
PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP KENAKALAN REMAJA (Studi Deskriptif Kuantitatif Pada Siswa SMA)

Mediatricks Aprilia Wuun Samon¹, Maria Erlinda², Rosa Mustika Bulor³
medyatricksaprilias@gmail.com¹, mariaerlinda54@gmail.com²,
rosabulor3951@gmail.com³

Universitas Katolik Widya Mandira Kupang

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui berpengaruhkah kontrol diri terhadap kenakalan remaja siswa kelas XI di SMA Katolik Sint Carolus Kupang tahun pelajaran 2023/2024. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh kontrol diri terhadap kenakalan remaja siswa di Kelas XI IPS SMA Katolik Sint Carolus Kupang tahun pelajaran 2023/2024. Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisiensi F sebesar 40,905 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Variabel kontrol diri yang mempengaruhi variabel kenakalan remaja ini memiliki kontribusi sebesar 65%. Adapun sisanya 35% dipengaruhi oleh faktor lain. Berdasarkan hasil analisis dan interpretasi hasil analisis data penelitian, peneliti dapat menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh kontrol diri terhadap kenakalan remaja Siswa kelas XI SMA Katolik Sint Carolus Kupang Tahun Pelajaran 2023/2024.

Kata Kunci: Kontrol Diri; Kenakalan; Remaja.

Abstract

The purpose of this study was to determine the effect of self-control on juvenile delinquency of class XI students at SMA Katolik Sint Carolus Kupang in the 2023/2024 academic year. This study is a quantitative research type. The results of this study indicate that there is an effect of self-control on juvenile delinquency of class XI IPS students at SMA Katolik Sint Carolus Kupang in the 2023/2024 academic year. This is indicated by the F coefficient value of 40.905 with a significance value of 0.000. The self-control variable that influences this juvenile delinquency variable has a contribution of 65%. The remaining 35% is influenced by other factors. Based on the results of the analysis and interpretation of the results of the research data analysis, the researcher can conclude that there is an effect of self-control on juvenile delinquency of class XI students at SMA Katolik Sint Carolus Kupang in the 2023/2024 academic year.

Keywords: Self Control; Delinquency; Juvenile.

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah periode dimana individu mengalami proses pembentukan menuju kedewasaan. Individu tidak lagi dianggap sebagai anak-anak tetapi belum sepenuhnya matang sebagai pribadi menuju dewasa. Selama fase perkembangannya, remaja aktif mencari identitas dan pola hidup yang sesuai dengan diri mereka. Proses eksplorasi ini sering melibatkan percobaan dan kesalahan, dimana rasa ingin tahu remaja sering kali terpenuhi tanpa mempertimbangkan dampak yang mungkin timbul. Kesalahan-kesalahan ini dapat menimbulkan kekhawatiran pada diri, lingkungan sekitarnya dan bagi orang lain, menciptakan tantangan yang dikenal sebagai kenakalan remaja (Nurul, 2020).

Kenakalan remaja adalah ekspresi dari masalah yang dihadapi oleh remaja dalam bertindak diluar norma sosial. Hal ini sejalan dengan pandangan (Nurul, 2020) yang menyatakan bahwa kenakalan remaja adalah tindakan negatif atau perilaku yang tidak biasa pada generasi muda, menunjukkan gejala penyimpangan sosial yang diakibatkan oleh kurangnya perhatian dari lingkungan sosial. Hal demikian yang mendorong mereka untuk mengadopsi perilaku yang disebut sebagai kenakalan remaja. Bentuk-bentuk tingkah laku menyimpang yang dilakukan oleh siswa seperti perkelahian antar gang, kebut-kebutan di jalan yang mengganggu keamanan lalu lintas, perilaku ugal-ugalan, membolos sekolah, berpesta pora sambil mabuk-mabukan, kriminalitas anak dan segala bentuk kenakalan remaja yang dapat membahayakan diri sendiri dan orang lain (Kenyawati, 2018).

Beragam kenakalan yang dilakukan oleh remaja seringkali terjadi karena lemahnya kontrol diri pada remaja itu sendiri. Hal ini dapat diketahui dari kajian yang dilakukan oleh Harnanda dan Indrijati tentang pengaruh kontrol diri terhadap kenakalan remaja pada remaja awal di Sekolah X yang kedua Orang tuanya bekerja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kenakalan remaja (Harnanda & Indrijati, 2020).

Kenakalan remaja adalah fenomena kompleks yang disebabkan oleh individu yang kurang mampu dalam menghadapi tekanan dari lingkungan sosial, kurangnya dukungan dari keluarga, atau ketidakstabilan emosional, mereka cenderung kesulitan mengendalikan atau bahkan tidak bisa mengontrol diri (Elfira, 2021). Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Ghufron (2017) menyatakan bahwa ada 3 aspek kontrol diri yaitu 1) Kontrol perilaku merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. 2) Kontrol kognitif merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. 3) Kontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Remaja yang kurang mampu mengontrol diri cenderung mengejar keinginan-keinginan mereka, seperti dorongan seksual dan agresif, yang menyebabkan mereka terlibat dalam berbagai bentuk kenakalan remaja.

Remaja yang memiliki kontrol diri yang rendah dapat menghambat proses pendewasaan dirinya, karena salah satu taraf menuju kedewasaan adalah sejauh mana kemampuan seseorang mengontrol dirinya. Semakin bertambah dewasa seseorang, semakin mampu menguasai dan mengendalikan dirinya sendiri. Kemampuan mengontrol diri memungkinkan seseorang berperilaku terarah dan dapat menyalurkan dorongan yang ada dalam dirinya secara benar dan tidak menyimpang dari norma dan aturan yang berlaku di masyarakat sehingga dapat mencegah remaja dari perbuatan menyimpang serta belajar mengendalikan emosi negatif dalam dirinya (Pulungan, 2020).

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif. Subjek yang diambil dalam penelitian ini yaitu 24 orang pada semua siswa kelas XI SMAK Sint Carolus Kupang Tahun Pelajaran 2023/2024. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu teknik sampling jenuh. Sugiyono (2016), mengatakan bahwa sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel apabila semua populasi digunakan sebagai sampel.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket. Menurut Arikunto, (2013) Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Pengumpulan data yang dilakukan dengan cara menyebarkan angket kontrol diri dan kenakalan remaja kepada responden penelitian yaitu kelas XI IPS SMA Katolik Sint Carolus Kupang tahun pelajaran 2023/2024 yang berjumlah 24 responden. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi linear sederhana. Untuk mengukur pengujian regresi linear, peneliti menggunakan bantuan aplikasi SPSS versi 22.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Tabel Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		24
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.29703225
Most Extreme Differences	Absolute	.119
	Positive	.119
	Negative	-.112
Test Statistic		.119
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		
c. Lilliefors Significance Correction.		
d. This is a lower bound of the true significance.		

Hasil nilai *Asm, Sig* pada tabel ini diperoleh nilai sebesar 0,200. Hasil ini bila dibandingkan dengan probabilitas 0,05 maka lebih besar, sehingga disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Tabel Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Kenakalan Remaja * Kontrol Diri	Between Groups	(Combine d)	2768,792	19	145,726	2,267	,223
		Linearity	1967,687	1	1967,687	30,606	,005
		Deviation from Linearity	801,105	18	44,506	,692	,740
Within Groups			257,167	4	64,292		
Total			3025,958	23			

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh hasil dari *Deviation From Linierity* sebesar $0,740 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan pada variabel kontrol diri terhadap variabel kenakalan remaja.

c. Uji Homogenitas

Tabel Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances			
Hasil Sama KDKR			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,408	1	46	,526

Berdasarkan tabel diatas yang menunjukkan bahwa hasil *Test of Homogeneity of Variances* maka dapat disimpulkan bahwa variabel X dan variabel Y homogen dengan nilai probabilitas Sig $0,526 > 0,05$.

2. Uji Regresi

Tabel Hasil Uji Regresi

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	1967,687	1	1967,687	40,905	.000 ^b
Residual	1058,272	22	48,103		
Total	3025,958	23			

a. *Dependent Variable*: Kenakalan Remaja

b. *Predictors*: (Constant), Kontrol Diri

Hasil uji regresi pada tabel diatas menjelaskan tentang pengaruh kontrol diri terhadap kenakalan remaja menunjukkan nilai *Fhitung* sebesar 40,905 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai *Fhitung* jika dikonsultasikan dengan *Ftabel*, maka *Fhitung* > *Ftabel* dan nilai signifikansi jika dibandingkan dengan $\alpha = 0,05$, maka nilai sig. lebih kecil daripada α (sig. $\leq \alpha$), yaitu $0,000 \leq 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang berbunyi ada pengaruh kontrol diri terhadap kenakalan remaja diterima dan signifikan.

Tabel Koefisien Determinasi

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.806 ^a	,650	,634	6,936

a. *Predictors*: (Constant), X

b. *Dependent Variabel*: Y

Tabel di atas menunjukkan besarnya pengaruh variabel kontrol diri terhadap kenakalan remaja. Besarnya pengaruh tersebut ditunjukkan dengan nilai R Square (R²) pada tabel *Model Summary*. Nilai R² pada tabel di atas adalah 0,650. Ini menunjukkan bahwa pengaruh variabel kontrol diri terhadap kenakalan remaja yaitu sebesar 65%. Adapun sisanya sebesar 35% yang dipengaruhi oleh faktor lain.

Tabel Koefisien Regresi Sederhana

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	4,247	10,139		,419	,679
	Kontrol Diri	,923	,144	,806	6,396	,000

Dependent Variable: Kenakalan Remaja

Dari persamaan tersebut dapat dijelaskan bahwa konstanta sebesar 4,247 yang mengandung arti bahwa nilai konsistensi variabel kenakalan remaja sebesar 4,247 dan koefisien regresi X sebesar 0,923 yang menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai kontrol diri maka Kenakalan

Remaja akan bertambah sebesar 0,923. Koefisien regresi tersebut bernilai positif, sehingga dapat dikatakan bahwa ada pengaruh kontrol diri (variabel X) terhadap kenakalan remaja (variabel Y).

PEMBAHASAN

Hasil uji regresi yang ada pada tabel pertama di atas menunjukkan bahwa kontrol diri berpengaruh terhadap kenakalan remaja diperoleh hasil $F_{hitung} = 40,905$ dengan signifikansi = 0,000. Hasil ini menunjukkan bahwa kontrol diri berpengaruh terhadap kenakalan remaja dengan nilai pengaruhnya sebesar 65%. Hal ini menunjukkan bahwa kontrol diri dapat digunakan sebagai prediktor dalam menurunkan tingkat kenakalan remaja.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Kenyawati (2018) yang menunjukkan bahwa kenakalan remaja dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu kontrol diri. Kontrol diri yang mempengaruhi kenakalan remaja dalam penelitian ini memiliki kontribusi sebesar 25,1%. Adapun sisanya adalah 74,9% dipengaruhi oleh faktor lain. Pengendalian diri mempunyai fungsi, salah satunya yaitu membatasi individu untuk bertingkah laku negatif Gunarsa (2009). Individu yang memiliki kontrol/pengendalian diri akan terhindar dari berbagai tingkah laku negatif.

Hal yang sama diungkapkan oleh Ghufron (2017), mengatakan bahwa kontrol diri adalah kemampuan dari dalam diri individu untuk dapat menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilakunya yang nantinya dapat membawa individu tersebut ke arah dengan konsekuensi positif. Individu yang mempunyai kontrol diri baik mampu mencegah individu tersebut untuk berbuat negatif yang dapat memberikan dampak kerugian bagi dirinya sendiri maupun orang lain.

Menurut Ghufron, kontrol diri adalah kemampuan dari dalam diri individu untuk dapat menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilakunya yang nantinya dapat membawa individu tersebut ke arah dengan konsekuensi positif. Individu yang mempunyai kontrol diri baik mampu mencegah individu tersebut untuk berbuat negatif yang dapat memberikan dampak kerugian bagi dirinya sendiri maupun orang lain.

Kontrol diri sangat diperlukan bagi remaja, mengingat bahwa remaja adalah hasil dari masa transisi (peralihan) dari masa anak-anak menuju masa remaja yang penuh dengan tantangan. Umumnya remaja akan mencoba mencari jati diri mereka dengan tujuan agar mereka mendapatkan pengakuan dari lingkungannya. Dalam hal inilah remaja mulai mengalami berbagai kesulitan bahkan masalah untuk menemukan jati diri. Mengingat kondisi mereka yang masih labil, mereka sering melakukan perilaku negatif/menyimpang dan tidak banyak dari mereka yang berhasil melewati masa transisi.

Perkembangan pada masa remaja membawa berbagai dampak positif maupun negatif bagi remaja. Dampak positif dapat terwujud jika remaja mampu menyesuaikan/beradaptasi dengan perubahan-perubahan yang terjadi, baik itu secara biologis, psikologis dan sosial. Akan tetapi jika remaja tidak mampu menyesuaikan dengan perubahan yang terjadi, maka akan muncul berbagai masalah psikologis dan perilaku yang menyimpang. Remaja dengan perilaku menyimpang akan memberi dampak negatif bagi lingkungan sekitarnya, karena dapat merugikan dan meresahkan orang lain. Perilaku menyimpang yang sering dilakukan oleh remaja masih dalam kategori ringan/sedang atau biasa disebut dengan kenakalan. Kenakalan merupakan perilaku yang melanggar aturan atau norma yang dilakukan oleh individu dalam kategori anak/remaja.

Penjelasan di atas menunjukkan bahwa kenakalan remaja dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu kontrol diri. Kontrol diri yang mempengaruhi kenakalan remaja dalam penelitian ini memiliki kontribusi sebesar 65%. Adapun sisanya adalah 35%. Faktor lain yang diduga dapat mempengaruhi kenakalan remaja yaitu terjadi dari faktor eksternal. Menurut Sarwono (1994), faktor eksternal berkaitan erat dengan pembentukan sikap/tingkah laku pada diri individu. Faktor eksternal terdiri dari beberapa aspek, salah satunya adalah faktor keluarga (disharmoni dalam keluarga seperti: perceraian, kekerasan, kematian orang tua, keluarga tidak harmonis, keadaan ekonomi yang kekurangan), faktor lingkungan sekitar (pergaulan yang dengan lingkungan

buruk). Faktor-faktor inilah yang membawa remaja untuk berpotensi dalam melakukan tindakan menyimpang.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian deskriptif kuantitatif yang dilakukan pada siswa kelas XI SMA Katolik Sint Carolus Kupang Tahun Pelajaran 2023/2024, ditemukan bahwa kontrol diri memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat kenakalan remaja. Siswa dengan tingkat kontrol diri yang tinggi cenderung lebih mampu mengelola emosi, mengendalikan impuls, serta mempertimbangkan konsekuensi sebelum bertindak, sehingga lebih jarang terlibat dalam perilaku menyimpang. Sebaliknya, rendahnya kontrol diri berpotensi mendorong remaja untuk melakukan tindakan kenakalan sebagai pelampiasan dorongan internal atau pengaruh lingkungan.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kontrol diri merupakan faktor psikologis yang berperan penting dalam menekan perilaku kenakalan remaja. Implikasi dari temuan ini menekankan pentingnya peran sekolah dan keluarga dalam mengembangkan kemampuan regulasi diri pada remaja melalui pembinaan moral, konseling, serta penguatan karakter. Upaya tersebut diharapkan mampu menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan remaja yang sehat dan bertanggung jawab.

Sebagai rekomendasi, pihak sekolah disarankan untuk mengintegrasikan program penguatan karakter dan keterampilan kontrol diri ke dalam kegiatan bimbingan dan konseling secara berkelanjutan. Selain itu, orang tua perlu dilibatkan melalui edukasi dan komunikasi yang intensif guna menciptakan lingkungan yang konsisten dalam mendukung perkembangan emosi dan perilaku remaja. Pendekatan kolaboratif ini diyakini dapat memperkuat kontrol diri siswa dan secara efektif menurunkan tingkat kenakalan remaja di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Rineka Cipta.
- Elfira, R. (2021). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kenakalan Remaja Pada Siswa SMP Negeri 1 Babahrot Kabupaten Aceh Barat Daya. *PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI*, 118. <https://repository.ar-raniry.ac.id/id/eprint/20033>
- Ghufron, M. N. dan R. R. S. (2010). *Teori-teori PPsikologi*. Ar-Ruz Media.
- Harnanda, N. manohara, & Indrijati, H. (2020). Peran Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kenakalan Remaja Pada Remaja Awal Di Sekolah X Yang Kedua Orang Tuanya Bekerja. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, X, 1–10.
- Kenyawati, A. (2018). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kenakalan Remaja Di Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) “Raden Sahid” Mangunan Lor Kebonagung Demak. *Universitas Islam Negeri Walisongo*, 1. <https://bulelengkab.go.id/detail/artikel/lembaga-kesejahteraan-sosial-anak-lksa-93>
- Nurul, P. (2020). Hubungan Kontrol Diri Dengan Kenakalan Remaja di SMP PAB 8 Sampali Percut Sei Tuan. *UNIVERSITAS MEDAN AREA MEDAN*.
- Pulungan, N. H. (2020). Hubungan Kontrol Diri dengan Kenakalan Remaja SMP PAB 8 Sampali Percut Sei Tuan. 3–102. <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/12060>
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian Kuantitatif, Kualitatif*. Alfabeta.
- Sarlito W. Sarwono. (1994). *Psikologi Remaja-Edisi Revisi (Revisi)*. Depok: Rajawali Pers.
- Singgih Gunarsa. (2009). *Dari Anak sampai Usia Lanjut: Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sarwono. (1994). *Psikologi Remaja*.