

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Statistik menunjukkan, pada 2019, angka kehamilan tidak diinginkan pada remaja usia 15-19 perempuan di dunia mencapai 21 juta setiap tahunnya. 55% diantaranya memutuskan untuk mengaborsi janin yang ada di kandungannya (WHO, 2022). pada 2017, 40% remaja di Amerika usia 15-19, mengatakan sudah pernah melakukan hubungan seks di luar nikah (seks bebas). (UPI, 2020). Pada 2019, remaja SMA di Amerika sebanyak 38.4% pernah melakukan seks bebas, angka ini menurun jika dibandingkan dengan tahun 2017 dengan angka 39.5%. Remaja laki-laki mengatakan lebih aktif melakukan hubungan seks (39.2%) dari pada perempuan (37.6%). Serta pada 2019, 27.4% remaja juga melaporkan bahwa mereka saat ini aktif melakukan aktifitas seks pada 2019 (IFS, 2020).

Negara Indonesia pun tidak luput dari buah akibat perilaku negatif remajanya, pada tahun 2020 jumlah kehamilan yang tidak diinginkan di Indonesia yang mencapai 17,5% (Sari & Indriani, 2021). Paliyama dan sulistiyowati (2021) menyatakan dalam penelitiannya, bahwa di sebuah yayasan di kota Bandung pada tahun 2018 telah menangani 96 kehamilan tidak diinginkan dan pada tahun 2019 meningkat menjadi 120 kasus yang ditangani, tetapi mengalami penurunan pada tahun 2020 menjadi sejumlah 36 kasus. Jika melihat persentase kasus-kasus kehamilan tidak diinginkan dari 2011-2020 terdapat fakta bahwa kasus-kasus kehamilan tidak diinginkan 18% dilakukan oleh mahasiswa, 20% dilakukan oleh pelajar, dan 37% dilakukan wanita usia dibawah 20 tahun.

Pada awal tahun 2023, Indonesia sempat digemparkan oleh berita kasus para remaja perempuan tingkat pelajar SMP dan SMA di kabupaten Ponorogo, Jawa Timur yang meminta dispensasi kepada PA (pengadilan agama) setempat untuk melakukan pernikahan dini akibat sudah mengandung anak sebelumnya, dan

hasilnya sebagian sudah dikabulkan dengan alasan sudah dalam keadaan mendesak, serta rata-rata mereka masih duduk dibangku kelas 2 SMP dan SMA. Dikonfirmasi, para remaja perempuan yang meminta dispensasi pernikahan dini pada PA setempat pada tahun 2022 berjumlah 191 permohonan. Menurut laporan, angka ini menurun dari tahun 2021 yang berjumlah 226 permohonan (Medcom, 2023).

Adapun latar belakang pendidikan para remaja perempuan pemohon nikah dini adalah SMP berjumlah 106 pemohon, SD berjumlah 54 pemohon, SMA 25 pemohon, dan yang tidak bersekolah berjumlah 6 pemohon (DetikHealth, 2023). Pada laporan lain juga menyebutkan bahwa, dispensasi nikah di Ponorogo pada tahun 2020 berjumlah sebanyak 241 permohonan. Sementara di tahun 2021 meningkat menjadi berjumlah 266 permohonan. Dari 266 kasus permohonan yang terjadi, 65% diantaranya melakukan permohonan diakibatkan karena *married by accident* (DetikNews, 2022)..

Berkaca dari perilaku-perilaku ‘menyimpang’ remaja-remaja di atas, kontrol diri memang sangat berpengaruh bagi diri anak remaja dalam menjalani kehidupan bersosialnya dengan manusia lainnya. Misalnya saja kontrol diri dapat mencegah dari perilaku seks bebas. Maksudnya adalah semakin tinggi kontrol diri pada remaja, maka akan rendah perilaku seksual yang dilakukan (Noor, 2018). Putri dan Ariana (2021) juga melakukan penelitian yang menyatakan hasil yang sejalan, yaitu semakin tinggi tingkat kontrol diri pada remaja, maka akan semakin rendah keinginan untuk melakukan perilaku seksual. Kebalikannya, remaja yang memiliki kontrol diri rendah, maka kecenderungan untuk melakukan kegiatan seksual pranikah akan tinggi (Dewi, 2014).

Terdapat tiga latar belakang utama atau inti dari kontrol diri seorang individu yaitu kemampuan mengendalikan atau menahan tingkah laku yang bersifat menyakiti atau merugikan orang lain, kemampuan bekerja sama dengan orang lain, dan kemampuan mengikuti peraturan yang berlaku serta kemampuan untuk mengungkapkan keinginan atau perasaan kepada orang lain (Gunarsa, 2009).

Kontrol diri sangat penting karena dapat membantu seseorang untuk mencapai tujuan hidupnya dengan lebih efektif dan efisien. Tanpa kontrol diri yang baik, individu cenderung bertindak impulsif (Afandi & Sri, 2017), narsistik (Laeli dkk, 2018), tidak mampu mengontrol emosi, tidak mampu mengendalikan segala perilakunya, dan memiliki kecenderungan untuk melakukan tindak kriminal dalam bentuk penyerangan (Wulandari, 2018).

Kontrol diri juga penting untuk membangun hubungan interpersonal yang sehat dan saling menguntungkan satu dengan yang lainnya. Adapun tanda-tanda dari individu dengan kontrol diri yang baik diantaranya adalah memiliki emosi yang stabil (Ahmad, 2022), dapat menyesuaikan diri serta perilakunya dengan norma dan aturan di manapun ia berada (Mujiburrahman & Al Qadri, 2022), serta dapat menyesuaikan diri dengan keadaan apapun dengan lingkungannya, dan memiliki kedisiplinan yang tinggi (Lidya, 2017).

Dengan kontrol diri yang baik, seseorang dapat memperoleh keterampilan interpersonal yang baik seperti empati, toleransi, dan kemampuan untuk menyelesaikan konflik dengan kepala dingin. Selain itu, Perilaku yang dikendalikan sendiri adalah tindakan yang mengacu pada serangkaian tindakan yang selaras dengan *planning* jangka panjang yang bernilai serta berharga dalam menghadapi impuls-impuls negatif yang saling bertentangan dalam diri individu tersebut dalam rangka mencapai kepuasan yang hanya sesaat (Hagger dkk, 2018).

Soekanto (2017) menyatakan bahwa setiap individu pada dasarnya memiliki impuls untuk melanggar berbagai macam aturan-aturan pada situasi tertentu. Tetapi, pada kebanyakan orang dorongan-dorongan tersebut biasanya tidak menjadi kenyataan yang berwujud penyimpangan atau pelanggaran. Hal tersebut karena orang normal biasanya dapat menahan diri dari dorongan dorongan untuk berperilaku menyimpang. Maka, ketika dorongan untuk berbuat menyimpang sedang mencapai puncaknya dan diambang 'penyaluran', kontrol diri dapat membantu individu menurunkan penyimpangan tersebut. Karena tingkat kontrol

diri dari individu yang memiliki kontrol diri cenderung tinggi, dikatakan mampu dalam menekan segala tindakan-tindakan yang menyimpang (Vera & Moon, 2013). Sehingga, individu perlu mempelajari bagaimana cara mereka mengendalikan dirinya, emosinya, dan segala aspek lainnya agar beradaptasi dengan baik terhadap lingkungannya (Bhave & Saini, 2018).

Berbicara perihal kontrol diri, penanaman kontrol diri sedini mungkin sangat penting, terutama pada diri anak remaja. Hal ini berkaitan dengan masa transisi perkembangan mereka antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan biologis, kognitif dan emosional, dan pada setiap periode perubahan mempunyai masalahnya sendiri tidak selalu berbanding lurus dengan tanpa adanya permasalahan (Santrock, 2007). Tidak hanya itu, ada beberapa situasi-situasi yang menimbulkan konflik, hal seperti ini seringkali menyebabkan perilaku-perilaku aneh serta canggung, dan kalau tidak terkontrol maka bisa menjadi sebuah kenakalan (Purwanto, 2013). Secara umum, ada tiga fase usia dalam perkembangan remaja, yaitu remaja awal (12-15 tahun), remaja tengah (16-18), dan remaja akhir (19-21) (Monks, Knoers, & Hadinoto, 2014).

Maka dari itu, kontrol diri perlu ditanam sejak dini dengan alasan pada usia remaja banyak bentuk perilaku-perilaku berisiko yang terjadi pada usia tersebut, yaitu pada masa pertengahan remaja yakni diantara pada masa remaja awal dan remaja akhir (Hagger dkk, 2018). Untuk memperjelas, berikut ini adalah beberapa bentuk-bentuk perilaku remaja yang berisiko. Baik bagi dirinya sendiri, maupun bagi lingkungan sekitar remaja tersebut adalah agresivitas seksual, pencabulan hingga perkosaan, dan berbagai macam kekerasan sampai pembunuhan dengan motif kasmaran, perilaku seks sesama jenis dan berbagai macam penyimpangan seksual lainnya, ugal-ugalan dan kebut-kebutan di jalan raya, perkelahian antar kelompok (Kartono, 2017), serta tindak *Bullying* (Tsitsika dkk, 2014).

Perilaku lainnya yang ada pada diri remaja yaitu agresivitas, hal tersebut berperan dalam melahirkan tindakan *bullying* terhadap orang lain di sekitarnya

(Pratiwi, Situmorang & Yuzarion, 2019). Karena tindakan *bullying* yang dilakukan oleh remaja baik secara psikis maupun fisik, lahir dari tingkat kontrol diri yang rendah (Moon & Alarid, 2015). Maka dari itu kontrol diri perlu ditanam sedini mungkin, karena kontrol diri berperan dalam mereduksi berbagai macam agresivitas pada diri remaja. Jadi, semakin tinggi tingkat kontrol diri yang dimiliki remaja, maka akan rendah pula dorongan dalam diri mereka untuk melakukan perilaku-perilaku yang bersifat agresif (Sentana & Kumala, 2017). Cuyunda dkk (2020) juga sepakat dengan hasil tersebut, penelitian mereka juga menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat kontrol diri pada diri remaja, akan rendah pula dorongan untuk berperilaku agresif.

Adapun paparan data statistik untuk kasus *Bullying* sendiri, 22% pelajar di Amerika pernah mengalami tindak *bullying*. Dengan kata lain 1 dari 5 remaja usia 12-18 di Amerika pernah mengalami *bullying* di sekolahnya (NCES, 2019). Serta sekitar 14% sekolah di Amerika melaporkan, bahwa *bullying* adalah masalah disiplin yang pasti terjadi setiap pekan, bahkan setiap hari (CDC, 2021).

Indonesia juga tidak luput dari peringkat murid korban *bullying* terbanyak di dunia. Pada tahun 2018 yaitu pada peringkat kelima tertinggi di dunia di bawah negara Filipina, Brunei darussalam, Republik dominika, dan Maroko. Dengan kata lain, murid yang pernah mengalami *bullying* di Indonesia sebanyak 41,1%. Para korban juga mengaku, sebanyak 15% mengalami intimidasi, 19% dikucilkan, 22% dihina dan barangnya dicuri. Selanjutnya sebanyak 14% murid di Indonesia mengaku diancam, 18% didorong oleh temannya, dan 20% terdapat murid yang kabar buruknya disebar (PISA, 2019).

KPAI juga merilis data yang dimana menyebutkan bahwa sejak tahun 2011-2019 mencatat ada 574 anak laki-laki yang menjadi korban *bullying*, dan 425 anak perempuan jadi korban *bullying* di sekolah. Adapun 440 anak laki-laki dan 326 anak perempuan, berperan sebagai pelaku *bullying* di sekolah. Sedangkan sepanjang tahun 2021 setidaknya ada 17 kasus perundungan yang terjadi di berbagai jenjang



di satuan Pendidikan (Kemenpppa, 2022). Sebagai tambahan, pada tahun 2023 tepatnya bulan februari, telah terjadi aksi *bullying* di lingkungan sekolah di sebuah SMAN di kota Bandung dan video *bullying* tersebut sempat viral di media sosial pada kala itu. Dilihatkan korban berinisial T dipukuli oleh delapan orang pelaku, ada yang bertugas memegangi, ada yang bertugas merekam aksi, dan ada pula pelaku yang bertugas yang mengeksekusi (memukuli) korban. Terdapat juga video yang memperlihatkan korban sedang menangis sambil berjongkok dan menunduk. Disinyalir, *bullying* terjadi diawali karena saling adu mulut (DetikJabar, 2023)

Peneliti juga sempat melakukan *pre-eliminary study* (studi awal) pada remaja-remaja di Kota Bekasi pada tanggal 1-16 Mei 2023, dengan responden sejumlah 21 remaja SMA/Sederajat. Studi ini menggunakan alat ukur kontrol diri (*self-control scale*). Dengan perhitungan kategorisasi bertingkat (sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi).

Tabel 1.1 Kategorisasi Hasil *Pre-eliminary Study*

Kategori	Frekuensi	persentase
Sangat tinggi	0	0 %
Tinggi	1	4.8%
Sedang	20	95.2%
Rendah	0	0%
Sangat rendah	0	0%

Hasilnya menunjukkan bahwa mayoritas remaja memiliki tingkat kontrol diri pada tingkat sedang dengan persentase sebesar 95.2% dan remaja yang berada pada tingkat tinggi sebesar 4.8%. maka, analisis sementara adalah peneliti menyatakan bahwa remaja SMA/Sederajat di Kota Bekasi, memiliki kontrol diri pada tingkat sedang.

Berdasarkan fenomena-fenomena terkait kontrol diri yang melibatkan anak remaja di atas, maka peneliti menyimpulkan dan tertarik untuk membuat penelitian yang mengukur kontrol diri pada anak-anak yang berdomisili sama dengan peneliti, penelitian tersebut berjudul “Gambaran kontrol diri pada remaja di Bekasi”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berikut adalah pemaparan dari beberapa penelitian terbaru yang berkaitan variabel yang akan diteliti, yaitu dengan kontrol diri dan anak remaja. Antara lain:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Rizali Noor (2018) dengan judul “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Seksual Remaja Pada Siswa Smk Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku seksual Remaja Pada Siswa SMK Istiqomah Muhammadiyah 4 Samarinda. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI dan XII yang berjumlah 958 orang. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik sampling. *Instrument* dalam penelitian ini adalah skala kontrol diri dan skala perilaku seksual yang diadopsi dan disusun peneliti sendiri. Teknik analisis data yang digunakan yang digunakan adalah analisis regresi sederhana dengan bantuan program *SPSS 23 for windows*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa : 1). Pada umumnya siswa memiliki kontrol yang sedang. 2). Pada umumnya siswa memiliki tingkat perilaku seksual yang sedang. 3). Ada hubungan negatif antara kontrol diri terhadap perilaku seksual ( $p=0,000$ ,  $p < 0,05$ ), dengan koefisien korelasi 0,268 ( $r=-0,518$ ) dan sumbangan kontrol diri terhadap perilaku seksual sebesar 35,90. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah perilaku seksual.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Sya'diyah & Duryati (2019) yang berjudul “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Seksual Pada Remaja di

Kota Pariaman”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan perilaku seksual remaja di Kota Pariaman. Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional. Teknik pengambilan sampel dengan *Snowball Sampling*. Teknik pengumpulan data dengan skala *Likert* yang berisi pernyataan-pernyataan untuk variabel kontrol diri dan *rating scale* pada variabel perilaku seksual. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 60 remaja usia 16-20 tahun yang pernah berpacaran. Hasil penelitian dianalisis dengan menggunakan rumus korelasi *Product Moment Karl Pearson* untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan perilaku seksual didapatkan  $r_{xy}=0,330$   $p=0,01$ . Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan perilaku seksual remaja di Kota Pariaman. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kontrol dirinya maka semakin rendah perilaku seksualnya. Sebaliknya, bila kontrol diri rendah maka perilaku seksualnya tinggi.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Andriani, Sriati, dan Yamin (2019) yang berjudul ”Gambaran Kontrol Diri Penggunaan *Smartphone* Pada Siswa Sekolah Menengah Atas dan Sederajat di Kecamatan Jatinangor”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi kontrol diri penggunaan *smartphone* pada siswa SMA dan Sederajat di Kecamatan Jatinangor. Metode penelitian menggunakan deskriptif kuantitatif dengan populasi berjumlah 2.376 siswa dan sampel sebanyak 342 responden yang menggunakan teknik *proportional sample random sampling*. Pengambilan data menggunakan Skala Kontrol Diri yang dimodifikasi dari Rika (2012) dengan nilai validitas antara 0,431-0,783 dan koefisien *alpha cronbach* 0,919. Terdiri dari 27 item pernyataan menggunakan skala likert 1-5. Data dianalisis menggunakan distribusi frekuensi dan presentase dari setiap sub-variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa



kontrol diri penggunaan *smartphone* pada siswa menyebar dalam tiga kategori yakni kontrol diri tinggi (15,8%), kontrol diri sedang (80,7%), dan kontrol diri rendah terhadap penggunaan *smartphone* (3,5%). Kesimpulan penelitian ini adalah persentase terbesar partisipan memiliki kontrol diri sedang terhadap penggunaan *smartphone*, artinya partisipan tidak selalu melakukan pengendalian terhadap semua impuls memainkan *smartphone* yang partisipan miliki. Rekomendasi hasil penelitian ini agar perawat komunitas dan pihak sekolah membentuk program untuk mencegah penggunaan *smartphone* agar tidak berlebihan melalui berbagai sumber informasi, terutama sumber informasi yang signifikan bagi remaja.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Irawan, Tania, dan Rahayu (2020) dengan judul “Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Remaja di SMAN 11 Bandung”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan internet pada remaja di SMAN 11 Bandung. Penelitian ini bersifat Survey Analitik yang dirancang dengan pendekatan Cross Sectional yaitu dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus. Populasi sebanyak 1000 siswa dengan sampel sebanyak 106 siswa. Penentuan subjek penelitian menggunakan metode Accidental Sampling. Pengumpulan data menggunakan alat ukur berupa Skala Kecanduan Internet oleh Young (1998) dan Skala Kontrol diri oleh Averill. Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis Univariat dengan uji distribusi frekuensi untuk mendeskripsikan setiap variabel, hasilnya bahwa hampir seluruhnya responden mempunyai kontrol diri yang sedang (93,4%) 99 responden. Kemudian sebagian besar responden mengalami tingkat kecanduan internet yang sedang (67,9%) 72 responden. Serta digunakan teknik analisis Bivariat dengan metode analisis data uji Spearman Rank,

hasilnya diperoleh nilai korelasi sebesar  $r = -0,391$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Maka terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan internet pada remaja di SMAN 11 Bandung, yang artinya semakin tinggi kontrol diri, maka kecanduan internet semakin rendah dan begitupun sebaliknya.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Putri dkk (2021) dengan judul “Korelasi Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Agresi Siswa”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara kontrol diri dengan kecenderungan agresi pada siswa SMA Negeri di Banda Aceh. Pendekatan kuantitatif korelasional merupakan pendekatan yang digunakan. Sementara dengan menggunakan teknik *cluster sampling* (3 SMA terpilih) dan mempertimbangkan *alpha* 0,05 diperoleh besaran sampel minimal 256 siswa kelas XI . Teknik pengumpul datanya menggunakan angket bentuk skala likert. Sedangkan teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif dan analisis korelasi *Product Moment Pearson*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri siswa berada pada kategori tinggi dan kecenderungan agresi siswa berada pada kategori sedang. Kemudian hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kontrol diri dengan kecenderungan agresi dengan nilai  $r = -0.525$ . Hasil signifikansi antara kontrol diri dengan kecenderungan agresi yaitu  $T_{hitung} > T_{tabel}$  ( $-9.832 > 1.969$ ). Artinya, hipotesis alternatif yang dirumuskan dapat diterima. Dengan kata lain semakin tinggi kontrol diri seseorang maka akan semakin rendah kecenderungan agresinya, begitupun sebaliknya. Hasil persentase untuk korelasi kontrol diri dengan kecenderungan agresi dalam penelitian ini sebesar 27%, dan 73% lainnya terdapat pada faktor lain yang dapat menjadi penyebab munculnya kecenderungan agresi seperti faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu faktor biologis, kualitas diri,

keterampilan berpikir, keterampilan emosi, dan pola pikir yang positif. Sedangkan faktor eksternal yaitu pola asuh orang tua, kebiasaan-kebiasaan yang dipelajari, dan norma sosial.

6. Penelitian dari Sasmita Palupi Rizkyani Putri dan Atika Dian Ariana (2021), yang berjudul “Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Seksual Pada Remaja Yang Berpacaran”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh antara kontrol diri terhadap perilaku seksual pada remaja berpacaran di Surabaya. Penelitian kuantitatif ini menggunakan metode survei dengan melibatkan 86 remaja. Penelitian ini menggunakan alat ukur kontrol diri dan perilaku seksual. Teknik pengambilan sampel secara acak, menggunakan instrumen penelitian, dan analisis datanya menggunakan metode statistik. Partisipan dalam penelitian ini merupakan remaja yang tersebar di seluruh wilayah Surabaya (N= 86,6% perempuan, 31,4% laki-laki). Penentuan sampel penelitian ini menggunakan teknik sampling non-probability dimana pemilihan sampelnya tidak memiliki data atau pengetahuan tentang seberapa besar populasi yang harus diteliti sesuai tujuan penelitian. Adapun kriteria partisipan dalam penelitian ini terdiri dari: a) remaja yang sedang berpacaran; b) usia 12-21 tahun; dan c) tinggal di Surabaya. Adapun proses pengumpulan data dilakukan secara *online* melalui *Google form*. Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian ini adalah teknik regresi sederhana yang telah memenuhi uji asumsi (normalitas, linearitas, multikolinearitas, dan heteroskedasitas). Perangkat lunak yang digunakan untuk menganalisa data penelitian ini adalah *SPSS 25 for Windows*. Hasil analisis uji normalitas Kolmogrov-Smirnov menunjukkan bahwa kedua variabel berdistribusi normal ( $p=0,200>0,05$ ). Hasil analisis uji linearitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi antara variabel kontrol diri dengan variabel perilaku seksual ( $p=0,113$ ) memiliki hubungan yang linier. Jadi,

Berdasarkan hasil analisis uji regresi linier sederhana terdapat pengaruh yang signifikan antara kontrol diri dengan perilaku seksual ( $p=0,000$ ). Hasil analisis menunjukkan bahwa ( $F(1,86)=14,395$ ;  $B=0,740$ ) maka semakin tinggi kontrol diri semakin rendah perilaku seksual.

7. Penelitian yang dilakukan oleh Cahyaning dan Wulandari (2021) dengan judul “Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kecenderungan Perilaku *Cyberbullying* Pada Remaja Pengguna Media Sosial *Anonim*”. Tujuan penelitian ini untuk melihat adakah pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial anonim. Penelitian ini ditujukan untuk remaja akhir berusia 18-21 tahun yang menggunakan media sosial anonim. Jumlah responden dalam penelitian ini yaitu 493 orang. Alat ukur pada penelitian ini yaitu Brief Self Control Scale dan Skala *Cyberbullying*. Teknik yang digunakan adalah teknik analisis data kuantitatif, yakni analisis regresi linear sederhana menggunakan *SPSS 24 for Windows*. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa terdapat pengaruh signifikan antara kontrol diri dan *cyberbullying*. Dari hasil persamaan analisis regresi didapatkan persamaan yaitu  $Y = 220.523 + (-2.418)$ . Dapat disimpulkan bahwa kontrol diri memiliki pengaruh negatif terhadap *cyberbullying* yang bermakna semakin tinggi kontrol diri akan menurunkan kecenderungan perilaku *cyberbullying* pada remaja pengguna media sosial anonim.
8. Penelitian yang dilakukan oleh Jane Akollo (2022) dengan judul “Hubungan Antara Kontrol Diri Siswa Dengan Kecenderungan Berperilaku *Bullying*”. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara pengendalian diri dengan kecenderungan perilaku bully. Subyek penelitian adalah 129 siswa kelas XI. Sampel penelitian ditentukan dengan metode cluster sampling dan teknik analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi product moment. Hasil uji korelasi

product moment menunjukkan nilai  $r = -0,308$  dan  $p = 0,002$  ( $p < 0,05$ ) artinya variabel kontrol diri memiliki hubungan negatif dan signifikan terhadap kecenderungan bully siswa. Nilai  $r = -0,308$ , jika dikuadratkan ( $r^2$ ) menjadi 0,095. Koefisien determinasi ( $r^2$ ) sebesar 0,095 artinya pengendalian diri memberikan kontribusi efektif terhadap kecenderungan perilaku bullying sebesar 9,5% sedangkan sisanya sebesar 90,5% dipengaruhi oleh variabel lain. Artinya, semakin tinggi kontrol diri siswa, maka semakin rendah kecenderungan berperilaku *bullying* yang dilakukan. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri yang dimiliki oleh siswa, maka semakin tinggi kecenderungan berperilaku *bullying* yang dapat dilakukan.

Hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian-penelitian terdahulu yang peneliti pilih di atas adalah pertama, pada penelitian kali ini peneliti memasukan 4 jenis klasifikasi. Yaitu, tingkat kontrol diri berdasarkan jenis kelamin, tingkat kontrol diri berdasarkan usia, tingkat kontrol diri berdasarkan kelas, dan tingkat kontrol diri berdasarkan tingkat sekolah. Kedua, pada penelitian ini, peneliti mengakat dua fenomena sebagai urgensi penelitian, yaitu kehamilan tidak diinginkan pada remaja, dan *bullying*. Walaupun penelitian ini hanya satu variabel dan hanya meninjau gambaran dari kontrol diri anak remaja SMA/Sederajat di Kota Bekasi, tetapi dengan mengetahui tingkat kontrol diri dari anak-anak remaja, diharapkan bisa menjadi prediktor dari terjadinya segala macam ‘penyimpangan’ yang dilakukan oleh anak usia remaja, dimana hal tersebut dapat dipastikan merugikan bagi diri remaja tersebut, maupun lingkungan sekitar anak tersebut.

Berdasarkan uraian-uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah untuk penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran kontrol diri pada remaja di Kota Bekasi”.



### **1.3 Tujuan Penelitian**

Penelitian bertujuan untuk mengetahui gambaran kontrol diri pada remaja SMA/Sederajat di Kota Bekasi.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini antara lain adalah:

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Manfaat dari penelitian ini adalah dengan adanya penelitian ini dapat memberikan sumbangan teoritis mengenai kontrol diri dalam pengembangan ilmu Psikologi, khususnya psikologi sosial dalam hal pengontrolan diri dari hal-hal serta perilaku yang merugikan orang lain di sekitarnya, baik secara fisik maupun psikologis dengan cara mengekspresikan dorongan-dorongan negatif yang bertujuan untuk menyalurkan kepuasan diri yang hanya bersifat sesaat. Selain itu, diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan untuk penelitian selanjutnya.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Dengan membaca hasil penelitian ini membantu pembaca khususnya para remaja yang sedang dalam masa-masa yang penuh konflik dan sedang dalam masa-masa peralihan ke arah usia dewasa. Diharapkan dengan membaca penelitian ini para remaja jadi memahami tentang pentingnya kontrol diri bagi usia mereka, serta dampak jika mengabaikannya.
2. Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar penelitian berikutnya dan dapat dilanjutkan untuk penelitian akan datang dalam mengetahui lebih mendalam tentang gambaran kontrol diri pada diri remaja.