

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kenakalan remaja merupakan kegagalan dalam mengontrol diri dalam hal tingkah laku. Santrock (2003) menunjukkan bahwa ternyata kontrol diri mempunyai peranan penting dalam tumbuhnya kenakalan remaja, mereka mungkin gagal membedakan tingkah laku yang dapat diterima dan tidak dapat diterima, atau mungkin sebenarnya remaja tersebut sudah mengetahui perbedaan antara keduanya namun gagal mengembangkan kontrol yang memadai dalam menggunakan perbedaan itu untuk membimbing tingkah laku mereka.

Kaitannya dengan masalah remaja, ditinjau dari tahap perkembangan dan tugas perkembangannya, remaja yang melakukan tindakan yang dikategorikan sebagai “nakal” adalah remaja yang gagal dalam melakukan tugas perkembangannya. Dodge (Peterson, 1993), menyatakan bahwa kenakalan remaja sebenarnya adalah ketidakmampuan melakukan tugas perkembangan dengan cara yang *adaptive* sehingga cenderung melakukan sikap yang *maladaptive*. Maka dari itu pada remaja sangat diperlukannya kemampuan untuk mengontrol diri untuk menentukan sikap dalam kehidupan sehari-hari.

Remaja melakukan perilaku-perilaku yang menyimpang atau biasa disebut dengan perilaku kenakalan remaja. Remaja sering kali melakukan perilaku yang melanggar aturan dan norma-norma yang ada di masyarakat dan remaja yang menjadi subyek dari perilaku kenakalan sering kali adalah remaja dari latar pendidikan atau pelajar. Kay (Syamsu Yusuf, 2006: 72-73) mengungkapkan bahwa salah satu tugas perkembangan remaja yaitu memperkuat self control (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip atau falsafah hidup. Remaja yang memiliki kontrol diri, akan memungkinkan remaja dapat mengendalikan diri dari perilaku-perilaku yang melanggar aturan dan norma-norma yang ada di masyarakat.

Kasus kenakalan remaja yang sering terjadi yaitu tawuran antar pelajar. Pada kasus dibawah ini Wanda Indana (Metrotvnews.com, 2014), seorang siswa kelas XI SMA 109 Jakarta meninggal dunia karena dikeroyok oleh pelajar lainnya. Siswa tersebut meninggal karena perkelahian antar geng sekolah. Komnas PA mencatat, sepanjang tahun 2013 ada 255 kasus tawuran antar pelajar di Indonesia. Angka ini meningkat tajam dibanding tahun sebelumnya, yang hanya 147 kasus. Dari jumlah tersebut, 20 pelajar meninggal dunia saat terlibat atau usai aksi tawuran, sisanya mengalami luka berat dan ringan. (tribunnews.com, 2014). Elly M. Setiadi & Usman Kolip (2011: 207) mengungkapkan bahwa perkelahian atau tawuran antarpelajar kebanyakan dipicu oleh persoalan sepele, seperti perasaan tidak enak atau tidak nyaman karena diledek oleh pelajar dari sekolah lain. Banyak peristiwa yang memprihatinkan bagi dunia pendidikan sebagai akibat maraknya tawuran para pelajar. Banyak di antara para pelajar telah kehilangan jiwa sportivitasnya, jiwa intelektualitasnya kemudian menjadi sosok yang nakal, urakan dan sebagainya. Hal ini mencerminkan rendahnya kontrol diri yang dimiliki oleh remaja.

Selain kasus tawuran antar pelajar, pemakaian obat-obatan terlarang juga marak terjadi dikalangan remaja. Berdasarkan data dari BNN (harianterbit.com, 2014) sejak 2010 sampai 2013 tercatat ada peningkatan jumlah pelajar dan mahasiswa yang menjadi tersangka kasus narkoba. Pada 2010 tercatat ada 531 tersangka narkotika, jumlah itu meningkat menjadi 605 pada 2011. Setahunkemudian, terdapat 695 tersangka narkotika, dan tercatat 1.121 tersangka pada 2013. Berdasar data tersebut dapat diketahui bahwa dari tahun ke tahun, remaja pengguna obat-obatan terlarang semakin meningkat. Remaja memiliki rasa keingintahuan yang tinggi terhadap hal-hal baru yang diketahuinya dari media atau dari orang lain. Fields (dalam Santrock, 2003: 507) mengungkapkan bahwa remaja menggunakan obat-obat terlarang karena alasan sosial, agar remaja merasa lebih nyaman dalam pertemanannya dengan orang lain.

Senada dengan Gottfredson dan Hirschi (Aroma & Suminar, 2012: 4) yang menyatakan bahwa individu yang memiliki kontrol diri rendah cenderung bertindak impulsif, lebih memilih tugas sederhana dan melibatkan kemampuan fisik, egois, senang mengambil resiko, dan mudah kehilangan kendali emosi karena mudah frustrasi. Individu dengan karakteristik ini lebih mungkin terlibat dalam hal kriminal dan perbuatan menyimpang daripada mereka yang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi. Kontrol diri menjadi kunci dalam mengekspresikan eksistensi remaja.

Seorang remaja sudah tidak lagi dapat dikatakan sebagai kanak-kanak, namun masih belum cukup matang untuk dapat dikatakan dewasa. Remaja sedang mencari pola hidup yang paling sesuai baginya dan inipun sering dilakukan melalui metoda coba-coba walaupun melalui banyak kesalahan. Kesalahan yang dilakukannya sering menimbulkan kekhawatiran serta perasaan yang tidak menyenangkan bagi lingkungannya, orangtuanya. Kesalahan yang diperbuat para remaja hanya akan menyenangkan teman sebayanya. Hal ini karena mereka semua memang sama-sama masih dalam masa mencari identitas. Kesalahan-kesalahan yang menimbulkan kekesalan lingkungan inilah yang sering disebut sebagai kenakalan remaja (Dadan, 2017).

Secara definisi kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai, dan aturan masyarakat agar mengarah pada perilaku positif yang lebih menguntungkan individu (Tangney, Baumeister & Boone, 2004). Kontrol diri tersebut yaitu kemampuan seseorang untuk mengendalikan dirinya sendiri secara sadar agar menghasilkan perilaku yang tidak merugikan orang lain, dan berperilaku sesuai dengan norma sosial dan dapat diterima oleh lingkungan sekitarnya.

Mekanisme kemampuan mengontrol diri dapat dikatakan sebagai upaya individu yang terjadi pusat prinsip dalam membimbing, memimpin dan mengatur tingkah laku sendiri dan pada akhirnya menuntut individu tersebut mengarah pada keinginannya yang akan berdampak positif, Khotifah (Luthfia,

2002). Maka dari itu sangat kontrol diri sangat diperlukan untuk melangsungkan hidup seseorang untuk menjalankan kehidupannya yang baik.

Masa remaja yang mampu mengendalikan diri atau mengontrol dirinya dapat mengatur dirinya kearah yang lebih positif, dan sebaliknya remaja yang tidak mampu mengendalikan diri akan kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan sehingga menuntut individu tersebut ke arah negatif. Hal ini diperkuat dengan pernyataan dari Aroma & Suminar (2012) individu yang memiliki kontrol diri rendah cenderung bertindak impulsif, lebih memilih tugas sederhana dan melibatkan kemampuan fisik, egois, senang mengambil resiko, dan mudah kehilangan kendali emosi karena frustrasi. Individu dengan karakteristik ini lebih mungkin terlibat dalam hal kriminal dan perbuatan menyimpang daripada mereka yang memiliki tingkat kontrol diri yang tinggi.

Bagi siswa SMA yang berada pada masa remaja kontrol diri sangatlah diperlukan untuk mengatur perilakunya secara positif, berusaha mencari informasi sebelum mengambil keputusan, serta mempertimbangkan konsekuensi. Golfried (Gretty, Jehosus & Henry, 2015) kontrol diri sebagai proses yang menjadikan individu sebagai agen utama dalam memandu, mengarahkan dan mengatur perilaku utamanya yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif.

Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) pada umumnya berada pada rentang usia 15 atau 16-18 tahun, Hurlock (2003) menyatakan pada remaja, masa remaja di sebagai periode “badai dan tekanan”. Artinya, masa dimana ketegangan emosi meninggi sebagai akibat adanya perubahan fisik dan kelenjar. Sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan dalam melakukan kontrol terhadap dirinya. Ketidakstabilan tersebut berlangsung dari waktu ke waktu sebagai bentuk usaha untuk penyesuaian terhadap dirinya. Hal ini ditunjukkan dari cara remaja menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

Salah satu lembaga setara dengan SMA yang berbasis pada pergerakan keagamaan atau pengokohan nilai-nilai keagamaan yakni implementasi al Islam

Muhammadiyah kompetensi standar siswa Muhammadiyah menurut Lembaga Pengembangan Pesantren (LP2) Pimpinan Pusat Muhammadiyah 2017 salah satunya terdapat menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong, santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya, dengan salah satunya kompetensi dasar yang harus dimilikinya yaitu memunjukkan perilaku kontrol diri (*mujahadahan-nafs*).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Muhammadiyah Kota Tasikmalaya (2019), remaja SMA Muhammadiyah Kota Tasikmalaya dengan kenyataan dilapangan masih terdapat remaja yang memiliki kontrol diri yang rendah, contoh masih adanya remaja yang melanggar tata tertib sekolah, kurangnya rasa tanggung jawab pada diri sendiri, bolos sekolah, tidak mengerjakan pekerjaan rumah (PR), tidur dikelas jika tidak ada guru, selain itu masih terdapat remaja yang belum bisa mengontrol emosinya.

Selain itu, hasil wawancara kepada guru BK disekolah Muhammadiyah, masih terdapat remaja yang belum mampu untuk mengontrol dirinya sendiri, seperti tidak bisa untuk berkonsisten, dan remaja tersebut terkadang mengikuti temannya untuk melakukan hal yang kurang baik contohnya seperti merokok, main game saat pembelajaran dan memakai make up yang berlebihan dilingkungan sekolah. Maka dari itu sangat diperlukan dan pentingnya kontrol diri bagi remaja. Agar remaja berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab, selain itu dapat mengembangkan aspek kontrol diri.

Remaja yang dapat mengontrol dirinya, atau remaja yang dapat menahan suatu dorongan untuk tidak bertindak sesuai dengan keinginannya dapat dikatakan remaja yang normal. Artinya, seorang remaja tersebut sudah berhasil dalam memenuhi tugas perkembangan. Tetapi sebaliknya, penyimpangan juga dapat digambarkan sebagai bentuk dari kegagalannya tugas perkembangan (Hurlock, 2003).

Rendahnya kontrol diri remaja disebabkan oleh berbagai sistem nilai dan patokan perilaku yang berbeda (antara bersikap sebagai anak-anak atau orang dewasa). Hal tersebut dapat menimbulkan kebingungan serta kekaburan dalam diri remaja (Pooroe, 1989). Kebingungan dan kekaburan dapat membawa remaja pada pilihan perilaku yang tidak sesuai dengan sistem nilai di masyarakat, sehingga remaja terlibat pada berbagai bentuk perilaku yang melanggar norma masyarakat.

Kecenderungan menurunnya kontrol diri pada remaja, memerlukan perhatian serius, agar dapat mencapai kemandirian emosi dan kemampuan menyerap suatu sistem nilai sebagai arah perilakunya, Havinghurst (Monks, 2002). Kontrol diri diartikan sebagai usaha individu untuk mengarahkan pengaruh lingkungan terhadap sesuatu yang bermanfaat dan dapat diterima secara sosial (Hurlock, 2000). Setiap remaja diharapkan bertindak dan bertingkah laku yang dapat diterima secara sosial, serta memperhatikan nilai-nilai di masyarakat, Havinghurst (Monks, 2002).

Fridani (1996) menyatakan bahwa remaja yang memiliki kontrol diri yang baik akan berusaha mengatur, mengarahkan perasaan dan pikiran untuk mencapai tujuan dan membantu dalam proses penyesuaian diri, adanya kontrol diri pada remaja akan meningkatkan kemampuan dalam mengelola emosi dan mengambil keputusan. Kontrol diri yang baik dapat membantu remaja dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi melalui pertimbangan kognitif, dan akhirnya mendapat keputusan yang maksimal Zulkarnain (Fridani, 1996). Lebih lanjut Averill (1973) menyatakan bahwa kontrol diri adalah kemampuan untuk mengontrol perilaku, mengontrol stimulus, mengantisipasi peristiwa dan kejadian, menafsirkan dan kejadian serta mengambil keputusan. Kontrol diri yang baik dapat membantu remaja mengendalikan gejala emosi yang dialami, sehingga setiap tindakan akan terkontrol.

Peran bimbingan dan konseling sangat penting untuk mengembangkan atau meningkatkan kontrol diri, salah satunya dengan layanan konseling. Winkel dan Hastuti (2006) mengemukakan bahwa konseling merupakan serangkaian

kegiatan pokok dari bimbingan dalam usaha membantu konseli/klien secara tatap muka langsung dengan tujuan agar klien dapat mengambil tanggung jawab sendiri terhadap yang paling berbagai persoalan atau masalah khusus maka masalah yang dihadapi oleh klien teratasi semuanya.

Teknik layanan bimbingan konseling yang dapat meningkatkan kontrol diri diantaranya konseling kelompok dengan teknik modeling simbolis Fajarani, Salasa (2017) menunjukkan bahwa secara individu teknik modeling simbolis efektif untuk meningkatkan kontrol diri. Selain itu konseling individual dengan teknik modeling simbolis terhadap peningkatan kemampuan kontrol diri (Arumsari, 2016) dalam hasil penelitiannya konseling individu dengan teknik modeling simbolis secara umum efektif untuk mengembangkan kontrol diri.

Fenomena mengenai kontrol diri sudah dijelaskan pada sub-sub sebelumnya menjadi sumber kekhawatiran dan kekritisian peneliti untuk menemukan solusi yang tepat dan sesuai dalam meningkatkan kontrol diri pada remaja. Sebagai tahap awal yang akan dilakukan, peneliti ingin mengetahui gambaran kontrol diri yang terjadi pada remaja SMA Muhammadiyah Kota Tasikmalaya, sehingga dapat merekomendasikan rancangan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik Modeling pada penelitian yang berjudul “Profil Kontrol Diri Remaja SMA Muhammadiyah Kota Tasikmalaya”.

B. Identifikasi dan Rumusan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan fenomena-fenomena tentang kasus kenakalan remaja yang sering terjadi belakangan ini salah satunya tauran antar pelajar, selain itu kasus tawuran antar pelajar, pemakaian obat-obatan terlarang juga marak terjadi dikelangan remaja.

Mengingat pentingnya kontrol diri pada remaja, Sekolah Menengah Atas (SMA) berada pada masa peralihan dari masa anak-anak dan masa dewasa. Hurlock (2003) menyatakan pada periode remaja, masa remaja di sebagai periode “badai dan tekanan”. Artinya, masa dimana ketegangan emosi meninggi

sebagai akibat adanya perubahan fisik dan kelenjar. Sebagian besar remaja mengalami ketidakstabilan dalam melakukan kontrol terhadap dirinya. Ketidakstabilan tersebut berlangsung dari waktu ke waktu sebagai bentuk usaha untuk penyesuaian terhadap dirinya. Hal ini ditunjukkan dari cara remaja menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Oleh karena itu diperlukannya kemampuan kontrol diri (*self-control*) pada remaja untuk mengatur perilaku agar sesuai norma dan nilai yang berlaku dalam masyarakat.

Kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai, dan aturan masyarakat agar mengarah pada perilaku positif yang lebih menguntungkan (Tangney, Baumeister & Boone, 2004). Selain itu Suyasa (Djuwariyah, 2011) menyatakan kontrol diri adalah kemampuan individu untuk menahan keinginan yang bertentangan dengan tingkah laku. Jadi dapat disimpulkan bahwa kontrol diri adalah sebagai proses yang menjadikan individu untuk memandu dirinya sendiri mengarahkan dan mengatur tingkah lakunya ke yang lebih baik.

Kenakalan remaja digambarkan sebagai kegagalan untuk mengembangkan kontrol diri dalam tingkah laku. Tingkah laku yang muncul karena tidak adanya kemampuan untuk mengontrol perilakunya menjadi kenakalan remaja yang merugikan diri dan orang lain, dibutuhkan kontrol diri agar tingkah laku remaja dapat terkontrol dan hal-hal seperti kenakalan remaja yang merugikan diri sendiri dan orang lain dapat dicegah.

Bentuk pencegahan perilaku dari kenakalan remaja adalah kontrol diri. Kontrol diri dianggap sumber mulia budi pekerti karena dapat membuat diri tenang, tidak terburu-buru, tidak tergesa-gesa, dan tidak ceroboh dalam melakukan segala sesuatu. Kontrol diri membuat remaja dapat memikirkan secara matang dalam berbuat. Bersikap tenang dalam pengambilan keputusan. Sehingga perbuatan yang akan dilakukan tidak akan menyimpang. Pemaparan mengenai kontrol diri dan pentingnya kontrol diri pada remaja mengarahkan kerangka penelitian untuk merumuskan profil kontrol diri pada remaja.

Berdasarkan pemaparan, dipandang dilakukan penelitian untuk mengetahui tingkat kontrol diri siswa remaja serta merumuskan implikasi bagi bimbingan dan konseling. Implikasi bimbingan dan konseling yang dirumuskan berupa layanan bimbingan dan konseling bagi remaja di sekolah dalam kontrol diri sehingga dapat mencegah terjadinya kenakalan remaja dan menjadikan remaja tersebut dapat mengendalikan kontrol dirinya.

Didalam Permendikbud No.111 Tahun 2014 pasal 3 dinyatakan bahwa layanan bimbingan dan konseling memiliki tujuan membantu konseli mencapai perkembangan optimal dan kemandirian secara utuh dalam aspek pribadi, belajar, sosial dan karir. Oleh karena itu, implementasi atau penerapan bimbingan dan konseling dalam lingkungan pendidikan formal sangat diperlukan untuk mewujudkan tujuan pendidikan nasional yang tercantum dalam pasal 3 UU RI No 20 Tahun 2003 yakni bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Didalam melakukan layanan bimbingan dan konseling, kerjasama antara konselor dengan personel lain di sekolah merupakan suatu syarat yang tidak boleh ditinggalkan. Kerjasama ini akan menjamin tersusun dan terlaksananya program bimbingan dan konseling yang komprehensif, memenuhi sasaran, serta realistik.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu :

- a. Bagaimana gambaran pencapaian umum kontrol diri remaja SMA Muhammadiyah di Kota Tasikmalaya ?
- b. Bagaimana rumusan layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan kontrol diri remaja SMA Muhammadiyah di Kota Tasikmalaya ?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan

Tujuan umum dari penelitian ini adalah memperoleh gambaran umum profil kontrol diri remaja SMA Muhammadiyah Kota Tasikmalaya ajaran 2019/2020. Tujuan khusus diadakannya penelitian adalah untuk merumuskan implikasi Bimbingan dan Konseling bagi peserta didik untuk meningkatkan kontrol diri bagi remaja.

2. Manfaat penelitian

Dengan adanya penelitian yang berjudul “Profil Kontrol Diri Remaja SMA Muhammadiyah Kota Tasikmalaya”, peneliti mengharapkan banyak manfaat untuk membantu kehidupan remaja di masa yang akan datang dalam persoalan kontrol diri. Maka manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah:

a. Manfaat teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan keilmuan dalam bidang Bimbingan dan Konseling khususnya dan menambah khazanah pengetahuan dan wawasan pada umumnya.

b. Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang dapat diperoleh adalah sebagai berikut :

➤ Bagi guru Bimbingan dan Konseling

Gambaran umum mengenai control diri remaja SMA Muhammadiyah Kota Tasikmalaya, serta implikasinya dapat dijadikan bahan rujukan untuk diaplikasikan oleh guru Bimbingan dan Konseling dalam membantu siswa

➤ Bagi Jurusan Bimbingan dan Konseling

Bagi jurusan Bimbingan dan Konseling, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah keilmuan bimbingan dan konseling. Selain itu, hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi acuan alam salah satu contoh layanan Bimbingan dan Konseling dalam mengembangkan Kontrol Diri remaja.

➤ Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan bagi penelitian lanjutan yang lebih mendalam mengenai control diri remaja serta implikasi lain yang dapat diberikan.

D. Sistematika Penelitian

Secara umum, penulisan skripsi ini terdiri dari tiga bagian, yaitu bagian awal, bagian inti, dan bagian penutup. Lebih jelasnya, sistematika penulisan skripsi dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Bagian awal terdiri dari halaman judul, halaman pengesahan, halaman pernyataan mengenai keaslian skripsi dan pernyataan bebas plagiarisme, halaman ucapan terima kasih, abstrak, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar, dan daftar lampiran.
2. Bagian isi terdiri dari:
 - a) BAB I Pendahuluan, menguraikan inti dari penelitian yang didalamnya mencakup latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi;
 - b) BAB II Kajian Pustaka, menguraikan konsep-konsep Kontrol Diri dan Bimbingan Konseling;
 - c) BAB III Metode Penelitian, meliputi subjek dan lokasi penelitian, pendekatan dan desain penelitian, definisi operasional, variabel, pengembangan instrumen penelitian, langkah-langkah penelitian, dan teknis analisis data penelitian;
 - d) BAB IV Temuan dan Pembahasan, meliputi hasil analisis data dan pembahasan berdasarkan data temuan; dan
 - e) BAB V Simpulan, Implikasi, dan Rekomendasi.