

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. *Self control*

a. Pengertian *Self-control*

Self Control adalah tenaga kontrol atas diri, oleh dirinya sendiri. Hendrawan (2021) dalam (Juiliawati & Hariyono, 2024) menjelaskan self-control sebagai kondisi atau keadaan dimana seseorang mampu mengontrol diri untuk tidak berperilaku yang dianggap melanggar peraturan. Sedangkan menurut (Wolfe & Higgins, 2005) dalam (Zahri & Savira, 2018) merupakan kecenderungan individu untuk mempertimbangkan konsekuensi untuk perilaku tertentu. *Self-control* terjadi ketika seseorang atau organisme mencoba untuk mengubah cara bagaimana seharusnya individu tersebut berpikir, merasa, atau berperilaku (Muraven & Baumeiser, 2000) dalam (Zahri & Savira, 2018).

Menurut Chaplin dalam (Yahya & Meigalia, 2017) kontrol diri atau *self control* adalah kemampuan membimbing tingkah laku individu, kemampuan untuk menekan impuls-impuls atau tingkah laku impulsif. Sedangkan menurut Nevid dkk, *Self Control* hanya berfokus membantu individu yang bermasalah dan mengembangkan kemampuan yang dapat merubah perilaku mereka. Sumber terjadinya *Self Control* dalam diri menurut Chaplin

ada 2 (dua) yaitu *internal* (dalam diri) dan *eksternal* (luar diri). Jika seseorang berperilaku suka mengatur perilakunya sendiri dan memiliki standar khusus terhadap perilaku yang dipilih, memberikan ganjaran bila dapat mencapai tujuan dan memberikan hukuman sendiri bila melakukan suatu kesalahan, maka inilah yang menunjukkan *self control* bersumber dari dalam diri atau *internal*. Sedangkan bila individu menjadikan orang lain, lingkungan sebagai patokan ukur perilaku atau penyebab terjadinya perilaku dan ganjaran hukuman juga diterima dari orang lain atau lingkungan. Maka ini menunjukkan bahwa *self control* yang dimiliki berasal dari luar diri atau *eksternal*

Salah satu perkembangan remaja yaitu memperkuat *self control* (kemampuan mengendalikan diri). (santrock,2003) dalam (Indrawati & Rahimi, 2019) mengatakan pentingnya fungsi keluarga dan *self control* pada remaja dapat mencegah terjadinya perilaku kenakalan remaja. Remaja yang memiliki *self control*, akan memungkinkan dapat mengendalikan perilaku-perilaku yang melanggar hukum, aturan dan norma-norma yang ada di masyarakat.

b. Aspek-aspek *self control*

Averill (1973) dalam (Farieid & Nashori, 2013) berpendapat bahwa terdapat tiga jenis *self control* yang meliputi lima aspek yaitu :

1) *Behavioral control* (Pengendalian Perilaku)

Kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan ini terdiri dari :

- (a) Kemampuan mengontrol perilaku untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi.
- (b) Kemampuan mengontrol dengan mencegah atau menjauhi situasi tersebut, memilih waktu tepat untuk memberikan reaksi atau membatasi kondisi munculnya situasi tersebut.

2) *Cognitive control* (Pengendalian Kognitif)

Cognitive control adalah kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai dan menggabungkan suatu kejadian dalam kerangka kognitif untuk mengurangi tekanan. Informasi yang di dapatkan oleh individu terhadap keadaan yang tidak menyenangkan, individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan dengan cara memfokuskan pada pemikiran yang menyenangkan ataupun netral untuk mengurangi tekanan. Kemampuan ini meliputi :

- (a) Kemampuan mengantisipasi peristiwa ataupun keadaan yang terjadi melalui berbagai pertimbangan secara relatif

dan objektif dengan didukung akan informasi yang dimiliki individu tersebut.

(b) Kemampuan menafsirkan peristiwa atau keadaan dengan memperhatikan pandangan positif secara subjektif.

3) *Decision control* (pengendalian keputusan)

Decisional control adalah kemampuan individu untuk memilih tindakan berdasarkan yang ia yakini. Kontrol pribadi dalam menentukan pilihan akan berfungsi dengan baik dengan adanya kesempatan, kebebasan pada diri individu untuk memilih hal yang diinginkan.

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi *self control*

Menurut Averill (1973) dalam (SIANTUiri, 2022) membagi faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *self control* menjadi 2 (dua), yaitu :

1) Faktor Internal

Faktor yang ikut dalam *self control* adalah usia. Cara orang tua mewujudkan disiplin, cara respon orang tua terhadap kegagalan anak, cara atau gaya berkomunikasi dengan anak, cara orang tua mengekspresikan kemarahan (penuh emosi, tidak mampu menahan amarah) semua itu merupakan awal dari anak belajar tentang kontrol diri. Seiring dengan bertambahnya usia, bertambah pula komunitas yang akan mempengaruhinya, banyak pengalaman sosial juga yang akan di alami, anak akan belajar merasakan

kekecewaan, ketidak sukaan, kegagalan, dan belajar untuk mengendalikan itu semua, sehingga lama kelamaan kontrol tersebut akan muncul dari dalam dirinya sendiri.

2) Faktor Eksternal

Faktor ini diantaranya adalah lingkungan dan keluarga. Faktor lingkungan dan keluarga merupakan faktor eksternal dari self control. Orang tua yang menentukan kemampuan mengontrol diri seseorang. Salah satunya yang diterapkan oleh orang tua adalah disiplin, karena sikap disiplin dapat menentukan kepribadian yang baik dan dapat mengendalikan perilaku pada individu.

Self control adalah hal yang sangat penting dalam bersosialisasi. Tinggi rendahnya *self control* pada individu dapat dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu internal dan eksternal seperti yang sudah di jelaskan di atas. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwasanya pembentukan *self control* tidak semata-mata dibangun secara praktis, namun secara berangsur-angsur dan berlanjut sehingga menjadikan sesuatu yang melekat pada diri individu tersebut. Dengan begitu diharapkan *self control* dapat berdampak positif secara personal bagi individu..

1. *Self control* pada remaja

Remaja seringkali bertindak melampaui batas, ini dikarenakan oleh keinginan remaja yang menggebu-gebu sehingga dapat berakibat pada sikap yang berlebihan. Permasalahan di lingkungan sekolah peserta didik

menginjak usia remaja mulai dari tingkat pendidikan sekolah menengah pertama menuju sekolah menengah atas yang bersikap menyimpang seperti membolos, membangkang kepada guru, merokok, minum-minuman keras, bahkan kasus berat seperti menggunakan narkoba (Kuliyatum, 2020) dalam (Saimuin, 2022).

Calhoun dan Acocella dalam (Sui, 2022) mengemukakan ada dua alasan yang mengharuskan remaja untuk mengontrol diri, yaitu : (1) Pertama, remaja harus mengontrol perilaku agar tidak melakukan pelanggaran norma dan diterima di masyarakat. (2) Kedua, remaja harus mampu menyusun standar hidup yang lebih baik bagi dirinya sendiri.

Seperti yang sudah dijelaskan di atas maka dalam memenuhi tuntutan tersebut dibutuhkan *self control* yang baik agar remaja tidak melenceng atau keluar ke jalur yang salah.

2. Perkembangan Siswa SMP

a. Pengertian perkembangan siswa SMP

Dalam Dictionary of Psychology, perkembangan adalah tahapan-tahapan perubahan yang progresif yang terjadi dalam rentang kehidupan manusia dan organisme lainnya tanpa membedakan aspek-aspek yang terdapat dalam diri organisme-organisme tersebut. Sedangkan menurut (Amini & Naimah, 2020) perkembangan dapat diartikan sebagai akibat dari perubahan dari kematangan dan juga kesiapan fisik yang memiliki potensi untuk melakukan suatu aktivitas,

sehingga individu telah memiliki suatu pengalaman. F.J Monks, dkk (2001) dalam (Latifah, 2017) menambahkan bahwa perkembangan merujuk pada proses menuju kesempurnaan yang tidak dapat diulang kembali berdasarkan pertumbuhan, pematangan, dan belajar.

Dalam (Suiryana et al., 2022), “Istilah remaja berasal dari bahasa Latin ‘*adolescere*’ yang berarti tumbuh atau berkembang menjadi dewasa, dan mengacu pada tahap perkembangan dalam siklus hidup manusia yang berada di antara masa kanak-kanak dan kedewasaan. Karena keragaman budaya yang sangat besar, sulit untuk menghubungkan periode-periode remaja”. Masa remaja adalah masa dimana seseorang bertransisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Masa remaja kadang dianggap sebagai perpanjangan masa kanak-kanak sebelum dewasa. Masa remaja adalah masa bergejolaknya jiwa, masa transisi atau berada di jembatan goyang yang menghubungkan masa kanak-kanak yang bergantung pada masa dewasa. Menurut Darajat 2009 dalam (Suiryana et al., 2022) masa remaja adalah fase yang tampak tampaknya tidak memiliki lokasi yang berbeda, jadi mereka bukan milik kelompok anak-anak, juga bukan milik kelompok orang dewasa. Masa remaja sering dikaitkan dengan fase sementara atau transisi yang masih membutuhkan arahan orang dewasa karena remaja belum menguasai kapasitas fisik atau psikologis mereka.

Berdasarkan pengertian para ahli di atas dapat disimpulkan yang dimaksud perkembangan dalam remaja yaitu fase perpindahan atau

transisi dari masa anak-anak sampai dengan dewasa, yang ditandai dengan tumbuh dan berkembang dengan sangat cepat di segala bidang, termasuk juga secara fisik.

b. Teori perkembangan remaja

Menurut WHO (*World Health Organization*) 1998, rentang usia remaja adalah 10-19 tahun, Jika menurut peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun, sedangkan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Jadi bisa di simpulkan usia masa remaja bermacam macam tapi kesimpulannya masa remaja yaitu umur 10-24 dan belum menikah, jika sudah menikah maka berubah menjadi dewasa.

Santrock membedakan masa remaja menjadi dua yaitu periode awal dan periode akhir. (1) Masa remaja awal (*early adolescence*) kurang lebih berlangsung di masa sekolah menengah pertama (SMP) sampai sekolah menengah akhir. (2) Masa remaja akhir (*late adolescence*) kurang lebih terjadi pada pertengahan dasawarsa yang ke dua. Santrock juga menjelaskan bahwa masa remaja dimulai sekitar usia 10 sampai 13 tahun dan berakhir pada sekitar usia 18 sampai 22 tahun. Sedangkan Gunarsa & Gunarsa , dan Mappiare dalam (Sapuitro, 2018) menjelaskan ciri-ciri remaja sebagai berikut :

- 1) Masa remaja awal. Biasanya duduk di bangku sekolah menengah pertama, dengan ciri-ciri :

- (a) Tidak stabil keadaannya, lebih emosional
- (b) Mempunyai banyak masalah
- (c) Masa yang kritis
- (d) Mulai tertarik pada lawan jenis
- (e) Munculnya rasa kurang percaya diri
- (f) Suka mengembangkan pikiran baru, gelisah, suka berkhayal dan suka menyendiri.

2) Masa remaja madya (pertengahan) Biasanya duduk di bangku sekolah menengah atas dengan ciri-ciri :

- (a) Sangat membutuhkan teman
- (b) Cenderung bersifat narsistik/kecintaan pada diri sendiri
- (c) berada dalam kondisi keresahan dan kebingungan, karena pertentangan yang terjadi dalam diri
- (d) berkeinginan besar mencoba segala hal yang belum diketahuinya
- (e) keinginan menjelajah ke alam sekitar yang lebih luas.

3) Masa remaja akhir ditandai dengan ciri-ciri :

- (a) Aspek-aspek psikis dan fisiknya mulai stabil
- (b) Meningkatnya berfikir realistis, memiliki sikap pandang yang sudah baik
- (c) Lebih matang dalam cara menghadapi masalah
- (d) Ketenangan emosional bertambah, lebih mampu menguasai perasaan

- (e) Sudah terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi
- (f) Lebih banyak perhatian terhadap lambang-lambang kematangan.

Remaja akan mengalami banyak hambatan dalam masa perkembangannya karena pada masa ini remaja banyak bergaul dengan teman sebaya. Pergaulan teman sebaya dapat mempengaruhi karakter remaja. (octavia,2020) dalam (Nuirhasanah & Ningsih, 2023) mengatakan bahwa akan timbul konflik-konflik sebagai akibat masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa.

c. Tugas-tugas perkembangan remaja

Tugas-tugas perkembangan merupakan suatu proses yang menggambarkan perilaku kehidupan sosio-psikologis manusia pada posisi yang harmonis didalam lingkungan masyarakat yang lebih luas dan komplek (Handayani, 2020). Menurut Havigurst dalam (Seityowati, 2018) , tugas-tugas perkembangan remaja adalah sebagai berikut :

- a. Mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya dan lawan jenis. Kemampuan untuk mencapai tugas ini dipengaruhi oleh banyaknya interaksi yang dialami remaja dengan orang dari kedua jenis kelamin. Tujuan dari tugas ini adalah belajar melihat kenyataan, anak wanita sebagai anak wanita dan anak pria sebagai

anak pria, berkembang menjadi orang dewasa diantara orang dewasa lainnya, belajar bekerja sama dengan orang lain tanpa mendominasinya. Keberhasilan remaja dalam menyelesaikan tugas perkembangan ini akan mengantarkannya ke dalam suatu kondisi penyesuaian sosial yang baik dalam keseluruhan hidupnya.

- b. Menerima keadaan fisik diri sendiri dalam menggunakan tubuhnya secara lebih efektif. Menerima keadaan fisik sering menjadi masalah yang cukup besar bagi kalangan remaja. Banyak remaja yang sulit menerima kenyataan tentang fisik mereka memiliki kekurangan. Perasaan yang tidak puas ini membuat mereka selalu merasa minder sehingga malas bergaul. Tugas perkembangan ini bertujuan agar remaja merasa bangga atau puas terhadap fisiknya sendiri.
- c. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya. Usaha untuk mencapai tugas perkembangan ini yang membuat remaja melawan dan bertentangan pendapat dengan orang tua sehingga membuat remaja menjadi pemberontak di rumah.
- d. Dapat menjalankan peran sosial maskulin dan feminim. Remaja dapat menerima dan belajar peran sosial sebagai pria atau wanita dewasa yang dijunjung tinggi oleh masyarakat.
- e. Berperilaku sosial yang bertanggung jawab. Diharapkan remaja dapat berpartisipasi sebagai orang dewasa yang bertanggung jawab

sebagai masyarakat dan dapat memperhitungkan nilai-nilai sosial dalam tingkah laku dirinya.

- f. Mempersiapkan diri untuk berkarier atau pekerjaan yang mempunyai konsekuensi ekonomi dan finansial. Mempunyai konsekuensi ekonomi dan finansial. Setelah melepaskan diri dari ketergantungan emosional dengan orang dewasa lain, tugas yang menanti adalah melepaskan diri dari ketergantungan finansial dari mereka. Sebab itu, belajar bekerja juga merupakan hal yang perlu dilakukan oleh remaja, berapapun kecilnya penghasilan yang diperoleh. Maka diharapkan pada saatnya nanti kita bisa siap terjun dan bekerja di masyarakat.
- g. Mempersiapkan perkawinan dan membentuk keluarga. Jika tugas telah dilaksanakan maka kemampuan untuk bergaul dengan sesama maupun lawan jenis diharapkan remaja mampu mengembangkan sikap positif terhadap pernikahan, hidup berkeluarga, dan memiliki anak, serta memperoleh pengetahuan yang tepat tentang pengelolaan keluarga dan mengurus anak.
- h. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku sesuai norma yang ada di masyarakat. Keberhasilan remaja dalam melaksanakan tugas ini ditandai dengan contoh : kesuksesannya meredam emosi sehingga bisa hidup sesuai dengan norma dan etika yang berlaku. Agar dapat memperoleh konsep diri ini remaja dapat memiliki role mode atau

seseorang yang dijadikan tokoh idola dan kemudian tingkah lakunya di teladani.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Penelitian yang dilakukan oleh Erdina Indrawati dan Sri Rahmini (2019) yang berjudul “Fungsi Keluarga Dan *Self Control* Terhadap Kenakalan Remaja”. Hasil penelitian menjelaskan bahwa terdapat peran yang signifikan antara fungsi keluarga dan *self control* terhadap kenakalan remaja. Persamaan penelitian diatas dengan yang saya teliti adalah sama-sama meneliti variabel *self control*. Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilaksanakan yaitu pada penelitian diatas meneliti tentang fungsi keluarga dan *self control* terhadap kenakalan remaja, sedangkan pada penelitian yang akan dilaksanakan oleh peneliti meneliti tentang *self control* pada perilaku membolos siswa SMP.

Penelitian oleh Yusie Marthen (2018) yang berjudul “Pengaruh Kontrol Diri dan Stres Sekolah Terhadap Perilaku Membolos”. Hasil dari penelitian diatas menjelaskan bahwa Terdapat pengaruh antara kontrol diri dengan perilaku membolos siswa di SMK Kesehatan Samarinda. Menurut penelitian ini, perilaku membolos siswa berhubungan dengan kontrol diri yang rendah. Artinya semakin rendah kontrol diri yang dimiliki oleh siswa maka semakin tinggi pula perilaku membolos pada siswa, dan sebaliknya semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki siswa maka semakin rendah pula perilaku membolos. Persamaan penelitian ini terletak pada variabel kontrol diri (*self control*) dan sama sama meneliti tentang bagaimana pengaruh *self control*

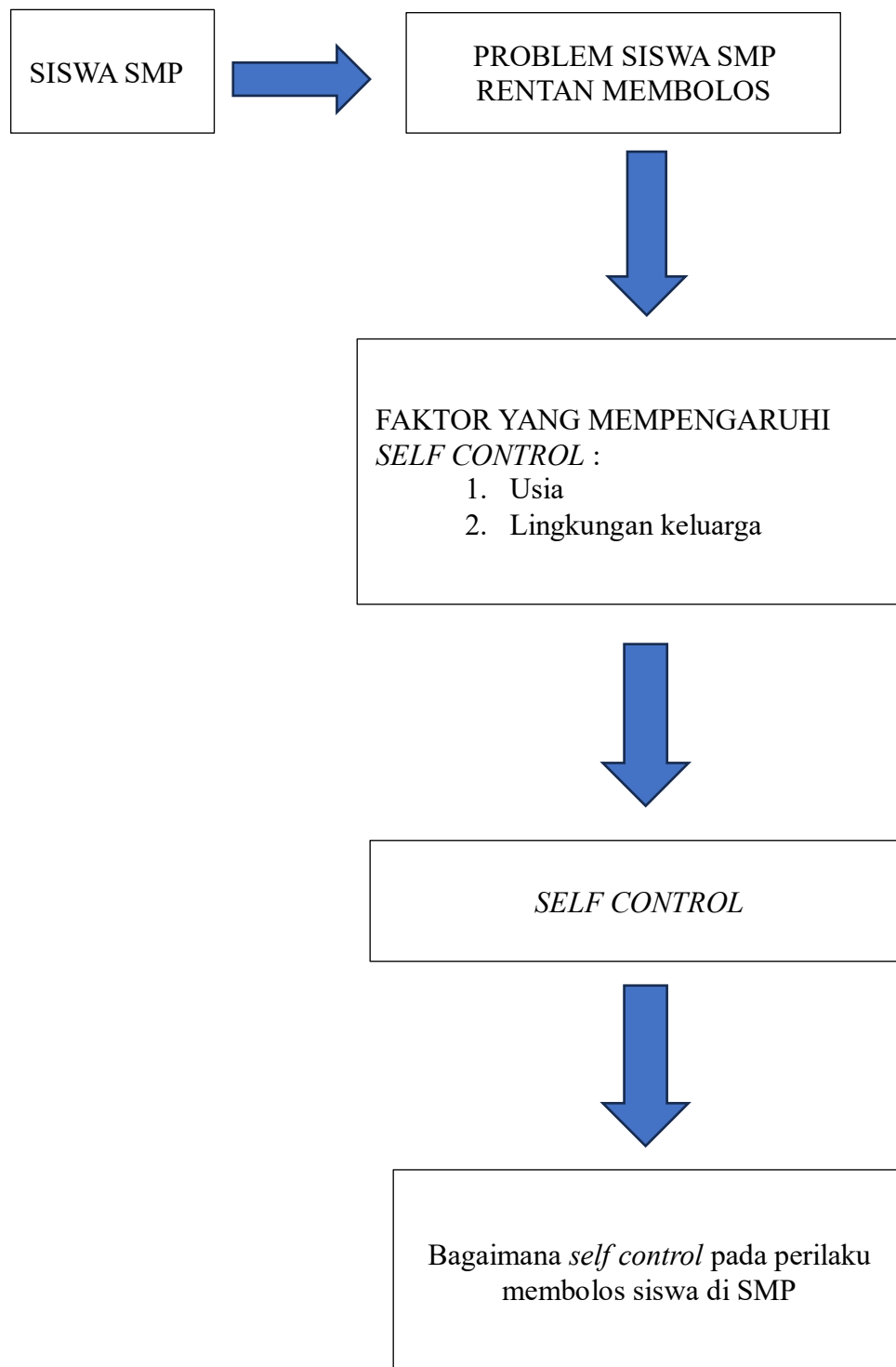
terhadap perilaku membolos siswa. Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu pada penelitian di atas mengukur *self control* pada siswa jenjang SMK (sekolah menengah kejuruan) sedangkan pada penelitian ini peneliti mengukur *self control* pada perilaku siswa di jenjang SMP (sekolah menengah pertama).

Penelitian yang dilakukan oleh Tia Juliawati dan Dyta Setiawati Hariyono (2024) yang berjudul “Gambaran *Self-Control* Siswa Smp Negeri 14 Banjarmasin”. Hasil dari penelitian tersebut bahwa gambaran *self control* pada siswa di SMP Negeri 14 Banjarmasin masuk dalam kategori sedang, artinya siswa cukup mampu mengontrol perilaku dan keputusan. Persamaan penelitian di atas dengan yang akan diteliti oleh peneliti terletak pada variabel tentang gambaran *self control* pada siswa SMP. Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian yang akan dilaksanakan oleh peneliti yaitu pada penelitian di atas meneliti gambaran *self control* pada siswa SMP, sedangkan pada penelitian ini meneliti tentang *self control* pada perilaku siswa di SMP.

C. Kerangka Pikir

Salah satu bentuk kenakalan siswa di sekolah adalah membolos. Perilaku membolos sebenarnya bukan hal yang baru dalam lingkup pendidikan di sekolah. Siswa yang membolos bisa ditemui tidak hanya di kota-kota besar saja, namun ada juga pada sekolah yang ada di daerah-daerah yang jauh dari kota dan tidak hanya pada satu sekolah melainkan hampir pada semua sekolah baik SD, SMP, dan SMA/SMK. Pada umur peralihan seperti 11-15 tahun, anak cenderung mudah terpengaruh bujuk teman. Jadi pada masa itu tidak sedikit

siswa melakukan hal yang negatif salah satunya membolos dan jika hal ini dibiarkan maka ada kemungkinan siswa tersebut melakukan tindakan negatif lain yang lebih mengarah ke kriminal. Perilaku membolos juga disebabkan salah satunya *Self control* atau pengendalian diri siswa yang membolos. *Self control* juga memiliki faktor yang dapat mempengaruhi Kebiasaan membolos ini perlu ditangani dan memerlukan bimbingan baik guru maupun konselor. Siswa yang membolos memiliki disiplin diri yang rendah, apakah siswa yang membolos cenderung memiliki pengendalian diri yang rendah juga?. Oleh karena itu, dalam penelitian kali ini peneliti akan meneliti tentang Bagaimana *self control* atau pengendalian diri pada perilaku membolos khususnya siswa di SMP.



Bagan 2. 1 Bagan Alur Pikir

D. Pertanyaan penelitian

1. Bagaimana *behavioral control* pada siswa SMP yang mempunyai perilaku membolos?
2. Bagaimana *cognitive control* pada siswa SMP yang mempunyai perilaku membolos?
3. Bagaimana *decisional control* pada siswa SMP yang mempunyai perilaku membolos?