

## GAMBARAN KONTROL DIRI DAN MOTIVASI BELAJAR MAHASISWA

Mestiana Br. Karo, Lindawati F. Tampubolon, \*Enjel Fbryan Sijabat

STIKes Santa Elisabeth Medan

\*Corresponding author: [enjelsijabat30@gmail.com](mailto:enjelsijabat30@gmail.com)

### Abstract

*Self-control is the ability to regulate, organize, guide and direct behavior to achieve a desired goal that leads to a positive direction. Learning motivation is an impulse in the individual that causes learning activities and provides direction for learning activities in order to achieve the expected goals. The aim is to Overview of Self-Control and Learning Motivation of Nursing Students of Nurse Study Program Level II STIKes Santa Elisabeth Medan in 2022. This study uses a descriptive research method. The sampling technique used is Total Sampling with 94 respondents. The measuring instrument used is a questionnaire which is distributed online via google form. Based on the results of the study, from 94 respondents, the majority of self-control were moderate as many as 70 respondents (74,5%) and minority self-control is low by 1 respondent (1.1%). While the majority of learning motivation is high as many as 75 respondents (79,8%) and minority learning motivation is low 1 respondent (1.1%). It is hoped that the Self-Control and Learning Motivation of Nursing Students of Nurse Study Program Level II STIKes Santa Elisabeth Medan in 2022 can be improved and maintained.*

**Keyword:** Self Control, Learning Motivation

### Abstrak

Kontrol diri merupakan kemampuan diri dalam mengatur, menyusun, membimbing dan mengarahkan perilaku untuk mencapai suatu tujuan yang diinginkan yang membawa kearah positif. Motivasi belajar merupakan dorongan dalam individu yang menjadi penyebab aktivitas belajar dan memberikan arahan bagi kegiatan belajar guna mencapai tujuan yang diharapkan. Tujuan yaitu mengidentifikasi kontrol diri dan motivasi belajar mahasiswa di Prodi Ners Tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Total Sampling* dengan 94 responden. Alat ukur yang digunakan berupa kuesioner yang dibagi secara online melalui *google form*. Berdasarkan hasil penelitian dari 94 responden didapatkan mayoritas kontrol diri adalah sedang sebanyak 70 responden (74,5%) dan minoritas kontrol diri adalah rendah sebanyak 1 responden (1,1%). Sedangkan mayoritas motivasi belajar adalah tinggi sebanyak 75 responden (79,8%) dan minoritas motivasi belajar adalah rendah 1 responden (1,1%). Diharapkan bahwa kontrol diri dan motivasi belajar mahasiswa Di Prodi Ners Tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022 dapat ditingkatkan dan dipertahankan.

**Kata kunci:** Kontrol Diri, Motivasi Belajar

## PENDAHULUAN

Kontrol diri adalah pengaturan proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, atau serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri. Pengertian yang dimaksud menekankan pada kemampuan dalam mengelola yang perlu diberikan sebagai bekal untuk membentuk pola perilaku pada individu yang mencakup dari proses yang membentuk diri individu berupa pengaturan fisik, psikologis, dan perilaku (Dwi Marsela & Supriatna, 2019).

Kontrol diri adalah individu yang memiliki kemampuan untuk dapat mengontrol dan membawa perilaku menuju ke arah yang lebih positif. Mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan mampu menghadapi tantangan dan menyelesaikan tugas di bidang akademik dengan mengontrol perilaku yang positif sehingga memiliki motivasi dalam belajar (Putri et al, 2021).

Ciri-ciri individu yang memiliki kontrol diri yang rendah yaitu bertindak atau berperilaku impulsif, memilih tugas sederhana, senang mengambil resiko, mudah kehilangan kendali emosi. Sedangkan ciri-ciri individu yang kontrol dirinya yang tinggi yaitu tekun, dapat menyesuaikan perilaku sesuai dengan aturan, tidak emosional, toleran (Istri Dwi et al, 2017).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri dapat menentukan tinggi rendahnya kemampuan kontrol diri dalam individu diantaranya faktor internal yang meliputi beberapa usia, kognitif, dan pengalaman individu. Faktor eksternal yakni pengaruh kontrol diri yang berasal dari lingkungan dan keluarga. Individu yang memiliki kontrol diri yang baik akan mampu mengatur perilaku dan mengendalikan stimulus agar tujuan tetap tercapai (Istri Dwi et al, 2017).

Strategi kontrol diri sebagai proses atau perilaku mengatasi godaan atau respon potensi yang mendukung tujuan yang bersaing. Disini, keinginan apapun yang dianggap mengganggu fokus tujuan dapat diartikan sebagai godaan, bahkan jika di waktu lain keinginan itu tidak bermasalah. Kemauan dan kemampuan untuk secara aktif menghambat impuls yang tidak diinginkan, sering diidentifikasi

sebagai proses utama untuk mengatasi keinginan (Milyavskaya & Inzlicht, 2021).

Strategi kontrol diri adalah sebagai berikut, ingat terus pada Tuhan Yang Maha Esa sebagai pengatur kehidupan, berpikir terlebih dahulu dengan menggunakan akal yang jernih keuntungan dan kerugian yang dapat ditimbulkan dari perbuatan yang dilakukan, bersabar apabila terkena musibah, bersabar dalam mengerjakan sesuatu yang diperintahkan Tuhan, bersabar dalam menghindari sesuatu yang dilarang Tuhan, mensyukuri nikmat, berempati kepada orang lain (Kurnia, 2021).

Motivasi belajar adalah semacam proses yang memicu partisipasi peserta dalam belajar dan bergerak terhadap pembelajaran mencapai tujuan. Bahwa motivasi belajar adalah kebutuhan untuk mengejar tujuan pembelajaran dan juga merupakan proses psikologis yang mendorong individu dalam terus belajar dan memacu diri untuk belajar (Tu & Chu, 2020).

Motivasi belajar menjadi pendorong pada diri baik dari dalam maupun dari luar individu itu sendiri untuk melakukan perubahan yang hasilnya berkaitan dengan tingkah laku dalam proses belajar. Menunjukkan bahwa motivasi belajar adalah dorongan diri individu untuk melakukan perubahan dalam proses belajar dan penguasaan materi agar dapat mencapai tujuan belajar. Motivasi diperlukan oleh para pelajar di berbagai tingkatan pendidikan misalnya tingkat perguruan tinggi (Putri et al, 2021).

Mahasiswa yang memiliki motivasi yang tinggi dalam dirinya akan memiliki ciri-ciri sebagai berikut, dalam menghadapi tugas memiliki sikap yang tekun dan dapat menyelesaikan tugas dalam waktu lama dan sampai selesai, ketika menghadapi kesulitan tugas, tetap ulet dan berusaha mengerjakan sebaik mungkin, adanya minat dalam berbagai bidang, memiliki sikap mandiri, memiliki perasaan yang cepat bosan dalam tugas yang bersifat mekanis, dalam menyampaikan argumen, dapat mempertahankan argumen tersebut, menyukai tantangan dan pemecahan suatu masalah ataupun soal-soal tugas dan ujian (Istri Dwi et al, 2017).

Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar yaitu, orang tua, guru, teman sebaya, dan individu itu sendiri, perhatian, relevansi, kepercayaan diri, nilai realisasi, harapan yang diharapkan, emosi yang berpartisipasi dalam kursus, dan internal tidak dapat diprediksi efek dan eksternal, oleh karena itu dapat dipahami bahwa faktor-faktor tersebut mempengaruhi motivasi belajar dan memiliki dampak bertahap yang dimulai pada awal suatu mata kuliah, berlanjut ke proses belajar dan tetap setelah belajar selesai (Tu & Chu, 2020).

Meningkatkan motivasi yakni bahwa motivasi itu dikontrol dari dalam diri sendiri. Kesadaran dari individu yang membuat individu terdorong untuk belajar. Meskipun awalnya motivasi datang dari luar namun untuk meyakinkan sebuah motivasi, maka individu sendirilah yang akan bergerak untuk melakukannya. Ada beberapa hal yang bisa diarahkan oleh diri sendiri dapat digambarkan sebagai berikut, mahasiswa menyelesaikan secara baik dan dikerjakan oleh diri sendiri, dan dibahas secara kelompok, berkunjung ke rumah teman atau ke kos teman, kakak kelas maupun ke rumah dosen berkunjung dalam rangka mendapatkan bahan masukkan untuk menyelesaikan tugas-tugas, dengan segala senang hati memperbaiki tugas-tugasnya sampai benar-benar sempurna, mahasiswa merasa bertanggung jawab terhadap keberhasilannya dalam belajar, selalu sibuk melakukan apa saja yang dapat mengembangkan pengetahuan dan keterampilannya dengan sarana yang ada di kampusnya, mempunyai interaksi sosial yang harmonis dengan mahasiswa lainnya, mempunyai interaksi yang harmonis dengan dosen-dosen, menghemat dan memelihara harta benda sendiri atau milik orang lain dan berani mengemukakan pendapatnya di ruangan kelas (Masni, 2018).

Strategi alternatif lain sebagai upaya dan usaha yang dapat meningkatkan motivasi belajar bagi mahasiswa seperti, melalui pengembangan bahan pembelajaran melalui pengembangan bahan belajar sudah dilakukan dengan mengacu kepada teknik,

konsep atau teoritis pengembangan dan penelitian modul, melalui awal pembelajaran yang baik, pertama mengecek kehadiran mahasiswa, kedua mengutarakan mata pelajaran, judul dan nomor modul yang akan dibahas atau didiskusikan, dan diikuti dengan penjelasan singkat materi yang lalu serta kaitannya dengan modul yang didiskusikan. Dengan melakukan upaya tersebut mahasiswa bisa mengetahui yang terbaik bagi mereka dalam memotivasi dirinya sendiri (Masni, 2018).

Upaya meningkatkan motivasi belajar dengan menyemangati anak didik, memberikan harapan realistis, memberikan insentif, mengarahkan perilaku anak didik, penggunaan pujian verbal, menggunakan tes dan nilai secara bijaksana. Membangkitkan rasa ingin tahu dan hasrat eksplorasi, melakukan hal yang luar biasa, merangsang hasrat anak didik, memanfaatkan persepsi anak didik, penggunaan simulasi dan permainan, perkecil daya tarik sistem motivasi yang bertentangan, perkecil konsekuensi-konsekuensi yang tidak menyenangkan terhadap anak didik dari keterlibatannya dalam belajar (Haq et al, 2018).

Berdasarkan hasil survei yang didapat di tingkat I Prodi D III Keperawatan STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2022 melalui pembagian kuesioner dengan jumlah 20 pernyataan kontrol diri dan 20 pernyataan motivasi belajar kepada mahasiswa dengan total responden sebanyak 32 responden. Hasil ini menunjukkan bahwa sebanyak 11 responden (34,4%) memiliki kontrol diri yang tinggi, dan sebanyak 21 responden (65,6%) memiliki kontrol diri yang sedang, dan sebanyak 0 responden (0%) memiliki kontrol diri yang rendah, dan juga sebanyak 26 responden (81,2%) memiliki motivasi belajar yang tinggi dan sebanyak 6 responden (18,8%) memiliki motivasi belajar yang sedang, dan sebanyak 0 responden (0%) memiliki kontrol diri yang rendah.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif. Populasi dalam

penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Prodi Ners tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan dengan jumlah 94 responden (B.A.A.K STIKes Santa Elisabeth Medan, 2022). Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*, yaitu seluruh mahasiswa di Prodi Ners tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan yaitu 94 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner kontrol diri sebanyak 20 pernyataan (Siallagan et al 2021), dan kuesioner motivasi sebanyak 20 pernyataan belajar (Simbolon et al 2020), yang dibagikan melalui *link google form*. Hasil penelitian dianalisis secara univariat yang bertujuan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase dari variabel kontrol diri dan motivasi belajar mahasiswa.

## HASIL

### 5.3.1 Data demografi frekuensi responden berdasarkan data demografi (Usia, Jenis kelamin, Agama, dan Suku) mahasiswa di Prodi Ners Tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2022

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Data Demografi (Usia, Jenis Kelamin, Agama, dan Suku) Mahasiswa Di Prodi Ners Tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022**

| Karakteristik        | F         | %          |
|----------------------|-----------|------------|
| <b>Usia</b>          |           |            |
| 21                   | 9         | 9,6        |
| 20                   | 50        | 53,2       |
| 19                   | 31        | 33         |
| 18                   | 4         | 4,3        |
| <b>Total</b>         | <b>94</b> | <b>100</b> |
| <b>Jenis kelamin</b> |           |            |
| Laki-laki            | 7         | 7,4        |
| Perempuan            | 87        | 92,6       |
| <b>Total</b>         | <b>94</b> | <b>100</b> |
| <b>Agama</b>         |           |            |
| Protestan            | 60        | 63,8       |
| Khatolik             | 33        | 35,1       |
| Budha                | 1         | 1,1        |
| <b>Total</b>         | <b>94</b> | <b>100</b> |
| <b>Suku</b>          |           |            |
| Toba                 | 52        | 55,3       |
| Karo                 | 6         | 6,4        |

| Karakteristik | F         | %          |
|---------------|-----------|------------|
| Nias          | 27        | 28,7       |
| Pakpak        | 1         | 1,1        |
| Simalungun    | 6         | 6,4        |
| China         | 1         | 1,1        |
| DII           | 1         | 1,1        |
| <b>Total</b>  | <b>94</b> | <b>100</b> |

Berdasarkan tabel 1. diperoleh data mahasiswa tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022 dengan jumlah 94 responden menunjukkan mayoritas berusia 20 tahun sebanyak 50 responden (53,2%), dan minoritas berusia 18 tahun sebanyak 4 responden (4,3%). Mahasiswa dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 87 responden (92,6%) dan laki-laki sebanyak 7 responden (7,4%). Mayoritas mahasiswa yang beragama kristen protestan sebanyak 60 responden (63,8%), dan minoritas beragama budha sebanyak 1 responden (1,1%). Mayoritas mahasiswa bersuku batak toba sebanyak 52 responden (55,3%), dan minoritas bersuku pakpak china, dll sebanyak 1 responden (1,1%).

### 5.3.2 Gambaran kontrol diri pada mahasiswa di Prodi Ners Tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Data Kontrol Diri Mahasiswa Di Ners Tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022**

| Kontrol Diri | F         | %          |
|--------------|-----------|------------|
| Tinggi       | 23        | 24,5       |
| Sedang       | 70        | 74,5       |
| Rendah       | 1         | 1,1        |
| <b>Total</b> | <b>94</b> | <b>100</b> |

Berdasarkan tabel 2 diperoleh data mahasiswa tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022 dengan jumlah 94 responden, mayoritas mahasiswa yang memiliki kontrol diri sedang sebanyak 70 responden (74,5%), dan minoritas mahasiswa yang memiliki kontrol diri rendah sebanyak 1 responden (1,1%).

### 5.3.3 Gambaran motivasi belajar pada mahasiswa di Prodi Ners Tingkat

## II STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022

**Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Data Motivasi Belajar Mahasiswa Di Ners Tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022**

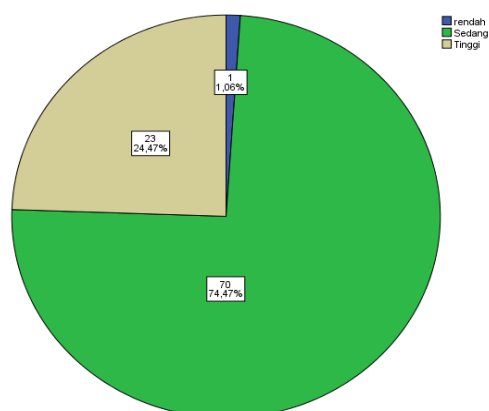
| Motivasi Belajar | F         | %          |
|------------------|-----------|------------|
| Tinggi           | 75        | 79,8       |
| Sedang           | 18        | 19,1       |
| Rendah           | 1         | 1,1        |
| <b>Total</b>     | <b>94</b> | <b>100</b> |

Berdasarkan tabel 3. diperoleh data mahasiswa tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022 dengan jumlah 94 responden, mayoritas mahasiswa yang memiliki motivasi belajar tinggi sebanyak 75 responden (79,8%), dan minoritas mahasiswa yang memiliki motivasi belajar rendah sebanyak 1 responden (1,1%).

### PEMBAHASAN

#### 5.3.1. Kontrol diri pada mahasiswa di Prodi Ners Tingkat II di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022

**Diagram 1. Distribusi Responden Berdasarkan Kontrol diri Pada mahasiswa di Prodi Ners Tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022**



Berdasarkan diagram 1. diperoleh data mahasiswa tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022 dengan jumlah 94 responden, mayoritas mahasiswa yang memiliki kontrol diri

sedang sebanyak 70 responden (74,5%) dan minoritas mahasiswa yang memiliki kontrol diri rendah sebanyak 1 responden (1,1%).

Berdasarkan hasil yang diperoleh, peneliti berasumsi bahwa kontrol diri Ners tingkat II dikategorikan sedang, mahasiswa yang memiliki kontrol diri sedang karena mahasiswa ners tingkat II berada di lingkungan yang kondusif yaitu asrama, sehingga mahasiswa mampu mengendalikan tingkah laku sebelum bertindak, mampu melakukan pertimbangan sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak ke arah yang positif dan mampu mendahulukan hal yang lebih penting serta mampu mengatur diri sendiri. Sehingga mahasiswa fokus dalam mengerjakan tugas kuliah. Kontrol diri Ners tingkat II masih perlu ditingkatkan lagi karena masih ada mahasiswa yang memiliki kategori kontrol diri rendah, mahasiswa masih sulit mengatur dirinya dan masih sulit mengendalikan diri, dan masih belum mampu melakukan pertimbangan sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak ke arah positif dan mampu mendahulukan hal yang lebih penting seperti adanya kegiatan pembelajaran bersama yang diberlakukan oleh asrama yaitu pada jam malam, akan tetapi masih ada mahasiswa yang tidak mengikuti kegiatan tersebut, hal itu disebabkan oleh kontrol diri dari mahasiswa yang rendah karena mahasiswa tidak terbiasa menghilangkan kebiasaan buruk dan tidak mampu menahan godaan dari luar seperti menggunakan gadget sampai melupakan waktu untuk belajar dan sulit menolak ajakan teman.

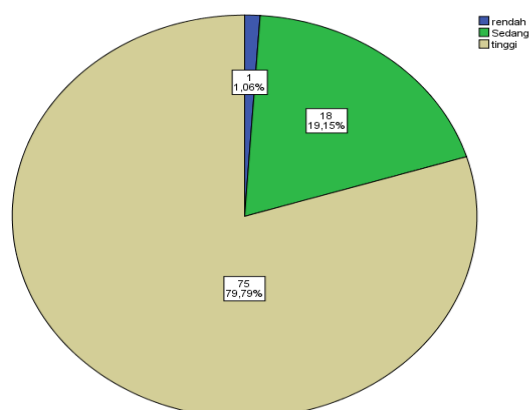
Asumsi ini didukung oleh Waseso et al (2020), kontrol diri yang tinggi akan menuntun dan membimbing tingkah laku individu untuk mengarahkan kepada perilaku yang positif. Yang menyatakan bahwa setiap orang pada umumnya memiliki kendali atas hal-hal yang terjadi. Kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan perilakunya yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu melalui pertimbangan

kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Asumsi ini didukung oleh Nuryana et al (2020), teman sebaya memiliki pengaruh pada individu untuk mengontrol diri seseorang. Seseorang memiliki kontrol dalam mengatur dirinya untuk mengelola keuangannya. Teman sebaya memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kontrol diri. Apabila semakin baik peran teman sebaya maka kontrol diri akan semakin baik dan berlaku sebaliknya. Oleh karena itu, apabila semakin tinggi peranan teman sebaya maka kontrol diri mengenai keuangan yang dimiliki oleh individu tersebut akan semakin baik. Perilaku teman sebaya yang positif secara tidak langsung akan mengontrol individu untuk berbuat baik yang dikuatkan dengan kemampuan untuk mengidentifikasi dan mengatur emosi dan keinginan individu tersebut.

### 5.3.2. Motivasi belajar mahasiswa di Prodi Ners Tingkat II di STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022

**Diagram 2. Distribusi Responden Berdasarkan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa di Prodi Ners Tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022**



Berdasarkan diagram 2. diperoleh data mahasiswa tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan Tahun 2022 dengan jumlah 94 responden, mayoritas mahasiswa yang memiliki motivasi belajar tinggi sebanyak 75 responden (79,8%) dan

minoritas mahasiswa yang memiliki motivasi belajar rendah sebanyak 1 responden (1,1%).

Berdasarkan hasil yang diperoleh, peneliti berasumsi bahwa motivasi belajar Ners tingkat II dikategorikan tinggi, karena mahasiswa ners tingkat II sedang berada di asrama sehingga adanya dorongan dari dalam dan luar dirinya untuk mewujudkan tujuan belajar. Mahasiswa yang memiliki dorongan dalam dirinya berarti memiliki hasrat, keinginan, kebutuhan, dan harapan untuk berhasil dalam belajar untuk mencapai cita cita dimasa depan. Motivasi belajar ners tingkat II masih perlu ditingkatkan dan dipertahankan karena masih ada mahasiswa yang memiliki kategori motivasi belajar rendah, karena adanya masalah baik dalam dan luar mahasiswa tersebut seperti mahasiswa tidak yakin mengingat semua pembelajaran yang diberikan oleh dosen, hal ini disebabkan karena mahasiswa tidak memiliki hasrat atau keinginan untuk mempelajari pembelajaran tersebut dan didukung oleh faktor teman sebaya dari mahasiswa yang kerap mengabaikan tentang pembelajaran dari dosen sehingga tidak memunculkan keinginan dari mahasiswa untuk belajar.

Asumsi ini didukung oleh Djunaid & Hilamuhu (2021), menunjukkan motivasi yang tinggi karena mahasiswa yang aktif dan serius dalam setiap kegiatan dan mempunyai dorongan serta memiliki manajemen waktu yang baik sehingga lebih serius untuk mendapatkan hasil yang tinggi. Sedangkan motivasi rendah adalah mahasiswa yang tidak melakukan kegiatan yang sama dengan motivasi dalam kategori tinggi.

Asumsi ini didukung oleh Yulianda & Syofyan (2018), berdasarkan hasil penelitian, pengaruh dari teman sebaya dapat meningkatkan motivasi belajar mahasiswa pendidikan ekonomi UNP dimana teman sebaya memberikan dukungan (*support*) seperti diberi semangat saat akan ujian, diberi semangat saat presentasi didepan kelas, dan mendorong mahasiswa pendidikan ekonomi UNP untuk lebih independent seperti menumbuhkan rasa percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki sehingga

dapat mengerjakan dan menuntaskan tugas secara mandiri, sehingga motivasi yang ada dalam diri mahasiswa pendidikan ekonomi UNP menjadi lebih tinggi serta dipengaruhi juga oleh faktor diluar diri yaitu teman sebaya. Teman sebaya dapat mempengaruhi motivasi belajar mahasiswa, dimana apabila seorang mahasiswa mengikuti teman yang baik akan mempengaruhi perilakunya ke arah yang lebih baik begitu juga dengan sebaliknya.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian dari 94 responden tentang gambaran kontrol diri dan Motivasi belajar di prodi Ners tingkat II di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2022 maka dapat disimpulkan:

1. Kontrol diri mahasiswa di prodi Ners tingkat II di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2022 mayoritas sedang sebanyak 70 responden (74,5%).
2. Motivasi belajar mahasiswa di prodi Ners tingkat II di STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2022 mayoritas tinggi sebanyak 75 responden (79,8%).

## SARAN

1. Bagi mahasiswa  
Diharapkan mahasiswa Di Prodi Ners Tingkat II STIKes Santa Elisabeth Medan tahun 2022 untuk membentuk kelompok belajar di asrama guna lebih meningkatkan serta mempertahankan kontrol diri dan motivasi belajar yang dimiliki mahasiswa tersebut.
2. Bagi institusi  
Diharapkan kepada institusi untuk mengaktifkan kembali bimbingan akademik untuk lebih meningkatkan dan mempertahankan kontrol diri dan motivasi belajar mahasiswa.
3. Bagi peneliti selanjutnya  
Diharapkan untuk peneliti selanjutnya untuk meneliti pengaruh dukungan sosial terhadap kontrol diri dan motivasi belajar mahasiswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Djunaid, U., & Hilamuhu, F. (2021). Hubungan Motivasi Menjadi Bidan Dengan Indeks Prestasi Kumulatif Pada Mahasiswa Semester Viii D- Iv Kebidanan Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Madu: Jurnal Kesehatan, 10(2), 16-25.
- 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](http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling)
- Haq, A. (2018). Motivasi belajar dalam meraih prestasi. Jurnal vicratina, 3(1), 193-214.
- Istri, D. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Dan Keterampilan Sosial Dengan Kecanduan Internet Pada Siswa Smk. Prosiding SEMNAS Penguatan Individu Di Era Revolusi Informasi, c, 101–109.
- Kurnia, R. (2021). Strategi Meningkatkan Kontrol Diri di Masa Pandemi COVID-19. Prophetic : Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal, 4(1), 59. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v4i1.8756>
- Masni, H. (2018). Strategi Meningkatkan Motivasi Belajar Mahasiswa. Jurnal Ilmiah Dikdaya, 5(1), 34-45.
- Milyavskaya, M., & Inzlicht, M. (2021). Self-control in daily life Self-control in daily life : Prevalence and

- effectiveness of diverse self-control strategies University of Dundee. <https://doi.org/10.1111/jopy.12604>
- Nursalam. (2020). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta Selatan: Salemba Medika.
- Nuryana, I., & Wicaksono, A. B. (2020). Pengaruh Sikap Keuangan, Teman Sebaya, dan Kecerdasan Spiritual Melalui Kontrol Diri Terhadap Perilaku Pengelolaan Keuangan. *Economic Education Analysis Journal*, 9(3), 940-958.
- Puteri, A. P., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Motivasi Belajar Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya.
- Ramdhani et al, (2016). Psikologi untuk Indonesia Tangguh dan Bahagia, (Ed. 1). Yogyakarta: Gadjah Mada University Press. SBN: 978-602-386-039-51601004-B8E. <https://www.google.com/amp/s/docplayer.info/amp/129197109-Psikologi-untuk-indonesia-tangguh-dan-bahagia-editor-neila-ramdhani-supra-wimbarti-yuli-fajar-susetyo.html>
- Tu, J., & Chu, K. (2020). Analyzing the Relevance of Peer Relationship, Learning Motivation, and Learning Effectiveness — Design Students as an Example.
- Waseso, A. P., Astuti, K., Widanarti, M., Psikologi, F., Mercu, U., & Yogyakarta, B. (2020). The Relationship Between Academic Stress And Self-Control With. 000, 1–10.
- Yulianda, M., & Syofyan, R. (2018). Pengaruh Motivasi Belajar, Teman Sebaya Terhadap Prokratinasi Akademik Dan Prestasi Belajar Mahasiswa Pendidikan Ekonomi Universitas Negeri Padang. *Jurnal Ecogen*, 1(2), 450-462.