

# HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KENAKALAN REMAJA PADA SISWA SMK

Diah Kurniawati

Fakultas Psikologi

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

## ABSTRAK

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang hubungan antara kontrol diri dengan kenakalan remaja pada siswa SMK. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan kenakalan remaja pada siswa SMK. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa-siswi pada rentang usia 15 hingga 18 tahun, dengan keseluruhan subjek berjumlah 63. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kontrol diri dan kenakalan remaja, metode analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis product moment dari Person.*

*Hasil analisis data diperoleh hasil korelasi sebesar -0,746 dengan ( $p < 0,01$ ), yang berarti terdapat hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan kenakalan remaja pada siswa SMK. Berdasarkan hasil penelitian maka peneliti menyatakan bahwa hipotesis diterima. Variabel kontrol diri dalam penelitian ini mempunyai sumbangan sebesar 55,6% terhadap penurunan kenakalan remaja pada siswa SMK.*

**Kata kunci:** kontrol diri, kenakalan remaja.

## Pendahuluan

Masa remaja merupakan suatu tahap dari fase perkembangan individu yang menuntut adanya kemampuan pribadi untuk melakukan proses penyesuaian diri terhadap segala perubahan besar yang terjadi dalam dirinya. Melewati masa remaja dan tumbuh menjadi dewasa bukanlah hal yang mudah

untuk dilalui karena pada masa inilah individu mengalami berbagai perubahan yang kompleks meliputi perubahan fisik, psikologis, dan perubahan sosial. Hall (Santrock, 2003) mengemukakan bahwa masa remaja dikenal sebagai masa goncangan (*storm and stress*) yang ditandai dengan konflik dan perubahan suasana hati. Konflik

yang dialami remaja serta perubahan-perubahan yang terjadi dalam kehidupannya dinilai remaja sebagai sumber tekanan.

Hewitt (2003) mengemukakan bahwa remaja memerlukan waktu untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan menonjol yang terjadi pada tubuh, pikiran, dan emosi mereka. Penyesuaian atau adaptasi yang dilakukan oleh remaja terhadap lingkungan sosial akan berhasil (*well adjust*) apabila remaja mampu menyelaraskan antara tuntutan yang berasal dari dalam dirinya dengan tuntutan yang diharapkan oleh lingkungannya sehingga remaja mendapatkan kepuasan dan memiliki pribadi yang sehat. Oleh karena itu proses adaptasi merupakan hal yang kritis karena kegagalan remaja dalam mengatasi masa transisi tersebut dapat menimbulkan krisis, konflik, dan perasaan frustrasi yang ditandai dengan kecenderungan perilaku menyimpang yang dalam kondisi tertentu akan menjadi perilaku yang mengganggu (Ekowarni, 1993).

Perilaku menyimpang yang dilakukan oleh remaja dapat

dikatakan sebagai kenakalan remaja. Jensen (Sarwono, 2006) mendefinisikan kenakalan remaja ialah perilaku remaja yang menyimpang dari aturan-aturan hukum atau norma yang berlaku dalam lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat seperti perkelahian, perilaku membolos atau hal-hal yang mengganggu lainnya. Pendapat tersebut sejalan dengan Sudarsono (2004) yang mengatakan bahwa perilaku delinkuen yaitu perbuatan atau pelanggaran atau kejahatan yang dilakukan oleh anak remaja yang bersifat melawan hukum, anti sosial, anti susila, dan menyalahi norma-norma agama.

Masalah kenakalan remaja dirasakan mengganggu dan meresahkan masyarakat baik di kota maupun di pelosok desa. Masalah ini menimbulkan dampak negatif bagi lingkungan sekitar diantaranya kehidupan masyarakat menjadi resah, diselimuti perasaan tidak aman bahkan sebagai anggota-anggotanya menjadi terancam hidupnya. Akhir-akhir ini masalah kenakalan remaja menjadi masalah nasional yang

dirasa semakin sulit untuk dihindari, ditanggulangi, dan diperbaiki kembali (Sudarsono, 2004).

Kenakalan remaja tidak hanya mencakup pelanggaran kriminal atau narkoba saja, kenakalan remaja lainnya berupa pelanggaran status, pelanggaran terhadap norma maupun pelanggaran terhadap hukum. Beberapa contoh pelanggaran status seperti lari dari rumah, membolos dari sekolah, minum-minuman keras dan balapan liar pun sering terjadi. Pelanggaran status seperti ini biasanya sulit tercatat secara kuantitas karena tidak termasuk pelanggaran hukum, sedangkan perilaku yang menyimpang terhadap norma antara lain seks pranikah, aborsi, dan lain sebagainya (Sarwono, 2006).

Bentuk-bentuk kenakalan remaja yang terjadi meliputi banyak hal mulai dari kasus yang sederhana seperti membolos dari sekolah, lari dari rumah, hingga kasus-kasus yang termasuk dalam tindak kriminal seperti pencurian, perampokan, pembunuhan, dan lain-lain. Jensen (Sarwono, 2006) menyebutkan empat

bentuk dari kenakalan remaja yaitu kenakalan yang menimbulkan korban fisik pada orang lain, kenakalan yang menimbulkan korban materi, kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban di pihak orang lain, dan yang terakhir kenakalan melawam status meliputi pengingkaran status.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan dengan pihak sekolah (Guru Bimbingan Konseling) di salah satu Sekolah Menengah Kejuruan di Yogyakarta pada tanggal 22 Februari 2014 diperoleh data yang menyatakan bahwa di sekolah tersebut terjadi beberapa kasus yang termasuk dalam kenakalan remaja. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Ibu "R" selaku guru BK, bahwa kasus kenakalan remaja yang terjadi yaitu seperti siswa membolos pada saat jam pelajaran berlangsung, siswa memberikan alasan untuk ijin ke belakang (kamar kecil) kepada guru yang sedang mengajar tetapi tidak kembali lagi ke dalam kelas atau siswa kembali ke kelas dalam jangka waktu yang lama. Ditemukan juga

oleh guru beberapa siswa yang membolos ketika jam pelajaran berlangsung terpergok berada di kantin. Hal tersebut biasanya diketahui ketika guru sadar bahwa siswa yang tadinya ada di dalam kelas menjadi tidak ada, dan yang tadi ijin ke belakang tetapi lama kembali masuk ke dalam kelas dan bahkan tidak masuk kembali ke kelas untuk mengikuti pelajaran tersebut lagi.

Kasus lain yang terjadi di sekolah tersebut adalah terjadinya keterlambatan siswa saat datang ke sekolah. Hal tersebut menjadi sebuah masalah dikarenakan siswa yang melakukan keterlambatan saat datang ke sekolah hanya siswa-siswa tersebut saja atau bisa dikatakan siswa-siswa tersebut adalah siswa yang berlangganan datang terlambat ke sekolah. Siswa yang melakukan kasus-kasus di atas kebanyakan justru dari siswa yang duduk di kelas 10, kata Ibu "R" guru BK di sekolah tersebut. Adapun kasus lain yang diungkapkan oleh beliau yang juga menjadi permasalahan penting di sekolah tersebut adalah perilaku seks

bebas atau seks di luar nikah hingga menyebabkan kehamilan.

Pada tanggal 26 April 2014 dilakukan wawancara kepada 4 orang siswa yang terdiri dari siswi kelas XI AP1 dan kelas XI AP2. Wawancara tambahan ini dilakukan guna melengkapi informasi yang dibutuhkan. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada 4 orang siswa dari sekolah tersebut diperoleh hasil bahwa ada beberapa macam jenis kenakalan yang dilakukan oleh siswa sekolah tersebut. Jenis-jenis kenakalan yang dilakukan oleh siswa di sekolah tersebut yaitu mulai dari kenakalan-kenakalan yang sering dan biasa siswa lakukan pada umumnya seperti membolos, mencontek, tidak mengerjakan PR, hingga kenakalan yang tidak tampak bentuk kenakalan yang dilakukannya namun terlihat dampak dari kenakalan tersebut seperti seks bebas yang kemudian menyebabkan kehamilan diluar nikah.

Adapun kasus-kasus lain yang terungkap dari wawancara dengan siswa tersebut adalah adanya perkelahian antara siswa sekolah

tersebut dengan siswa dari sekolah lain, senioritas dari kakak kelas kepada adik kelasnya yang baru masuk dengan cara meminta uang jajan, dan bahkan pelabrakan yang dilakukan oleh kakak kelas kepada adik kelasnya. Keempat siswa yang diwawancarai mengaku pernah melakukan kenakalan remaja, akan tetapi hanya kenakalan yang berupa pelanggaran status yang belum ke arah tindakan kriminal, dan 2 dari 4 siswa tersebut mengaku pernah menjadi korban pemalakan oleh kakak kelas.

Dari beberapa kasus diatas, dapat disimpulkan bahwa kenakalan remaja yang terjadi disekolah tersebut menunjukkan kasus yang sesuai dengan masing-masing bentuk kenakalan remaja yang dikemukakan oleh Jensen (Sarwono, 2006). Kasus membolos, mencontek, dan tidak mengerjakan PR yang terjadi di sekolah tersebut sesuai dengan bentuk kenakalan melawan status atau pengingkaran status, sedangkan kasus yang termasuk dalam kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban dipihak orang lain ditunjukkan dengan adanya

kasus seks bebas dan hamil diluar nikah yang terjadi di sekolah tersebut. Kasus yang lain seperti perkelahian termasuk dalam bentuk kenakalan yang menimbulkan korban fisik pada orang lain. Kasus yang terakhir adalah kasus pemalakan atau minta uang jajan termasuk dalam bentuk kenakalan yang menimbulkan korban materi.

Hasil dari observasi dan wawancara tersebut berlawanan dengan tugas remaja dimana idealnya seorang remaja bisa berperilaku yang lebih positif, melakukan kegiatan yang lebih bermanfaat untuk masa depannya, seperti mengikuti kegiatan organisasi, olahraga, menyalurkan hobi, dan lain-lain. Remaja sebagai penerus bangsa seharusnya mampu bertanggung jawab atas segala perbuatannya dan diharapkan mampu membedakan mana perilaku yang dapat diterima oleh lingkungan sosial dan mana perilaku yang melanggar norma di masyarakat. Hal tersebut sesuai dengan pendapat (Monks, dkk, 1999) yang mengatakan bahwa pada masa remaja akhir dan dewasa awal individu dianggap sudah mempunyai tanggung jawab terhadap

perbuatannya. Disamping itu, setiap individu seharusnya memiliki kesadaran untuk dapat berpikir dan bertindak sesuai dengan ajaran agama dan norma-norma yang berlaku di masyarakat (Kartono, 2006).

Berdasarkan ulasan di atas menunjukkan bahwa sesungguhnya individu pada masa remaja mampu untuk mempertimbangkan risiko dan mempertanggungjawabkan dari setiap tindakannya, namun pada kenyataannya masih banyak remaja yang belum dapat memenuhi tugas perkembangan tersebut. Melihat adanya kesenjangan tersebut, maka penelitian ini penting untuk dilakukan untuk mengetahui penyebab remaja melakukan perilaku kenakalan karena apabila perilaku kenakalan tersebut dilakukan secara terus-menerus akan berdampak buruk di lingkungan keluarga, pendidikan, dan masyarakat (Purba, 2014).

Pada dasarnya kenakalan remaja adalah tingkah laku menyimpang yang dilakukan oleh remaja yang bertentangan dan bersifat melanggar norma-norma

mulai dari norma sosial, agama, sampai pada ketentuan hukum yang berlaku dalam masyarakat. Kenakalan pada remaja banyak menimbulkan dampak negatif untuk individu itu sendiri maupun untuk orang lain baik secara fisik, materi, maupun sosial. Salah satu penyebab terjadinya kenakalan pada remaja adalah faktor internal atau kepribadian individu yaitu rendahnya kontrol diri. Menurut Santrock (2003) yang mengacu pada teori perkembangan identitas Erikson mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku delinkuensi pada remaja ada enam, yaitu : identitas negatif, kontrol diri rendah, usia, jenis kelamin, harapan dan nilai-nilai yang rendah, dan pengaruh orangtua dan keluarga.

Munculnya kecenderungan remaja untuk melakukan kenakalan remaja disebabkan oleh lemahnya kontrol diri dalam diri masing-masing individu. Kenakalan remaja terjadi disebabkan tidak adanya kontrol yang stabil dari dalam diri remaja. Remaja cenderung kurang dapat mengontrol perilakunya dengan baik yang salah satu

penyebabnya adalah rendahnya kontrol diri pada diri remaja. Menurut Monks, dkk (2001) pada usia 15-18 tahun remaja mengalami masa peralihan dan mempunyai kondisi yang kurang stabil dan mudah terpengaruh oleh lingkungan. Masa remaja dikenal sebagai masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang sering menimbulkan konflik bagi remaja itu sendiri dan lingkungan.

Chaplin (2000) mengartikan kontrol diri sebagai kemampuan untuk menekan atau merintangi tingkah laku impulsif (perilaku secara spontan dan tidak bisa ditahan). Lebih lanjut Zulkarnaen (2002) mengartikan bahwa kontrol diri sebagai salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan tempat tinggal. Aspek-aspek kontrol diri menurut Averill (1973) ada lima aspek kemampuan yang tercakup dalam kontrol diri yaitu kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi

peristiwa, kemampuan menafsirkan peristiwa, kemampuan mengontrol keputusan.

Kemampuan mengontrol diri diperlukan oleh remaja untuk mengurangi dan meminimalisir kemungkinan remaja terlibat dan melakukan perilaku yang menyimpang dari norma-norma. Hurlock (1992) menyatakan bahwa individu yang dapat mengontrol dirinya adalah individu yang berusaha sekuat-kuatnya mengarahkan pengaruh terhadap sesuatu yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial. Remaja yang memiliki kontrol diri yang rendah akan lebih cenderung mudah terjebak dan masuk kedalam perilaku kenakalan remaja dibandingkan dengan remaja yang memiliki kontrol diri yang tinggi.

Remaja membutuhkan kontrol diri karena kontrol diri berkaitan dengan cara remaja mengendalikan emosi dan dorongan-dorongan negatif dari dalam dirinya (Hurlock, 1991). Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Darwanto (2004) yang mengatakan bahwa dengan kemampuan

mengontrol diri memungkinkan individu dapat berperilaku lebih terarah dan dapat menyalurkan dorongan dari dalam dirinya yang benar dan tidak menyimpang dari norma dan aturan yang berlaku di lingkungan sosial atau masyarakat. Jika hal demikian dimiliki oleh remaja, maka remaja akan dapat mempertimbangkannya terlebih dahulu sebelum melakukan sesuatu dan mampu mengendalikan dorongan-dorongan negatif dari dalam dirinya termasuk menghindari perilaku yang menyimpang, sehingga kenakalan pada remaja akan menjadi rendah.

Pada dasarnya kenakalan remaja yang terjadi merupakan akibat dari rendahnya kontrol diri yang dimiliki oleh individu. Salah satu contoh kenakalan remaja yang terjadi adalah perilaku seks bebas. Perilaku seks bebas menurut Jensen (Sarwono, 2006) termasuk dalam bentuk kenakalan yang tidak menimbulkan korban dipihak orang lain. Kenakalan tersebut terjadi karena rendahnya kontrol diri yang dimiliki oleh remaja sehingga remaja kurang mampu mengendalikan dan

cenderung terjerumus kedalam perilaku yang menyimpang. Baumeister & Boden (1998) mengemukakan bahwa kontrol diri yang rendah menyebabkan munculnya perilaku tidak bermanfaat bahkan merugikan individu. Kaitannya dengan salah satu contoh perilaku dari permasalahan yang diteliti yaitu perilaku seks bebas adalah remaja tidak akan melakukan perilaku tersebut karena dapat merugikan dirinya sendiri di masa yang akan datang seperti halnya mendapatkan rasa malu, putus sekolah dan bahkan dikeluarkan dari sekolah.

Sebagian besar remaja melakukan perilaku kenakalan untuk dapat diterima dalam kelompoknya. Dewey (Argiati, 2010) menyatakan bahwa adanya keterkaitan antara remaja dan kecenderungan melakukan kenakalan remaja adalah bahwa remaja memiliki keinginan kuat untuk dapat diterima di lingkungan kelompok teman bermainnya sebagai bukti bahwa mereka cukup menarik bagi lingkungannya. Pengaruh dari lingkungan dan teman sebaya



tersebut dapat menciptakan keterikatan dan kebersamaan sehingga remaja sukar melepaskan diri. Hal ini disebabkan karena kemampuan remaja dalam mengontrol stimulus kurang baik. Remaja yang tidak mampu mengontrol stimulus maka tidak akan mampu mencegah efek negatif dari lingkungannya. Remaja tidak dapat menolak dengan tegas hal-hal yang tidak sesuai dengan dirinya dan cenderung terpengaruh untuk melakukan hal-hal tersebut.

Remaja yang mempunyai kontrol diri yang baik diharapkan mampu menolak dengan tegas hal-hal yang tidak sesuai dengan dirinya, berfikir dan mempertimbangkan perilaku yang baik dan benar serta mampu menyatakan sikapnya dengan tegas dan menolak tegas ketika ada bujukan dan tekanan dari lingkungan untuk melakukan perilaku kenakalan (Brocker, 1983).

Berdasarkan uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa remaja yang melakukan kenakalan remaja disebabkan oleh rendahnya kontrol diri yang dimiliki remaja tersebut. Berdasarkan latar belakang

di atas, rumusuan permasalahan yang diajukan dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan kenakalan remaja?”.

Berdasarkan tinjauan pustaka di atas maka hipotesis yang diajukan peneliti dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan kenakalan remaja pada siswa SMK. Semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki maka semakin rendah kecenderungan kenakalan remaja, dan sebaliknya semakin rendah kontrol diri yang dimiliki maka semakin tinggi kecenderungan kenakalan remaja.

### **Metode Penelitian**

Variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 1. Kenakalan Remaja

Kenakalan remaja (*juvenile delinquency*) adalah tingkah laku menyimpang yang bertentangan dan bersifat melanggar norma-norma mulai dari norma sosial, agama, sampai pada ketentuan hukum yang berlaku dalam masyarakat.

Kenakalan remaja akan diungkap dengan menggunakan skala perilaku kenakalan remaja berdasarkan dari bentuk-bentuk kenakalan remaja yang dikemukakan oleh Jensen (Sarwono, 2006) yang meliputi : kenakalan yang menimbulkan korban fisik pada orang lain, kenakalan yang menimbulkan korban materi, kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban di pihak orang lain, dan kenakalan melawan status.

Skor pada Skala Kenakalan Remaja menunjukkan kenakalan remaja pada subjek. Semakin tinggi skor yang diperoleh subjek berarti semakin tinggi kenakalan remaja pada subjek, dan sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh subjek berarti semakin rendah pula kenakalan remaja pada subjek.

## 2. Kontrol Diri

Kontrol diri adalah pengaturan dan pengarahan yang dijalankan oleh individu untuk mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya yang meliputi pengaturan proses fisik, psikologis, perilaku seseorang dan diri sendiri serta untuk

membentuk diri seseorang guna mencapai hasil yang diinginkan melalui tindakannya sendiri. Kontrol diri akan diungkap dengan menggunakan skala kontrol diri yang disusun oleh penulis berdasarkan teori Averill (1973). Aspek-aspek penyusunan kontrol diri meliputi : aspek kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian, dan kemampuan mengambil keputusan.

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja yang berusia 15 sampai dengan 18 tahun. Subjek penelitian berjumlah 63 siswa. Alasan peneliti memilih subjek remaja yang berusia 15-18 tahun dalam penelitian ini karena menurut Monks, dkk (2001) pada usia 15-18 tahun remaja mengalami masa peralihan dan mempunyai kondisi yang kurang stabil dan mudah terpengaruh oleh lingkungan. Subjek penelitian berjumlah 63 siswa.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif yang menggunakan skala sebagai alat

pengumpul data yang masing-masing skala mengukur satu variabel yaitu kenakalan remaja dan kontrol diri. Skala yang digunakan berwujud kumpulan pernyataan-pernyataan yang ditulis, disusun, dan dianalisis sedemikian rupa sehingga respon seseorang terhadap pernyataan tersebut dapat diberi skor dan kemudian mampu diinterpretasi (Azwar, 2003).

Bentuk skala yang digunakan untuk memperoleh data dengan menggunakan model skala *likert*. Bentuk skala semacam ini memberikan alternatif jawaban kepada subjek dan subjek diminta untuk memilih salah satunya. Masing-masing aitem memiliki empat alternatif jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS), dimana masing-masing jawaban tersebut memiliki skor yang berbeda-beda. Skor jawaban bergerak dari angka 1 sampai 4. Pada jawaban *favourable*, nilai yang diberikan pada aitem *favourable* ini adalah sebagai berikut; Sangat Sesuai (SS) : 4, Sesuai (S) : 3, Tidak Sesuai (TS) : 2 dan Sangat Tidak Sesuai

(STS) : 1, skoring pada aitem *unfaurable* berlaku kebalikannya Sangat Sesuai (SS) : 1, Sesuai (S) : 2, Tidak Sesuai (TS) : 3 dan Sangat Tidak Sesuai (STS) : 4. Untuk mengetahui kualitas alat ukur, skala kontrol diri dan kenakalan remaja terlebih dahulu diuji cobakan. Tujuannya adalah untuk memastikan Validitas dan Reliabilitas kedua skala tersebut.

Skala kenakalan remaja merupakan alat ukur yang digunakan untuk mengungkap kenakalan pada remaja. Skala ini disusun oleh peneliti dengan mengacu pada bentuk-bentuk kenakalan remaja menurut Jensen (dalam Sarwono, 2006), yaitu (a) kenakalan yang menimbulkan korban fisik pada orang lain, (b) kenakalan yang menimbulkan korban materi, (c) kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban dipihak orang lain, dan (d) kenakalan melawan status meliputi pengingkaran status.

Skala kenakalan remaja terdiri dari 32 butir pernyataan dengan 16 butir pernyataan *favourable* dan 16 butir pernyataan *unfavourable*. Jawaban yang tersedia adalah sangat

sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Subjek diminta untuk memilih satu dari alternatif jawaban yang dianggap paling sesuai dengan keadaan dirinya.

Skala kenakalan remaja diuji cobakan pada 39 siswa SMK N 1 Yogyakarta.

Uji coba skala penelitian dilakukan pada hari Kamis, tanggal 17 Juli 2014. Skala uji coba diujicobakan dengan cara memberikan skala secara langsung kepada subjek. Subjek uji coba diambil dari siswa kelas XI AK1 yang berjumlah 30 siswa dan 9 siswa lainnya diambil dari siswa yang berada diluar kelas.

Berdasarkan hasil analisis terhadap data hasil uji coba skala kenakalan remaja yang diujicobakan terhadap 39 subjek, menyatakan dari 32 aitem yang diujicobakan terdapat 29 aitem yang valid dan 3 aitem yang gugur. Aitem yang gugur adalah nomor 6, 16, dan 24. Koefisien validitas bergerak dari 0,319 sampai dengan 0,751 sedangkan untuk reliabilitas menggunakan koefisien reliabilitas alpha sebesar 0,922.

Skala yang digunakan untuk mengungkap kontrol diri disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Averill (1973) yaitu (a) Kemampuan mengontrol perilaku, yaitu kemampuan untuk mengendalikan situasi dan mengatur perilaku sesuai kemampuan dirinya (b) Kemampuan mengontrol stimulus, artinya kemampuan individu untuk menghadapi stimulus yang tidak diinginkan. (c) Kemampuan mengantisipasi peristiwa atau kejadian, kemampuan untuk mengantisipasi keadaan dengan informasi yang dimiliki melalui berbagai pertimbangan secara relatif objektif. (d) Kemampuan menafsirkan suatu peristiwa atau kejadian, kemampuan untuk menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara objektif. (e) Kemampuan mengontrol keputusan, kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya.

Skala kontrol diri terdiri dari 40 butir pernyataan dengan 20 butir

pernyataan *favourable* dan 20 butir pernyataan *unfavourable*. Jawaban yang tersedia adalah sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS).

Berdasarkan hasil analisis terhadap data hasil uji coba skala kontrol diri menyatakan dari 40 aitem yang diujicobakan terdapat 35 aitem yang valid dan 5 aitem yang gugur. Aitem yang gugur adalah nomor 15, 23, 27, 31 dan 39. Koefisien validitas aitem bergerak dari 0,259 sampai dengan 0,737 dan koefisien validitas alpha sebesar 0,923.

## **Hasil dan Pembahasan**

### **Hasil**

#### **1. Kenakalan Remaja**

Berdasarkan hasil kategorisasi diketahui bahwa ada 54 subjek (85,71 %) memiliki kenakalan remaja rendah, 9 subjek (14,29 %) memiliki kenakalan remaja sedang, dan tidak ada subjek yang memiliki kenakalan remaja tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini secara umum mempunyai kenakalan remaja yang rendah. Banyaknya subjek yang

termasuk dalam kategorisasi rendah dikarenakan sebagian besar dari subjek penelitian adalah perempuan. Santrock (2003), berdasarkan teori perkembangan identitas Erikson mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku delinkuensi pada remaja salah satunya adalah faktor jenis kelamin.

#### **2. Kontrol Diri**

Berdasarkan hasil kategorisasi diketahui bahwa ada 34 subjek (53,97 %) memiliki kontrol diri tinggi, 29 subjek (46,03 %) memiliki kontrol diri sedang, dan tidak ada subjek yang memiliki kontrol diri rendah. Hal ini menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini secara umum mempunyai kontrol diri yang tinggi.

Hasil uji normalitas sebaran data Kenakalan Remaja menunjukkan nilai KS-Z sebesar 0,094 dengan taraf signifikansi sebesar 0,200 ( $p > 0,05$ ). Hal tersebut menunjukkan bahwa sebaran data kenakalan remaja terdistribusi secara normal.

Hasil uji normalitas sebaran data Kontrol Diri menunjukkan nilai KS-Z sebesar 0,066 dengan ( $p >$

0,05). Hal tersebut menunjukkan bahwa sebaran data kontrol diri terdistribusi secara normal.

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui linier tidaknya hubungan antara kedua variabel dalam penelitian ini (kontrol diri dengan kenakalan remaja). Data setiap variabel diuji linieritas dengan menggunakan teknik *Test of Linearity*. Hasil uji linieritas variabel kontrol diri dan kenakalan remaja menunjukkan nilai koefisien linier F sebesar 88,424 ( $p < 0,05$ ). Berdasarkan analisis tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa ada hubungan yang linier antara kontrol diri dengan kenakalan remaja.

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil analisis *product moment* diperoleh koefisien korelasi sebesar ( $r_{xy} = -0,746$ ) ( $p < 0,01$ ). Hal tersebut menunjukkan adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan kenakalan remaja, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Dari hasil koefisien determinasi menunjukkan angka sebesar 0,556 hal ini menunjukkan

bahwa variabel kontrol diri memiliki kontribusi sebesar 55,6% terhadap kenakalan remaja dan sisanya 44,4% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Hasil uji hipotesis selengkapnya dapat dilihat pada lampiran.

Berdasarkan hasil analisis korelasi *product moment* yang telah dilakukan diperoleh koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) sebesar sebesar -0,746 dengan taraf signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,01$ ). Hal tersebut menunjukkan adanya korelasi negatif antara kontrol diri dengan kenakalan remaja, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima. Berdasarkan hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa semakin tinggi kontrol diri maka kecenderungan kenakalan remaja semakin rendah, dan sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka kecenderungan kenakalan remaja semakin tinggi.

Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini membuktikan bahwa kontrol diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kenakalan pada remaja. Kenakalan remaja (*juvenile delinquency*) adalah tingkah laku menyimpang yang

bertentangan dan bersifat melanggar norma-norma mulai dari norma sosial, agama, sampai pada ketentuan hukum yang berlaku dalam masyarakat.

Dari hasil penelitian diatas dapat dikatakan bahwa sebagian besar dari subjek penelitian ini memiliki kenakalan remaja yang cenderung rendah. Keadaan tersebut menunjukkan bahwa remaja mampu menghindari tingkah laku menyimpang yang bertentangan dan bersifat melanggar norma atau aturan. Hal ini ditunjukkan dengan rendahnya kenakalan yang menimbulkan korban fisik pada orang lain, rendahnya kenakalan yang menimbulkan korban materi, rendahnya kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban dipihak orang lain, dan rendahnya kenakalan melawan status meliputi pengingkaran status (Jensen dalam Sarwono, 2006).

Kenakalan remaja yang cenderung rendah dalam penelitian ini dipengaruhi oleh tingginya kontrol diri yang dimiliki oleh remaja seperti yang terlihat pada hasil penelitian ini. Remaja dengan

kontrol diri yang tinggi cenderung memiliki kemampuan untuk mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi peristiwa atau kejadian yang ada, kemampuan menafsirkan suatu peristiwa atau kejadian, dan memiliki kemampuan untuk mengontrol keputusan (Averill, 1973).

Kontrol diri adalah pengaturan dan pengarahan yang dijalankan oleh individu untuk mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya yang meliputi pengaturan proses fisik, psikologis, perilaku seseorang dan diri sendiri serta untuk membentuk diri seseorang guna mencapai hasil yang diinginkan melalui tindakannya sendiri. Averill (1973) menyebutkan 5 aspek yang terdapat dalam kontrol diri, yaitu aspek kemampuan mengontrol perilaku, aspek kemampuan mengontrol stimulus, aspek kemampuan mengantisipasi peristiwa atau kejadian, aspek kemampuan menafsirkan suatu peristiwa atau kejadian, dan aspek kemampuan mengontrol keputusan.

Remaja yang memiliki kontrol perilaku akan mampu mengarahkan dorongan-dorongan yang ada di dalam dirinya sehingga tidak sampai melakukan tindakan di luar batas norma (Elfida, 2005). Remaja yang memiliki kontrol diri tinggi akan mampu mengendalikan dan mengarahkan dorongan-dorongan negatif dari dalam dirinya termasuk dorongan seksual. Remaja yang memiliki kontrol diri yang rendah cenderung tidak dapat mengalihkan segala tindakannya ke arah yang positif dan lebih mudah terjerumus dalam perilaku seksual pranikah yang termasuk ke dalam salah satu aspek dari kenakalan remaja menurut Jensen (dalam Sarwono, 2006) yaitu kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban dipihak orang lain.

Remaja yang memiliki kemampuan mengontrol stimulus dapat mempertimbangkan konsekuensi dari situasi yang sedang atau akan ia hadapi sehingga dapat meminimalkan akibat yang tidak diinginkan (Widiana, dkk, 2004). Remaja yang memiliki kontrol stimulus tinggi akan mampu

mengontrol dirinya dari stimulus-stimulus yang ada di sekitarnya sehingga tidak terjebak dan terpengaruh untuk melakukan perilaku kenakalan. Remaja yang memiliki kontrol stimulus rendah tidak mampu mengontrol stimulus-stimulus yang sedang dihadapi sehingga cenderung lebih mudah terpengaruh dan mudah menerima ajakan temannya untuk melakukan perilaku yang menyimpang seperti berkelahi atau tawuran yang dalam penelitian ini merupakan salah satu aspek kenakalan remaja yaitu kenakalan yang menimbulkan korban fisik pada orang lain (Jensen dalam Sarwono, 2006).

Remaja yang memiliki kemampuan mengantisipasi peristiwa dengan baik akan mampu mereduksi dampak-dampak negatif dari tekanan-tekanan yang ada di lingkungan sehingga kontrol diri dapat digunakan sebagai intervensi yang bersifat pencegahan (Elfida, 2005). Remaja yang tidak mampu mengantisipasi peristiwa maka tidak akan mampu mencegah efek negatif dari lingkungannya. Remaja tidak dapat menolak dengan tegas hal-hal



yang tidak sesuai dengan dirinya dan cenderung terpengaruh untuk melakukan hal-hal tersebut seperti diajak oleh teman-temannya untuk minum minuman beralkohol (mabuk) atau pergi ke tempat-tempat hiburan malam. Remaja yang memiliki kontrol diri rendah cenderung lebih mudah melakukan perilaku minum minuman beralkohol yang dalam penelitian ini termasuk ke dalam aspek kenakalan remaja menurut Jensen (dalam Sarwono, 2006), yaitu kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban dipihak orang lain.

Remaja yang mampu menafsirkan kemungkinan peristiwa di masa yang akan datang akan lebih mudah untuk tidak ikut dalam perilaku yang menyimpang karena remaja mengerti dan paham tentang akibat yang ditimbulkan apabila terjerumus ke dalam perilaku kenakalan. Aroma dan Suminar (2012) menyatakan jika remaja tersebut memiliki kontrol diri yang baik, maka ia akan mampu menahan kebutuhan kesenangan sesaat dan mampu berpikir logis bahwa

perbuatannya akan menimbulkan risiko bagi dirinya.

Remaja yang memiliki kemampuan mengontrol keputusan mampu melakukan tindakan dengan membuat berbagai pertimbangan terlebih dahulu (Elfida, 2005). Remaja akan memilih suatu tindakan berdasarkan pada apa yang diyakini atau yang disetujui. Hal ini dilakukan agar perilakunya sesuai dengan tuntutan lingkungan disekitarnya. Remaja yang tidak mampu mengontrol keputusan akan memilih untuk pergi ke kantin sekolah atau membolos ketika jam pelajaran. Hal ini berkaitan dengan salah satu aspek kenakalan remaja menurut Jensen (dalam Sarwono, 2006) yaitu kenakalan melawan status meliputi pengingkaran status.

Berdasarkan uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan antara kontrol diri dengan kenakalan remaja. Hal tersebut dapat dilihat dari penjelasan di atas yang menjelaskan bahwa kontrol diri merupakan salah satu faktor penyebab kenaikan atau penurunan kenakalan remaja. Menurut hasil analisis data penelitian diketahui

bahwa koefisien determinasi menunjukkan angka sebesar 0,556. Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel kontrol diri memiliki kontribusi sebesar 55,6% terhadap penurunan kenakalan remaja dan sisanya 44,4% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti (1) identitas negatif, (2) kontrol diri rendah, (3) usia, (4) jenis kelamin, (5) harapan dan nilai-nilai yang rendah terhadap pendidikan, (6) pengaruh orangtua dan keluarga (Santrock, 2003).

Berdasarkan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan kenakalan remaja. Semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki maka semakin rendah kecenderungan kenakalan remaja dan sebaliknya semakin rendah kontrol diri yang dimiliki maka semakin tinggi kecenderungan kenakalan remaja.

## **Penutup**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kontrol diri dengan kenakalan remaja dengan koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) sebesar -

0,746 ( $p < 0,05$ ). Hubungan yang negatif ini menandakan bahwa semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki maka kecenderungan kenakalan remaja semakin rendah dan sebaliknya, semakin rendah kontrol diri yang dimiliki maka kecenderungan kenakalan remaja semakin tinggi sehingga dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan salah satu penyebab yang dapat meningkatkan dan menurunkan kecenderungan kenakalan remaja.

Berdasarkan analisis data diketahui koefisien determinan sebesar 0,556, artinya kontrol diri memberikan kontribusi sebesar 55,6% terhadap penurunan kenakalan remaja dan 44,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain. Hal ini menunjukkan bahwa kontrol diri merupakan salah satu faktor yang dapat menjadi penyebab menurunnya kecenderungan kenakalan remaja.

### **Saran**

#### 1. Bagi Remaja

Bagi remaja diharapkan untuk tetap mempertahankan kontrol diri agar tindakan-tindakan yang melanggar norma dan aturan tidak terjadi. Dalam mempertahankan

kontrol diri agar tetap tinggi remaja dapat melakukan beberapa hal, diantaranya adalah dengan lebih selektif dalam memilih teman bergaul, sering melakukan diskusi antar teman sehingga dapat saling bertukar pikiran. Remaja diberikan ruang yang lebih dalam mengikuti ekstra kurikuler yang diadakan sekolah, dengan cara ini diharapkan potensi yang ada pada remaja dapat tersalurkan kepada hal-hal yang positif. Dengan kata lain remaja mendapatkan sarana yang dapat digunakan untuk meluapkan dan menyalurkan ekspresi, sehingga tidak mengarah kepada hal-hal yang negatif atau melanggar aturan dan norma yang berlaku.

## 2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti dengan tema atau permasalahan yang sama yang dalam penelitian ini adalah kenakalan remaja diharapkan untuk mencari variabel lain selain kontrol diri yang dapat mempengaruhi kenaikan atau penurunan kenakalan remaja, dan disarankan kepada peneliti selanjutnya apabila ingin meneliti dengan tema permasalahan

kenakalan remaja agar lebih memperhatikan jenis kelamin pada subjek penelitian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Argiati, H. B. 2010. Studi Kasus Perilaku Bullying Pada Siswa SMA di Yogyakarta. *Jurnal Penelitian*. Yogyakarta: BAPEDA. No.5;54 – 62.
- Aroma, I. S & Suminar, D. R. 2012. Hubungan antara Tingkat Kontrol Diri dengan Kecenderungan Perilaku Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi dan Perkembangan*. 01 (02) 1-6.
- Averill, J.R. 1973. Personal Control Over Aversive Stimuli and It's Relationship to Stress. *Psychological Bulletin*.
- Azwar, S. 2003. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Baumeister, R.F. & Boden, J.M. 1998. *Low self-control and ego threat*. Academic Press.
- Brockner, H, 1983. *The Social Psychology*. New York: John Wiley and Sons.
- Chaplin. 2000. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta. Raja Grafindo Persada.
- Ekowarni, E. 1993. Kenakalan Remaja: Suatu Tinjauan Psikologi. *Buletin Psikologi*.
- Elfida, D. 2005. Hubungan Antara Kemampuan Mengontrol Diri Dan Kecenderungan Berperilaku Delinkuen Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*. 1(2); 10-15.
- Hewwit, R.K. 2003. *A lonely World*. Jakarta: Prestasi Pustaka Publisher.
- Hurlock, E. B. 1991. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta : Erlangga.
- Hurlock, E. B. 1992. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Kartono, K. 2006. *Psikologi Wanita Jilid I*. Bandung : Mandar Maju.
- Monks, F., J. Knoers, A.M.P., & Haditono, S.R. 1999. *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Monks, F., J. Knoers, A.M.P., & Haditono, S.R. 2001. *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Santrock, J. W. 2003. *Adolesence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, W. 2006. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Remaja.
- Sudarsono. 2004. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Widiana, dkk. 2004. *Kontrol Diri dan Kecenderungan*

*Kecanduan Internet.*

Humanitas. 1 (1); 15-35.

Zulkarnaen. 2002. Hubungan  
Kontrol diri dengan  
Kreativitas Perkerja.

<http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/3494>.

Diakses tanggal 7 Februari  
2014.