

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Kontrol Diri

##### 1. Pengertian Kontrol Diri

Setiap individu memiliki suatu mekanisme yang dapat membantu mengatur dan mengarahkan perilaku, yaitu kontrol diri (*self control*).<sup>1</sup>

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaannya.<sup>2</sup>

Tangney sebagaimana yang dikutip oleh Iga Serpaning Aroma menjelaskan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai, dan aturan di masyarakat agar mengarah pada perilaku positif.<sup>3</sup>

Calhoun dan Acocella sebagaimana dikutip oleh M.Nur Ghufro mendefinisikan kontrol diri (*self control*) sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian

---

<sup>1</sup>M. Shofaul Huda, "Self Control Siswa Pelaku Bullying Studi Kasus di Pondok Pesantren Ar-Risalah Lirboyo Kota Kediri", (Skripsi: Sekolah Tinggi Agama Islam STAIN Kediri, 2015), 7

<sup>2</sup>M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, 21

<sup>3</sup>Iga Serpaning Aroma, 3

proses yang membentuk dirinya sendiri. Goldfried dan Merbaum mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif.<sup>4</sup>

Berk sebagaimana yang dikutip oleh Bernardus Widodo mengartikan pengendalian diri sebagai kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidaksesuai dengan norma sosial. Pengendalian diri atau kontrol diri merupakan seperangkat tingkah laku yang berfokus pada keberhasilan mengubah diri pribadi, keberhasilan menangkal perusakan diri, perasaan mampu pada diri sendiri, perasaan mandiri atau bebas dari pengaruh orang lain, serta seperangkat tingkah laku yang berfokus pada tanggungjawab atas diri pribadi.<sup>5</sup>

Dalam kontrol diri, orang memanipulasi kejadian-kejadian di lingkungannya untuk mengendalikan perilaku mereka. Kontrol diri melibatkan dua respon yang saling berkaitan. Pertama, ada respon mengendalikan yang memengaruhi lingkungan untuk mengubah probabilitas respon kedua atau respon terkendalikan.<sup>6</sup>

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kontrol diri (*self control*) adalah sebagai suatu sikap dan keyakinan ketika seorang individu dapat membuat keputusan dan mengambil tindakan yang efektif untuk

---

<sup>4</sup> M. Nur Ghufro dan Rina Risnawita S, 22

<sup>5</sup> Bernardus Widodo, "Perilaku Disiplin Siswa Ditinjau dari Aspek Pengendalian Diri (*Self Control*) dan Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) pada Siswa SMK Wonoasri Caruban Madiun", *Widya Warta*, 01 (Januari, 2003), 143

<sup>6</sup> Richard Nelson Jones, *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*, terj. Helly Prajitno Soetjipto dan Sri Mulyantini Soetjipto (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), 424

mencapai hasil yang diharapkan oleh diri sendiri atau masyarakat, serta dapat menahan diri untuk bertindak yang merugikan.

## 2. Manfaat Kontrol Diri

Menurut Christoper dan Albert sebagaimana dikutip oleh Frisa Nurmaulasari dalam skripsinya, terdapat manfaat teori *self control* yang meliputi hal-hal di bawah ini<sup>7</sup> :

- a. Pengendalian setiap individu berbeda, dimana mereka yakin dapat menjalankan kehidupannya.
- b. Pengendalian diri atau *self control* tergantung pada interaksi antar individu dengan lingkungannya. Dan juga tergantung pada faktor disposisi dalam diri dan juga lingkungannya.
- c. Faktor penting dalam pengendalian diri adalah keyakinan bahwa kita dapat memengaruhi, memilih alternatif yang ada, membuat konsekuensi dan mematuhi.
- d. Dalam beberapa situasi, kemampuan *self control* yang kuat sangat diperlukan supaya kita bertahan, beradaptasi, dan mampu menghadapi perubahan dan kekurangberuntungan.
- e. *Self control* menjadi faktor pendukung mencapai kesuksesan dan menghambat kegagalan. Oleh karena itu, individu memerlukan tingkat *self control* yang berbeda untuk menghadapi persoalan di dalam kehidupannya.

---

<sup>7</sup>Frisa Nurmaulasari, "Pengaruh *Self Control* terhadap Agresivitas Siswa SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri", (Skripsi: Sekolah Tinggi Agama Islam Kediri, 2014), 14-15

### 3. Dimensi Kontrol Diri

Dikutip oleh Frisa Nurmaulasari, ada lima aspek dimensi kontrol diri (*Self control*) menurut Tangney, Baumeister, dan Boone. Kelima dimensi tersebut yaitu<sup>8</sup> :

a. Kedisiplinan diri (*self discipline*)

Yaitu mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri. Maksudnya adalah individu mampu memfokuskan diri saat melakukan tugas, mampu menahan diri dari hal-hal yang dapat mengganggu konsentrasinya.

b. Tindakan yang tidak impulsif (*deliberate/ non-impulsif*),

Yaitu kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati-hati dan tidak tergesa-gesa. Ketika individu sedang bekerja, ia cenderung tidak mudah teralihkan. Individu ini tergolong *non-impulsive*, mampu bersifat tenang dalam mengambil keputusan dan bertindak.

c. Pola hidup sehat (*healthy habits*)

Yaitu kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu. Individu dengan *healthy habits* akan menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menyenangkan. Individu ini akan mengutamakan hal-hal yang memberikan dampak positif bagi dirinya, meskipun dampak tersebut tidak diterima secara langsung.

---

<sup>8</sup>Ibid., 16



d. Etika kerja (*work ethic*)

Aspek ini berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri mereka di dalam layanan etika bekerja. Individu ini akan mampu memberikan perhatiannya pada pekerjaan yang sedang dilakukannya.

e. *Reliability*

Yaitu penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam perencanaan jangka panjang untuk pencapaian tertentu. Individu ini secara konsisten akan mengatur perilakunya untuk mewujudkan setiap perencanaannya.

Berdasarkan aspek kontrol diri di atas, maka peneliti menggunakan aspek kontrol diri dari Tangney, Baumeister, dan Bonne untuk penyusunan skala penelitian yang terdiri dari *self discipline*, *deliberate/ non-impulsive*, *healthy habits*, *work ethic*, dan *reliability*.

#### 4. Perkembangan Kontrol Diri

Kemampuan mengontrol diri berkembang seiring dengan bertambahnya usia. Salah satu tugas perkembangan yang harus dikuasai remaja adalah mempelajari apa yang diharapkan oleh kelompok darinya dan kemudian mau membentuk perilakunya agar sesuai dengan harapan sosial tanpa harus dibimbing, diawasi, didorong, dan diancam seperti hukuman yang dialami ketika kanak-kanak.<sup>9</sup>

Pada remaja, kemampuan mengontrol diri berkembang seiring dengan kematangan emosi. Remaja dikatakan sudah mencapai kematangan

---

<sup>9</sup> M. Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, 28

emosi bila pada akhir masa remajanya tidak meledak emosinya di hadapan orang lain. Akan tetapi, menunggu saat dan tempat yang tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih diterima.

Berdasarkan teori Piaget, remaja telah mencapai tahap formal dalam kemampuan kognitif. Oleh karenanya remaja mampu mempertimbangkan suatu kemungkinan untuk menyelesaikan suatu masalah dan mempertanggungjawabkannya. Ketika seorang individu mulai memasuki usia dewasa, ia akan mampu menjadi individu yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan siap menerima kedudukan dalam masyarakat.<sup>10</sup>

## **B. Kepatuhan**

### **1. Pengertian Kepatuhan**

Kepatuhan adalah fenomena yang mirip dengan penyesuaian diri. Perbedaannya terletak pada segi pengaruh legitimasi (kebalikan dengan paksaan atau tekanan sosial), dan selalu terdapat suatu individu, yakni si pemegang otoritas.<sup>11</sup>

*Obedience* (kepatuhan) didefinisikan sebagai sikap berdisiplin atau perilaku taat terhadap suatu perintah maupun aturan yang ditetapkan, dengan penuh kesadaran. Kepatuhan sebagai perilaku positif dinilai sebagai sebuah pilihan. Artinya individu memilih untuk melakukan, mematuhi, merespon secara kritis terhadap aturan, hukum, norma sosial,

---

<sup>10</sup>Ibid., 29

<sup>11</sup>Goerge Boeree, *Psikologi Sosial*, terj.Ivan Taniputra (Yogyakarta: Ar-Ruz Media, 2008), 139

permintaan maupun keinginan dari seseorang yang memegang otoritas ataupun peran penting.<sup>12</sup>

Kepatuhan adalah suatu kondisi yang tercipta dan berbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan dan ketertiban. Sikap atau perbuatan yang dilakukan bukan lagi atau sama sekali tidak dirasakan sebagai beban, bahkan sebaliknya akan mebebani dirinya bila mana ia tidak dapat berbuat sebagaimana lazimnya.<sup>13</sup>

Dikutip oleh Septi Kusumadewi, Milgram menjelaskan bahwa kepatuhan adalah sikap yang menunjukkan rasa patuh dengan menerima dan melakukan tuntutan atau perintah dari orang lain. Hal ini serupa dengan pendapat Blass bahwa kepatuhan adalah menerima perintah-perintah dari orang lain.<sup>14</sup>

Baron dkk. sebagaimana dikutip oleh R.Rr Husnul Khotimah menjelaskan bahwa kepatuhan (*obedience*) merupakan salah satu jenis dari pengaruh sosial, yaitu ketika seseorang menaati dan mematuhi permintaan orang lain untuk melakukan tingkah laku tertentu karena adanya unsur *power*. *Power* ini diartikan sebagai suatu kekuatan atau kekuasaan yang memiliki pengaruh terhadap seseorang atau lingkungan

---

<sup>12</sup> Anita Dwi Rahmawati, 3

<sup>13</sup> "Pengertian Kepatuhan", <http://www.psychologymania.com/2012/08/pengertian-kepatuhan.html>, diakses tanggal 1 Maret 2016

<sup>14</sup> Septi Kusumadewi, 16

tertentu. Pengaruh sosial ini dapat memberikan dampak positif atau negatif terhadap perilaku individu tersebut.<sup>15</sup>

Kepatuhan dapat terjadi dalam bentuk apapun, selama individu tersebut melakukan perilaku taat terhadap sesuatu atau seseorang. Sedangkan peraturan diartikan sebagai tatanan, petunjuk, atau ketentuan tentang sesuatu yang boleh dilakukan atau tidak dilakukan. Peraturan memiliki tujuan untuk mengarahkan anggota masyarakat agar tercipta suatu pola kehidupan yang tertib. Patuh terhadap peraturan berarti perilaku taat dan patuh terhadap peraturan yang berlaku, memiliki sikap menerima serta ihlas melaksanakan peraturan-peraturan yang berlaku dengan keteguhan hati tanpa paksaan.<sup>16</sup>

## 2. Faktor-faktor yang Memengaruhi Kepatuhan

Sikap kepatuhan yang ditunjukkan akan selalu dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri individu, sedangkan faktor internal adalah faktor-faktor yang berasal dari diri individu. Pengaruh yang ditimbulkan tidak dapat dihindari karena merupakan bagian dari pembelajaran yang dilakukan.<sup>17</sup>

---

<sup>15</sup>R.Rr Husnul Khotimah, "Kepatuhan Anak Terlantar Terhadap Peraturan Studi Kasus di Unit Pelaksanaan Teknis (UPT) Pelayanan Sosial Asuhan Anak Asrama Kediri Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur Tahun 2013" (Skripsi: Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri STAIN Kediri, 2013), 8

<sup>16</sup> Septi Kusumadewi, 21

<sup>17</sup>Nurul Hamidah, "Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Kepatuhan Santri Putri Pondok Pesantren Al-Amien Kediri", (Skripsi: Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri STAIN Kediri, 2011), 26



Thomas Blass sebagaimana yang dikutip oleh Mohamad Toha pada wacana eksperimen yang dilakukan oleh Millgram menguraikan bahwa ada tiga hal yang nantinya bisa memengaruhi tingkat kepatuhan seseorang.<sup>18</sup> Faktor-faktor ini ada yang bisa berpengaruh pada setiap keadaan namun ada juga berpengaruh pada situasi yang bersifat kuat dan ambigu saja.

a. Kepribadian

Faktor kepribadian adalah faktor internal yang dimiliki individu. Faktor ini berperan kuat memengaruhi intensitas kepatuhan ketika berada pada situasi yang lemah dan pilihan-pilihan yang ambigu dan mengandung banyak hal. Dan faktor ini tergantung pada dimanakah individu tumbuh dan peranan pendidikan yang diterimanya.

Kepribadian cukup dipengaruhi oleh kondisi lingkungan sosial kemasyarakatan dan budaya setempat. Kepribadian dipengaruhi nilai-nilai dan perilaku tokoh panutan atau teladan. Bahkan kepribadian juga dipengaruhi metode pendidikan yang digunakan. Adapun pendidikan adalah salah suatu kegiatan usaha manusia untuk meningkatkan kepribadian atau proses perubahan perilaku menuju kedewasaan dan penyempurnaan kehidupan manusia.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa kondisi lingkungan di Pondok Pesantren memberikan pengaruh besar terhadap perilaku patuh santri terhadap peraturan. Hal ini dapat

---

<sup>18</sup> Mohamad Toha, "*Kepatuhan Pengendara Sepeda Motor di Simpang Lima Gumul*", (Skripsi: Sekolah Tinggi Agama Islam STAIN Kediri, 2015), 10

didukung dengan pemberian contoh atau teladan yang baik dari pengasuh ataupun pengurus, serta metode pendidikan yang diberikan untuk meningkatkan sikap kepatuhan juga harus diberikan dengan baik.

b. Kepercayaan

Suatu perilaku yang ditampilkan individu kebanyakan berdasarkan pada keyakinan yang dianut. Sikap loyalitas pada keyakinannya akan memengaruhi pengambilan keputusan. Suatu individu akan lebih mudah mematuhi peraturan yang didoktrinkan oleh kepercayaan yang dianut. Perilaku patuh berdasarkan kepercayaan juga disebabkan adanya penghargaan dan hukuman yang berat.

c. Lingkungan

Nilai-nilai yang tumbuh dalam suatu lingkungan nantinya juga akan memengaruhi proses internalisasi yang dilakukan oleh individu. Lingkungan yang kondusif dan komunikatif akan mampu membuat individu belajar tentang arti sebuah aturan dan kemudian menginternalisasikan dalam dirinya dan ditampilkan lewat perilaku. Lingkungan yang cenderung otoriter akan membuat individu mengalami proses internalisasi dengan keterpaksaan.

Kepatuhan yang dibentuk pada lingkungan kondusif akan membuat individu merasakan manfaat yang besar dan memakainya dalam jangka waktu yang lebih lama. Penanaman nilai dilakukan

dengan komunikasi yang efektif antara pihak yang berwenang dan pihak yang melakukan kewenangan. Proses ini akan mendasari perilakunya pada lingkungan yang baru, proses adaptasi yang dijalani akan lebih mudah

### 3. Faktor-faktor yang Dapat Meningkatkan Kepatuhan

Salah satu cara untuk menimbulkan ketaatan dan kepatuhan adalah dengan meningkatkan tekanan terhadap individu untuk menampilkan perilaku yang diinginkan melalui ganjaran, hukuman atau ancaman.<sup>19</sup> Semua itu merupakan insentif pokok untuk mengubah perilaku seseorang berdasarkan eksperimen dari Stanford Milgram. Dimana jika fokusnya adalah santri putri Pondok Pesantren Al-Amien bilamana mereka melanggar peraturan Shalat berjamaah mereka mendapat hukuman. Dalam batas-batas tertentu, semakin besar ganjaran, ancaman, atau hukuman, semakin besar ketaatan dan kepatuhan yang akan timbul. Sehingga akan ada dampak perilaku konkrit yang positif terhadap perilaku patuh shalat berjamaah.

Kepatuhan juga dapat dipengaruhi melalui peniruan dan imitasi. Individu cenderung melakukan apa saja yang mereka lihat oleh orang lain, bilamana seseorang bertindak agresif maka orang lainpun akan bertindak lebih agresif. Efek yang sama juga terjadi pada ketaatan dan kepatuhan dimana bila seseorang melihat orang lain tidak patuh maka

---

<sup>19</sup> R. Rr Husnul Khotimah, 16

seseorang yang melihatnya akan lebih menjadi kurang patuh. Efek ini diperlihatkan oleh Bryan dan Test dalam penelitiannya.<sup>20</sup>

#### 4. Dimensi Kepatuhan

Kepatuhan terhadap peraturan memiliki dimensi-dimensi yang mengacu pada dimensi kepatuhan. Blass (1999) sebagaimana yang dikutip oleh Septi Kusumadewi menjelaskan bahwa seseorang dapat dikatakan patuh terhadap orang lain apabila seseorang tersebut memiliki tiga dimensi kepatuhan yang terkait dengan sikap dan tingkah laku patuh. Berikut dimensi-dimensi kepatuhan tersebut:<sup>21</sup>

##### a. Mempercayai (*belief*)

Kepercayaan terhadap tujuan dari kaidah-kaidah bersangkutan, terlepas dari perasaan atau nilai-nilainya terhadap kelompok atau pemegang kekuasaan maupun pengawasannya.

##### b. Menerima (*accept*)

Menerima dengan sepenuh hati perintah atau permintaan yang diajukan oleh orang lain.

##### c. Melakukan (*act*)

Melakukan isi perintah atau permintaan dari orang lain secara sadar.

Peneliti menggunakan dimensi kepatuhan dari Blass sebagai acuan untuk mengukur kepatuhan terhadap peraturan shalat berjama'ah pada santri putri di Pondok Pesantren Al-Amien Kota Kediri.

---

<sup>20</sup> Ibid.,

<sup>21</sup> Septi Kusumadewi, 22



### **3. Hubungan Kontrol Diri dengan Kepatuhan Shalat Berjamaah pada Santri Putri di Pondok Pesantren Al-Amien Kota Kediri ditinjau dari Tingkat Pendidikan**

Kontrol diri sering kali diartikan sebagai kemampuan individu untuk mengarahkan dan membimbing bentuk perilaku yang dapat membawa dirinya ke arah positif. Sedangkan kepatuhan didefinisikan sebagai perilaku taat dan patuh terhadap perintah dan peraturan yang ditetapkan dengan penuh kesadaran. Kepatuhan terhadap peraturan berarti berperilaku sesuai aturan dan perintah yang diberikan agar sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku.

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kontrol diri memiliki hubungan yang signifikan dengan kepatuhan. Sikap atau perilaku taat terhadap aturan tidak hanya didasarkan pada norma sosial yang berlaku saja, namun dibutuhkan dorongan dalam diri individu sendiri yang berupa pengendalian diri. Pengendalian diri (*self control*) merupakan upaya atau keinginan untuk menumbuhkan keteraturan diri, ketaatan pada peraturan yang muncul dari kesadaran internal individu akan pikiran-pikiran dan perasaannya.<sup>22</sup>

Hal ini sejalan dengan teori Averill, bahwa kontrol diri merupakan salah satu faktor dari perilaku individu, dimana perilaku dalam penelitian ini adalah kepatuhan. Dan sejalan dengan teori Blass bahwa kepatuhan disebabkan oleh kepribadian dan kepercayaan seseorang merupakan

---

<sup>22</sup>Anita Dwi Rahmawati, 5

kemampuan seseorang dalam mengontrol diri. Semakin tinggi kontrol diri seseorang maka akan memberikan dampak positif bagi individu tersebut. Selain itu hal ini juga sejalan dengan teori dari Tangney, Baumeister, dan Booner, bahwa semakin tinggi kontrol diri seseorang maka akan memberikan dampak positif bagi dirinya.<sup>23</sup>

Pada penelitian yang telah dilakukan oleh Anita Dwi Rahmawati dengan judul Kepatuhan Santri Terhadap Aturan di Pondok Pesantren. Hasil penelitian menyebutkan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan santri diantaranya: kondisi psikologis santri seperti rasa bosan, malas, lelah, *badmood*, kurang bisa mengatur waktu, pelampiasan, rasa tanggung jawab, kesadaran diri dan kontrol diri.

Santri yang memiliki kesadaran diri akan tugas dan kewajiban di pondok pesantren mampu menunjukkan tanggung jawab terhadap setiap tindakan yang dilakukan sehingga mampu memilah baik dan buruk suatu tindakan. Tanggung jawab yang dimiliki santri akan membentuk kontrol diri yang mana dapat membantu santri untuk mengendalikan pengaruh buruk dari lingkungan dan kondisi negatif dalam diri santri seperti malas dan bosan.<sup>24</sup>

Sesuai dengan penjelasan tersebut maka kontrol diri memiliki hubungan dengan kepatuhan shalat berjama'ah pada santri putri di Pondok Pesantren Al-Amien. Santri yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan berperilaku taat dan patuh terhadap aturan shalat berjama'ah karena memiliki

---

<sup>23</sup>Geo Persada Amriel dan Ike Herdiana, "Hubungan Kontrol Diri dengan Kepatuhan Berlalu Lintas pada Remaja Pengendara Sepeda Motor di Surabaya" (Jurnal Penelitian: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, 2015), 113

<sup>24</sup>Anita Dwi Rahmawati, 8

keyakinan bahwa peraturan tersebut akan memberikan dampak positif bagi dirinya. Begitu juga sebaliknya, jika kontrol diri rendah maka santri berperilaku kurang patuh terhadap peraturan shalat berjama'ah.