

**PENGARUH *SELF CONTROL* TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR
SISWA DI SMP NEGERI 1 KERINCI**

SKRIPSI

Disusun oleh :

**ANGGEL ISTAMILANDA
NIM 2010207064**



**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KERINCI
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
JURUSAN BIMBINGAN DAN KOSELING PENDIDIKAN ISLAM
TAHUN AJARAN 2025 M / 1446 H**

**PENGARUH *SELF CONTROL* TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR
SISWA SMP NEGERI 1 KERINCI**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci
Untuk memenuhi salah satu persyaratan
Dalam menyelesaikan program serjana
Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam

**OLEH:
ANGGEL ISTAMILANDA
NIM 2010207064**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
2025 M / 1446 H**

Harmalis, S.Psi, M.Psi
Farid Imam Kholidin, M.Pd
Dosen Institut Agama Islam Negeri
(IAIN) Kerinci

Sungai Penuh, Oktober 2024

Kepada Yth,
Bapak Dekan Fakultas Tarbiyah dan
Ilmu keguruan IAIN kerinci
di

Sungai Penuh

AGENDA

NOTA DINAS

MOR : 199

18 11 2024

Assalamulaikum Wr, Wb.

Dengan hormat, setelah membaca dan mengadakan perbaikan seperlunya, makakami berpendapat bahwa skripsi mahasiswa **Anggel Istamilanda, NIM 2010207064** yang berjudul **Pengaruh Self Control Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Kerinci** dapat diajukan untuk dimunaqasahkan guna memperoleh Sarjana Pendidikan(S.Pd.)Jurusan Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Kerinci. Maka dengan ini kami ajukan skripsi tersebut, kiranya diterima dengan baik.

Demikian disampaikan, semoga bermanfaat bagi agama, bangsa dan negara. Wassalamualaikum Wr. Wb.

Dosen Pembimbing 1

Harmalis, S.Psi, M.Psi
NIP 198005172014121004

Dosen Pembimbing 2

Farid Imam Kholidin, M.Pd
NIP 199201032019031007

PENGESAHAN

Skripsi oleh Anggel Istamilanda Nim.2010207064 Dengan judul "Pengaruh
Self Control Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Kerinci"
telah diuji dan dipertahankan pada 31 Desember 2024.



Dr. Saaduddin, M.Pd
NIP 196602092000031005

Ketua Sidang



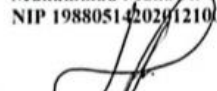
Hengki Yandri, M.Pd, Kons
NIP 198804252015031006

Penguji I



Muhammad Munayir Pohan, M.Pd
NIP 198805142020121006

Penguji II



Harmalis, S.Psi., M.Psi
NIP 198005172014121004

Penguji III



Firdi Imam Kholidin, M.Pd
NIP 199201032019031007

Penguji IV

Mengesahkan Dekan



Dr. Hadi Candra, S.Ag., M.Pd
NIP 197306051999031004

Mengetahui
Ketua Jurusan



Dr. Bushari Ahmad, M.Pd
NIP 198609052015031003

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Anggel istamilanda

Nim : 2010207064

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, Skripsi dengan judul **Pengaruh *Self Control* Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Kerinci** adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik pada perguruan tinggi manapun.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan dari tim pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali kutipan secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan didalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan dalam daftar rujukan.
4. Pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karna karya tulis ini, serta norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Sungai Penuh, Oktober 2024

Saya yang menyatakan


METERAL TEMPEL
7AALX338669314
Anggel istamilanda
Nim. 2010207064

ABSTRAK

Istamilanda Anggel, 2024. Pengaruh *Self Control* Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Kerinci. Skripsi Jurusan Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam Institut Agama Islam Negeri Kerinci. (1)Harmalis S.Psi., M.Psi (2) Farid Imam Kholidin, M. Pd.

Kata Kunci: ***Self Control*, Konsentrasi Belajar.**

Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya siswa yang kesulitan mengontrol diri sehingga dapat mengganggu konsentrasi belajar siswa, dimana keadaan siswa ketika di lakukan pembelajaran banyak siswa tidak memperhatikan materi dengan baik, kurang fokus, suka main sendiri ada yang melamun, menulis-nulis dibuku tulis, membaca novel, bahkan ketika pembelajaran berlangsung pandangan mereka tidak tertuju pada guru yang sedang menjelaskan materi, akan tetapi mereka memperhatikan apa yang lebih menarik disekelilingnya. Begitu seterusnya sampai proses pembelajaran berlangsung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: 1) untuk mengetahui tingkat *self control* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci, 2) untuk mengetahui tingkat konsentrasi belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci, 3) untuk mengetahui bagaimana pengaruh *self control* terhadap konsentrasi belajar siswa SMP Negeri 1 Kerinci.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasi. Populasi penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling sebanyak 52 siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala *self control* dan konsentrasi belajar yang telah di validasi. Dan analisis data menggunakan analisis regresi sederhana dengan bantuan SPSS versi 21.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai *assymp* sebesar 0,716 dimana nilai tersebut jauh diatas 0,05 maka *Self Control* berpengaruh signifikan terhadap konsentrasi belajar siswa di SMP Negeri 1 Kerinci maka hipotesis di penelitian ini diterima. Hasil peneltian ini juga menyatakan bahwa variabel *self control* berpengaruh terhadap konsentrasi belajar siswa. Semakin tinggi *self control* siswa maka semakin tinggi tingkat konsentrasi belajar siswa, begitu juga sebaliknya semakin rendah tingkat *self control* siswa semakin rendah juga tingkat konsentrasi belajar siswa. Saran peneliti untuk peneliti selanjutnya yaitu diharapkan untuk melihat faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar lainnya, dan juga memberikan salah satu layanan bimbingan konseling sehingga siswa dapat mengendalikan dirinya untuk belajar lebih konsentrasi.

ABSTRACT

Istamilanda Anggel, 2024. *The Influence Of Self-Control On Theconcentration Of StudentsLearning At SMP Negeri 1 Kerinci*, Thesis, Islamic Education Guidance And Counseling Department, Kerinci State Islamic Institute, (1) Harmalis S.Psi., M.Psi (2) Farid Imam Kholidin, M. Pd

Keywords ;Self-Control,ConcentrationStudents

This research is motivated by the existence of students who haved ifficulty controlling them selves so that it caninter ferewith students' concentration in learning, where the condition of students when learning is carried out, many students do not payattention to the material properly, lack focus, like to playalone, someday dream, write in note books, read novels, even when learning take splace theirviews do not sound attheteacher whoisex plaining the material, buttthey payattention to what is more interesting aroundthem. And soon until the learning processtakes place. This study aims to determine: 1) to determinethe level of self-control in class VIII students of SMP Negeri Kerinci, 2) to determinethe level of concentration in learning of class VIII students of SMP Negeri 1 Kerinci, 3) to determinehow self-control affectstheconcentration of learning of students of SMP Negeri 1 Kerinci.

This study uses a quantitative method with a correlation approach. The population of this study were allclass VIII students of SMP Negeri 1 Kerinci. The sampling techniqueusedwas a total sampling of 52 students. The instrumentsused in this study were the self-control scale and learning concentration that had beenvalidated. And data analysisusingProcessing and analyzing data using simple regressionanalysiswithassistance" SPSS version 21.

The results of the study sho wedthat the asympvalue of 0.716 where the value is farabove 0.05, then self-control has a significanteff ecton the concentration of students' learningat SMP Negeri 1 Kerinci, so the hypotheses in this study are accepted. The results of this study also statethatthe self-control variable has aneffecton students' concentration of learning. The higherthe student's self-control, the higher the level of student concentration of learning and viceversa, the lower the level of self-control, the lower the level of student concentration of learning. The research erssuggestion forfur the rresearcher sisthatthey are expected to look atotherfactor sthatinfluen celearning concentration, and also providguidance and counseling services so that students can control them selves to study more concentratedly.

PERSEMBAHAN DAN MOTTO

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan sepenuhnya karya sederhana ini kepada orang yang sangat kukasihi dan kusayangi.

- 1. Cinta pertama dan panutanku, Ayahanda Aprisalkedua bahu yang kuat mampu menanggung beban untuk peneliti sehingga dapat menempuh pendidikan sampai pada tahap ini, beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan namun beliau bekerja keras serta mendidik, memberi motivasi, memberikan dukungan sehingga peneliti mampu menyelesaikan studi sampai sarjana.*
- 2. Pintu surgaku, ibunda jumilah. Beliau sangat berperan penting dalam proses menyelesaikan program study saya, beliau juga tidak sempat merasakan pendidikan dibangku perkuliahan, namun beliau tidak henti memberi semangat, serta doa yang selalu mengiringi langkah sehingga penulis bisa menyelesaikan program studi sampai selesai.*
- 3. Adik terbest, Amel oktaviana. Terimakasih sudah menjadi moodboster dan menjadi alasan penulis untuk lebih semangat dan menjadi alasan penulis untuk pulang kerumah setelah sekian lama ngekost.*
- 4. Diriku Anggel istamilanda, terimakasih telah berjuang dan berusaha sejauh ini, terimakasih atas kerja kerasnya sehingga bisa dititik ini dan mari kita berjuang selalu berdoa dan jangan menyerah semoga kedepannya bisa lebih baik dan baik lagi.*

MOTTO

“Tidak Ada Ujian Yang Tidak Bisa Di Selesaikan, Tidak Ada Kesulitan Yang Melebihi Batas Kemampuan. Karena Allah Tidak Membebani Seseorang Melainkan Sesuai Dengan Qadar Kemampuan”. (QS. Al-Baqarah:286)

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, tuhan semesta alam yang telah melimpahkan rahmat dan karunia- Nya kepada kita semua terutama penulis sehingga bisa menyelesaikan Skripsi ini. Shalawat beriringan salam senantiasa tercurahkan buat baginda Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabat, serta para pengikutnya hingga akhir zaman. Skripsi ini di buat penulis dalam rangka memenuhi salah satu syarat agar bisa memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci. Dalam memenuhi persyaratan tersebut, penulis membuat skripsi ini yang judul “ **Pengaruh *Self Control* terhadap Konsentrasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Kerinci**”, dengan di berikan nya kemudahan dan kelancaran oleh allah SWT sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu.

Dalam menyelesaikan tugas ini akhir ini, penulis banyak dapat petunjuk, bantuan, kemudahan, serta dorongan dari berbagai pihak, semoga kebaikan semuanya menjadi amal ibadah dan mendapat pahala dari Allah SWT. Maka dalam kesempatan ini izin penulis memberikan ucapan terima kasih dan penghargaan setinggi- tingginya kepada:

1. Bapak Prof. H. Dr. Asa'ri, M.Ag selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci, Bapak Dr. Ahmad Jamin, S, Ag, M.Si selaku Wakil Rektor I, Bapak Dr Jafar Ahmad, S, Ag., M, Si selaku Wakil Rektor II, Bapak Dr. Halil Khusairi, M, Ag selaku Wakil Rektor III Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci.

2. Bapak Dr. Hadi Candra, S, Ag, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci, Bapak Dr.Saaduddin, M. Pd selaku Wakil Dekan I, Bapak Dr. Suhaimi, M.Pd selaku Wakil Dekan II, dan Bapak Eva Ardinal, M.A selaku Wakil Dekan III Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci.
3. Bapak Dr. Bukhari Ahmad, M.Pd selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci,.
4. Bapak Betaria Putra, S.Pd, M. Pd selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci, yang telah memberikan arahan dan bimbingannya mulai dari awal perkuliahan sampai sekarang ini.
5. Bapak Harmalis, S. Psi, M.Psi sebagai selaku dosen pembimbing I terimakasih atas bimbingan dan arahan serta motivasi selama penulisan skripsi ini.
6. Bapak Farid Imam Kholidin, M.Pd selaku Pembimbing Akademik yang telah memberikan banyak bimbingan selama proses perkuliahan hingga sampai saat sekarang ini. Bapak juga selaku pembimbing II terimakasih atas arahan dan bimbingan yang telah di berikan kepada penulis selama penulisan skripsi ini.
7. Bapak Rifyal Novalia, MA. Si selaku validator I, Ibu Rhosinta Erezka, M.Pd selaku validator II, ibu Emi Karnangsyah, M.Pd selaku validator III,terimakasih atas arahan dan masukan yang telah membantu untuk memvalidasi instrumen penelitian pada skripsi ini.

8. Bapak-bapak dan ibu-ibu dosen, serta karyawan/karyawati bagian akademik dan umum IAIN Kerinci yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu namanya, yang telah banyak memberikan pengetahuan, ilmu, serta informasi yang bermanfaat dan berguna bagi penulis.
9. Rekan- rekan mahasiswa bimbingan dan konseling pendidikan islam atas persahabatan dan dukungannya selama perkuliahan, terutama rekan-rekan seperjuangan yang selalu memberikan dukungan dan semangat di setiap keadaan. Semoga kabaikan semuanya mendapatkan rahmat dan balasan pahala dan nikmat yang berlipat ganda dari Allah SWT. Aamiin. Penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari kata kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak. Akhirnya, semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan bagi para pembaca, aamiin ya Allah yaaRabbal'Alamin.

Sungai Penuh, Oktober 2024

Mahasiswa

Anggel istamilanda
Nim. 2010207064

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
NOTA DINAS	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iv
ABSTRAK	v
PERSEMBAHAN DAN MOTO	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar belakang	1
B. Identitas masalah	7
C. Batasan masalah	7
D. Rumusan penelit.....	7
E. Tujuan penelitian.....	8
F. Manfaat penelitian.....	8
G. Definisi operasional.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	11
A. Kajian teori.....	11
1. Konsentrasi belajar	11
a. Pengertian konsentrasi belajar	11
b. Penyebab siswa tidak konsentrasi.....	12
c. Aspek-aspek konsentrasi belajar	15
d. Faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar	18
2. <i>Self control</i>	24
a. Pengertian <i>self control</i>	24
b. Aspek-aspek <i>self control</i>	25
c. Faktor yang mempengaruhi <i>self control</i>	29
d. Jenis-jenis <i>self control</i>	31
B. Penelitian Relevan	33
C. Kerangka berfikir	35
D. Hipotesis	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
A. Jenis penelitian.....	37
B. Desain penelitian.....	38
C. Populasi dan sampel.....	38

D. Variabel penelitian.....	40
E. Teknik pengumpulan data.....	41
F. Instrumen penelitian.....	41
G. Teknik analisis data.....	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	48
A. Hasil Penelitian.....	48
1. Deskripsi Data	48
a. Penyajian Data <i>Self Control</i>	48
b. Penyajian Data Konsentrasi Belajar	49
2. Hasil Uji Asumsi Klasik	50
a. Hasil Uji Normalitas	50
b. Hasil Uji Multikolinieritas.....	51
c. Hasil Uji Heteroskedastisitas	52
3. Hasil Analisis Regresi Sederhana.....	53
a. hasil uji t	53
B. Pembahasan	54
1. self control siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci	54
2. konsentrasi belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci	55
3. pengaruh <i>self control</i> terhadap konsentrasi belajar SMP Negeri 1 Kerinci.....	57
BAB V PENUTUP.....	65
A. Simpulan	65
B. Saran	65
BIBLIOGRAFI.....	67
LAMPIRAN.....	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....	35
Gambar 4.1 Diagram Batang <i>Self Control</i>	56
Gambar 4.2 Diagram Batang Konsentrasi Belajar.....	57
Gambar 4.3 Hasil Uji Heterokedastisitas.....	59



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Populasi	39
Tabel 3.2 Variabel Penelitian.....	40
Tabel 3.3 Alternatif Jawaban <i>Self Control</i>	42
Tabel 3.4 Alternatif Jawaban Konsentrasi Belajar.....	42
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	43
Tabel 3.6 hasil Uji Validitas <i>Self control</i>	46
Tabel 3.7 hasil Uji Coba Validitas <i>Self Control</i>	47
Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Konsentrasi Belajar.....	48
Tabel 3.9 Hasil Uji Coba Validitas Konsentrasi Belajar.....	49
Tabel 3.10 Uji Reliabilitas.....	51
Tabel 4.1 Penyajian Data <i>Self Control</i>	55
Tabel 4.2 Penyajian Data Konsentrasi Belajar.....	56
Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas.....	58
Tabel 4.3 Hasil Uji Multikolinieritas.....	58
Tabel 4.4 Hasil Uji T.....	60



DAFTAR LAMPIRAN

1.SK Pembimbing Skripsi	1
2. SK Penguji Proposal Skripsi	2
3. Surat Izin Penelitian	3
4. Surat Izin Kasbangpol.....	4
5. Surat Izin Dinas Pendidikan.....	5
6. Surat Telah Selesai Penelitian.....	6
7. Instrumen Penelitian	7
6. Hasil,Uji Validitas.....	8
7. Uji Reliabilitas.....	9
8. Uji Normalitas	10
9.Uji Multikolonieritas	10
10. Uji Heteroskedastisitas	11
11. Uji T	11
12. Dokumentasi	12
13. Tabulasi <i>Self Control</i>	13
14. Tabulasi Konsentrasi Belajar.....	14



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Belajar adalah proses interaksi antara individu dengan sumber belajar yang menghasilkan suatu perubahan tingkah laku. Dasarnya tujuan utama dari kegiatan belajar mengajar adalah agar siswa menguasai materi pelajaran sesuai dengan kompetensi yang telah ditetapkan. Namun ketika dalam kegiatan belajar mengajar dikelas, banyak pelajar yang menganggap jika ruang kelas merupakan sebuah penjara yang tidak menyenangkan. Sehingga siswa menganggap belajar sebagai beban dan merasa tidak nyaman dalam belajar. Kegiatan belajar mengajar di kelas tak dapat dipisahkan dari sosok guru peranan guru sebagai fasilitator dan juga motivator, menjadi hal yang sangat penting dalam berlangsungnya proses pembelajaran yang efektif. Dan proses belajar mengajar yang efektif itu sendiri memerlukan konsentrasi belajar dari peserta didik (Ifansyah, 2019).

Belajar menunjukkan aktivitas yang dilakukan oleh seseorang yang disadari atau disengaja. Aktivitas ini menunjuk pada keaktifan seseorang dalam melakukan aspek mental yang memungkinkan terjadinya perubahan pada dirinya. Dengan demikian, dapat dipahami juga bahwa suatu kegiatan belajar dikatakan baik apabila intensitas keaktifan jasmani maupun mental seseorang semakin tinggi. Sebaliknya meskipun seseorang dikatakan belajar, namun jika keaktifan jasmaniah dan mentalnya rendah berarti kegiatan belajar tersebut tidak secara nyata memahami bahwa dirinya melakukan kegiatan belajar. Kegiatan belajar juga dimaknai sebagai

interaksi individu dengan lingkungannya. Lingkungan dalam hal ini adalah obyek-obyek lain yang memungkinkan individu memperoleh pengalaman-pengalaman atau pengetahuan, baik pengalaman atau pengetahuan baru maupun sesuatu yang pernah diperoleh atau ditemukan sebelumnya tetapi menimbulkan perhatian kembali bagi individu tersebut sehingga memungkinkan terjadinya interaksi (Haslianti, 2019).

Peserta didik hendaknya memiliki kemampuan berkonsentrasi saat proses belajar berlangsung. Melalui konsentrasi belajar, peserta didik mampu untuk mengikuti proses belajar sehingga mampu mencapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Konsentrasi diperlukan dalam proses membaca, mendengar, maupun menulis. Pada usia sekolah, prestasi belajar seorang siswa sangat dipengaruhi oleh kemampuan menyerap pelajaran yang diberikan. Kemampuan memahami materi pelajaran diperoleh karena memperhatikan apa yang diajarkan guru maupun dari hasil upaya belajar mandiri, ditentukan oleh kemampuan konsentrasi (Andriana, 2023).

Allah Berfirman Dalam Al-Quran Surah Al-Mujadilah ayat 11:

وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَ

Artinya : Allah niscaya akan mengangkat orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat. Allah Mahateliti terhadap apa yang kamu kerjakan.

Dari ayat diatas dijelaskan bahwasanya Allah akan meninggikan derajat orang-orang yang beriman dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan dan menuntut ilmu dengan sebaik-baiknya. Allah akan

meninggikan derajat orang-orang mukmin dengan mengikuti perintahnya dan menjauhi segala larangannya.

Pada ayat tersebut di jelaskan bahwa carilah ilmu yang bermanfaat yang Allah SWT meridhoinnya yang dapat di berikan kepada orang lain. Dengan menuntut ilmu kita mendapat pemahaman yang baik, ilmu yang kita dapat bisa dari pendidikan ataupun belajar. Dari pendidikan kita mendapatkan ilmu, belajar dari sekolah untuk mendapatkan ilmu pengetahuan tersebut.

Konsentrasi adalah usaha untuk memusatkan perhatian terhadap objek yang dibutuhkan dengan mengabaikan stimulus lain yang tidak diperlukan. Terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang memengaruhi konsentrasi, adapun faktor internal misalnya: keadaan jasmani dan rohani yang sehat, tidak ada gangguan di dalam pancaindra, tubuh dalam kondisi fit, tidak sedang dalam keadaan stress atau tertekan, dan memiliki ketenangan batin dan emosi, kontrol diri. Sedangkan Faktor eksternal misalnya: suasana lingkungan yang tenang, terbebas dari polusi udara, penerangan cukup, dan sarana prasarana yang memadai (Mustofa, 2020).

Gangguan konsentrasi belajar banyak dialami peserta didik terutama saat mempelajari mata pelajaran yang mempunyai tingkat kesulitan tinggi. Kesulitan menjaga konsentrasi belajar juga semakin bertambah jika peserta didik terpaksa mempelajari materi pelajaran yang tidak disukainya. Peserta didik yang dapat mengelola konsentrasi

belajarnya akan menjadikan nyaman memahami dan mengaplikasikan segala informasi yang didapatkan. Dengan pemahaman tentang materi pelajaran yang disampaikan guru, maka peserta didik akan mendapat nilai yang tinggi di kelas. Sedangkan peserta didik yang tidak dapat menjaga konsentrasi ketika sedang belajar maka akan mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas belajar secara menyeluruh, dan dapat berdampak pada hasil belajar yang kurang optimal (Ifansyah, 2019).

Pada saat observasi awal, yang dilakukan pada tanggal 24 Februari 2024 di SMP Negeri 1 Kerinci, penulis menemukan sebuah masalah dimana keadaan siswa ketika dilakukan pembelajaran banyak siswa yang tidak memperhatikan materi dengan baik, kurang fokus, suka main sendiri. Dengan hal ini penulis mengamati proses pembelajaran dimulai dari kegiatan awal ketika guru memulai proses pembelajaran terlihat siswa masih berkonsentrasi dengan materi, setelah berjalan beberapa menit terlihat konsentrasi mulai memudar mulai dari berbicara dengan teman sendiri, menulis-nulis di buku tulis, melamun, ada yang bosan, dan ada yang membaca novel. Bahkan ketika proses pembelajaran berlangsung pandangan mata mereka tidak tertuju pada guru yang sedang menjelaskan materi, akan tetapi mereka memerhatikan apa yang lebih menarik di sekelilingnya. Begitu seterusnya sampai proses pembelajaran berakhir.

Fenomena ini menunjukkan bahwa kontrol diri selalu menjadi faktor penting untuk mempengaruhi konsentrasi belajar, konsentrasi bukan bawaan yang dimiliki seseorang, melainkan sesuatu untuk memfokuskan

dan menjaga pikiran terhadap objek yang dipelajari. Dan konsentrasi dipengaruhi dari kemampuan otak masing-masing siswa untuk memusatkan perhatian pada objek yang dipelajari (Vika, 2023).

Kontrol diri adalah kemampuan untuk mengendalikan impuls seseorang ketika dihadapkan dengan tantangan dan godaan, dan dikaitkan dengan kesejahteraan fisiologis dan psikologis, serta sebagai kapasitas untuk mengubah impuls dan perilaku yang tidak diinginkan. Perilaku yang tidak diinginkan. Kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor eksternal meliputi lingkungankeluarga, dan budaya. Dalam lingkungan keluarga terutama orang tua akan menentukan bagaimana kemampuan kontrol diri seseorang. Faktor internal yang mempengaruhi kontrol diri seseorang adalah faktor usia dan kematangan. Semakin bertambahnya usia seseorang maka akan semakin baik kontrol dirinya, individu yang matang secara psikologis akan mampu mengontrol perilakunya karena telah mampu mempertimbangkan mana hal yang baik dan yang tidak baik bagi dirinya(Siallagan, 2021).

Kontrol diri merupakan suatu variabel psikologis yang meliputi kemampuan untuk mengelola Informasi yang tidak diinginkan, memilih tindakan berdasarkan yang diyakini sesuai norma yang berlaku dalam masyarakat serta memodifikasi perilakunya. Kontrol diri menggambarkan keputusan Individu melalui berbagai pertimbangan kognitif dalam mengontrol tingkah laku untuk meningkatkan hasil dan tujuan yang akan dicapai(Padang, n.d.).

Kontrol diri salah satu bagian yang terpenting dalam pengarahannya diri yang dapat membantu seseorang menyalurkan energi dan memungkinkan untuk membimbing kehidupan mereka sendiri. Kontrol diri juga diartikan sebagai kemampuan menyusun, membimbing, mengatur serta seseorang diarahkan untuk membentuk perilaku pada konsekuensi yang positif. Kontrol diri menjadi suatu hal yang penting untuk diperhatikan sebagai langkah dalam mengarahkan siswa saat belajar (Ezra Addo Setiawan, 2023).

Dalam kehidupan sehari-hari setiap individu sangatlah dituntut dalam mengendalikan dirinya sendiri. Hal tersebut karena manusia ialah makhluk sosial, yang tidak bisa berdiri sendiri tanpa bersosialisasi dan berkomunikasi dengan orang-orang di lingkungannya. Kontrol diri sangat berperan penting dalam bersosialisasi tersebut. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan dapat bersosialisasi dengan baik dan dapat mengantisipasi stimulus dari luar (Dwi Marsela & Supriatna, 2019).

Berdasarkan latar belakang fenomena yang telah di paparkan di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai konsentrasi belajar siswa.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan di atas maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ketika dilakukan pembelajaran banyak siswa yang tidak memperhatikan materi dengan baik, kurang fokus, suka main sendiri
Ini menjadi masalah penting untuk diatasi.
2. Perhatian siswa yang berubah-ubah mengganggu konsentrasi belajar Siswa.
3. Adanya siswa tidak memperhatikan guru akibat ada hal yang lebih menarik.
4. Adanya siswa lelah dalam menerima pelajaran sehingga konsentrasi belajar berkurang.
5. Adanya siswa mengobrol dengan teman, melamun, menulis nulis di buku tulis.
6. Adanya siswa membaca buku yang lebih menarik seperti novel.

C. Batasan masalah

Batasan masalah dalam penelitian ini adalah fokus penelitian ini yaitu konsentrasi belajar siswa, maka peneliti hanya membahas tentang pengaruh *selfcontrol* terhadap konsentrasi belajar siswa.

D. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat *selfcontrol* pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Kerinci ?
2. Bagaimana tingkat konsentrasi belajar pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci ?

3. Bagaimana pengaruh antara *self control* terhadap konsentrasi belajar pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci ?

E. Tujuan penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah di ajukan, maka penulis menetapkan tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat *self control* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci.
2. Untuk mengetahui tingkat konsentrasi belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci.
3. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh *self control* terhadap konsentrasi belajar siswa SMP Negeri 1 Kerinci.

F. Manfaat penelitian

Manfaat yang di harapkan dari penelitian ini adalah untuk memberikan :

1. Manfaat Teoritis.
 - a. Digunakan untuk mengembangkan keilmuan sertawawasan dalam kegiatan ilmiah. Pengembangan kegiatan ini dilakukan dengan meneliti pengaruh *self control* terhadap konsentrasi belajar siswa.
 - b. Sebagai bahan referensi bagi penulis khususnya dan hasil penelitiannya dapat di gunakan sebagai pedoman dalam mengadakan penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis.

- a. Bagi peneliti penelitian ini dapat menambah wawasan peneliti tentang mencari pengaruh *self control* dengan konsentrasi belajar siswa dengan cara membagikan kuisioner.
- b. Bagi guru, sekolah menjadi bahan masukan dan pertimbangan untuk memberikan informasi terkait konsentrasi belajar siswa sehingga kegiatan pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan kondusif.
- c. Bagi siswa dapat melatih siswa dalam mengoptimalkan kemampuan belajar nya, dapat meningkatkan konsentrasi belajar, fokus dalam belajar .
- d. Diharapkan mampu memberikan sumbangan yang baik terkait kontrol diri dan konsentrasi belajar siswa.

G. Definisi operasional

Definisi operasional variabel uraian yang berisikan sejumlah indikator yang dapat di amati dan di ukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan. Definisi operasional di buat untuk memudahkan pemahaman dan pengukuran setiap variabel yang ada dalam penelitian.

1. konsentrasi belajar

Konsentrasi belajar yaitu pemusatan perhatian terhadap objek yang di perlukan konsentrasi sangat di butuhkan bagi siswa, jika

siswa tidak konsentrasi ketika pembelajaran berlangsung maka dampak besar peserta didik itu sendiri. Konsentrasi belajar juga tindakan atau pekerjaan yang dilakukan dengan sungguh sungguh.

2. *Self control*

Self control adalah sebagai kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif serta merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan sekitarnya.



BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian teori

1. Konsentrasi belajar

a. Pengertian konsentrasi belajar

Konsentrasi belajar adalah kemampuan untuk mengarahkan segala pikiran dan perbuatan sehingga mampu mempelajari suatu hal dengan baik. Pada saat mempelajari materi di kelas, peserta didik seringkali mengalami berbagai macam gangguan yang berasal dari dalam dan luar diri sehingga dapat mengganggu konsentrasi belajar. Pada saat belajar, kadang kala tanpa disadari muncul pikiran mengenai masalah-masalah lama dan keinginan lain menjadi pengganggu aktivitas belajar kita. suasana belajar dimana kelas penuh, cuaca panas, suara bising dari Luar ruangan juga seringkali membuat siswa mengalami gangguan sehingga sulit untuk berkonsentrasi. Apabila kondisi peserta didik tidak mampu memaksimalkan konsentrasi belajar terus dibiarkan, maka dampaknya pada nilai dan hasil pembelajaran yang tidak maksimal (Ifansyah, 2019).

Konsentrasi merupakan keadaan pikiran atau asosiasi terkondisi yang diaktifkan oleh sensasi di dalam tubuh. Untuk mengaktifkan sensasi dalam tubuh perlu keadaan yang rileks dan suasana yang menyenangkan, karena dalam keadaan tegang seseorang tidak akan dapat menggunakan otaknya dengan maksimal karena pikiran menjadi kosong. Seperti yang dikatakan bahwa suasana menyenangkan dalam hal ini berarti anak berada

dalam keadaan yang sangat rileks, tidak ada sama sekali ketegangan yang mengancam dirinya baik fisik maupun non fisik (Andriana, 2023).

Konsentrasi belajar merupakan pemusatan daya pikiran dan perbuatan pada suatu objek yang dipelajari dengan menghalau atau menyisihkan segala hal yang tidak ada hubungan dengan objek yang dipelajari dan tidak mudah diketahui oleh orang lain selain diri individu yang sedang belajar. Konsentrasi merupakan bagian paling penting dalam transfer pengetahuan dari guru kepada setiap siswanya (Kartini, 2022).

Jadi dapat di simpulkan bahwa konsentrasi belajar merupakan pemusatan daya pikiran pada objek yang di perlukan artinya konsentrasi sangat penting di lakukan oleh siswa karena konsentrasi paling penting dalam pengetahuan siswa, sementara itu konsentrasi siswa yang tinggi dapat menambah prestasi siswa dan membuat siswa lebih aktif dalam mengikuti pelajaran di kelas.

b. Penyebab Siswa Tidak Konsentrasi Saat Belajar

Penyebab siswa tidak konsentrasi saat belajar di antaranya yaitu:

1. Tidak memiliki motivasi diri : Motivasi kuat yang timbul dalam diri seorang siswa untuk mendorong dirinya belajar sangat diperlukan. Ada siswa yang dapat berprestasi bila diberikan sebuah rangsangan, misalkan ia dijanjikan sebuah hadiah yang menarik dari orang tuanya apabila memperoleh nilai yang bagus tahun ini. Akan tetapi orang tua juga Harus berhati hati dalam memberikan rangsangan berupa hadiah,

jangan sampai ia selalu mengharapkan hadiah baru ia mau belajar. Secara perlahan kurangi pemberian hadiah dengan lebih mengutamakan motivasi dalam diri siswa

2. Suasana lingkungan belajar yang tidak kondusif : suasana yang ramai dan bising tentu saja sangat mengganggu siswa yang ingin belajar dengan suasana tenang. Demikian pula bila dalam satu rumah terdapat lebih dari satu tipe cara belajar siswa. Disatu sisi ada salah satu siswa yang baru bisa belajar apabila sambil mendengarkan musik dengan keras, sedangkan siswa lainnya menghendaki suasana yang hening.
3. Kondisi kesehatan siswa: bila siswa terlihat mau tidak mau ketika menghadapi materi pelajaran yang sedang dijalaninya, hendaknya jangan tergesa-gesa untuk menghakimibahwa ia malas belajar. Mungkin saja kondisi kesehatannya saat itu sedang ada masalah.
4. Siswa merasa jenuh: beban pelajaran yang harus dikuasai oleh seseorang siswa sangatlah banyak. Belum lagi agar memiliki keterampilan tambahan, tak jarang mereka harus mengikuti beberapa kegiatan di beberapa lembaga pendidikan formal (kursus). Karena sedemikian padatnya aktivitas yang harus dilakukan oleh seorang siswa, maka seringkali mereka dihindangi kejenuhan. Bila hal ini terjadi, bukan merupakan suatu tindakan yang bijaksana apabila orangtua tetap memaksakan anaknya untuk belajar. Berilah mereka waktu istirahat

sejenak (refreshing), sekedar untuk mengedorkan urat syaraf yang tegang tersebut (Setyani & Ismah, 2018).

Sementara itu penyebab siswa tidak konsentrasi karena siswa sering kali mengalami percabangan pikiran saat proses pembelajaran berlangsung, pikiran yang bercabang muncul tanpa di sadari sehingga mengakibatkan terhambatnya proses belajar siswa dan siswa tidak fokus terhadap suatu objek tertentu melainkan siswa tertarik dengan yang lain dengan menyampingkan hal hal yang tidak berhubungan dengan proses belajar yang dilakukan (Masturoh, 2023).

Penyebab siswa tidak berkonsentrasi saat belajar adalah karena tidak tertarik dan tidak suka dengan materi yang dipelajari, masalah konsentrasi juga disebabkan oleh kurangnya minat siswa terhadap mata pelajaran yang dipelajari, serta gangguan lingkungan seperti: bising, keadaan yang semrawut, dan cuaca buruk konsentrasi belajar siswa menjadi lebih selektif, adaptif, dan terencana (Haslianti, 2019).

Konsentrasi belajar siswa dapat disebabkan oleh gangguan-gangguan konsentrasi yang dialami oleh siswa, terutama dalam mempelajari materi pelajaran yang memiliki tingkat kesulitan tinggi, seorang siswa akan sulit berkonsentrasi jika dipaksa untuk mempelajari pelajaran yang tidak diminatinya, ketika siswa dapat fokus sepenuhnya pada pelajaran dan tugas yang sedang mereka kerjakan,

mereka akan lebih mampu menyerap informasi dengan baik (Andriana, 2023).

Jadi dapat disimpulkan bahwa penyebab terjadinya siswa sulit konsentrasi saat belajar disebabkan karena siswa tidak tertarik dan tidak suka dengan materi yang diajarkan, dan siswa lebih tertarik dengan hal-hal yang ada di sekelilingnya, dan juga kondisi lingkungan yang menjadi siswa sulit konsentrasi saat belajar.

c. Aspek-aspek Konsentrasi belajar

Adapun aspek-aspek konsentrasi belajar sebagai berikut:

1. Pemusatan pikiran

Suatu keadaan belajar yang membutuhkan ketenangan, nyaman, perhatian seseorang dalam memahami isi pelajaran yang dihadapi.

2. Motivasi keinginan atau dorongan

Yang terdapat dalam diri individu untuk berusaha mengadakan perubahan tingkah laku yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhannya.

3. Rasa Khawatir

Perasaan yang tidak tenang karena seseorang merasa tidak optimal dalam melakukan pekerjaannya.

4. Perasaan Tertekan

Perasaan seseorang yang bukan dari individu melainkan dorongan atau tuntutan dari orang lain maupun lingkungan.

5. Gangguan Pemikiran

Hambatan seseorang yang berasal dari dalam individu maupun orang sekitar. Misalnya, masalah ekonomi, keluarga, masalah pribadi individu.

6. Gangguan Kepanikan

Hambatan untuk berkonsentrasi dalam bentuk rasa was-was menunggu hasil yang akan dilakukan maupun yang sudah dilakukan oleh orang tersebut.

7. Kesiapan belajar

Keadaan seseorang yang sudah siap akan menerima pelajaran, sehingga individu dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya (Diana, 2019)

Sementara itu aspek-aspek konsentrasi belajar adalah:

1. Fokus secara selektif, yaitu mampu menentukan fokus yang diperlukan.
2. Mempertahankan fokus, yaitu fokus harus dipertahankan selama periode waktu tertentu.
3. Kesadaran akan situasi, yaitu menyadari situasi yang sedang berlangsung.
4. Mampu mengubah fokus perhatian, yaitu mampu mengubah fokus perhatian sebagaimana yang diperlukan (Haslianti, 2019)

Kemudian ada empat aspek dalam konsentrasi belajar yaitu :

1. Kurang berminat dalam mempelajari sesuatu kurang berminat dalam mempelajari sesuatu kemungkinan kecil untuk memperoleh

keberhasilan, karena minat merupakan kecenderungan suka atau tidak suka pada suatu hal. Minat ini adalah sesuatu yang pribadi untuk dan tidak dapat dipaksakan oleh siapa pun hanya bisa dibangun dalam diri sendiri.

2. Kejenuhan/Bosan semua hal yang membosankan dan sepele akan terus menerus berlangsung secara otomatis tidak akan bisa memikat perhatian siswa. Kebosanan itu tumbuh dari dalam diri siswa pada teori kognitif, otak manusia mengolah apa yang dialami dan dipelajari, yang mana semua hal tersebut akan tersimpan didalam akal secara permanen. Namun terkadang kenyataannya berbeda. Jenuh dalam belajar sering kali dialami siswa yang sedang dalam proses belajar dan dapat membuat siswa merasa telah menyalakan usahanya.
3. Gangguan kesehatan perkembangan fisik tiap manusia memiliki perkembangan yang berbeda-beda baik sebelum maupun sesudah anak-anak. Perkembangan pada anak perlu sekali dipahami oleh seorang guru, dikarenakan dipercaya bahwa segala aktivitas yang mental serta pembentukan kepribadian dipengaruhi oleh kondisi pertumbuhan fisik. Karena setiap kegiatan yang berjalan dengan baik pasti pendukungnya adalah kesehatan. Baik sehat jasmaninya maupun rohaninya.
4. Pemusatan perhatian pemusatan perhatian atau fokus mengenai suatu objek yang akan kita pelajari merupakan suatu hal yang harus kita lakukan pada saat belajar, fokuskan pikiran kita hanya pada sesuatu yang akan kita pelajari. Namun dalam keadaan tertentu tidak jarang kita

terjebak dalam pikiran- pikiran buruk yang sulit dikontrol, seperti takut melakukan kesalahan, khawatir tidak dapat menyelesaikan pekerjaan, cemas ketika memikirkan masa depan atau pikiran pikiran buruk lainnya yang sebenarnya belum tentu terjadi(Andriana, 2023).

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek konsentrasi diantaranya adalah pemusatan pikiran, motivasi, rasa khawatir, perasaan tertekan, gangguan pemikiran, gangguan kepanikan dan kesiapan belajar.

d. Faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar menurut faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar antara lain:

1. Faktor usia. Kemampuan konsentrasi ini ikut tumbuh dan berkembang sesuai dengan usia individu.
2. Fisik kondisi. Sistem saraf neurological sistem mempengaruhi kemampuan individu dalam menyelesaikan sejumlah informasi dalam kegiatan perhatian. Individu memiliki kemampuan saraf otak yang berbeda dalam menyeleksi sejumlah informasi yang ada sehingga turut mempengaruhi kemampuan individu dalam memusatkan perhatian.
3. Faktor pengetahuan dan pengalaman. Pengetahuan dan pengalaman turut berperan dalam usaha memusatkan perhatian

pada objek yang belum bisa dikenali polannya sehingga pengetahuan dan pengalaman individu dapat memudahkan untuk konsentrasi (Mustofa, 2023).

Kemudian faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar yaitu:

1. Tidak memiliki motivasi diri

Motivasi kuat yang timbul dalam diri seorang siswa dapat mendorongnya belajar. Sangat diperlukan. Ada siswa yang membutuhkan rangsangan seperti hadiah yang baik dari orangtua ketika mereka berprestasi. Namun orangtua juga harus hati-hati dalam memberikan rangsangan berupa hadiah agar anak tetap mau belajar meskipun tidak diberikan hadiah.

2. Suasana lingkungan belajar yang tidak kondusif

Suasana yang ramai dan bising tentu saja dapat mengganggu siswa yang ingin belajar dalam situasi yang tenang. Namun, ada juga tipe siswa yang dapat belajar dengan mendengarkan musik.

3. Kesehatan siswa

Bila siswa terlihat tidak serius pada materi pelajaran yang sedang dialaminya, sebaiknya tidak tergesa-gesa

untuk menghakimi bahwa ia malas belajar karena bisa Jadi kondisi kesehatannya yang sedang bermasalah.

4. Siswa merasa jenuh

Beban pelajaran yang ditanggung oleh siswa sangat banyak, apalagi mereka harus mengikuti kegiatan belajar dilembaga pendidikan formal (kursus). Oleh karena itu sebaiknya siswa diberikan waktu istirahat sejenak untuk membuat diri mereka menjadi relaks(Diana, 2019).

Selanjutnya adapun faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar yaitu:

1. Faktor pendukung konsentrasi belajar, faktor pendukung terjadinya konsentrasi belajar terdiri dari dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal sebagaimana berikut:

a). Faktor Internal

Faktor internal merupakan faktor pertama dan utama yang sangat menentukan seseorang dapat melakukan konsentrasi atau tidak. Secara garis besar faktor ini terdiri dari faktor jasmaniah dan rohaniah.

b). Faktor Jasmaniah

Faktor ini dapat dilihat dari kondisi jasmani seseorang yang meliputi kesehatan badan secara menyeluruh, seperti kondisi badan yang normal menurut

standar kesehatan atau bebas dari penyakit serius; kondisi badan diatas normal atau fit; cukup tidur dan istirahat; cukup makan dan minum serta makanan yang dikonsumsi memenuhi standar gizi; seluruh Panca indera berfungsi dengan baik; tidak mengalami gangguan fungsi otak karena penyakit tertentu, seperti kejang, ayan, dan hiperaktif; tidak mengalami gangguan saraf; tidak dihindangi nyeri karena penyakit tertentu; detak jantung normal; dan irama napas berjalan dengan baik.

c). Faktor Rohaniah

Untuk dapat melakukan konsentrasi yang efektif, kondisi rohani seseorang setidaknya memenuhi hal-hal berikut ini: kondisi hidup sehari-hari cukup tenang; memiliki sifat baik, terutama sabar dan konsisten; taat beribadah sebagai penunjang ketenangan dan daya pengendalian diri; tidak dihindangi berbagai jenis masalah yang terlalu berat; tidak emosional; tidak sedang dihindangi stres berat; memiliki rasa percaya diri yang cukup; tidak mudah putus asa; memiliki kemauan keras dan tidak mudah padam; serta bebas dari berbagai gangguan mental, seperti rasa takut, was-was, dan gelisah.

2. Faktor penghambat konsentrasi belajar

Keberhasilan dalam pemusatan pikiran sebagian besar tergantung pada diri individu itu sendiri. Ditempat yang paling tepat sekalipun, kadang kala pikiran individu melayang-layang ke hal-hal lain diluar sesuatu yang dihadapinya. Beberapa gangguan konsentrasi yang dapat menyebabkan siswa kehilangan konsentrasi belajar diantaranya sebagai berikut:

- a). Tidak memiliki motivasi belajar : motivasi yang timbul dalam diri seorang siswa untuk mendorong dirinya belajar sangat diperlukan. Ada siswa yang dapat berprestasi bila diberikan sebuah rangsangan, misalkan ia dijanjikan sebuah hadiah yang menarik dari orangtua nya apabila memperoleh nilai yang bagus tahun ini.
- b). Suasana lingkungan belajar yang tidak kondusif : suasana yang ramai dan bising tentu saja sangat mengganggu siswa yang ingin belajar dengan suasana tenang. Demikian pula bila dalam satu rumah terdapat lebih dari satu tipe cara belajar siswa. Di satu sisi ada salah satu siswa yang baru bisa belajar apabila sambil mendengarkan musik dengan keras, sedangkan siswa lainnya menghendaki suasana yang hening.
- c). Kondisi kesehatan siswa: bila siswa terlihat mau tidak mau ketika menghadapi materi pelajaran yang sedang dijalannya, hendaknya jangan tergesa-gesa untuk menghakimi bahwa ia

malas belajar. Mungkin saja kondisi kesehatannya saat itu sedang ada masalah.

d). Siswa merasa jenuh: beban pelajaran yang harus dikuasai oleh seseorang siswa sangatlah banyak. Belum lagi agar memiliki keterampilan tambahan, tak jarang mereka harus mengikuti beberapa kegiatan di beberapa lembaga pendidikan formal (kursus). Karena sedemikian padatnya aktivitas yang harus dilakukan oleh seorang siswa, maka seringkali mereka dihindangi kejenuhan. Bila hal ini terjadi, bukan merupakan suatu tindakan yang bijaksana apabila orangtua tetap memaksakan anaknya untuk belajar

e). Tidak memiliki kontrol diri

kontrol diri memiliki pengaruh positif terhadap konsentrasi belajar siswa. Siswa dengan kontrol diri tinggi lebih mampu fokus pada tugas belajar, mengabaikan gangguan, dan menyelesaikan tugas belajar dengan lebih baik (Setyani & Ismah, 2018).

Berdasarkan pembahasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa siswa perlu memiliki kontrol diri yang kuat sehingga siswa bisa memiliki dan menanbahkan konsentrasi saat melakukan kegiatan belajar mengajar, semakin tinggi tingkat kontrol diri siswa maka semakin tinggi tingkat

konsentrasi belajar siswa, semakin rendah tingkat kontrol diri siswa maka semakin rendah tingkat konsentrasi belajar siswa.

2. *Self control*

A. Pengertian *self-control*

Self control ialah kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan-dorongan, atau stimulus yang datang. Jika seorang remaja tidak mempunyai kontrol diri yang baik, maka akan dikuasai oleh dorongan untuk melakukan perilaku agresi terhadap orang lain, kontrol diri yang tidak dilatih dengan baik maka akan memengaruhi individu pada periode masa perkembangan selanjutnya yaitu masa perkembangan dewasa, dimana pada masa perkembangan dewasa ini sangat erat kaitannya dengan pengontrolan diri seseorang. Seorang individu dapat dikatakan sudah dewasa ketika individu tersebut dapat mengelola kontrol terhadap dirinya sendiri ketika ingin bertindak, mengeluarkan argumen, pengambilan keputusan, dan lain sebagainya yang termasuk dalam kontrol diri, dengan begitu ketika pengontrolan diri itu dapat terkendali dengan baik maka perilaku agresi juga akan terminimalisirkan (Madjid, 2022)

Self control adalah kemampuan individu untuk membimbing, mengatur dan mengarahkan tingkah laku, emosi serta dorongan-dorongan atau keinginan dalam dirinya sehingga dapat memberikan dampak yang positif. Aspek dari kontrol diri

adalah: kontrol perilaku, kontrol kognitif, kontrol dalam mengambil keputusan (Sari, 2020).

Self control merupakan kemampuan dalam Mengendalikan keinginan dan dorongan yang berasal dari diri sendiri. Pada umumnya keinginan dan dorongan tersebut merupakan impuls yang saling bertentangan dengan tujuan jangka panjang dan hanya sekedar untuk mencapai kepuasan sesaat, sehingga kontrol diri hadir bertujuan untuk mengendalikan perilaku agar sejalan dengan tujuan jangka panjang yang bernilai (Padang, n.d.).

Jadi dapat disimpulkan bahwa *self control* yaitu mengontrol diri berarti individu berusaha dengan sekuat-kuatnya mengarahkan pengaruh terhadap sesuatu yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial. Kontrol diri memungkinkan remaja untuk berpikir atau berperilaku yang lebih terarah, dapat menyalurkan dorongan-dorongan perasaan dalam dirinya secara benar dan tidak menyimpang dari norma-norma dan aturan-aturan yang berlaku dilingkungan sekitarnya.

B.Aspek-aspek *self control*

Self control dapat di ukur dengan empat aspek di antaranya yaitu:

1. Kontrol terhadap pemikiran (kognitif) adalah kemampuan dari Individu untuk mengendalikan pikiran sehingga menghasilkan

sikap yang positif atau mengarah kepada perilaku yang objektif.

2. Kontrol terhadap impulse (dorongan hati) adalah kemampuan individu untuk mengendalikan diri serta bertindak secara bijak terhadap setiap dorongan hati negatif yang muncul secara tiba-tiba.
3. Kontrol terhadap emosi adalah kemampuan individu untuk memiliki kesadaran diri emosi dalam hubungan dengan diri sendiri maupun dengan orang lain.
4. Terhadap unjuk kerja adalah kemampuan individu untuk memperoleh nilai yang lebih baik dalam jangka waktu panjang, karena mereka akan lebih baik dalam mengerjakan tugas tepat waktu, mencegah dari aktivitas-aktivitas untuk menunda-nunda waktu saat bekerja, belajar dengan efektif, memilih mata pelajaran dengan tepat dan mampu menjaga emosi negatif yang merusak kinerja(Siallagan, 2021).

Selanjutnya ada tiga aspek dalam kontrol diri yaitu:

1. Kontrol perilaku (*behavior control*).

Kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan, kemampuan ini terdiri dari kemampuan untuk mengontrol perilaku yaitu kemampuan menentukan siapa yang mengendalikan situasi. Dimana individu yang kontrol dirinya baik akan mampu mengatur

perilaku dengan kemampuan dirinya, bila tidak mampu maka individu akan menggunakan sumber eksternal untuk mengatasinya.

2. 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.

3. Kontrol pengambilan keputusan

Kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini atau disetujui. Kontrol pribadi dalam menentukan Pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih beberapa hal yang saling memberatkan, maka aspek yang diukur adalah kemampuan mengontrol perilaku dan kemampuan mengambil keputusan (Nofitriani, 2020)

Selanjutnya terdapat lima aspek kontrol diri yaitu:

1. Kedisiplinan diri (*Self-discipline*)

Aspek ini mengacu pada kemampuan individu dalam kedisiplinan diri. Dengan kata lain, seseorang mampu memfokuskan diri saat melakukan tugas. Individu yang

memiliki self-discipline mampu menahan dirinya dari hal lain yang mengganggu konsentrasinya.

2. Tindakan (*non impulsive*)

Kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu sehingga memiliki sifat hati-hati, dan tidak tergesa-gesa. Seseorang yang memiliki nonimpulsive mampu bersikap tenang dalam bertindak atau mengambil keputusan.

3. Kebiasaan sehat (*healthy habits*)

Kemampuan seseorang dalam mengatur perilaku sehingga menjadi suatu kebiasaan yang baik dan sehat bagi orang tersebut. Individu yang memiliki healthy habits akan menolak hal lain yang dapat berdampak buruk bagi dirinya meskipun sangat menyenangkan. Ia akan mengutamakan hal-hal lain yang berdampak positif bagi dirinya meski tidak akan berdampak secara langsung.

4. Melakukan pekerjaan (*Work ethic*)

Menilai tentang regulasi diri dari etika individu dalam melakukan suatu aktivitas sehari-hari. Individu yang memiliki *workethics* akan mampu menyelesaikan tugasnya tanpa dipengaruhi hal-hal yang ada diluar. Ia akan mampu berkonsentrasi pada tugas yang ia kerjakan.

5. Keandalan (*Reliability*)

Terkait dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam merancang rencana untuk tujuan tertentu. Individu ini secara konsisten akan mengatur perilakunya dalam rangka mencapai tujuan rencananya (Ezra Addo Setiawan, 2023).

Dari penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek *self control* yaitu kontrol terhadap pemikiran kontrol, kontrol terhadap perilaku, kontrol emosi, kontrol pengambilan keputusan selain itu kita juga melakukan kedisiplinan diri dan kebiasaan hidup sehat, melakukan pekerjaan tugas tanpa di pengaruhi hal hal luar, dan siswa akan mampu berkonsentrasi pada tugas yang ia kerjakan.

C. Faktor yang mempengaruhi *self control*

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 ketidakmampuan mematuhi perilaku dan tindakan, sehingga individu tidak lagi menolak godaan dan impuls. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kontrol diri menjadi 2 (dua), yaitu :

1. Faktor eksternal; Termasuk diantaranya adalah lingkungan keluarga, dimana dalam lingkungan keluarga terutama orang tua akan menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Bila orang tua menerapkan kepada anaknya sikap disiplin secara inten sejak dini dan orang tua juga bersikap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak apabila anak menyimpang dari yang telah ditetapkan.
2. Faktor internal; Faktor yang turut adil dalam kemampuan diri adalah usia, dimana semakin bertambah usia seseorang maka semakin baik kemampuan mengontrol dirinya tersebut, faktor internal lainnya adalah lingkungan yang ada di sekitarnya (Madjid, 2022).

Selanjutnya *self control* diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhinya adalah faktor Internal dan faktor eksternal, yaitu :

1. Faktor Internal. Faktor internal yang mempengaruhi kontrol diri adalah kondisi emosi dalam diri seorang individu, kemampuan kognitif, kepribadian, minat dan usia. Faktor Internal adalah faktor yang mempengaruhi kontrol diri seorang Individu yang berasal dari dalam diri sendiri.

2. Faktor eksternal. Faktor eksternal diantaranya adalah lingkungan. Lingkungan keluarga dan lingkungan masyarakat menjadi faktor yang mempengaruhi kontrol diri seorang individu.

Dari pembahasandiatas mengenai faktor yang mempengaruhi *self control* maka dapat di simpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi *self control* yaitu terdapat dua faktor yaitu faktor Internal dan faktor eksternal, faktor internal yaitu meliputi dalam diri seorang individu seperti kemampuan kognitif, kepribadian, minat dan usia. Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi *self control* yaitu seperti lingkungan keluarga sekolah dan masyarakat.

D. Jenis-jenis *Self control*

Jenis-jenis *self control* dibagi menjadi tiga yaitu:

1. *Over control*, kontrol yang terlalu berlebihan sehingga menyebabkan seseorang banyak menahan dan mengontrol diri untuk bereaksi terhadap suatu dorongan dan stimulus apapun.

2. *Under control*, yaitu kecenderungan untuk melepas impuls dan rangsangan yang bebas tanpa adanya perhitungan yang matang.
3. *Appropriate control* yaitu kontrol dan pengendalian yang memungkinkan individu dapat mengendalikan impuls secara tepat (Marista, 2022).

Selanjutnya Jenis-jenis *self control*, antaralain:

1. Kontrol perilaku (*behavioral control*),

Kontrol perilaku melibatkan kemampuan untuk mengambil tindakan yang konkrit untuk mengurangi dampak stressor.

2. Kontrol informasi (*informational control*),

Kontrol informasi melibatkan kesempatan untuk memperoleh pengetahuan tentang kejadian yang penuh tekanan, apa yang akan terjadi, mengapa, dan apa konsekuensi yang akan terjadi.

3. kognitif (*cognitif control*),

Kontrol kognitif adalah kemampuan untuk menggunakan proses dan strategi yang sudah dipikirkan untuk mengubah pengaruh *stressor*. Hal ini merupakan pemikiran tentang apa yang pada akhirnya dilakukan.

4. Kontrol keputusan (*decision control*),

Kontrol keputusan adalah kontrol yang digunakan untuk memilih diantara pilihan (Patty & Sampe, 1998).

Selanjutnya terdapat tiga jenis kualitas kontrol diri, yaitu:

- a. Over control

Over control merupakan kontrol diri yang dilakukan oleh individu yang. yang menyebabkan individu banyak menahan diri dalam bereaksi stimulus.

b. Under control

under control merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impulsifitas dengan bebas tanpa perhitungan yang matang.

c. Appropriate control.

Merupakan kontrol individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat (Vika Nurul, 2023).

Dalam penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa jenis-jenis *Self control* yaitu, kontrol perilaku, informasi, kognitif, kontrol keputusan dan disini dapat dijelaskan bahwa ada kontrol yang terlalu berlebihan, kontrol yang terlalu cenderung dalam melakukan suatu dan juga pengendalian kontrol.

B. Penelitian relevan

1. Rifninda Nur Linasari 2016. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta dengan judul upaya peningkatan konsentrasi belajar siswa kelas IV melalui teknik kuis tim di SD Negeri Sidomulyo Sleman Tahun 2014/2015, Penerapan teknik kuis tim dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa . Hasil observasi pada siklus I menunjukkan rata-rata skor konsentrasi belajar siswa sebesar 14,88 dengan persentase 51,31 % persentase belum

mencapai indikator dan pada siklus ke II skor mencapai 18,22 dengan persentase 63,03% persentase telah mencapai indikator.

Persamaan antara peneliti ini dengan peneliti yang akan peneliti lakukan yaitu sama membahas masalah tentang konsentrasi belajar namun pada penelitian yang akan peneliti lakukan mencari pengaruh antara *selfcontrol* terhadap konsentrasi belajar sedangkan yang di yeliti RifnindaNur Linasari menggunakan penerapan teknik kuis dengan melalui perlakuan tindak kelas.Sedangkan perbedaannya ialah peneliti meneliti dengan menggunakan metode kuantitatif korelasi sedangkan peneliti yang di lakukan Rifninda Nur Linasari melalui metode kuantitatif eksperimen.

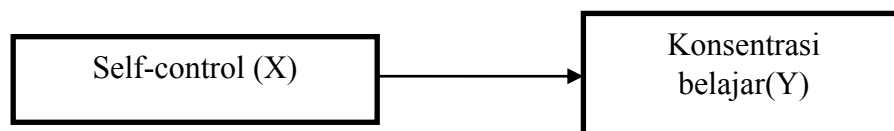
2. Dian Aulia Putri 2017 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan dengan judul Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas VIII-L Pecandu Game Online Di SMP Negeri 10 Medan Tahun Ajaran 2015/2016. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa berdasarkan pretest konsentrasi belajar siswa kelas VIII-L pecandu game online kategori rendah dengan rata-rata 47,8%, kemudian berdasarkan hasil posttest konsentrasi belajar siswa kelas VIII-L pecandu game online menunjukkan adanya adanya perubahan (kenaikan) dengan rata-rata 51,3%. Dalam pemberian layanan bimbingan kelompok teknik problem solving terhadap konsentrasi

belajar siswa kelas VIII-L pecandu game online di SMP Negeri 10 Medan Tahun ajaran 2015/2016 ada pengaruhnya.

Persamaan antara peneliti ini dengan peneliti yang akan peneliti lakukan yaitu sama membahas masalah tentang konsentrasi belajar namun pada penelitian Dian aulia putri menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik problem solving sedangkan peneliti mencari pengaruh antara *self control* terhadap konsentrasi belajar. Sedangkan perbedaannya ialah dalam sampel dan lokasi sedangkan yang akan peneliti lakukan sampel peneliti kelas VIII dan lokasi di SMP Negeri 1 Kerinci, sedangkan yang di lakukan peneliti Dian Aulia Putri sampel kelas VIII dan lokasi di SMP Negeri 10 medan.

C. Kerangka berfikir

Kerangka pemikiran ialah proses melakukan pengaturan dalam melakukan penyajian pertanyaan dalam penelitian dan mendorong penyelidikan atas permasalahan yang menyajikan permasalahan dan konteks penyebab peneliti melaksanakan studi tersebut. Kerangka Pemikiran studi ini ialah *Self control* (X) variabel independen dan konsentrasi belajar (Y) variabel dependen.



D. Hipotesis

Berdasarkan tinjauan teori di atas dan berdasarkan uraian permasalahan yang dikemukakan, maka dalam penelitian ini penulis mengajukan hipotesis sebagai berikut: Ada pengaruh negatif antara *Selfcontrol* dengan konsentrasi belajar. Artinya semakin rendah *self control* maka semakin rendah tingkat konsentrasi belajar siswa dan begitu juga sebaliknya semakin tinggi kontrol diri maka semakin tinggi tingkat konsentrasi belajar siswa.

Ha: Terdapat pengaruh *self control* terhadap konsentrasi belajar siswa di SMP negeri 1 kerinci

Ho: Tidak terdapat pengaruh *self control* terhadap konsentrasi belajar siswa SMP Negeri 1 Kerinci

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Metode penelitian membicarakan bagaimana cara suatu penelitian dilakukan, yaitu dengan alat apa dan prosedur bagaimana suatu penelitian itu dilakukan. Metode penelitian adalah cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid, dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga pada gilirannya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan, dan mengantisipasi masalah. Metode dapat dipahami sebagai tata cara bagaimana suatu penelitian dilaksanakan (Darna & Herlina, 2018)

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivism, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Pendekatan kuantitatif ialah pendekatan yang di dalam usulan penelitian, proses, hipotesis, turun ke lapangan, analisis data dan kesimpulan data sampai dengan penulisannya mempergunakan aspek pengukuran, perhitungan, rumus dan kepastian data numeric. Penelitian ini bersifat analitik, karena penelitian ini berusaha mengetahui pengaruh *self control* terhadap konsentrasi belajar siswa di SMP Negeri 1 Kerinci (Darna & Herlina, 2018).

B. Desain Penelitian

Analisis korelasi merupakan metode analisis data kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antar variabel sehingga dapat memudahkan dalam menentukan serta memprediksikan nilai variabel lain. metode penelitian lapangan korelasi (*correlational research*) yaitu untuk menyelidiki sejauh mana variasi-variasi pada suatu faktor berkaitan dengan variasi-variasi pada satu atau lebih faktor lain berdasarkan koefisien korelasi. Penelitian korelasi disebut penelitian hubungan atau asosiatif. Penelitian korelasi adalah penelitian untuk mengetahui dua variabel atau lebih dengan mengukur koefisien atau signifikan dengan menggunakan statistik.

C. Populasi dan sampel

1. Populasi

Populasi adalah kelompok elemen yang lengkap yang biasanya berupa orang, subjek, transaksi atau kejadian dimana kita tertarik untuk mempelajarinya atau menjadi objek penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 1 Kerinci.

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh kelas VIII yaitu kelas VIIIA, VIIIB, VIIIC, VI IID, SMP Negeri 1 Kerinci dengan jumlah siswa 100 siswa. Data populasi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

Tabel 3.1
Jumlah siswa kelas VIII SMP Negeri1 kerinci

No	Kelas	Siswa L dan P
1.	VIII A	25
2.	VIII B	25
3.	VIII C	25
4.	VIII D	25
Jumlah		100

Populasi Dalam Penelitian Ini Adalah Seluruh Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci

2.Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut , sampel juga merupakan sebagian dari populasi yang akan di teliti dan mewakili populasi sampel juga di anggap sebagai data yang paling penting untuk mendukung penelitian.

3. Teknik pengambilan sampel

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah simple random sampling. Simple random sampling ini adalah salah satu teknik pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan tingkatan yang ada di dalam populasi itu. Dalam penelitian ini diambil setengah siswa dari satu lokal.

Penentuan jumlah anggota sampel dilakukan dengan cara pengambilan sampel menggunakan rumus proporsional *stratified random sampling* :

$$ni = \frac{Ni}{N} \times n$$

Keterangan :

ni: Jumlah Siswa

n: Sampel

Ni: Jumlah Anggota Siswa

N: Jumlah Anggota Populasi Keseluruhan

Berdasarkan rumus tersebut diperoleh jumlah sampel (n) sebagai berikut:

a. kelas VIII A 25 orang

$$ni = \frac{25}{100} \times 52$$

$$ni = 13$$

b. kelas VIII B 25 Orang

$$ni = \frac{25}{100} \times 52$$

$$ni = 13$$

c. kelas VIII C 25 Orang

$$ni = \frac{25}{100} \times 52$$

$$ni = 13$$

d. kelas VIII D 25 Orang

$$ni = \frac{25}{100} \times 52$$

$$ni = 13$$

$$ni = 13 + 13 + 13 + 13 = 52$$

Sehingga sampel dalam penelitian ini adalah sejumlah

52 orang siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci

D. Variabel penelitian

Variabel merupakan objek penelitian, arau apa pun yang menjadi titik perhatian peneliti. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan dua variabel penelitian .

1. Variabel bebas (X), merupakan variabel bebas yang mempengaruhi variabel terikat. yang menjadi variabel bebas dalam penelitian ini adalah metode *self control*.
2. Variabel terikat (Y) ,merupakan variabel yang menjadi perhatian utama penelitian adapun yang menjadi variabel terikat dalam penelitian ini adalah konsentrasi belajar siswa.

Tabel 3.2
variabel penelitian

No	Jenisvariable	Variabelpenelitian
1	Variabel bebas(X)	<i>Self control</i>
2	Variabel terikat (Y)	Konsentrasi belajar siswa

E. Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data adalah teknik data yang di gunakan penulis untuk mengumpulkan data yang nantinya data tersebut akan

di gunakan oleh penulis untuk memperoleh bahan. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan penulis dalam Penelitian ini adalah melalui penyebaran angket yang dibentuk dalam bentuk skala likert. Skala likert merupakan skala yang digunakan untuk mengukur pendapat atau pandangan, perilaku seseorang atau kelompok.

Angket adalah sejumlah pernyataan tertulis yang digunakan dengan tujuan untuk memperoleh informasi atau data dari responden mengenai hal-hal yang bersangkutan dengan pribadinya. Secara khusus suatu metode pengumpulan data dengan cara membuat daftar pernyataan pernyataan dalam bentuk angket yang dikirimkan kepada siswa di kelas VIII di SMPN 1 Kerinci. Instrumen utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang dibagikan kepada responden.

F. Instrumen penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dan informasi mengenai pengaruh *self control* terhadap konsentrasi belajar siswa di SMP negeri 1 kerinci tahun pelajaran 2023/2024 adalah tes dengan menggunakan angket. Berikut ini adalah angket yang digunakan oleh peneliti yaitu sebagai berikut.

Dalam penelitian ini kuesioner atau angket digunakan untuk mengumpulkan data. Selain itu, kuesioner memberikan

lebih banyak kesempatan kepada siswa atau responden untuk memberikan informasi yang tepat dan akurat. Alternatif tanggapan kuesioner ini menggunakan skala likert. Dalam penyusunan instrumen ini dapat dilakukan untuk mengetahui validitas instrumen pada penelitian ini, dilakukan penyusunan oleh tiga ahli yang bertujuan untuk mengetahui apakah instrumen telah dapat sesuai dengan kepribadiannya tentang *self control* terhadap konsentrasi belajar siswa. Instrumen disusun dengan mengacu pada teori yang ada pada kajian pustaka, dikonsultasikan kepada kedua pembimbing, kemudian dilakukan perbaikan sesuai dengan saran kedua dosen pembimbing. Selanjutnya, dilakukan validasi oleh tiga orang ahli pada bidang yang diteliti. Beberapa ahli yang dijadikan penimbang instrumen penelitian ini yaitu: (1) Rifyal Novalia, MA.Si (2) Rhosinta Erezka, M.Pd (3) Emi Karnangsyah M.Pd. Penimbangan instrumen dilakukan untuk mengetahui apakah instrumen sudah dapat mengukur apa yang ingin diukur, sehingga memperoleh butir instrumen yang valid .

Beberapa saran yang diberikan dalam pertimbangan instrumen tersebut antara lain sebagai berikut:

- 1) Perbaiki kalimat pernyataan.
- 2) Pernyataan diperjelas.
- 3) Perbaiki bahasa.

- 4) Terdapat pernyataan yang sama.
- 5) Penggunaan bahasa yang mudah dipahami oleh pengisi instrumen.

Tabel 3.3
self control

NO	Alternatif jawaban	Point
1	Sangat setuju (SS)	4
2	Setuju (S)	3
3	Tidak setuju (TS)	2
4	Sangat tidak setuju (STS)	1

Tabel 3.4
Konsentrasi belajar

No	Alternatif jawaban	Point
1	Sangat setuju (SS)	4
2	Setuju (S)	3
3	Tidak setuju (TS)	2
4	Sangat tidak setuju (STS)	1

Tabel 3.5
Kisi kisi angket

no	Variable	Indikator	Item
1.	Konsentrasi belajar	1. Pemusatan pemikiran Perhatian, ketenangan, nyaman saat mengikuti pelajaran berlangsung.	1,2,3,4
		2. Motivasi keinginan atau dorongan Hasrat dan keinginan, lingkungan yang kondusif.	5,6,7,8, 9,10
		3. Rasa khawatir Kecemasan, perasaan tidak tenang tidak optimal dalam kegiatan belajar.	11,12,
		4. Gangguan pemikiran Hambatan siswa yang berasal dari dalam individu maupun orang lain. (misalnya: masalah ekonomi, keluarga, masalah pribadi individu.	13,14,

		5. Gangguan kepanikan Hambatan untuk berkonsentrasi dalam bentuk was –was.	15,
		6. Kesiapan belajar Fokus secara selektif, mempertahankan fokus, kesadaran akan situasi, mampu mengubah fokus perhatian.	16,17
2.	<i>Self control</i>	1. Kontrol terhadap pemikiran Kemampuan untuk mengendalikan pemikiran, mengarah kepada perilaku yang objektif.	1,2,3,4, 5,6,7
		2. Kontrol terhadap impluse (dorongan hati) Kemampuan mengendalikan diri serta bertindak bijak.	8,9,10,1 1,12,13
		3. Kontrol terhadap emosi Kemampuan untuk memiliki kesadaran diri emosi dalam hubungan diri sendiri maupun orang lain.	14,15,1 6,17,
		4. Kontrol terhadap unjuk kerja Untuk memperoleh nilai yang lebih baik, mengerjakan tugas tepat waktu, belajar dengan efektif.	18.

1. Uji Instrumen Penelitian

a). Uji Validitas

penelitian yang valid bila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada obyek yang diteliti. Instrument yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrument tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Sugiyono, 2018).

Validitas digunakan untuk menunjukkan kevalidan suatu instrumen untuk menghitung validitas menggunakan bantuan *software* SPSS versi 21 *for windows*. Langkah awal adalah menguji

validitas instrument dengan melakukan uji coba soal tes. Penelitian ini bersifat kuantitatif, maka validitas datanya menggunakan statistic.

Kriteria dalam menentukan validitas adalah sebagai berikut:

- 1). Jika $r\text{-hitung} > r\text{-tabel}$ maka pernyataan tersebut valid.
- 2). Jika $r\text{-hitung} < r\text{-tabel}$ maka pernyataan tersebut tidak valid.

a). Hasil Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengetahui apakah kuesioner yang digunakan sudah bisa mengukur apa yang hendak diukur dalam penelitian. Sampel yang digunakan dalam uji kuesioner berjumlah 30 orang. Hasil perhitungan uji validitas kuesioner disajikan pada tabel 3.6.

Tabel 3.6
Hasil Uji Validitas *Self control*(X)

No	R hitung	R tabel	Sig	Keterangan
1.	0,463	0,361	0,010	Valid
2.	0,684	0,361	0,000	Valid
3.	0,686	0,361	0,000	Valid
4.	0,488	0,361	0,006	Valid
5.	0,587	0,361	0,001	Valid
6.	0,491	0,361	0,006	Valid
7.	0,206	0,361	0,274	Tidak valid
8.	0,430	0,361	0,018	Valid
9.	0,038	0,361	0,842	Tidak valid
10.	0,671	0,361	0,000	Valid
11.	0,392	0,361	0,032	Valid
12.	0,147	0,361	0,439	Tidak valid
13.	0,359	0,361	0,051	Valid
14.	0,233	0,361	0,215	Tidak valid
15.	0,708	0,361	0,000	Valid

16.	0,625	0,361	0,000	Valid
17.	0,585	0,361	0,001	Valid
18.	0,379	0,361	0,039	Valid
19.	0,362	0,361	0,050	Valid
20.	0,533	0,361	0,002	Valid
21.	0,552	0,361	0,002	Valid
22.	0,639	0,361	0,000	Valid

Sumber: Data Yang Diolah Dengan SPSS 21.

Berdasarkan tabel 3.5 diketahui bahwa hasil uji validitas dari *self control* berjumlah 22 butir item pernyataan, setelah dilakukan uji validitas terdapat 18 item pernyataan yang valid, dan terdapat 4 pernyataan yang tidak valid maka yang digunakan untuk penelitian adalah 18 item pernyataan *self control* yang valid.

Tabel 3.7
Hasil Uji Coba Validitas *Self Control* (X)

No	R hitung	R tabel	Sig	Keterangan
1.	0,463	0,361	0,010	Valid
2.	0,684	0,361	0,000	Valid
3.	0,686	0,361	0,000	Valid
4.	0,488	0,361	0,006	Valid
5.	0,587	0,361	0,001	Valid
6.	0,491	0,361	0,006	Valid
7.	0,639	0,361	0,000	Valid
8.	0,430	0,361	0,018	Valid
9.	0,552	0,361	0,002	Valid
10.	0,671	0,361	0,000	Valid
11.	0,392	0,361	0,032	Valid
12.	0,533	0,361	0,002	Valid
13.	0,359	0,361	0,051	Valid
14.	0,362	0,361	0,050	Valid
15.	0,708	0,361	0,000	Valid
16.	0,625	0,361	0,000	Valid
17.	0,585	0,361	0,001	Valid
18.	0,379	0,361	0,039	Valid

Sumber: Data Yang Diolah Dengan SPSS 21.

Tabel 3.8
Hasil Uji Validitas Konsentrasi Belajar (Y)

NO	R hitung	R tabel	Sig	Keterangan
1.	0,608	0,361	0,000	Valid
2.	0,518	0,361	0,003	Valid
3.	0,331	0,361	0,074	Tidak Valid
4.	0,651	0,361	0,000	Valid
5.	0,442	0,361	0,015	Valid
6.	0,697	0,361	0,000	Valid
7.	0,320	0,361	0,285	Tidak valid
8.	0,186	0,361	0,324	Tidak valid
9.	0,533	0,361	0,002	Valid
10.	0,488	0,361	0,006	Valid
11.	0,501	0,361	0,005	Valid
12.	0,395	0,361	0,031	Valid
13.	0,226	0,361	0,230	Tidak valid
14.	0,467	0,361	0,009	Valid
15.	0,437	0,361	0,016	Valid
16.	0,449	0,361	0,013	Valid
17.	0,544	0,361	0,002	Valid
18.	0,380	0,361	0,038	Valid
19.	0,651	0,361	0,000	Valid
20.	0,494	0,361	0,006	Valid
21.	0,628	0,361	0,000	Valid

Sumber: Data Diolah Dengan SPSS 21.

Berdasarkan tabel 3.7 diketahui bahwa hasil uji validitas konsentrasi belajar berjumlah 21 item butir pernyataan, setelah dilakukan uji validitas terdapat 17 item pernyataan yang valid, dan terdapat 4 pernyataan yang tidak valid maka digunakan untuk penelitian adalah 17 item pernyataan konsentrasi belajar yang valid.

Tabel 3.9
Hasil Uji Coba Validitas Konsentrasi Belajar (Y)

NO	R hitung	R tabel	Sig	Keterangan
1.	0,608	0,361	0,000	Valid
2.	0,518	0,361	0,003	Valid
3.	0,628	0,361	0,000	Valid
4.	0,651	0,361	0,000	Valid
5.	0,442	0,361	0,015	Valid
6.	0,697	0,361	0,000	Valid
7.	0,494	0,361	0,006	Valid
8.	0,651	0,361	0,000	Valid
9.	0,533	0,361	0,002	Valid
10.	0,488	0,361	0,006	Valid
11.	0,501	0,361	0,005	Valid
12.	0,395	0,361	0,031	Valid
13.	0,380	0,361	0,038	Valid
14.	0,467	0,361	0,009	Valid
15.	0,437	0,361	0,016	Valid
16.	0,449	0,361	0,013	Valid
17.	0,544	0,361	0,002	Valid

Sumber: Data Diolah Dengan SPSS 21.

b). Uji reliabilitas

Reliabilitas digunakan untuk menunjukkan bahwa suatu instrumen dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpulan data karena instrumen tersebut sudah baik. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *reliability analysis scale (crobachalpha)* dengan bantuan *software SPSS versi 21 for windows*.

Hasil uji reliabilitas pada instrumen tes dapat dinyatakan sebagai alat ukur yang reliabel atau handal, jika bergerak antara 0,000-1,000 artinya jika semakin dekat dengan 1,000 maka semakin reliabel atau handal alat ukur pada masing-masing variabel.

Pernyataan yang telah valid ditentukan reliabilitasnya dengan kriteria sebagai berikut:

- 1). Jika r -alpha positif dan lebih besar dari r -tabel maka pernyataan tersebut valid.
- 2). Jika r -alpha negatif dan lebih kecil dari r -tabel maka pernyataan tersebut tidak valid.

b). Hasil Uji Reliabilitas

Tabel. 3.10

Hasil Uji Reliabilitas

No	Variabel	Cronbach alpha	Cut offpoint	Keterangan
1.	X	0,860	0,7	Reliabel
2.	Y	0,869	0,7	Reliabel

Sumber : data diolah dengan SPSS 21.

Dari tabel 3.10 diketahui bahwa nilai *cronbach alpha* variabel X yaitu 0,860 dan variabel Y 0,869 maka dapat disimpulkan bahwa kuesioner dinyatakan sudah reliabel hal ini menunjukkan bahwa indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukuran dapat bekerja, dipercaya dan diandalkan.

G. Teknik Analisis Data

1. Uji Asumsi Dasar Klasik

a. Uji Normalitas

Pemilihan jenis uji parametric atau non parametrik dalam pengujian hipotesis sangat berhubungan dengan

distribusi data populasi yang akan diuji. Bila distribusi data populasi yang akan diuji berbentuk normal, maka proses pengujian dapat digunakan dengan pendekatan uji *statistik parametric*. Sedangkan bila distribusi data tidak normal atau tidak diketahui distribusinya maka dapat digunakan pendekatan uji *statistik non parametrik* (Fahmeyzan, 2018).

Untuk mengetahui normal atau tidaknya sebaran data, dilakukan uji normalitas. Teknik yang digunakan uji normalitas adalah program SPSS21 For Windows: uji *kolmogorov smirnov*. Pengambilan keputusan pada *kolmogorov smirnov* berpedoman pada nilai signifikan (sig.) $< 0,05$ artinya data bukan berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikan (sig.) $> 0,05$ berarti data berasal dari populasi yang berdistribusi normal (Mitha, 2021).

b. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi yang terbentuk ada korelasi yang tinggi atau sempurna di antara variabel bebas atau tidak. Jika dalam model regresi yang terbentuk terdapat korelasi yang tinggi atau sempurna di antara variabel bebas maka model regresi tersebut dinyatakan mengandung gejala multikolinier. Jika nilai VIF (*VarianceInflationFactor*) tidak lebih dari 10, maka model regresi dinyatakan tidak terdapat gejala multikolinieritas (Firsti, 2022).

c. Uji Heteroskedastisitas

Heteroskedastisitas berarti ada varian variabel pada model regresi yang tidak sama (konstan). Sebaliknya, jika varian variabel pada model regresi memiliki nilai yang sama (konstan) maka disebut dengan homokedastisitas. Yang diharapkan pada model regresi adalah yang homokedastisitas. Masalah heteroskedastisitas sering terjadi pada penelitian yang menggunakan data *cross-section*. Jika *scatterplot* membentuk pola tertentu, hal itu menunjukkan adanya masalah heteroskedastisitas pada model regresi yang dibentuk. Sedangkan jika *scatterplot* menyebar secara acak maka hal itu menunjukkan tidak terjadinya masalah heteroskedastisitas pada model regresi yang dibentuk (Riani & Putra, 2023).

2. Analisis regresi linier sederhana

Analisis Regresi adalah suatu alat analisis peramlaan nilai pengaruh dua variabel bebas atau lebih terhadap variabel terikat untuk membuktikan ada atau tidaknya hubungan fungsi atau hubungan kausal antara dua variabel bebas atau dengan satu variabel terikat. Analisis regresi digunakan oleh peneliti, bila bermaksud meramalkan bagaimana keadaan (naik turunnya) variabel dependen (*kriterium*), bila dua atau lebih variabel independen sebagai faktor prediktor dimanipulasi (dinaik turunkan nilainya) (Sugiyono, 2018).

Dalam penelitian ini teknik analisis data yang digunakan adalah regresi linear sederhana dengan penyelesaian menggunakan SPSS versi 21. Model persamaan analisis regresi linier sederhana adalah :

$$Y = a + b_1x_1 + b_2x_2 + e$$

Keterangan :

Y : Konsentrasi belajar

X : *Self control*

A : Konstanta b1 b2 : Koefisien Regresi Masing- Masing Variabel

E : *error*

a. Uji t (Uji Parsial)

Uji t adalah bagian dari statistik yang merupakan uji koefisien korelasi parsial yang digunakan untuk membuktikan pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen, dimana salah satu variabel independennya tetap / dikendalikan (Sulisto, 2022).

Merumuskan uji t statistik sebagai berikut:

Keterangan :

r = Korelasi Parsial

n = Jumlah anggota sampel

Nilai t- hitung digunakan untuk menguji pengaruh parsial (per variabel) terhadap variabel terikatnya. Apakah variabel

tersebut memiliki pengaruh yang berarti terhadap variabel terikatnya atau tidak. Suatu variabel akan memiliki pengaruh yang berarti jika nilai t_{hitung} variabel tersebut lebih besar dibandingkan dengan nilai t_{tabel} . Uji t dilakukan dengan ketentuan:

1). Jika $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$, maka terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

2). Jika $t_{\text{hitung}} < t_{\text{tabel}}$, maka tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat.



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Data

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka hasil penelitian disajikan dalam bentuk penyajian data yang sesuai dengan hasil pengukuran yang dilakukan sebelumnya. Penelitian ini terlaksana dikarenakan dari sampel yang dijadikan responden untuk diambil data-data tentang *self control*, konsentrasi belajar siswa SMP Negeri 1 Kerinci pada tabel di bawah ini:

a. Penyajian Data *Self Control* (X)

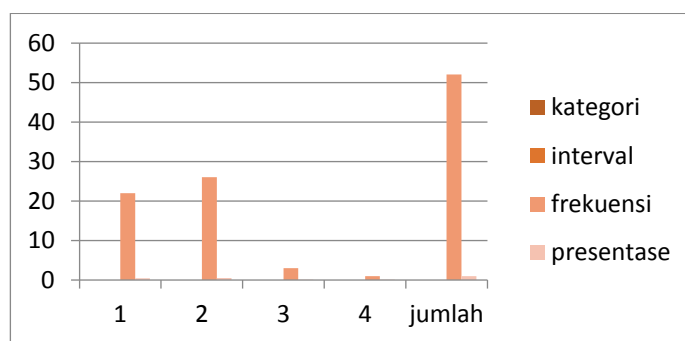
Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self control* yang dialami oleh siswa SMP Negeri 1 kerinci berada pada kategori sedang, hal ini terlihat pada tabel 4.1 sebagai berikut:

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi *Self Control*

no	Kategori	interval	frekuensi	presentase
1	Rendah	18-31,5	22	42,3%
2	Sedang	32,5-43	26	50%
3	Tinggi	44 -57,5	3	5,7%
4	Sangat Tinggi	58,5-72	1	1,9%
Jumlah			52	100%

Dari hasil perhitungan tersebut dapat diketahui bahwa *Self Control* termasuk kedalam kategori sedang dengan nilai frekuensi 26 dan nilai persentasenya 50% untuk lebih jelasnya lagi dapat dilihat pada diagram batang berikut:



Gambar 4.1
Diagram Batang *Self Control*

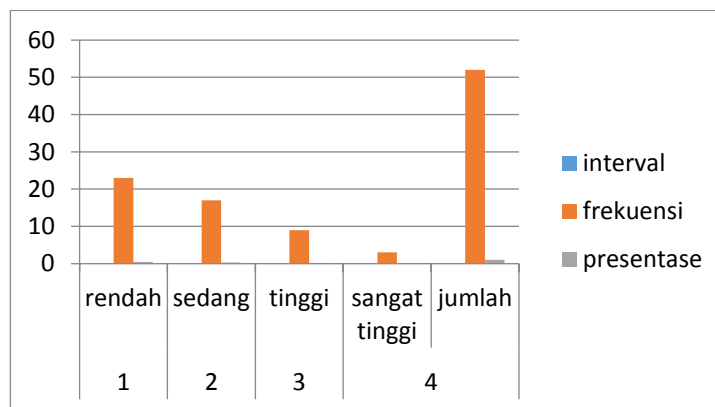
2. Penyajian data konsentrasi belajar

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsentrasi belajar yang dialami oleh siswa SMP Negeri 1 Kerinci berada pada kategori rendah, hal ini terlihat pada tabel 4.2 sebagai berikut:

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Konsentrasi Belajar

no	Kategori	interval	frekuensi	Presentase
1	Rendah	17-29,5	23	44,2%
2	Sedang	30,5-40,5	17	32,6%
3	Tinggi	41,5-53,25	9	17,3%
4	Sangat tinggi	54,25-68	3	5,7%
Jumlah			52	100%

Dari hasil perhitungan tersebut dapat diketahui bahwa konsentrasi belajar termasuk kedalam kategori rendah dengan nilai frekuensi 23 dan nilai persentasenya 44,2%. Untuk lebih jelasnya lagi dapat dilihat pada diagram batang berikut:



Gambar 4.2
Diagram Batang Konsentrasi Belajar

2. Hasil Uji Asumsi Klasik

a. Hasil Uji Normalitas

Uji Normalitas berguna untuk menentukan data yang telah dikumpulkan berdistribusi normal atau diambil dari populasi normal. Uji normalitas digunakan untuk menguji apakah data yang digunakan berdistribusi atau tidak. Data yang baik adalah data yang berdistribusi normal. Metode uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Kolmogorov-Smirnov test*. Data yang berdistribusi normal menurut metode ini yaitu jika nilai *Assymp Sig (2-Tailed)* lebih besar dari $\alpha(0,05)$. Berikut hasil uji normalitas pada tabel 4.3

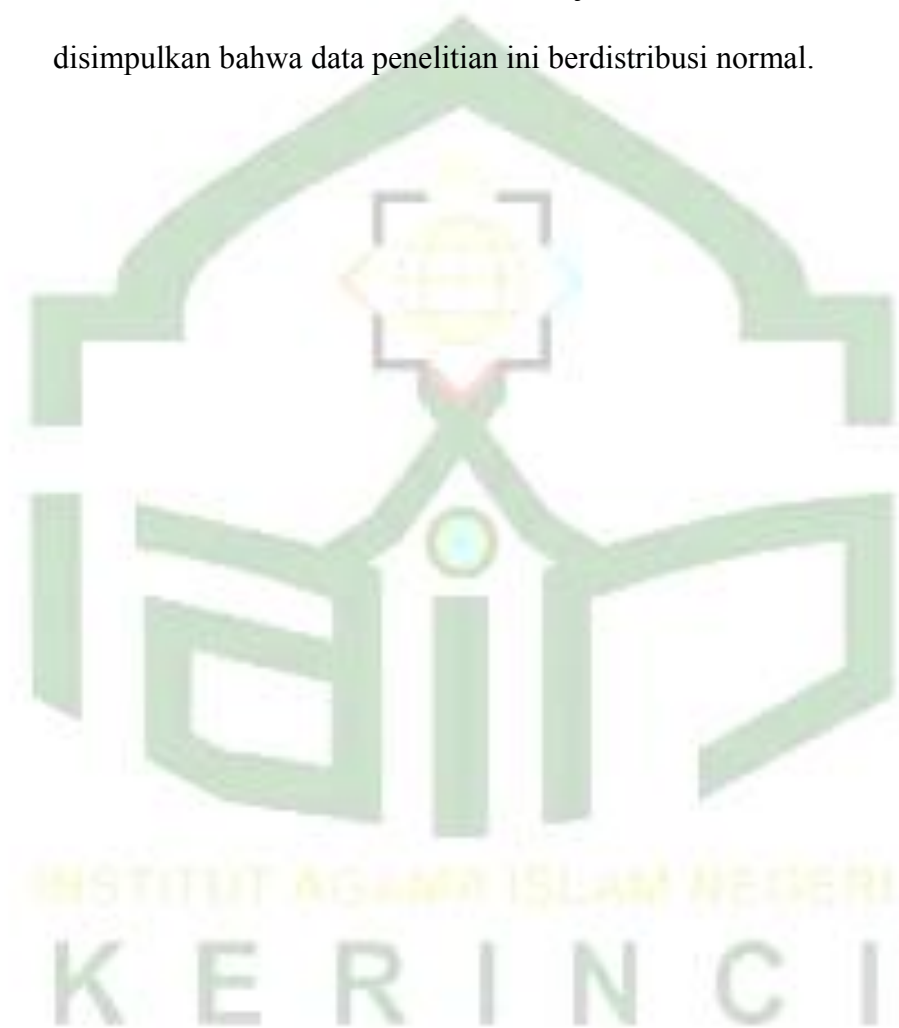
Table 4.3

Hasil Uji Normalitas

Assym Sig. (2) Tailed	Alpha	Keterangan
0,382	0,05	Data berdistribusi normal

Sumber : Data Diolah Dengan SPSS 21.

Dari tabel 4.3 diatas, maka diperoleh nilai *assymp.* Sig (2-Tailed) sebesar 0,382 dimana nilai tersebut jauh diatas 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian ini berdistribusi normal.



b. Hasil Uji Multikolineritas

Uji Multikolineritas diperlukan untuk mengetahui ada tidaknya variable independen yang memiliki kemiripan antara variable dependen dalam satu model. Kemiripan antara satu variable independen akan mengakibatkan yang sangat kuat.

Tabel 4.4
Uji Multikolineritas

<i>Tolerance</i>	<i>VIF</i>	Keterangan
1.000	1.000	Tidak Ada Gejala Multikolineritas

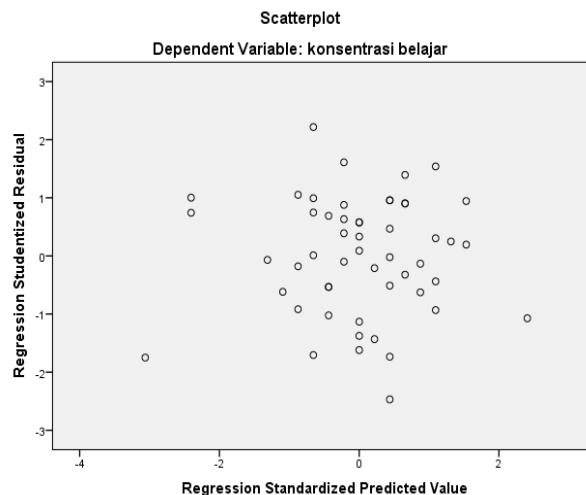
Sumber: Data Diolah Dengan SPSS 21.

Berdasarkan hasil uji multikolineritas yang terdapat pada tabel 4.4 diatas, diperoleh nilai *tolerance* antar variable bebas sebesar 1,000. Sedangkan nilai *VIF* 1.000 dengan demikian dimana nilai tersebut lebih besar dari 10. Maka dapat dinyatakan tidak terjadi gejala multikolinearitas dalam data tersebut, dengan dasar pengambilan keputusan yakni, nilai $\text{tolerance} > 0,05$ dan $\text{VIF} < 10$.

c. Hasil Uji Heteroskedastisitas

Uji Heteroskedastisitas dalam penelitian menggunakan metode analisis grafik, dengan ketentuan apabila plot menyebar secara acak dan tidak membentuk pola tertentu, maka tidak ada gejala heterogen dari data penelitian. Adapun hasil uji Heteroskedastisitas dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut.

Gambar 4.3
Hasil Uji Heteroskedastisitas



Dari gambar 4.3 diatas terlihat dari *scater plots* menyebar secara acak diatas maupun dibawah garis horizontal, dan menyebar secara acak di bagian kanan dan kiri garis vertikal, serta plots tersebut tidak membentuk suatu pola. Maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian ini memiliki varian yang sama (homogen).

2. Hasil Analisis Regresi Sederhana

a. Hasil Uji t

Uji t digunakan untuk menjawab rumusan masalah penelitian secara parsial. Atau dengan kata lain uji t digunakan untuk melihat apakah secara parsial terdapat pengaruh dari variable bebas (X) terhadap variable terikat (Y).

Untuk dasar pengambilan keputusan uji t, maka dalam penelitian ini menggunakan 2 (dua) pendekatan yaitu

perbandingan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel} dan juga perbandingan nilai signifikansi dengan α . Adapun untuk memperoleh nilai t_{tabel} yaitu:

$$t_{tabel} = n-k: (0,05/2)$$

$$t_{tabel} = 52-3: (0,025)$$

$$t_{tabel} = 49 : 2,009$$

$$t_{tabel} = 2,009$$

Adapun hasil uji t dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut.

Tabel 4.5
Hasil uji t

Variabel	T_{hitung}	T_{tabel}	Sig.	Alpha	Keterangan
<i>Self control</i> (X)	7,389	2.009	0.000	0,05	H ₀ Ditolak

Sumber: Data Yang Diolah Dengan SPSS 21.

Dari tabel 4.5 diatas maka dapat dilihat bahwa nilai t_{hitung} sebesar 7,389 dimana nilai tersebut lebih besar dari nilai t_{tabel} yaitu 2,009, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari α 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa H_{a1} diterima dan H₀₁ ditolak, artinya terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara *self control* (X) terhadap konsentrasi belajar siswa (Y) di SMP Negeri 1 Kerinci.

b. Pembahasan

1. *Self Control* Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci

Self Control yaitu kemampuan siswa untuk mengontrol diri berarti individu berusaha dengan sekuat-kuatnya mengarahkan pengaruh terhadap sesuatu yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial. Kontrol diri memungkinkan remaja untuk berpikir atau berperilaku yang lebih terarah, dapat menyalurkan dorongan-dorongan, perasaan dalam dirinya secara benar dan tidak menyimpang dari hal-hal yang tidak benar. *Self control* menjadikan salah satu masalah yang banyak dialami oleh individu dalam lingkungan sekolah, sehingga menyebabkan pencapaian pribadi jadi menurun.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *self control* siswa SMP Negeri 1 Kerinci berada pada kategori sedang dengan presentase 50%. Apabila di kaji lebih lanjut aspek-aspek *self control* maka diketahui bahwa aspek emosional. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahma, 2017). Faktanya ditemukan bahwa siswa masih belum mempunyai kecerdasan emosional yang tinggi. Siswa masih belum dapat menahan emosi terhadap apa yang terjadi pada diri dan lingkungan sekitarnya, seperti ketika terjadi perdebatan atau kesalahpahaman, selain itu akibat dari kurangnya kecerdasan emosional yang

dimiliki siswa menyebabkan banyaknya siswa yang melakukan pelanggaran peraturan sekolah.

2. Konsentrasi Belajar Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci

Konsentrasi belajar merupakan pemusatan daya pemikiran yang dilakukan oleh seseorang pada objek yang di perlukan artinya konsentrasi sangat penting di lakukan oleh siswa karena konsentrasi paling penting dalam pengetahuan siswa, sementara itu konsentrasi siswa yang tinggi dapat menambah prestasi siswa dan membuat siswa lebih aktif dalam mengikuti pelajaran di kelas. Seseorang dengan konsentrasi yang tinggi bisa mencapai hal yang diinginkannya sehingga siswa bisa mencapai hasil belajarnya dengan maksimal, hal ini bisa dikatakan bahwa siswa yang tingkat konsentrasi tinggi maka siswa juga bisa belajar secara aktif, keaktifan sendiri merupakan motor dalam kegiatan belajar siswa.

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa konsentrasi belajarsiswa SMP Negeri 1 Kerinci berada pada kategori rendah dengan presentase 44,2%. Apabila dikaji pada aspek-aspek konsentrasi belajar maka diketahui pada aspek kecemasan atau khawatir, seperti halnya di ungkapkan dengan pendapat (Fhadilah, 2023). Kecemasan merupakan kondisi normal tergantung pada tingkatnya, kecemasan dengan tingkat rendah memberika motivasi bagi siswa dalam belajar, sedangkan kecemasan yang tinggi mampu mengganggu konsentrasi belajar dan dan memori. Kecemasan

memainkan peran penting dalam kehidupan individu, namun kecemasan menjadi maladaptif ketika mengganggu kehidupan individu. Kecemasan yang tidak segera ditangani berdampak terhadap kondisi emosional berkaitan dengan rasa takut yang dialami secara sadar.

3. Pengaruh *Self Control* Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Pada Siswa SMP Negeri 1 Kerinci

Konsentrasi belajar pada seseorang tidak tumbuh sendirinya melainkan adanya kualitas pengendalian diri atau kontrol diri serta kesadaran dalam diri. Konsentrasi belajar memiliki beberapa aspek tersebut yaitu diantaranya pemusatan pemikiran, motivasi keinginan, rasa khawatir, gangguan pemikiran, gangguan kepanikan, kesiapan belajar. Seseorang dapat memiliki tingkat konsentrasi belajar yang tinggi jika dapat mengontrol dirinya untuk mencapai hasil belajar siswa yang maksimal.

Dilihat dari uji t bahwa nilai t_{hitung} sebesar 7,389 dimana nilai tersebut lebih besar dari nilai t_{tabel} yaitu 2,009, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari alpha 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, artinya terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara *self control* (X) terhadap konsentrasi belajar siswa (Y) di SMP Negeri 1 Kerinci.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif antara *self control* terhadap konsentrasi belajar siswa

kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci. Artinya semakin tinggi tingkat *self control* siswa maka semakin tinggi tingkat konsentrasi belajar siswa, semakin rendah tingkat *self control* siswa maka semakin rendah tingkat konsentrasi belajar siswa.

Hal ini sesuai dengan penelitian (Vika, 2017). Dengan judul penelitian Hubungan Kontrol Diri Terhadap Konsentrasi Belajar siswa Di Bulan Ramadhan hasil penelitian nimenunjukkan bahwaterdapat pengaruh kontrol diri terhadap konsentrasi belajar siswa dilihat dari uji korelasi produk momentmenunjukkan terdapat hubungan antara kontrol diri dengan konsentrasi belajar mahasiswa di bulan ramadhan sebesar 0,205, sebagaimana bahwa individu yang memiliki kemampuan kontrol diri akan dapat membuat keputusan dan mengambiltingkat efektif yang menghasilkan sesuatu yang diinginkan dan menghindari akibat yang tidak dinginkan.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data serta hipotesis yang dilakukan dikelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci, makadapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat *self control* siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci berada pada kategori sedang.
2. Tingkat konsentrasi belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci berada pada kategori rendah.
3. Adapun pengaruh antara *self control* terhadap konsentrasi belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan artinya semakin tinggi tingkat *self control* siswa maka semakin tinggi tingkat konsentrasi belajar siswa, semakin rendah tingkat *self control* siswa maka semakin rendah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh *self control* terhadap konsentrasi belajar siswa kelas VIII maka dapat diajukan saran sebagai berikut :

1. Tingkat *self control* siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Kerinci beradapada kategori sedang. Oleh karena itu, pentingnya untuk mengendalikan diri ketika mengikuti pembelajaran berlangsung agar lebih aktif dalam mengikuti pebelajaran.
 - a. Saran untuk Siswa

1. Siswa diharapkan dapat meningkatkan tingkat *self control* nya lebih baik lagi, sehingga efektif dalam mengikuti pembelajaran.
2. Diharapkan siswa mampu berkomunikasi dengan teman teman yang baru sehingga bisa berinteraksi dan bisa meiningkatkan tingkat *self control*.

b. Saran untuk guru

1. Guru dapat memberikan layanan konseling sehingga tingkat *self control* siswa semakin tinggi
2. Memberikan dukungan kepada siswa untuk meningkatkan *self control*, tingkat *self control* siswa tinggi siswa lebih efektif mengikuti pelajaran.

c. Saran untuk sekolah

1. Lingkungan sekolah yang mendukung, sekolah dapat menciptakan lingkungan yang kondusif untuk mendukung pengendalian diri siswa.
2. Memberikan apresiasi siswa, ketika diberikan apresiasi dalam belajar sehingga siswa berlomba lomba untuk memperbaiki dirinya dan mengendalikan dirinya lebih tinggi ketika melakukan kegiatan belajar.

d. Saran untuk peneliti selanjutnya

1. Peneliti dapat meneliti dengan dengan menggunakan metode lain seperti wawancara, observasi untuk data lebih komprehensif.

2. Dapat menggunakan metode lain seperti kuantitatif seperti eksperimen dengan menggunakan model pembelajaran lainnya.

2. Tingkat konsentrasi siswa SMP Negeri 1 Kerinci berada pada kategori rendah. Diharapkan siswa untuk lebih fokus dan serius ketika mengikuti pelajaran berlangsung contohnya seperti mengendalikan dirinya lebih baik lagi, dengan hal demikian siswa bisa menjunjung tinggi konsentrasi belajarnya.

a. Saran untuk siswa

1. Siswa diharapkan aktif dan efektif, dan tidak main-main ketika mengikuti pelajaran sehingga dapat fokus dalam mengikuti pelajaran .
2. Siswa diharapkan membaca buku ketika sebelum pelajaran dimulai sehingga siswa jelas dengan penjelasan dari guru.

b. Saran untuk guru

1. Diharapkan untuk memberikan semangat dan motivasi kepada siswa sehingga siswa fokus dan rajin dalam belajar.
2. Memberikan model pelajaran yang menyenangkan sehingga siswa tertarik dan fokus saat mengikuti pelajaran.

c. Saran untuk sekolah

1. Memberikan pelajaran lebih untuk siswa seperti membuka acara les disekolah sehingga siswa fokus ketika belajar.
2. Menambah jam pelajaran dalam satu mata pelajaran, sesuai dengan kemauan siswa.

d. Saran untuk peneliti selanjutnya

1. Peneliti harus melihat faktor-faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar terlebih dahulu sebelum meneliti konsentrasi belajar siswa.
2. Peneliti bisa menambahkan variabel lain seperti motivasi belajar, prestasi belajar siswa yang berkaitan dengan konsentrasi belajar siswa.
3. Terdapat pengaruh *self control* terhadap konsentrasi belajar siswa SMP Negeri 1 Kerinci. Hasil yang diperoleh dari penelitian dapat dijadikan sebagai sumber informasi bagi guru untuk mengetahui *self control* dan konsentrasi belajar siswa yang dialami siswa SMP Negeri 1 Kerinci. Dengan adanya penelitian ini guru bisa menjadi lebih paham dengan keadaan siswa. Hasil dari penelitian ini juga dapat dimanfaatkan sebagai bahan evaluasi guru agar dapat membantu dan menemukan solusi untuk dari *self control* terhadap konsentrasi belajar siswa.

a. saran untuk siswa

1. Dari hasil penelitian ini siswa didorong untuk berpartisipasi aktif dalam belajarnya agar dapat terciptanya konsentrasi yang baik di dalam kelas.
2. Diharapkan dapat mengembangkan keyakinan atas kemampuan yang dimiliki dengan terus tekun berusaha ketika belajar dan tidak menyerah saat mengerjakan tugas dan lebih baiknya konsultasi

kepada guru BK sehingga bisa memberikan layanan klasikal fokus kepada konsentrasi belajar.

b. saran untuk guru

1. Diharapkan guru BK untuk memberikan layanan BK kepada siswa yang tingkat konsentrasinya rendah. Agar siswa dapat mengendalikan diri dan mampu berkonsentrasi dengan baik ketika belajar.
2. Guru diharapkan dapat memotivasikan dan membangun rasa percaya diri siswa agar saat menghadapi tingkat kesulitan tugas siswa dapat melewatinya dengan baik.

c. Saran untuk sekolah

1. Menciptakan lingkungan yang mendukung dan mendorong pihak sekolah memberikan peraturan yang baru bagi guru sehingga memberikan pelajaran dengan model yang menarik bagi siswa sehingga siswa tidak bosan ketika belajar.
2. Pihak sekolah perlu pengadaan berbagai alat-alat lengkap untuk mendorong belajar siswa lebih fokus seperti komputer, infokus, dan ruangan yang nyaman untuk siswa belajar.

d. Saran untuk peneliti selanjutnya

1. Peneliti lain dapat mengeksplorasi lebih dalam tentang *self control* terhadap konsentrasi belajar siswa.

2. untuk lebih lanjut peneliti selanjutnya dapat menambahkan variabel lain terkait dengan *self control* dan konsentrasi belajar siswa.



BIBLIOGRAFI

- Andriana, E., Rokmanah, S., & Aprilia, L. (2023). Analisis Tingkat Konsentrasi Belajar Peserta Didik Dalam Proses Pembelajaran Di Sd Negeri Tembong 2. *Jurnal Holistika*, 7(1), 1. <https://doi.org/10.24853/holistika.7.1.1-5>
- Darna, N., & Herlina, E. (2018). Memilih metode penelitian yang tepat: bagi penelitian bidang ilmu manajemen. *Jurnal Ekonologi Ilmu Manajemen*. 5, 287- 292. *Jurnal Ekonologi Ilmu Manajemen.*, February 2018, 287–292. <https://doi.org/10.2827/jeim.v5i1.1359.g1118>
- Diana, D., Adriansyah, M. A., Muhliansyah, M., & Putri, A. P. (2019). Pelatihan manik khas dayak dalam meningkatkan konsentrasi. *PLAKAT (Pelayanan Kepada Masyarakat)*, 1(1), 17. <https://doi.org/10.30872/plakat.v1i1.2691>
- Dwi Marsela, R., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Research*, 3(2), 65–69. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- Ezra, A. S., (2023). Kontrol Diri Terhadap Pengambilan Keputusan Karier Siswa. *Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 2(1), 84–91. <https://doi.org/10.55606/inovasi.v2i1.935>
- Fahmeyzan, D., Soraya, S., & Etmy, D. (2018). Uji Normalitas Data Omzet Bulanan Pelaku Ekonomi Mikro Desa Senggigi dengan Menggunakan Skewness dan Kurtosi. *Jurnal VARIAN*, 2(1), 31–36. <https://doi.org/10.30812/varian.v2i1.331>.
- Fadhilah, R.A., (2023). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Kecemasan Akademik Siswa SMAN 5 Makasar. *Jurnal Ilmiah Kajian Psikologi*, 1(2), 83-8.
- Firsti, Z. I., (2022). Pengaruh Ukuran Perusahaan Dan Konsentrasi Pasar Terhadap Kualitas Laporan Keuangan Pada Perusahaan Sektor Industri Barang Kosumsi Yang Terdaftar Di Bursa Efek Indonesia. *Jurnal Ilmu Manajemen, Ekonomi Dan Kewirausahaan*, 2 (2), 01-17. <https://journal.amikveteran.ac.id/index.php>
- Haslianti, H. (2019). Pengaruh Kebisingan Dan Motivasi Belajar Terhadap Konsentrasi Belajar Pada Siswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(4), 608–614. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i4.4839>
- Ifansyah, N. (2019). Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Dengan Bimbingan Klasikal Metode Project Based Learning Sma Negeri 6 Barabai. *Jurnal Inovasi Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 75–78. <https://doi.org/10.30872/ibk.v1i2.634>
- Kartini, & Nurus, S. (2022). Dampak Musik Religi Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Pacasarjana. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(5), 2682-9351

- Madjid, A. N. F., Aswar, & Tajuddin, A. (2022). Effects of Self-Control Ability in Pressing Aggressive Behavior. *Psikologia : Jurnal Psikologi*, 6(1), 1–11. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v6i1.1210>
- Marista, E. (2022). Kontrol Diri Pada Remaja Penggemar Game Online Di Desa Sidharjo Pulung Ponorogo. *rosyada: Islamic Guidance and Counseling*, 3(2), 106–113. <https://doi.org/10.21154/rosyada.v3i2.4212>
- Masturoh, L., Rosyidah, A., Putri, A., Fadya, E., Rizqita, A., Maskhuriyah, D. El, Studi, P., Guru, P., Dasar, S., Pedagogik, F., & Psikologi, D. (2023). Analisis Penyebab Kurang Konsentrasi Belajar Anak Dalam Pelajaran Bahasa Indonesia Dengan Menggunakan Media Buku Cerita. *Jurnal Kependidikan*, 8(1), 104–113.
- Mitha, C., & Ivo, M. (2021). Pengaruh Pendanaan Dari Luar Perusahaan Dan Modal Sendiri Terhadap Tingkat Profitabilitas Pada Perusahaan *Property And Real Estate* Yang Terdaftar Di Bursa Efek Indonesia. *Jurnal Manajemen*, 5 (2), 2301-6256. <http://ejournal.imiimedan.net>
- Mustofa, Z., Ulya, I. L., Muqorrobbin, Z., Pangestu, R. T., Rochim, R. L., & Prayitno, M. A. (2023). Strategi Peningkatan Konsentrasi Belajar Siswa dalam Memahami Materi Pembelajaran Sejarah Kebudayaan Islam (SKI). *Damhil Education Journal*, 3(1), 19–35. <https://doi.org/10.37905/dej.v3i1.1755>
- Nuryana, A. (2010). Efektivitas Brain Gym Dalam Meningkatkan Konsentrasi Belajar Pada Anak. *Ilmiah Berkala Psikologi*, Vol.12 No., 88–98.
- Nofitriani, N. N. (2020). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Harga Diri Dengan Perilaku Konsumtif Terhadap Gadget Pada Siswa Kelas Xii Sman 8 Bogor. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 4(1), 53–65.
- Padang, U. N. (n.d.). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Seksual Pada Remaja Di Kota Pariaman*. 1–11.
- Patty, S., & Sampe, P. D. (1998). *Remaja Laki-Laki Peminum Miras (Studi Kontekstual Pada Remaja Di Jemaat GPM Imanuel OSM- AMBON)*. IV(Ii).
- Rahma, M., & Nela, A. (2017). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Menggunakan Metode Diskusi di Kelas VII SMP Negeri 1 AEK NATAS. *Journal Edu Science*, 4(2), 1-7
- Riani, S. O., & Putra, I. G. S. (2023). Pengaruh Tingkat Pendidikan dan Pengalaman Kerja terhadap Etos Kerja Karyawan. *JiIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(4), 2424–2429. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i4.1851>
- Rizki ocha santina. (2021) Analisis Peran Orangtua Dalam Mengatasi Perilaku Sibling Rivalry Anak Usia Dini; *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 2(1).
- Rizky, P. A. (2018). Pengaruh Informasi Keuangan Terhadap Underpricing Harga Saham Pada Perusahaan Yang Melakukan *Initial Public Offering*. *Jurnal*

Nominal,7(1).

- Sari, S., Murad, A., & Aziz, A. (2020). Hubungan Antara Kontrol Diri dan Motivasi Belajar dengan Kedisiplinan Siswa SMA As-syafi'iyah Medan. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 2(1), 63–68. <https://doi.org/10.31289/tabularasa.v2i1.290>
- Setyani, M. R., & Ismah. (2018). Analisis Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Dalam Proses Pembelajaran Matematika Ditinjau Dari Hasil Belajar. *Pendidikan Matematika*, 01, 3–6.
- Siallagan, A. M., Derang, I., & ... (2021). Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa Di Stikes Santa Elisabeth Medan. *Jurnal Dharma Agung* <http://jurnal.darmaagung.ac.id/index.php/darmaagunghusada/article/view/952>
- Sulisto, W., & Rita, I., P (2022). Pengaruh Pengembangan Karir Dan Disiplin Kerja Terhadap Prestasi Kerja Pegawai Negeri Sipil (PNS) Staf Umum Bagian Pergudangan Penerbangan Angkatan Darat. *Jurnal Ilmiah M-Progress*. 12(1)
- Vika, N., M. (2023). hubungan kontrol diri terhadap konsentrasi belajar mahasiswadi ramadhan. <http://jurnal.unusia.ac.id/index.php/mozaic/>,9(1)





**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KERINCI
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

Jl. Kapten Muradi Desa Sumur Gedang, Kecamatan Pesisir Bukit, Kota Sungai Penuh
Telp. (0748) 21065, Fax. (0748) 22114, Kode Pos.37112, Web: tik.iainkerinci.ac.id, Email: info@tik.iainkerinci.ac.id

SURAT PENETAPAN JUDUL DAN PEMBIMBING SKRIPSI

Nomor : In.31/D.1/PP.00.9/ 681 /2023

Berdasarkan Rapat TIM Seleksi Judul Skripsi Mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan tentang Penetapan Judul dan Pembimbing Skripsi Mahasiswa, dengan ini Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Kerinci menetapkan:

1. Nama : Harmalis, S.Psi, M.Psi
NIP : 198005172014121004
Pangkat/Golongan : Penata /IIIC
Jabatan : Lektor
Sebagai : **Pembimbing I**
2. Nama : Farid Imam Kholidin, M.Pd
NIP : 199201032019031007
Pangkat/Golongan : Penata /IIIC
Jabatan : Lektor
Sebagai : **Pembimbing II**

Dalam penulisan skripsi:

- Mahasiswa : Anggel Istamilanda
NIM : 2010207064
Fakultas : Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul Skripsi : Coping Stres Pada Pasangan Keluarga Yang Tidak Memiliki Anak Di Desa Suko Pangkat

Demikian surat penetapan ini disampaikan agar dilaksanakan sebagaimana mestinya

DITETAPKAN DI : Sungai Penuh
PADA TANGGAL : 17 Juli 2023



Tembusan:

1. Wakil Dekan I Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga
2. Ketua Jurusan/Program Studi
3. Dosen Pembimbing
4. Peringgal

Dekan
Dr. Hadi Candra, S.Ag., M.Pd.
NIP. 197306051999031004



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KERINCI
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

Jl. Kapten Muradi Desa Sumur Gedang, Kecamatan Pesisir Bukit, Kota Sungai Penuh
Telp. (0748) 21065, Fax. (0748) 22114, Kode Pos. 37112, Web: tik.iainkerinci.ac.id, Email: info@tik.iainkerinci.ac.id

SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KERINCI
Nomor : 402 Tahun 2024

T E N T A N G
PENUNJUKAN TIM PEMBAHAS PROPOSAL SKRIPSI
MAHASISWA FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN

DEKAN FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KERINCI

- Menimbang** : a. Untuk memperlancar seminar proposal mahasiswa program strata satu (S1) IAIN Kerinci, maka perlu menetapkan tim pembahas seminar proposal skripsi mahasiswa.
b. Bahwa nama-nama yang tercantum dalam surat keputusan ini dipandang mampu dan cakap untuk melaksanakan tugas tersebut.
- Mengingat** : 1. Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional.
2. Undang-undang Nomor 12 Tahun 2012 Tentang Pendidikan Tinggi.
3. Undang-undang Nomor 14 Tahun 2005 Tentang Guru dan Dosen.
4. Peraturan Pemerintah Nomor 60 Tahun 1999 Tentang Pendidikan Tinggi.
5. Peraturan Pemerintah Nomor 37 Tahun 2009 Tentang Dosen.
6. Peraturan Menteri Agama Nomor 31 Tahun 2022 perubahan atas Peraturan Menteri Agama Nomor 48 Tahun 2016 Tentang Ortaer IAIN Kerinci.
7. Keputusan Menteri Agama Nomor 12 Tahun 2017 Tentang Statuta IAIN Kerinci.
8. Keputusan Rektor Institut Agama Islam (IAIN) Kerinci Nomor 290 Tahun 2023 tentang Peraturan Akademik.
- Memperhatikan** : Rapat Pimpinan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan tanggal 15 November 2021 tentang prosedur dan pelaksanaan seminar proposal mahasiswa Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Kerinci

M E M U T U S K A N

- Menetapkan** : KEPUTUSAN DEKAN FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN TENTANG PENUNJUKAN TIM PEMBAHAS PROPOSAL SKRIPSI MAHASISWA FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN TAHUN AKADEMIK 2023/2024.

- Pertama** : Menunjuk dan mengangkat Tim Pembahas Proposal Skripsi Mahasiswa:

Pembimbing : 1. Harmalis, S.Psi, M.Psi
2. Farid Imam Kholidin, M.Pd
Pembahas : 1. Hengki Yandri, S.Pd., M.Pd., Kons.
2. Betania Putra, S.Pd., M.Pd.

Untuk melaksanakan seminar proposal atas nama:

Nama : Anggel Istamilanda
NIM : 2010207064
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul Proposal Skripsi : Coping Stres Pada Pasangan Keluarga Yang Tidak Memiliki Anak Di Desa Suko Pangkat

- Kedua** : Keputusan ini disampaikan kepada masing-masing yang bersangkutan untuk di ketahui dan dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.



DITETAPKAN DI : Sungai Penuh
PADA TANGGAL : 15 April 2024



Or. Hadi Candra, S.Ag., M.Pd.

Tembusan :
1. Ketua Jurusan/Program Studi
2. Tim Pembahas
3. Arsip



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KERINCI
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

Jl. Kapten Muradi Desa Sumur Gedang, Kecamatan Pesisir Bukit, Kota Sungai Penuh
Telp. (0748) 21065, Fax. (0748) 22114, Kode Pos. 37112, Web: fik.iainkerinci.ac.id, Email: info@fik.iainkerinci.ac.id

Nomor : B- 1660 /In.31/D.1/PP.00.9/ 00 /2024
Lampiran : 1 Halaman
Perihal : Permohonan Izin Penelitian

02 September 2024

Kepada Yth,
Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
Kabupaten Kerinci
Di
Tempat

Assalamualaikum Wr, Wb.

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir program sarjana (S1) maka setiap mahasiswa diwajibkan menyusun skripsi sehubungan dengan hal tersebut kami mengharapkan dengan hormat atas kesediaan kerjasama Bapak/Ibu untuk memberikan izin kepada mahasiswa berikut ini:

NAMA : Anggel Istamilanda
NIM : 2010207064
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Untuk melakukan penelitian di instansi/lembaga Bapak/Ibu, dengan judul skripsi: **Pengaruh Self Control Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Kerinci**. Waktu penelitian yang diberikan kepada yang bersangkutan minimal 2 (dua) bulan, dimulai pada tanggal **03 September 2024 s.d 03 November 2024**.



Tembusan:

1. Rektor IAIN Kerinci (sebagai laporan)
2. Wakil Rektor Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga
3. Yang bersangkutan sebagai pegangan
4. Pertinggal



Dekan

Dr. Hadi Candra, S.Ag., M.Pd.
NIP.197306051999031004

INSTRUMEN PENELITIAN
PENGARUH *SELF CONTROL* TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR
SISWA SMP NEGERI 1 KERINCI

OLEH :

ANGGEL ISTAMILANDA
NIM 2010207064



INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KERINCI
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
JURUSAN BIMBINGAN DAN KOSELING PENDIDIKAN ISLAM
TAHUN AJARAN 2024 M / 1446 H

Kisi kisi angket

no	Variable	Indikator	Item
1.	Konsentrasi belajar	1. Pemusatan pemikiran Perhatian, ketenangan, nyaman saat mengikuti pelajaran berlangsung.	1,2,3,4
		2. Motivasi keinginan atau dorongan Hasrat dan keinginan, lingkungan yang kondusif.	5,6,7,8,9,10
		3. Rasa khawatir Kecemasan, perasaan tidak tenang tidak optimal dalam kegiatan belajar.	11
		4. Gangguan pemikiran Hambatan siswa yang berasal dari dalam individu maupun orang lain. (misalnya: masalah ekonomi, keluarga, masalah pribadi individu.	12,13,14
		5. Gangguan kepanikan Hambatan untuk berkonsentrasi dalam bentuk was –was.	15,16,17
		6. Kesiapan belajar Fokus secara selektif, mempertahankan fokus, kesadaran akan situasi, mampu mengubah fokus perhatian.	18,19,20,21.
2.	<i>Self control</i>	1. kontrol terhadap pemikiran Kemampuan untuk mengendalikan pemikiran, mengarah kepada perilaku yang objektif.	1,2,3,4,5,6,7
		2. kontrol terhadap impluse (dorongan hati) Kemampuan mengendalikan diri serta bertindak bijak.	8,9,10,11,12,13
		3. kontrol terhadap emosi Kemampuan untuk memiliki kesadaran diri emosi dalam hubungan diri sendiri maupun orang lain.	14,15,16,17,18,19
		4. kontrol terhadap unjuk kerja Untuk memperoleh nilai yang lebih baik, mengerjakan tugas tepat waktu, belajar dengan efektif.	20,21,22

ANGKET PENELITIAN
PENGARUHSELF CONTROL TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR
SISWA SMP NEGERI 1 KERINCI

1. Petunjuk pengisian

Tuliskan data pribadi anda di bawah ini

Nama :

Usia :

Jenis kelamin :

Di bawah ini terdapat sejumlah pernyataan. Bacalah dengan teliti setiap pernyataan ini kemudian pilih alternative respon saudara/i pada bagian di bawah setiap pernyataan berikut ini, berikut keterangan alternative respon:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS :Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Cara pengisian

1. sebelum mengisi pernyataan, bacalah teliti setiap item yang tertera.
2. berilah tanda centang (✓)pada kolom yang tertera seperti SS,S,TS,STS.
3. Setiap pernyataan hanya memiliki satu respon.
4. semua respon ada benar/salah, maka dari itu responden diminta untuk mengisi dengan sejujur-jujurnyatentang keadaan ataupun perasaan responden.
5. pastikan sebelum mengumpulkan angket sudah merspon semua angket yang di berikan.

Contoh pengisian

no	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya menjawab langsung pertanyaan yang di berikan guru.	✓			

ANGKET KONSENTRASI BELAJAR

no	Pernyataan	Alternatif Respon
----	------------	-------------------

		SS	S	TS	STS
1.	Saya menjawab langsung pertanyaan yang diberikan guru.				
2.	Saya memecahkan permasalahan yang ada pada soal latihan.				
3.	Saya memperhatikan guru yang sedang menjelaskan materi pelajaran di depan kelas.				
4.	Saya duduk tenang ketika pelajaran sedang berlangsung.				
5.	Saya senang apabila guru memberikan waktu untuk bertanya.				
6.	Saya menangkap pelajaran yang di berikan guru.				
7.	Saya tidak melakukan aktifitas lain di luar kegiatan belajar.				
8.	Saya mengajukan pertanyaan apabila ada materi yang tidak di pahami.				
9.	Saya mengangkat tangan ketika menjawab pertanyaan yang di sampaikan oleh guru.				
10.	Saya memotivasikan diri untuk belajar apapun mata pelajarannya.				
11.	Saya paham dengan materi yang di jelaskan dari guru.				
12.	Saya mengangguk kepala saat mengerti penjelasan yang di sampaikan oleh guru.				
13.	Saya terganggu apabila ada teman yang ribut di kelas.				
14.	Saya memperhatikan pelajaran saat di laksanakan di dalam kelas.				
15.	Saya memperhatikan guru ketika ada teman yang mengajak ngobrol di kelas.				
16.	Saya mengerjakan tugas yang di berikan oleh guru.				
17.	Saya siap belajar apabila mata pelajaran yang di hadapi sulit.				
18.	Saya menerima materi yang di ajarkan guru dengan baik.				
19.	Saya menyampaikan pendapat tentang materi yang di sampaikan.				
20.	Saya mencatat hal penting yang di sampaikan oleh guru.				
21.	Saya berkonsentrasi dalam mengikuti kegiatan belajar.				

ANGKET SELF CONTROL

No	Pernyataan	Alternatif respon			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya mampu menghadapi segala sesuatu dengan baik.				
2.	Saya dapat mengendalikan diri walaupun kesal.				
3.	Saya bisa memanfaatkan waktu dengan baik.				
4.	Saya bisa menyikapi masalah dengan kepala dingin.				
5.	Saya dapat memilih mana yang baik dan mana yang buruk.				
6.	Saya bisa beradaptasi terhadap lingkungan baru.				
7.	Saya bisa berkomunikasi dengan baik terhadap siapapun.				
8.	Saya bisa berfikir positif terhadap peristiwa yang terjadi.				
9.	Saya terburu-buru ketika mengambil keputusan.				
10.	Saya menyelesaikan pekerjaan rumah terlebih dahulu apabila ada ajakan dari teman untuk bermain.				
11.	Saya dapat menempatkan diri sesuai situasi.				
12.	Saya tidak menyerah apabila menemui hambatan.				
13.	Saya menghindari diri dari pergaulan yang tidak baik.				
14.	Saya bisa menahan diri dari amarah.				
15.	Saya bisa menentukan mana hal positif dan mana yang negatif.				
16.	Saya tidak melampiaskan kemarahan saya kepada orang lain.				
17.	Saya dapat menyelesaikan suatu masalah.				
18.	Saya mendengarkan dengan baik ketika dapat nasehat dari orang.				
19.	Saya berusaha mematuhi peraturan yang berlaku.				
20.	Saya memanfaatkan waktu untuk melakukan kegiatan yang bermanfaat.				
21.	Saya disiplin ketika mentaati peraturan yang ada.				
22.	Saya bisa mengambil keputusan berdasarkan pertimbangan yang ada.				

INSTRUMEN PENELITIAN
PENGARUH *SELF CONTROL* TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR
SISWA SMP NEGERI 1 KERINCI

OLEH :

ANGGEL ISTAMILANDA
NIM 2010207064



INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KERINCI
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN
JURUSAN BIMBINGAN DAN KOSELING PENDIDIKAN ISLAM
TAHUN AJARAN 2024 M / 1446 H

Kisi kisi angket

no	Variable	Indikator	Item
1.	Konsentrasi belajar	1. Pemusatan pemikiran Perhatian, ketenangan, nyaman saat mengikuti pelajaran berlangsung.	1,2,3,4
		2. Motivasi keinginan atau dorongan Hasrat dan keinginan, lingkungan yang kondusif.	5,6,7,8,9,10
		3. Rasa khawatir Kecemasan, perasaan tidak tenang tidak optimal dalam kegiatan belajar.	11
		4. Gangguan pemikiran Hambatan siswa yang berasal dari dalam individu maupun orang lain. (misalnya: masalah ekonomi, keluarga, masalah pribadi individu.	12,13,14
		5. Gangguan kepanikan Hambatan untuk berkonsentrasi dalam bentuk was –was.	14,15,
		6. Kesiapan belajar Fokus secara selektif, mempertahankan fokus, kesadaran akan situasi, mampu mengubah fokus perhatian.	16,17.
2.	<i>Self control</i>	1. kontrol terhadap pemikiran Kemampuan untuk mengendalikan pemikiran, mengarah kepada perilaku yang objektif.	1,2,3,4,5,6,7
		2. kontrol terhadap impluse (dorongan hati) Kemampuan mengendalikan diri serta bertindak bijak.	8,9,10,11,12,13
		3. kontrol terhadap emosi Kemampuan untuk memiliki kesadaran diri emosi dalam hubungan diri sendiri maupun orang lain.	14,15,16,17,
		4. kontrol terhadap unjuk kerja Untuk memperoleh nilai yang lebih baik, mengerjakan tugas tepat waktu, belajar dengan efektif.	18.

ANGKET PENELITIAN
PENGARUHSELF CONTROL TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR
SISWA SMP NEGERI 1 KERINCI

1. Petunjuk pengisian

Tuliskan data pribadi anda di bawah ini

Nama :

Usia :

Jenis kelamin :

Di bawah ini terdapat sejumlah pernyataan. Bacalah dengan teliti setiap pernyataan ini kemudian pilih alternative respon saudara/i pada bagian di bawah setiap pernyataan berikut ini, berikut keterangan alternative respon:

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS :Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

Cara pengisian

1. sebelum mengisi pernyataan, bacalah teliti setiap item yang tertera.
2. berilah tanda centang (✓)pada kolom yang tertera seperti SS,S,TS,STS.
3. Setiap pernyataan hanya memiliki satu respon.
4. semua respon ada benar/salah, maka dari itu responden diminta untuk mengisi dengan sejujur-jujurnyatentang keadaan ataupun perasaan responden.
5. pastikan sebelum mengumpulkan angket sudah merspon semua angket yang di berikan.

Contoh pengisian

no	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya menjawab langsung pertanyaan yang di berikan guru.	✓			

ANGKET KONSENTRASI BELAJAR

no	Pernyataan	Alternatif Respon
----	------------	-------------------

		SS	S	TS	STS
1.	Saya menjawab langsung pertanyaan yang diberikan guru.				
2.	Saya memecahkan permasalahan yang ada pada soal latihan.				
3.	Saya berkonsentrasi dalam mengikuti kegiatan belajar.				
4.	Saya duduk tenang ketika pelajaran sedang berlangsung.				
5.	Saya senang apabila guru memberikan waktu untuk bertanya.				
6.	Saya menangkap pelajaran yang di berikan guru.				
7.	Saya menerima materi yang di ajarkan guru dengan baik.				
8.	Saya menyampaikan pendapat tentang materi yang di sampaikan.				
9.	Saya mengangkat tangan ketika menjawab pertanyaan yang di sampaikan oleh guru.				
10.	Saya memotivasikan diri untuk belajar apapun mata pelajarannya.				
11.	Saya paham dengan materi yang di jelaskan dari guru.				
12.	Saya mengangguk kepala saat mengerti penjelasan yang di sampaikan oleh guru.				
13.	Saya mencatat hal penting yang di sampaikan oleh guru.				
14.	Saya memperhatikan pelajaran saat di laksanakan di dalam kelas.				
15.	Saya memperhatikan guru ketika ada teman yang mengajak ngobrol di kelas.				
16.	Saya mengerjakan tugas yang di berikan oleh guru.				
17.	Saya siap belajar apabila mata pelajaran yang di hadapi sulit.				

ANGKET SELF CONTROL

No	Pernyataan	Alternatif respon			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya mampu menghadapi segala sesuatu dengan baik.				
2.	Saya dapat mengendalikan diri walaupun kesal.				
3.	Saya bisa memanfaatkan waktu dengan baik.				
4.	Saya bisa menyikapi masalah dengan kepala				

	dingin.				
5.	Saya dapat memilih mana yang baik dan mana yang buruk.				
6.	Saya bisa beradaptasi terhadap lingkungan baru.				
7.	Saya berusaha mematuhi peraturan yang berlaku.				
8.	Saya bisa berfikir positif terhadap peristiwa yang terjadi.				
9.	Saya memanfaatkan waktu untuk melakukan kegiatan yang bermanfaat.				
10.	Saya menyelesaikan pekerjaan rumah terlebih dahulu apabila ada ajakan dari teman untuk bermain.				
11.	Saya dapat menempatkan diri sesuai situasi.				
12.	Saya disiplin ketika mentaati peraturan yang ada.				
13.	Saya menghindari diri dari pergaulan yang tidak baik.				
14.	Saya bisa mengambil keputusan berdasarkan pertimbangan yang ada.				
15.	Saya bisa menentukan mana hal positif dan mana yang negatif.				
16.	Saya tidak melampiaskan kemarahan saya kepada orang lain.				
17.	Saya dapat menyelesaikan suatu masalah.				
18.	Saya mendengarkan dengan baik ketika dapat nasehat dari orang.				

Hasil Uji Validitas *Self control* (X)

No	R hitung	R tabel	Sig	keterangan
1.	0,463	0,361	0,010	Valid
2.	0,684	0,361	0,000	Valid
3.	0,686	0,361	0,000	Valid
4.	0,488	0,361	0,006	Valid
5.	0,587	0,361	0,001	Valid
6.	0,491	0,361	0,006	Valid
7.	0,206	0,361	0,274	Tidak valid
8.	0,430	0,361	0,018	Valid
9.	0,038	0,361	0,842	Tidak valid
10.	0,671	0,361	0,000	Valid
11.	0,392	0,361	0,032	Valid
12.	0,147	0,361	0,439	Tidak valid
13.	0,359	0,361	0,051	Valid
14.	0,233	0,361	0,215	Tidak valid
15.	0,708	0,361	0,000	Valid
16.	0,625	0,361	0,000	Valid
17.	0,585	0,361	0,001	Valid
18.	0,379	0,361	0,039	Valid
19.	0,362	0,361	0,050	Valid
20.	0,533	0,361	0,002	Valid
21.	0,552	0,361	0,002	Valid
22.	0,639	0,361	0,000	Valid

Sumber: Data Yang Diolah Dengan SPSS 21.

Hasil Uji Coba Validitas *Self Control* (X)

No	R hitung	R tabel	Sig	keterangan
1.	0,463	0,361	0,010	Valid
2.	0,684	0,361	0,000	Valid
3.	0,686	0,361	0,000	Valid
4.	0,488	0,361	0,006	Valid
5.	0,587	0,361	0,001	Valid
6.	0,491	0,361	0,006	Valid
7.	0,639	0,361	0,000	Valid
8.	0,430	0,361	0,018	Valid
9.	0,552	0,361	0,002	Valid
10.	0,671	0,361	0,000	Valid
11.	0,392	0,361	0,032	Valid
12.	0,533	0,361	0,002	Valid
13.	0,359	0,361	0,051	Valid
14.	0,362	0,361	0,050	Valid
15.	0,708	0,361	0,000	Valid
16.	0,625	0,361	0,000	Valid
17.	0,585	0,361	0,001	Valid
18.	0,379	0,361	0,039	Valid

Sumber: Data Diolah Dengan Spss 21

Hasil Uji Validitas Konsentrasi Belajar (Y)

NO	R hitung	R tabel	Sig	Keterangan
1.	0,608	0,361	0,000	Valid
2.	0,518	0,361	0,003	Valid
3.	0,331	0,361	0,074	Tidak Valid
4.	0,651	0,361	0,000	Valid
5.	0,442	0,361	0,015	Valid
6.	0,697	0,361	0,000	Valid
7.	0,320	0,361	0,285	Tidak valid
8.	0,186	0,361	0,324	Tidak valid
9.	0,533	0,361	0,002	Valid
10.	0,488	0,361	0,006	Valid
11.	0,501	0,361	0,005	Valid
12.	0,395	0,361	0,031	Valid
13.	0,226	0,361	0,230	Tidak valid
14.	0,467	0,361	0,009	Valid
15.	0,437	0,361	0,016	Valid
16.	0,449	0,361	0,013	Valid
17.	0,544	0,361	0,002	Valid
18.	0,380	0,361	0,038	Valid
19.	0,651	0,361	0,000	Valid
20.	0,494	0,361	0,006	Valid
21.	0,628	0,361	0,000	Valid

Sumber: Data Diolah Dengan SPSS 21.

Hasil Uji Coba Validitas Konsentrasi Belajar (Y)

NO	R hitung	R tabel	Sig	Keterangan
1.	0,608	0,361	0,000	Valid
2.	0,518	0,361	0,003	Valid
3.	0,628	0,361	0,000	Valid
4.	0,651	0,361	0,000	Valid
5.	0,442	0,361	0,015	Valid
6.	0,697	0,361	0,000	Valid
7.	0,494	0,361	0,006	Valid
8.	0,651	0,361	0,000	Valid
9.	0,533	0,361	0,002	Valid
10.	0,488	0,361	0,006	Valid
11.	0,501	0,361	0,005	Valid
12.	0,395	0,361	0,031	Valid
13.	0,380	0,361	0,038	Valid
14.	0,467	0,361	0,009	Valid
15.	0,437	0,361	0,016	Valid
16.	0,449	0,361	0,013	Valid
17.	0,544	0,361	0,002	Valid

Sumber: Data Diolah Dengan SPSS 21

Hasil Uji Reliabilitas self control

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.860	.863	18

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x01	49.0000	41.103	.397	.530	.856
x02	48.9333	38.685	.619	.653	.845
x03	49.0000	39.310	.621	.853	.846

x04	49.2667	39.789	.426	.505	.855
x05	48.7333	39.375	.547	.741	.849
x06	48.8667	40.878	.427	.547	.855
x07	48.9333	40.961	.394	.485	.856
x08	49.2667	38.271	.583	.801	.847
x09	48.7667	40.806	.523	.717	.851
x10	49.0000	37.241	.550	.688	.850
x11	48.8000	41.683	.402	.677	.856

x12	48.7333	42.271	.313	.649	.859
x13	48.7667	38.806	.734	.785	.842
x14	48.9333	37.651	.525	.734	.851
x15	49.2000	39.131	.462	.619	.854
x16	48.8000	41.683	.356	.692	.858
x17	49.0000	37.240	.545	.680	.845
x18	48.8667	40.850	.420	.540	.853

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.869	.869	17

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
x01	39.6667	26.989	.698	.763	.849
x02	39.6333	28.102	.502	.758	.862
x03	39.4333	28.806	.492	.585	.862
x04	39.3667	29.757	.444	.762	.864
x05	39.6333	29.551	.421	.497	.866
x06	39.6000	28.110	.675	.675	.852
x07	39.7667	28.254	.618	.823	.855
x08	39.7000	27.597	.628	.838	.854
X9	39.5000	28.672	.563	.622	.858
x10	39.6667	29.540	.480	.640	.863
x11	39.5000	30.121	.394	.640	.867
x12	39.4667	28.395	.551	.569	.859
x13	39.8667	27.844	.551	.638	.859
x14	39.6333	29.244	.430	.750	.860
x15	39.7666	28.250	.617	.818	.850
x16	39.6000	28.210	.620	.835	.853
x17	39.7667	28.225	.615	.820	.865

Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		52
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.52124303
	Absolute	.126
Most Extreme Differences	Positive	.069
	Negative	-.126
Kolmogorov-Smirnov Z		.908
Asymp. Sig. (2-tailed)		.382

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

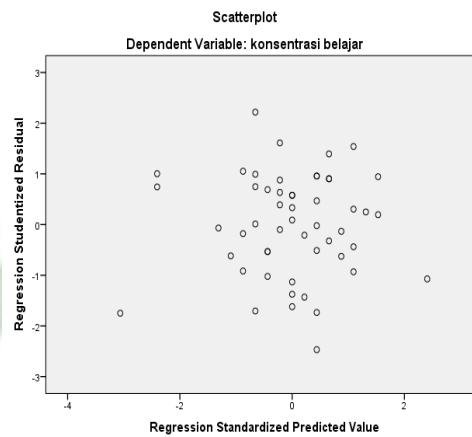
Hasil Uji Multikolinearitas

Coefficients^a

Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		t	Sig.	Collinearity Statistics	
B	Std. Error	Beta				Tolerance	VIF
(Constant)	74.282	10.059		7.385	.000		
SELF CONTROL	-.028	.143	-.028	-.195	.846	1.000	1.000

a. Dependent Variable: KONSENTRASI BELAJAR

Hasil Uji Heteroskedastisitas



Hasil Uji t

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
(Constant)	74.282	10.059		7.385	.000	
SELF	-.028	.143		-.028	.195	.846
CONTROL						

a. Dependent Variable: KONSENTRASI BELAJAR





Tabulasi data konsentrasi belajar setelah uji valididtas reliabilitas

Na ma	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P 10	P1 1	P 12	P 13	P 14	P 15	P 16	P 17	TOTA L
X1	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	29
X2	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	58
X3	3	2	3	2	3	1	1	3	2	2	1	2	2	3	1	2	1	34
X4	4	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	30
X5	2	2	2	2	3	4	3	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	43
X6	3	3	2	2	1	2	2	3	2	2	3	4	4	3	3	3	4	46
X7	3	2	3	1	3	1	3	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	40
X8	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	30
X9	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	3	1	3	1	1	2	29
X10	2	2	2	2	1	3	2	1	1	1	2	1	2	3	2	2	3	33
X11	1	2	1	2	2	1	2	3	1	2	2	3	2	2	2	1	2	29
X12	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	3	3	2	2	3	3	3	34
X13	2	3	2	4	4	3	3	3	4	3	4	2	4	3	4	3	4	58
X14	1	2	2	1	3	1	1	3	3	1	2	1	2	2	1	2	2	30
X15	4	3	3	3	2	4	3	2	1	3	2	3	2	2	2	2	3	43
X16	4	4	4	4	4	3	4	3	2	3	4	2	2	2	3	3	4	57
X17	1	2	1	2	2	1	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	30
X18	2	1	3	4	1	3	4	3	2	1	3	2	4	2	4	1	1	42
X19	1	3	1	2	1	2	1	2	2	3	1	1	1	2	2	1	2	28
X20	2	2	1	2	2	1	3	2	1	2	2	3	2	3	2	2	2	30
X21	2	3	2	2	2	4	2	3	3	3	3	2	3	1	3	2	3	45
X22	4	2	1	1	3	1	3	1	3	2	2	1	1	3	2	3	2	37
X23	2	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	3	2	3	3	29
X24	4	4	3	1	1	2	2	3	2	4	2	1	3	1	2	1	2	39
X25	3	1	2	4	3	2	3	3	4	3	2	2	2	3	1	2	2	41
X26	1	1	2	2	3	1	3	1	2	1	2	4	2	1	1	2	3	30
X27	3	2	3	2	1	3	2	3	2	3	1	3	3	1	1	2	2	40
X28	4	3	3	3	4	2	3	3	4	4	3	2	3	3	3	4	3	56
X29	2	1	1	2	3	1	3	2	2	2	1	2	1	4	1	2	2	30
X30	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	3	1	2	4	2	2	30
X31	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	1	2	1	2	50
X32	4	3	3	3	2	3	1	3	3	2	4	4	2	3	3	2	4	45
X33	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	2	4	1	4	3	2	63
X34	2	1	2	1	3	1	2	2	2	1	3	2	1	3	1	2	1	30
X35	2	4	2	3	4	2	2	4	1	3	2	2	2	4	3	2	3	41
X36	4	4	3	3	3	4	3	2	3	4	3	2	2	2	3	4	1	52
X37	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	3	1	3	2	2	2	2	29
X38	1	2	3	2	3	2	1	1	2	1	3	3	2	3	3	1	2	30

X39	3	3	3	3	4	4	2	4	4	4	2	3	3	1	2	4	2	56
X40	2	3	1	1	2	1	3	2	3	2	3	2	2	4	3	2	2	35
X41	1	2	2	2	2	1	2	1	3	2	3	4	2	2	3	1	3	29
X42	2	4	2	3	2	3	4	3	3	3	1	2	3	2	1	3	1	50
X43	3	1	2	2	2	2	1	2	1	1	3	1	1	2	2	2	1	28
X44	2	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	3	2	4	30
X45	3	3	4	1	2	1	3	2	1	2	2	2	3	1	1	3	2	43
X46	2	2	1	2	1	2	1	3	1	2	3	1	1	4	2	3	4	30
X47	3	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	4	1	2	3	2	2	30
X48	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	4	1	1	2	1	38
X49	3	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	2	3	2	2	1	1	30
X50	2	1	2	2	2	1	3	1	2	3	1	3	1	2	1	2	2	30
X51	4	2	3	2	2	2	1	1	2	2	3	3	2	4	2	1	4	35
X52	4	3	3	3	2	1	2	3	1	2	3	4	3	3	3	2	4	41



BIOGRAFI PENULIS

Nama : Anggel istamilanda

NIM : 2010207064

Tempat/ Tanggal Lahir : Suko Pangkat, 29 Desember 2002

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Suko Pangkat

Nama Orang Tua

Ayah : Aprisal

Ibu : Jumilah

Pekerjaan Orang Tua

Ayah : Tani

Ibu : Tani

Alamat : Suko Pangkat

Jenjang Pendidikan:

No	Nama Sekolah	Tahun Lulus
1.	Sekolah Dasar Negeri 189 /III Suko Pangkat	2014
2.	Sekolah Menengah Pertama Negeri 28 Kerinci	2017
3.	Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 1 Kerinci	2020
4.	Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci	2024