Jurnal Kognisia Volume 9, Nomor 1, April 2026, 8-16
doi: 10.20527/kognisia.2026.04.002

eISSN: 2809-6215
pISSN: 2809-6827

Perbedaan Kontrol Diri pada Mahasiswa Bekerja dan Mahasiswa Tidak Bekerja di Banjarbaru

The Difference in Self-Control Between Working Students and Non-Working Students in Banjarbaru

Shinta Bella* & Sukma Noor Akbar
Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Gedung II FKIK, Jl. A. Yani Km. 36, Banjarbaru, 70714, Indonesia

ABSTRAK
Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kontrol diri pada mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja di Banjarbaru. Mahasiswa dituntut untuk mengatur dan mengelola dirinya dengan baik. Kontrol diri dapat dikatakan sebagai usaha dari diri untuk melakukan kendali terhadap perilaku agar tetap sesuai dengan norma-norma yang dibutuhkan dalam membina hubungan sosial. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan analisis uji-t. Subjek penelitian ini berjumlah 70 orang di Kota Banjarbaru, melalui teknik *insidental sampling*. Subjek terbagi menjadi dua kelompok, 35 orang mahasiswa bekerja dan 35 orang mahasiswa tidak bekerja. Data penelitian dikumpulkan melalui properti psikometrik skala kontrol diri ringkas versi Indonesia. Data dianalisis menggunakan *independent sample t-test* dengan hasil nilai signifikansi menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan dalam kontrol diri mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja di Kota Banjarbaru. Penelitian ini memberikan wawasan baru tentang kontrol diri pada mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja, serta dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.

Kata kunci: Kontrol Diri, Mahasiswa Bekerja, Mahasiswa Tidak Bekerja.

ABSTRACT
Students are required to organize and manage themselves effectively. Self-control can be defined as the effort to control one's behavior so that it remains in accordance with the norms needed in fostering social relationships. This study aims to investigate the difference in self-control between working students and non-working students in Banjarbaru. A quantitative method with T-test analysis was employed in the study. The subjects of this study were 70 people from Banjarbaru City, selected through the incidental sampling technique. The subjects were divided into two groups, the group of 35 working students and the group of 35 non-working students. Research data were collected through the psychometric properties of the self-control scale in the Indonesian version. Data were analyzed using an independent sample t-test with a significance value of, the results showed that there was no significant difference in self-control between working students and non-working students in Banjarbaru City. This study provides new insights into self-control among working students and non-working students, and can be a reference for further studies.

Keywords: Self-control, Working Students, Non-working Students..

***Korespondensi:**
Shinta Bella
bshinta003@gmail.com

Masuk: 07 Agustus 2024
Diterima: 25 April 2026
Terbit: 30 April 2026

Sitasi:
Bella, S., & Akbar, S. N. (2021). Perbedaan kontrol diri pada mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja di Banjarbaru. *Jurnal Kognisia, 9*(1), 8–16. http://doi.org/10.20527/kognisia.2026.04.002

PENDAHULUAN

Pendidikan diandalkan menjadi garda terdepan dalam menciptakan generasi berkualitas, oleh karena itu pendidikan berkualitas sangat penting untuk menghasilkan kualitas yang kompeten dan kompetitif, perguruan tinggi khususnya, menjadi ujung tombak dalam menciptakan sumber daya manusia tersebut (Irwansyah, 2021). Pada Undang-Undang Republik Indonesia nomor 22 tahun 1961, Bab V Kemahasiswaan pasal 17 (1) Pelajar pada Perguruan Tinggi disebut mahasiswa.

Somadikarta (1996) menjelaskan bahwa mahasiswa adalah individu yang sedang belajar dan terdaftar pada lembaga pendidikan tinggi antara lain universitas, politeknik, akademi dan institusi. Mahasiswa mengalami proses transisi dari periode remaja ke periode dewasa berada

pada fase menemukan jati diri dan mampu menuntun kehidupannya ke jalur yang lebih positif (Santrock, 2011). Menurut Hiunata dan Linda (2018), berpartisipasi dalam beragam agenda, seperti berorganisasi atau bekerja, merupakan salah satu bentuk eksplorasi identitas, pada pendidikan tinggi latar belakang mahasiswa beraneka ragam, ada yang bekerja dan ada pun mahasiswa yang tidak bekerja.

Peristiwa menjalani kuliah dan bekerja sekaligus ini adalah hal yang sering terjadi, baik di Indonesia (Rukmoroto, 2012) maupun di luar negeri (Boatman dan Long, 2016). Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS), sekitar 2,2 juta pelajar belajar di Indonesia pada tahun 2019 sambil bekerja. BPS terbaru data tahun 2020 menunjukkan bahwasanya 6.98% siswa Indonesia berumur 10-24 tahun menempuh pendidikan sambil bekerja (Jayani, 2021). Pendapat Katti dan Mutmainah (2020) mengatakan bahwa menjadi pekerja paling dominan yang berada pada sektor informal kontribusi dalam meningkatkan nilai ekonomi keluarga adalah melalui kegiatan UMKM. Di lansir oleh TribunBanjarbaru.com pada tahun 2020 terdapat sebanyak 9.327 UMKM di Banjarbaru dan cenderung mengalami peningkatan di tiap tahunnya (Huda, 2020). Disamping karyawan tetap, para pemilik UMKM juga membuka lowongan bagi para mahasiswa untuk dapat bekerja pada usaha miliknya (Meiji, 2019).

Mahasiswa bekerja berarti individu yang menjalani dua posisi secara bersamaan, yaitu menjadi mahasiswa dan pekerja dalam waktu yang bersamaan (Utami, 2020). Sedangkan mahasiswa tidak bekerja menurut Prabawaningrum dan Sarajar (2024) adalah mahasiswa yang hanya berfokus pada aktivitas akademik tanpa melakukan pekerjaan formal sehingga memiliki waktu lebih banyak untuk kegiatan kuliah.

Ada beberapa alasan mengapa mahasiswa memilih kuliah sembari bekerja, seperti masalah keuangan, keinginan membantu orang tua membiayai pendidikan tinggi, keinginan untuk mandiri, mencari pengalaman atau sekedar mengisi waktu luang (Hamdani *et al*., 2018).

Berkuliah sambil bekerja berdampak positif dan negatif terhadap mahasiswa. Dampak positifnya adalah mereka dapat membantu orang tuanya membiayai universitas, mendapatkan pengalaman kerja dan menjadi mandiri secara finansial (Motte dan Schwartz, 2009). Namun, disisi lain permasalahan yang harus diwaspadai oleh mahasiswa bekerja adalah pekerjaan dapat membuat mereka melalaikan studinya (Yenni, 2007).

Pendapat Amelia (2020) menjelaskan ditemukan perbedaan antara mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja dalam mengatur keuangannya, bagaimana mahasiswa tidak bekerja kesulitan menahan dorongan dalam membeli sesuatu yang menarik tanpa memikirkan jangka panjang, sedangkan bagi mahasiswa bekerja ialah sebaliknya. Sebuah studi oleh Ruscoe *et al*. (1996) rata-rata indeks akademik mahasiswa yang bekerja adalah 3,02, sedangkan rata-rata indeks akademik mahasiswa yang tidak bekerja adalah 2,98. Selain itu, studi tersebut juga menghasilkan bahwasanya mahasiswa yang bekerja lebih baik dalam menggunakan waktunya dan memanfaatkannya dengan baik untuk belajar dan bekerja.

Kuliah sambil bekerja baik bagi mahasiswa yang kesulitan finansial, karena bekerja dapat menghasilkan uang tambahan untuk biaya pendidikan, maka mahasiswa harus dapat mengatur pekerjaannya dengan baik antara studi dan pekerjaan, terutama bagi mahasiswa yang berada di tahap akhir masa kuliah menyelesaikan skripsi (Hamdani *et al*., 2018). Selain itu, mahasiswa semester 3 dan 5 juga merupakan masa dimana mahasiswa harus menghadapi beberapa beban mata kuliah dalam waktu yang bersamaan (Qonitatin *et al.,* 2011), ditambah pada beberapa mahasiswa masa ini juga menghadapi tantangan finansial, merasa tertekan dari ekspektasi keluarga, serta sulitnya menjaga keseimbangan antara kehidupan sosial dan kehidupan akademis (Dinda *et al*., 2024).

Permana (2021) menjelaskan bahwa mahasiswa memiliki tugas belajar dan mahasiswa yang bekerja sebagai seorang pekerja, mempunyai kewajiban untuk bertindak profesional, selain itu tujuan pendidikan adalah lulus kuliah dengan baik. Menurut Jazimah (2014), seluruh mahasiswa perlu mengelola dan mengelola dirinya dengan baik, mereka harus mampu mengatur waktu dan energi mereka agar bisa mencapai tujuan yang diinginkan, hal ini juga berlaku bagi mahasiswa yang kuliah sambil bekerja agar tanggung jawab sebagai mahasiswa dan pekerja tidak terabaikan, mahasiswa tersebut perlu memiliki kemampuan manajemen diri yang baik. Menurut Gie (1995), manajemen diri untuk mahasiswa melibatkan minimal empat aspek utama, yaitu: dorongan diri (*self motivation*), pengaturan diri (*self organization*), pengembangan diri (*self development*), dan kontrol diri (*self control*). Suci (2008) menambahkan bahwa alokasi waktu dan kegiatan bergantung pada kemampuan individu untuk mengontrol diri agar tetap fokus pada pencapaian tujuan.

Arifin dan Milla (2020) menyatakan bahwa kontrol diri ialah kemampuan mengelola reaksi sehingga kinerja seseorang memadai untuk mewujudkan target jangka panjang. Kontrol diri dijelaskan sebagai kecakapan pribadi dalam merancang, menuntun, mengarahkan, mengatur menjadikan individu menghasilkan hasil positif (Ghufron & Suminta, 2010). Kontrol diri juga digambarkan sebagai keputusan seseorang melalui penalaran kognitif untuk bertindak sesuai rencana yang direncanakan untuk mencapai suatu hasil berdasarkan target yang diinginkan (Wulandari dan Mariskha, 2020).

Individu dengan kontrol diri yang baik mempunyai hasil positif bagi perkembangan pribadinya dalam hal pendidikan, pekerjaan, kinerja, hubungan sosial, serta kesehatan fisik dan mental (Daly *et al*., 2015; Moffit *et al*., 2011).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti kepada tiga subjek mahasiswa bekerja dan dua orang mahasiswa tidak bekerja, diperoleh hasil studi pendahuluan yaitu terdapat beberapa perbedaan dan persamaan kontrol diri dari mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja. Hal tersebut dikarenakan yang mereka gambarkan sejalan dengan faktor-faktor dan dimensi dari kontrol diri. Sejalannya dengan penelitian yang dilakukan oleh Arifin dan Milla (2020) menyatakan bahwa faktor yang memiliki andil pada kontrol diri ada dua yakni faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal ialah umur, sejalannya bertambah umur, sehingga semakin unggul pula kontrol diri seseorang. Faktor eksternal adalah faktor yang terbentuk dari lingkungan. Adapun dimensi kontrol diri terdiri dari dua dimensi (De Ridder, 2012; Arifin & Milla, 2020) yang pertama yaitu Inhibisi, dinyatakan kemampuan seseorang untuk menahan godaan yang menarik dan dimensi yang kedua ialah inisiasi, dimana kemampuan individu untuk berperilaku yang sinkron dengan target yang ingin diraih. Hal tersebut dapat ditinjau dari pernyataan subjek yang berbeda dimana subjek mahasiswa tidak bekerja menyatakan bahwa dirinya merasa lebih produktif dalam mengerjakan sesuatu jikalau dalam lingkungannya bersama teman yang dapat membantu dan memiliki tujuan yang sama, tetapi subjek 2 dari 3 mahasiswa bekerja menyatakan tidak dipengaruhi oleh lingkungan, karena subjek merasa lebih nyaman menata diri tanpa harus terpengaruh lingkungan sekitar. Ditemukan perbedaan juga pada subjek mahasiswa yang bekerja dan mahasiswa tidak bekerja dimana subjek mahasiswa yang tidak bekerja menyatakan bahwa mereka sering kali tidak mampu menahan godaan seperti menunda pekerjaan dan memilih untuk bersantai, sedangkan pada mahasiswa yang bekerja mereka menyatakan bahwa mampu menahan godaan dalam melakukan hal lain tanpa menundanya dikarenakan mereka merasa waktu untuk bekerja tidak dapat ditunda, tetapi mahasiswa bekerja menyatakan jikalau susunan waktunya tidak dirancang dengan baik maka akan berdampak kepada akademik atau perkuliahannya, di mana tugas kuliah yang akan tertunda atau tugas yang dikerjakan secara

tergesa-gesa. Terdapat persamaan pada subjek mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja, dimana mereka menyatakan semakin bertambahnya usia mereka merasa lebih baik dalam mempertimbangkan sesuatu yang baik dan kurang baik untuk dirinya ketika memutuskan.

Berdasarkan fenomena-fenomena yang telah dipaparkan sebelumnya, oleh sebab itu peneliti tertarik untuk meneliti perbedaan kontrol diri pada mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja di Banjarbaru.

METODE PENELITIAN

Penelitian yang dipergunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif teknik analisa uji-t. Penelitian ini mewakili populasi dan representasi kuantitatif dengan mengumpulkan data lapangan, yang kemudian diuji hipotesis. Penelitian kuantitatif bersifat deduktif, yaitu menetapkan hipotesis yang diuji menggunakan alat penelitian (Sugiyono, 2019).

Partisipan

Subjek pada penelitian ini berjumlah 70 mahasiswa aktif yang terbagi menjadi dua kelompok yaitu 35 mahasiswa bekerja dan 35 mahasiswa tidak bekerja di Banjarbaru, dengan kriteria mahasiswa berkuliah semester 3 hingga semester 14. Teknik pengambilan *insidental sampling*, *sampling insidental* adalah teknik penetapan sampel yang tidak sengaja, yakni individu yang secara tidak sengaja/*insedental* berjumpa dengan peneliti dan dianggap dapat diandalkan sebagai representasi atau sebagai sumber data yang relevan (Sugiyono, 2015).

Pengukuran

Penelitian ini menggunakan alat ukur kontrol diri yang telah dimodifikasi oleh Arifin dan Milla (2020) pada penelitian publikasi dalam penelitiannya yang berjudul "Adaptasi dan Properti Psikometrik Skala Kontrol Diri Ringkas Versi Indonesia" yang diterbitkan oleh jurnal Psikologi Sosial pada tahun 2020 dan telah terindeks Sinta 2. Alat ukur kontrol diri ini memiliki 10 aitem dari 2 aspek yaitu, *inhibition* dan inisiasi dengan 3 aitem *favorable* dan 7 aitem *unfavorable* serta tujuh poin pilihan likert dari 1-7 (Sangat Tidak Sesuai – Sangat Sesuai). Reliabilitas alat ukur kontrol diri adaptasi dan properti psikometrik versi Indonesia menghasilkan nilai *Cronbahc's Alpha* sebesar 0,779. Seleksi aitem instrumen penelitian dilakukan menggunakan teknik *corrected item-total correlation* dengan batas koefisien 0,25. Berdasarkan hasil seleksi aitem alat ukur kontrol diri ini didapatkan hasil 10 aitem valid dan dinyatakan tidak ada yang gugur.

Prosedur

Data penelitian ini diambil secara luring di Banjarbaru dengan meminta kesediaan subjek untuk menjadi partisipan pada penelitian kemudian mengarahkan untuk melakukan scan barcode yang terdapat pada poster penelitian yang akan mengarah kepada *link google-form* (G-*Form*). Pengambilan data pada penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 1 juli–3 juli 2024, pada mahasiswa yang berada di Banjarbaru.

Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis pengujian hipotesis *independent sample t-test* dengan bantuan program komputer SPSS 21. Sebelum melakukan uji hipotesis, data terlebih dahulu diuji asumsi dasar seperti uji normalitas dengan *Kolmogrov-Smirnov*, uji homogenitas, dan uji *independent sample t-test*. Data penelitian telah memenuhi uji asumsi dasar yang disebutkan.

HASIL

Pengambilan data pada penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 1 juli–3 juli 2024, secara luring di Kota Banjarbaru dengan meminta kesediaan subjek untuk menjadi partisipan pada penelitian kemudian mengarahkan untuk melakukan *scan barcode* yang terdapat pada poster penelitian yang akan mengarah kepada *link google-form* kuesioner penelitian.

Tabel 1. Kategorisasi Data Variabel Penelitian

Variabel	Rentang Nilai	Kategorisasi	Mahasiswa Bekerja		Mahasiswa Tidak Bekerja	
			Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
Kontrol Diri	X < 31,43	Rendah	1	2,87%	1	2,87%
	31,43 ≤ X < 48,57	Sedang	23	65,71%	25	71,42%
	48,57 ≤ X	Tinggi	11	31,42%	9	25,71%

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Subjek	*Kolmogorov-Smirnov*		
		Statistik	Df	Sig.
Kontrol Diri	Mahasiswa Bekerja	0.117	35	0.200
	Mahasiswa Tidak Bekerja	0.080	35	0.200

Berdasarkan kategorisasi data di atas, didapatkan hasil bahwa terdapat subjek dengan kontrol diri rendah dengan masing-masing kelompok subjek berjumlah 1 orang dengan persentase 2,87%, kemudian pada kategori sedang mendominsi dengan persentase pada subjek mahasiswa bekerja sebesar 65,71%, pada mahasiswa tidak bekerja dengan persentase sebesar 71,42% dan subjek dengan kontrol diri tinggi pada mahasiswa bekerja dengan persentase sebesar 31,42% sedangkan pada mahasiswa tidak bekerja dengan persentase sebesar 25,71%, berdasarkan hal tersebut subjek dengan kontrol diri di dominasi oleh kategori sedang.

Pada tabel 2, diketahui bahwa signifikansi untuk kedua kelompok adalah 0,200 dan 0,200. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05 sehingga bisa disimpulkan bahwa populasi data dari kedua kelompok berdistribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Homogenitas

Variabel	Sig.
Kontrol Diri	0.129

Berdasarkan data pada tabel 3, diketahui bahwa kontrol diri memiliki nilai signifikan 0,129 > 0,05 maka dapat dikonklusikan bahwasanya kelompok data sampel penelitian bervarians sudah homogen.

Tabel 4. Hasil *Group* Statistik

Kontrol Diri	N	*Mean*
Mahasiswa Bekerja	35	45,40
Mahasiswa Tidak Bekerja	35	43,69

Berdasarkan tabel hasil grup statistik diketahui kedua kelompok sampel masing–masing dengan jumlah 35 orang. Terdapat perbedaan skor rata-rata antara mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja, mahasiswa bekerja dengan nilai rata-rata 45,40 dan mahasiswa tidak bekerja dengan nilai rata-rata 43,69, maka perbedaan hasil grup statistik rata-rata skor dengan kedua kelompok ialah 1,41.

Tabel 5. Hasil Uji *Independent Sample T-Test*

Variabel	t	Sig.	Sig. (2tailed)
Kontrol Diri	0.847	0.129	0.400

Berdasarkan tabel 5, diketahui nilai signifikansi kontrol diri 0,400 > 0,05 dan t hitung 0,847 < 1.666, maka dapat disimpulkan bahwa H0 diterima dan Ha ditolak, artinya tidak ada perbedaan rata-rata kontrol diri pada mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja di Kota Banjarbaru.

PEMBAHASAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada perbedaan kontrol diri pada mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja di Kota Banjarbaru. Berdasarkan hasil analisis *independent sample t-test*, dengan nilai signifikansi kontrol diri 0,400 > 0,05 dan t hitung 0,847 < 1.666 sehingga dapat disimpulkan bahwa H0 diterima dan Ha ditolak, artinya bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan kontrol diri mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja di Banjarbaru.

Kontrol diri sering diukur melalui berbagai indikator salah satunya ialah hasil akademik, pada riset yang dilakukan oleh Doe *et al*., (2017) menemukan hasil bahwa tidak ada perbedaan signifikan pada hasil akademik mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja. Cheng dan Alcantara (2004) melakukan riset untuk mengetahui dampak pekerjaan terhadap pengalaman akademik dan sosial pada mahasiswa, penelitian tersebut menemukan hasil tidak ada perbedaan signifikan dalam pengalaman akademik dan sosial antara mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja. Serta pada riset yang dijalankan oleh Mounsey *et al*. (2013) mengkaji tentang perbedaan antara mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja dalam hal kesehatan mental, prestasi akademik, dan persepsi tentang pekerjaan mahasiswa. Hasil dari penelitian tersebut menyiratkan bahwa tidak ada perbedaan signifikan dalam tingkat depresi dan prestasi akademik antara mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja, akan tetapi mahasiswa yang bekerja menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih unggul. Berdasarkan hal ini mengindikasikan bahwasanya mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja mampu menyeimbangkan antara tuntutan pekerjaan dan akademik dengan cara yang tidak merugikan kontrol diri mereka.

Hasil kategorisasi yang ditemukan dari kedua kelompok sampel menunjukkan bahwa baik mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja di Banjarbaru memiliki tingkat kontrol diri yang sama-sama sedang. Hasil kategorisasi data variabel terdapat masing-masing 1 orang mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja (2,87%) yang termuat pada kategori rendah. Individu dengan kontrol diri yang rendah dijelaskan oleh Gottfredson dan Hirschi (Stephenson *et al*., 2020) adalah individu yang berperilaku menyimpang diakibatkan tidak mampunya seseorang untuk menahan diri demi kesenangan jangka pendek, menunda pekerjaan yang akan berdampak pada jangka panjang. Pada kategorisasi tinggi terdapat hasil mahasiswa bekerja 11 (31,42%) orang, dan mahasiswa tidak bekerja berjumlah 9 (25,71%) orang, individu dengan kontrol diri yang tinggi menunjukkan bahwa individu mampu mengatur emosinya, menjalani keseharian dan menjaga hubungan interpersonal dengan baik (De Ridder., 2012). Pada kategorisasi variabel sedang terdapat hasil mahasiswa bekerja terdapat 23 (6,71%) orang dan mahasiswa tidak bekerja terdapat 25 (71,42%), berdasarkan hasil tersebut terdapat kesamaan nilai dimana kontrol diri kedua kelompok berada dalam kategori sedang, artinya kedua kelompok memiliki kontrol diri yang hampir sama atau dalam kategori sedang meskipun tidak terdapat perbedaan pada hasil uji t. Semakin baik seseorang mengendalikan dirinya, maka semakin positif pula perilakunya, karena seseorang memikirkan dengan baik apa yang ingin dilakukan (Putri dan Wahjudi, 2022).

Berdasarkan data demografi diketahui 20 subjek (28,6%) netral, dan 18 subjek (25,7%) memilih sesuai dengan diri mereka sendiri dalam kemampuan menahan godaan atau hal menarik apapun dengan baik, hal ini sesuai dengan salah satu dimensi pada kontrol diri De Ridder (2012), yaitu inhibisi dimana kemampuan seseorang dalam menahan godaan yang menarik. Hasil studi yang dilaksanakan oleh Kusumaningrum dan Wiyono (2020) yang mengungkapkan bahwa tingginya kemampuan kontrol diri pada seseorang, dapat membuat mahasiswa lebih memprioritaskan tujuan untuk dicapai, dan menghiraukan hal menarik

menyenangkan yang menghalangi tercapainya tujuan tersebut.

Data demografi penelitian ini menemukan bahwa sebanyak 20 (28,6%) subjek merasa dapat bekerja dengan efektif dalam menggapai target jangka panjang hal ini juga sesuai dengan salah satu dimensi kontrol diri (De Ridder, 2012) inisiasi yaitu kemampuan berperilaku yang sesuai dengan tujuan. Ini juga selaras dengan penelitian hasil yang dilakukan oleh Puteri dan Dewi (2021) menyatakan individu yang memiliki kemampuan untuk mengontrol perilaku, pola pikir, dan pengambilan keputusan untuk mengarahkan diri ke arah yang positif menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kontrol diri. Kontrol diri yang baik pada mahasiswa akan membuat dirinya mampu mengontrol agar dirinya tetap konsisten dalam proses mencapai tujuan (Puteri dan Dewi., 2021).

Data demografi penelitian ini juga menemukan bahwa sebanyak 22,9% atau 16 subjek menghasilkan keterangan bahwa mereka setuju dalam menolak hal-hal buruk, hal ini selaras dengan studi Paramitha dan Hamdan (2021) yang menyatakan mahasiswa dapat menolak hal yang dapat memberikan efek negatif pada dirinya meskipun itu menyenangkan. Arifin dan Milla (2020) menyatakan bahwa kontrol diri ialah kecakapan untuk mengelola tindakan agar individu bertingkah laku sesuai agar mencapai target jangka panjang. Kontrol diri juga digambarkan sebagai keputusan seseorang melalui penalaran kognitif untuk bertindak sesuai rencana yang direncanakan untuk menggapai suatu hasil berdasarkan target yang dicapai (Wulandari dan Mariskha, 2020). Beberapa faktor yang memengaruhi kontrol diri ada dua yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal ialah usia, sejalannya dengan bertambahnya umur maka bahkan unggul pula kontrol diri seseorang. Faktor eksternal adalah faktor yang terbentuk dari lingkungan (Arifin & Milla., 2020).

Terdapat beberapa kendala dan keterbatasan dalam penelitian ini. Saat pengambilan data pada subjek mahasiswa bekerja yang sedang berada di tempat bekerja, peneliti cemas hal ini membuat kurangnya fokus subjek dalam mengisi pernyataan kuesioner penelitian. *G-Form* kuesioner penelitian juga mengalami beberapa kendala, seperti kendala jaringan, adanya penolakkan responden, *barcode* yang tidak dapat diakses, serta kehilangan akses internet. Selain itu, penelitian ini hanya menguji satu variabel pada dua kelompok berbeda. Serta tidak menganalisis atau mengendalikan adanya faktor-faktor lain akan mungkin mempengaruhi perbedaan kontrol diri. Selain itu, Penelitian ini terbatas dalam hal lokasi dan jumlah subjek yang di gunakan dalam penelitian.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kontrol diri mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja di Banjarbaru menunjukkan bahwasanya tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Oleh karena itu dapat disimpulkan tidak ditemukan perbedaan kontrol diri mahasiswa bekerja dan mahasiswa tidak bekerja di Banjarbaru, atau dengan hipotesis nul (H0) diterima dan hipotesis alternatif (Ha) ditolak.

DAFTAR PUSTAKA

Amelia, D., & Rinaldi. (2019). Hubungan antara self control dengan perilaku konsumtif belanja online pada mahasiswa UNP. *Jurnal Riset Psikologi, 11*(2), 1–11.

Arifin, H. H., & Milla, M. N. (2020). Adaptasi dan properti psikometrik skala kontrol diri ringkas versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial, 18*(2), 179–195.

Boatman, A., & Long, B. T. (2016). Does financial aid impact college student engagement? Evidence from the Gates Millennium Scholars Program. *Research in Higher Education, 57*(6), 653–681.

Cheng, D. X., & Alcantara, L. (2004*). To work or not to work: The impact of work on*

students' college experience. Online Submission.

Daly, M., Delaney, L., Egan, M., & Baumeister, R. F. (2015). Childhood self-control and unemployment throughout the life span: Evidence from two British cohort studies. *Psychological Science, 26*(6), 709–723.

De Ridder, D. T., Lensvelt-Mulders, G., Finkenauer, C., Stok, F. M., & Baumeister, R. F. (2012). Taking stock of self-control: A meta-analysis of how trait self-control relates to a wide range of behaviors. *Personality and Social Psychology Review, 16*(1), 76–99.

Dinda, M. W., Putri, A. F., Zulianty, I., Azura, H., Dwina, U., Novella, G., & Dinda, S. R. (2024). Hubungan kecerdasan emosi dengan psychological well-being pada mahasiswa Universitas Negeri Padang. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan, 2*(1), 102–109.

Doe, R. , Castillo, M. and McKinney, A. (2017). Work personality and decision making styles among working and non-working students. *Open Journal of Social Sciences, 5*(6), 286–298.

Ghufron, M. N., & Suminta, R. R. (2010). *Teori-teori psikologi*. Ar-ruzz media.

Gie, T. L. (1995). *Cara belajar yang efisien: Sebuah buku pegangan untuk mahasiswa Indonesia, jilid II*. Liberti.

Hamdani. (2018). *Strategi belajar mengajar.* Bandung: Pustaka Setia.

Hiunata, C., & Linda, L. (2019). Academic buoyancy pada mahasiswa yang bekerja dan tidak bekerja di Jakarta. *Psibernetika*, *11*(2), 91–100.

Huda, N. (2020, January 24). UMKM kuliner tumbuh subur paling banyak di Banjarbaru. TribunBanjarbaru.com. https://banjarmasin.tribunnews.com/2020/01/24/umkm-kuliner-tumbuh-subur-paling-banyak-di-banjarbaru-berikut-data-dan-penjelasanya

Irwansyah, R. (2021). *Perkembangan peserta didik.* Bandung : Widina Bhakti Persada.

Jayani, D. H. (2021, May 3). Sebanyak 6,98% pelajar di Indonesia sekolah sambil kerja. Databoks. https://databoks.katadata.co.id/ketenagakerjaan/statistik/9b4fdfb71fe22df/sebanyak-698-pelajar-di-indonesia-sekolah-sambil-kerja

Jazimah, H. (2014). Implementasi manajemen diri mahasiswa dalam pendidikan islam. *MUDARRISA: Jurnal Kajian Pendidikan Islam, 6*(2), 221-250.

Katti, S. W. B., & Mutmainah, M. (2020). Penyuluhan pentingnya pembukuan UMKM sederhana dan tahapan penyusunan studi kelayakan usaha. *Jurnal Daya-Mas, 5*(2), 58–60.

Kusumaningrum, W., & Wiyono, B. D. (2020). Hubungan antara dukungan sosial, kontrol diri dengan motivasi berprestasi dalam penyelesaian skripsi mahasiswa. *Jurnal BK Unesa, 11*(5), 675–687.

Meiji, N. H. P. (2019). Pemuda (pe) kerja paruh waktu: Dependensi dan negosiasi (mahasiswa part time di Kota Malang, Jawa Timur, Indonesia). *Jurnal Studi Pemuda, 8*(1), 15–28.

Moffitt, T. E., Arseneault, L., Belsky, D., Dickson,N., Hancox, R. J., Harrington, H., & Sears, M. R. (2011). A gradient of childhood self control predicts health, wealth, and public safety. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 108*(7), 2693-2698.

Motte, A., & Schwartz, S. (2009). Are student employment and academic success linked?.

Mounsey, R., Vandehey, M., & Diekhoff, G. (2013). Working and non-working university students: Anxiety, depression, and grade point average. *College Student Journal, 47*(2), 379–389.

Paramitha, G. K., & Hamdan, S. R. (2021). Pengaruh self-control terhadap perilaku merokok mahasiswa selama pandemi COVID-19. *Jurnal Riset Psikologi, 1*(2), 132–139.

Permana, R. (2021). Penerapan manajemen pada diri mahasiswa dalam pendidikan Islam. *Jurnal Pendidikan Islam, 5*(1), 125–140

Prabawaningrum, A. B., & Sarajar, D. K. (2024). Studi komparatif regulasi diri dalam belajar pada mahasiswa yang ekerja dan mahasiswa yang tidak bekerja. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling, 14*(2), 348–363.

Puteri, A. P., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan antara kontrol diri dan dukungan sosial dengan motivasi belajar pada mahasiswa psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi, 8*(6), 1–13.

Putri, E. B., & Wahjudi, E. (2022). Pengaruh literasi finansial, inklusi keuangan, teman sebaya, dan kontrol diri terhadap perilaku menabung mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Akuntansi (JPAK), 10*(3), 217–231.

Qonitatin, N., Widyawati, S., & Asih, G. Y. (2011). Pengaruh katarsis dalam menulis ekspresif sebagai intervensi depresi ringan pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi, 9*(1), 21–32.

Rukmoroto, G. (2012). Motivasi belajar pada mahasiswa ditinjau dari status *bekerja* (Doctoral dissertation, Prodi Psikologi Unika Soegijapranata).

Ruscoe, G., Morgan, C. J., & Peebles, C. (1996). *Student who work*. Libra Publisher, Inc.

Santrock, J. W. (2011). *Life-span development perkembangan masa-hidup, Terj* (1st ed.). Erlangga.

Santrock, J. W. (2011). *Masa perkembangan anak*. Salemba Humanika.

Somadikarta, S. (1996). *Buku informasi Universitas Indonesia*. Depok : UI Press.

Stephenson, A. L., Heckert, D. A., & Yerger, D. B. (2020). Examining college student retention: A closer look at low self-control. *International Journal of Educational Management, 34*(5), 953–964.

Suci, R. R. (2008). Perbedaan self regulation pada mahasiswa yang bekerja dan mahasiswa yang tidak bekerja. *Inquiry, 1*(1), 34–48.

Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. (2003). https://jdih.kemdikbud.go.id/sjdih/diperpus/dokumen/salinan/UU_tahun2003_nomor020.pdf

Utami, A. T. (2020). Pengambilan risiko pada mahasiswa bekerja. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi, 25*(1), 111–132.

Wulandari, M., & Mariskha, S. E. (2020). Pengaruh efikasi diri dan kontrol diri terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. *Motiva: Jurnal Psikologi, 3*(1), 35–43

Yenni, D. (2007). Kuliah sambil kerja, why not. *Medan Bisnis*, 1.