

**GAMBARAN KONTROL DIRI PADA REMAJA SMA
DI KOTA BEKASI**

SKRIPSI

Oleh:

Dwiki Akbar Kurniawan

201910515163



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Gambaran Kontrol Diri Pada Remaja SMA Di Kota
Bekasi
Nama Mahasiswa : Dwiki Akbar Kurniawan
Nomor Induk Mahasiswa : 201910515163
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 20 Juli 2023

Jakarta, 28 Juli 2023

Menyetujui,

Pembimbing I



Budi Sarasati, S.KM., M.Si

NIDN. 0420106702

Pembimbing II



Andreas Corsini Widya Nugraha, S.Fil., M.A.

NIDN. 0316028901

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Gambaran Kontrol Diri Pada Remaja SMA
Di Kota Bekasi
Nama Mahasiswa : Dwiki Akbar Kurniawan
Nomor Pokok Mahasiswa : 201910515163
Program Studi/Fakultas : Psikologi/Psikologi
Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 20 Juli 2023

Jakarta, 28 Juli 2023

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Mira Sekar Arumi, M.Psi., Psikolog
NIDN. 0317128504

Penguji I : Budi Sarasati, S.KM., M.Si
NIDN. 0420106702

Penguji II : Andreas Corsini Widya Nugraha, S.Fil., M.A.
NIDN. 0316028901

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi Psikologi

Dekan Fakultas Psikologi



Yulia Fitriani, S.Psi., M.A.
NIDN. 0314078503



Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.Psi., Ph.D
NIDN. 0026047110

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

Skripsi yang berjudul “Gambaran Kontrol Diri Pada Remaja SMA Di Kota Bekasi” ini adalah benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan tidak mengandung materi yang ditulis oleh orang lain kecuali pengutipan sebagai referensi yang sumbernya telah dituliskan secara jelas sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya mengizinkan skripsi ini dipinjam dan di-*fotocopy* melalui Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Saya memberikan izin kepada Perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasikan melalui internet selama publikasi tersebut melalui portal Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Jakarta, 9 Juli 2023

Yang Membuat Pernyataan,



Dwiki Akbar Kurniawan

201910515163

ABSTRAK

Dwiki Akbar Kurniawan, 201910515163. Gambaran Kontrol Diri Pada Remaja SMA Di Kota Bekasi.

Penelitian ini dilaksanakan karena ditemukannya berbagai fenomena-fenomena yang menyangkut anak remaja berstatus pelajar SMA, fenomena-fenomena tersebut erat kaitannya dengan pengendalian diri atau kontrol pada diri anak-anak remaja, misalnya saja perilaku seks bebas yang berujung pada kehamilan tidak diinginkan sampai perbuatan aborsi, serta tindakan agresivitas dalam bentuk perilaku *bullying*. Maka dari itu, peneliti membuat penelitian ini dengan tujuan ingin mengetahui tingkat kontrol diri pada anak remaja SMA. Responden yang terlibat dalam penelitian ini adalah anak-anak remaja SMA/Sederajat di Kota Bekasi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif jenis deskriptif, Data dianalisis menggunakan distribusi frekuensi dan presentase dari setiap sub-variabel. Hasilnya adalah tingkat kontrol diri pada anak remaja SMA di Kota Bekasi adalah tergolong sedang (97%). Kesimpulannya adalah bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kontrol diri pada tingkat sedang, artinya mayoritas responden tidak selalu melakukan pengendalian terhadap dirinya. Saran dari peneliti adalah kepada remaja SMA diharapkan untuk mulai mengembangkan kontrol dalam diri sendiri.

Kata Kunci : Remaja SMA, Kontrol Diri

ABSTRACT

Dwiki Akbar Kurniawan, 201910515163. *Description Of Self-Control On High School Adolescents In Bekasi City.*

Researcher conducted this study with the aim of wanting to know the level of self-control on high school adolescents. Respondents who were involved in this study were high school adolescents in Bekasi City. This study used a descriptive quantitative method. The data were analyzed using the frequency distribution and percentage of each sub-variable. The result is that the level of self-control in high school adolescents in Bekasi City is moderate (97%). The conclusion is the majority of respondents have a moderate level of self-control. Suggestions from researcher are that high school adolescents are expected to start developing control within themselves.

Keyword : *High school adolescents, Self-control*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat akademik untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi Studi Ilmu Psikologi pada Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak Skripsi ini tidak dapat diselesaikan dengan segera. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dede Rahmat Hidayat, M.,Psi., Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah memimpin dan membimbing seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Ibu Budi Sarasati, S.KM., M.Si selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, membantu, serta membagikan ilmu yang beliau miliki dengan sabar dalam menyelesaikan skripsi ini, saya ucapkan banyak terimakasih.
3. Bapak Andreas Corsini Widya Nugraha, S.Fil., M.A selaku Dosen pembimbing II yang telah memberi kritik serta saran dalam skripsi ini sehingga dapat menjadikan skripsi ini menjadi lebih baik.
4. Bapak Ferdy Muzzamil, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan dukungan dan bantuan dari semester awal sampai akhir dan ke penyelesaian skripsi ini.
5. Ibu Yulia Fitriani, S.Psi., M.A selaku ketua program studi psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membimbing seluruh mahasiswa psikologi khususnya angkatan 2019.

6. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membagikan ilmu-ilmunya dan telah sabar dalam mendidik kami para mahasiswa psikologi, serta para staf Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah membantu dalam mengurus administrasi dan keperluan akademik lainnya selama perkuliahan.
7. Kedua orang tua saya, yakni Bapak Iswahyudi dan Ibu Ratih Utari yang telah mendukung serta memberikan do'a dalam menyelesaikan perkuliahan serta penyelesaian skripsi ini sampai akhir.
8. Rekan-rekan saya yang menemani dan mendukung saya dalam penyelesaian skripsi ini hingga akhir. Terutama kepada Salsabila Azzizah dan Sadam Nabeel yang sudah menemani serta mendukung dalam penyelesaian skripsi ini dari awal hingga akhir.

Akhir kata penulis berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu. Penulis dengan senang hati untuk menerima dan sangat menghargai kritik serta saran – saran yang disampaikan.

Jakarta, 9 Juli 2023



Dwiki Akbar Kurniawan

201910515163

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	14
1.4 Manfaat Penelitian.....	14
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	14
1.4.2 Manfaat Praktis.....	14
BAB II	15
TINJAUAN PUSTAKA	15
2.1 Uraian Variabel	15

2.1.1 Kontrol diri	15
2.2 Hipotesis penelitian	18
BAB III	19
METODE PENELITIAN	19
3.1 Tipe Penelitian	19
3.2 Identifikasi variabel penelitian.....	19
3.3 Definisi Operasiona.....	19
3.4 Populasi dan sampel penelitian	20
3.4.1 Populasi.....	20
3.4.2 Sampel dan teknik sampling.....	20
3.5 Teknik pengumpulan data	21
3.5.1 Instrumen penelitian	21
3.5.2 Validitas dan reliabilitas instrumen penelitian.....	22
3.6 Analisis data.....	23
BAB IV	25
HASIL DAN PEMBAHASAN	25
4.1 Profil Responden Penelitian	25
4.2 Pelaksanaan Penelitian	26
4.2.1 Persiapan Penelitian.....	26
4.2.1 Pelaksanaan Penelitian.....	26
4.2.1 Validasi dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian.....	27
4.3 Hasil Penelitian.....	27

4.2.1 Profil Demografis	27
4.2.1 Uji Asumsi Penelitian	28
4.2.1 Kategorisasi Penelitian	28
4.4 Diskusi dan Pembahasan	35
BAB V.....	37
KESIMPULAN DAN SARAN	37
5.1 Kesimpulan.....	37
5.1 Saran	37
5.2.1 Saran Praktis	37
5.2.2 Saran Teoritis	38
DAFTAR PUSTAKA	39
LAMPIRAN.....	45

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Kategorisasi Hasil <i>Pre-eliminary Study</i>	6
Tabel 3.1 Penilaian <i>Favorable</i>	22
Tabel 3.2 Klasifikasi Indeks Koefisien Reliabilitas	23
Tabel 4.1 Profil Responden Penelitian	25
Tabel 4.2 Reliabilitas Skala Kontrol Diri	27
Tabel 4.3 Uji Demografis	27
Tabel 4.4 Uji Normalitas	28
Tabel 4.5 Rumus Kategori Subjek.....	29
Tabel 4.6 Hasil Perhitungan Analisis Deskriptif	30
Tabel 4.7 Rentang Skor Variabel Kontrol Diri.....	31
Tabel 4.8 Kategorisasi Kontrol Diri	32
Tabel 4.9 Skor Kontrol Diri Berdasarkan Jenis Kelamin	32
Tabel 4.10 Skor Kontrol diri Berdasarkan Usia	33
Tabel 4.11 Skor Kontrol Diri Berdasarkan Kelas	33
Tabel 4.12 Skor Kontrol Diri Berdasarkan Tingkatan Sekolah	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka berfikir.....	18
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 – Surat Izin Penelitian.....	46
Lampiran 2 – Perhitungan Sampel Dengan Rumus Lemeshow Pada <i>Microsoft Excel</i>	47
Lampiran 3 – Skala Kontrol Diri	48
Lampiran 4 – <i>Screenshot Google Form</i> Kuesioner Penelitian	51
Lampiran 5 – Tabel koding kuessioner.....	54
Lampiran 6 – Uji Reliabilitas.....	56
Lampiran 7 – Uji Demografis Kontrol Diri	57
Lampiran 8 – Uji Normalitas	58
Lampiran 9 – Uji Kategorisasi Kontrol Diri	59
Lampiran 10 – Perhitungan Skor Kontrol Diri Berdasarkan Jenis Kelamin.....	60
Lampiran 11 – Perhitungan Skor Kontrol Diri Berdasarkan Usia	61
Lampiran 12 – Perhitungan Kontrol Diri Berdasarkan Kelas.....	62
Lampiran 13 – Perhitungan Kontrol Diri Berdasarkan Tingkat Sekolah.....	63
Lampiran 14 – Lembar Bimbingan Skripsi.....	64