

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam menjalani kehidupan, manusia memerlukan kemampuan untuk dapat menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan individu pada bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif, kemampuan tersebut diistilahkan sebagai kontrol diri. Kontrol diri menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu sesuai dengan yang diinginkan (Goldfried dan Merbaum, dalam Ghufroon & Risnawita, 2011). Papalia, Olds, & Feldman (2013) mendefinisikan kontrol diri sebagai kemampuan individu untuk menyesuaikan tingkah laku dengan apa yang dianggap diterima secara sosial oleh masyarakat. Kontrol diri merupakan cara individu untuk untuk mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya (Hurlock, 2004).

Kontrol diri merupakan salah satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan oleh individu dalam proses hidup, termasuk dalam menghadapi kondisi yang ada di lingkungan sekitar. Kontrol diri merupakan salah satu kapasitas yang perlu dimiliki oleh individu karena perilaku akan lebih terarah secara positif. Kapasitas ini tidak terbentuk secara langsung, melainkan terbentuk melalui proses kehidupan (Ghufroon & Risnawita, 2011). Lebih lanjut, kontrol diri merupakan kapasitas diri

untuk mengubah respon-respon dominan dalam diri dan untuk mengatur perilaku, pikiran, dan emosi (Ridder, Mulders, Finkenauer, Stok, & Baumeister, 2012).

Kontrol diri secara luas dianggap sebagai kapasitas diri dalam mengubah dan beradaptasi untuk menghasilkan kesesuaian yang lebih baik dan lebih optimal antara diri dan lingkungan (Rothbaum et al., dalam Tangney, Baumeister, dan Boone, 2004). Ainslie (1975) menyebut kontrol diri sebagai pilihan individu untuk menunda hasil yang dapat dimiliki lebih cepat namun kurang bernilai, dalam rangka mendapatkan hasil yang lebih bernilai.

Pengaruh kontrol diri mencakup ruang lingkup yang sangat luas dalam berbagai bidang kehidupan karena berhubungan dengan berbagai perilaku. Bukti empiris menunjukkan bahwa individu dengan kontrol diri yang tinggi lebih baik dalam meregulasi pikiran dan emosinya, juga lebih baik dalam menghambat impuls negatif dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat kontrol diri yang rendah. Mereka juga memiliki *psychological well-being*, kesuksesan akademis, dan relasi interpersonal yang lebih baik (Baumeister, Bratslavsky, Muraven, & Tice, dalam Ridder, dkk., 2012).

Kontrol diri yang baik saat dewasa salah satunya dimediasi oleh kemampuan dalam mengontrol diri dan keputusan yang diambil pada masa remaja. Utamanya, individu yang memiliki kontrol diri yang baik cenderung tidak merokok, tidak mengalami *Married by Accident* (MBA),

juga tidak mengalami *drop out* dalam proses pendidikan. Tiga contoh permasalahan tersebut menjelaskan beberapa pengaruh kontrol diri (Moffitt dkk., dalam Duckworth, 2011). Hasil penelitian lain juga mendukung mendapatkan temuan terkait korelasi antara kapasitas kontrol diri dengan tingkat perilaku disiplin. Individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi memiliki tingkat kedisiplinan yang juga tinggi, begitu pula sebaliknya (Alfarabi, A., 2011; Faizah , R. N., 2015; Muniroh, N. L., 2013; Wibowo, G. J. K., 2015).

Keberhasilan remaja dalam menyelesaikan tugas perkembangan akan mengantarkannya ke dalam suatu kondisi penyesuaian sosial yang baik dalam keseluruhan kehidupannya. Namun, apabila remaja gagal dalam proses perkembangannya maka kemungkinan mereka akan melakukan tindakan-tindakan kriminal, kurang mampu bergaul dengan orang lain dan melakukan dominasi secara sewenang-wenang. Tindakan-tindakan yang dilakukan cenderung mengarah kepada perilaku agresif, baik secara individu maupun kelompok (Salmiati, 2015). Salah satu faktor yang menyebabkan individu berperilaku agresif adalah rendahnya empati, tidak memiliki toleransi dan tidak mampu memahami perasaan orang yang dianiaya. Lebih lanjut, individu yang melakukan kekerasan atau agresi adalah individu yang memiliki kontrol diri yang rendah, kemampuan *perspective taking* yang rendah, empati pada orang lain yang tidak berkembang (Brotoseno dalam Ahyani dan Astuti, 2014).

Sesuai dengan pernyataan diatas, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara kontrol diri dengan perilaku agresif remaja (Auliya & Nurwidawati, 2014; Aroma & Suminar, 2012; Dewall, Finkel, Denson, 2011). Denson, DeWall, & Finkel (2012) menyatakan bahwa saat perilaku agresif teraktivasi, kontrol diri dapat membantu seseorang untuk merespon sesuai standard norma yang tidak mendukung perilaku agresif.

Kontrol diri yang kurang menyebabkan munculnya tindakan-tindakan yang tidak sesuai dengan norma. Berbagai permasalahan yang dialami remaja menunjukkan kontrol diri yang dimiliki masih lemah, jika remaja memiliki kontrol diri yang baik maka remaja mampu untuk menahan kebutuhan akan kesenangan sesaat dan mampu memikirkan resiko atas perbuatan yang sudah dilakukan (Auliya & Nurwidawati, 2014). Hasil penelitian Zulhidayati (2015); dengan data awal yang didapat dari Lembaga Studi Cinta dan Kemanusiaan yang melibatkan 1.660 responden dengan hasil 97,5% telah melakukan perilaku seksual beresiko, menemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara kontrol diri dan perilaku seksual pada remaja, yang menunjukkan hasil bahwa semakin tinggi tingkat kontrol diri yang dimiliki maka semakin rendah kecenderungan untuk melakukan perilaku seksual beresiko.

Kurangnya kemampuan dalam mengontrol diri, yang bersumber pada masa kanak-kanak merupakan hal yang banyak ditemukan dalam berbagai gangguan psikologis (Sanders & Mazzucchelli, 2013). Kontrol diri tidak terbentuk secara langsung, namun melalui tahap perkembangan yang

dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor yang mempengaruhi kontrol diri merupakan faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal antara lain usia dan kematangan, sedangkan faktor eksternal adalah lingkungan, yang salah satunya adalah pola asuh orangtua (Hurlock, dalam Ghufron & Risnawita, 2011). Mengacu pada *General Theory of Crime*, Gottfredson & Hirschi mengatakan bahwa penyebab utama terjadinya perilaku menyimpang merupakan kontrol diri yang rendah, yang merupakan hasil dari pola asuh yang tidak memadai (dalam Jo & Bouffard, 2014).

Keluarga merupakan tempat pertama dimana anak mendapatkan pengajaran yang didapatkan melalui pola asuh yang diberikan oleh orangtua. Eisenberg (dalam Lam, Solmeyer, & McHale, 2012) menyatakan bahwa banyak studi yang telah mengidentifikasi bahwa keluarga merupakan sumber utama dari sosialisasi untuk perkembangan sosioemosional remaja. Sesuai dengan Surbakti (2009), yang mengatakan bahwa permulaan anak dalam tumbuh dan berkembang ditengah-tengah keluarganya mengikuti pola asuh yang diterapkan keluarga.

Pola asuh merupakan sikap dan cara orangtua dalam mempersiapkan anggota keluarga agar dapat menjadi pribadi yang berdiri sendiri dan bertanggung jawab. Lebih lanjut, Diana Baumrind (dalam Santrock, 2011) menjelaskan bahwa terdapat 4 tipe parenting, yaitu otoritarian, otoritatif, *indulgent* atau permisif, dan *neglectful* atau menolak-mengabaikan. Tipe otoritarian memberi batasan yang sangat tegas dan memiliki kontrol yang tinggi dalam hidup anak. Authoritarian parenting berasosiasi dengan

kompetensi sosial anak yang buruk. Sedangkan tipe otoritatif mendorong anak untuk dapat mandiri namun tetap memberikan batasan-batasan tertentu dan memiliki kontrol terhadap anak, orangtua juga lebih bersikap hangat dalam mengasuh anak. Authoritative tipe otoritatif berasosiasi dengan kompetensi sosial anak yang baik.

Sementara itu, dalam tipe *neglectful* atau menolak-mengabaikan, orangtua sangat tidak terlibat perihal kehidupan anak, tipe parenting seperti ini berkorelasi dengan kompetensi sosial anak yang buruk, terutama kurangnya kontrol diri. Sedangkan, dalam tipe indulgent atau permisif, orangtua sangat terlibat dalam hidup anak, namun memiliki sedikit tuntutan ataupun kontrol pada anak. Tipe parenting ini berkorelasi dengan kompetensi sosial anak yang buruk, terutama kurangnya kontrol diri. Mengingat pernyataan Moffit (dalam Duckworth, 2011) yang menyebutkan bahwa kontrol diri yang baik saat dewasa salah satunya dimediasi oleh kapasitas kontrol diri dan keputusan yang diambil pada masa remaja, memiliki kontrol diri yang baik merupakan hal yang perlu dimiliki dalam rangka menjalani kehidupan, baik di masa ini, maupun di masa mendatang.

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dipaparkan di atas, kontrol diri merupakan salah satu hal krusial yang berkaitan dengan berbagai perilaku, dan permulaan anak dalam tumbuh dan berkembang mengikuti pola asuh yang diterapkan keluarga, sehingga peneliti ingin mengetahui lebih dalam mengenai “seberapa tinggi peran pola asuh

orangtua sebagai prediktor kontrol diri”, dan untuk menjawab pertanyaan tersebut peneliti mengajukan judul “**Pola Asuh Orangtua sebagai Prediktor Kontrol Diri**”

B. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan antara pola asuh orangtua dengan kontrol diri.
2. Untuk mengetahui seberapa besar peran pola asuh orangtua dalam memberikan sumbangan efektif terhadap kapasitas kontrol diri.
3. Untuk mengetahui taraf pola asuh yang diterapkan oleh orangtua mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Untuk mengetahui kapasitas kontrol diri mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan baru mengenai pola asuh dan kontrol diri, yang dapat membantu perkembangan ilmu psikologi, serta dapat digunakan sebagai bahan referensi bagi penelitian-penelitian lain dalam bidang ini.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mengenai kontrol diri, dan peran pola asuh sebagai salah satu prediktor terbentuknya kapasitas kontrol diri.

b. Bagi Orangtua

Penelitian ini diharap dapat membantu orangtua menyadari peran penting terkait penerapan pola asuh dalam proses perkembangan individu.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan hasil dalam penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan dasar penelitian lain terkait pola asuh dan kontrol diri.