Studi Deskriptif Mengenai *Self Control* pada Remaja Mengenai Kedisiplinan di Panti Asuhan X

[1]Rizkia Alamanda Nasution, [2]Temi Damayanti
[1,2]Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Tamansari No. 1 Bandung 40116
e-mail: [1]rizkiaalamandaa@gmail.com, [2]temidamayanti@gmail.com

Abstrak. Panti Asuhan X merupakan suatu lembaga yang dapat memberikan pelayanan kesejahteraan, pelayanan pengganti orang tua/wali dalam memenuhi kebutuhan anak. Pihak panti menetapkan aturan dan disiplin yang harus diikuti oleh remaja panti. Penjelasan mengenai aturan dan disiplin di panti dijelaskan dan di paparkan tempat yang mudah dibaca oleh remaja panti. Setiap remaja panti yang tidak mengikuti setiap aturan dan disiplin di panti akan dikenakan sanksi yaitu *point* yang akan diakumulasikan menjadi surat peringatan. Remaja panti mengetahui setiap aturan, disiplin dan sanksi yang akan diterima namun tetap saja masih sering melakukan perilaku melanggar yang membuat kegiatan di panti kurang mencapai hasil yang maksimal. Menurut Averill (1973) *self control* sebagai personal control, yaitu variabel psikologis yang sederhana karena di dalamnya tercakup tiga aspek yang berbeda tentang kemampuan mengontrol diri, yaitu *behavior control, cognitive control,* dan *decisional control.* Tujuan dari penelitian ini adalah ingin melihat gambaran *self control* pada remaja panti mengenai kedisiplinan di panti. Penelitian ini menggunakan metode studi deskriptif. Alat ukur yang digunakan adalah kuisioner *self control* yang diturunkan dari konsep Averill (1973) dengan jumlah subjek 27 orang. Hasil yang diperoleh bahwa *self control* remaja panti tergolong rendah. Terlihat pada aspek *behavior control* dan *decisional control* yang tergolong rendah, sedangkan aspek *cognitive control* tergolong tinggi.

Kata Kunci: *Self Control,* Kedisiplinan, Remaja

A. Pendahuluan

Panti Sosial Asuhan anak adalah suatu lembaga usaha kesejahteraan sosial yang mempunyai tanggung jawab untuk memberikan pelayanan kesejahteraan sosial pada anak terlantar dengan melaksanakan penyantunan dan pengentasan anak terlantar, memberikan pelayanan pengganti orang tua/wali anak dalam memenuhi kebutuhan fisik, mental dan sosial kepada anak asuh sehingga memperoleh kesempatan yang luas,tepat dan memadai bagi pengembangan kepribadianya sesuai dengan yang diharapkan sebagai bagian dari generasi penerus cita- cita bangsa dan sebagai insan yang akan turut serta aktif dalam bidang pembangunan nasional.

Latar belakang anak-anak yang berada di dalam panti asuhan ini, rata-rata berasal dari keluarga dengan ekonomi menengah kebawah, anak yang tidak memiliki orang tua dan anak terlantar. Sebagian besar alasan remaja yang dititipakan di panti asuhan X ini agar para remaja mendapatkan kehidupan dan pendidikan yang lebih baik. Remaja yang tinggal di panti sebagian besar masih memiliki orang tua. Terkadang beberapa orang tua dari remaja panti tersebut masih sering menghubungi anak-anaknya di panti untuk menanyakan bagaimana kondisi anak-anak di panti.

Panti Asuhan X memiliki visi yaitu: Menjadikan panti asuhan X yang berkualitas, professional dan mampu mewujudkan anak asuh yang soleh dan solehah. Sedangkan misi dari panti asuhan X adalah : Mendidik anak asuh, beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki intelektual dan pengetahuan agama yang baik, memiliki sikap, perilaku moral, etika serta disiplin yang tinggi, memiliki kondisi fisik yang prima dan memiliki kemampuan untuk belajar mandiri. Untuk mewujudkan visi dan misi panti asuhan, pengasuh menerapkan aturan berlaku di dalam panti asuhan yang khususnya bertujuan untuk menciptakan para remaja

yang disiplin. Aturan yang diterapkan disampaikan secara lisan maupun tertulis kepada seluruh remaja panti.

Bagi remaja panti yang melanggar akan diberikan point. Point yang diperoleh akan dijumlah secara keseluruh untuk melihat seberapa banyak perilaku melanggar disiplin yang telah dilakukan. Point yang telah diakumulasikan apabila telah melebihi batas kewajaran akan mendapatkan surat peringatan. Surat peringatan berupa surat peringatan satu, surat peringatan dua dan surat peringatan tiga yang didalamnya terdapat ketentuan sanksinya yang akan diterima. Point tersebut langsung diberikan ketika remaja melakukan pelanggaran. Pemberian dan pencatatan point dilakukan dengan sepengetahuan remaja panti. Namun bagi beberapa remaja pemberian point kurang memberikan pengaruh sehingga perbuatan yang melanggar disiplin terjadi kembali. Tetapi bagi remaja yang merasakan dampak dari pemberian point membuat dirinya untuk sedikit demi sedikit mengurangi kesalahannya dengan belajar untuk mengurangi jumlah point yang diterimanya.

Remaja panti mengungkapkan bahwa mereka mengetahui dan memahami peraturan yang diterapkan di panti. Adanya hukuman yang diberikan sesaat setelah melanggar bagi beberapa remaja panti kurang memberikan efek jera sehingga remaja tersebut kurang dalam mengontrol perilakunya terhadap perilaku yang ditampilkannya. Namun bagi beberapa remaja yang merasakan efek jera membuat dirinya belajar untuk mengontrol perilakunya, hal tersebut berupa perubahan perilaku dari yang tadinya sering terlambat untuk mengikuti kegiatan dipanti sekarang menjadi lebih tepat waktu.

Namun pada kenyataannya masih saja terdapat remaja panti yang sering melanggar disiplin atau aturan yang diterapkan di panti. Perilaku yang ditimbulkan oleh remaja membuat kegiatan di panti menjadi kurang mencapai hasil yang maksimal dan merugikan orang lain. Remaja memiliki tugas perkembangan yang harus dicapainya pada masa remaja. Menurut Havinghurst (Hurlock, 1992:206) ada beberapa tugas perkembangan yang harus diselesaikan oleh remaja, salah satunya adalah mempunyai kemampuan dan kemauan untuk bertingkah laku sosial dan bertanggung jawab. Pada kenyataannya perilaku yang dimunculkan pada remaja belum menunjukkan bahwa remaja telah memenuhi salah satu tugas perkembangannya yaitu bertingkah laku sosial yang bertanggung jawab.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan remaja panti, pelanggaran yang dilakukan dengan berbagai alasan, diantaranya remaja panti kesulitan dalam mengarahkan tingkah lakunya dan kurang menunjukkan usaha untuk belajar mengatur waktu untuk menjalankan kewajibannya, remaja panti mengungkapkan adanya pengaruh dari teman membuat dirinya sulit untuk menata dirinya sendiri. Cara berfikir dirinya lebih banyak dikendalikan oleh pikiran- pikiran orang lain. Hal juga tersebut memberikan pengaruh yang tidak sehat karena teman yang tadinya tidak melanggar menjadi melanggar.

Informasi dan penjelasan yang diberikan pengasuh bagi beberapa remaja panti membuat dirinya belajar untuk memikirkan setiap perilaku yang harus ditampilkannya, seperti belajar untuk bersikap sopan dan tidak menentang setiap masukan yang diberikan oleh orang yang lebih dewasa. Kegiatan evaluasi dilakukan dengan tujuan untuk memberikan masukan atau feedback untuk kebaikan remaja panti. Menurut remaja panti disiplin merupakan hal yang penting, karena dapat membentuk karakter, membentuk diri para remaja panti dan membawa dirinya ke hal yang lebih positif lagi. Penjelasan mengenai perilaku yang baik maupun perilaku yang buruk di

jelaskan juga oleh orang tua masing- masing remaja sebelum mereka tinggal di panti. Namun pada kenyataannya remaja masih sering mengulang kembali kesalahan yang pernah dilakukan.

Sesungguhnya remaja mengetahui bahwa perbuatan tersebut tidak sesuai dengan ketentuan yang diterpakan di panti. Tuntutan yang diberikan di panti menuntut remaja untuk dapat mengikuti nilai-nilai kedisiplinan yang diterapkan. Hal ini sama ketika hidup dalam lingkungan sosial, individu dituntut untuk dapat mengontrol dirinya agar dapat menyusun standart dirinya agar dapat mengikuti standart yang ada di lingkungan. Seharusnya remaja panti dapat merubah perilakunya dengan belajar untuk mengatur perilakunya, memikirkan bagaimana dampak yang akan timbul jika melanggar peraturan, sanksi apa yang diterima dan belajar mengenai nilai-nilai yang diterapkan di panti. (Iga Serpianing,2012).

Averill (1973) menyebutkan self control sebagai personal control, yaitu variabel psikologis yang sederhana karena di dalamnya tercakup tiga jenis yang berbeda tentang kemampuan mengontrol diri, yaitu kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku (behavior control), kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi (cognitive control), serta kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini (decisional control). Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai dan aturan di masyarakat agar mengarah pada perilaku yang positif (Tangney,2004). Berdasarkan fenomena dan data yang dipaparkan diatas, peneliti tertarik untuk melihat gambaran self control pada remaja mengenai kedisiplinan di panti asuhan X. Sedangkan tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data empiris mengenai gambaran Self Control pada Pemaja Mengenai Kedisiplinan di Panti Asuhan X.

B. Landasan Teori.

Averill (1973) menyebutkan self control sebagai personal control, yaitu variabel psikologis yang sederhana karena di dalamnya tercakup tiga jenis yang berbeda tentang kemampuan mengontrol diri, yaitu kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku (behavior control), kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi (cognitive control), serta kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakini (decisional control).

Berdasarkan beberapa pengertian diatas maka dapat disimpulkan bahwa self control adalah suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku mengandung pengertian yaitu mengendalikan dorongan dorongan dari dalam dirinya, melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan untuk bertindak dan mengarahkan tingkah lakunya sendiri. Menurut Averill (1973) terdapat tiga jenis self control, yaitu :

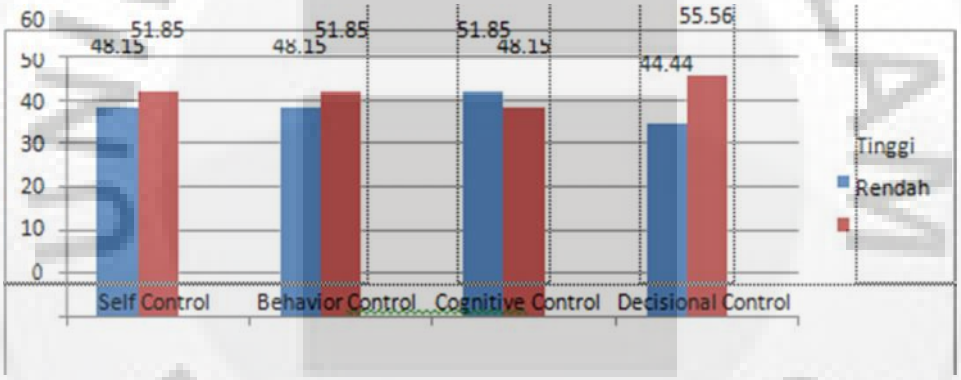
a. *Behavior control* merupakan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi karakterisktik objek dari suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu regulated administration dan stimulus modifiability. Regulated administration merupakan kemampuan individu untuk menentukan bagaimana, kapan dan siapa, yang mengatur situasi dan keadaan. Apakah menggunakan kemampuan dirinya sendiri atau menggunakan sumber eksternal, apabila tidak mampu menggunakan kemampuannya sendiri.

Sedangkan stimulus modifiability merupakan keyakinan individu bahwa ia memiliki kesempatan untuk memodifikasi stimulus dengan respon perilakunya. Terdapat beberapa cara yang dapat digunakan untuk menghadapi stimulus yang tidak diinginkan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya.

b. *Cognitive Control* merupakan kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi. Terdiri dari dua komponen, yaitu information gain dan appraisal. Information gain merupakan kemampuan individu memperoleh informasi untuk memprediksi dan mengantisipasi kejadian. Melakukan penilaian atau appraisal memiliki arti kemampuan individu membandingkan hasil evaluasi kejadian.
c. *Decisional control* merupakan kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini.

Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

C. Hasil dan Pembahasan



Behavior control yang tinggi pada remaja menunjukkan bahwa remaja mampu untuk menetapkan cara untuk mengatur dirinya (regulated administration). Remaja dapat menentukan dan menenmukan cara untuk mengatur dirinya agar dapat berperilaku sesuai dengan ketentuan yang diberlakukan di panti. Remaja mampu mengatur dirinya (regulated administration) yang bersumber dari dalam diri (sumber internal) dan memanfaatkan setiap masukan yang diberikan oleh pengasuh dan orang tua (sumber eksternal). Remaja mampu untuk menyakini bahwa dirinya mampu merubah perilaku nya (stimulus modifiability) agar lebih menaati disiplin di panti. Bahwa remaja menyakini sanksi yang diberikan dapat mengatur tampilan perilkunya, pengawasan yang diberikan pihak panti membantu remaja untuk berperilaku sesuai dengan ketentuan yang diberlakukan oleh panti. Behavior Control yang rendah menunjukkan bahwa remaja belum mampu untuk menentukan bagaimana cara mengatur dirinya (regulated administration). Remaja menyatakan bahwa dirinya masih belum mampu untuk menentukan bagaimana cara mengatur dirinya agar dapat terhindar dari sanksi. Subjek menjelaskan bahwa perilaku yang ditampilkan lebih banyak dipengaruhi dari luar diri (eksternal). Subjek selalu membutuhkan bantuan terutama dari pengasuh dalam mengingatkan dirinya untuk dapat menampilkan perilaku sesuai dengan aturan dan disiplin di panti. Remaja panti dalam meyakini

memiliki kesempatan untuk merubah perilaku (stimulus modifiability) melanggar disiplin dengan menaati disiplin di panti masih rendah. Hal ini dapat terlihat dalam beberapa item pernyataan yang dipilih oleh para remaja yang terdapat dalam kuisioner menunjukkan bahwa remaja panti belum memiliki keyakinan dapat merubah perilaku karena belum mendapatkan efek jera dari sanksi yang diterima, pesimis untuk merubah perilaku karena belum bisa mengikuti aturan di panti, dan belum menjadikan setiap aturan maupun disiplin dipanti sebagai pedoman dalam menampilkan perilaku.

Cognitive control yang tinggi menunjukkan remaja panti mampu memproses informasi yang diperoleh (information gain) mengenai aturan dan disiplin di panti melalui informasi yang dijelaskan secara lisan oleh pengasuh. Sebagian besar remaja mampu memikirkan setiap aturan yang diterapkan di panti membuat saya belajar untuk memahami dari setiap teguran yang agar saya dapat lebih mengontrol perilaku yang ditampilkan. Hal tersebut membuat remaja panti belajar untuk berfikir panjang dan memperhitungkan mengenai dampak apa yang akan diterima apabila melanggar disiplin. Remaja sudah mampu untuk menilai perilaku melanggar disiplin berdasarkan evaluasi yang dilakukan (appraisal). Remaja sudah mampu untuk menilai perilakunya berdasarkan evaluasi yang dilakukan baik oleh pengasuh atau penilaian yang dilakukan oleh dirinya sendiri atau introspeksi diri. Remaja memanfaatkan fasilitas yang diberikan oleh pengasuh seperti evaluasi yang dilakukan setiap minggunya mengenai perilaku yang ditampilkan selama ini. Sedangkan Cognitive Control yang rendah masih belum mampu untuk mengelola informasi yang diperoleh untuk mengantisipasi dan memperhitungkan agar terhindar dari sanksi (information gain). Sebagian besar pilihan pernyataan remaja menunjukkan bahwa remaja mengabaikan setiap informasi yang diterima mengenai perilaku yang ditampilkan karena remaja belum memikirkan mengenai dampak apa yang akan ditimbulkan dengan perilaku yang tidak sesuai dengan aturan dan disiplin di panti. Remaja belum banyak melakukan pertimbangan mengenai hal positif dan negatif dari setiap informasi yang diterima. Beberapa remaja dalam kemampuan melakukan evaluasi (appraisal) masih tergolong rendah hal ini disebabkan remaja panti sering mengabaikan masukan yang diberikan oleh pengasuh. Beberapa remaja panti belum mampu dalam melakukan instropeksi mengenai perilaku yang di tampilkannya.

Decisional control yang rendah menunjukkan bahwa remaja panti masih belum mampu dalam mengambil keputusan untuk mengurangi perilaku melanggar disiplin dengan keyakinan yang dimilikinya. Nilai-nilai dan keyakinan yang dipegang oleh individu belum mempengaruhi bagaimana individu harus berperilaku di lingkungannya. Begitu pula dengan keyakinan – keyakinan yang dipegang oleh remaja mengenai perilaku melanggar disiplin tentunya akan mempengaruhi sikap dan perilakunya terhadap kebiasaan perilaku melenggar disiplin. Keyakinan bahwa melanggar disiplin lebih banyak memberikan dampak negatif dari pada dampak positif lebih banyak ditemukan remaja di panti.Sedangkan Decisional control yang tinggi menunjukkan remaja mampu mengambil keputusan dengan keyakinan yang dimilikinya mengenai manfaat dari disiplin yang diterapkan dipanti. Remaja meyatakan bahwa dirinya memiliki keyakinan jika disiplin dapat membantu dirinya dalam mengontrol diri yang dapat membuat dirinya dapat mengatur dirinya sendiri. Remaja beranggapan bahwa disiplin dapat membuat dirinya teratur dan dapat menjadi cermin untuk menjadi orang sukses kedepannya. Perilaku disiplin dapat dijadikan untuk kebaikan diri sendiri dan menjadi bekal untuk masa depan. Keyakinan yang

dimiliki membuat remaja berhati-hati dalam berperilaku dan belajar untuk menjadi lebih dewasa lagi dalam berperilaku agar dapat mengikuti setiap ketentuan yang diterapkan di panti.

D. Kesimpulan.

Pada aspek behavior control remaja panti masih tergolong rendah dalam kemampuan untuk mengontrol dan menemukan cara untuk mengatur dirinya. Pada aspek cogntive control remaja panti tergolong tinggi yang menunjukkan bahwa remaja panti mampu memproses informasi yang diterima untuk mengurangi perilaku melanggar disiplin. Pada aspek decisional control anak remaja panti masih tergolong rendah yang menunjukkan bahwa anak remaja panti belum mampu memutuskan untuk merubah perilakunya berdasarkan keyakinan yang dimilikinya.

Daftar Pustaka.

Averill,J.F.(1973). *Personal Control Over Averssive Stimuli and It's Relationship to Stress.* Psychological Bulletin, No. 80. P. 286-303.

Hurlock, Elizabeth B. 1992. *Psikologi Perkembangan; Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan.* Alih Bahasa: Istiwadayanti, Jakarta: Erlangga.

Iga,Serpianing.(2012).*Jurnal Psikologi Perkembangan dan Pendidikan.* Vol .1, No. 02,pp. 1- 6

Tangney, J.P., Baumiester, R.F., & Boone, A.L.(2004). *High Self Control Predicts Good Adjusment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Succes.* Journal of Personality.72 (2). 271-322

Santrock, John W. (2011). *Life-Span Development. Jilid I.* Jakarta: Gramedia.