

## Perbedaan Kontrol Diri Remaja Ditinjau Dari Struktur Keluarga

Retno Arum Sayekti<sup>1\*</sup>, Itsna Iftayani<sup>2</sup>, Patria Jati Kusuma<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Muhammadiyah Purworejo

### ABSTRACT

*This study aims to determine differences in adolescent self-control in terms of family structure. The research population was adolescents with the age criteria of 15-19 years in Purworejo Regency, totaling 97 respondents. The research method used is quantitative. As for taking the sample using nonprobability sampling technique using the type of sampling technique incidental sampling. The data collection instrument uses a questionnaire with a Likert scale, each of which has been tested and has met the validity and reliability requirements. The data analysis used was comparative with the it test test of two independent samples. The results of the t test for two independent samples on the self-control variable were  $0.021 < 0.05$ , which stated that there were differences in adolescent self-control in terms of the family structure of intact parents and the family structure of divorced parents. The self-control of adolescents from intact parent family structures is higher than the self-control of adolescents from divorced parent family structures.*

**Keywords:** Self Control, Family Structure

### ABSTRAK

*Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kontrol diri remaja ditinjau dari struktur keluarga. Populasi penelitian adalah remaja dengan kriteria usia 15-19th di Kabupaten Purworejo yang berjumlah 97 responden. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Adapun pengambilan sample menggunakan teknik nonprobability sampling dengan menggunakan jenis teknik sampling insidental sampling. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan skala likert yang masing-masing sudah diuji cobakan dan telah memenuhi syarat validitas dan reliabilitas. Analisis data yang digunakan menggunakan komparatif dengan uji *t* test dua sampel independen. Hasil uji *t* test dua sampel independen pada variabel kontrol diri yaitu  $0,021 < 0,05$  yang dinyatakan terdapat perbedaan kontrol diri remaja ditinjau dari struktur keluarga orang tua utuh dan strktur keluarga orang tua bercerai. Kontrol diri remaja dari struktur keluarga orang tua utuh lebih tinggi dibandingkan kontrol diri remaja dari struktur keluarga orang tua bercerai.*

**Katakunci:** Kontrol diri, Struktur Keluarga

Received:  
06.09.2023

Revised:

Accepted:

Available online:

**Suggested citation:** Sayekti, Retno Arum Itsna Iftayani, & Patria Jati Kusuma (2023). Perbedaan Kontrol Diri Remaja Ditinjau Dari Struktur Keluarga. *Journal of Psychosociopreneur*, 2 (2), 52-56. DOI: .....[Open Access | URL:http://jurnal.umpwr.ac.id/index.php/jpsh](http://jurnal.umpwr.ac.id/index.php/jpsh)

<sup>1</sup> Corresponding Author: Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Muhammadiyah Purworejo, Jl. K.H Ahmad Dahlan No. 3 Purworejo; Email: xxx@umpwr.ac.id

## PENDAHULUAN

Masa remaja dianggap sebagai masa-masa yang bermakna, banyak peristiwa penting yang tidak dilupakan terjadi pada masa remaja (Rina, 2018). Selain itu, masa remaja merupakan masa transisi dalam kehidupan manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dengan masa dewasa (Santrock, 2012). Masa remaja dianggap sebagai ujung dari perkembangan awal individu, banyak perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja. Salah satu perkembangan yang terjadi adalah perkembangan fisik yang pesat menuju dewasa, ditandai dengan munculnya gejala emosi, lebih banyak berkomunikasi dan berinteraksi dengan lingkungan maupun teman sebaya (Sarwono, 2012). Peningkatan emosional yang kompleks pada remaja umumnya disebut fase storm and stress atau emosi yang bergejolak (Selvina, 2020). Fase storm and stress dapat diartikan sebagai langkah awal remaja mengalami berbagai tekanan, frustrasi, konflik kehidupan nyata, pencarian jati diri, bersosialisasi, halusinasi, merasa diacuhkan dari kehidupan sosial dan budaya orang dewasa (Anggono, 2014). Beberapa tekanan-tekanan permasalahan yang baru di alami remaja secara berlebihan mengakibatkan remaja mengalami kesulitan dalam pengendalian dirinya atau kontrol diri.

Kontrol diri pada remaja merupakan hal yang dianggap sebagai sesuatu yang sangat penting, karena kontrol diri dikatakan sebagai landasan bagaimana individu bertindak dalam berbagai situasi. Secara garis besar kontrol diri diartikan sebagai kemampuan individu untuk memperbaiki perilaku, mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, serta kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakininya sehingga memberikan dampak positif atau keuntungana bagi diri sendiri (Dwi Marsela Supriatna, 2019). Saat kontrol diri pada remaja rendah maka remaja akan kesulitan dalam pengendalian emosinya tak heran akan menimbulkan permasalahan baru dalam hidupnya. Hal ini sesuai dengan pendapat Dwi Marsela Supriatna (2019) yang menyatakan bahwa kontrol diri remaja rendah dapat mengakibatkan remaja lebih cenderung untuk melakukan perilaku kriminal atau penyimpangan tanpa mempertimbangkan konsekuensi yang akan terjadi. Sedangkan menurut Gandawijaya (2017) kontrol diri yang rendah akan berdampak pada penurunan performansi kerja, impulsivitas, ketidakmampuan melakukan penyesuaian psikologis, stabilitas harga diri yang rendah, kurangnya hubungan interpersonal, dan meningkatnya perilaku agresi.

Kasus kecanduan gawai, perilaku impulsif, kenakalan remaja dan prokrastinasi pada remaja akan selalu meningkat tahun ke tahun. Hal tersebut dilatar belakangi oleh kontrol diri remaja yang dimiliki rendah serta teknologi yang semakin canggih. Salah satu permasalahan kontrol diri yang paling berdampak negatif bagi dirinya sendiri dan berbahaya kepada orang lain adalah kenakalan remaja. Kenakalan remaja di Indonesia selalu mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Menurut Rina (2018) kenakalan remaja bisa dalam bentuk mencontek atau contek-contekan, membolos sekolah, menonton atau melakukan pornografi, mengonsumsi obat-obat terlarang, mabuk minuman keras, tawuran, pergaulan bebas, bullying, mencuri dan cybersex.

Kontrol diri yang tinggi pada remaja akan membantu remaja berperilaku dan bersikap sewajarnya tergantung pada keadaan dan kondisi lingkungannya. Tingkat kontrol diri yang tinggi bukanlah sesuatu yang dapat dicapai dengan mudah atau instan. Menurut Dwi Marsela Supriatna (2019), faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri pada remaja adalah usia, lingkungan dan keluarga. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Kholifah Rusmawati (2020) yang memberikan hasil bahwa semakin tinggi keberfungsian keluarga maka semakin tinggi kontrol diri remaja dan semakin rendah keberfungsian keluarga maka semakin rendah kontrol diri remaja.

Keluarga dianggap sebagai salah satu faktor terpenting dalam kontrol diri karena merupakan lingkungan pertama dan utama dalam interaksi sosial. Dalam keluarga, peran orang tua dinilai mempunyai peranan yang sangat penting dalam perkembangan kemandirian anak. Peran orang tua salah satunya adalah dengan mendisiplinkan anak, karena kedisiplinan dapat menentukan karakter yang baik dan mengendalikan perilaku individu (Dwi Marsela Supriatna 2019). Menurut Dwi Marsela Supriatna (2019), kedisiplin diri dapat mengembangkan

pengendalian diri yang besar sehingga individu dapat mempertanggungjawabkan segala perbuatannya.

Kontrol diri remaja rendah sebagian besar disebabkan karena permasalahan pengaruh perubahan orang tua Rina, (2018). Perubahan yang dimaksud adalah perubahan pasangan suami istri dalam kepuasan pernikahan, kondisi keuangan, pekerjaan dan kesehatan Santrock, 2009. Perubahan dalam kepuasan pernikahan dapat berujung pada perceraian, yang mana perceraian ini akan mengakibatkan perubahan struktur keluarga Rina, 2018. Struktur keluarga tidak utuh atau bercerai tersebut berpengaruh terhadap komunikasi antara anak dengan orang tua terganggu Rina, 2018.

Struktur keluarga yang utuh, pola pengasuhan yang baik serta lingkungan yang mendukung akan berpengaruh pada kontrol diri seseorang Morsunbul dalam Minasochah, 2020. Selain itu menurut pendapat Gunarsa, 2009 keutuhan orang tua membuat anak memahami arahan orangtua. Arahan dan bimbingan dari kedua orangtua membuat remaja tidak mudah dipengaruhi oleh pergaulan yang buruk Gunarsa, 2009. Remaja yang dibesarkan dalam keluarga yang utuh dengan suasana keluarga yang positif cenderung dapat menjalani masa remajanya tanpa menghadapi masalah yang serius Papalia, 2009. Orang tua yang utuh atau struktur keluarga yang utuh tidak menutup kemungkinan remaja untuk melakukan penyesuaian yang buruk dan terlibat dengan hal-hal yang bersifat negatif.

Dari beberapa kajian penelitian yang telah dipaparkan, terdapat perbedaan antara keluarga bercerai dan keluarga utuh dalam peran kontrol diri. Oleh karena itu, perlu dikaji lebih detail bagaimana sebenarnya peran struktur keluarga mempengaruhi pengendalian diri pada remaja. Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa remaja yang berasal dari keluarga yang bercerai seringkali menunjukkan perilaku negatif yang menunjukkan pengendalian diri yang lebih rendah dibandingkan remaja yang berasal dari keluarga utuh, namun menurut fenomena di atas, di lapangan remaja yang tumbuh dalam keluarga yang bercerai tidak demikian.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan komparatif. Penelitian Kuantitatif menurut Sugiyono (2017) adalah sebuah metode penelitian yang berlatar belakang atau berlandaskan pada filsafat positivisme, sebagai metode ilmiah karena telah memenuhi kaidah ilmiah secara konkrit atau empiris, obyektif, terukur, rasional, dan sistematis. Sedangkan pendekatan komparatif menurut Sugiyono (2017) merupakan penelitian yang membandingkan keberadaan satu variabel atau lebih pada dua sampel yang berbeda. Penelitian ini menggunakan metode komparatif karena bertujuan untuk membandingkan kontrol diri remaja dari struktur keluarga utuh dan bercerai. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa remaja yang berusia 15-19th di Kabupaten Purworejo. Pemilihan sampel dilakukan menggunakan teknik Insidental. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 97 responden. Variabel penelitian ini yaitu kontrol diri variabel bebas dan variabel terikatnya adalah struktur keluarga. Pengumpulan data menggunakan skala yang diadaptasi dengan tryout. Skala yang digunakan yaitu kontrol diri dari Tangney, Baumeister & Boone (2004) dengan total item berjumlah 36, kemudian skala dibagikan kepada 30 responden untuk melakukan tryout. Hasil tryout menunjukkan bahwa 9 aitem tidak berdistribusi normal dan tidak valid, sehingga peneliti menggugurkan 9 aitem dan menggunakan 27 aitem yang sudah diujikan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Uji Independent t Test

	Sig	Sig.(2-tailed)
Kontrol Diri	Equal variances assumed	,325
	Equal variances not assumed	,021

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa nilai uji t signifikan (2-tailed) sebesar  $0.021 < 0.05$ , maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kontrol

diri remaja dengan struktur keluarga orang tua utuh dan kontrol diri remaja dengan struktur keluarga orang tua bercerai. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Ningsih dkk (2021) tentang perbandingan kontrol diri remaja berdasarkan pola asuh orang tua ditemukan bahwa terdapat perbedaan antara kontrol diri remaja yang di asuh dari orang tua utuh dan tunggal, yang dimana pola asuh dengan orang tua utuh lebih tinggi kontrol dirinya di banding orang tua tunggal. Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rima (2015) ditemukan hasil bahwa kontrol diri remaja dari keluarga utuh lebih tinggi di dibandingkan kontrol diri remaja dari keluarga bercerai. Peneliti lainnya menyatakan bahwa Penelitian lain yang dilakukan oleh Dwi Marsela & Supriatna (2019) menemukan bahwa berkurangnya kedisiplinan dapat menurunkan kontrol diri pada remaja

Dari hasil penelitian diketahui bahwa sebenarnya kedua kelompok, baik itu remaja yang berasal dari keluarga utuh dan bercerai di dalamnya terdapat remaja dengan kontrol diri tinggi, sedang maupun rendah. Hasil ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Santrock (2003) yang menyatakan bahwa remaja yang berasal dari keluarga utuh pada umumnya akan lebih baik dalam menyesuaikan tingkah laku mereka, yang mana penyesuaian tingkah laku ini tentunya dipengaruhi oleh kontrol diri seseorang sebagaimana yang dinyatakan oleh Goldfried dan Merbaum (dalam Lazarus, 1976). Sebagian kecil remaja dari keluarga utuh yang berada pada kategori rendah mungkin memiliki kasus khusus yang membuat mereka memiliki kontrol diri rendah, seperti faktor lingkungan, sosialisasi orangtua, sosioekonomi dan temperamen (Darity, 2008). Hal ini sesuai dengan apa yang diungkapkan oleh Santrock (2003) bahwa remaja yang berasal dari keluarga utuh pada umumnya akan kehilangan kontrol diri seperti yang telah dijelaskan sebelumnya. Kehilangan kontrol diri ini pada umumnya akan membuat remaja lebih mungkin untuk mempunyai masalah di sekolah, termasuk prestasi dan perilaku yang mengganggu (Dacey & Kenny, 1997).

Remaja yang berasal dari keluarga bercerai dengan kontrol diri yang tinggi juga dapat terjadi seperti yang dikemukakan oleh Lestari (2018), bahwa tidak selamanya anak yang berasal dari keluarga bercerai akan memiliki kecenderungan berkembang ke arah yang negatif, karena remaja dengan orangtua bercerai justru dapat lebih mandiri dalam kehidupannya. Selain itu, hal ini juga mungkin dapat juga dijelaskan dari faktor lain yang dapat mempengaruhi kontrol diri, seperti sosialisasi orangtua, kedekatan dan temperamen. Meskipun perceraian berpengaruh besar terhadap kepribadian remaja namun jika sosialisasi dengan orangtua masih tetap berjalan dengan baik, serta kedekatan yang masih terus dijaga maka kemungkinan besar hal ini akan menjaga remaja untuk tetap memiliki kontrol diri yang baik. Remaja yang berasal dari keluarga utuh memiliki nilai yang lebih tinggi daripada remaja yang berasal dari keluarga bercerai pada ketiga aspek kontrol diri.

Dari pembahasan di atas, peneliti sependapat dengan pandangan Santrock yang menyatakan bahwa remaja akan mendapatkan manfaat lebih jika kedua orang tuanya terlibat dalam pengasuhan mereka, memberikan kehangatan dan perhatian, membantu remaja mengembangkan pengendalian diri dan memberi mereka lingkungan yang meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan. Sebab pada masa remaja sangat diperlukan adanya seseorang yang dapat membantu, membimbing dan memberikan orientasi agar remaja dapat mengembangkan dan mengembangkan kepribadiannya ke arah yang positif.

Data tambahan menyebutkan bahwa perbedaan kontrol diri pada remaja dari keluarga utuh dan bercerai dapat disebabkan karena pengaruh usia, pendidikan, pendapatan orang tua dan domisili. Dari nilai diatas ditarik kesimpulan bahwa remaja dengan usia 19th lebih tinggi dalam mengelola kontrol dirinya. Hasil uji anova pendapatan orang tua ditarik kesimpulan bahwa dalam penelitian ini pendapatan orang tua responden berjumlah 3,600,000-4,500,000 lebih tinggi dalam mengelola kontrol dirinya. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa dalam penelitian ini responden yang berdomisili di Kecamatan Purwodadi lebih tinggi dalam mengelola kontrol dirinya Kecamatan-kecamatan yang lain.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara kontrol diri remaja dari struktur keluarga orang tua utuh dan bercerai. Kontrol diri remaja tidak hanya dipengaruhi oleh struktur orang tua saja, tetapi dapat dipengaruhi oleh faktor lainnya seperti usia, kesadaran untuk bertindak, kesengajaan melakukan suatu tindakan

tertentu, serta kapasitas individu dalam merespon suatu stimulus yang tersedia di lingkungan, dan faktor kedisiplinan. Faktor keluarga khususnya orang tua memberikan pengaruh yang besar kepada remaja, Perceraian yang terjadi pada orang tua menanamkan garis pengaruh permasalahan yang muncul pada anak khususnya remaja yang dimana berimbas ke kontrol diri yang rendah.

## REFERENSI

- Dacey, J. & Kenny, M. (1997). *Adolescence developmen (Second edition)*. United States of America: Times Mirror Higher Education Group Inc.
- Darity, William A., (2008). *Self Control. Jr, Vol. 7. 2nd ed.* Detroit: Macmillan Reference USA, 2008.
- Dwi Marsela, R., & Supriatna, M. (2019). Kontrol Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 65–69. [http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative\\_counseling](http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling)
- Gandawijaya, Leonardus Edwin. (2017). "Hubunngan Antara Kontrol Diri dengan Agresi Elektronik pada Pengguna Media Sosial di Masa Transisi Menuju Dewasa. Skripsi psikologi. Universitas Dharma Yogyakarta
- Gunarsa, D. Dan Gunarsa, D. 2009. *Psikologi Untuk Pembimbing*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia
- Kholifah, N., & Rusmawati, D. (2020). Hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri remaja pada siswa SMAN 2 Semarang. *Empati*, 7(2), 566-571
- Lazarus, R.S & Folkman, S. (1976). *Pschology Of Adjustment*. New York: Springer Publishing Company.
- Lestari, P., & Pratiwi, P. H. (2018). Perubahan Dalam Struktur Keluarga. *Jurnal Kajian Sosiologi*, 7(1). <https://doi.org/10.21831/dimensia.v7i1.21053>
- Minasocha. (2020). Keberfungsian keluarga, jenis kelamin dan kontrol diri remaja di pulau bawean
- Ningsih, Y., Psikologi, F., Negeri, U. I., Syarif, S., & Riau, K. (2021). Dari Pola Asuh Orang tua ( Studi Di SMA N 1 Salo ) Skripsi Dari Pola Asuh Orangtua( Studi Di SMA Negeri 1 Salo )
- Papalia, D. E., Old s, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human Development Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika
- Rima, Yap. (2015). Perbandingan Kontrol Diri Remaja yang Berasal dari Keluarga Utuh dan Keluarga Bercerai. Universitas Sumatra Utara.
- Rina, Rahayu. (2018). Pengaruh Kontrol Diri dan Moral Disengagement terhadap Perilaku Agresif pada Remaja di Kota Yogyakarta. Universitas Negri Yogyakarta. <https://eprints.uny.ac.id/66549/7/Cover.pdf>
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock John W. (2009). *Life-Span Development. Twelfth Edition*. New York: McGraw-Hill
- Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development : Perkembangan Masa Hidup Jilid I*. (B. Widiasinta, Penerj.) Jakarta: Penerbit Erlangga
- Sarwono, Sarlito W. (2012). *Psikologi Remaja*. Jakarta : PT Rajagrafindo Persada
- Sugiyono. (2017a). *Metode Penelitian Administrasi Dilengkapi Dengan Metode R&D*. Alfabetha.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). Tangney, Baumeister and Boone (2008)\_High self- control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success.pdf. *Journal of Personality*, 2(April 2004), 54