

# BAB I

## PENDAHULUAN

Bab ini berisikan pendahuluan yang di dalamnya memuat deskripsi latar permasalahan penelitian tentang kontrol diri remaja, yang memuat latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan skripsi.

### 1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan sebuah dasar dan fondasi dalam rangka memajukan keberlangsungan hidup banyak individu. Oleh sebab itu maka hakikatnya melalui pendidikanlah individu dapat memperoleh informasi dan ilmu pengetahuan yang dapat digunakan untuk pengembangan diri berdasarkan kemampuan serta kesempatan yang dimiliki.

Tujuan utama pendidikan adalah yaitu untuk meningkatkan kecerdasan, pengetahuan atau wawasan, kepribadian, ahlak mulia serta keterampilan untuk dapat hidup mandiri dan mengikuti pendidikan lebih lanjut nantinya. Dengan kata lain pendidikan berperan sebagai faktor sentral dalam upaya pengembangan sumber daya manusia yang dalam konten penelitian ini yaitu peserta didik. Anak sekolah menengah pertama berada pada masa remaja, oleh sebab itu pemahaman perkembangan peserta didik pada tingkat remaja sangat penting dapat terintegrasi dalam sistem pendidikan yang berlaku (Nurihsan & Mubiar, 2013).

Remaja berasal dari kata latin *adolescence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Hurlock (2004, hlm. 206) menyatakan bahwa “Secara psikologis masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa”. Masa remaja adalah masa dimana perasaan remaja lebih peka sehingga menimbulkan jiwa yang sensitif terhadap diri dan lingkungannya. Remaja menjadi seseorang yang sangat mementingkan dirinya sendiri sehingga tidak menyukai hal-hal yang mengganggu identitas dirinya. Dalam mempertahankan identitasnya seringkali remaja kehilangan kontrol diri (Franken, 2015, hlm. 5).

Tugas perkembangan remaja merupakan suatu tugas yang muncul pada periode usia 12 tahun sampai sekitar usia 20 tahun dalam rentang kehidupan peserta didik. Pendidik khususnya guru profesional berkewajiban untuk membahagiakan dan menyejahterakan peserta didik, salah satu faktor yang dapat membahagiakan peserta didik yaitu apabila mereka mampu menuntaskan tugas-tugas perkembangannya (Nurihsan & Mubiar, 2013).

Yusuf (2009, hlm. 128) menyatakan peserta didik sekolah menengah yang umumnya remaja dikatakan memiliki kematangan emosional jika sudah mampu mengontrol emosinya (*self-control*), dalam arti mampu mengendalikan diri dari perasaan, keinginan, atau perbuatan tertentu yang apabila diperturutkan akan berdampak kurang baik terhadap dirinya, namun pada kenyataannya tidak semua remaja dapat mengelola emosinya. Remaja terkadang berlebihan dalam mengekspresikan perasaan bahagia. Begitupun sebaliknya apabila sedang mengalami tekanan, kesedihan, perasaan benci, diekspresikan berlebihan dengan cara menyakiti dan cenderung bersifat agresif (Pujayanti, 2014, hlm.2).

Setiap orang memerlukan kebebasan untuk menjadi kreatif dan mengaktualisasi diri. Di sisi lain, kontrol diri diperlukan sebagai regulasi atas dorongan dan kemampuan yang dimiliki, baik secara fisik, psikis, maupun perilaku. Selain itu, faktor kematangan biologis yang tidak disertai dengan kemampuan mengontrol diri, cenderung akan berakibat negatif, dan terjadinya hubungan seksual pranikah di masa pacaran remaja (Dariyo, 2004, hlm. 90).

Kontrol diri merupakan salah satu kebutuhan remaja yang harus dipenuhi (Yudrik, 2011), karena remaja pada umumnya berada pada masa badai dan tekanan (Arnett dalam Gunarsa, 2004). Remaja berada pada masa badai dan tekanan (*storm and stress*) karena remaja telah memiliki keinginan untuk bebas menentukan nasib sendiri, jika terarah dengan baik maka ia akan menjadi seseorang yang memiliki rasa tanggung jawab (Ardina, 2014).

Setiap remaja memiliki tingkat kontrol diri yang berbeda-beda. Remaja dengan kontrol diri yang rendah rentan melanggar aturan tanpa memikirkan efek jangka panjang hingga melakukan perilaku menyimpang, adapun remaja dengan kontrol diri yang tinggi akan menyadari perilaku yang dilakukannya dengan memikirkan akibat (Pamella, 2013, hlm. 5).

Kontrol diri memiliki kapasitas besar dalam memberikan perubahan positif pada kehidupan seseorang (Tangney dkk, 2004). Secara umum kontrol diri yang rendah mengacu pada ketidakmampuan individu menahan diri dalam melakukan sesuatu serta tidak memedulikan konsekuensi jangka panjang. Sebaliknya, individu dengan kontrol diri yang tinggi dapat menahan diri dari hal-hal yang berbahaya dengan mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang (Ray, 2011).

Kontrol diri yang baik erat kaitannya dengan perilaku yang positif, sebaliknya kontrol diri yang buruk seringkali berhubungan dengan keadaan yang negatif misalnya peningkatan dan keluhan gejala psikopatologis, peningkatan terhadap gangguan penyalahgunaan obat-obatan, alkohol dan makanan (Tangney, dkk., 2004).

Sebagai seorang pelajar, yang bertugas untuk belajar, peserta didik yang mempunyai kontrol diri yang tinggi, mereka akan mampu memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku. Mereka mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi, mempertimbangkan konsekuensinya sehingga mampu memilih tindakan dan melakukannya dengan meminimalkan akibat yang tidak diinginkan. Mereka mampu mengatur stimulus sehingga dapat menyesuaikan perilakunya kepada hal-hal yang lebih menunjang belajarnya (Suwarti, 2002). Kontrol diri mempengaruhi tingkat kejujuran peserta didik dalam proses pembelajaran, sejalan dengan yang dikemukakan oleh Baumeister et al (2009) yaitu bahwa kejujuran bergantung pada pengendalian diri, maka keadaan situasional dari kemampuan seseorang untuk mengendalikan diri harus menentukan bagaimana orang merespons peluang untuk melakukan kecurangan.

Hasil-hasil penelitian terdahulu menemukan bahwa kontrol diri yang tinggi sangat berhubungan dengan penurunan resiko masalah psikososial diantaranya kenakalan dan sikap agresivitas pada remaja (Finkenauer, dkk, 2005). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh empati dan kontrol diri secara bersama-sama terhadap agresivitas. Secara spesifik, penelitian ini menemukan bahwa *behavior control* dan *decisional control* dari aspek *self control* memiliki pengaruh terhadap agresivitas remaja, karena semakin rendah tingkat *behavior control* dan *decisional control* maka akan semakin tinggi tingkat agresivitas remaja. (Badriyah, 2013). Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa ada hubungan

yang positif dan signifikan antara kontrol diri dengan prestasi belajar peserta didik, dengan demikian semakin baik kontrol diri pada peserta didik maka semakin tinggi prestasi belajar peserta didik, sebaliknya semakin kurang kontrol diri pada peserta didik maka semakin rendah prestasi belajar peserta didik (Cholisah, 2016).

Penelitian Gottfredson dan Hirschi's tentang "A general theory of crime" menjelaskan bahwa rendahnya kontrol diri pada individu dapat menyebabkan terjadinya perilaku kejahatan (Praptiani, 2013). Lalu hasil penelitian yang dilakukan oleh Arneklev (2006, hlm. 41) menunjukkan "...sikap pengendalian diri yang rendah adalah prediktor yang relatif kuat dari kejahatan daripada perilaku ceroboh." Penelitian ini merupakan pengujian kembali pada teori Gottfredson dan Hirschi dengan menggunakan perilaku ceroboh sebagai pengganti perilaku kejahatan (Pujayanti, 2014: 5).

Penelitian Febrianty tentang "Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku agresif peserta didik" pada tahun 2016 menjelaskan bahwa hubungan kontrol diri dengan perilaku agresif peserta didik berada pada kategori sedang dan arah hubungan berbanding terbalik, yang berarti semakin tinggi tingkat kontrol diri yang dimiliki peserta didik, maka akan semakin rendah kecenderungan peserta didik untuk terlibat dalam perilaku agresif (Febrianty, 2016: 55).

Penelitian Pamela (2013) tentang "Hubungan kontrol diri dengan kenakalan remaja serta implikasinya bagi layanan bimbingan dan konseling" menunjukkan bahwa peserta didik perempuan lebih mampu mengendalikan dirinya daripada peserta didik laki-laki, penelitian ini mendukung teori Gottfredson & Hirschi yang mengemukakan bahwa terdapat perbedaan tingkat kontrol diri antara laki-laki dan perempuan, perbedaan tersebut yaitu laki-laki memiliki tingkat kontrol diri lebih rendah daripada perempuan sehingga banyak ditemukan melakukan tindakan negatif dan menyimpang. Dalam teorinya, tindakan negatif dan menyimpang tersebut terkait dengan perilaku kriminal dan kenakalan (Andaryani, 2013).

Penelitian Sorensen menemukan bahwa mayoritas perempuan memulai perilaku masturbasi pada usia 12 tahun, sedangkan laki-laki pada usia 14 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa perempuan mengalami pubertas lebih awal dibandingkan dengan laki-laki (Steinberg, 1993, hlm. 358). Studi lain melaporkan

bahwa setengah dari remaja laki-laki dan seperempat dari remaja perempuan memiliki fantasi erotis yang dilampiaskan kepada masturbasi (Steinberg, 1993, hlm. 358), Yang menandakan bahwa laki-laki lebih tidak dapat mengontrol perilaku seksual nya dibandingkan dengan perempuan. Dari beberapa penelitian terdahulu dan pendapat yang dikemukakan oleh para ahli, dapat disimpulkan bahwa terdapat hasil penelitian yang berbeda terkait tingkat kontrol diri remaja laki-laki dan perempuan.

Pada UU Sisdiknas No. 20 Tahun 2003, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Bahkan dalam pengertian pendidikan menurut UU Sisdiknas No. 20 Tahun 2003 adalah salah satunya agar peserta didik memiliki kemampuan kontrol diri atau pengendalian diri. Peserta didik yang memiliki kemampuan kontrol diri akan mampu mengontrol perilakunya sehingga terhindar dari perilaku negatif, Sesuai dengan tugas perkembangan menurut William Kay (Yusuf, 2014:72) bahwa remaja harus memperkuat *self control* atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip atau falsafah hidup.

Berdasarkan fakta-fakta yang ada, penelitian mengenai kecenderungan kontrol diri Peserta didik di Sekolah Menengah Pertama Negeri perlu dilakukan dengan pertimbangan kontrol diri termasuk dalam bidang pribadi peserta didik (Nurlaelasari, 2013: 4). Berdasarkan pengamatan peneliti selama bekerja sebagai guru BK dan melakukan PPL di sekolah tersebut (7 bulan) serta studi pendahuluan dengan wawancara kepada dua orang guru BK lainnya di SMP Negeri 10 Bandung (24 November 2016), dapat disimpulkan bahwa Peserta didik SMP Negeri 10 Bandung memiliki tingkat kontrol diri yang rendah (7 dari 10 kasus pelanggaran didasari oleh kurangnya keterampilan kontrol diri yang dimiliki peserta didik) sehingga berdampak pada perilaku negatif di sekolah maupun di lingkungannya, serta 8 dari 10 kasus pelanggaran dan penyimpangan dilakukan oleh peserta didik laki-laki.

Bertitik tolak dari pentingnya untuk memahami dan meningkatkan kontrol diri (*self control*) remaja yang berbeda antara laki-laki dan perempuan, peneliti berfokus pada program bimbingan pribadi-sosial yang dapat diimplementasikan di sekolah.

## 1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

Peserta didik Sekolah Menengah Pertama berada pada masa remaja. Pada proses perkembangannya remaja mengalami berbagai macam permasalahan. Dalam hal ini, remaja membutuhkan lingkungan yang tepat untuk membimbing dan mengarahkan kemampuan untuk mengendalikan dirinya dengan baik.

Terdapat banyak perbedaan yang mendasar pada diri setiap remaja, salah satunya yaitu perbedaan jenis kelamin. Remaja laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan tingkat kontrol diri yang harus diketahui dan dipahami oleh dirinya masing-masing dan juga oleh guru bimbingan dan konseling.

Kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam menguasai aspek-aspek kontrol diri, yaitu kemampuan mengontrol perilaku, mengolah informasi dan mengambil keputusan. Kemampuan mengontrol diri termasuk dalam bidang pribadi peserta didik. Guru BK/konselor dapat memberikan bantuan kepada peserta didik dalam bentuk layanan dasar pada bidang pribadi (Nurlaelasari, 2013, hlm. 4).

Menurut Zulkaida (2007, hlm. 2), peserta didik dengan kontrol diri yang tinggi cenderung menganggap bahwa kemampuan (*ability*), keterampilan (*skill*), dan usaha (*efforts*) akan lebih menentukan pencapaian dalam hidup mereka, termasuk pencapaian kariernya.

Melalui studi dokumentasi, merujuk kepada buku wawancara dan panggilan Peserta didik, kasus pelanggaran yang dilakukan oleh peserta didik didominasi oleh kontrol diri yang rendah serta peserta didik yang mendominasi melakukan pelanggaran adalah peserta didik laki-laki (8 dari 10 kasus).

Pokok permasalahan yang akan dibahas penulis dalam penelitian ini adalah perbandingan kontrol diri remaja berdasarkan jenis kelamin di SMP Negeri 10 Bandung.

Dari latar belakang dan identifikasi masalah di atas dapat dirumuskan permasalahan penelitian ini sebagai berikut :

- 1) Bagaimana gambaran tingkat kontrol diri peserta didik SMP Negeri 10 Bandung?
- 2) Bagaimana gambaran tingkat kontrol diri pada aspek *restraint* dan *impulsivity* peserta didik SMP Negeri 10 Bandung?
- 3) Apakah terdapat perbedaan kecenderungan tingkat kontrol diri pada aspek *restraint* dan *impulsivity* peserta didik berdasarkan jenis kelamin di SMP Negeri 10 Bandung?
- 4) Bagaimana rancangan program yang diberikan untuk meningkatkan kontrol diri peserta didik SMP Negeri 10 Bandung?

### 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, dapat disimpulkan bahwa tujuan umum dari penelitian ini adalah mendeskripsikan kecenderungan kontrol diri berdasarkan jenis kelamin pada peserta didik di SMP Negeri 10 Bandung pada tahun ajaran 2016/2017. Adapun tujuan khusus dari penelitian ini yaitu

- 1) Untuk mendeskripsikan bagaimana kecenderungan tingkat kontrol diri peserta didik SMP Negeri 10 Bandung secara umum.
- 2) Untuk mendeskripsikan bagaimana kecenderungan tingkat kontrol diri pada aspek *restraint* dan *impulsivity* peserta didik SMP Negeri 10 Bandung.
- 3) Untuk mendeskripsikan apakah terdapat perbedaan kecenderungan tingkat kontrol diri pada aspek *restraint* dan *impulsivity* pada peserta didik laki-laki dan perempuan di SMP Negeri 10 Bandung.
- 4) Merancang program bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kontrol diri peserta didik SMP Negeri 10 Bandung

### 1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak dan dari hasil penelitian yang akan dilakukan diharapkan dapat diperoleh manfaat sebagai berikut:

#### 1.4.1 Segi Teoritis

Dalam tataran teoritis, penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk:

- a. Menambah khazanah keilmuan dalam bidang Bimbingan dan Konseling terutama terkait kontrol diri remaja serta layanan bimbingan dan konseling yang dapat dijadikan referensi bagi penelitian selanjutnya.
- b. Dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan terkait kontrol diri bagi para peserta didik pada umumnya, konselor dan mahasiswa Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan.
- c. Memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan khususnya, dalam bidang Bimbingan dan Konseling tentang perbandingan tingkat kontrol diri remaja berdasarkan jenis kelamin.

#### **1.4.2 Segi Praktis**

Dalam tataran praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan sebagai berikut:

- a. Bagi kalangan profesi seperti guru bimbingan dan konseling atau konselor sekolah, penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan bagi keperluan bimbingan dan konseling dalam upaya untuk memahami kondisi peserta didik sehingga dapat menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya, khususnya dalam hal ini kontrol diri peserta didik yang masih rendah. Dengan informasi tersebut dapat diupayakan dalam pembuatan program bimbingan dan konseling pribadi sosial sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Informasi atau data tersebut berguna untuk membimbing dan mengarahkan peserta didik pada tingkat kontrol diri yang tinggi.
- b. Bagi mahasiswa Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, penelitian ini dapat dijadikan bekal ketika praktek kuliah ke sekolah untuk memahami kondisi perbedaan kontrol diri peserta didik yang nyata di lapangan.
- c. Bagi peserta didik, penelitian ini dapat dijadikan bekal pengetahuan untuk mengenal dan memahami kemampuan kontrol dirinya dalam mengendalikan perilaku nya sehari-hari.

#### **1.5 Sistematika Penulisan Skripsi**



Sistematika dari skripsi ini terdiri atas lima bab, rinciannya adalah sebagai berikut:

Bab I merupakan pendahuluan yang menguraikan latar belakang penelitian, rumusan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan skripsi.

Bab II merupakan kajian teoritis yang membahas tentang konsep dasar kontrol diri.

Bab III merupakan metode penelitian, yang menguraikan pendekatan dan metode penelitian, lokasi dan subjek penelitian, definisi operasional, instrumen penelitian, teknik analisis data dan analisis data.

Bab IV menguraikan hasil penelitian dan pembahasan yang diperoleh di lapangan tentang kontrol diri.

Bab V merupakan kesimpulan dan rekomendasi hasil penelitian.