

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode transisi dari masa kanak-kanak ke dewasa. Perkembangan remaja sangat kompleks yang melibatkan interaksi antara proses perkembangan biologis dan kognitif yang mendasar, dan lingkungan unik yang dihuni oleh setiap remaja. Dalam proses perkembangan tersebut, remaja menghadapi fase pencarian identitas diri yang dipenuhi dengan pengalaman-pengalaman baru dan perubahan dalam kehidupannya. Pada periode remaja, sebagian individu mengalami kesulitan dalam mengatasi perubahan-perubahan yang terjadi, sehingga membutuhkan bimbingan untuk menghadapi berbagai masalah dalam perjalanannya di masa remaja.

Menurut Offer & Schornert-Reichl (1992), mayoritas individu saat masa remaja akan mengisi waktunya dengan kegiatan yang produktif, sementara minoritas akan menghadapi masalah-masalah besar (Papalia, Old, & Feldman, 2011). Dalam menghadapi pengalaman-pengalaman baru dalam hidupnya, remaja yang menyalurkan energinya secara konstruktif akan menghasilkan dampak positif. Dampak tersebut seperti mengembangkan potensi-potensi dirinya dan mampu berprestasi baik di bidang akademik maupun non akademik. Namun, sebaliknya jika remaja menyalurkan energinya secara destruktif dapat membawa dampak negatif bagi dirinya. Salah satu perilaku negatif yang dilakukan remaja adalah perilaku merokok.

Sebagai contohnya remaja yang terlibat kenakalan, secara psikologis disebabkan adanya konflik batin, mudah frustrasi, dan tidak peka perasaan rendah diri. Sebaliknya remaja yang memiliki kontrol diri tinggi juga memungkinkan remaja sedikit mengalami konflik dan lebih mampu dalam perkembangan remaja (Minasochah, Karmiyati, Diyah dan Djudiyah, 2020). Berbagai permasalahan yang sering muncul misalnya tawuran antar pelajar, mengambil hak milik orang lain, *vandalism*, penyalahgunaan obat terlarang, penyimpangan perilaku seperti membolos sekolah merupakan contoh perilaku yang timbul karena ketidakmampuan dalam mengendalikan diri (*self control*) (Marsela & Supriatna, 2019).

Remaja yang hidup di zaman sekarang dihadapkan pada berbagai pilihan gaya hidup yang ditawarkan melalui media massa. Kemajuan dengan mengadopsi budaya asing dan kehidupan malam yang tidak tersaring dengan baik, rentan dengan penyalahgunaan narkoba, serta aktivitas seksual di usia yang sangat dini. Berdasarkan data hasil survei oleh BNN per November 2015, menunjukkan bahwa pemahaman remaja mengenai modernisasi menyebabkan semakin banyaknya pengguna narkoba. Data lain terkait pengguna narkoba pada tahun 2015, menunjukkan bahwa 27 persen penggunaannya di Indonesia adalah pelajar dan mahasiswa. Jumlah tersangka kasus narkoba berdasarkan kelompok umur pada tahun 2015 yakni anak usia sekolah dan remaja di bawah 19 tahun mencapai 4,4 persen dari total tersangka (Badan Narkotika Nasional 2015). Remaja dengan kontrol diri yang rendah, lebih sering terlibat dalam tawuran dan kebut-kebutan di jalan (Leeman, Bogart, Fucito, & Boettiger, 2014). Rendahnya kontrol diri

remaja, memicu pengambilan keputusan berisiko yang berakibat remaja mengkonsumsi alkohol, narkoba dan perilaku seks bebas (Sheppard, Garcia, & Sear, 2014).

Averill (1973) menjelaskan kontrol diri merupakan kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif. Blackhart dkk (2011) menyatakan kontrol diri adalah kemampuan untuk mengendalikan dan meregulasi impuls atau dorongan, emosi, keinginan, harapan, dan perilaku lain yang berada di dalam diri. Goldfried dan Merbaum (dalam Ghufroon & Risnawati, 2014), mengungkapkan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan seseorang dalam menyusun, mengelola, dan mengarahkan perilakunya, yang dapat membawa ke arah positif. Perilaku remaja yang menyimpang menunjukkan kontrol diri yang rendah. Remaja yang memiliki kontrol diri rendah lebih egois, dan cenderung merespon lingkungan dengan cara yang berlebihan. Epstein, Baldwin, dan Bishop (1983) menyatakan aspek-aspek kontrol diri diantaranya adalah penyelesaian masalah, komunikasi, peran, respon afektif, keterlibatan afektif, kontrol perilaku, dan *general functioning*.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Gunawan (2017) menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kontrol diri tinggi, dapat menerapkan perilaku disiplin dengan baik dan lebih mudah mencapai keberhasilan dalam belajar. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2015) dan Masrizal (2014) yang menyatakan bahwa semakin disiplin seorang siswa, maka prestasi belajarnya semakin baik. Selain pengaruh perilaku disiplin yang dimiliki, siswa yang memperoleh perhatian dan dukungan dari orangtua untuk mengembangkan

kemandiriannya cenderung memiliki prestasi yang lebih baik daripada anak yang dididik dengan cara menuruti orangtuanya (Sarwono, 2013; Dewi, 2013).

Seorang remaja yang memiliki kontrol diri rendah lebih menyukai tantangan dan resiko, memiliki temperamen buruk dan tidak peka terhadap penderitaan orang lain. Anak-anak mengembangkan kontrol diri sampai pada tingkat dimana orang tua mereka menetapkan aturan, memantau perilaku mereka, menerapkan sanksi pada setiap pelanggaran secara konsisten dalam dekade pertama kehidupan anak. Setelah dekade pertama ini kontrol diri anak akan stabil bahkan ketika remaja, anak tidak akan mudah terpengaruh oleh pergaulan yang salah (Rebellion, Cesar, & Straus, 2007).

Kontrol diri begitu penting untuk diteliti karena kontrol diri berperan dalam penyesuaian diri, sehingga ketika kontrol diri kurang baik membuat perilaku yang di timbulkan cenderung menyimpang. Kurangnya kontrol diri mengakibatkan individu sulit untuk mengantisipasi dampak negatif yang timbul secara berlebihan. Artinya, individu dengan kontrol diri yang baik akan mampu mengelola dirinya (Ramdhani dkk., 2016). Oleh karena itu, kontrol diri sangat dibutuhkan oleh setiap remaja. Oleh karena itu, remaja diharapkan memiliki kontrol diri yang tinggi agar berperilaku positif dan mampu bertanggung jawab sebagai seorang pelajar yaitu belajar (Rianti & Rahardjo, 2014). Remaja yang memiliki kontrol diri tinggi akan mampu mengendalikan emosi sehingga tidak mudah berperilaku agresivitas, sedangkan remaja yang memiliki kontrol diri rendah akan mudah dikuasi dorongan-dorongan emosional sehingga berperilaku agresivitas (Marsela & Supriatna, 2019).

Pengawasan, keterikatan dan keberfungsian keluarga menentukan tingkat dari kontrol diri remaja untuk melakukan penyimpangan. Hasil penelitian Gomes dan Pereira (2018), menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga dapat membuat kontrol diri menjadi lebih tinggi. Remaja yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan terhindar dari perilaku menyimpang, sehingga keberfungsian keluarga sangat penting dalam meningkatkan kontrol diri dan menjahui perilaku yang menyimpang. Keberfungsian keluarga adalah untuk memenuhi kebutuhan psikologis dan sosial di dalam anggota keluarga agar dapat mencukupi kebutuhan perkembangan (Miller dkk, 2000).

Seiring bertambahnya usia, kemampuan remaja dalam mengontrol diri cenderung meningkat (Monahan, Steinberg, Cauffman, & Mulvey, 2009). Proses tersebut semakin kompleks dibandingkan dengan masa kanak-kanak karena kondisi lingkungan, terutamakeluarga dan teman sebaya yang memiliki pengaruh terhadap perkembangan kontrol diri remaja (Wilson, 2015). Retnowati, Widhiarso dan Rohmani (2003) menyatakan bahwa kehidupan keluarga merupakan tempat anak belajar pertama kali dalam mempelajari emosi, berupa bagaimana mengenal emosi, merasakan emosi, menanggapi situasi yang menimbulkan emosi serta mengungkapkan emosi. Hal tersebut karena keluarga yang memiliki keberfungsian yang baik dapat menjalankan peran dan fungsinya sehingga dapat memberikan kesejahteraan bagi masing masing anggota keluarga (Walsh, dalam Zuhra & Nisa, 2018).

Keberfungsian keluarga merupakan interaksi dalam sebuah keluarga yang mendukung integrasi unit keluarga dalam pelaksanaan fungsi-fungsi setiap anggota

keluarga yaitu dalam memenuhi kebutuhan materi dan dukungan emosional yang dapat memberikan kesejahteraan bagi setiap anggota keluarganya (Walsh, 2003). Keberfungsian keluarga menurut Lubow, Beevers, Bishop, dan Miller (2009) mengacu pada bagaimana seluruh anggota dari suatu keluarga dapat berkomunikasi satu sama lain, melakukan pekerjaan bersama-sama, dan saling bahu membahu dimana hal tersebut memiliki pengaruh bagi kesehatan fisik dan emosional antar anggota keluarga. Keberfungsian keluarga merupakan interaksi dalam sebuah keluarga yang mendukung integrasi unit keluarga dalam pelaksanaan fungsi-fungsi setiap anggota keluarga yaitu dalam memenuhi kebutuhan materi dan dukungan emosional yang dapat memberikan kesejahteraan bagi setiap anggota keluarganya (Walsh, 2003).

Retnowati, Widhiarso dan Rohmani (2003) menyatakan bahwa kehidupan keluarga merupakan tempat anak belajar pertama kali dalam mempelajari emosi, berupa bagaimana mengenal emosi, merasakan emosi, menanggapi situasi yang menimbulkan emosi serta mengungkapkan emosi. Individu melakukan tindakan seperti apa yang didemonstrasikan orang tuanya ketika mengasuh dengan mengungkapkan secara verbal maupun secara non verbal. Keluarga yang berfungsi dengan baik diharapkan dapat memberikan dukungan pada remaja yang agar tidak berperilaku negatif sehingga terhindar dari permasalahan. Hal tersebut karena keluarga yang memiliki keberfungsian yang baik dapat menjalankan peran dan fungsinya sehingga dapat memberikan kesejahteraan bagi masing-masing anggota keluarga (Zuhra dan Nisa 2018).

Kholifah dan Rusmawati (2020) menyatakan lingkungan sosial remaja dari latar belakang budaya serta pemikiran mempunyai kelekatan yang besar pada remaja yang jauh dari jangkauan pola asuh orangtua atau keluarga khususnya remaja yang jauh dari kontrol orangtua serta lekat dengan pengaruh teman sebaya. Menurut Ainsworth (dalam Belsky, 1988) Kelekatan adalah suatu hubungan emosional atau hubungan yang bersifat afektif antara satu individu dengan individu lainnya yang mempunyai arti khusus, Hubungan yang dibina akan bertahan cukup lama dan memberikan rasa aman walaupun figur lekat tidak tampak dalam pandangan anak. Jika anak memiliki hubungan sosial yang memuaskan dengan anggota keluarga, maka anak tersebut dapat menikmati sepenuhnya hubungan sosial dengan orang lain di luar lingkungan keluarga dan mengembangkan sikap yang baik terhadap orang lain, dan belajar menerapkan peran yang baik di lingkungan masyarakat. Kedisiplinan yang diterapkan pada kehidupan dapat mengembangkan kontrol diri dan *self direction* sehingga seseorang dapat mempertanggungjawabkan dengan baik segala tindakan yang dilakukan (Marsela dan Supriatna, 2019).

Orang tua memainkan peran penting dalam pertumbuhan anak-anak mereka dari lahir hingga dewasa. Orang tua yang penyayang, suportif, dan sensitif untuk kebutuhan anak-anak cenderung memiliki kelekatan yang baik pada anak-anak mereka, demikian juga sebaliknya. Hubungan yang baik antara orang tua-anak akan berdampak pada keberfungsian keluarga, bagaimana seluruh anggota keluarga menjalin hubungan dalam interaksi keseharian mereka. Interaksi yang baik antara anggota keluarga dan bekerjasama untuk mencapai suatu tujuan menjelaskan bahwa

keluarga tersebut berjalan sesuai dengan fungsinya. (Kholifah dan Rusmawati, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Wattananonsakul, Panrapee, dan Sompoch (dalam Zuhra dan Nisa, 2018) menunjukkan bahwa remaja yang hidup dalam keluarga yang berfungsi penuh akan memiliki kontrol diri yang baik sehingga dapat mencegah remaja terlibat penyimpangan. Sebaliknya remaja yang hidup dalam keluarga yang tidak berfungsi dengan baik cenderung memiliki kontrol diri yang rendah sehingga remaja mudah melakukan penyimpangan.

Hubungan yang baik antara orang tua-anak akan berdampak pada keberfungsian keluarga, bagaimana seluruh anggota keluarga menjalin hubungan dalam interaksi keseharian mereka. Interaksi yang baik antara anggota keluarga dan bekerjasama untuk mencapai suatu tujuan menjelaskan bahwa keluarga tersebut berjalan sesuai dengan fungsinya. Hubungan yang baik antara orang tua-anak akan berdampak pada keberfungsian keluarga, bagaimana seluruh anggota keluarga menjalin hubungan dalam interaksi keseharian mereka. Interaksi yang baik antara anggota keluarga dan bekerjasama untuk mencapai suatu tujuan menjelaskan bahwa keluarga tersebut berjalan sesuai dengan fungsinya.

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, dapat disimpulkan rumusan masalah penelitian ini apakah ada hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri remaja?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dipaparkan di atas, maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara keberfungsian keluarga terhadap kontrol diri pada remaja.

2. Manfaat Penelitian

- a. Secara teoritis penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangsih bagi ilmu psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan mengenai peran keluarga pada kontrol diri remaja.
- b. Secara praktis dari penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi mengenai hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri remaja.