

Hubungan Penyesuaian Diri Dan Kontrol Diri Dengan Motivasi Berprestasi Mahasiswa

Rini Hayati^{1*}, Widya Utami Lubis², Juli Yanti Harahap³

^{1,2,3}Universitas Muslim Nusantara Al Washliyah

Email: rinihayati@umnaw.ac.id^{1*}

Abstrak

Setiap individu mengalami proses belajar sepanjang hayat, perguruan merupakan salah satu tempat individu menjalani proses pembelajaran secara formal yang merupakan lingkungan dan suasana baru bagi mahasiswa semester pertama memasuki perguruan tinggi, mahasiswa dituntut mampu menyesuaikan diri dengan situasi dan proses pembelajaran yang berbeda dengan yang pernah dilalui ketika sekolah menengah. Selain penyesuaian diri mahasiswa juga dituntut memiliki kontrol diri yang baik untuk memiliki motivasi berprestasi dalam menyelesaikan pembelajaran di perguruan tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) menguji hubungan penyesuaian diri dengan motivasi berprestasi mahasiswa (2) menguji hubungan kontrol diri dengan motivasi berprestasi mahasiswa (3) menguji penyesuaian diri dan kontrol diri secara bersama-sama memiliki hubungan dengan motivasi berprestasi mahasiswa. Metode penelitian ini merupakan penelitian korelasional, populasi pada penelitian ini mahasiswa bimbingan dan konseling STKIP Budi Daya Binjai dengan sampel sebesar 90 mahasiswa. Adapun instrumen yang digunakan menggunakan model skala *likert* dengan analisis regresi sederhana dan regresi ganda. Hasil penelitian ini yaitu: (1) terdapat hubungan penyesuaian diri dengan motivasi berprestasi mahasiswa dengan nilai R sebesar 0.476, (2) terdapat hubungan kontrol diri dengan motivasi berprestasi mahasiswa dengan nilai R sebesar 0.643, (3) terdapat hubungan penyesuaian diri dan kontrol diri dengan motivasi berprestasi mahasiswa dengan nilai R sebesar 0.681.

Kata Kunci: *Penyesuaian Diri, Kontrol Diri, Motivasi Berprestasi.*

Abstract

individuals experience a lifelong learning process, college is one of the places where individuals undergo a formal learning process which is a new environment and atmosphere for first semester students entering college, students are required to be able to adapt to situations and learning processes that are different from those they have been through when at high school. In addition to self-adjustment, students are also required to have good self-control to have achievement motivation in completing learning in higher education. This study aims to: (1) examine the relationship between self-adjustment and student achievement motivation (2) examine the relationship between self-control and student achievement motivation (3) test self-adjustment and self-control together have a relationship with student achievement motivation. This research method is a correlational study, the population in this study was the guidance and counseling students of STKIP Budi Daya Binjai with a sample of 90 students. The instrument used is a Likert

scale model with simple regression analysis and multiple regression. The results of this study are: (1) there is a relationship between self-adjustment and student achievement motivation with an R value of 0.476, (2) there is a relationship between self-control and student achievement motivation with an R value of 0.643, (3) there is a relationship between self-adjustment and self-control with achievement motivation of students with an R value of 0.681.

Keywords: *Self Adjustment, Self Control, Achievement Motivation*

PENDAHULUAN

Proses belajar yang dijalani setiap individu sepanjang hayat, melalui pendidikan formal dimulai dari pendidikan dasar, pendidikan menengah dan perguruan tinggi. Setelah melalui proses belajar di sekolah menengah atas, kemudian melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi. Adapun tujuan belajar pada setiap individu meliputi domain kognitif, psikomotor dan afektif (Krathwohl, 2002). Setiap individu memiliki potensi diri untuk dikembangkan ke arah yang lebih baik. Untuk mengembangkan potensi diri tersebut sudah tentu individu harus mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan serta memiliki kontrol diri yang baik untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas pendidikan untuk meraih prestasi. Proses belajar akan terjadi jika adanya interaksi antara individu dengan lingkungannya. Proses pembelajarana pada individu melalui delapan tahapan yaitu motivasi, pemahaman, pemerolehan, penyimpanan, ingatan kembali, generalisasi, perlakuan dan umpan balik (Gagné, 2009). Proses meraih prestasi individu harus disertai dengan dorongan baik dari dalam maupun dari luar diri individu yang disebut dengan motivasi berprestasi. Pendidikan merupakan faktor yang sangat penting dalam kehidupan manusia, karena melalui pendidikan dapat terbentuknya manusia yang berkualitas serta mampu menghasilkan sesuatu yang dapat bermanfaat bagi kemajuan suatu bangsa, dengan menggali, memanfaatkan dan mengembangkan potensi yang ada pada diri individu yang menjalani proses pembelajaran bagi mahasiswa. Proses belajar yang dijalani oleh mahasiswa dapat berjalan dengan baik dan sesuai dengan keinginan jika individu memiliki pengendalian diri secara terkontrol. Kontrol diri merupakan kekuatan yang ada pada diri individu dalam mempengaruhi diri dalam pengaturan fisik, sikap dan proses yang bersifat psikologis dalam menentukan perilaku (Calhoun, 1990). Mahasiswa menghadapi segala sesuatu yang timbul dalam mencapai tujuan belajarnya sehingga perlu melakukan penyesuaian diri. Menurut Sawrey (1968) Penyesuaian diri merupakan interaksi individu secara terus menerus yang melibatkan behavior, kognisi dan emosi. Pada proses menjalani perkuliahan di universitas selain mampu untuk menyesuaikan diri mahasiswa juga dituntut memiliki motivasi yang tinggi untuk meraih prestasi yang akan dicapai sehingga mahasiswa dapat mengembangkan setiap potensi yang ada pada dirinya. Untuk itu diperluka adanya motivasi berprestasi yang merupakan keinginan melakukan sesuatu untuk mencapai standar kesuksesan dan tujuan kesuksesan (Santrock, 2003).

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk melihat: (1) hubungan penyesuaian diri dengan motivasi berprestasi mahasiswa, (2) hubungan kontrol diri dengan motivasi berprestasi

mahasiswa, (3) hubungan penyesuaian diri, kontrol diri secara bersama-sama, dengan motivasi berprestasi mahasiswa.

METODE

Penelitian ini dengan menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional. Studi korelasional dengan menguji korelasi antara variabel yang akan diuji yaitu penyesuaian diri, kontrol diri dan motivasi berprestasi. Pengujian analisis data menggunakan regresi sederhana dan regresi ganda. Penelitian ini akan menjelaskan hubungan penyesuaian diri, kontrol diri dengan motivasi berprestasi mahasiswa. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *simple Random Sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 90 mahasiswa STKIP Budidaya Binjai. Instrumen menggunakan model Skala *Likert*.

PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

Berdasarkan analisis data maka hasil penelitian yang diperoleh data skor rata-rata penyesuaian diri mahasiswa sebesar 55,73% hal ini menunjukkan bahwa penyesuaian diri mahasiswa berada pada rentang kategori baik. Hasil perhitungan skor rata-rata kontrol diri mahasiswa sebesar 58,57% ini menunjukkan bahwa kontrol diri mahasiswa berada pada kategori baik, dan selanjutnya diperoleh skor rata-rata motivasi berprestasi mahasiswa sebesar 73,23 yang menunjukkan berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik penyesuaian diri dan kontrol diri maka semakin tinggi motivasi berprestasi mahasiswa, dapat dilihat pada penjelasan dibawah ini.

1. Pengujian Pertama (Hubungan Penyesuaian Diri dengan Motivasi Berprestasi Mahasiswa)

Berdasarkan hasil analisis data pengujian pertama (X_1 dengan Y) menunjukkan bahwa nilai R sebesar 0.476, yang menunjukkan hubungan penyesuaian diri dengan motivasi berprestasi. Nilai R *Square* sebesar 0.226, dengan tingkat signifikansi 0.000 lebih kecil dari 0.05. Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara penyesuaian diri dengan motivasi berprestasi mahasiswa.

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara penyesuaian diri dengan motivasi berprestasi mahasiswa. Dapat ditarik kesimpulan bahwa semakin baik penyesuaian diri mahasiswa maka cenderung memperoleh motivasi berprestasi yang tinggi dan begitu sebaliknya. Penyesuaian diri merupakan kemampuan untuk mengubah diri sesuai dengan lingkungan, atau sebaliknya mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan dirinya (Sugeng, 2003). Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu: (1) kondisi fisik, (2) kepribadian, (3) proses belajar, (4) lingkungan, (5) agama dan budaya (Asrori, 2007). Berdasarkan hasil penelitian sesuai dengan pernyataan Tallent (1978) yang menyebutkan penyesuaian diri akan meningkatkan motivasi berprestasi.

2. Pengujian Kedua (Hubungan Kontrol Diri dengan Motivasi Berprestasi Mahasiswa)

Berdasarkan hasil analisis data pengujian kedua (X_2 dengan Y) memperlihatkan bahwa nilai R sebesar 0.643, yang menunjukkan hubungan kontrol diri dengan motivasi berprestasi. Nilai R *Square* sebesar 0.413, dengan tingkat signifikansi 0.000 lebih kecil dari 0.05. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kontrol diri dengan motivasi berprestasi mahasiswa.

Berdasarkan analisis data yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara kontrol diri dengan motivasi berprestasi mahasiswa. Dapat disimpulkan bahwa jika kontrol diri baik maka motivasi berprestasi akan tinggi, dan begitu sebaliknya. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang baik akan mampu mempengaruhi diri dalam mengatur fisik, sikap dan proses psikologis yang ditunjukkan dengan perilaku. Individu yang memiliki motivasi berprestasi tinggi cenderung melakukan tindakan yang realistis dan dapat menilai diri sendiri dalam mencapai tujuan (Dwijaja, 2008).

3. Pengujian Ketiga Secara Bersama-sama (Hubungan Penyesuaian Diri, Kontrol Diri dengan Motivasi Berprestasi Mahasiswa)

Berdasarkan pada hasil perhitungan pengujian (X_1, X_2 dengan Y) memperlihatkan bahwa nilai R sebesar 0.681, hasil perhitungan menunjukkan bahwa hubungan kontrol diri dengan motivasi berprestasi. Nilai R *Square* sebesar 0.464, hal ini menunjukkan bahwa hubungan penyesuaian diri, kontrol diri dengan motivasi berprestasi secara bersama-sama dengan tingkat signifikansi 0.000 lebih kecil dari 0.05. Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara penyesuaian diri, kontrol diri dengan motivasi berprestasi mahasiswa.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa semakin baik penyesuaian diri dan kontrol diri mahasiswa maka semakin baik pula motivasi berprestasi mahasiswa, begitu pula sebaliknya. Individu yang mampu mengontrol diri akan memiliki kekuatan dalam mempengaruhi diri untuk menentukan sikap. Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Secara umum orang yang mempunyai kontrol diri yang tinggi akan mengarahkan dirinya pada perilaku yang positif (Khairunnisa, 2013). Adapun karakteristik motivasi berprestasi tinggi, yaitu: menyukai keberhasilan yang penuh tantangan, suka kerja keras terlepas dari apakah mendapat imbalan atau ganjaran, cenderung membuat pilihan atau melakukan tindakan yang realistis, menyukai situasi yang dapat menilai diri sendiri dalam pencapaian tujuannya, memiliki pandangan jauh ke depan, dan akan menunjukkan prestasi yang tinggi. Dengan demikian penyesuaian diri dan kontrol diri memiliki korelasi dengan motivasi berprestasi.

SIMPULAN

Berdasarkan temuan dan pembahasan hasil penelitian, dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara penyesuaian diri dengan motivasi berprestasi mahasiswa.
2. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara kontrol diri dengan motivasi berprestasi mahasiswa.
3. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara penyesuaian diri dan kontrol diri dengan motivasi berprestasi mahasiswa.

Hasil ini memberikan makna jika penyesuaian diri dan kontrol diri baik maka motivasi berprestasi mahasiswa cenderung tinggi. Berdasarkan hasil analisis data dapat dimaknai bahwa motivasi berprestasi mahasiswa memiliki hubungan dengan penyesuaian diri dan kontrol diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Asrori, M. 2007. *Psikologi Pembelajaran*. Bandung: Wacana Prima.
- Averill, J.R. 1973. *Personal Control Over Aversive Stimuli and Its Relationship to Stress*. *Psychological Bulletin*, Vol. 8 (4): 286-303.
- Calhoun, J.F. & Acocella, J.R. Tanpa tahun. *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan Edisi Ketiga*. Terjemahan oleh R.S. Satmoko.1990. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Coakes, S. J., Steed, L., & Ong, C. 2010. *SPSS: Analysis Without anguish version 17.0 for windows*. Australia: Wiley.
- Dwija, I. W. 2008. "Hubungan Antara Konsep Diri, Motivasi Berprestasi dan Perhatian Orangtua dengan Hasil Belajar Sosiologi Pada Mahasiswa Kelas II Sekolah Menengah Atas Unggulan di Kota Amlapura". *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran UNDIKSHA*, No. 1.
- Fatimah, E. 2010. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Pustaka Setia.
- Gagné, M. (2009). A model of knowledge-sharing motivation. *Human Resource Management*. <https://doi.org/10.1002/hrm.20298>
- Ghufron, M.N. & Risnawita, R. 2014. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Haryanti. T. D. T. 2017. Hubungan antara Penyesuaian diri dan Kontrol diri dengan Perilaku Delikuen pada siswa SMA Muhammadiyah 1, Jombang *Jurnal Psikodimensia*, Vol. 16; No. 2, Tahun 2017
- Hurlock, E. B. 1990. *Perkembangan Anak*. Terjemahan oleh Meitasari Tjandrasa. Jakarta: Erlangga.
- Krathwohl, D. R. (2002). A Revision of Bloom ' s Taxonomy : *Theory Into Practice*.
- Khairunnisa, A. 2013. *Hubungan Religiulitas dan Kontrol Diri dengan Perilaku Seksual Pranikah Remaja di MAN 1 Samarinda*. *Ejournal Psikologi*, 2013, 1 (2): 220-229.
- Santrock. 2003. *Adolencece Perkembangan Individu*. Terjemahan oleh Achmad C dan Juda D. Jakarta: Erlangga.
- Sardiman. 2012. *Interaksi dan Kontrol diriMengajar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sawrey, J. M., & Telford, C. W. 1968. *Educational Psychology (3rd Edition)*. Boston: Allyn & Bacon.
- Sugeng, H. 2003. *Perkembangan Peserta Didik*. Semarang: IKIP Semarang Press.

Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
Widiyanto, A.M. 2013. *Statistika Terapan: Konsep dan Aplikasi spss/lisrel dalam Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Ilmu Sosial lainnya*. Jakarta: Elex Media Komputindo