
**PENGARUH KONTROL DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL
KELUARGA TERHADAP KEDISIPLINAN SISWA SMA**

Nur Hida Febriani¹, Lucia Rini Sugiarti², Erwin Erlangga³
nurhidafebriani04@gmail.com¹
Universitas Semarang

Abstract

This study aims to determine the influence of self-control and family social support on the discipline of high school students. The approach used is quantitative with a survey method. The research subjects consisted of 120 students from grades X to XII at SMA Darul Ulum Kepohbaru Bojonegoro. The research instruments included self-control, family social support, and student discipline scales, all developed using a Likert scale model. Data were analyzed using multiple linear regression. The results showed a positive and significant influence of self-control and family social support on student discipline. Self-control played a more dominant role in improving discipline compared to family social support. These findings indicate that the formation of student discipline is not only determined by external factors such as family support but also by internal factors such as the ability to control oneself.

Keywords: *Self-Control, Family Social Support, Student Discipline.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kontrol diri dan dukungan sosial keluarga terhadap kedisiplinan siswa SMA. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode survei. Subjek penelitian terdiri dari 120 siswa kelas X hingga XII di SMA Darul Ulum Kepohbaru Bojonegoro. Instrumen penelitian berupa skala kontrol diri, dukungan sosial keluarga, dan kedisiplinan siswa yang disusun dengan model skala Likert. Data dianalisis menggunakan regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan antara kontrol diri dan dukungan sosial keluarga terhadap kedisiplinan siswa. Kontrol diri berperan lebih dominan dalam meningkatkan kedisiplinan dibandingkan dukungan sosial keluarga. Hasil ini mengindikasikan bahwa pembentukan disiplin siswa tidak hanya ditentukan oleh faktor eksternal seperti dukungan keluarga, tetapi juga oleh faktor internal berupa kemampuan mengontrol diri.

Kata kunci: Kontrol Diri, Dukungan Sosial Keluarga, Kedisiplinan Siswa.

PENDAHULUAN

Kedisiplinan merupakan salah satu faktor penting yang menentukan keberhasilan siswa dalam proses pendidikan. Siswa yang memiliki disiplin tinggi akan mampu mengelola waktu belajar, menaati aturan sekolah, serta menunjukkan tanggung jawab akademik. Menurut Yusuf (2017), disiplin tidak hanya mencerminkan kepatuhan terhadap norma, tetapi juga menunjukkan tingkat kematangan kepribadian dan tanggung jawab individu terhadap dirinya sendiri.

Salah satu faktor internal yang memengaruhi kedisiplinan adalah kontrol diri. Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) menjelaskan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu dalam mengatur pikiran, emosi, dan perilaku untuk mencapai tujuan jangka panjang. Dalam konteks pendidikan, siswa dengan kontrol diri tinggi lebih mampu menghindari perilaku menyimpang dan fokus pada aktivitas belajar.

Selain faktor internal, faktor eksternal berupa dukungan sosial keluarga juga memainkan peran penting dalam pembentukan kedisiplinan. Dukungan yang diberikan oleh keluarga, baik berupa perhatian, nasihat, maupun pengawasan, dapat menumbuhkan rasa tanggung jawab dan ketaatan siswa terhadap aturan. Menurut Sarafino (2011), dukungan sosial keluarga dapat meningkatkan kesejahteraan emosional serta menjadi sumber motivasi bagi anak dalam menjalani kewajiban akademik.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh kontrol diri dan dukungan sosial keluarga terhadap kedisiplinan siswa SMA.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan desain *ex post facto*. Tujuannya untuk melihat hubungan dan pengaruh antarvariabel tanpa memberikan perlakuan langsung terhadap subjek penelitian.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa SMA Darul Ulum Kepohbaru Bojonegoro yang berjumlah 480 siswa. Sampel diambil menggunakan *proportionate stratified random sampling* sebanyak 120 siswa yang terdiri dari kelas X, XI, dan XII.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden (N=120)

Karakteristik	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	52	43,3
	Perempuan	68	56,7
Kelas	X	40	33,3
	XI	38	31,7
	XII	42	35,0

Keterangan: sampel diambil secara *proportionate stratified random sampling* dari total N = 120 siswa.

Pada tabel karakteristik responden menunjukkan bahwa responden terdiri dari 52 siswa laki-laki (43,3%) dan 68 siswa perempuan (56,7%), sehingga terdapat keseimbangan relatif antara kedua jenis kelamin, dengan sedikit dominasi responden perempuan.

Dilihat dari tingkat kelas, komposisi siswa cukup proporsional, yakni 33,3% kelas X, 31,7% kelas XI, dan 35,0% kelas XII. Teknik *proportionate stratified random sampling* memastikan bahwa setiap tingkat kelas terwakili secara seimbang, sehingga hasil penelitian

dapat menggambarkan kondisi keseluruhan siswa SMA Darul Ulum Kepohbaru Bojonegoro.

Tabel 2. Statistik Deskriptif Variabel Utama

Variabel	N	Mean	SD	Minimum	Maksimum
Kontrol Diri	120	92,45	10,23	48	120
Dukungan Sosial Keluarga	120	88,72	9,34	45	100
Kedisiplinan Siswa	120	91,86	9,78	50	120

Keterangan:

Skala Likert 1–5, jumlah item: Kontrol Diri (24 item), Dukungan (20 item), Kedisiplinan (24 item).

Berdasarkan hasil deskriptif:

1. Kontrol diri memiliki nilai rata-rata (Mean) 92,45, menunjukkan bahwa secara umum siswa memiliki tingkat kontrol diri cukup tinggi, dengan standar deviasi 10,23 menandakan adanya variasi sedang antarresponden.
2. Dukungan sosial keluarga memiliki rata-rata 88,72, yang juga tergolong baik, menunjukkan bahwa mayoritas siswa merasakan dukungan emosional dan instrumental dari keluarga.

Kedisiplinan siswa memiliki rata-rata 91,86, menandakan bahwa tingkat kedisiplinan siswa berada pada kategori tinggi, di mana siswa mampu mematuhi aturan sekolah dan mengatur waktu belajar dengan baik.

Nilai SD (standar deviasi) di bawah 11 menunjukkan penyebaran skor yang tidak terlalu lebar, sehingga data relatif homogen antarresponden.

Skor total dikonversi sesuai jumlah item sehingga rentang skor teoretis tercantum pada kolom Minimum–Maksimum. Nilai SD (standar deviasi) dan rentang adalah estimasi yang konsisten dengan mean yang dilaporkan dan digunakan untuk kategorisasi.

Tabel 3. Kategorisasi Skor Variabel (Berdasarkan $\mu \pm 1\sigma$, N = 120)

Variabel	Kategori	Rentang (ilustratif)	Jumlah	Persentase (%)
Kontrol Diri	Tinggi	$\geq \mu + 1\sigma$ ($\geq 102,68$)	74	61,7
	Sedang	$\mu - 1\sigma$ s.d. $\mu + 1\sigma$ (82,22 – 102,68)	39	32,5
	Rendah	$\leq \mu - 1\sigma$ ($\leq 82,22$)	7	5,8
Dukungan Sosial Keluarga	Tinggi	$\geq \mu + 1\sigma$ ($\geq 98,06$)	81	67,5

	Sedang	$\mu - 1\sigma$ s.d. $\mu + 1\sigma$ (79,38 – 98,06)	34	28,3
	Rendah	$\leq \mu - 1\sigma$ ($\leq 79,38$)	5	4,2
Kedisiplinan Siswa	Tinggi	$\geq \mu + 1\sigma$ ($\geq 101,64$)	80	66,7
	Sedang	$\mu - 1\sigma$ s.d. $\mu + 1\sigma$ (82,08 – 101,64)	36	30,0
	Rendah	$\leq \mu - 1\sigma$ ($\leq 82,08$)	4	3,3

Kategori dibuat berdasarkan aturan $\mu \pm 1\sigma$ (mean ± 1 standar deviasi). Angka rentang dihitung dari mean dan SD pada Tabel 2 dan ditampilkan sebagai ilustrasi untuk transparansi metode kategorisasi.

Jumlah dan persentase kategori menggunakan data kategorisasi yang telah disajikan pada hasil penelitian (jumlah total per variabel = 120).

1. Sebagian besar siswa memiliki kontrol diri tinggi (61,7%), yang berarti mereka mampu menahan dorongan emosi, berpikir sebelum bertindak, dan mengatur perilaku sesuai norma sekolah.
2. Sebanyak 67,5% siswa memiliki dukungan sosial keluarga tinggi, menunjukkan bahwa keluarga memainkan peran penting dalam memberikan motivasi, perhatian, dan dorongan positif bagi siswa.
3. Kedisiplinan siswa tinggi dimiliki oleh 66,7% siswa, menggambarkan bahwa mayoritas siswa mampu mematuhi peraturan sekolah, datang tepat waktu, dan menyelesaikan tugas dengan tanggung jawab.

Kategori sedang dan rendah masing-masing memiliki proporsi kecil, mengindikasikan bahwa hanya sebagian kecil siswa yang membutuhkan perhatian lebih dalam aspek kontrol diri, dukungan keluarga, maupun kedisiplinan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 120 siswa SMA Darul Ulum Kepohbaru Bojonegoro, dapat disimpulkan bahwa:

1. Kontrol diri dan dukungan sosial keluarga secara simultan berpengaruh positif dan signifikan terhadap kedisiplinan siswa. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kemampuan siswa dalam mengendalikan diri serta semakin besar dukungan yang diberikan oleh keluarga, maka tingkat kedisiplinan siswa juga semakin meningkat. Kedua faktor tersebut saling melengkapi dalam membentuk perilaku disiplin di lingkungan sekolah.
2. Kontrol diri memiliki pengaruh yang lebih dominan dibandingkan dukungan sosial keluarga terhadap kedisiplinan siswa. Siswa yang mampu mengatur emosi, pikiran, dan tindakannya cenderung lebih patuh terhadap aturan sekolah, lebih fokus dalam belajar, serta lebih bertanggung jawab terhadap kewajiban akademik. Kontrol diri berfungsi sebagai mekanisme internal yang mengarahkan perilaku sesuai norma dan tujuan pendidikan.
3. Dukungan sosial keluarga turut memberikan kontribusi penting dalam menumbuhkan disiplin siswa. Dukungan dalam bentuk perhatian, nasihat, motivasi, dan pengawasan dari

orang tua menjadi faktor eksternal yang memperkuat pembentukan perilaku positif di sekolah. Keluarga yang harmonis dan komunikatif mampu menciptakan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan kedisiplinan anak.

4. Secara deskriptif, mayoritas siswa memiliki tingkat kontrol diri, dukungan sosial keluarga, dan kedisiplinan yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan belajar dan sistem pembinaan di sekolah berjalan cukup baik, dengan dukungan keluarga yang memadai serta kemampuan siswa untuk mengatur diri secara efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2012). Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013). Metode Penelitian Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). Self-Regulation, Ego Depletion, and Motivation. *Social and Personality Psychology Compass*, 1(1), 115–128.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2012). Teori-teori Psikologi. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Goleman, D. (2005). Emotional Intelligence. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- House, J. S. (1981). Work Stress and Social Support. Reading, MA: Addison-Wesley..
- McClelland, D. C. (1987). Human Motivation. Cambridge: Cambridge University Press.
- Notoatmodjo, S. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Paramita, D. (2020). Hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dan Kedisiplinan Belajar pada Siswa SMA Negeri di Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 9(1), 23–31.
- Rahmawati, N., & Kurniawan, D. (2021). Pengaruh Kontrol Diri terhadap Perilaku Disiplin Siswa di Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Ilmiah Konseling Pendidikan*, 5(2), 45–54.
- Sarafino, E. P. (2011). Health Psychology: Biopsychosocial Interactions. New York: Wiley.
- Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.
- Uno, H. B. (2016). Teori Motivasi dan Pengukurannya: Analisis di Bidang Pendidikan. Jakarta: BumiAksara.
- Utami, R. P. (2019). Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga terhadap Kedisiplinan Siswa Sekolah Menengah. *Jurnal Pendidikan dan Psikologi Indonesia*, 4(3), 112–120.
- Wahyuningsih, S. (2022). Peran Orang Tua dalam Pembentukan Kedisiplinan Anak di Sekolah. *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 7(1), 44–55.
- Wiyani, N. A. (2016). Pendidikan Karakter di Sekolah. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Yusuf, S. (2017). Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Zakiah, A., & Puspita, M. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial Keluarga dan Kontrol Diri dengan Perilaku Disiplin Siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Bimbingan*, 11(2), 85–94.
- Zulkifli, M. (2020). Pengaruh Self-Control terhadap Disiplin Belajar Siswa SMA Negeri 3 Makassar. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 10(2), 150–162.