



**UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF CONTROL* DENGAN KECEMASAN  
PADA POLISI FUNGSI DALMAS  
POLDA METRO JAYA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

**SUGIYANTO  
NPM. 200910515029**

**Program Studi Psikologi  
Fakultas Psikologi  
Universitas Bhayangkara Jakarta Raya  
Jakarta, 2013**

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :  
Nama : SUGIYANTO  
NPM : 200910515029  
Program Studi : S-1 Psikologi  
Judul Skripsi : HUBUNGAN *SELF CONTROL* DENGAN  
KECEMASAN PADA POLISI FUNGSI DALMAS  
POLDA METRO JAYA

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada program Studi Sarjana Reguler Fakultas Psikologi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

### DEWAN PENGUJI

Ketua Dewan Penguji  
Penguji : Dra. Tatie Soeranti, M.M., Psi.

Sekretaris Dewan Penguji  
Pembimbing I : Dian Kusumawati, M.,Psi., Psi.

Anggota dewan Penguji  
Penguji I : Drs. Togiaratua Nainggolan, M.Si.

Penguji II : Diah Himawati, M.M, Psi.

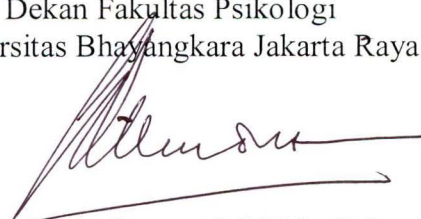
Jakarta, 20 Agustus 2013

Ketua Program Studi  
Fakultas Psikologi Ubhara



**Lenny Utama Afriyenti, S.Psi.**

Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Bhayangkara Jakarta Raya



**Dra. Tatie Soeranti, M.M., Psi.**

## LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Sebagai sivitas akademik Universitas Bhayangkara Jaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : SUGIYANTO  
NPM : 200910515029  
Program Studi : S-1 Psikologi  
Fakultas : Psikologi  
Jenis Karya : Skripsi

Menerangkan bahwa apa yang tertulis dalam skripsi dengan judul :

**“HUBUNGAN ANTARA *SELF CONTROL* DENGAN KECEMASAN  
PADA POLISI FUNGSI DALMAS  
POLDA METRO JAYA”**

Ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk dengan benar.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Di buat di : Jakarta  
Pada tanggal : Agustus 2013

Yang menyatakan





(SUGIYANTO)  
NPM. 200910515029

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Bhayangkara Jaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : SUGIYANTO  
NPM : 200910515029  
Program Studi : S-1Psikologi  
Fakultas : Psikologi  
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Indonesia **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**“HUBUNGAN ANTARA *SELF CONTROL* DENGAN KECEMASAN  
PADA POLISI FUNGSI DALMAS POLDA METRO JAYA”**

Bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas Bhayangkara Jaya berhak menyimpan, mengalihkan bentuk, mengalihmediakan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat, serta mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta dan juga sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya secara sadar tanpa paksaan dari pihak mana pun.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : Agustus 2013

Yang membuat pernyataan

  
68A91ABF748016915  
ENAM RIBU RUPIAH  
6000  
DJP  
  
(SUGIYANTO)

NPM. 200910515029



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT berkat rahmat dan limpahan Karunia-Nya, hingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan studi dan skripsi ini. Di dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mengalami hambatan karena keterbatasan penulis, namun berkat bantuan dari berbagai pihak semua dapat teratasi. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Yang saya hormati Ibu Tatie Soeranti, S.Psi., M.M., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara jaya.
2. Yang saya hormati Ibu Dian Kusumawati, M.Psi., Psi., dan Ibu Lenny Utama Afriyenti, S.Psi., selaku Dosen pembimbing atas kesediaannya meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan masukan kepada penulis.
3. AKBP. M. Yusuf selaku kaSubdit Dalmas Polda Metro Jaya dan staff yang memberikan izin dan membantu melakukan penelitian di Satuan Dalmas Polda Metro Jaya.
4. Seluruh Dosen Pengajar Fakultas Psikologi Ubhara yang selama ini telah memberikan ilmu dan pengetahuan kepada penulis.
5. Seluruh Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Ubhara yang telah membantu dalam segala urusan administrasi dan surat perijinan.
6. Keluarga yang aku sayangi. Terima kasih atas dukungan dan doanya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Pihak-pihak lain yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Akhir kata penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini jauh dari sempurna karena keterbatasan, kemampuan dan pengetahuan penulis. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kebaikan penulis di masa yang akan datang. Semoga karya sederhana ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak.

Jakarta , Agustus 2013

Penulis

## ABSTRAK

Nama : SUGIYANTO  
Program studi : S-1 Psikologi  
Judul : Hubungan Antara Self Control Dengan Kecemasan Pada Polisi  
Fungsi Dalmas Polda Metro Jaya.  
Jumlah halaman awal x lembar  
Jumlah halaman isi 59 lembar  
Jumlah lampiran 12  
Jumlah referensi yang digunakan 40  
Rentang tahun penerbitan referensi yang digunakan 1976 - 2012

Dalmas polda metro jaya adalah anggota polisi yang bertugas memberikan perlindungan, pengayoman, dan pelayanan terhadap sekelompok masyarakat yang sedang menyampaikan pendapat atau menyampaikan aspirasinya di depan umum guna mencegah masuknya pengaruh dari pihak tertentu atau provokator di wilayah hukum propinsi DKI Jakarta.. Perlakuan massa terhadap anggota polri dilapangan dapat berupa ejekan, pendorongan, pemukulan, pelemparan, menggunakan bom molotov bahkan terkadang menyerang dengan senjata tajam dapat mengakibatkan kecemasan pada anggota yang sedang bertugas. Namun anggota dilapangan tetap harus menjalankan tugasnya

Kecemasan adalah adalah kondisi dan keadaan emosi sebagai respon terhadap situasi tertentu yang mengancam dan perasaan gelisah sebagai bentuk ketidak mampuan atau ketakutan dalam menghadapi masalah. Sedangkan *self control* adalah kemampuan seseorang untuk mengatur perilaku mereka kearah perilaku positif yang membentuk diri mereka sendiri dan bertindak sesuai dengan sikap mereka. Penelitian ini akan berfokus pada hubungan antara kemampuan *self control* dengan kecemasan pada fungsi dalmas menggunakan pendekatan kuantitatif. Sampel yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 113 anggota dalmas bintara remaja. Kuesioner telah diujicobakan kepada smapel kemudian menghasilkan 23 item valid dari 30 item skala *self control* dan 17 item valid dari 20 item skala kecemasan. Analisis data yang digunakan adalah menggunakan korelasi (*Spearman's Rank Order*) pada taraf signifikan 0,01 pada *two tailed tes*.

Hasil penelitian menyatakan bahwa nilai koefisien korelasinya ( $r_s$ ) -0,480 dengan signifikasinya  $0,000 < 0,05$  yang menyatakan bahawa ada hubungan antara *self control* dengan kecemasan pada polisi fungsi dalmas polda metro jaya. Dan hubungannya negatif.

Peneliti menyarankan agar instasi polri dan pimpinan lebih memperhatikan anggota dalmas yang memiliki resiko tinggi agar tetap memiliki kemampuan *self control* yang baik agar dapat menekan rasa kecemasan mereka. Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan variable maupun subjek yang diteliti.

Kata kunci : *self control*, kecemasan, dalmas



## ABSTRACT

Name : SUGIYANTO  
Study program: S - 1 Psychology  
Title : *The Relationship Between Self Control With Anxiety At Police  
Jakarta Police Dalmas function .*

*Dalmas Polda Metro Jaya are member of police that duties are in charge of providing protection, guidance , and services to a group of people who are expressing an opinion or express their aspirations in public in order to avoid the influence from person or group that become provocator in DKI Jakarta jurisdiction. Mass treatment of members of the national police in the field can be form ridicule , pushing , beating , throwing, using Molotov cocktails and even sometimes attacked with a sharp weapon. It gives anxiety to the members while on duty. However, members still have to carry out their duties in the field.*

*Anxiety is the condition and emotional state in response to a particular situation that threatening and anxiety as a form of disability or fear to solve the problems . While self-control is the ability to regulate their behavior toward positive behaviors that shape themselves and act in accordance with their attitude . The research will focus on the relationship between self- control with Dalmas function's anxiety using quantitative approach . The number of samples in this research are 113 members with the characteristic is teenager. The questionnaire was piloted to sample then produced 23 valid items from 30 items scale of self-control and 17 valid items from 20 items anxiety scale . Analysis of the data that used is correlation (Spearman's Rank Order) with significance level 0,01 on two tailed test.*

*The study states that the value of coeficient correlation -0.556 with significance  $0.000 < 0.05$  were declared that relationship between self- control and the anxiety of the Dalmas Polda Metro Jaya function. The correlation is negative.*

*Researchers suggested that the national police and the leader more attention to members of Dalmas who have high risk to have ability in self control in order to suppress their sense of anxiety . For further research are expected to develop variable and the subject under study .*

*Keywords : self contol , anxiety , Dalmas*

## DAFTAR ISI

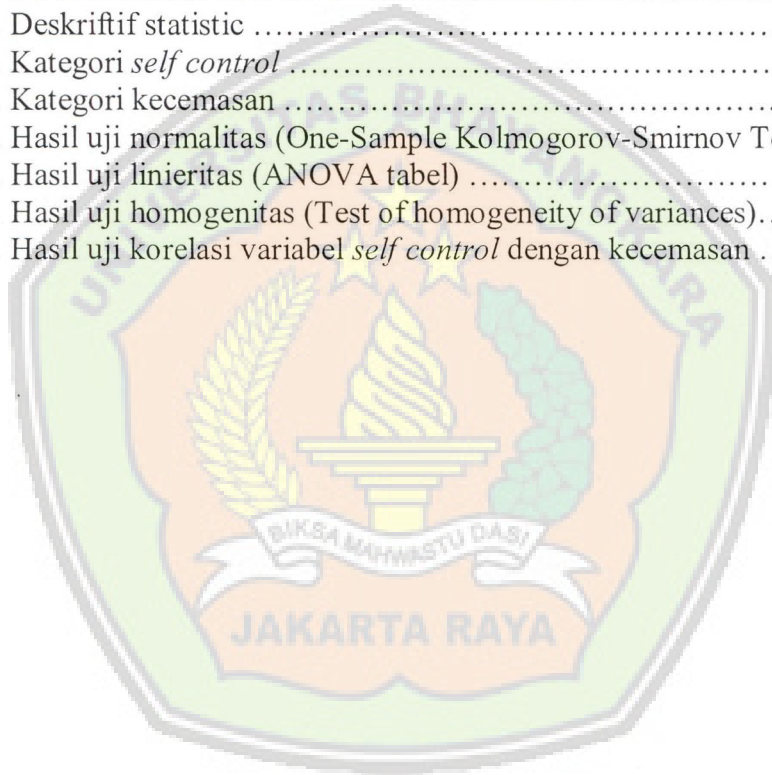
HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI .....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI AKADEMIS .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
ABSTRAK .....	vi
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1. Latar Belakang Masalah .....	1
1.2. Identifikasi Masalah .....	7
1.3. Batasan Masalah .....	8
1.4. Rumusan Masalah .....	8
1.5. Tujuan Penelitian .....	8
1.6. Manfaat Penelitian .....	9
1.7. Sistematika Penulisan .....	9
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	11
2.1. <i>Self Control</i> .....	11
2.1.1. Pengertian <i>Self Control</i> .....	11
2.1.2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self Control</i> .....	12
2.1.3. Jenis-Jenis Dan Aspek <i>Self Control</i> .....	13
2.1.4. Ciri-Ciri Orang Yang Memiliki Kemampuan <i>Self Control</i> .....	15
2.1.5. Pengaruh <i>Self control</i> terhadap perilaku .....	16
2.1.6. Teknik <i>Self Control</i> .....	17
2.2. Kecemasan .....	17
2.2.1. Pengertian Kecemasan Pada Anggota Polisi Fungsi Pengendalian Masa .....	17
2.2.2. Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan .....	19
2.3. Gejala Umum Kecemasan .....	21
2.4. Anggota Polisi Fungsi Pengendalian Masa (Dalmas) .....	23
2.5. Hubungan <i>Self Control</i> Dengan Kecemasan Pada Polisi Fungsi Dalmas .....	25
2.6. Kerangka Konseptual .....	26
2.7. Hipotesis .....	27
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....	29
3.1. Tipe Penelitian .....	29
3.2. Identifikasi Variable Penelitian .....	29
3.3. Definisi Konseptual dan Operasional Variable Penelitian .....	30
3.3.1. Definisi Konseptual .....	30
3.3.2. Definisi Operasional .....	30
3.4. Populasi Dan Pengambilan Sampel .....	31
3.5. Metode Pengumpulan Data .....	33



3.6. Metode Analisis Instrument .....	37
3.6.1. Uji Validitas Alat Ukur .....	37
3.6.2. Uji Realibilitas Alat Ukur .....	37
3.7. Analisis Data .....	38
<b>BAB IV LAPORAN PENELITIAN .....</b>	<b>39</b>
4.1. Orientasi Kanchah Penelitian .....	39
4.2. Persiapan Penelitian .....	41
4.2.1. Penyusunan Skala Penelitian .....	42
4.2.1.1. Skala <i>Self Control</i> .....	42
4.2.1.2. Skala Kecemasan .....	43
4.2.2. Tahapan Perijinan Penelitian .....	43
4.2.3. Uji Coba Alat ukur .....	44
4.2.3.1. Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self Control</i> .....	45
4.2.3.2. Validitas dan Reliabilitas Skala Kecemasan .....	46
4.3. Pelaksanaan Penelitian .....	48
4.4. Hasil Analisa Data .....	48
4.4.1. Deskripsi Umum .....	48
4.4.2. Uji Asumsi .....	50
4.4.2.1. Uji Normalitas .....	50
4.4.2.2. Uji Linieritas .....	51
4.4.2.3. Uji Homogenitas .....	51
4.4.2.4. Uji Hipotesis .....	52
4.5. Pembahasan .....	53
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>57</b>
5.1. Kesimpulan .....	57
5.2. Saran .....	57
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>59</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>59</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah sampel berdasarkan jumlah populasi (Krejcie dan Morgan) .	33
Tabel 2. <i>Blue print</i> skala <i>self control</i> .....	35
Tabel 3. <i>Blue print</i> skala kecemasan .....	36
Tabel 4. Data personel subdit dalmas Polda Metro Jaya .....	40
Tabel 5. Sebaran item skala <i>self control</i> .....	42
Tabel 6. Sebaran item skala kecemasan .....	43
Tabel 7. Kaidah reliabilitas Guildford .....	45
Tabel 8. Sebaran item valid <i>self control</i> .....	45
Tabel 9. Sebaran item valid kecemasan .....	46
Tabel 10. Sebaran nomor item baru skala <i>self control</i> .....	47
Tabel 11. Sebaran nomor item baru skala kecemasan .....	47
Tabel 12. Deskriptif statistic .....	49
Tabel 13. Kategori <i>self control</i> .....	49
Tabel 14. Kategori kecemasan .....	50
Tabel 15. Hasil uji normalitas (One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test) .....	51
Tabel 16. Hasil uji linieritas (ANOVA tabel) .....	51
Tabel 17. Hasil uji homogenitas (Test of homogeneity of variances).....	52
Tabel 18. Hasil uji korelasi variabel <i>self control</i> dengan kecemasan .....	52



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Validitas Variabel <i>Self Control</i> .....	62
Lampiran 2. Reliabilitas Variabel <i>Self Control</i> .....	64
Lampiran 3. Validitas Variabel Kecemasan .....	65
Lampiran 4. Reliabilitas Variabel Kecemasan .....	66
Lampiran 5. Skala Uji Coba .....	67
Lampiran 6. Hasil Skor Uji Coba Alat Ukur <i>Self Control</i> .....	72
Lampiran 7. Hasil Skor Uji Coba Alat Ukur Kecemasan .....	73
Lampiran 8. Skala Baru Alat Ukur .....	74
Lampiran 9. Hasil Skor Skala <i>Self Control</i> .....	78
Lampiran 10. Hasil Skor Skala Kecemasan .....	80
Lampiran 11. Surat Ijin Riset .....	81
Lampiran 12. Surat Keterangan Melaksanakan Riset .....	82

