

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Kontrol Diri**

##### **2.1.1 Pengertian Kontrol diri**

Kontrol diri ialah suatu kecakapan individu dalam kepekaan terhadap situasi diri dan lingkungan nya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecendrungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaannya.

Calhoun dan Acocella (1990) mendefinisikan kontrol diri (self- control) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Gold dan Merbaum mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Sedangkan Averill (Ghufron & Risnawati,2011) kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Pengertian yang dikemukakan oleh Averill menitik beratkan pada seperangkat kemampuan mengatur dalam memilih tindakan yang sesuai dengan yang di yakini.

Beck (dalam Gunarsa 2006 : 251), pengendalian diri adalah kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial. Sejalan 9 dengan

pendapat Beck yang mengungkapkan bahwa individu menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial, maka Calhoun dan Acocella (dalam Ghufon 2010 : 23), mengemukakan dua alasan yang mengharuskan individu mengontrol diri secara kontinu. Pertama, individu hidup bersama kelompok sehingga dalam memuaskan keinginannya individu harus mengontrol perilakunya agar tidak mengganggu kenyamanan orang lain. standar yang lebih baik bagi dirinya. Ketika berusaha memenuhi tuntutan, dilakukan pengontrolan diri agar dalam proses pencapaian standar tersebut individu tidak melakukan hal-hal yang menyimpang.

Kontrol diri Wallstons (dalam Adeonalia, 2002: 36) adalah keyakinan individu bahwa tindakannya akan mempengaruhi perilakunya dan individu sendiri yang dapat mengontrol perilaku tersebut. Individu dengan dengan kontrol diri yang tinggi akan melihat dirinya mampu mengontrol segala hal yang menyangkut perilaku nya, begitu juga sebaliknya apabila kontrol diri kontrol dirinya rendah, maka individu tersebut tidak mampu untuk mengontrol segala hal yang menyangkut dengan perilaku nya.

Ketika berinteraksi dengan orang lain, seseorang akan berusaha menampilkan perilaku yang dianggap paling tepat bagi dirinya, yaitu perilaku yang dapat menyelamatkan interaksi-interaksi dari akibat negative yang disebabkan karena respon yang dilakukannya. Kontrol diri diperlukan guna membantu individu dalam mengatasi kemampuannya yang terbatas dan mengatasi berbagai hal merugikan yang mungkin terjadi yang berasal dari luar (Ghufon & Risnawati, 2011 : 23).

Sedangkan Gilliom et al (dalam Gunarsa 2006 : 251), kontrol diri adalah kemampuan individu yang terdiri dari tiga aspek, yaitu kemampuan mengendalikan atau menahan tingkah laku yang bersifat menyakiti atau merugikan orang lain (termasuk di dalam aspek tapping aggressive and delinquent behaviors), kemampuan untuk bekerja sama dengan orang lain dan kemampuan untuk mengikuti peraturan yang berlaku (termasuk di dalam aspek cooperation), serta kemampuan untuk mengungkapkan keinginan atau

perasaan kepada orang lain tanpa menyakiti atau menyinggung perasaan orang lain tersebut (termasuk 10 dalam aspek assertiveness).

Maka disimpulkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku. Kontrol diri juga dapat dijadikan potensi yang dapat dikembangkan untuk mengarahkan kearah konsekuensi positif yang digunakan individu selama proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat dilingkungannya.

### **2.2.1 Ciri-Ciri Kontrol Diri**

Goldfried (Queen, 2014) dalam jurnal (Sovitriana & Lubis, 2017) Ciri-ciri dari seseorang dalam mengendalikan diri atau kontrol diri yaitu :

1. Kemampuan dalam mengontrol perilaku yang ditandai dengan usaha seseorang dalam menghadapi suatu situasi atau keadaan yang tidak diinginkan dengan cara mencegah atau menjauhi situasi atau keadaan tersebut, dan mampu dalam mengatasi suatu frustasi dan emosionalnya.
2. Kemampuan dalam menunda kesenangan dengan segera untuk mengatur perilaku supaya dapat mencapai sesuatu yang lebih berharga atau bisa diterima dikalangan masyarakat atau lingkungan sekitar.
3. Kemampuan dalam mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian dengan mengantisipasi keadaan melalui berbagai pertimbangan secara objektif.
4. Kemampuan dalam menafsirkan suatu peristiwa atau kejadian dengan membuat penilaian suatu kondisi dengan cara memperhatikan dari berbagai segi positif secara subjektif.
5. Kemampuan mengontrol keputusan dengan cara memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujui.

### **2.3.1 Manfaat Dari Kontrol Diri**

Satriyo dalam jurnal (Waluwandja & Dami, 2018) , manfaat yang didapatkan dari keberhasilan individu dalam mengontrol diri atau mengendalikan diri yaitu:

1. Dapat meningkatkan sifat lebih sabar, bersyukur, dan dapat juga meningkatkan hubungan komunikasi positif di lingkungan masyarakat atau 10 sekitar sehingga dapat memperoleh suasana yang tenang dan damai.
2. Dapat lebih mempertimbangkan kecukupan dalam kebutuhan hidup yang sesuai dengan kemampuan diri sendiri dan juga meningkatkan rasa syukur atas nikmat yang telah diperoleh.
3. Dapat mengurangi rasa gelisah, kecemasan, iri, dengki dan tidak puas dalam berbagai hal yang dapat terjadi pada semua tingkatan. Berdasarkan pendapat para ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa manfaat dari mengontrol diri ialah supaya tidak dapat lagi mengganggu kenyamanan dari diri sendiri dan orang lain, dan juga tidak melakukan hal atau perbuatan sesuatu yang menyimpang, serta dapat melawan nafsu yang terdapat pada diri sendiri, terhindar dari perbuatan yang jelek atau tidak baik dan tidak akan merugikan diri sendiri dan dapat menambah keimanan diri kita kepada yang maha kuasa.

#### **2.4.1 Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri**

Dalam hal ini, kontrol diri sangatlah berperan penting bagi kehidupan remaja. Kontrol diri yang terdapat pada dalam diri tidaklah sama, hal tersebut dipengaruhi faktor-faktor yang mempengaruhi dalam pembentukannya. Kontrol diri sebagai mediator psikologis dan berbagai perilaku. Kemampuan untuk menjauhkan dari perilaku yang mendesak dan memuaskan keinginan adaptif, orang yang memiliki kontrol diri yang baik maka individu tersebut dapat mengarahkan perilakunya, sebaliknya jika individu yang memiliki kontrol diri yang rendah akan berdampak pada ketidak mampuan mematuhi perilaku dan tindakan, sehingga individu tidak lagi menolak godaan dan implus.

Ghufron & Risnawati (2012) membagi faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kontrol diri menjadi 2 (dua), yaitu :

##### **1. Faktor Internal**

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Cara orang tua menegakkan disiplin, cara orang tua merespon kegagalan anak, gaya berkomunikasi, cara orang tua mengekspresikan kemarahan (penuhemosi atau mampu menahan diri) merupakan awal anak belajar tentang kontrol diri. Seiring dengan bertambahnya usia anak, bertambah pula komunitas yang mempengaruhinya, serta banyak pengalaman sosial yang dialaminya, anak belajar merespon kekecewaan, ketidak sukaan, kegagalan, dan belajar untuk mengendalikannya, sehingga lamakelamaan kontrol tersebut muncul dari dalam dirinya sendiri.

Baumeister & Boden (1998) mengemukakan bahwa faktor kognitif yaitu berkenaan dengan kesadaran berupa proses-proses seseorang menggunakan pikiran dan pengetahuannya untuk mencapai suatu proses dan cara-cara yang tepat atau strategi yang sudah dipikirkan terlebih dahulu. Individu yang menggunakan kemampuan diharapkan dapat memanipulasi tingkah laku sendiri melalui proses intelektual. Jadi kemampuan intelektual individu dipengaruhi seberapa besar individu memiliki kontrol diri.

## **2. Faktor Eksternal**

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan dan keluarga. Faktor lingkungan dan keluarga merupakan faktor eksternal dari kontrol diri. Orang tua yang menentukan kemampuan mengontrol diri seseorang. Salah satunya yang diterapkan oleh orang tua adalah disiplin, karena sikap disiplin dapat menentukan kepribadian yang baik dan dapat mengendalikan perilaku pada individu. Kedisiplinan yang diterapkan pada kehidupan dapat mengembangkan kontrol diri dan self directions sehingga seseorang dapat bertanggung jawabkan dengan baik segala tindakan yang dilakukan.

Faktor kontrol diri Baumeister & Boden (1998) adalah sebagai berikut:

- a. Orang tua, hubungan dengan orang tua memberikan bukti bahwa ternyata orang tua mempengaruhi kontrol diri anak-anaknya. Pada

orang tua yang mendidik anak-anaknya dengan keras dan otoriter akan menyebabkan anak-anaknya kurang dapat mengendalikan diri serta kurang peka terhadap peristiwa yang dihadapi. Sebaiknya orang tua sejak dini sudah mengajari anak untuk mandiri memberikan kesempatan untuk menentukan keputusannya sendiri, maka anak-anak akan lebih mempunyai kontrol diri yang baik.

- b. Faktor budaya, setiap individu yang berada dalam suatu lingkungan akan terkait budaya di lingkungan tersebut. Setiap lingkungan akan mempunyai budaya yang berbeda-beda dengan budaya dari lingkungan lain. Hal demikian mempengaruhi kontrol diri seseorang sebagai anggota lingkungan tersebut.

### 2.5.1 Jenis dan Aspek Kontrol Diri

Averill (Dalam Gufrin, M Nur & Rini Rismawati, 2010:29 ) menyebut kontrol diri dengan sebutan kontrol personal, yaitu kontrol perilaku (*behaviour control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*).

#### a. Kontrol Perilaku (*behaviour control*)

Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan diri untuk mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan. Apakah dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal.

#### b. Kontrol Kognitif (*cognitive control*)

Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi,

menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha meniali dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memerhatikan segi-segi positif secara subjektif.

c. Mengontrol Keputusan (*Desional control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan. Berdasarkan penjelasan di atas, maka untuk mengukur kontrol diri biasanya digunakan aspek-aspek seperti di bawah ini :

- a) Kemampuan mengontrol perilaku
- b) Kemampuan mengontrol stimulus.
- c) Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian.
- d) Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian
- e) Kemampuan mengambil keputusan.

Block (dalam Ghufroon 2010 : 31), terdapat 3 jenis kontrol diri, yaitu sebagai berikut :

- a) *Over control* merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi terhadap stimulus. Individu dengan *Over control* memiliki kecenderungan sulit dalam mengekspresikan diri dalam segala situasi yang dihadapi.
- b) *Under control* merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsivitas dengan bebas tanpa perhitungan yang matang.

Under control yang ada pada diri individu seringkali menyebabkan individu lepas kendali. Seperti dalam hal pengambilan keputusan individu menjadi kesulitan untuk mempertimbangkan keputusan dengan bijak sehingga membuat individu tanpa perlu berpikir Panjang bahkan melakukan atau mengambil tindakan tanpa perhitungan yang matang.

- c) *Appropriate control* merupakan kontrol individu dalam upaya mengendalikan implus secara tepat. Jenis kontrol diri ini menggambarkan individu yang memiliki kontrol diribaik, individu yang mampu dalam mengendalikan segala keinginanatau dorongan yang dimiliki secara tepat.

### 2.6.1 Fungsi Kontrol Diri

Messina & Messina (dalam Gunarsa 2010 : 255), kontrol diri memiliki beberapa fungsi sebagai berikut :

- a. Membatasi fokus individu kepada orang lain  
 Dengan adanya kontrol diri, individu akan memberikan perhatian pada kebutuhan pribadinya,tidak sekedar focus pada kebutuhan, kepentingan atau keinginan orang lain yang ada di lingkungannya. Perhatian yang terlalu banyak pada kebutuhan, kepentingan ,atau keinginan oranglain akan menyebabkan individu mengabaikan bahkan melupakan kebutuhan pribadinya.
- b. Membatasi keinginan individu untuk mengendalikan orang lain di lingkungannya Dengan adanya kontrol diri, individu akan membatasi ruang bagi aspirasi dirinya dan memberikan ruang bagi aspirasi orang lain supaya dapat terakomodasi secara bersama-sama. Individu akan membatasi keinginannya atas keinginan orang lain, memberikan kesempatan kepada orang lain untuk berada dalam ruang aspirasinya masing-masing.
- c. . Membatasi individu untuk bertingkah laku agresif Individu yang memiliki kontrol diri akan terhindar dari berbagai tingkah laku negatif. Kontrol diri memiliki arti sebagai kemampuan individu untuk menaham

dorongan atau keinginan untuk bertingkahtaku (negative) yang tidak sesuai dengan norma sosial.

- d. Membantu individu untuk memenuhi kebutuhan hidup secara seimbang. Pemenuhan kebutuhan hidup menjadi motif bagi setiap individu dalam bertingkahtaku. Ketika individu bertingkahtaku untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, bisa jadi individu memiliki ukuran kebutuhan melebihi yang harus dipenuhinya. Individu yang memiliki kontrol diri yang baik, akan berusaha memenuhi kebutuhannya dalam takaran yang sesuai dengan kebutuhan yang ingin dipenuhinya. Dengan ini kontrol diri membantu individu untuk menyeimbangkan pemenuhan kebutuhan hidup, misalnya tidak memakan makanan secara berlebihan, tidak melakukan kegiatan berbelanja secara berlebihan melampaui batas kemampuan keuangan.

## **2.2 Kemampuan Akademik Pada Siswa**

### **2.2.1 Pengertian Siswa / Peserta Didik**

Pengertian siswa atau peserta didik menurut ketentuan umum undangundang RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu. Dengan demikian peserta didik adalah orang yang mempunyai pilihan untuk menempuh ilmu sesuai dengan cita-cita dan harapan masa depan. Oemar Hamalik mendefinisikan peserta didik sebagai suatu komponen masukan dalam sistem pendidikan, yang selanjutnya diproses dalam proses pendidikan, sehingga menjadi manusia yang berkualitas sesuai dengan tujuan pendidikan Nasional. Abu Ahmadi peserta didik adalah sosok manusia sebagai individu/pribadi (manusia seutuhnya). Individu di artikan "orang seorang tidak tergantung dari orang lain, dalam arti benar-benar seorang pribadi yang menentukan diri sendiri dan tidak dipaksa dari luar, mempunyai sifat-sifat dan keinginan sendiri".

Sedangkan Hasbullah berpendapat bahwa siswa sebagai pesertadidik merupakan salah satu input yang ikut menentukan keberhasilan proses pendidikan. Tanpa adanya peserta didik, sesungguhnya tidak akan terjadi proses pengajaran. Sebabnya ialah karena peserta didiklah yang membutuhkan pengajaran dan bukan guru, guru hanya berusaha memenuhi kebutuhan yang ada pada peserta didik.

Berdasarkan pengertian-pengertian di atas, bisa dikatakan bahwa peserta didik adalah orang/individu yang mendapatkan pelayanan pendidikan sesuai dengan bakat, minat, dan kemampuannya agar tumbuh dan berkembang dengan baik serta mempunyai kepuasan dalam menerima pelajaran yang diberikan oleh pendidiknya.

Danim (dalam Hidayat & Abdillah, 2019, hlm. 92) mengemukakan bahwa terdapat hal-hal esensial mengenai hakikat peserta didik sebagai berikut:

- 1) peserta didik merupakan manusia yang memiliki diferensiasi potensi dasar kognitif atau intelektual, afektif, dan psikomotorik.
- 2) Peserta didik merupakan manusia yang memiliki diferensiasi periodisasi perkembangan dan pertumbuhan, meski memiliki pola yang relatif sama.
- 3) Peserta didik memiliki imajinasi, persepsi, dan dunianya sendiri, bukan sekedar miniatur orang dewasa.
- 4) Peserta didik merupakan manusia yang memiliki diferensiasi kebutuhan yang 17 harus dipenuhi, baik jasmani maupun rohani, meski dalam hal-hal tertentu banyak kesamaan.
- 5) Peserta didik merupakan manusia bertanggung jawab bagi proses belajar pribadi dan menjadi pembelajar sejati, sesuai dengan wawasan pendidikan sepanjang hayat.
- 6) Peserta didik memiliki adaptabilitas di dalam kelompok sekaligus mengembangkan dimensi individualitasnya sebagai insan yang unik.
- 7) Peserta didik memerlukan pembinaan dan pengembangan secara individual dan kelompok, serta mengharapkan perlakuan yang manusiawi dari orang dewasa termasuk gurunya.

- 8) Peserta didik merupakan insan yang visioner dan proaktif dalam menghadapi lingkungannya.
- 9) Peserta didik sejatinya berperilaku baik dan lingkunganlah yang paling dominan untuk membuatnya lebih baik lagi atau menjadi lebih buruk.
- 10) Peserta didik merupakan makhluk Tuhan yang memiliki aneka keunggulan, namun tidak akan mungkin bisa berbuat atau dipaksa melakukan sesuatu

### **2.2.2 Kebutuhan Peserta Didik**

Peserta didik merupakan insan yang memiliki beragam kebutuhan. Kebutuhan tersebut juga terus tumbuh dan berkembang sesuai dengan sifat dan karakteristiknya sebagai manusia. Asosiasi Nasional Sekolah Menengah (National Association of High School ) Amerika Serikat (1995) dalam Hidayat & Abdillah (2019, hlm. 93) mengidentifikasi kebutuhan-kebutuhan peserta didik yang dapat dilihat dari dimensi pengembangannya, yakni sebagai berikut.

- 1) Kebutuhan intelektual  
di mana peserta didik memiliki rasa ingin tahu, termotivasi untuk mencapai prestasi saat ditantang dan mampu berpikir untuk memecahkan masalah-masalah yang kompleks.
- 2) Kebutuhan Sosial  
di mana peserta didik mempunyai harapan yang kuat untuk memiliki dan dapat diterima oleh rekan-rekan mereka sambil mencari tempatnya sendiri di dunianya.
- 3) Kebutuhan Fisik  
di mana peserta didik “jatuh tempo” perkembangan pada tingkat yang berbeda dan mengalami pertumbuhan yang cepat dan tidak beraturan.
- 4) Kebutuhan emosional dan psikologis  
di mana peserta didik rentan dan sadar sendiri, dan sering mengalami “mood swings” yang tidak terduga.

5) **Kebutuhan Moral**

di mana peserta didik idealis dan ingin memiliki kemauan kuat untuk membuat dunia dirinya dan dunia di luar dirinya menjadi tempat yang lebih baik.

6) **Kebutuhan Homodivus**

di mana peserta didik mengakui dirinya sebagai makhluk yang berketuhanan atau makhluk homoriligius alias insan yang beragama.

### **2.2.3 Karakteristik Peserta Didik**

Danim (dalam Hidayat & Abdillah, 2019, hlm. 93) karakteristik peserta didik adalah totalitas kemampuan dan perilaku yang ada pada pribadi mereka sebagai hasil dari interaksi antara pembawaan dengan lingkungan sosialnya, sehingga menentukan pola aktivitasnya dalam mewujudkan harapan dan meraih cita-cita.

Oleh karena itu, upaya memahami perkembangan peserta didik harus dikaitkan atau disesuaikan dengan karakteristik siswa itu sendiri. Ada empat hal dominan dari karakteristik siswa yang di antaranya adalah sebagai berikut.

- 1) Kemampuan dasar, misalnya, kemampuan kognitif atau intelektual, afektif, dan psikomotor.
- 2) Latar belakang kultural lokal, status sosial, status ekonomi, agama, dan sebagainya.
- 3) Perbedaan-perbedaan kepribadian seperti sikap, perasaan, minat, dan lain-lain.
- 4) Cita-cita, pandangan ke depan, keyakinan diri, daya tahan, dan lain-lain.

### **2.2.4 Karakteristik Peserta Didik Yang Baik**

Hidayat & Abdillah (2019, hlm. 95) karakteristik peserta didik yang sukses antara lain adalah sebagai berikut.

- 1) Menghadiri semua sesi kelas dan acara di laboratorium atau di luar kelas secara teratur. Mereka hadir tepat waktu.
- 2) Menjadi pendengar yang baik dan melatih diri untuk memusatkan perhatian.
- 3) Memastikan ingin mendapatkan semua jawaban atas tugas, dengan cara menghubungi instruktur atau siswa lain.
- 4) Memanfaatkan peluang pembelajaran ekstra ketika ditawarkan.
- 5) Melakukan hal yang bersifat operasional dan sering menantang tugas baru ketika banyak siswa lain justru menghindarinya.
- 6) Memiliki perhatian tinggi di kelasnya.
- 7) Berpartisipasi pada semua sesi kelas, meski upaya mereka sedikit menghadapi rasa kikuk dan sulit.
- 8) Memperhatikan guru-guru mereka sebelum atau setelah sesi kelas atau selama jam pelajaran.
- 9) Kerap berdiskusi dengan guru-guru lainnya untuk mendapatkan pengalaman yang bermakna.
- 10) Mengerjakan semua tugas secara rapi dan menelaah hasilnya secara kritis.

### **2.2.5 Kemampuan Akademik**

Istilah kemampuan akademik terdiri dari dua kata, yaitu kemampuan dan akademik. Dalam kamus besar bahasa Indonesia, kemampuan memiliki makna kesanggupan, kecakapan atau kekuatan, sedangkan akademik memiliki arti berhubungan dengan akademis (pendidikan). Kemampuan akademik merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap hasil belajar siswa. Kemampuan akademik siswa adalah gambaran tingkat pengetahuan atau kemampuan siswa terhadap suatu materi pembelajaran yang sudah dipelajari dan dapat digunakan sebagai bekal atau modal untuk memperoleh pengetahuan yang lebih luas dan kompleks lagi, maka dapat disebut sebagai kemampuan akademik (Winarni, 2006).

Hamalik (2001) dalam Khotimah (2007), ciri-ciri siswa yang memiliki kemampuan akademik adalah mempunyai energi yang lebih besar, sikap sosialnya lebih baik, aktif, lebih mampu melakukan abstraksi, lebih cepat dan lebih jelas menghayati hubungan-hubungan, bekerja atas dasar rencana dan inisiatif sendiri, suka menyelidiki yang baru dan lebih luas, lebih mantap dengan tugas-tugas rutin yang lebih sederhana, lebih cepat mempelajari proses-proses mekanis, tidak menyukai tugas-tugas yang tidak dimengerti, tidak menyukai cara hapalan dengan ingatan, percaya kepada abilitas sendiri dan cepat malas kalau diberi hal-hal yang tidak menarik minatnya. Selain itu, ia dapat menempatkan, mengatur bahan-bahan yang lebih sulit. Ia dapat membantu para siswa yang lebih rendah daripada untuk menyelesaikan tugas-tugas rutin yang lebih mudah, ia dapat diberi tugas-tugas yang lebih luas dan masalah-masalah yang lebih sulit. Siswa ini dapat dilatih untuk mendiagnosis dirinya sendiri dan merencanakan perbaikan atas kerjanya sendiri.

Krishnawati & Suryani (2010: 14) kemampuan akademik merupakan sebagian dari kemampuan intelektual yang umumnya tercermin dalam prestasi akademik (nilai hasil belajar). Konsep kemampuan akademik adalah keyakinan individu dan evaluasi diri mengenai sifat akademis yang berhubungan dengan keterampilan dan kemampuan individu tersebut. Woodworth & Marquis (2012: 161) kemampuan mempunyai tiga arti, yaitu:

- 1) *Achievement* yang merupakan actual ability, yang dapat diukur langsung dengan alat atau tes tertentu
- 2) *Capacity*, yang merupakan potential ability, yang dapat diukur secara tidak langsung dengan melalui pengukuran terhadap kecakapan individu, dimana kecakapan ini berkembang dengan perpaduan antara dasar dengan training yang intensif dan pengalaman.
- 3) *Aptitude* yaitu kualitas yang hanya dapat diungkap/ diukur dengan tes khusus yang sengaja dibuat untuk itu. Kemampuan akademik adalah

segala sesuatu yang dapat dicapai individu dalam bidang akademik. Misalnya, nilai rapor dan nilai tes formatif yang diperoleh siswa. Pencapaian akademik merupakan fungsi akumulatif dari keluarga, masyarakat, dan pengalaman sekolah baik masa lalu maupun saat ini. Faktor yang Mempengaruhi Kemampuan Akademik Siswa, ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan akademik seorang siswa. Krishnawati & Suryani (2010: 14) menyebutkan beberapa faktor tersebut, antara lain minat terhadap pelajaran, keteraturan mempersiapkan diri, kelengkapan sarana dan prasarana, kecermatan, kerapian tugas/pekerjaan, ketepatan melaksanakan setiap tugas yang diberikan oleh guru, kemampuan berkomunikasi dan bergaul, dan sebagainya. Selain itu, Mlambo (2011: 80) meringkas berbagai faktor yang terbukti mempengaruhi performa akademik siswa, yaitu usaha siswa, sekolah sebelumnya, pendidikan orang tua, penghasilan keluarga, motivasi diri, umur siswa, kehadiran di kelas, dan kualifikasi masuk sekolah. Sprinthall & Sprinthall (1990: 19) menjelaskan bahwa penyakit fisik, emosi yang mudah terganggu dan motivasi yang hilang dapat mengganggu kesuksesan siswa dalam pencapaian akademiknya. Cara yang dapat digunakan oleh guru atau sekolah untuk meningkatkan pencapaian akademik para siswanya, yaitu menciptakan pembelajaran aktif, mengembangkan kemampuan berpikir, menciptakan area belajar yang efektif, memberikan umpan balik yang positif, mengembangkan hubungan yang baik, meningkatkan motivasi, dan menerima perbedaan individu pada diri siswa.

### **FAKTOR-FAKTOR KONTROL DIRI**

Grasmick dkk (dalam Vazsonyi, 2001) mengembangkan faktor- faktor kontrol diri yang rendah menjadi enam faktor, diantaranya:

#### **1) Impulsif (impulsiveness)**

Impulsif adalah bertindak secara mendadak tanpa memikirkan konsekuensi yang akan dihadapinya dimasa yang akan datang, individu tersebut tidak memikirkan masa depannya karena lebih cenderung peduli dengan keadaannya sekarang dibandingkan dengan

keadaannya di masa yang akan datang.

**2) Tugas Sederhana (Simple Task)**

Individu dengan simple task yang tinggi, ia akan lebih suka untuk melakukan hal-hal yang mudah dan membuatnya bahagia, tetapi ia akan menghindari hal-hal yang menurutnya sulit, karena ia mudah menyerah.

**3) Mencari Resiko (Risk Seeking)**

Seseorang dengan kontrol diri yang rendah, mereka tidak segan-segan untuk melakukan suatu tindakan yang beresiko hanya untuk menguji diri sendiri, bersenang-senang, ia akan tertarik untuk melakukan hal-hal yang akan membuatnya dalam masalah, karena menurutnya semangat dan petualangan lebih penting dari pada keamanan.

**4) Mencari Resiko (Risk Seeking)**

Seseorang dengan kontrol diri yang rendah, mereka tidak segan-segan untuk melakukan suatu tindakan yang beresiko hanya untuk menguji diri sendiri, bersenang-senang, ia akan tertarik untuk melakukan hal-hal yang akan membuatnya dalam masalah, karena menurutnya semangat dan petualangan lebih penting dari pada keamanan.

**5) Mementingkan Diri Sendiri (self Centerendness)**

Individu cenderung tidak peduli dengan keadaan orang lain, bahkan saat orang lain mendapatkan masalah yang telah ditimbulkannya, karena ia beranggapan urusan yang ia lakukan lebih penting dari pada urusan orang lain, dan ia akan berusaha untuk mendapatkan apa yang ia inginkan walaupun ada orang lain yang lebih membutuhkannya.

**6) Pemarah (Temper)**

Individu mudah marah hanya karena masalah kecil, jika individu tersebut marah ia akan meledak-ledak, sulit untuk berbicara dengan tenang bahkan ia akan cenderung menyakiti orang lain.