

BAB I PENDAHULUAN

A. KONTEKS PENELITIAN

Istilah pubertas atau *adolescensia* sering dimaknai dengan masa remaja, yakni masa perkembangan sifat tergantung terhadap orang tua kearah kemandirian, minat-minat seksual, perenungan diri, perhatian terhadap nilai-nilai estetika dan isu-isu moral. Tahap ini adalah tahap yang paling penting, karena pada akhir tahap ini orang harus mencapai tingkat identitas ego yang cukup baik. Erikson memandang tahap *adolesescencia* sabagagai tahap laten sosial. Pada fase ini individu sibuk dengan dirinya sendiri, hal ini dilatorbelakangi oleh pubertas genital yang memberi berbagai peluang konflik, baik yang berhubungan dengan seks, pekerjaan, atau keyakinan hidup¹.

Dalam setiap masa pertumbuhan individu, pasti diikuti dengan tugas perkembangan yang harus dicapai oleh individu tersebut. Salah satu tugas perkembangan yang harus dilakukan pada masa remaja adalah mempelajari apa yang diharapkan oleh kelompoknya lalu menyesuaikan tingkah lakunya dengan harapan sosial tanpa bimbingan, motivasi dan ancaman sebagaimana sewaktu kecil. Remaja juga dituntut untuk mampu mengendalikan tingkah lakunya, karena remaja bukan lagi tanggung jawab orang tua².

¹Alwisol, Psikologi Kepribadian, (Malang: UMM Press, 2009), 98

²Desmita, "Psikologi Perkembangan", (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006), 185

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Kohlberg menyebutkan ada tiga tahap-tahap perkembangan moral pada seorang individu. Yang pertama adalah tingkat pra konvensional dimana pada tahap ini anak-anak tanggap terhadap aturan-aturan budaya mengenai baik dan buruk atau benar dan salah, tetapi didasarkan pada akibat fisik atau kenikmatan perbuatan. Yang kedua adalah tahap konvensional, yaitu anak hanya menurut harapan keluarga, kelompok atau bangsa yang dipandang bernilai bagi dirinya, tanpa mengindahkan akibatnya. Yang ketiga adalah tahap pasca-konvensional. Pada tahap ini terdapat usaha yang jelas untuk merumuskan nilai-nilai dan prinsip moral yang dimiliki dan juga diterapkan, terlepas dari otoritas kelompok atau orang yang juga berpegang pada prinsip-prinsip tersebut³. Sehingga Kohlberg berpendapat bahwa perkembangan moral ketiga, moralitas pasca-konvensional harus dicapai selama masa remaja. Sejumlah prinsip diterimanya melalui dua tahap, pertama meyakini bahwa dalam keyakinan moral harus ada fleksibilitas sehingga memungkinkan dilakukan perbaikan dan perubahan standar moral yang kedua menyesuaikan diri dengan standar sosial dan ideal untuk menjauhi hukuman sosial terhadap dirinya sendiri, sehingga perkembangan moralnya tidak lagi atas dasar keinginan pribadi, tetapi menghormati orang lain.

Sebagian remaja mungkin berhasil dengan baik dalam menentukan perilakunya atau memahami keinginan dalam kelompok sosialnya karena

³Enung Fatimah, Psikologi Perkembangan, Perkembangan Peserta Didik, (Bandung: Pustaka Setia, 2006), 122-123

dukungan sosial yang mereka dapatkan dari orang tua atau keluarga dan juga lingkungan sosial mereka⁴. Disini peran orang tua dan keluarga dalam menyiapkan anak-anak mereka sejak kecil untuk kehidupan selanjutnya adalah hal yang sangat penting. Namun, pada kenyataannya tidak semua remaja mendapatkan dukungan sosial dari keluarga maupun lingkungan sosialnya. Misalnya mereka yang tidak tinggal dengan orang tua atau keluarga mereka sejak lama, seperti tinggal dipanti asuhan.

Panti asuhan adalah lembaga kesejahteraan sosial yang bertanggung jawab memberikan pelayanan pengganti dalam pemenuhan kebutuhan fisik, mental, dan sosial pada anak asuhnya, sehingga mereka memperoleh kesempatan yang luas, tepat, dan memadai bagi perkembangan kepribadian sesuai dengan harapan⁵. Maka, panti asuhan juga mempunyai tanggung jawab untuk menggantikan peran orang tua dalam mengarahkan perilaku dan memberikan dukungan sosial terhadap anak-anak yang tinggal di panti asuhan.

Panti asuhan Al-Jauhar di dirikan oleh Romo Kyai Mashud Abdurrohman dibawah Yayasan Al-Muwazanah yang terletak di Desa Gondang Kecamatan Plosoklaten Kabupaten Kediri. Dalam Yayasan Al-Muwazanah ini terdapat sekolah yang meliputi RA/TK, MI, MTS, MA dan SMK. Selain sekolah dan panti asuhan, Yayasan Al-Muwazanah ini juga memiliki pondok pesantren. Lokasi dari sekolah, pondok pesantren

⁴Ibid., 119

⁵E-journal UAJY. 17

dan juga panti asuhan sendiri terletak dalam satu lingkungan yang berdekatan.

Sistem yang berlaku di panti asuhan Al-Jauhar ini berbeda dengan panti asuhan lainnya. Jika di panti asuhan lain anak-anak panti setelah kegiatan sekolah selesai, kegiatan mereka selanjutnya adalah membantu pengurus panti asuhan, di panti asuhan Al-jauhar ini kegiatan anak-anak panti adalah diwajibkan mengikuti seluruh kegiatan pondok pesantren yang satu yayasan dengan panti asuhan⁶.

Kegiatan anak-anak panti asuhan Al-Jauhar ini sama dengan kegiatan santri-santri di pondok pesantren, seperti sekolah pondok setelah pulang sekolah, yaitu jam 2-5 sore, mengaji Al-Qur'an dan juga kitab-kitab, sholat berjamaah, dan juga pendidikan keagamaan yang lebih. Peraturan yang digunakan adalah peraturan yang sama antara panti asuhan dengan pondok pesantren dan tidak ada pengecualian. Hukuman yang berlaku atau yang diterima juga sama, baik untuk anak panti asuhan dan juga santri pondok pesantren. Hal ini dimaksudkan untuk menyamakan kedudukan antara anak panti asuhan dengan santri pondok pesantren agar tidak terjadi deskriminasi⁷.

Remaja yang tinggal di panti asuhan juga memiliki beberapa kelebihan jika dibandingkan dengan remaja yang tinggal dengan orang tua atau keluarga mereka sendiri. Remaja yang tinggal di panti asuhan cenderung lebih mandiri, mampu bergaul dengan berbagai rentang usia

⁶Yulianto M. Pdi, Kepala Pengurus Panti Asuhan AL-Jauhar Gondang Plosoklaten Kediri, di kantor pengurus Panti Asuhan. 13 Februari 2017.

⁷Ibid.,

dan juga, mereka mampu mengontrol perasaan mereka walaupun sebagian dari mereka tidak terlalu dekat dengan pengasuh. Hal ini dikarenakan mereka sudah terbiasa hidup bersama dan terbiasa melakukan semuanya sendiri⁸.

Remaja yang tinggal dipanti asuhan ini seharusnya memiliki kemampuan untuk mengontrol perilaku mereka lebih baik dari remaja lainnya, karena mereka juga dibekali dengan pedoman agama yang lebih. Mereka harus mengikuti semua kegiatan yang telah dijadwalkan oleh pengurus, dan jika mereka tidak mengikuti kegiatan tersebut, mereka akan terkena hukuman. Bentuk dari hukumannya juga bermacam-macam, hal ini dimaksudkan agar para santri ini tidak melakukan pelanggaran⁹.

Namun pada kenyataannya, masih banyak santri yang melakukan pelanggaran. Bentuk pelanggaran yang dilakukan juga bermacam-macam, seperti berhubungan dengan santri putra atau putri, berkeliaran diluar lingkungan pondok atau panti sebelum sholat, tidak kembali kepanti tepat waktu, membawa *handphone*, tidak pulang kepanti. Bahkan diantara mereka ada yang pernah terlibat perkelahian dengan teman sekolahnya hanya karena masalah yang sepele, sehingga meluas menjadi permusuhan antar kelompok¹⁰.

Hal ini berarti bahwa mereka masih kurang mematuhi peraturan dan disiplin panti asuhan dan pondok, mereka mematuhi peraturan tersebut

⁸Ibid.,

⁹Hasil observasi di Panti Asuhan Al-Jauhar Gondang Plosoklaten Kediri pada tanggal 14 Februari 2017.

¹⁰Ibid.,

hanya karena menghindari hukuman saja, bukan karena kesadaran bahwa melakukan pelanggaran itu salah.

Kejadian diatas menggambarkan bahwa upaya remaja untuk mencapai moralitas yang akan dipakai sebagai pedoman tingkah laku, dan mengendalikan tingkah laku sendiri merupakan upaya yang tidak mudah bagi sebagian remaja dalam kehidupan dimasyarakat. Berdasarkan hal-hal tersebut, peneliti mengambil lokasi penelitian di panti asuhan Al-Jauhar ini dikarenakan beberapa alasan, Yang pertama adalah panti asuhan Al-Jauhar ini memiliki konotasi yang tidak terlalu baik dilingkungan masyarakat sekitar. Hal ini dikarenakan dari anak-anak panti ini sering menimbulkan kerusuhan-kerusuhan. Yang kedua adalah karena remaja yang tinggal dilingkungan panti asuhan ini menjadi satu dengan lingkungan pondok pesantren karena berada dalam satu yayasan, sehingga mereka juga terikat peraturan yang sama dengan remaja yang tinggal dipondok pesantren.

Menurut Santrock, bila individu tidak mampu mengendalikan dirinya dapat diartikan bahwa mereka gagal membedakan tingkah laku yang dapat diterima dan tingkah laku yang tidak dapat diterima. Atau sebenarnya mereka sudah mengetahui perbedaan baik dan buruk, namun mereka gagal dalam mengembangkan kontrol yang memadai dalam menggunakan perbedaan itu untuk membimbing tingkah laku mereka.

Self control merupakan salah satu aspek psikologis yang selalu berkembang sejak masa kanak-kanak hingga dewasa. Ketika remaja kemampuan mengontrol diri ini sangat diperlukan, karena dorongan-

dorongan dan nafsu-nafsu keinginannya semakin bergejolak, terutama dorongan seksual dan dorongan agresif, jika seorang remaja tidak mempunyai *self control* yang baik, maka dia akan dikuasai oleh dorongan-dorongan ini yang dapat mengakibatkan berbagai macam bentuk kenakalan remaja. Remaja seringkali berbuat kesenangan dan menghindari hal-hal yang tidak menyenangkan. *Self control* yang merupakan mekanisme alamiah yang dimiliki oleh setiap individu membantu mengarahkan individu dalam bertindak dan berperilaku. *Self control* juga menjadi taraf kedewasaan seseorang¹¹.

Kegagalan individu dalam menyesuaikan diri dengan masalah atau tuntutan dalam hidupnya akan membuat mereka berada dalam situasi yang menekan dan mengganggu emosi, sehingga akan menimbulkan respons individu terhadap tekanan tersebut. Bagaimana sikap individu dalam menghadapi masalah itulah yang harus dilakukan sehingga dapat membebani fisik dan pikiran individu. Bagaimana individu mempersepsikan tekanan, bagaimana mengatasi masalah atau stress yang dibangun, dan solusi atau dukungan sosial apa yang diaplikasikan, tentunya akan bergantung pada satu faktor yaitu kepribadian. Pribadi yang berbeda akan berbeda pula dalam bereaksi terhadap situasi yang

¹¹Dhanis Andaryani, Prof. Dr. MMW Tairas, MA, "Perbedaan Tingkat *Self control* pada Remaja Laki-laki dan Remaja Perempuan yang Kecanduan Internet", *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan* fakultas Psikologi UNAIR. Vol. 2, No. 25, (Desember 2013), 210

dipersepsikan, sehingga kuncinya adalah mengontrol diri dan situasi apapun dan mengubahnya menjadi energi yang positif.¹²

Sebagai salah satu sifat kepribadian, *self control* pada satu individu dengan individu yang lain tidaklah sama. Ada yang memiliki *self control* yang tinggi dan ada individu yang memiliki *self control* yang rendah. *Self control* dapat diartikan sebagai suatu aktifitas pengendalian tingkah laku, yang berarti melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak.

Menurut Rice ada dua hal penting yang menyebabkan remaja melakukan pengendalian diri. Pertama adalah hal yang bersifat eksternal, yaitu perubahan lingkungan. Yang kedua adalah hal yang bersifat internal, yaitu karakteristik dalam diri remaja¹³.

Dengan kemampuan pengendalian diri atau *Self-control* yang baik, remaja diharapkan mampu mengendalikan dan menahan tingkah laku yang bersifat menyakiti dan merugikan orang lain, atau mampu mengarahkan dorongan dari dalam diri secara benar dan tidak menyimpang dari tingkah laku yang bertentangan dengan norma-norma sosial yang berlaku. Kemampuan *self control* yang baik dapat membantu remaja mengendalikan diri dan mengatur perilakunya sehingga mencegah remaja melakukan hal yang menyimpang. Remaja harus belajar mengontrol

¹²Ni Wayan Wiwin Astiningsih, Carla R. Marchira, Maryono S, "Hubungan Kemampuan Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Depresi Pada Mahasiswa Program B PSIK FK UGM", *Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada*. Vol. 26 No. 26, (September 2010), 138

¹³Dewi Anjarwati, *Upaya Guru Pendidikan Agama Islam dalam Meningkatkan Self control Siswa SMK Kartanegara Kediri Melalui Kegiatan Ta'mir Mushola*, (skripsi STAIN Kediri, 2015) 2

dirinya dalam berperilaku agar terhindar dari konsekuensi negatif, serta harus belajar mengendalikan emosi dalam dirinya¹⁴.

Berdasarkan penelitian De Wall, Finkel dan Denson pada tahun 2011 yang menyatakan bahwa kegagalan *self control* dapat memberikan kontribusi untuk tindakan yang paling agresif yang menyertakan kekerasan. Individu yang memiliki *self control* rendah lebih mungkin untuk terlibat dalam perilaku kriminal dan menyimpang, dan bertindak impulsif, serta mudah kehilangan kendali dan emosi dibandingkan dengan mereka yang memiliki *self control* yang tinggi. Secara garis besar *self control* berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan dari dalam dirinya sehingga mampu membuat keputusan dan mengambil tindakan yang efektif terutama untuk membawa individu sesuai dengan standar ideal, nilai-nilai moral dan juga harapan sosial¹⁵.

Berangkat dari kerangka diatas maka peneliti mengambil judul :

**“SELF CONTROL REMAJA YANG TINGGAL DI PANTI ASUHAN
(Study kasus di Panti Asuhan Al- Jauhar Gondang Plosoklaten
Kediri).”**

¹⁴Ibid., 4

¹⁵Monica Dwi Ananta, “Hubungan Antara *Self control* Dengan Tingkat Agresifitas Pada Remaja”, *Jurnal Psikologi Universitas Bina Nusantara Jakarta*. 140

B. FOKUS PENELITIAN

Fokus penelitian dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimanakah *self-control* remaja yang tinggal di panti asuhan Al-Jauhar Gondang Plosoklaten Kediri?
2. Apa faktor-faktor yang mempengaruhi *self-control* remaja yang tinggal di panti asuhan Al-Jauhar Gondang Plosoklaten Kediri ?

C. TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan fokus penelitian dan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian adalah :

1. Untuk mendeskripsikan bagaimana *self-control* remaja yang tinggal di panti asuhan Al- Jauhar Gondang Plosoklaten Kediri.
2. Untuk mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi *self-control* remaja yang tinggal di panti asuhan Al- Jauhar Gondang Plosoklaten Kediri.

D. KEGUNAAN PENELITIAN

1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah manfaat keilmuan psikologi dengan memberikan penjelasan dan gambaran mengenai *self-control* dalam hal bagaimana pembentukan *self-control* serta faktor-faktor yang mempengaruhinya.

2. Praktis

- a. Penelitian ini dapat berguna sebagai masukan dalam menentukan kebijakan lebih lanjut bagi pengurus panti asuhan Al- Jauhar dalam membantu siswanya membentuk *self-control*.
- b. Untuk siswa hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang *self-control*.

E. TELAAH PUSTAKA

Penjelasan mengenai judul-judul dan isi singkat kajian-kajian yang dilakukan peneliti terdahulu yang terkait dengan masalah yang akan diteliti, yaitu :

1. Skripsi oleh Frisa Nurmaula sari, yang berjudul: *Pengaruh Self control Terhadap erilaku Agresifitas Siswa SMPN 1 Plosoklaten*, program studi Psikologi Islam STAIN Kediri tahun 2014.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self control* siswa dengan agresifitas siswa di SMP Negeri 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri. Alat ukur dalam penelitian ini adalah *blue print* skala *self control* dan *blue print* skala agresifitas.

Dengan hasil yang menunjukkan bahwa *self control* dan agresifitas siswa SMP NEGERI 1 Plosoklaten adalah sedang, serta ada hubungan yang negatif antara *self control* terhadap agresifitas siswa SMP NEGERI 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri.

2. Skripsi oleh Noer lailatuddiniah, yang berjudul: *Hubungan Self control dengan Kepatuhan Shalat Berjamaah Ditinjau Dari Tingkat Pendidikan Pada Santri Putri di Pondok Pesantren Al-Amien Kediri*. Menghasilkan temuan bahwa santri putri tingkat pendidikan SMP atau MTS dan SMA/MA/SMK serta mahasiswa dikategorikan sedang.
3. Skripsi dari M. Nur Ghufroon, tahun 2003. Berjudul: *Hubungan Self control, persepsi remaja terhadap penerapan disiplin orang tua dengan prokrastinasi akademik*. Menghasilkan temuan tentang:
 - 1) Ada hubungan negatif antara *self control* dengan prokrastinasi akademik.
 - 2) Ada hubungan negatif antara persepsi remaja terhadap penerapan disiplin otoriter orang tua dengan prokrastinasi akademik
 - 3) Ada hubungan negatif antara persepsi remaja terhadap penerapan disiplin demokrasi orang tua dengan prokrastinasi akademik.
 - 4) Ada hubungan positif antara persepsi remaja terhadap penerapan disiplin permisif orang tua dengan prokrastinasi akademik.
4. Skripsi dari M. Shofaul Huda, yang berjudul *Self control Siswa Pelaku Bullying Studi Kasus di Pondok Pesantren Ar-Risalah Lirboyo Kota Kediri* tahun 2015. Menghasilkan temuan tentang

bentuk-bentuk *bullying* yang terjadi di pondok pesantren Ar-Risalah seperti mengejek, mengucilkan, mendiamkan, serta *self control* para pelaku *bullying* kurang bisa mengontrol dirinya. Hal ini bisa ditunjukkan dengan adanya perasaan sok lebih senior dan sok memiliki teman lebih banyak dan sampai pada perilaku melanggar peraturan.

Berdasarkan judul skripsi yang sudah ada, maka penulis akan mengadakan penelitian tentang: *Self control Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan Al- Jauhar Gondang Plosoklaten Kediri*, hal ini sebagai bentuk betapa pentingnya *self control* bagi remaja.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Self control*

a. Definisi *self control*

Menurut Kartini Kartono *self control* atau kontrol diri adalah mengatur sendiri tingkah laku yang dimiliki. Menurut Calhoun dan Acocella, *self control* adalah pengaruh seseorang terhadap, dan pengaturan tentang fisiknya, tingkah laku dan proses-proses psikologisnya¹⁶. Dengan kata lain *self control* adalah sekelompok proses yang mengikat dirinya. Sedangkan menurut Messina dan Messina menyatakan bahwa *self control* adalah seperangkat tingkah laku yang berfokus pada keberhasilan mengubah diri pribadi, keberhasilan menangkal pengrusakan diri (*self-destructive*), perasaan mampu pada diri sendiri, perasaan mandiri (*autonomy*) atau bebas dari pengaruh orang lain, kebebasan menentukan tujuan, kemampuan untuk memisahkan perasaan dan pikiran rasional, serta seperangkat tingkah laku yang terfokus pada tanggung jawab atas diri pribadi¹⁷. Menurut Berk, *self control* adalah kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial.

Dari beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa *self-control* atau pengendalian diri adalah kemampuan individu untuk menggunakan kehendak atau keinginannya dalam membimbing tingkah laku sendiri dan menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif yang dapat diarahkan pada

¹⁶ Abdul Muhid, "Hubungan Antara Self-Control dan Self-Efficacy Dengan Kecenderungan Perilaku Prokastinasi Akademik Mahasiswa" (Penelitian oleh Staf Pengajar Program Studi Psikologi IAIN Sunan Ampel Surabaya), 2

¹⁷ Yuniar Rachdianti, "Hubungan Antara Self-Control dengan Intensitas Penggunaan Internet Remaja Akhir" (Skripsi UIN Syarif Hidayatullah, Jakarta, 2011), 19

konsekuensi positif. Maksud dari pengendalian tingkah laku disini adalah melakukan berbagai pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu untuk bertindak agar sesuai atau nyaman bagi orang lain.

b. Aspek-aspek Self-Control

Menurut Tongney, Baumister, dan Boone, sebagaimana dikutip oleh Nela Regar Ursia, Ide Bagus Siaputra, dan Nadia Sutanto, mengusulkan bahwa *Self-control* terdiri atas lima aspek, sebagai berikut :

1. *Self-Dicipline*, yaitu mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri. Maksudnya adalah individu mampu memfokuskan diri saat melakukan tugas atau individu dengan *Self-discipline* mampu menahan dirinya dari hal-hal yang dapat mengganggu konsentrasinya.
2. *Deliberate* atau *Non-impulsive*, 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 tergolong *non-impulsive* mampu bersifat tenang dalam mengambil keputusan dan bertindak.
3. *Healthy habits*, yaitu kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu. Oleh karena itu, individu dengan *Healthy habits* akan menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi dirinya meskipun hal tersebut menyenangkan. Individu dengan *healthy habits* akan mengutamakan hal-hal yang memberikan dampak positif bagi dirinya meski dampak tersebut tidak diterima secara langsung.
4. *Work ethic*, aspek ini berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri mereka didalam layanan etika bekerja. Individu dengan *work*

ethic mampu memberikan perhatiannya pada pekerjaan yang sedang dilakukan.

5. *Reliability*, yaitu dimensi yang terkait dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam pelaksanaan rancangan jangka panjang untuk pencapaian tertentu. Individu ini secara konsisten akan mengatur perilakunya untuk mewujudkan setiap perencanaannya.¹⁸

Averill menyebut *self control* dengan sebutan kontrol personal, yang terdiri dari lima jenis kontrol, yaitu:

1. *Behavior Control* (kontrol perilaku), berkaitan dengan kemampuan untuk mengambil tindakan yang konkret untuk mengurangi dampak stressor. yang terdiri dari dua komponen, yaitu kemampuan mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*)
2. *Cognitive control* (kontrol kognisi), berkaitan dengan kemampuan untuk menggunakan proses dan strategi yang sudah dipikirkan untuk mengubah pengaruh stressor, ini untuk memodifikasi akibat dari tekana-tekanan. *Cognitive control* terdiri dari dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*).
3. *Decisional Control* (mengontrol keputusan) merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya, *self control* dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan,

¹⁸Frisa Nurmaulasari, "Pengaruh Self-Control Terhadap Agresifitas Siswa SMP NEGERI 1 Plosoklaten Kabupaten Kediri" (Skripsi STAIN Kediri, Kediri, 2014), 15-16

kebebasan atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan¹⁹.

4. *Information Control*

5. *Retrospective Control*

Maka untuk mengukur *self control* digunakan aspek-aspek sebagai berikut:

- 1) Kemampuan mengontrol perilaku.
- 2) Kemampuan mengontrol stimulus.
- 3) Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian.
- 4) Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian.
- 5) Kemampuan mengambil keputusan.

c. **Jenis-jenis *Self control***

Block dan Block menjelaskan ada tiga jenis kualitas *self control*, yaitu : *over control*, *under control*, dan *appropriate control*²⁰.

1. *Over control* merupakan *self control* yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri dan bereaksi terhadap stimulus.
2. *Under control* merupakan suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impuls dengan bebas tanpa perhitungan yang masak.
3. *Appropriate control* merupakan *self control* individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat.

¹⁹Ibid.17

²⁰Nur Ghufro dan Rini Risnawita, "Teori-Teori Psikologi", (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010) 32

d. Fungsi-fungsi *Self-Control*

Messina & Messina menyatakan bahwa *self control* memiliki beberapa fungsi :

1. Membatasi perhatian individu kepada orang lain, dengan begitu individu tidak sekedar berfokus pada kebutuhan, kepentingan atau keinginan orang lain dilingkungannya.
2. Membatasi keinginan individu. Individu akan membatasi ruang bagi aspirasi dirinya dan memberikan ruang bagi aspirasi orang lain supaya terakomodasi secara bersama-sama.
3. Membatasi individu untuk bertingkah negatif, karena pengendalian diri memiliki arti sebagai kemampuan individu untuk menahan dorongan atau keinginan untuk bertingkah laku negatif atau yang tidak sesuai dengan norma sosial.
4. Membantu individu untuk memenuhi kebutuhan hidup secara seimbang, individu akan berusaha memahami kebutuhan hidupnya dalam takaran yang sesuai dengan kebutuhan yang ingin dipenuhinya²¹.

e. Faktor-faktor *Self-Control*

Menurut Galliom et al, ada beberapa sub-faktor yang mempengaruhi proses pembentukan *self-control* dalam diri individu. Keseluruhan sub-faktor tersebut termasuk dalam faktor *emotion regulation* (terdiri dari *active distraction, passive waiting, information gathering, comfort seeking, focus on delay object/task*, serta *peak anger*²²).

²¹Nurfaujiyanti, "Hubungan Pengendalian Diri dengan Agresifitas Anak Jalanan" (Skripsi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Jakarta, 2010), 27-28

²² *Ibid.*, 19

Self control juga dipengaruhi oleh beberapa faktor. Secara garis besar faktor-faktor yang mempengaruhi *self control* terdiri dari²³ :

1. Faktor internal, yaitu usia dimana semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu dari dalam diri individu.
2. Faktor eksternal, yaitu lingkungan keluarga. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Bila orang tua menerapkan disiplin kepada anaknya, sikap disiplin intens sejak dini, dan orang tua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila anak tersebut menyimpang dari aturan yang sudah ditetapkan. Maka sikap konsisten ini akan diinternalisasi oleh anak dan kemudian akan menjadi *self control* bagi anak.

B. Remaja

a. Definisi Remaja

Remaja adalah periode tertentu dari kehidupan manusia. Istilah remaja dikenal dengan "*adolescence*" yang berasal dari kata bahasa latin "*adolescere* (kata benda remaja), yang berarti tumbuh menjadi dewasa²⁴.

Menurut Anna Freud dalam Hurlock, berpendapat bahwa dalam masa remaja terjadi proses perkembangan meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual, dan juga terjadi perubahan dalam hubungan dengan orang tua dan cita-cita mereka, dimana pembentukan cita-cita merupakan proses pembentukan orientasi masa depan. Masa remaja dibagi menjadi dua, yaitu masa remaja awal (13 hingga 16 atau 17 tahun) dan masa remaja akhir (16 atau 17

²³Ibid., Ghufon dan Rini., 33

²⁴Desmita, "Psikologi Perkembangan", (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2006), 189

hingga 18 tahun). Masa remaja awal dan masa remaja akhir dibedakan oleh Hurlock karena pada masa remaja akhir individu telah mencapai transisi perkembangan yang lebih mendekati masa dewasa²⁵.

Batasan usia remaja yang umum digunakan oleh para ahli adalah antara 12 tahun hingga 21 tahun. Rentang waktu usia remaja ini biasanya dibedakan atas tiga, yaitu (12-15 tahun) masa remaja awal, (15-18 tahun) remaja tengah, dan (18-21 tahun) remaja akhir²⁶.

Jadi, pengertian remaja adalah individu yang berusia antara 12 sampai 21 tahun yang tumbuh menjadi dewasa atau dalam perkembangan menjadi dewasa yang meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual, dan juga terjadi perubahan fisik dan emosi, serta perubahan dalam hubungan dengan orang tua dan lingkungan sosial, dan juga perubahan dalam cita-cita mereka, dimana pembentukan cita-cita merupakan proses pembentukan orientasi masa depan.

Masa remaja juga merupakan masa peralihan, ketika individu tumbuh dari masa kanak-kanak menjadi individu yang memiliki kematangan. Pada masa tersebut, ada dua hal penting yang menyebabkan remaja melakukan pengendalian diri. Dua hal tersebut adalah :

1. Hal yang bersifat eksternal, yaitu adanya perubahan lingkungan. Menurut Rice ada enam aspek yang memiliki pengaruh bagi kehidupan masa remaja, yaitu perubahan dalam penggunaan computer (*computer revolution*), perubahan dalam kehidupan materi (*materialistic revolution*), perubahan dalam aspek pendidikan (*education revolution*), perubahan dalam aspek kehidupan berkeluarga (*family revolution*), perubahan dalam aspek kehidupan seks

²⁵Yudrik Jahja, "Psikologi Perkembangan", (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2011), 220

²⁶Ibid., 192.

(sexual revolution), dan perubahan dalam aspek kejahatan atau tindak kriminal yang terjadi (violence revolution).

2. Masa Badai dan Tekanan bagi Remaja (Storm and Stress Period). Remaja sering kali dikenal sebagai masa badai dan tekanan. Ada tiga elemen kunci yang termasuk dalam konsep masa badai dan tekanan ini adalah :

- Konflik dengan orang tua
- Gangguan suasana hati
- Kecenderungan untuk melakukan tingkah laku yang berisiko.

b. Ciri-ciri Masa Remaja

Ketika dalam suatu masa perubahan baik secara fisik maupun secara psikologis, ada beberapa perubahan yang terjadi selama masa remaja, yaitu :

1. Peningkatan emosional yang terjadi terlalu cepat, peningkatan emosional ini hasil dari perubahan fisik, terutama hormone yang terjadi pada masa remaja. Pada masa ini banyak tuntutan dan tekanan yang ditujukan pada remaja.
2. Perubahan yang cepat secara fisik yang juga disertai kematangan seksual. Perubahan fisik yang terjadi secara cepat, baik perubahan internal seperti sistem sirkulasi, pencernaan dan sistem respirasi, maupun perubahan eksternal seperti tinggi badan, berat badan, dll.
3. Perubahandalam hal yang menarik bagi dirinya dan hubungan dengan orang lain. Selama masa remaja banyak hal-hal yang menarik bagi dirinya dan dibawa dari masa kanak-kanak digantikan dengan hal menarik yang lebih baru dan matang.
4. Perubahan nilai, dimana apa yang mereka anggap penting pada masa kanak-kanak menjadi kurang penting karena telah mendekati dewasa.

5. Kebanyakan remaja bersikap ambivalen dalam menghadapi perubahan yang terjadi. Disatu sisi mereka menginginkan kebebasan, tetapi disisi lain mereka takut akan tanggung jawab yang menyertai kebebasan ini, serta meragukan kemampuan mereka sendiri untuk memikul tanggung jawab²⁷.

Menurut Hurlock, cirri-ciri masa remaja adalah :

1. Masa remaja sebagai periode yang penting
2. Masa remaja sebagai periode peralihan
3. Masa remaja sebagai periode perubahan
4. Masa remaja sebagai usia bermasalah
5. Masa remaja sebagai masa mencari identitas
6. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan
7. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa²⁸.

c. Tugas Perkembangan Remaja

Remaja diharapkan dapat melalui suatu proses dalam memenuhi dan menjalankan tugas-tugas perkembangan, dimana akan bermunculan serangkaian perilaku baru menuju tercapainya masa dewasa. Tergantung dari reaksi dan pemahaman lingkungan terhadap munculnya perilaku baru tersebut akan timbul atau tidak masalah bagi remaja.

Beberapa tugas perkembangan bagi remaja adalah :

1. Menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya.
2. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua atau figure-figur yang mempunyai otoritas.

²⁷ Sidiq Nur Hamzah, "Bentuk-bentuk Kecenderungan Internet Addiction di Tinjau Dari Tingkat *Self control* Pada Remaja di Telkom Kota Kediri", (Skripsi STAIN KEDIRI, Kediri 2015), 45-46

²⁸ John W. Santrock, *Adolescence*, (Jakarta: Erlangga, 2015) 523-524

3. Mengembangkan ketrampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain, baik secara individu maupun kelompok.
 4. Menemukan manusia model yang dijadikan identitasnya.
 5. Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri.
 6. Memperkuat kemampuan mengendalikan diri atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip, atau falsafah hidup.
 7. Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap atau perilaku) kekanak-kanakan.
 8. Memperoleh kebebasan emosional, yaitu remaja harus mampu memilih dan mengambil keputusan sendiri²⁹.
-

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan jenis penelitian

Dalam penelitian ini digunakan Metodologi dengan pendekatan deskriptif kualitatif, yang memiliki karakteristik alami (*natural setting*) sebagai sumber data langsung, deskriptif, proses lebih dipentingkan dari pada hasil, analisis dalam penelitian kualitatif cenderung dilakukan secara analisa induktif dan makna merupakan hal yang esensial³⁰.

Dalam hal ini penelitian yang digunakan adalah penelitian studi kasus (*case study*), yaitu suatu penelitian secara intensif berinteraksi dengan lingkungan, posisi, serta keadaan atau kondisi penelitian secara apa adanya³¹.

B. Kehadiran Peneliti

Ciri khas penelitian kualitatif tidak dapat dipisahkan dari pengamatan berperan serta, sebab peranan peneliti lah yang menentukan keseluruhan skenarionya. Untuk itu, dalam hal ini peneliti adalah sebagai instrumen kunci, partisipasi penuh sekaligus pengumpul data, sedangkan instrumen yang lain adalah sebagai penunjang.

C. Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlokasi di panti asuhan Al- Jauhar Gondang Plosoklaten Kediri karena di dasarkan pada beberapa pertimbangan:

1. Panti asuhan Al- Jauhar ini memiliki konotasi yang tidak terlalu baik dilingkungan masyarakat sekitarnya, dikarenakan dari anak-anak panti ini sering menimbulkan kerusuhan-kerusuhan.

³⁰ Afifuddin dan Beni Ahmad Saebani, Metodologi Penelitian Kualitatif, (Bandung: Pustaka Setia, 2009), 58.

³¹ Saifudin Azwar, Metode enelitian Kualitatif, (Yogyakarta: Balai Pustaka, 2001), 7

2. Remaja yang tinggal dilingkungan panti asuhan ini menjadi satu dengan lingkungan pondok pesantren karena berada dalam satu yayasan, sehingga mereka juga terikat peraturan yang sama dengan remaja yang tinggal dipondok pesantren.

D. Sumber Data

a. Sumber data primer

Sumber data utama atau sumber data primer dalam penelitian ini adalah hasil wawancara dan observasi remaja panti asuhan Al-Jauhar Gondang Plosoklaten Kediri usia remaja awal-tengah, yakni usia 15-19 yang sudah tinggal dipanti asuhan sejak kecil. Karena masa remaja adalah sebagai masa transisi dari periode anak ke dewasa. Dalam masa transisi ini, remaja mulai menjajaki ruang lingkup kehidupan yang lebih luas, seperti cinta, dunia kerja, dan mulai terlibat dengan lingkungan orang dewasa. Remaja juga cenderung bertindak berdasarkan keinginannya. Keadaan itu menunjukkan bahwa remaja mengalami berbagai perubahan, yang merupakan proses pematangan diri untuk menjadi orang yang dewasa.

b. Sumber data sekunder

Untuk sumber data penunjang atau sumber data sekunder adalah buku-buku penelitian sebelumnya dan juga dokumen-dokumen yang berkaitan dengan penelitian dari panti asuhan.

E. Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, peneliti lebih mefokuskan pengumpulan data dengan wawancara, observasi dan dokumentasi.

a. Wawancara

Adalah percakapan dengan maksud tertentu. Dalam penelitian ini teknik wawancara yang digunakan adalah wawancara terstruktur dan mendalam, artinya peneliti mengajukan beberapa pertanyaan secara mendalam yang berhubungan dengan fokus permasalahan. Sasaran utama pada wawancara ini adalah remaja yang tinggal dipanti asuhan Al-Jauhar Gondang Plosoklaten Kediri usia remaja awal-tengah, yakni usia 15-19 tahun.

b. Observasi

Adalah pengamatan langsung terhadap objek untuk mengetahui keberadaan objek, situasi, konteks dan maknanya dalam mengumpulkan data penelitian. Peran peneliti disini adalah sebagai partisipan dan non partisipan. Jadi peneliti langsung turun lapangan dan mengamati kegiatan yang dilakukan oleh subyek.

c. Dokumentasi

Dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data dari sumber non insani, seperti rekaman dan foto.

F. Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang dilakukan sebelum peneliti memasuki lapangan, selama dilapangan, dan setelah dilapangan. Dalam penelitian kualitatif analisis data lebih difokuskan selama proses dilapangan bersamaan dengan pengumpulan data³².

³²Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1993), 192

Teknik yang digunakan adalah konsep Miles Huberman dan Spadly yang memfokuskan pada proses selama dilapangan dengan pengumpulan data. Jadi analisis data dilakukan berlangsung selama proses pengumpulan data, kemudian dilanjutkan setelah pengumpulan data.

Menurut model Spadly teknis dalam analisis data melalui beberapa tahap, yaitu :

- 1) Pada tahap penjelajahan dengan tehnik pengumpulan data *grand tour question*, yakni pertama dengan memilih situasi sosial (*place, actor, activity*).
- 2) Setelah memasuki lapangan dimulai dengan menetapkan seorang "key informan" yang merupakan informan yang dipercaya mampu membukakan pintu kepada peneliti untuk memasuki obyek penelitian.
- 3) Analisis taksonomi yang aktivitasnya adalah mencari bagaimana domain yang dipilih itu dijabarkan lebih rinci.
- 4) Analisis kompenensial yaitu mencari perbedaan yang spesifik setiap rincian yang dihasilkan dari analisis taksonomi.
- 5) Analisis tema, yaitu mencari hubungan diantara domain, dan bagaimana hubungannya dengan keseluruhan, selanjutnya dirumuskan dalam suatu tema atau judul penelitian.

G. Pengecekan Keabsahan Data

Keabsahan data merupakan konsep penting yang diperbaruhi dari konsep kesahihan (*validitas*) dan keandalan (*reliabilitas*). Derajat kepercayaan keabsahan data atau kredibilitas data, dapat diadakan pengecekan dengan tehnik pengamatan yang tekun dan triangulasi.

Ketekunan pengamatan yang dimaksud adalah menemukan ciri-ciri dan unsur-unsur dalam situasi yang sangat relevan dengan persoalan atau isu yang sedang

dicari. Sedangkan triangulasi adalah pemeriksaan keabsahan dengan menggunakan sesuatu yang lain sebagai pembanding.

H. Tahapan-tahapan Penelitian

Dalam penelitian ini ada tiga tahapan dan ditambah dengan tahap terakhir penelitian yaitu tahap penulisan laporan hasil penelitian. Tahap-tahap penelitian tersebut adalah :

- 1) Tahap Pra Lapangan, yang meliputi penyusunan rancangan penelitian, memilih lapangan penelitian, mengurus perizinan penelitian, menjajaki dan menilai keadaan lapangan, memilih dan memanfaatkan informan, menyiapkan perlengkapan penelitian dan menyangkut persoalan etika penelitian.
- 2) Tahap pekerjaan lapangan, yang meliputi memahami latar penelitian dan persiapan diri, memasuki lapangan dan berperan serta sambil mengumpulkan data.
- 3) Tahap analisis data, yang meliputi analisis selama dan setelah pengumpulan data.
- 4) Tahap penulisan hasil laporan penelitian.