinya dalam proses belajar di sekolah.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Menurut Sumanto M.A (2014:179) penelitian deskriptif berusaha mendeskripsi dan menginterpretasi apa yang ada. Selanjutnya Sugiyono (2012:8) menyatakan bahwa penelitian deskriptif merupakan penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, mengumpulkan data dengan instrumen penelitian.

Tujuan dari penelitian deskriptif menurut Suharsimi Arikunto (2010:35) menyatakan bahwa:

Apabila peneliti bermaksud ingin mengetahui keadaan sesuatu mengenai apa dan bagaimana, berapa banyak, sejauh mana dan sebagainya, maka penelitiannya bersifat deskriptif, yaitu menjelaskan atau menerangkan peristiwa.

Jadi berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami, untuk mengetahui sesuatu secara mendetail maka penelitian tersebut bersifat deskriptif yang mana semuanya dijelaskan dan diterangkan sesuai dengan keadaan sebenarnya. Penelitian deskriptif dalam pendidikan lebih menekankan pada usaha pemecahan secara praktis dalam pelaksanaan pendidikan. Dengan demikian penelitian yang akan dilakukan ini adalah untuk menggambarkan dan mengungkap data yang apa adanya tentang kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah serta implikasinya terhadap layanan BK di SMA Negeri 4 Padang.

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan objek yang ingin dianalisis. Menurut A. Muri Yusuf (2007:183) populasi merupakan totalitas semua nilai-nilai yang mungkin daripada karakteristik tertentu sejumlah objek yang ingin dipelajari sifat-sifatnya. Sejalan dengan itu, Suharsimi Arikunto (2010:173) menyebutkan populasi merupakan keseluruhan data yang menjadi perhatian dalam suatu ruang lingkup yang ditentukan. Populasi dari penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI SMA Negeri 4 Padang tahun ajaran 2015/2016 yang berjumlah 544 orang siswa. Peneliti tidak mengikutsertakan siswa kelas XII karena pihak sekolah tidak memberi izin dengan alasan siswa kelas XII fokus belajar dalam mempersiapkan ujian nantinya. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1
Jumlah Siswa Kelas X dan XI SMAN 4 Padang
Tahun Ajaran 2015/2016

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	X MIA 1	32 orang
2	X MIA 2	32 orang
3	X MIA 3	32 orang
4	X MIA 4	32 orang
5	X MIA 5	32 orang
6	X MIA 6	32 orang
7	X IIS 1	32 orang
8	X IIS 2	32 orang
9	XI MIA 1	32 orang
10	XI MIA 2	32 orang
11	XI MIA 3	32 orang
12	XI MIA 4	32 orang
13	XI MIA 5	32 orang
14	XI MIA 6	32 orang
15	XI MIA 7	32 orang
16	XI IIS 1	32 orang
17	XI IIS 2	32 orang
Total		544 orang

Sumber Data: Dokumen dari Tata Usaha SMAN 4 Padang

2. Sampel

Secara sederhana sampel adalah sebagian dari populasi dan mewakili populasi. A. Muri Yusuf (2007:186) menyebutkan sampel adalah sebagian dari populasi yang dipilih dan mewakili populasi tersebut. Sampel penelitian ini adalah sejumlah siswa yang mewakili populasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *simple random sampling*, yaitu cara pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut (Sugiyono, 2009:64). Teknik ini digunakan karena setiap populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk menjadi sampel (homogen). Untuk besarnya sampel yang mewakili setiap kelas menggunakan *Simple Random Sampling without Replacement* yaitu cara pengambilan sampel berikutnya dengan mengambil responden terpilih pada kelompok populasi (A.Muri Yusuf, 2007: 153). Untuk menentukan jumlah sampel penelitian, peneliti menggunakan rumus Slovin (dalam Umar Husein, 2001:77) dengan rumus:

$$n = \frac{N}{1 + N\alpha^2}$$

Keterangan :

- n = Besarnya sampel yang diinginkan
- N = Jumlah populasi
- a = Derajat ketelitian (5%)

Sesuai dengan jumlah populasi penelitian, maka dapat ditentukan besarnya sampel sebagai berikut:

$$n = \frac{544}{1 + 544(0.05)^2} = 231$$

Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 231 siswa. Adapun pengambilan sampel dalam penelitian dilakukan dengan cara diundi secara tradisional dengan delapan kali pengambilan sampel, yaitu dari 17 kelas akan diambil 4 kelas X dan 4 kelas XI.

Dengan langkah-langkah pengambilan sampel yang dilakukan tersebut, diperoleh distribusi sampel penelitian sebagaimana tertera pada tabel berikut:

Tabel 2
Sampel Penelitian

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	X MIA 1	32 orang
2	X MIA 5	32 orang
3	X IIS 1	32 orang
4	X IIS 2	32 orang
1	XI MIA 1	32 orang
2	XI MIA 2	32 orang
3	XI MIA 6	32 orang
4	XI IIS 2	32 orang
Total Sampel		256 orang

Jadi, jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 256 siswa yang terdiri dari 4 kelas X dan 4 kelas XI.

C. Jenis dan Sumber Data

1. Jenis Data

Jenis data dalam penelitian ini adalah data interval. Syofyan (2013:47) menyebutkan data interval adalah suatu skala dimana objek atau kategori yang dapat diurutkan berdasarkan suatu atribut tertentu, dimana jarak atau interval antara tiap objek atau interval berkategori sama.

2. Sumber Data

Sumber data merupakan populasi yang menjadi objek penelitian. Menurut Suharsimi Arikunto (2010:173) sumber data dalam penelitian adalah subjek dari mana data dapat diperoleh. Dalam penelitian ini langsung dari siswa yang dijadikan subjek penelitian, yaitu siswa kelas X dan kelas XI SMA Negeri 4 Padang yang terdaftar pada tahun ajaran 2015/2016.

D. Definisi Operasional

1. Kontrol Diri

Kontrol diri yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu kemampuan siswa mengendalikan diri, mengatur dan mengarahkan tingkah lakunya dalam mengontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan. Kontrol perilaku merupakan kontrol individu atas tingkahlakunya baik yang dilakukan atas kehendak sendiri maupun akibat adanya stimulus dari luar (benda atau orang lain). Kontrol kognitif merupakan kemampuan mengontrol sikap berdasarkan informasi yang dimiliki serta penilaian terhadap sesuatu. Kontrol keputusan merupakan kemampuan mengambil keputusan terhadap suatu hal.

2. Proses Belajar

Proses belajar yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu aktifitas belajar siswa di sekolah menyangkut semua mata pelajaran di dalam kelas dan aktivitas belajar di luar kelas di lingkungan sekolah.

E. Alat Pengumpulan Data

Alat yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini adalah angket. Menurut Riduwan (2010:71) angket adalah daftar pertanyaan yang diberikan kepada orang lain bersedia memberikan respons (responden) sesuai dengan permintaan pengguna untuk mencari informasi yang lengkap mengenai suatu masalah dari responden tanpa merasa khawatir bila responden memberikan jawaban yang tidak sesuai dengan kenyataan dalam pengisian daftar pertanyaan.

Angket dalam penelitian ini akan mengungkapkan kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah. Item pada angket dibuat dengan mengikuti skala *Likert*. Pilihan jawaban pada lembar angket terdapat beberapa alternatif pilihan jawaban. Menurut Riduwan (2010:87), pilihan jawaban untuk setiap item pernyataan terdiri dari lima alternatif jawaban yaitu selalu (SL), sering (SR), kadang-kadang (KD), jarang (J), tidak pernah (TP). Pernyataan instrument terdiri dari pernyataan positif dan negatif, untuk pernyataan positif diberi skor masing-masing secara berturut-turut adalah 5,4,3,2,1 dan untuk pernyataan negatif diberi skor masing-masing 1,2,3,4,5 Adapun alternatif jawaban yang diberikan dalam angket nantinya adalah sebagai berikut :

1. Selalu (SL), apabila responden selalu mengalami atau melakukan isi atau pernyataan (tingkat kesesuaian 81-100%).
2. Sering (SR), apabila responden sering mengalami atau melakukan isi atau pernyataan (tingkat kesesuaian 61-80%)

3. Kadang-kadang (KD), apabila responden kadang-kadang mengalami atau melakukan isi atau pernyataan (tingkat kesesuaian 41-60%).
4. Jarang (J), apabila responden jarang mengalami atau melakukan isi atau pernyataan (tingkat kesesuaian 21-40%).
5. Tidak pernah (TP), apabila responden tidak pernah mengalami atau melakukan isi suatu pernyataan (tingkat kesesuaian 0-20%).

Penetapan Skor untuk setiap pilihan jawaban pada setiap item dengan ketentuan sebagai berikut:

Tabel 3
Skor Jawaban Penelitian Kontrol Diri Siswa
dalam Proses Belajar di Sekolah

No	Pilihan Jawaban	Positif	Negatif
1	Selalu (SL)	5	1
2	Sering (SR)	4	2
3	Kadang-kadang (KD)	3	3
4	Jarang (J)	2	4
5	Tidak Pernah (TP)	1	5

F. Penyusunan Instrumen

Penyusunan instrumen penelitian dilakukan melalui beberapa tahap yaitu:

1. Kajian literatur untuk mengkaji konsep-konsep atau variabel yang akan diukur.
2. Menyusun kisi-kisi instrumen berdasarkan kajian teori yang dipakai, mulai dari menjabarkan variabel sampai butir-butir pernyataan yang mengungkapkan gambaran mengenai kontrol diri siswa dalam proses belajar di SMAN 4 Padang..
3. Menyusun item pernyataan mengenai kontrol diri.

4. Menelaah kesesuaian instrumen penelitian dengan kisi-kisi instrumen dengan tujuan agar item-item yang dikembangkan sudah sesuai dengan indikator.
5. Menyusun petunjuk pengisian instrumen penelitian, yang bertujuan untuk memudahkan responden dalam memahami apa yang dimaksud oleh instrumen serta menghindari kesalahan dalam pengisian instrumen penelitian.
6. Melakukan jugde/penimbangan oleh tiga orang dosen yaitu Bapak Drs. Indra Ibrahim, M.Si., Kons, Bapak Dr. Afdal, M.Pd., dan Ibu Dina Sukma, S.Psi., S.Pd., M.Pd, tujuannya untuk mengetahui apakah instrumen telah mampu mengukur kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah. Dari hasil judge maka instrumen dapat dilakukan penyempurnaan.
7. Melakukan pengadministrasian angket di SMAN 4 Padang.
8. Mengolah data hasil penelitian.

Berikut akan digambarkan secara rinci variabel, sub variabel dan indikator penelitian yang dapat dilihat dalam tabel:

Tabel 4
Kisi-Kisi Instrumen Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah menurut Averill (dalam Syamsul Bachri Thalib, 2010:110)

Variabel	Sub Variabel	Indikator
Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah	Kontrol perilaku	a) kemampuan mengatur pelaksanaan b) kemampuan mengatur stimulus
	Kontrol kognitif	a) kemampuan memperoleh informasi b) kemampuan melakukan penilaian
	Kontrol keputusan	kemampuan mengambil keputusan

G. Teknik Pengumpulan Data

Proses pengumpulan data diawali dengan mengajukan surat izin penelitian kepada Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling yang disetujui Wakil Dekan I FIP UNP dan diberi izin surat No.1047/UN35.1.4.6/PG/2015. Selanjutnya diperoleh izin dari Dinas Pendidikan Kota Padang dengan surat No.070/4631/DP.Sekre3/2015.

Prosedur pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan mengadministrasikan angket kepada sampel penelitian yaitu angket yang dirancang sesuai dengan pernyataan penelitian yang mengungkapkan kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah dan dalam pengumpulan data ini dilakukan kerjasama dengan pihak sekolah.

Pengumpulan data ini, siswa diminta membaca dan memahami item-item angket serta mengisi angket tersebut sesuai dengan keadaan yang dialami siswa. Kemudian angket tersebut dikumpulkan kembali pada peneliti. Pengambilan data dilaksanakan mulai dari tanggal 7 s/d 8 Desember 2015.

H. Teknik Analisis Data

Deskriptif data tentang kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah dianalisis dengan menggunakan rumus persentase (Nana Sudjana dan Ibrahim, 2010:129) sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{n} \times 100$$

Keterangan:

P = tingkat persentase jawaban

f = jumlah jawaban dari responden

n = jumlah responden

Adapun teknik pengolahan data sebagai berikut:

1. Mengecek angket yang terkumpul untuk memastikan apakah angket sudah cukup atau belum.
2. Membuat tabel pengolahan.
3. Men-*tally* jawaban responden atau menghitung frekuensi masing-masing pertanyaan.
4. Menghitung bobot dengan menggunakan teknik analisis presentase.
5. Setelah diperoleh persentase jawaban responden, dilakukan pengklasifikasian jawaban.

Kemudian menurut Agus Irianto (2014:22) untuk mengetahui kategori dan persentase kontrol diri siswa, terlebih dahulu harus ditentukan kelas interval skor dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Interval}_k = \frac{\text{Data terbesar} - \text{Data terkecil}}{\text{Jumlah Kelompok}}$$

Dengan demikian, ditemukan interval skor dan persentase sebagai berikut:

Tabel 5
Kategori Penskoran dan Persentase Kontrol Diri

Kategori Kontrol Diri	Interval	
	Skor	Persentase (%)
Sangat Tinggi	≥ 215	≥ 85
Tinggi	174-214	69-84
Sedang	133-173	53-68
Rendah	92-132	37-52
Sangat Rendah	51-91	≤ 36

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Hasil penelitian disajikan dan dianalisis sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu mengenai deskripsi kontrol diri siswa dalam proses belajar di SMAN 4 Padang. Hasil penelitian dideskripsikan secara beruntun dibawah ini:

1. Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar dilihat dari Aspek Kontrol Perilaku

Gambaran temuan penelitian tentang kontrol diri siswa dalam proses belajar di SMAN 4 Padang berdasarkan aspek kontrol perilaku dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 6
Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah
dilihat dari Aspek Kontrol Perilaku
n = 256

No	Indikator	Kategori	Skor	% Kategori	f	%
1	Kemampuan Mengatur Pelaksanaan	Sangat Tinggi	≥39	≥ 79	57	22.3
		Tinggi	31-38	63-78	128	50.0
		Sedang	26-30	53-62	17	6.6
		Rendah	18-25	37-52	41	16.0
		Sangat Rendah	10 - 17	≤ 36	13	5.1
2	Kemampuan Mengatur Stimulus	Sangat Tinggi	≥52	≥ 88	16	6.3
		Tinggi	42-51	71-87	110	43.0
		Sedang	32-41	54-70	76	29.7
		Rendah	22-31	34-53	47	18.3
		Sangat Rendah	12- 21	≤ 33	7	2.7
Kontrol Perilaku		Sangat Tinggi	≥94	≥87	7	2.7
		Tinggi	76-93	71-86	114	44.6
		Sedang	58-75	54-70	84	32.8
		Rendah	40-57	37-53	43.0	16.8
		Sangat Rendah	22-39	≤ 36	8.0	3.1

Berdasarkan Tabel 6 dapat dijelaskan bahwa kontrol diri siswa SMAN 4 Padang pada aspek kontrol perilaku yang berkaitan dengan kemampuan

mengatur pelaksanaan, dengan persentase tertinggi sebesar 50% atau sebanyak 128 dari 256 siswa berada pada kategori tinggi. Selanjutnya kontrol diri siswa SMAN 4 Padang pada aspek kontrol perilaku yang berkaitan dengan kemampuan mengatur stimulus, dengan persentase tertinggi sebesar 43% atau sebanyak 110 dari 256 siswa berada pada kategori tinggi. Kemudian kontrol diri siswa SMAN 4 Padang pada aspek kontrol perilaku, secara keseluruhan berada pada kategori tinggi dengan persentase tertinggi 44,6% atau sebanyak 114 dari 256 siswa.

2. Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar dilihat dari Aspek Kontrol Kognitif

Gambaran temuan penelitian tentang kontrol diri siswa dalam proses belajar di SMAN 4 Padang berdasarkan aspek kontrol kognitif dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 7
Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah
dilihat dari Aspek Kontrol Kognitif
n = 256

No	Indikator	Kategori	Skor	% Kategori	f	%
1	Kemampuan Memperoleh Informasi	Sangat Tinggi	≥ 37	≥ 83	19	7.4
		Tinggi	30-36	68-82	84	32.8
		Sedang	23-29	52-67	79	30.9
		Rendah	16-22	37-51	59	23.0
		Sangat Rendah	9- 15	≤ 36	15	5.9
2	Kemampuan Melakukan Penilaian	Sangat Tinggi	≥42	≥ 85	50	19.5
		Tinggi	34-41	69-84	81	31.6
		Sedang	26-33	53-68	67	26.2
		Rendah	18-25	37-52	46	18.0
		Sangat Rendah	10-17	≤ 36	12	4.7
Kontrol Kognitif		Sangat Tinggi	≥79	≥84	26	10.2
		Tinggi	64-78	68-83	108	42.2
		Sedang	49-63	53-67	53	20.7
		Rendah	34-48	37-52	58.0	22.7
		Sangat Rendah	19-33	< 36	11.0	4.2

Berdasarkan Tabel 7 dapat dijelaskan bahwa kontrol diri siswa SMAN 4 Padang pada aspek kontrol kognitif yang berkaitan dengan kemampuan memperoleh informasi, dengan persentase tertinggi sebesar 32,8% atau sebanyak 84 dari 256 siswa berada pada kategori tinggi. Selanjutnya kontrol diri siswa SMAN 4 Padang pada aspek kontrol kognitif yang berkaitan dengan kemampuan melakukan penilaian, dengan persentase tertinggi sebesar 31,6% atau sebanyak 81 dari 256 siswa berada pada kategori tinggi. Kemudian kontrol diri siswa SMAN 4 Padang pada aspek kontrol kognitif, secara keseluruhan berada pada kategori tinggi dengan persentase tertinggi 42,2% atau sebanyak 108 dari 256 siswa.

3. Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar dilihat dari Aspek Kontrol Keputusan

Gambaran temuan penelitian tentang kontrol diri siswa dalam proses belajar di SMAN 4 Padang berdasarkan aspek kontrol keputusan dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 8
Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah
dilihat dari Aspek Kontrol Keputusan
n = 256

No	Indikator	Kategori	Skor	% Kategori	f	%
1	Kemampuan Mengambil Keputusan	Sangat Tinggi	≥ 42	≥ 85	13	5.1
		Tinggi	34-41	69-84	99	38.7
		Sedang	26-33	53-68	83	32.4
		Rendah	18-25	37-52	49	19.1
		Sangat Rendah	10-17	≤ 36	12	4.7
	Kontrol Keputusan	Sangat Tinggi	≥ 42	≥ 85	13	5.1
		Tinggi	34-41	69-84	99	38.7
		Sedang	26-33	53-68	83	32.4
		Rendah	18-25	37-52	49	19.1
		Sangat Rendah	10-17	≤ 36	12	4.7

Berdasarkan Tabel 8 dapat dijelaskan bahwa kontrol diri siswa SMAN 4 Padang pada aspek kontrol keputusan yang berkaitan dengan kemampuan mengambil keputusan, dengan persentase tertinggi sebesar 38,7% atau sebanyak 99 dari 256 siswa berada pada kategori tinggi. Kemudian kontrol diri siswa SMAN 4 Padang pada aspek kontrol keputusan secara keseluruhan berada pada kategori tinggi dengan persentase 38,7% atau sebanyak 99 dari 256 siswa.

Berikut rekapitulasi data kontrol diri siswa dalam proses belajar di SMAN 4 Padang yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 9
Rekapitulasi Data Kontrol Diri Siswa
dalam Proses Belajar di SMAN 4 Padang
n = 256

Variabel	Subvariabel	Indikator	Jawaban										Skor		
			ST		T		S		R		SR				
			f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	Rata-rata	%	Kategori
Kontrol Diri	Kontrol Perilaku	Kemampuan mengatur pelaksanaan	57	22,3	128	50	17	6,6	41	16	13	5,1	33,9	67,7	Tinggi
		Kemampuan mengatur stimulus	16	6,3	110	43	76	29,7	47	18,3	7	2,7	40,1	66,9	Sedang
	Kontrol Kognitif	Kemampuan memperoleh informasi	19	7,4	84	32,8	79	30,9	59	23	15	5,9	28	62,2	Sedang
		Kemampuan melakukan penilaian	50	19,5	81	31,6	67	26,2	46	18	12	4,7	33,8	68	Sedang
	Kontrol Keputusan	Kemampuan mengambil keputusan	13	5,1	99	38,7	83	32,4	49	19,1	12	4,7	32,1	64,2	Sedang
Keseluruhan													167,9	65,8	Sedang

Berdasarkan Tabel 9 bahwa kontrol diri siswa pada subvariabel kontrol perilaku, indikator kemampuan mengatur pelaksanaan dengan skor rata-rata 33,9 dengan persentase 67,7% dari skor ideal dan berada pada

kategori tinggi. Indikator berikutnya yaitu kemampuan mengatur stimulus dengan skor rata-rata 40,1 dengan persentase 66,9% dari skor ideal dan berada pada kategori sedang. Selanjutnya subvariabel kontrol kognitif pada indikator kemampuan memperoleh informasi yaitu skor rata-rata 28 dengan persentase 62,2% dari skor ideal dan berada pada kategori sedang. Indikator kemampuan melakukan penilaian yaitu skor rata-rata 33,8 dengan persentase 68% dari skor ideal dan berada pada kategori sedang. Kemudian untuk subvariabel kontrol keputusan dengan indikator kemampuan mengambil keputusan skor rata-rata sebesar 32,1 dengan persentase 64,2% dari skor ideal dan berada pada kategori sedang. Skor rata-rata secara keseluruhan yang ditemukan adalah 167,9 dengan persentase 65,8% dari skor ideal dan berada pada kategori sedang. Artinya secara keseluruhan kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah berada pada kategori sedang.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

Pada bagian ini dikemukakan pembahasan berdasarkan analisis penafsiran temuan penelitian mengenai kontrol diri siswa dalam proses belajar di SMAN 4 Padang. Berdasarkan hasil analisis data, maka pembahasan akan disesuaikan dengan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di SMAN 4 Padang dilihat dari Kontrol Perilaku

Hasil penelitian menunjukkan kontrol diri siswa dalam proses belajar di SMAN 4 Padang pada aspek kontrol perilaku rata-rata keseluruhannya berada pada kategori sedang, dengan persentase sebesar

67,3% yang artinya masih ditemukan siswa kurang mampu mengontrol perilakunya saat belajar di sekolah seperti gugup ketika menjawab pertanyaan guru dan masih ada siswa bekerjasama ketika ulangan. Ini disebabkan oleh beberapa hal, salah satunya perilaku yang ditampilkan siswa diluar kontrol dirinya atau dipengaruhi oleh teman. Menurut Thompson (dalam B. Smet, 1994:38) kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk mencapai hasil-hasil yang diinginkan lewat perilaku atas keyakinan sendiri. Tindakan yang diyakini oleh individu dan ditampilkan itulah yang menjadi salah satu indikasi siswa mampu mengontrol perilakunya.

Selanjutnya hasil penelitian menunjukkan ada beberapa siswa rendah dan sangat rendah kemampuan mengontrol perilakunya yang merupakan aspek dari kontrol diri. Menurut Kazdin (dalam Santosa Surya, 2002:89) rendahnya kontrol diri remaja atas perilakunya disebabkan kurang mampunya remaja mengatasi berbagai hal yang berasal dari luar dirinya seperti lingkungan sosial teman sebaya, kecenderungan remaja untuk mengikuti kehendak teman sebaya pada masa ini sangat besar, jika remaja kurang mampu mengontrol perilakunya maka remaja terjerumus pada perbuatan negatif. Pada proses belajar jika hal itu terjadi siswa akan melakukan aktivitas seperti meninggalkan kelas saat guru menerangkan pelajaran, datang terlambat, bolos dan memainkan ponsel saat belajar.

Kemampuan kontrol perilaku dalam proses belajar sangatlah penting. Menurut Lazarus (dalam M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S,

2010:43) kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi yang positif. Kontrol diri yang baik menjadikan siswa mampu mengarahkan dirinya pada bentuk perilaku yang positif. Pada proses belajar perilaku yang terkontrol itu akan terlihat pada siswa yang menjalani proses belajar dengan baik, berkontribusi serta mematuhi aturan yang ditetapkan dalam proses belajar. Jadi kemampuan kontrol perilaku menjadikan siswa dapat menentukan perilaku dalam proses belajar di sekolah yang dibentuk atas kehendak sendiri dan atas kontrol diri sendiri.

2. Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di SMAN 4 Padang dilihat dari Kontrol Kognitif

Hasil penelitian menunjukkan kontrol diri siswa dalam proses belajar di SMAN 4 Padang pada aspek kontrol kognitif rata-rata keseluruhannya berada pada kategori sedang, dengan persentase 65% yang artinya masih ditemukan siswa kurang mampu mengontrol kognitifnya saat belajar di sekolah seperti siswa yang mudah putus asa jika mengalami kesulitan memahami pelajaran. Hasil penelitian juga menyatakan 58 siswa (22,7%) berada pada kategori rendah dan 11 siswa (4,2%) berada pada kategori sangat rendah. Penyebab rendahnya kontrol kognitif siswa disebabkan adanya perbedaan kemampuan memperoleh informasi dan perbedaan kemampuan memberikan penilaian terhadap sesuatu dalam proses belajar. Menurut Averill (dalam Syamsul Bachri Thalib, 2010:110) kemampuan memperoleh informasi maksudnya dengan informasi yang

diketahui, siswa mampu mengantisipasi keadaan melalui berbagai pertimbangan objektif contoh siswa dapat belajar seperti biasa meskipun sedang mengalami masalah, sedangkan kemampuan melakukan penilaian merupakan kemampuan siswa untuk menilai dan menafsirkan suatu keadaan dengan memperhatikan segi-segi positif secara subjektif seperti menimbang baik atau buruk tentang suatu hal. Dua hal tersebut menjadi kunci bagaimana siswa mampu mengontrol kognitifnya dalam proses belajar di sekolah.

Hasil penelitian yang menyatakan kontrol kognitif siswa berada pada kategori sedang, artinya masih ada siswa yang belum mampu mengontrol kognitifnya. Siswa sepatutnya mampu mengontrol kognitifnya agar proses belajar memberikan perubahan pada diri siswa. Menurut Goldfried dan Merbaum (dalam M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, 2010:22) kontrol kognitif diperlukan agar sikap individu sesuai dengan aturan, nilai dan norma yang ada dimana individu berada. Pada proses belajar kontrol kognitif diperlukan untuk menentukan sikap yang akan dipilihnya agar tidak mengganggu kegiatan belajar.

3. Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di SMAN 4 Padang dilihat dari Kontrol Keputusan

Hasil penelitian menunjukkan kontrol diri siswa dalam proses belajar di SMAN 4 Padang pada aspek kontrol keputusan rata-rata keseluruhannya berada pada kategori sedang, dengan persentase 65,8%. Temuan ini berbeda dengan fenomena yang ada, karena tidak semua siswa mampu mengontrol keputusannya saat belajar. Hasil penelitian

menyatakan 49 siswa (19,1%) berada pada kategori rendah dan sebanyak 12 siswa (4,7%) berada pada kategori sangat rendah hal ini disebabkan perbedaan kemampuan mengambil keputusan siswa terhadap sesuatu dalam proses belajar. Menurut Averill (dalam Syamsul Bachri Thalib, 2010:110) kontrol keputusan yaitu kemampuan individu untuk memilih dan menentukan tujuan yang diinginkan. Kemampuan mengambil keputusan menjadi kunci bagaimana siswa mampu mengontrol keputusannya dalam proses belajar di sekolah.

Hasil penelitian menyatakan kontrol keputusan siswa berada pada kategori sedang, yang artinya masih ada siswa yang belum mampu mengontrol keputusannya seperti siswa yang memilih diam ketika ditanya guru dan masih ada siswa yang membalas jika dibentak oleh teman. Siswa sepatutnya mampu mengontrol keputusan dalam proses belajar karena bagian dari kontrol diri. Menurut Goldfried dan Merbaum (dalam M. Nur Ghufon dan Rini Risnawita S, 2010:23) kontrol keputusan merupakan bagian dari kemampuan mengontrol diri yang menjadikan individu mampu memutuskan sesuatu yang dianggap baik. Kontrol keputusan dalam proses belajar menjadikan siswa mampu memutuskan sesuatu contohnya siswa menolak ajakan teman untuk cabut ketika belajar, menolak ajakan teman itulah bentuk kontrol keputusan siswa. Jadi sikap yang ditampilkan siswa dalam proses belajar merupakan keputusannya, sehingga diperlukan kemampuan mengontrol keputusan agar siswa mampu membimbing tingkah laku sendiri, menjalani proses belajar dengan baik.

C. Implikasi Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian kontrol diri siswa dalam proses belajar dikategorikan sedang dan masih terdapat beberapa siswa memiliki kontrol diri yang rendah dan sangat rendah, oleh karena itu untuk meningkatkan kontrol diri siswa maka diberikan layanan bimbingan dan konseling.

Layanan bimbingan dan konseling merupakan pelayanan bantuan yang ditujukan untuk peserta didik secara perorangan, maupun kelompok agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal. Adapun layanan BK yang dapat diberikan berdasarkan hasil penelitian yaitu:

1. Layanan Informasi

Layanan informasi yaitu salah satu layanan bimbingan dan konseling yang diberikan sehingga siswa dapat menerima dan memahami berbagai informasi yang dapat dipergunakan sebagai bahan pertimbangan dan pengambilan keputusan untuk kepentingan siswa. Prayitno dan Erman Amti (2004:258) menjelaskan materi layanan informasi yang diberikan tergantung kepada kebutuhan peserta layanan. Oleh sebab itu, untuk menindak lanjuti hasil penelitian ini materi layanan informasi yang dapat diberikan kepada siswa adalah sebagai berikut:

a. Pentingnya mengontrol diri dalam proses belajar

Berdasarkan hasil penelitian terdapat siswa yang rendah dan sangat rendah kontrol dirinya diantaranya masih ada siswa yang keluar masuk kelas saat proses belajar berlangsung, mencontek saat ujian dan memainkan ponsel saat proses belajar. Dengan memberikan materi ini

diharapkan menambah wawasan siswa betapa pentingnya mengontrol diri dan menahan diri tidak melakukan kegiatan yang mengganggu aktivitas belajar.

b. Manfaat menjaga ketenangan dalam proses belajar

Data yang diperoleh dari hasil penelitian untuk indikator yang berhubungan dengan kemampuan mengatur stimulus dengan rata-rata berada pada kategori sedang. Pemberian materi yang berhubungan dengan manfaat menjaga ketenangan dalam proses belajar diharapkan akan menambah pengetahuan siswa sehingga siswa termotivasi menjaga ketenangan dalam proses belajar dan dapat merasakan manfaatnya.

2. Layanan Penguasaan Konten

Layanan penguasaan konten yaitu layanan yang diberikan oleh guru BK dalam bentuk bantuan kepada siswa untuk menguasai kemampuan ataupun kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar. Guru BK di SMAN 4 Padang dapat memberikan materi yang terkait dengan keterampilan kontrol diri. Oleh sebab itu, untuk menindak lanjuti hasil penelitian ini materi layanan penguasaan konten yang dapat diberikan kepada siswa adalah sebagai berikut:

a. Mengendalikan diri agar fokus dalam belajar

Pemberian layanan penguasaan konten dengan materi mengendalikan diri agar fokus dalam belajar dapat dilakukan dengan permainan mengikuti perintah guru BK tetapi tidak mengikuti gerakan yang dilakukan oleh guru BK. Permainan pada layanan ini bertujuan agar

siswa mampu fokus mendengarkan arahan guru BK. Diharapkan setelah layanan ini siswa mampu lebih fokus mengikuti proses belajar di sekolah nantinya.

b. Melatih konsentrasi belajar siswa.

Pemberian layanan penguasaan konten dengan materi melatih konsentrasi belajar siswa. Berdasarkan hasil penelitian yang mengungkapkan masih ada siswa yang perlu ditingkatkan kontrol dirinya dalam proses belajar. Melalui pemberian materi ini akan menambah wawasan dan pengetahuan siswa serta menerapkannya sehingga kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah dapat ditingkatkan.

3. Layanan Konseling Perorangan

Layanan konseling perorangan merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang guru BK atau konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Menurut Prayitno dan Erman Amti (2004:288) tujuan umum dari layanan konseling perorangan ini adalah untuk membantu klien dalam mengentaskan masalah mereka dengan memberikan kemungkinan-kemungkinan jalan keluar dari permasalahan tersebut. Berkaitan dengan kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah, guru BK dapat melakukan konseling perorangan dengan siswa untuk mengentaskan permasalahan yang dialami siswa seperti siswa yang keluar kelas saat jam belajar berlangsung, siswa bolos serta permasalahan yang disebabkan kurang mampunya siswa mengontrol diri.

4. Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok dilakukan dengan dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dari narasumber tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman khususnya berkenaan dengan kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah. Topik yang diberikan pada layanan bimbingan kelompok dapat berupa topik tugas maupun topik bebas (Tohirin, 2007:25). Topik bebas adalah topik yang berasal dari anggota kelompok sedangkan topik tugas merupakan topik yang berasal dari pemimpin kelompok. Melalui layanan ini guru BK dapat melakukan bimbingan kelompok dengan topik tugas seperti pengaruh ponsel pada aktivitas belajar. Diharapkan dengan pembahasan yang dilakukan siswa dapat bertukar pikiran, wawasan, dan pandangan mengenai dampak buruk penggunaan ponsel saat proses belajar berlangsung.

5. Layanan Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok adalah layanan untuk klien melalui kegiatan kelompok dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Layanan konseling kelompok dilaksanakan untuk mengentaskan masalah yang dialami siswa yang berkaitan dengan kontrol diri siswa.

Untuk menciptakan dinamika yang baik dalam pelaksanaan layanan ini, guru BK dapat menggabungkan siswa yang memiliki kontrol diri sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah agar mereka bisa berbagi pengetahuan maupun pengalaman sehingga menemukan solusi tentang

masalah-masalah yang berkaitan dengan kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah.

6. Layanan Mediasi

Selanjutnya layanan mediasi dilakukan guru BK jika ditemukan permasalahan siswa dengan siswa atau siswa dengan guru di sekolah yang diakibatkan ketidakmampuan siswa mengontrol diri saat proses belajar sehingga menimbulkan perselisihan atau pertengkaran. Guru BK melalui layanan ini bertindak sebagai mediator yang membantu siswa menyelesaikan permasalahan dan memperbaiki hubungan di antara siswa dengan siswa atau siswa dengan guru. Sehingga guru BK dapat mengentaskan permasalahan yang muncul di antara siswa dan berusaha untuk mendamaikan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa guru BK dapat memberikan beberapa layanan bimbingan dan konseling untuk mencegah serta mengentaskan permasalahan siswa yang timbul akibat kurang mampunya siswa mengontrol diri. Sehingga guru BK dapat menumbuhkan serta meningkatkan kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah berdasarkan layanan-layanan yang sesuai dengan kebutuhan siswa.

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, kontrol diri siswa dalam proses belajar di SMAN 4 Padang berada pada kategori sedang, dengan rincian sebagai berikut:

1. Kontrol diri siswa SMAN 4 Padang dilihat dari kontrol perilaku dalam proses belajar di sekolah berada pada kategori sedang. Maksud dari kategori sedang yaitu masih terdapat siswa kurang mampu mengontrol perilaku dan perlu upaya untuk meningkatkan kontrol perilaku siswa dalam proses belajar di sekolah melalui layanan BK.
2. Kontrol diri siswa SMAN 4 Padang dilihat dari kontrol kognitif dalam proses belajar di sekolah berada pada kategori sedang. Maksud dari kategori sedang yaitu masih terdapat siswa kurang mampu mengontrol kognitif dan perlu upaya untuk meningkatkan kontrol kognitif siswa dalam proses belajar di sekolah melalui layanan BK.
3. Kontrol diri siswa SMAN 4 Padang dilihat dari kontrol keputusan dalam proses belajar di sekolah berada pada kategori sedang. Maksud dari kategori sedang yaitu masih terdapat siswa kurang mampu mengontrol keputusan dan perlu upaya untuk meningkatkan kontrol keputusan siswa dalam proses belajar di sekolah melalui layanan BK.

B. SARAN

Berdasarkan kesimpulan, maka dapat diberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Siswa disarankan agar dapat mengontrol diri dalam proses belajar di sekolah, membiasakan diri mengikuti kegiatan belajar dengan mendengarkan, memperhatikan serta menahan diri mengikuti kegiatan belajar dengan baik. Kontrol diri dalam proses belajar di sekolah yang telah ditampilkan siswa akan memberikan dampak yang sangat positif bagi siswa itu sendiri, sehingga mereka akan lebih nyaman belajar, fokus dan aktif mengikuti kegiatan belajar di sekolah.
2. Guru Bimbingan dan Konseling agar dapat memberikan bimbingan kepada siswa melalui layanan BK untuk menumbuhkan serta meningkatkan kontrol diri siswa. Kemudian mampu membantu mengentaskan masalah yang dialami siswa terutama yang berhubungan dengan kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah.
3. Penelitian selanjutnya agar dapat mengembangkan pengetahuan tentang kontrol diri dalam ruang lingkup yang lebih luas, dikarenakan peneliti mengkaji kontrol diri dengan instrumen berupa angket maka peneliti merekomendasikan penelitian selanjutnya untuk meneliti upaya meningkatkan kontrol diri siswa melalui layanan penguasaan konten.

KEPUSTAKAAN

- Agus Irianto. 2014. *Konsep Dasar, Aplikasi, dan Pengembangannya*. Jakarta: Prenadamedia Group
- Anas Sudjono. 2007. *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Aprilia Dewi Rahmawati. 2013. Hubungan Citra Tubuh dan Kontrol Diri pada Pola Makan Remaja Putri di SMK Negeri 2 Godean. *Jurnal*. UIN Yogyakarta.
- A. Muri Yusuf. 2007. *Metodologi Penelitian*. Padang: UNP PRESS.
- B. Smet. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo.
- Calhoun, James. F dan Ross Acocella, Joan. 1995. *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan* (Alih Bahasa: Satmoko). Semarang: IKIP Semarang Pers.
- Defa Linda. 2012. Hubungan Antara Religiusitas dengan Kontrol Diri terhadap Pornografi pada Siswa SMK X di Kecamatan Tilatang Kamang. *Skripsi* UNP Padang.
- Djaali. 2011. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hurlock. 2000. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (Alih Bahasa: Istiwidayanti dan Soedjarwo). Jakarta: Erlangga.
- J.P Chaplin. 2011. *Kamus Lengkap Psikologi* (Alih Bahasa: Kartini Kartono). Jakarta: Rajawali Pers.
- M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media..
- Muhibbin Syah. 2010. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Nana Sudjana dan Ibrahim. 2010. *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*. Bandung: Sinar Baru Algesindo.
- Prayitno. 1997. *Dasar-Dasar Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Riduwan. 2010. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru, Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Santosa Surya. 1999. *Dinamika Kelompok*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Administrasi Dilengkapi dengan Metode R & D*. Badung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sumanto M. 2014. *Teori dan Aplikasi Metode Penelitian*. Yogyakarta: CAPS.
- Syamsu Yusuf L.N dan Nani M. Sugandhi. 2012. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Syamsul Bachri Thalib. 2010. *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Jakarta: Kencana.
- Syofyan Siregar. 2013. *Statistika Parametrik untuk Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Bumi Aksara.
- The Liang Gie. 1995. *Cara Belajar yang Efisien*. Yogyakarta: Liberty.
- Tohirin. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Umar Husein. 2001. *Metodologi Penelitian untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Yudrik Jahja. 2012. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.

PEDOMAN WAWANCARA

Hari/Tanggal :

Responden : Siswa

1. Selain mengikuti proses belajar di kelas, adakah kegiatan lain yang kerap Ananda lakukan saat jam belajar masih berlangsung?
2. Apa yang Ananda lakukan jika mengalami kesulitan menjawab soal latihan/ulangan?
3. Jika proses belajar dilakukan di luar kelas, pelanggaran apa yang pernah Ananda lakukan?

Padang, April 2015

Pewawancara

PEDOMAN WAWANCARA

Hari/Tanggal :

Responden : Guru BK / Guru Mata Pelajaran / Wali Kelas

1. Selain mengikuti proses belajar di kelas, adakah kegiatan lain yang kerap siswa lakukan saat jam belajar di kelas masih berlangsung?
2. Apa saja bentuk kebiasaan belajar yang kurang baik yang ditampilkan siswa saat Ibu/Bapak menerangkan pelajaran?

Padang, April 2015

Pewawancara

INSTRUMEN PENELITIAN

A. Pengantar

Assalamua'alaikum Wr. Wb

Pertama-tama saya mendoakan Ananda dalam keadaan sehat wal'afiat , Aamiin. Ananda diminta untuk mengisi angket ini dengan sesuai kondisi nyata yang Ananda alami. Pengisian angket ini bertujuan untuk memperoleh data dan informasi berkenaan dengan **kontrol diri siswa dalam proses belajar di sekolah** yang terjadi pada diri Ananda.

Data dan informasi yang diperoleh semata-mata dan sepenuhnya akan dirahasiakan, tidak ada maksud lain yang dapat merugikan Ananda. Ananda diharapkan memberikan respon yang sesungguhnya.

Atas kesediaan dan bantuannya saya ucapkan terimakasih.

Padang, Desember 2015

Peneliti

KISI-KISI ANGKET PENELITIAN
KONTROL DIRI SISWA DALAM PROSES BELAJAR
DI SEKOLAH

Variabel	Sub Variabel	Indikator	Item	
			+	-
Kontrol diri	1. Kontrol perilaku	- Kemampuan mengatur pelaksanaan	1, 2, 5, 9, 10	3, 4, 6, 7, 8
		- Kemampuan mengatur stimulus	11, 12, 14, 18, 19, 21	13, 15, 16, 17, 20, 22
	2. Kontrol kognitif	- Kemampuan untuk memperoleh informasi	23, 25, 26, 28,	24, 27, 29, 30, 31
		- Kemampuan melakukan penilaian	32, 33, 35, 36, 37, 38, 39	34, 40, 41
	3. Kontrol keputusan	- Kemampuan mengambil keputusan	42, 43, 45, 46, 49	44, 47, 48, 50, 51

INSTRUMEN

A. Identitas

Nama (inisial) :
Kelas :
Jenis kelamin :
Hari/tanggal pengisian :

B. Petunjuk Pengisian

1. Bacalah pernyataan-pernyataan pada lembaran berikut, kemudian jawablah pada alternatif jawaban yang tersedia.
2. Jawablah semua nomor dengan cermat dan teliti.
3. Semua jawaban adalah benar jika diisi dengan jujur sesuai dengan keadaan Ananda saat ini.
4. Pilihlah salah satu dari lima alternatif jawaban: **SL**, **SR**, **KD**, **J**, dan/atau **TP** sesuai kondisi Ananda dengan cara memberi tanda *check* (✓) pada pilihan jawaban tersebut.
 - Selalu (SL), apabila pernyataan tersebut **selalu** Ananda kerjakan atau berada pada persentase antara 81-100%.
 - Sering (SR), apabila pernyataan tersebut **sering** Ananda kerjakan atau berada pada persentase antara 61-80%.
 - Kadang-kadang (KD), apabila pernyataan tersebut **kadang-kadang** Ananda kerjakan atau berada pada persentase antara 41-60%.
 - Jarang (J), apabila pernyataan tersebut **jarang** Ananda kerjakan atau berada pada persentase antara 21-40%.
 - Tidak pernah (TP), apabila pernyataan tersebut **tidak pernah** Ananda kerjakan atau berada pada persentase antara 0-20%.

Contoh:

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		SL	SR	KD	J	TP
1	Saya mengikuti proses belajar dengan sungguh-sungguh	√				

Untuk contoh jawaban pernyataan di atas, artinya Ananda selalu mengikuti proses belajar dengan sungguh-sungguh.

5. Periksa kembali semua pernyataan tersebut dan pastikan telah terjawab semua.

C. BUTIR-BUTIR PERNYATAAN

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban				
		SL	SR	KD	J	TP
A	Kontrol Perilaku					
	- Kemampuan mengatur pelaksanaan					
1	Tingkahtaku saya di sekolah ditentukan oleh kehendak saya sendiri.					
2	Saya tetap memperhatikan guru menyampaikan pelajaran walaupun tidak menyukai pelajaran tersebut.					
3	Saya gugup ketika menjawab pertanyaan guru saat proses belajar berlangsung.					
4	Saya datang terlambat ke sekolah meskipun tahu hal itu melanggar peraturan sekolah.					
5	Saya dapat bersikap tenang saat tampil di depan kelas meskipun semua perhatian tertuju pada saya.					
6	Saya memarahi teman sebangku yang mengganggu saat belajar.					
7	Saya tidak peduli dengan perilaku atau perkataan saya walaupun menyinggung perasaan teman di sekolah.					
8	Saya tetap melanjutkan pembicaraan dengan teman walaupun guru telah memulai pelajaran.					
9	Saya mengikuti kegiatan belajar dengan sungguh-sungguh meskipun aktivitas belajar dilakukan di tempat yang kurang nyaman.					
10	Saya segera meminta maaf jika saya berbuat salah terhadap teman di sekolah.					
	- Kemampuan mengatur stimulus					
11	Saya terpacu menjadi lebih baik karena adanya kritikan yang diberikan oleh guru atau teman mengenai diri saya.					

12	Saya akan menyelesaikan tugas sekolah yang dibebankan kepada saya walaupun tugas tersebut sulit.					
13	Saya melihat buku catatan saat ulangan untuk mendapatkan nilai yang tinggi.					
14	Saya menjawab pertanyaan guru karena termotivasi dengan teman yang aktif di kelas.					
15	Saya bekerjasama saat ujian karena banyak teman yang juga melakukannya.					
16	Jika teman sebangku mengajak saya ke kantin saat proses belajar berlangsung maka saya mengikuti teman tersebut.					
17	Saya kurang bersemangat belajar jika salah satu nilai mata pelajaran saya tidak memuaskan.					
18	Saya tidak menghiraukan ancaman teman untuk memberikan contekan saat mengerjakan latihan.					
19	Saya tetap memperhatikan guru menerangkan pelajaran meskipun banyak gangguan.					
20	Saya memainkan ponsel saat guru menerangkan pelajaran.					
21	Saya belajar di kelas dengan sungguh-sungguh agar memperoleh nilai yang memuaskan.					
22	Saya tidak masuk kelas karena tidak mengerjakan PR.					
B	Kontrol Kognitif					
	- Kemampuan untuk memperoleh informasi					
23	Ketika menghadapi masalah belajar saya akan segera memikirkan solusinya.					
24	Saya tidak dapat menerima kegagalan meskipun banyak teman sekelas yang mengalaminya.					

25	Saya dapat belajar seperti biasa meskipun sedang ada masalah.					
26	Ketika salah satu nilai mata pelajaran saya rendah, saya tidak akan membiarkan diri hanyut dalam kekecewaan.					
27	Saya merasa terburu-buru dalam mengerjakan latihan.					
28	Saya berusaha datang tepat waktu ke sekolah.					
29	Saya mudah putus asa jika mengalami kesulitan memahami pelajaran yang diterangkan guru.					
30	Saya tidak bisa belajar dengan fokus saat mengalami suatu masalah.					
31	Saya takut menyampaikan keluhan saya terhadap teman yang mengganggu saat belajar.					
- Kemampuan melakukan penilaian						
32	Saya memikirkan dampak yang akan datang jika saya malas ke sekolah.					
33	Bila saya mengalami kesulitan mengerjakan latihan di kelas, saya berusaha untuk menyelesaikannya.					
34	Saya memilih tidak ikut campur menyelesaikan perselisihan antar teman yang hanya akan mempersulit saya.					
35	Ketika saya dimaki-maki teman di kelas, saya berusaha memikirkan perilaku saya sebelumnya.					
36	Saya senang membantu teman saat mengalami kesulitan belajar.					
37	Saya merasa rugi jika tidak mengikuti kegiatan pengembangan diri di sekolah.					
38	Saya memikirkan dampak negatif jika saya tidak mengikuti proses belajar					

	dengan baik.					
39	Saya menjadikan kegagalan pada suatu mata pelajaran tertentu sebagai motivasi untuk meningkatkan hasil belajar.					
40	Saya merasa terganggu jika ada teman yang meminta saya membantunya belajar.					
41	Bagi saya keluar kelas saat jam belajar masih berlangsung adalah hal biasa.					
C	Kontrol Keputusan					
	- Kemampuan mengambil keputusan					
42	Saya belajar sesuai dengan rencana yang telah disusun sebelumnya.					
43	Saya menolak ajakan teman untuk cabut ketika belajar.					
44	Agar disukai teman di sekolah, saya berperilaku seperti apa yang menyenangkan orang lain.					
45	Saya memilih mengerjakan latihan yang diberikan guru daripada mengikuti ajakan teman ke luar kelas.					
46	Saya siap menerima risiko atas keputusan yang saya ambil.					
47	Saya mengikuti teman yang mencontek saat mengerjakan latihan.					
48	Meskipun saya merasa bersalah, saya sulit untuk meminta maaf kepada teman.					
49	Saya mengerjakan latihan dengan kemampuan saya sendiri.					
50	Saya memilih diam saat ditanya guru daripada jawaban yang saya sampaikan salah.					
51	Saya membalas jika dibentak oleh teman.					

DATA TABULASI PENELITIAN
KONTROL DIRI SISWA DALAM PROSES BELAJAR DI SEKOLAH

RES	NOMOR ITEM																																																		Jumlah	%	Kategori		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50				51	
1	4	1	1	5	1	2	5	2	2	4	1	2	1	2	3	2	3	1	2	2	4	1	2	3	1	3	2	5	1	3	2	4	3	1	2	3	2	1	4	1	1	1	5	2	3	1	3	2	3	2	2	119	46,7	R	
2	3	5	1	5	4	3	5	3	5	5	3	5	5	3	5	5	5	4	3	4	5	5	5	4	4	5	3	5	4	3	3	5	5	2	5	4	4	5	5	5	5	5	3	2	3	5	4	3	4	3	3	207	81,2	T	
3	3	3	3	1	2	2	3	4	1	2	5	1	3	1	1	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	3	1	5	1	5	1	4	2	1	5	2	1	2	3	1	2	1	1	1	102	40,0	R	
4	1	4	4	5	5	3	5	4	3	5	4	5	5	5	5	3	3	3	3	4	4	5	5	4	4	3	5	3	5	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	1	4	5	3	3	4	4	4	208	81,6	T		
5	3	5	5	1	5	4	2	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	4	3	4	5	5	5	5	4	4	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	2	3	5	4	3	4	3	3	206	80,8	T			
6	1	5	4	1	4	2	4	2	2	1	5	5	4	2	4	4	3	2	5	5	5	2	5	5	4	4	5	5	1	1	5	2	5	4	1	5	4	2	5	3	2	2	5	5	1	5	2	5	3	4	4	176	69,0	T	
7	5	5	4	5	4	2	4	3	3	5	5	4	4	3	4	4	4	2	5	3	4	5	4	5	5	5	3	4	3	5	5	4	4	3	4	4	3	3	4	3	1	4	2	3	4	4	1	2	3	4	189	74,1	T		
8	5	4	4	5	4	1	5	4	4	5	5	4	4	4	3	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	4	3	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5	226	88,6	ST		
9	4	5	3	5	5	2	5	4	5	5	5	5	5	4	2	4	5	3	2	2	4	4	5	5	3	4	2	2	3	5	3	3	4	4	4	2	3	2	5	3	2	5	2	5	4	5	4	3	4	4	3	2	187	73,3	T
10	4	3	3	4	3	2	2	2	3	5	3	2	2	4	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	2	4	3	2	4	1	2	3	3	2	4	4	3	3	2	3	2	2	3	4	1	3	4	4	3	151	59,2	S		
11	3	3	4	5	5	3	4	5	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	2	5	1	4	1	1	4	1	5	4	1	4	2	3	1	1	2	4	2	5	3	1	2	2	3	5	1	4	2	2	1	154	60,4	S	
12	2	4	4	5	3	5	5	3	3	3	4	3	3	3	4	3	5	3	4	4	3	4	4	5	4	3	3	4	3	4	3	3	2	1	2	3	1	2	2	4	2	1	1	2	2	1	1	1	2	3	2	148	58,0	S	
13	5	4	2	5	3	5	5	4	4	5	5	4	5	5	4	3	3	4	3	4	3	4	5	5	4	1	3	5	4	5	4	3	1	5	4	4	5	5	5	4	4	5	1	5	5	4	5	4	3	3	203	79,6	T		
14	4	3	1	1	1	1	2	1	2	5	2	1	1	1	2	2	2	1	1	4	1	5	1	2	1	1	2	1	1	1	1	2	5	2	1	3	1	3	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	96	37,6	R
15	1	2	1	2	2	4	2	1	1	4	2	3	1	2	2	1	3	1	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	1	3	2	4	2	1	1	2	4	1	2	5	1	2	1	3	1	1	3	1	3	2	2	102	40,0	R	
16	3	5	4	5	3	3	5	2	3	5	1	2	4	1	2	5	5	4	5	2	4	5	2	5	5	3	4	3	2	4	3	4	2	1	5	4	2	1	5	4	5	2	3	5	2	5	4	2	3	2	5	177	69,4	T	
17	2	5	2	5	3	2	5	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	5	4	5	4	3	3	3	5	2	3	4	5	5	1	3	5	5	5	5	5	5	4	5	5	3	3	3	3	3	192	75,3	T		
18	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	3	4	4	4	3	2	5	3	5	5	5	5	4	4	3	3	4	2	5	3	2	4	4	4	2	3	4	5	3	4	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	209	82,0	T	
19	5	3	2	1	1	1	1	5	5	3	2	3	2	4	5	4	5	5	5	4	3	2	3	2	4	5	4	3	2	4	4	5	4	2	5	4	2	5	4	2	5	1	3	5	1	4	5	5	2	4	5	176	69,0	T	
20	2	3	2	5	1	2	1	4	1	2	2	3	2	3	1	2	4	1	2	4	2	1	2	1	2	1	1	5	2	1	5	2	4	3	1	2	1	5	2	4	2	3	1	1	1	2	4	2	2	2	5	119	46,7	R	
21	1	5	4	5	3	1	5	5	4	5	4	4	4	4	4	5	2	5	5	5	5	5	5	4	3	3	5	2	5	4	3	4	5	4	3	5	5	5	5	5	5	5	3	5	4	5	4	4	1	209	82,0	T			
22	2	5	3	5	3	1	5	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	5	4	5	4	3	3	4	5	4	3	3	1	4	3	1	5	5	4	4	3	2	5	4	1	5	4	4	3	3	183	71,8	T	
23	1	1	1	3	3	1	5	5	3	3	3	5	2	2	5	2	1	5	3	5	1	1	1	5	2	1	1	1	5	3	1	2	5	1	2	5	3	3	5	1	2	5	2	1	1	1	2	3	3	4	5	137	53,7	S	
24	1	3	3	2	1	1	1	1	3	1	4	1	2	1	4	2	2	1	1	1	2	4	2	1	1	1	2	5	1	3	2	4	1	1	4	1	2	3	5	2	2	3	2	2	1	1	1	4	1	3	103	40,4	R		
25	5	4	4	5	5	2	2	4	4	4	3	5	5	5	5	5	4	1	5	5	5	5	5	4	5	1	4	3	2	5	3	1	3	5	4	2	3	4	3	5	5	5	4	5	5	5	1	5	3	2	198	77,6	T		
26	3	2	1	1	3	2	2	4	1	4	1	3	3	1	3	1	3	2	3	2	3	2	1	1	1	2	2	2	2	4	1	1	2	3	1	2	4	2	1	2	2	2	1	3	1	2	1	2	1	1	4	102	40,0	R	
27	3	4	3	4	3	2	5	4	2	5	5	3	4	4	3	3	2	4	3	2	4	3	5	5	3	3	4	4	5	3	1	4	5	3	4	4	5	4	4	5	5	4	3	4	5	2	5	4	4	3	3	1	188	73,7	T
28	4	1	2	5	1	2	1	3	2	1	1	1	4	2	3	1	2	4	1	2	1	1	5	1	2	1	3	1	3	1	2	1	1	1	2	5	1	4	1	2	1	2	3	1	1	1	2	2	2	1	100	39,2	R		
29	3	3	5	3	3	5	4	1	5	5	3	3	2	4	2	4	3	2	5	5	5	4	4	5	3	5	4	3	5	4	3	3	5	5	2	5	4	4	5	5	5	5	3	2	3	3	5	4	3	4	3	1	190	74,5	T
30	5	4																																																					

[illegible]

203	5	4	3	5	4	2	5	4	5	5	4	5	4	3	4	5	3	2	4	4	4	5	4	1	2	3	1	2	3	1	2	1	5	2	1	2	4	1	2	4	1	2	1	1	5	1	4	2	1	2	3	153	60,0	S	
204	1	2	3	1	3	1	3	1	2	1	2	2	5	4	5	1	5	4	5	3	5	4	3	3	5	4	4	4	5	2	3	5	2	2	2	5	5	2	3	5	4	5	5	3	4	2	4	5	5	173	67,8	S			
205	4	3	4	5	3	3	5	3	1	5	5	3	3	3	3	3	3	1	3	3	5	5	3	5	3	5	5	5	5	5	5	1	5	5	3	5	5	5	3	5	5	1	5	5	5	5	3	3	199	78,0	T				
206	3	5	2	5	5	1	5	4	4	5	3	5	5	5	3	5	3	4	5	5	5	5	5	5	3	5	4	5	3	5	5	1	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	3	4	3	2	209	82,0	T			
207	2	4	3	2	5	3	5	4	4	5	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	5	3	3	4	3	5	3	3	4	5	4	2	4	5	4	4	5	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	186	72,9	T				
208	4	5	1	3	4	2	3	1	1	5	5	2	3	4	1	3	2	2	4	3	1	5	2	3	1	1	4	1	2	2	2	5	2	1	1	5	1	5	5	4	1	5	1	1	2	5	3	2	3	4	1	139	54,5	S	
209	2	4	3	4	4	5	5	4	4	5	5	5	5	4	4	4	3	5	5	5	5	5	5	3	5	3	5	4	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	2	5	5	4	5	2	221	86,7	ST				
210	4	4	2	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	5	5	4	2	4	3	4	4	3	3	4	4	4	5	5	5	5	4	5	5	4	1	2	4	4	4	3	3	194	76,1	T			
211	2	2	5	3	1	5	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	5	5	5	5	4	3	5	5	2	5	4	4	3	5	5	2	4	4	5	5	5	4	5	3	4	3	5	4	4	3	4	194	76,1	T				
212	2	5	2	2	1	2	4	1	1	5	3	3	2	1	2	1	1	4	1	2	4	5	2	4	2	5	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	1	5	4	2	4	3	1	2	1	1	2	5	2	3	3	120	47,1	R	
213	3	2	5	4	2	1	4	4	5	3	5	4	3	3	4	3	4	5	3	5	5	4	2	4	4	2	5	3	4	3	4	5	5	4	4	3	3	3	3	2	2	5	3	4	5	3	3	4	2	1	179	70,2	T		
214	5	2	5	4	5	2	5	4	3	4	4	5	5	2	5	5	4	5	2	5	4	5	1	4	5	2	5	3	5	4	4	3	5	5	4	4	5	3	1	5	2	1	4	2	4	5	2	4	2	5	193	75,7	T		
215	1	1	3	4	1	2	2	4	3	2	1	1	1	4	3	3	1	1	2	2	1	5	1	3	1	4	2	1	1	3	2	1	1	2	3	1	4	3	2	1	5	2	1	4	3	3	4	3	119	46,7	R				
216	5	3	4	5	3	1	4	3	4	5	5	3	3	1	4	2	5	3	2	5	5	5	3	4	4	3	5	3	1	1	5	4	1	5	4	3	5	4	4	3	3	5	1	5	5	3	2	5	2	1	177	69,4	T		
217	1	4	5	1	3	5	1	5	4	2	2	1	5	3	5	5	2	3	5	5	3	1	2	2	1	5	2	2	1	2	1	3	4	1	5	4	1	2	5	2	5	4	3	1	2	3	4	5	157	61,6	S				
218	3	2	3	4	4	4	3	4	4	4	2	3	4	2	4	4	4	3	2	5	3	5	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	2	3	3	3	4	4	2	5	5	4	4	3	3	3	3	4	177	69,4	T		
219	2	4	5	5	4	3	4	4	4	5	5	5	5	5	4	4	3	5	5	5	5	5	5	3	2	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	2	222	87,1	ST						
220	5	3	3	1	1	1	4	4	1	1	5	4	1	5	1	2	2	4	1	2	3	2	1	1	3	1	4	2	3	1	5	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	2	2	2	1	4	1	1	1	3	108	42,4	R		
221	5	3	1	5	5	3	5	3	3	5	5	5	3	3	1	3	1	3	3	3	5	5	5	3	5	3	5	3	5	3	1	3	5	5	1	3	5	5	5	5	1	3	5	5	1	5	5	3	3	5	1	181	71,0	T	
222	4	2	3	5	1	2	1	1	2	1	1	2	3	3	1	2	2	4	3	3	3	5	4	2	4	4	4	1	3	3	4	4	2	3	3	1	2	2	5	1	3	5	2	3	4	1	5	2	1	1	137	53,7	S		
223	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	169	66,3	S		
224	2	4	4	4	3	1	3	5	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	2	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	3	2	3	3	4	3	3	4	3	173	67,8	S		
225	2	4	4	4	4	1	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	5	1	1	3	3	3	2	3	2	4	5	1	3	1	4	4	1	3	3	2	2	4	3	2	3	3	4	2	4	3	156	61,2	S	
226	3	3	3	5	2	3	5	3	3	4	4	3	3	3	3	3	5	1	2	2	2	4	1	2	5	1	4	1	2	3	2	2	5	1	1	2	1	1	2	4	1	1	1	1	2	4	2	3	2	4	3	3	133	52,2	R
227	3	4	3	5	3	2	5	2	3	5	5	4	3	4	3	4	3	2	3	3	3	5	3	4	3	4	3	5	4	3	3	5	4	3	4	5	4	5	5	3	3	3	4	5	3	4	3	3	4	3	185	72,5	T		
228	5	5	2	5	4	1	2	4	4	5	4	3	4	4	4	3	2	4	5	5	1	2	1	4	2	3	5	1	2	3	2	4	2	1	4	4	2	3	1	5	3	2	1	1	1	5	2	3	1	1	151	59,2	S		
229	5	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	1	3	5	4	5	4	4	5	4	4	3	5	3	3	4	4	2	3	4	4	5	4	3	4	4	5	2	5	4	3	4	4	2	2	181	71,0	T		
230	2	5	4	5	5	1	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	4	220	86,3	ST			
231	5	5	1	2	2	2	2	3	1	1	1	4	4	1	3	1	2	1	3	3	1	4	1	2	1	4	3	2	2	1	1	1	1	2	3	1	2	1	1	2	3	2	3	1	2	1	3	1	2	1	1	103	40,4	R	
232	3	3	1	3	2	1	3	1	4	2	3	3	1	2	1	1	2	3	1	1	1	2	3	1	1	1	2	3	1	1	2	3	2	2	3	1	1	3	2	1	2	2	1	3	2	3	2	3	2	3	104	40,8	R		
233	2	2	3	5	2	1	1	2	4	2	4	2	4	1	3	1	2	4	1	5	1	2	2	4	3	5	3	3	2	4	4	1	4	2	3	1	4	5	2	5	4	5	2	5	4	1	3	4	2	2	138	54,1	S		
234	4	3	1	4	4	5	4	4	4	3	3	2	1	4	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	5	2	2	4	5	4	4	4	5	4	4	3	2	1	5	2	5	5	1	2	1	1	162	63,5	S	
235	3	3	4	5	5	3	5	4	5	5	5	4	5	4	3	1	3	5	4	5	5	5	3	5	5	5	4	4	4	3	4	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	221	86,7	ST		
236	4	5	3	5	3	5	3	3	2	5	3	2	3	3	3	1	3	4	3	5	5	1	3	1	1	2	5	1	1	1	3	1	2	3	2	1	1	3	3	1	1	5	1	5	1	5	2	5	2	140	54,9	S			
237	3	4	4	4	4	4	3	4	4	5	5	4	4	2	4	1	1	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	3	5	5	4	3	5	5	1	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	1	5	5	4	3	5	3	209	82,0	T
238	5	3	4	5	2	4	3	5	4	2	4	2	3	3	2	3	5	1	3	4	4	5	3	1	3	4	5	2	5	5	1	4	3	2	4	1	3	2	3	5	3	1	4	2	1	2	2	4	1	2	154	60,4	S		
239	1	1	1	2	3	2	2	1	1	2	2	1	1	1	3	1	1	4	2	2	4	1	1	3	1	1	3	1	2	1	2	3	2	2	2	4	1	1	2	3	1	4	1	2	3	4	3	4	3	2	3	104	40,8	R	
240																																																							

[illegible]

234	3	3	1	4	4	5	4	4	3	3	2	1	4	3	2	3	4	3	4	3	3	71	64,5	S	234	3	3	3	3	3	5	2	2	4	5	4	4	4	5	4	4	3	2	67	70,5	T	234	1	5	2	5	5	1	2	1	1	1	1	24	48	R		
235	3	3	4	5	5	3	5	4	5	5	5	4	5	4	3	1	3	5	4	5	5	91	82,7	T	235	5	3	5	5	4	4	4	3	4	5	5	1	5	5	5	5	5	5	83	87,4	ST	235	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	4	47	94	ST		
236	4	5	3	5	3	5	3	3	2	5	3	2	3	3	3	1	3	4	3	5	5	76	69,1	S	236	1	3	1	1	2	5	1	1	1	1	1	3	1	2	3	2	1	1	3	36	37,9	R	236	1	1	5	1	5	1	5	5	2	5	2	2	28	56	S
237	3	4	4	4	4	4	4	5	4	4	2	4	4	2	4	1	1	4	5	5	5	86	78,2	T	237	5	4	5	5	3	5	5	4	3	5	5	1	4	5	5	4	83	87,4	ST	237	5	5	1	5	5	4	3	4	5	3	40	80	T					
238	5	4	5	2	4	3	3	4	2	4	2	3	3	2	3	5	1	3	4	4	5	74	67,3	S	238	3	1	3	5	2	5	5	1	5	1	4	3	2	4	1	3	2	3	5	58	61,1	S	238	3	1	4	2	1	2	2	2	4	1	2	22	44	R	
239	1	1	1	2	3	2	2	1	1	2	2	1	1	1	3	1	1	4	2	2	4	1	39	35,5	SR	239	1	3	1	1	3	1	2	1	2	3	2	2	4	1	1	2	3	1	36	37,9	R	239	4	1	2	3	4	3	4	3	2	3	29	58	S		
240	1	1	4	2	1	1	1	1	2	2	1	2	3	2	1	2	1	3	2	1	3	39	35,5	SR	240	1	3	1	2	1	3	1	2	1	2	1	1	5	3	2	2	3	4	41	43,2	R	240	2	1	1	1	1	1	2	2	3	4	18	36	SR			
241	5	4	1	5	5	3	5	3	5	5	5	3	3	1	3	1	3	3	3	5	5	79	71,8	T	241	5	3	3	5	3	5	5	5	5	4	4	3	4	2	3	3	3	5	74	77,9	T	241	3	5	4	4	5	2	5	4	5	4	2	38	76	T		
242	3	4	4	5	5	3	4	3	4	5	5	3	3	5	3	2	3	4	5	3	5	86	78,2	T	242	5	4	3	5	3	5	4	4	5	5	3	3	4	5	5	3	3	79	83,2	T	242	4	5	1	3	5	3	4	4	4	1	34	68	S				
243	4	4	1	2	5	1	3	3	3	5	3	1	4	1	1	3	3	5	5	3	3	66	60,0	S	243	3	3	3	5	1	4	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	1	3	52	54,7	S	243	3	5	3	5	3	3	3	3	3	1	3	32	64	S		
244	5	2	4	4	1	5	3	4	3	5	4	4	2	2	5	4	5	5	1	2	5	1	76	69,1	S	244	3	5	2	3	2	4	3	2	4	5	2	4	1	5	4	5	2	3	5	64	67,4	S	244	2	5	3	1	3	2	4	5	4	5	34	68	S	
245	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	5	4	2	1	1	2	3	2	1	39	35,5	SR	245	5	1	4	2	1	5	4	1	2	1	5	1	3	3	1	5	2	1	3	50	52,6	R	245	1	1	3	1	3	3	2	3	2	1	20	40	R	
246	4	1	3	3	2	2	1	4	2	5	4	1	3	2	3	3	1	2	3	1	5	2	57	51,8	R	246	1	2	2	4	1	5	2	2	1	5	2	2	3	1	3	5	2	4	3	50	52,6	R	246	1	5	2	4	3	2	3	3	4	3	30	60	S	
247	4	5	2	5	4	1	5	4	4	5	5	5	3	5	4	5	2	4	2	5	5	89	80,9	T	247	5	1	3	5	4	5	3	2	1	1	5	4	1	4	4	4	5	1	4	65	68,4	T	247	5	5	2	5	5	5	3	4	5	1	40	80	T		
248	2	5	4	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	3	99	90,0	ST	248	3	4	3	4	3	5	4	3	3	5	4	3	4	5	4	3	4	74	77,9	T	248	4	5	2	5	4	3	4	4	2	2	35	70	T					
249	3	3	3	5	2	3	5	3	3	4	4	3	3	3	5	1	4	5	5	5	80	72,7	T	249	5	4	5	5	3	5	5	1	1	1	3	1	5	3	2	1	4	3	3	60	63,2	S	249	3	1	5	4	5	3	5	3	5	3	5	39	78	T		
250	1	2	1	1	1	1	1	5	2	1	4	1	1	2	2	5	5	2	2	3	5	2	50	45,5	R	250	5	2	3	1	5	4	3	3	2	4	5	2	4	5	1	4	3	5	66	69,5	T	250	5	5	1	4	4	4	5	3	5	5	41	82	T		
251	2	3	2	1	1	2	2	4	1	2	1	2	2	3	1	2	4	1	2	3	1	2	44	40,0	R	251	2	4	1	2	3	1	1	3	1	2	3	2	3	2	1	5	1	1	39	41,1	R	251	3	1	2	1	1	1	4	1	5	4	23	46	R		
252	3	5	4	4	4	3	5	5	5	5	5	4	3	2	4	2	3	5	5	5	91	82,7	T	252	5	4	5	5	3	5	5	4	3	5	5	4	5	5	5	5	3	5	86	90,5	ST	252	5	5	1	5	5	5	4	5	5	4	44	88	ST				
253	2	4	4	4	3	1	3	5	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	5	77	70,0	S	253	3	3	3	1	3	5	1	1	1	1	3	1	5	3	4	5	5	3	54	56,8	S	253	3	4	5	3	3	4	3	3	4	3	35	70	T			
254	2	4	2	1	1	1	2	2	2	3	5	3	3	4	1	4	4	5	4	3	5	4	65	59,1	S	254	2	3	3	5	3	5	3	3	1	4	2	2	3	4	1	4	5	5	2	60	63,2	S	254	3	1	1	5	4	3	1	5	3	5	31	62	S	
255	5	4	4	5	5	3	5	4	4	5	4	5	5	4	4	4	3	3	4	5	3	93	84,5	T	255	4	3	3	3	2	5	4	3	5	5	4	2	5	3	5	3	74	77,9	T	255	5	5	1	5	5	5	5	5	5	3	3	42	84	T				
256	2	4	4	4	4	1	3	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	75	68,2	S	256	3	3	3	3	3	5	2	2	4	5	4	4	4	5	4	3	3	3	67	70,5	T	256	2	4	3	5	3	3	4	5	4	4	37	74	T			

Kriteria	Klasifikasi		f	%
	Skor	Persentase		
Sangat Tinggi	≥94	≥87	7	2,7
Tinggi	76-93	71-86	114	44,6
Sedang	58-75	54-70	84	32,8
Rendah	40-57	37-53	43,0	16,8
Sangat Rendah	22-39	≤ 36	8,0	3,1

total	18948
mean	74,0
SD	16,0
Max	103
Min	36
S. Ideal	110
%	67,287

Kriteria	Klasifikasi		f	%
	Skor	Persentase		
Sangat Tinggi	≥79	≥84	26	10,2
Tinggi	64-78	68-83	108	42,2
Sedang	49-63	53-67	53	20,7
Rendah	34-48	37-52	58,0	22,7
Sangat Rendah	19-33	≤ 36	11,0	4,2

total	15815
mean	61,8
SD	14,8
Max	89
Min	23
S. Ideal	95
%	65,03

Kriteria	Klasifikasi		f	%
	skor	persentase		
S. Tinggi	≥42	≥ 85	13	5,1
Tinggi	34-41	69-84	99	38,7
Sedang	26-33	53-68	83	32,4
Rendah	18-25	37-52	49	19,1
S.Rendah	10- 17	≤ 36	12	4,7

total	8212
mean	32,1
SD	7,5
Max	50
Min	17
S. Ideal	50
%	64,16

DATA TABULASI PENELITIAN
INDIKATOR KONTROL PERILAKU

RES	Kemampuan Mengatur Pelaksanaan										Jumlah	%	Kategori
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
1	4	1	1	5	1	2	5	2	2	4	27	54	S
2	3	5	1	5	4	3	5	5	3	5	39	78	T
3	3	3	3	1	2	2	3	4	1	2	24	48	R
4	1	4	4	5	5	3	5	4	3	5	39	78	T
5	3	5	1	5	4	2	5	5	3	5	38	76	T
6	1	5	4	1	4	2	4	2	2	1	26	52	R
7	5	5	4	5	4	2	4	3	3	5	40	80	ST
8	5	4	4	5	4	1	5	4	4	5	41	82	ST
9	4	5	3	5	5	2	5	4	5	5	43	86	ST
10	4	3	3	4	3	2	2	2	3	5	31	62	S
11	3	3	4	5	5	3	4	5	4	2	38	76	T
12	2	4	4	5	3	5	5	3	3	3	37	74	T
13	5	4	2	5	3	5	5	4	4	5	42	84	ST
14	4	3	1	1	1	1	2	1	2	5	21	42	R
15	1	2	1	2	2	4	2	1	1	4	20	40	R
16	3	5	4	5	3	3	5	2	3	5	38	76	T
17	2	5	2	5	3	2	5	4	4	3	35	70	T
18	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	46	92	ST
19	5	3	2	1	1	1	1	5	5	3	27	54	S
20	2	3	2	5	1	2	1	4	1	2	23	46	R
21	1	5	4	5	3	1	5	5	4	5	38	76	T
22	2	5	3	5	3	1	5	4	4	4	36	72	T
23	1	1	1	3	3	1	5	5	3	3	26	52	R
24	1	1	3	2	1	1	1	1	3	1	15	30	SR
25	5	4	4	5	5	2	2	4	4	4	39	78	T
26	3	2	1	1	3	2	2	4	1	4	23	46	R
27	3	4	3	4	3	2	5	4	2	5	35	70	T
28	4	1	2	5	1	2	1	3	2	1	22	44	R
29	3	3	5	3	3	5	4	1	5	5	37	74	T
30	5	4	4	5	4	1	5	4	4	5	41	82	ST
31	5	4	2	5	3	5	5	4	4	5	42	84	ST
32	3	4	3	4	3	2	5	4	3	4	35	70	T
33	1	1	2	5	2	2	4	2	1	1	21	42	R
34	3	5	4	5	5	3	5	4	5	4	43	86	ST
35	4	3	4	5	2	2	4	3	2	3	32	64	T
36	3	5	2	5	4	4	4	4	4	5	40	80	ST
37	2	4	3	4	4	3	5	4	3	5	37	74	T
38	1	1	2	1	2	2	5	1	3	1	19	38	R
39	3	4	3	4	2	4	5	4	4	4	37	74	T
40	4	4	4	4	4	4	4	3	5	4	40	80	ST
41	1	3	3	5	4	4	5	4	3	4	36	72	T
42	4	5	2	5	3	1	4	3	5	4	36	72	T
43	2	4	3	5	4	3	4	4	3	4	36	72	T
44	2	3	3	2	3	2	4	2	3	3	27	54	S
45	5	4	3	4	3	2	4	3	3	4	35	70	T
46	4	5	4	4	4	3	5	4	3	5	41	82	ST
47	1	4	2	4	1	2	4	2	3	2	25	50	R
48	3	4	4	5	3	4	4	3	4	4	38	76	T
49	5	2	1	1	1	3	2	3	2	1	21	42	R
50	3	3	4	5	2	4	5	5	2	5	38	76	T
51	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	36	72	T
52	3	4	4	5	3	2	4	3	4	4	36	72	T
53	4	4	3	4	3	2	4	3	4	4	35	70	T
54	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	37	74	T
55	3	5	5	5	4	3	5	5	4	5	44	88	ST
56	3	4	3	5	4	3	4	5	2	4	37	74	T
57	3	4	4	5	3	3	4	4	3	4	37	74	T

Res	Kemampuan Mengatur Stimulus												Jumlah	%	Kategori
	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22			
1	1	2	1	2	3	2	3	1	2	2	4	1	24	40	R
2	5	5	3	5	5	5	4	3	4	5	5	5	54	90	ST
3	5	1	3	1	1	1	2	1	1	2	2	2	22	37	R
4	4	5	5	5	3	3	3	3	4	4	5	5	49	82	T
5	5	5	3	5	5	5	4	3	4	5	5	5	54	90	ST
6	5	5	4	2	4	4	3	2	5	5	5	2	46	77	T
7	5	4	4	3	4	4	4	2	5	3	4	5	47	78	T
8	5	4	4	4	3	4	5	4	4	5	5	5	52	87	T
9	5	5	4	2	4	5	3	2	2	4	5	5	46	77	T
10	3	2	2	4	2	4	3	4	3	4	3	4	38	63	S
11	4	4	4	4	3	4	4	2	4	2	5	1	41	68	S
12	4	3	3	4	3	5	3	4	4	3	4	5	45	75	T
13	5	4	5	5	4	3	3	4	3	4	5	5	50	83	T
14	2	1	1	1	2	2	2	1	1	4	1	5	23	38	R
15	2	3	1	2	2	1	3	1	1	2	3	1	22	37	R
16	1	2	4	1	2	5	5	4	5	2	4	5	40	67	S
17	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	5	5	44	73	T
18	5	3	4	4	4	3	2	5	3	5	5	5	48	80	T
19	2	3	2	4	5	5	4	5	5	5	4	3	47	78	T
20	2	3	2	3	1	2	4	1	2	4	2	1	27	45	R
21	4	4	4	4	4	5	2	5	5	5	5	5	52	87	T
22	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	5	5	46	77	T
23	3	5	2	2	5	2	1	5	3	5	1	1	35	58	S
24	4	1	2	1	4	2	2	1	1	1	2	2	23	38	R
25	3	5	5	5	5	4	1	5	5	5	4	5	52	87	T
26	1	3	3	1	3	1	3	2	3	2	1	1	24	40	R
27	5	3	4	4	3	3	3	2	4	3	5	5	44	73	T
28	1	1	4	2	3	1	2	4	1	2	1	1	23	38	R
29	5	3	3	2	4	2	4	3	2	5	5	5	43	72	T
30	5	4	4	4	5	5	4	3	4	5	5	5	53	88	ST
31	5	4	5	5	1	1	2	4	1	4	2	1	35	58	S
32	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	5	5	45	75	T
33	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	1	15	25	SR
34	5	4	2	5	3	3	4	4	5	3	5	5	48	80	T
35	4	2	3	4	3	3	2	5	3	2	4	5	40	67	S
36	5	4	4	5	4	4	3	2	3	4	4	5	47	78	T
37	4	3	4	3	3	5	3	2	4	4	4	5	44	73	T
38	4	1	4	2	3	1	2	3	1	2	1	2	26	43	R
39	3	3	4	1	2	1	3	1	3	3	2	5	31	52	R
40	4	4	3	4	3	4	3	4	5	4	4	5	47	78	T
41	3	2	4	1	3	4	5	3	2	4	4	5	40	67	S
42	5	5	5	4	4	4	1	5	5	5	2	5	50	83	T
43	5	3	3	2	2	4	3	2	3	4	5	5	41	68	S
44	5	3	3	3	2	2	2	5	2	2	5	4	38	63	S
45	5	4	3	4	3	4	4	2	4	4	5	5	47	78	T
46	5	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	5	45	75	T
47	4	1	4	4	1	5	2	3	1	4	1	5	35	58	S
48	4	3	3	3	3	5	3	4	4	3	4	5	44	73	T
49	2	1	3	1	1	4	2	3	3	1	2	1	24	40	R
50	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	5	45	75	T
51	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	4	38	63	S
52	4	4	3	3	3	5	3	4	4	3	4	5	45	75	T
53	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	5	5	46	77	T
54	3	4	3	3	2	3	3	4	4	2	4	3	37	62	S
55	4	4	4	3	4	4	5	2	4	5	5	5	49	82	T
56	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	5	46	77	T
57	4	3	4	4	4	2	4	3	1	3	1	5	38	63	S

244	5	2	4	4	1	5	3	4	3	5	36	72	T
245	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	15	30	SR
246	4	1	3	3	2	2	1	4	2	5	27	54	S
247	4	5	2	5	4	1	5	4	4	5	39	78	T
248	2	5	4	5	5	1	5	5	5	5	42	84	ST
249	3	3	3	5	2	3	5	3	3	4	34	68	T
250	1	2	1	1	1	1	1	5	2	1	16	32	SR
251	2	3	2	1	1	2	2	4	1	2	20	40	R
252	3	5	4	4	4	3	5	5	5	5	43	86	ST
253	2	4	4	4	3	1	3	5	3	3	32	64	T
254	2	4	2	1	1	1	2	2	2	3	20	40	R
255	5	4	4	5	5	3	5	4	4	5	44	88	ST
256	2	4	4	4	4	1	3	4	3	3	32	64	T

					total	8670
Kriteria	Klasifikasi		f	%	mean	33,87
	Skor	Persentase			SD	7,524
Sangat Tinggi	>39	> 79	57	22,3	Max	46
Tinggi	31-38	63-78	128	50,0	Min	15
Sedang	26-30	53-62	17	6,6	S. Ideal	50
Rendah	18-25	37-52	41	16,0	%	67,73
Sangat Rendah	10 - 17	≤ 36	13	5,1		

244	4	4	2	2	5	4	5	5	1	2	5	1	40	67	S
245	1	1	1	5	4	2	1	1	2	3	2	1	24	40	R
246	4	1	3	2	3	3	1	2	3	1	5	2	30	50	R
247	5	5	3	5	4	5	2	4	2	5	5	5	50	83	T
248	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	3	5	57	95	ST
249	4	3	3	3	3	5	1	4	5	5	5	5	46	77	T
250	4	1	1	2	2	5	5	2	2	3	5	2	34	57	S
251	1	2	2	3	1	2	4	1	2	3	1	2	24	40	R
252	5	5	4	3	2	4	2	3	5	5	5	5	48	80	T
253	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	5	45	75	T
254	5	3	3	4	1	4	4	5	4	3	5	4	45	75	T
255	4	5	5	4	4	4	3	3	4	5	3	5	49	82	T
256	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	43	72	T

				total	10278	
Kriteria	Klasifikasi		f	%	mean	40,1
	Skor	Persentase			SD	9,6
Sangat Tinggi	≥52	≥ 88	16	6,3	Max	59
Tinggi	42-51	71-87	110	43,0	Min	15
Sedang	32-41	54-70	76	29,7	S. Ideal	60
Rendah	22-31	34-53	47	18,3	%	66,914
Sangat Rendah	12- 21	≤ 33	7	2,7		

221	5	3	3	5	3	5	3	1	3	31	68,9	T
222	4	2	4	4	4	4	1	3	3	29	64,4	S
223	4	3	3	3	3	4	3	3	3	29	64,4	S
224	4	3	3	3	3	4	3	2	4	29	64,4	S
225	1	1	3	3	3	2	3	2	4	22	48,9	R
226	2	5	1	4	1	2	3	2	2	22	48,9	R
227	3	4	3	4	3	5	4	3	3	32	71,1	T
228	2	1	4	2	3	5	1	2	3	23	51,1	R
229	4	4	5	4	3	5	3	3	4	35	77,8	T
230	5	1	5	5	4	5	1	1	1	28	62,2	S
231	1	2	1	4	3	2	2	1	1	17	37,8	R
232	2	1	3	1	3	3	1	1	2	17	37,8	R
233	1	2	2	4	3	5	3	3	2	25	55,6	S
234	3	3	3	3	3	5	2	2	4	28	62,2	S
235	5	3	5	5	4	4	4	3	4	37	82,2	T
236	1	3	1	1	2	5	1	1	1	16	35,6	SR
237	5	4	5	5	3	5	5	4	3	39	86,7	ST
238	3	1	3	5	2	5	5	1	5	30	66,7	S
239	1	3	1	1	3	1	2	1	2	15	33,3	SR
240	1	3	1	2	1	3	1	2	1	15	33,3	SR
241	5	3	3	5	3	5	5	5	5	39	86,7	ST
242	5	4	3	5	3	5	4	4	5	38	84,4	ST
243	3	3	3	5	1	4	3	3	1	26	57,8	S
244	3	5	2	3	2	4	3	2	4	28	62,2	S
245	5	1	4	2	1	5	4	1	2	25	55,6	S
246	1	2	2	4	1	5	2	2	1	20	44,4	R
247	5	1	3	5	4	5	3	1	1	28	62,2	S
248	3	4	3	4	3	5	4	3	3	32	71,1	T
249	5	4	5	5	3	5	5	1	1	34	75,6	T
250	5	2	3	1	5	4	3	3	2	28	62,2	S
251	2	4	1	2	3	1	1	3	1	18	40	R
252	5	4	5	5	3	5	5	4	3	39	86,7	ST
253	3	3	3	1	3	5	1	1	1	21	46,7	R
254	2	3	3	5	3	5	3	3	1	28	62,2	S
255	4	3	3	3	2	5	4	3	5	32	71,1	T
256	3	3	3	3	3	5	2	2	4	28	62,2	S

total	7163
mean	27,98
SD	7,027
Max	42
Min	11
S. Ideal	45

%	62,18
---	-------

221	5	5	1	3	5	5	5	5	1	3	38	76	T
222	4	4	2	3	3	1	2	2	5	1	27	54	S
223	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	34	68	S
224	5	3	3	4	4	4	4	3	3	3	36	72	T
225	5	1	3	1	4	4	1	3	3	2	27	54	S
226	5	1	1	2	1	1	2	4	1	1	19	38	R
227	5	4	3	4	5	4	5	5	3	3	41	82	T
228	2	4	2	1	4	4	2	3	1	5	28	56	S
229	4	4	2	3	3	4	5	4	3	4	36	72	T
230	5	5	4	5	5	5	5	5	3	5	47	94	ST
231	1	1	2	3	1	2	1	1	2	3	17	34	SR
232	3	2	2	3	1	1	3	2	1	2	20	40	R
233	4	4	1	4	2	1	4	2	3	1	26	52	R
234	5	4	4	4	4	5	4	4	3	2	39	78	T
235	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	46	92	ST
236	1	3	1	2	3	2	1	1	3	3	20	40	R
237	5	5	1	4	5	5	5	5	5	4	44	88	ST
238	1	4	3	2	4	1	3	2	3	5	28	56	S
239	3	2	2	2	4	1	1	2	3	1	21	42	R
240	2	1	1	5	3	2	2	3	3	4	26	52	R
241	4	4	3	4	4	2	3	3	3	5	35	70	T
242	5	3	3	4	5	5	5	5	3	3	41	82	T
243	3	3	1	3	3	3	3	3	1	3	26	52	R
244	5	2	4	1	5	4	5	2	3	5	36	72	T
245	1	5	1	3	3	1	5	2	1	3	25	50	R
246	5	2	2	3	1	3	5	2	4	3	30	60	S
247	5	4	1	4	4	4	5	5	1	4	37	74	T
248	5	4	3	4	5	4	5	5	3	4	42	84	T
249	1	3	1	5	3	2	1	4	3	3	26	52	R
250	4	5	2	4	5	1	4	3	5	5	38	76	T
251	2	3	2	3	2	1	5	1	1	1	21	42	R
252	5	5	4	5	5	5	5	5	3	5	47	94	ST
253	1	3	1	5	3	4	5	5	3	3	33	66	S
254	4	2	2	3	4	1	4	5	5	2	32	64	S
255	5	5	4	2	5	3	5	5	5	3	42	84	T
256	5	4	4	4	4	5	4	3	3	3	39	78	T

total	8652
mean	33,8
SD	8,626
Max	49
Min	12
S. Ideal	50

%	68
---	----

Kriteria	Klasifikasi		f	%
	Skor	Persentase		
Sangat Tinggi	≥ 37	≥ 83	19	7,4
Tinggi	30-36	68-82	84	32,8
Sedang	23-29	52-67	79	30,9
Rendah	16-22	37-51	59	23,0
Sangat Rendah	9- 15	< 36	15	5,9

Kriteria	Klasifikasi		f	%
	Skor	Persentase		
Sangat Tinggi	≥42	≥ 85	50	19,5
Tinggi	34-41	69-84	81	31,6
Sedang	26-33	53-68	67	26,2
Rendah	18-25	37-52	46	18,0
Sangat Rendah	10- 17	< 36	12	4,7

DATA TABULASI PENELITIAN
INDIKATOR KONTROL KEPUTUSAN

Res	Kemampuan Mengambil Keputusan										Jumlah	%	Kategori
	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51			
1	1	5	2	3	1	3	2	3	2	2	24	48	R
2	3	2	3	3	5	4	3	4	3	3	33	66	S
3	1	5	2	1	2	3	1	2	1	1	19	38	R
4	5	5	1	4	5	3	3	4	4	4	38	76	T
5	3	2	3	3	5	4	3	4	3	3	33	66	S
6	2	5	5	1	5	2	5	3	4	4	36	72	T
7	1	4	2	3	4	4	1	2	3	4	28	56	S
8	5	5	4	3	5	4	5	4	4	5	44	88	ST
9	2	5	4	5	4	3	4	4	3	2	36	72	T
10	3	2	2	3	4	1	3	4	4	3	29	58	S
11	1	2	2	3	5	1	4	2	2	1	23	46	R
12	2	2	2	1	1	1	2	2	3	2	18	36	SR
13	4	5	1	5	5	4	5	4	3	3	39	78	T
14	1	5	1	2	2	2	1	2	1	2	19	38	R
15	2	1	3	1	1	3	1	3	2	2	19	38	R
16	3	5	2	5	5	4	2	3	2	5	36	72	T
17	4	5	5	5	4	3	5	3	3	3	40	80	T
18	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	46	92	ST
19	1	3	5	1	4	5	5	2	4	5	35	70	T
20	3	1	1	1	2	4	2	2	2	5	23	46	R
21	3	5	3	5	5	4	5	4	4	1	39	78	T
22	5	4	1	5	4	4	3	3	3	3	35	70	T
23	5	2	1	1	1	2	3	3	4	5	27	54	S
24	3	2	3	2	1	1	1	4	1	3	21	42	R
25	5	5	5	4	5	5	1	5	3	2	40	80	T
26	1	3	1	1	2	1	2	1	1	4	17	34	SR
27	4	5	2	5	4	4	3	4	3	1	35	70	T
28	2	1	2	3	1	1	1	2	2	2	17	34	SR
29	2	3	3	5	4	3	4	3	3	1	31	62	S
30	3	2	3	3	5	4	3	4	3	3	33	66	S
31	2	5	4	4	1	3	3	1	3	1	27	54	S
32	4	5	2	5	4	4	3	4	3	1	35	70	T
33	5	1	2	3	2	2	2	4	3	2	26	52	R
34	4	1	3	5	5	3	4	3	5	2	35	70	T
35	3	1	1	4	2	1	3	4	2	3	24	48	R
36	4	5	1	3	3	4	5	3	3	4	35	70	T
37	3	5	3	4	4	3	4	3	3	3	35	70	T
38	2	5	3	5	2	4	2	3	3	3	32	64	S
39	1	5	2	3	5	3	3	3	3	3	31	62	S
40	4	5	2	4	4	3	4	4	4	4	38	76	T
41	3	1	4	2	1	5	4	3	4	5	32	64	S
42	2	5	1	4	5	5	3	4	4	3	36	72	T
43	4	5	2	5	4	2	4	2	3	3	34	68	S
44	1	4	3	2	4	5	2	3	3	5	32	64	S
45	3	3	3	3	5	3	4	4	3	2	33	66	S
46	4	4	2	4	4	2	4	3	3	3	33	66	S
47	4	1	5	1	5	2	2	5	4	2	31	62	S
48	3	4	2	3	4	4	4	3	2	3	32	64	S
49	1	2	1	2	4	1	4	1	1	2	19	38	R
50	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	36	72	T
51	4	1	4	4	1	1	3	3	3	2	26	52	R
52	2	5	2	4	1	4	1	2	3	3	27	54	S
53	3	1	1	5	5	3	3	5	3	3	32	64	S
54	3	4	4	2	3	4	3	5	4	3	35	70	T

55	4	5	3	4	4	4	4	4	4	4	40	80	T
56	4	5	2	3	5	3	3	4	3	3	35	70	T
57	3	2	2	3	2	4	3	1	3	3	26	52	R
58	1	3	3	2	2	1	1	1	2	3	19	38	R
59	3	5	4	3	5	2	3	3	5	2	35	70	T
60	2	3	3	3	4	3	4	3	4	4	33	66	S
61	3	2	2	4	4	2	3	3	3	5	31	62	S
62	4	5	1	5	5	4	5	4	2	4	39	78	T
63	5	5	1	4	5	4	5	4	4	4	41	82	T
64	5	5	1	4	5	5	4	5	5	5	44	88	ST
65	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	39	78	T
66	2	2	4	3	5	2	5	3	4	3	33	66	S
67	5	1	2	5	4	2	5	5	4	5	38	76	T
68	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	39	78	T
69	1	5	2	1	1	2	2	1	1	1	17	34	SR
70	5	2	3	4	5	4	4	3	3	4	37	74	T
71	3	3	2	1	3	1	2	3	3	2	23	46	R
72	4	5	1	5	5	3	3	5	5	5	41	82	T
73	4	1	1	5	4	4	5	5	5	1	35	70	T
74	1	2	3	3	2	3	3	4	3	1	25	50	R
75	5	5	2	5	5	3	2	4	3	4	38	76	T
76	3	1	3	2	1	3	2	2	3	2	22	44	R
77	5	5	2	5	5	5	4	4	2	3	40	80	T
78	5	5	2	5	5	5	4	4	2	3	40	80	T
79	3	5	1	4	4	3	2	4	2	2	30	60	S
80	2	5	1	5	5	2	5	4	2	3	34	68	S
81	5	5	5	5	5	5	1	5	1	1	38	76	T
82	4	5	2	5	5	3	5	3	5	2	39	78	T
83	3	5	2	3	4	3	4	3	4	3	34	68	S
84	1	1	2	5	4	2	3	2	2	5	27	54	S
85	5	5	1	5	5	4	5	5	5	2	42	84	T
86	5	5	1	5	4	4	5	4	5	4	42	84	T
87	1	2	3	1	2	2	5	2	3	1	22	44	R
88	4	5	3	4	3	3	2	3	3	5	35	70	T
89	3	4	3	4	3	1	2	3	2	3	28	56	S
90	5	5	2	5	5	5	4	4	2	3	40	80	T
91	5	5	1	4	4	3	4	4	4	2	36	72	T
92	4	5	1	5	4	3	4	4	5	1	36	72	T
93	5	5	2	5	5	5	4	4	2	3	40	80	T
94	5	5	2	1	5	3	5	4	5	2	37	74	T
95	2	4	1	4	5	4	4	4	5	3	36	72	T
96	3	3	3	2	1	2	1	1	1	1	18	36	SR
97	5	5	1	5	4	4	4	5	5	3	41	82	T
98	5	2	4	3	5	4	4	4	5	5	41	82	T
99	5	5	1	5	5	4	4	4	3	3	39	78	T
100	1	5	1	4	1	2	3	4	2	4	27	54	S
101	5	5	2	3	5	3	4	5	1	1	34	68	S
102	2	3	3	3	3	3	2	4	1	3	27	54	S
103	3	1	4	1	4	1	2	4	2	2	24	48	R
104	5	5	1	4	5	3	5	2	2	2	34	68	S
105	5	5	4	5	5	3	5	5	5	3	45	90	ST
106	2	2	3	2	2	1	5	1	1	1	20	40	R
107	2	5	5	5	5	4	5	2	5	1	39	78	T
108	2	4	2	2	2	3	3	2	5	4	29	58	S
109	4	1	2	4	4	2	4	2	4	2	29	58	S
110	2	3	2	2	4	3	2	5	4	1	28	56	S
111	3	1	2	5	4	3	5	3	3	3	32	64	S
112	3	2	1	4	2	5	1	1	5	2	26	52	R
113	4	3	1	5	5	3	3	3	2	2	31	62	S

114	1	1	4	2	3	1	2	2	3	3	22	44	R
115	3	3	1	3	2	2	3	3	5	1	26	52	R
116	3	4	1	1	5	3	1	3	2	1	24	48	R
117	5	5	1	4	5	2	2	4	1	1	30	60	S
118	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50	100	ST
119	4	5	1	4	2	4	5	4	3	4	36	72	T
120	5	1	1	1	5	1	2	2	2	1	21	42	R
121	1	2	4	1	4	3	1	2	3	3	24	48	R
122	5	2	1	3	5	3	3	3	2	2	29	58	S
123	4	4	1	3	1	5	2	5	1	2	28	56	S
124	2	2	4	1	2	3	2	2	1	1	20	40	R
125	4	1	1	4	2	3	1	3	1	2	22	44	R
126	5	5	1	5	5	4	5	4	4	4	42	84	T
127	3	2	1	4	1	1	1	1	5	2	21	42	R
128	5	5	2	3	5	3	4	5	1	1	34	68	S
129	2	2	2	3	1	3	2	1	3	1	20	40	R
130	5	5	2	4	5	3	3	3	4	3	37	74	T
131	2	1	2	2	1	3	1	1	3	1	17	34	SR
132	1	5	1	2	1	3	1	2	1	1	18	36	SR
133	1	5	2	1	4	1	4	2	4	4	28	56	S
134	5	5	5	5	5	3	5	5	5	3	46	92	ST
135	3	5	2	2	4	2	2	2	1	2	25	50	R
136	2	5	5	5	5	3	5	3	3	4	40	80	T
137	4	2	2	1	1	3	2	1	1	2	19	38	R
138	2	4	1	4	3	2	1	3	2	4	26	52	R
139	3	5	5	2	4	3	4	5	2	4	37	74	T
140	2	5	2	5	2	1	5	2	5	2	31	62	S
141	2	5	4	2	2	4	2	2	2	4	29	58	S
142	1	5	1	5	1	3	2	1	4	4	27	54	S
143	4	5	1	5	5	3	4	3	4	4	38	76	T
144	3	1	1	1	5	2	4	2	4	4	27	54	S
145	4	5	1	5	5	3	4	3	4	4	38	76	T
146	1	1	2	4	1	2	5	2	1	1	20	40	R
147	3	1	2	3	2	2	4	3	2	1	23	46	R
148	3	5	1	4	5	3	5	3	4	5	38	76	T
149	3	1	2	1	1	2	1	3	2	2	18	36	SR
150	3	4	2	3	5	2	2	2	2	3	28	56	S
151	3	1	1	2	4	3	4	4	3	3	28	56	S
152	4	5	1	4	1	4	1	2	3	2	27	54	S
153	3	5	4	3	5	2	5	4	3	3	37	74	T
154	1	1	2	1	1	3	1	4	2	1	17	34	SR
155	4	5	2	5	4	3	4	4	4	3	38	76	T
156	5	5	2	5	5	3	4	2	4	2	37	74	T
157	5	5	1	5	5	3	5	5	3	5	42	84	T
158	4	5	3	4	4	3	2	5	3	3	36	72	T
159	3	2	3	5	5	4	4	5	5	3	39	78	T
160	3	5	3	4	5	3	4	4	2	3	36	72	T
161	2	5	2	3	2	2	2	2	3	2	25	50	R
162	3	3	3	3	5	3	3	3	3	4	33	66	S
163	5	2	3	5	2	5	5	2	4	5	38	76	T
164	5	4	1	5	5	3	4	5	2	3	37	74	T
165	3	5	1	5	3	3	3	3	4	4	34	68	S
166	2	1	1	5	5	5	3	2	5	1	30	60	S
167	3	5	1	4	5	4	2	3	3	3	33	66	S
168	4	5	5	2	5	5	4	3	1	4	38	76	T
169	4	5	3	3	5	3	3	3	3	2	34	68	S
170	3	5	5	5	5	3	5	3	4	5	43	86	ST
171	2	4	1	1	5	2	2	1	2	2	22	44	R
172	3	3	2	4	4	3	1	2	2	2	26	52	R

173	2	5	2	5	4	4	5	4	4	4	39	78	T
174	3	5	4	2	2	1	2	3	4	1	27	54	S
175	3	5	2	5	5	3	4	4	4	3	38	76	T
176	2	1	3	4	1	3	1	2	3	3	23	46	R
177	4	5	2	3	5	3	3	3	3	2	33	66	S
178	4	4	1	4	4	2	2	4	2	1	28	56	S
179	5	5	2	5	4	5	4	5	5	4	44	88	ST
180	5	5	4	4	5	4	5	3	5	5	45	90	ST
181	4	5	5	3	4	4	5	4	4	5	43	86	ST
182	2	4	5	4	5	3	5	3	4	2	37	74	T
183	3	5	3	5	4	3	3	3	1	3	33	66	S
184	5	5	2	5	5	4	5	4	3	2	40	80	T
185	4	2	5	5	3	3	4	5	2	5	38	76	T
186	5	4	2	4	5	3	4	4	2	4	37	74	T
187	5	2	5	1	5	5	5	5	2	4	39	78	T
188	2	5	1	3	1	5	3	2	3	5	30	60	S
189	4	5	2	5	5	3	4	4	3	3	38	76	T
190	3	1	3	4	4	2	3	4	3	4	31	62	S
191	5	2	3	2	2	2	4	3	4	4	31	62	S
192	1	5	4	1	4	2	2	3	1	4	27	54	S
193	1	1	2	2	4	1	2	1	3	2	19	38	R
194	4	5	1	5	4	4	5	4	2	3	37	74	T
195	4	2	2	4	4	3	4	2	2	3	30	60	S
196	3	5	2	5	5	3	4	3	1	3	34	68	S
197	4	5	5	1	5	5	4	2	5	5	41	82	T
198	3	5	2	5	5	4	4	4	3	5	40	80	T
199	3	5	5	2	3	5	3	5	3	4	38	76	T
200	4	5	1	5	5	3	5	5	5	3	41	82	T
201	2	5	5	4	5	3	5	4	5	1	39	78	T
202	1	1	1	5	4	1	3	2	1	1	20	40	R
203	2	1	1	5	1	4	2	1	2	3	22	44	R
204	5	5	5	3	4	4	2	4	5	5	42	84	T
205	5	5	1	5	5	5	5	5	3	3	42	84	T
206	2	5	3	5	5	4	3	4	3	2	36	72	T
207	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	34	68	S
208	5	1	1	2	5	3	2	3	4	1	27	54	S
209	4	5	2	5	5	5	5	4	5	2	42	84	T
210	4	1	2	4	4	4	4	4	3	3	33	66	S
211	3	4	3	5	4	4	3	4	3	4	37	74	T
212	3	1	2	1	1	2	5	2	3	3	23	46	R
213	2	5	3	4	5	3	3	4	2	1	32	64	S
214	2	1	4	2	4	5	2	4	2	5	31	62	S
215	1	5	2	1	4	3	3	4	4	3	30	60	S
216	3	5	1	5	5	3	2	5	2	1	32	64	S
217	4	3	1	2	3	4	5	4	5	5	36	72	T
218	2	5	5	4	4	3	3	3	3	4	36	72	T
219	4	5	2	5	5	5	5	4	5	2	42	84	T
220	1	2	2	2	1	4	1	1	1	3	18	36	SR
221	5	5	1	5	5	3	3	5	1	1	34	68	S
222	3	5	2	3	4	1	5	2	1	1	27	54	S
223	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	32	64	S
224	2	4	3	2	3	3	4	3	4	3	31	62	S
225	2	4	3	2	3	3	4	2	4	3	30	60	S
226	1	1	2	4	2	3	2	4	3	3	25	50	R
227	3	4	5	3	3	4	3	3	4	3	35	70	T
228	3	2	1	1	1	5	2	3	1	1	20	40	R
229	4	5	2	5	4	3	4	4	2	2	35	70	T
230	5	5	1	5	5	5	4	5	5	4	44	88	ST
231	2	3	1	2	1	3	1	2	1	1	17	34	SR

232	2	1	3	2	3	2	3	3	2	3	24	48	R
233	4	5	2	5	4	1	3	4	2	2	32	64	S
234	1	5	2	5	5	1	2	1	1	1	24	48	R
235	5	5	4	5	5	4	5	5	5	4	47	94	ST
236	1	1	5	1	5	1	5	2	5	2	28	56	S
237	5	5	1	5	5	4	3	4	5	3	40	80	T
238	3	1	4	2	1	2	2	4	1	2	22	44	R
239	4	1	2	3	4	3	4	3	2	3	29	58	S
240	2	1	1	1	1	1	2	2	3	4	18	36	SR
241	3	5	4	4	5	2	5	4	4	2	38	76	T
242	4	5	1	3	5	3	4	4	4	1	34	68	S
243	3	5	3	5	3	3	3	3	1	3	32	64	S
244	2	5	3	1	3	2	4	5	4	5	34	68	S
245	1	1	3	1	3	3	2	3	2	1	20	40	R
246	1	5	2	4	3	2	3	3	4	3	30	60	S
247	5	5	2	5	5	5	3	4	5	1	40	80	T
248	4	5	2	5	4	3	4	4	2	2	35	70	T
249	3	1	5	4	5	3	5	3	5	5	39	78	T
250	5	5	1	4	4	4	5	3	5	5	41	82	T
251	3	1	2	1	1	1	4	1	5	4	23	46	R
252	5	5	1	5	5	5	4	5	5	4	44	88	ST
253	3	4	5	3	3	4	3	3	4	3	35	70	T
254	3	1	1	5	4	3	1	5	3	5	31	62	S
255	5	5	1	5	5	5	5	5	3	3	42	84	T
256	2	4	3	5	3	3	4	5	4	4	37	74	T

total	8212
mean	32,1
SD	7,5
Max	50
Min	17
S.Ideal	50
%	64,2

Kriteria	Klasifikasi		f	%
	Skor	Persentase		
Sangat Tinggi	≥42	≥ 85	13	5,1
Tinggi	34-41	69-84	99	38,7
Sedang	26-33	53-68	83	32,4
Rendah	18-25	37-52	49	19,1
Sangat Rendah	10- 17	≤ 36	12	4,7



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING

Jln..Prof.Dr. Hamka Kampus UNP Air Tawar Padang, Telp/fax (0751) 41650

Nomor : 1047 /UN35.1.4.6/PG/2015
Lamp. : -
Hal : Izin Penelitian

Padang, 11 November 2015

Kepada : Yth. Bapak Kepala Dinas Pendidikan Kota Padang
di
Padang

Dengan hormat,

Dengan ini kami mohon bantuan Bapak untuk dapat kiranya memberikan izin penelitian yang akan diselenggarakan oleh mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang, yaitu :

Nama : **Satriyo Abhimayu**
NIM / BP. : 1100561 / 2011
Semester ke : IX (Sembilan)
Tempat Penelitian : SMA N 4 Padang
Judul Penelitian : Kontrol Diri Siswa dalam Proses Belajar di Sekolah dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling
Kegunaan Penelitian : Mengumpulkan data dalam rangka penyelesaian Skripsi
Waktu Penelitian : November 2015 s/d selesai
Sasaran Penelitian : Siswa Kelas X dan XI

Atas perhatian dan bantuan Bapak kami sampaikan terima kasih.

Mengetahui,
Wakil Dekan I FIP UNP

Dr. Nelfa Adi, M.Pd
NIP. 19630206 198602 2 001

Ketua,

Dr. Daharnis, M.Pd., Kons
NIP. 19601129 198602 1 002

Tembusan :

1. Dekan FIP UNP (sebagai laporan)
2. Bapak Kepala SMA N 4 Padang
3. Arsip



PEMERINTAH KOTA PADANG
DINAS PENDIDIKAN KOTA PADANG

Jl. Bagindo Aziz Chan no. 8 Padang Telp. (0751) 21554-21825 fax (0751 21554)

Website : <http://www.diskdik.padang.go.id>

IZIN PENELITIAN

Nomor: 070/4631/ DP.Sekre3 /2015

Kepala Dinas Pendidikan Kota Padang berdasarkan Surat Ketua Jurusan BK FIP UNP nomor ; 1047/UN.35.1.4.6/PG/2015 tanggal 11 November 2015 perihal izin penelitian dalam rangka pengambilan data untuk penyelesaian tugas akhir Skripsi pada prinsipnya dapat diberikan kepada :

Nama : SATRIYO ABHIMAYU
Nim : 1100561
Jurusan : BK
Prodi : BK
Jenjang : S1
Judul : KONTROL DIRI DALAM PROSES BELAJAR DI SEKOLAH DAN IMPLIKASINYA TERHADAP LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING
Lokasi : SMAN 4 Padang
Waktu : Desember 2015 s.d. Januari 2016
Dengan ketentuan :
1. Selama kegiatan berlangsung tidak mengganggu proses belajar mengajar.
2. Setelah melakukan penelitian agar dapat memberikan laporan satu rangkap ke Dinas Pendidikan Kota Padang Cq. Sekretariat Dinas Pendidikan Kota Padang.
3. Kegiatan tersebut dilaksanakan di dalam jam belajar ekstrakurikuler siswa.

Demikianlah untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padang, 1 Desember 2015

an. Kepala
Ka. Subag Program

Win Atriosa, S.Si. ME

NIP.19760921 200212 1 010

Tembusan:

1. Walikota Padang (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Pendidikan Kota Padang
3. Ketua Jurusan BK FIP UNP
4. Kepala SMAN 4 Padang
5. Arsip



PEMERINTAH KOTA PADANG
DINAS PENDIDIKAN KOTA PADANG

Jl. Bagindo Aziz Chan no. 8 Padang Telp. (0751) 21554-21825 fax (0751 21554)

Website : <http://www.diskdik.padang.go.id>

IZIN PENELITIAN

Nomor: 070/4631/ DP.Sekre3 /2015

Kepala Dinas Pendidikan Kota Padang berdasarkan Surat Ketua Jurusan BK FIP UNP nomor ; 1047/UN.35.1.4.6/PG/2015 tanggal 11 November 2015 perihal izin penelitian dalam rangka pengambilan data untuk penyelesaian tugas akhir Skripsi pada prinsipnya dapat diberikan kepada :

Nama : SATRIYO ABHIMAYU
Nim : 1100561
Jurusan : BK
Prodi : BK
Jenjang : S1
Judul : KONTROL DIRI DALAM PROSES BELAJAR DI SEKOLAH DAN IMPLIKASINYA TERHADAP LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING
Lokasi : SMAN 4 Padang
Waktu : Desember 2015 s.d. Januari 2016
Dengan ketentuan :
1. Selama kegiatan berlangsung tidak mengganggu proses belajar mengajar.
2. Setelah melakukan penelitian agar dapat memberikan laporan satu rangkap ke Dinas Pendidikan Kota Padang Cq. Sekretariat Dinas Pendidikan Kota Padang.
3. Kegiatan tersebut dilaksanakan di dalam jam belajar ekstrakurikuler siswa.

Demikianlah untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Padang, 1 Desember 2015

an. Kepala
Ka. Subag Program

Win Atriosa, S.Si. ME

NIP.19760921 200212 1 010

Tembusan:

1. Walikota Padang (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Pendidikan Kota Padang
3. Ketua Jurusan BK FIP UNP
4. Kepala SMAN 4 Padang
5. Arsip