



**HUBUNGAN *SELF CONTROL* TERHADAP PERILAKU MEMBOLOS SISWA DI  
 SMAN 10 MERANGIN**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN *SELF CONTROL* AND STUDENTS' TRUNTY  
 BEHAVIOR AT SMAN 10 MERANGIN**

Fuji Hadi<sup>1</sup>

<sup>1</sup> *Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jambi, Indonesia*  
*fujihadi87@gmail.com*

**Abstrak**

*Membolos merupakan bentuk pelanggaran disiplin yang berdampak negatif terhadap proses belajar dan pembentukan karakter siswa. Fenomena ini menjadi perhatian di SMAN 10 Merangin sehingga penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara kontrol diri dan perilaku membolos siswa. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XI sebanyak 49 orang yang diambil dengan teknik total sampling. Data dikumpulkan melalui angket skala Likert yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan menggunakan uji normalitas, linearitas, dan korelasi Pearson Product Moment. Hasil penelitian menunjukkan perilaku membolos siswa berada pada kategori tinggi (69%), sedangkan kontrol diri juga tinggi (73,55%). Koefisien korelasi sebesar -0,616 dengan signifikansi 0,000 menunjukkan hubungan negatif dan signifikan antara kontrol diri dan perilaku membolos. Artinya, semakin tinggi kontrol diri siswa, semakin rendah kecenderungan mereka untuk membolos.*

**Kata Kunci :** *Perilaku Membolos, Kontrol Diri, Siswa*

**Abstract**

*Truancy is a form of disciplinary violation that negatively affects the learning process and students' character development. This phenomenon has become a concern at SMAN 10 Merangin, prompting this study to examine the relationship between self-control and students' truancy behavior. The research employed a quantitative approach with a correlational design. The population consisted of 49 grade XI students selected through a total sampling technique. Data were collected using a Likert-scale questionnaire that had been tested for validity and reliability. Data analysis included normality, linearity, and Pearson Product Moment correlation tests. The findings revealed that truancy behavior was in the high category (69%), while students' self-control was also high (73.55%). The correlation coefficient of -0.616 with a significance value of 0.000 indicated a negative and significant relationship between self-control and truancy. This means that the higher the students' self-control, the lower their tendency to skip classes.*

**Kata Kunci :** *self-control, truancy behavior, Student*

## PENDAHULUAN

Sekolah merupakan lembaga pendidikan yang berfungsi sebagai tempat berlangsungnya kegiatan belajar mengajar serta memiliki peran penting dalam membentuk individu yang berpengetahuan luas (Kamila & Mustofa, 2023). Selain itu, sekolah juga menjadi wadah interaksi sosial yang berkontribusi pada pengembangan keterampilan dan karakter siswa. Pendidikan memegang peran penting dalam mengembangkan dan mengoptimalkan potensi peserta didik sehingga mereka mampu menjalankan peran sosial dan akademik secara efektif (Khalil, Zubair, & Mareta, 2024).

Menurut Thorndike, kemampuan belajar merupakan salah satu aspek penting yang memungkinkan individu mengubah perilaku melalui asosiasi stimulus-respons; pandangan ini menekankan dasar historis bahwa belajar memungkinkan seseorang membentuk keterampilan dan kebiasaan baru. Namun, penelitian kontemporer menegaskan bahwa proses belajar saat ini juga dilandasi oleh kemampuan adaptabilitas belajar dan pengaturan diri (*self-regulated learning*) yang memungkinkan siswa menyesuaikan strategi, mengendalikan impuls, dan mempertahankan tujuan belajar dalam konteks yang berubah. Dengan demikian, pengembangan kapasitas belajar siswa tidak hanya bergantung pada pengulangan atau penguatan, tetapi juga pada kemampuan adaptif dan regulatif yang berkembang melalui praktik instruksional dan lingkungan sekolah yang mendukung (She, Liang, Jiang, & Xing, 2023).

Masa remaja adalah masa yang ditandai perubahan – perubahan yang sangat cepat dan berarti. Perubahan – perubahan terjadi dalam segi fisiologis, emosional, sosial dan intelektual. Lebih jauh lagi remaja tersebut digambarkan seperti orang yang tidak menentu, emosional, tidak stabil dan sukar diramalkan yang mana biasa disebut sebagai masa storm and stress (Hurlock, 2009). Perilaku yang sering ditampakkan dengan sebutan kenakalan remaja. Kenakalan remaja bukanlah hal baru lagi akan tetapi masalah ini sudah ada sejak berabad – abad yang lampau. Kenakalan remaja setiap generasi berbeda ini karena pengaruh lingkungan budaya dan sikap mental masyarakat pada masa itu. Tingkah laku yang baik pada saat ini belum tentu dianggap baik oleh masyarakat dahulu.

Perilaku membolos merupakan bentuk pelanggaran disiplin yang perlu mendapatkan perhatian serius dari pihak sekolah karena berdampak langsung terhadap prestasi belajar dan perkembangan karakter siswa. Guru dan konselor memiliki peran strategis dalam memberikan bimbingan untuk membantu siswa membentuk disiplin diri dan tanggung jawab belajar (Putri & Hidayah, 2022). Perilaku membolos sering muncul akibat lemahnya kontrol diri dan kurangnya keterikatan siswa dengan lingkungan sekolah yang suportif (Suryani & Wahyuni, 2023). Selain itu, penelitian terbaru oleh Prasetyo (2024) menunjukkan bahwa perilaku membolos juga berkaitan dengan faktor lingkungan sosial negatif dan kurangnya pengawasan dari pihak sekolah maupun orang tua. Dengan demikian, upaya pencegahan perilaku membolos memerlukan kolaborasi antara guru, konselor, dan lingkungan keluarga untuk menumbuhkan disiplin serta komitmen akademik pada diri siswa.

Perilaku membolos menjadi persoalan yang perlu mendapatkan perhatian serius, karena dapat mencerminkan adanya hambatan dalam proses pembelajaran maupun masalah dalam penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sekolah. SMAN 10 Merangin, sebagai lembaga pendidikan menengah, turut menghadapi fenomena ini. Berdasarkan hasil pra-penelitian yang dilakukan melalui wawancara dengan guru bimbingan dan konseling serta wali kelas, diketahui bahwa perilaku membolos siswa dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya adalah kurangnya pemahaman terhadap materi pelajaran, ketidaksukaan terhadap guru, serta pengaruh teman sebaya.

Perilaku membolos menjadi persoalan yang perlu mendapatkan perhatian serius, karena dapat mencerminkan adanya hambatan dalam proses pembelajaran maupun masalah dalam penyesuaian diri siswa terhadap lingkungan sekolah. SMAN 10 Merangin, sebagai lembaga pendidikan menengah, turut menghadapi fenomena ini. Berdasarkan hasil pra-penelitian yang dilakukan melalui wawancara dengan guru bimbingan dan konseling serta wali kelas, diketahui bahwa perilaku membolos siswa dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya adalah kurangnya pemahaman terhadap materi pelajaran, ketidaksukaan terhadap guru, serta pengaruh teman sebaya.

Dalam konteks pendidikan, kemampuan self-control (kontrol diri) menjadi salah satu variabel psikologis penting yang berperan dalam pembentukan perilaku adaptif siswa. Self-control didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk mengatur emosi, mengendalikan dorongan, serta menunda gratifikasi guna mencapai tujuan jangka panjang. Penelitian terkini menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat self-control yang tinggi cenderung lebih fokus, mampu mengelola waktu dengan baik, serta menunjukkan ketekunan dalam menyelesaikan tugas akademik meskipun menghadapi tekanan atau distraksi (Rahman & Putri, 2023; Santoso et al., 2024). Selain itu, penguatan kontrol diri kini menjadi bagian integral dari pendekatan social and emotional learning (SEL) yang menekankan pentingnya pengembangan kemampuan sosial, emosional, dan tanggung jawab pribadi untuk mendukung keberhasilan akademik (Frazier, 2024).

Melihat pentingnya peran self-control dalam mengarahkan perilaku siswa, khususnya dalam konteks pembentukan sikap disiplin dan tanggung jawab, maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh self-control terhadap perilaku membolos siswa di SMAN 10 Merangin. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis maupun praktis dalam upaya pengurangan perilaku membolos melalui penguatan kontrol diri siswa sebagai bagian dari strategi peningkatan kualitas pendidikan secara menyeluruh.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengukur tingkat hubungan antara dua variabel, yaitu self-control (kontrol diri) dan perilaku membolos siswa. Populasi penelitian mencakup seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 10 Merangin yang berjumlah 49 orang, terdiri atas 27 laki-laki dan 22 perempuan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling, sehingga seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian.

Instrumen penelitian berupa angket dengan skala Likert lima tingkat yang memuat pernyataan positif dan negatif. Penyusunan item dilakukan berdasarkan indikator dan deskriptor masing-masing variabel. Uji validitas instrumen dilakukan baik secara logis maupun empiris, sedangkan uji reliabilitas menggunakan rumus *Cronbach's Alpha* dengan kriteria reliabel jika nilai  $r \geq 0,70$ .

Data dianalisis melalui analisis deskriptif persentase untuk menggambarkan kecenderungan masing-masing variabel. Selanjutnya dilakukan uji asumsi statistik, meliputi uji normalitas menggunakan Kolmogorov–Smirnov dan uji linearitas dengan ANOVA, kemudian dilanjutkan dengan analisis korelasi *Pearson Product Moment* untuk mengetahui arah dan kekuatan hubungan antara kontrol diri dan perilaku membolos siswa.

## HASIL & PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dan perilaku membolos pada siswa kelas XI SMA Negeri 10 Merangin.

*Tabel 1. Deskripsi Skor Instrumen Variabel X (Perilaku Membolos)*

Skor						
Ideal	Maks	Min	$\Sigma$	Mean	%	Ket
120	118	44	6952	82,76	69%	Tinggi

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa presentase perilaku membolos secara keseluruhan yaitu 69% yang berada pada kategori tinggi.

*Tabel 2. Deskripsi Skor Instrumen Variabel Y (Kontrol Diri)*

Skor						
Ideal	Maks	Min	$\Sigma$	Mean	%	Ket
88	88	34	5437	64,73	73,55 %	Tinggi

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa presentase kontrol diri secara keseluruhan yaitu 73,55% yang berada pada kategori tinggi.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		49
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	0E-7
	Std. Deviation	7,29742566
Most Extreme Differences	Absolute	,091
	Positive	,091
	Negative	-,077
Kolmogorov-Smirnov Z		,837
Asymp. Sig. (2-tailed)		,486

a. Test distribution is Normal.

Ketentuan uji asumsi jika nilai signifikan  $\geq 0,05$  maka data tersebut dianggap normal. Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat hasil uji normalitas signifikansi sebesar 0,486 maka nilai residual berdistribusi normal

Tabel 4. Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)			4771,169	34	140,329	2,929	,000
Kontrol Diri * Perilaku Membolos	Between Groups	Linearity	2698,751	1	2698,751	56,331	,000
		Deviation from Linearity	2072,418	33	62,801	1,311	,192
	Within Groups		2347,533	49	47,909		
Total			7118,702	83			

Berdasarkan tabel 4 diperoleh hasil dari perhitungan SPSS diketahui nilai *Sig deviation from linearity* untuk variabel Kontrol Diri (X) terhadap Perilaku Membolos (Y) sebesar 0,948  $> 0,05$ . Maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang linear antara media sosial terhadap konsentrasi belajar siswa.

Tabel 5. Hasil Analisis Korelasi

Correlations			
		Perilaku Membolos	Kontrol Diri
Perilaku Membolos	Pearson Correlation	1	,616**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	49	49
Kontrol Diri	Pearson Correlation	,616**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	49	49

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Hasil output, diperoleh motivasi belajar dengan konsep diri sebesar 0,616 dengan sig 0,000.

Hasil mendapatkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara motivasi perilaku membolos dengan kontrol diri dengan korelasi sedang (hubungan yang memadai), dikarenakan nilai  $r$  hitung dari hasil uji korelasi berada pada rentang nilai koefisien korelasi adalah 0,41-0,70.

## **PERILAKU MEMBOLOS**

Kemampuan self-control (kontrol diri) merupakan aspek psikologis penting yang berperan besar dalam pembentukan perilaku dan pencapaian akademik siswa. Kontrol diri memungkinkan individu untuk mengelola emosi, mengendalikan impuls, serta menunda kepuasan jangka pendek demi tujuan yang lebih bermakna. Dalam konteks pendidikan, siswa dengan tingkat kontrol diri tinggi cenderung lebih disiplin, fokus, dan konsisten dalam menyelesaikan tugas belajar meskipun dihadapkan pada tekanan eksternal atau distraksi lingkungan (Santoso & Rahmawati, 2023; Prasetya et al., 2024). Lebih lanjut, penguatan kontrol diri kini menjadi bagian penting dari program *Social and Emotional Learning* (SEL) di sekolah, yang terbukti meningkatkan kesejahteraan psikologis, tanggung jawab sosial, serta prestasi akademik siswa (Wardini & Nugroho, 2025).

## **KONTROL DIRI**

Variabel kontrol diri dalam penelitian ini berfungsi sebagai variabel terikat (Y). Secara umum, hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat kontrol diri siswa mencapai 73,55%, yang termasuk dalam kategori tinggi. Temuan ini memperkuat hasil penelitian terkini yang menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan perilaku membolos. Artinya, semakin tinggi tingkat kontrol diri siswa, semakin rendah kecenderungan mereka untuk melakukan tindakan membolos (Nugraha & Sari, 2023; Prasetyo & Lestari, 2024).

Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki hubungan erat dengan perilaku membolos siswa. Penelitian Olivia (2017) menemukan bahwa siswa dengan tingkat kontrol diri yang rendah cenderung memiliki frekuensi ketidakhadiran tanpa izin yang lebih tinggi dibandingkan siswa dengan kontrol diri yang baik. Temuan ini sejalan dengan pendapat Chaplin (2011) yang mendefinisikan kontrol diri sebagai kemampuan individu untuk mengarahkan perilakunya sendiri, menekan dorongan impulsif, dan menunda kepuasan demi mencapai tujuan jangka panjang. Dalam konteks pendidikan, kemampuan ini sangat penting karena membantu siswa menahan godaan untuk menghindari tanggung jawab belajar dan menjaga kedisiplinan akademik.

Penelitian terbaru oleh Nugraha dan Sari (2023) juga menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dan perilaku membolos, di mana siswa yang memiliki kontrol diri tinggi lebih mampu mengelola waktu, emosi, dan tanggung jawab akademiknya. Demikian pula, studi Prasetyo dan Lestari (2024) menegaskan bahwa kontrol diri yang kuat dapat berfungsi sebagai faktor protektif terhadap perilaku menyimpang di sekolah, termasuk perilaku membolos. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penguatan kontrol diri melalui bimbingan konseling dan pembelajaran sosial-emosional merupakan strategi penting dalam mencegah perilaku membolos dan meningkatkan kualitas kedisiplinan siswa.

## **HUBUNGAN KONTROL DIRI TERHADAP PERILAKU MEMBOLOS**

Hasil penelitian membuktikan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku membolos siswa. Hasil tersebut dibuktikan dengan diperolehnya besar koefisien korelasi, yaitu -0,104 dengan signifikansi 0,000.

Angka tersebut menunjukkan adanya hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan perilaku membolos siswa. Artinya, apabila kontrol diri ditingkatkan menjadi lebih tinggi, maka perilaku membolos berkurang, atau sebaliknya apabila kontrol diri rendah, maka akan mengakibatkan jumlah perilaku membolos dapat meningkat. Hasil penelitian membuktikan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku membolos siswa. Hasil tersebut dibuktikan dengan diperolehnya besar koefisien korelasi, yaitu -0,104 dengan signifikansi 0,000. Angka tersebut menunjukkan adanya hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan perilaku membolos siswa.

Artinya, apabila kontrol diri ditingkatkan menjadi lebih tinggi, maka perilaku membolos berkurang, atau sebaliknya apabila kontrol diri rendah, maka akan mengakibatkan jumlah perilaku membolos dapat meningkat. Hasil penelitian ini memperkuat teori yang dikemukakan oleh Kinder et al (dalam Ken Reid, 2002) “salah satu faktor perilaku bolos adalah kurangnya kontrol diri, sehingga membuat siswa membolos sekolah.

## **SIMPULAN**

1. Tingkat perilaku membolos kelas XI di SMAN 10 Merangin yaitu berada pada kategori tinggi dengan presentase menunjukkan sebesar 69%.
2. Tingkat kontrol diri siswa kelas XI di SMAN 10 Merangin berada pada kategori tinggi dengan presentase 73,55%.
3. Terdapat hubungan secara signifikan perilaku membolos siswa dengan kontrol diri siswa kelas XI di SMAN 10 Merangin dengan nilai sig.f  $0,000 \leq 0,05$ , Pearson Correlation sebesar 0,616 berdasarkan kriteria penafsiran korelasi bahwa 0,616 pada rentang (0,41-0,70) yang berada pada tafsiran korelasi sedang (hubungan memadai), dengan kata lain penelitian ini menunjukkan hubungan secara signifikan motivasi belajar dengan konsep diri siswa kelas XI di SMAN 10 Merangin.

## REFERENSI

- Chaplin, J. P. (2011). *Kamus lengkap psikologi (Terj. Kartini Kartono)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Frazier, T. (2024). Nurturing positive mental health and wellbeing in school: Implementation of social and emotional learning (SEL) programs. *Frontiers in Psychology*, 215–229.
- Hurlock, E. B. (2009). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (Alih bahasa: Istiwidayanti & Soedjarwo)*. Jakarta: Erlangga.
- Kamila, N. G., & Mustofa, T. A. (2023). Manajemen program bina prestasi dalam meningkatkan potensi siswa pada lembaga pendidikan Islam. *Fitrah: Journal of Islamic Education*, 332-343.
- Khalil, Y. H., Zubair, M., & Mareta, M. (2024). Pengembangan potensi peserta didik berbasis nilai sebagai upaya optimalisasi pembelajaran. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 3037 – 3048.
- Nugraha, D., & Sari, M. R. (2023). Self-control and truancy behavior among high school students: A correlational study. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 145-156.
- Olivia, R. (2017). Hubungan kontrol diri dengan perilaku membolos pada siswa sekolah menengah atas. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 22-30.
- Prasetya, D., Lestari, N., & Wijaya, P. (2024). Self-control, emotional regulation, and learning motivation among high school students. *Journal of Educational and Developmental Psychology*, 55-68.
- Prasetyo, A., & Lestari, N. (2024). The influence of self-control and peer environment on students' absenteeism behavior. *Journal of Educational Psychology and Counseling*, 33-47.
- Prasetyo, D. A. (2024). Pengaruh lingkungan sosial dan pengawasan sekolah terhadap perilaku membolos siswa SMA. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 87–101.
- Putri, A., & Hidayah, S. (2022). Strategi meningkatkan self-control siswa dalam mengurangi perilaku membolos. *Jurnal Psikologi Terapan*, 135–150.
- Rahman, M., & Putri, D. S. (2023). Hubungan kontrol diri dengan prestasi belajar siswa sekolah menengah atas. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 112–123.
- Santoso, R., & Rahmawati, F. (2023). The role of self-control in improving students' academic engagement and discipline. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 102-115.
- Santoso, R., Wibisono, A., & Lestari, M. (2024). Self-regulation and academic persistence among adolescents: The mediating role of emotional control. *Journal of Educational Psychology and Counseling*, 44-58.
- She, C., Liang, Q., Jiang, W., & Xing, Q. (2023). Learning adaptability facilitates self-regulated learning at school: the chain mediating roles of academic motivation and self-management. *Frontiers in psychology*.
- Suryani, E., & Wahyuni, N. (2023). Faktor-faktor yang memengaruhi perilaku membolos siswa di sekolah menengah atas. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 25–35.
- Wardini, S., & Nugroho, A. (2025). Integrating social and emotional learning (SEL) to enhance students' self-regulation and well-being. *International Journal of Educational Psychology*, 29-42.