

HUBUNGAN ANTARA KEBERFUNGSIAN KELUARGA DENGAN KONTROL DIRI REMAJA PADA SISWA SMAN 2 SEMARANG

Noor Kholifah
15010114120022
Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri remaja. Kontrol diri yang dimiliki siswa pada fase remaja memengaruhi remaja untuk bersikap disiplin dan berperilaku sesuai dengan norma serta nilai yang berlaku, sehingga siswa dapat mencapai keberhasilan yang diinginkan. Kontrol diri remaja dalam mengatur dan mengendalikan perilaku tidak terlepas dari peran keluarga. Keluarga yang dapat berfungsi secara efektif memengaruhi remaja dalam mengembangkan kontrol dirinya dengan baik. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 26 kelas (960 siswa) dengan sampel penelitian sebanyak 10 kelas (346 siswa). Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu teknik *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah skala keberfungsian keluarga yang diadaptasi dari *Family Assessment Device* (43 aitem, $\alpha = 0,922$) dan skala kontrol diri remaja (25 aitem, $\alpha = 0,866$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara keberfungsian keluarga dan kontrol diri remaja sebesar $r_{xy} = 0,555$; dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Keberfungsian keluarga memberikan sumbangan efektif sebesar 30,8% terhadap kontrol diri remaja.

Kata Kunci: Keberfungsian Keluarga, Kontrol Diri, Remaja

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa pencarian identitas dan kebebasan, serta merupakan masa perubahan peran yang diharapkan oleh lingkungan sosial. Bagi remaja, perubahan-perubahan tersebut merupakan situasi yang kurang menyenangkan dan sering menimbulkan masalah (Hurlock, 2006). Masa remaja juga disebut sebagai masa peralihan atau masa sulit karena di satu sisi remaja masih dianggap sebagai anak-anak dan di sisi lain remaja dituntut untuk berperilaku seperti orang dewasa. Pada fase ini remaja membutuhkan dukungan dari lingkungannya, baik lingkungan keluarga maupun lingkungan sosialnya. Marcia (dalam Kail & Cavanaugh, 2015) menyatakan bahwa dalam mencari identitas remaja membutuhkan bantuan dari orangtua. Ketika orangtua mendukung dan membebaskan remaja untuk bereksplorasi, remaja tersebut akan mampu menemukan identitas dirinya.

Menurut pandangan orang dewasa, kondisi remaja sekarang berbeda dengan kondisi remaja dahulu, yaitu berbeda dalam hal penampilan, tingkah laku, model rambut, serta pakaian yang dikenakan (Santrock, 2016). Hal tersebut sering mengakibatkan perselisihan antara orangtua dan remaja. Kesenjangan generasi mengenai minat-minat pribadi terjadi akibat pesatnya setiap perubahan budaya dalam nilai dan standar perilaku (Hurlock, 2006).

Remaja yang hidup di zaman sekarang dihadapkan pada berbagai pilihan gaya hidup yang ditawarkan melalui media massa. Kemajuan dengan mengadopsi budaya asing dan kehidupan malam yang tidak tersaring dengan baik, rentan dengan penyalahgunaan narkoba, serta aktivitas seksual di usia yang sangat dini. Berdasarkan data hasil survei dari BNN per November 2015, menunjukkan bahwa pemahaman remaja mengenai modernisasi menyebabkan semakin banyaknya pengguna narkoba. Data lain dari BNN, terkait pengguna narkoba pada tahun 2016, menunjukkan bahwa 27 persen penggunanya di Indonesia adalah pelajar dan mahasiswa. Jumlah tersangka kasus narkoba berdasarkan kelompok umur pada tahun 2015 yakni anak usia sekolah serta remaja di bawah 19 tahun mencapai 4,4 persen dari total tersangka.

Salah satu faktor yang memengaruhi penyalahgunaan narkoba adalah kontrol diri yang rendah. Kontrol diri rendah memengaruhi pengambilan keputusan yang rasional, dengan demikian membuat remaja terlibat dengan perilaku beresiko (Meldrum, Barnes, & Hay, 2013; Aroma & Suminar, 2012; Steinberg, Albert, Cauffman, Banich, Graham, & Woolard, 2008; Magar, Philips, & Hosie, 2008). Goldfried dan Merbaum (dalam Ghufron & Risnawati, 2014), mengungkapkan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan seseorang dalam menyusun, mengelola, dan mengarahkan perilakunya, yang dapat membawa ke arah positif. Remaja yang melakukan perilaku beresiko dan diiringi dengan kontrol diri yang rendah lebih beresiko mengulang perilaku yang dilakukannya (Fine, Steinberg, Frick, & Cauffman, 2016).

Perilaku beresiko yang dilakukan remaja tidak hanya penyalahgunaan narkoba saja. Perilaku lainnya seperti membolos dari sekolah, merokok, mabuk-mabukan, balapan liar, dan seks pranikah. Selain itu, juga terdapat perilaku beresiko yang bersifat kriminal antara lain pemerkosaan, pembunuhan, serta aborsi oleh remaja wanita (Purnomo, 2017; Unayah & Sabarisman, 2015; Rahyani, Utarini, Wilopo, & Hakimi, 2012).

Berdasarkan artikel yang dimuat dalam laman CNN Indonesia (Armenia, 2016), menunjukkan bahwa 90 persen pelaku kasus pemerkosaan massal di Indonesia adalah remaja. Selain itu, beberapa kasus pembunuhan di beberapa kota besar seperti Jakarta, Bandung, Surabaya, Semarang, dan Yogyakarta juga dilakukan oleh remaja (Pamungkas, 2017; Perdana, 2017; Prabowo, 2017; Purbaya, 2017; Ramdhani, 2017; Suseno, 2017; Wahyudianta, 2017). Hal tersebut terjadi karena adanya dendam lama dan kurangnya pengawasan dari orangtua. Pengawasan orangtua yang kurang terhadap anak remajanya meningkatkan risiko melakukan perilaku bermasalah (Crandell, Crandell, & Zanden, 2012). Remaja yang terlibat kriminalitas merasa kurang mendapatkan kasih sayang dari orangtuanya, memiliki kontrol diri yang rendah, serta penerapan disiplin yang terlalu longgar atau ketat.

Dilansir dalam artikel CNN Indonesia (Windratie, 2014), ditemukan fakta bahwa bunuh diri merupakan penyebab utama kematian remaja Indonesia. Pada tahun 2010, Badan Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa angka bunuh diri remaja di Indonesia mencapai 1,6 hingga 1,8 per 100.000 jiwa. Angka bunuh diri terus meningkat dari usia anak-anak hingga dewasa, namun mengalami

peningkatan yang tajam pada fase remaja. Bunuh diri terjadi karena adanya konflik keluarga, kegagalan dalam seksualitas, dan penolakan dari teman sebaya (Berk, 2017). Remaja yang melakukan bunuh diri juga dipengaruhi oleh pola pikirnya yang menganggap bahwa tidak ada orang lain yang paham dengan kondisi dirinya, karena tidak mendapatkan dukungan dari lingkungan sosialnya.

Kenakalan dan kriminalitas yang dilakukan oleh remaja dapat digambarkan sebagai kegagalan dalam pemenuhan tugas perkembangan. Remaja tersebut gagal dalam mengembangkan kontrol diri selama masa perkembangannya. Havighurst (dalam Monks, 2006) menyatakan bahwa salah satu tugas perkembangan remaja adalah bertanggung jawab sebagai warga negara dan bertingkah laku yang dapat dipertanggungjawabkan secara sosial. Keberhasilan remaja dalam memenuhi tugas perkembangan tersebut akan menjadikan remaja sadar dan peka terhadap norma, sehingga remaja mampu mengendalikan dirinya agar tidak melanggar norma dan aturan yang berlaku. Oleh karena itu, kontrol diri merupakan salah satu hal yang harus diperhatikan oleh orangtua dan remaja.

Seiring bertambahnya usia, kemampuan remaja dalam mengontrol dirinya cenderung meningkat (Monahan, Steinberg, Cauffman, & Mulvey, 2009; Hay & Forrest, 2006). Proses tersebut semakin kompleks dibandingkan dengan masa kanak-kanak karena kondisi sosioemosi lingkungannya, terutama lingkungan keluarga dan teman sebaya memiliki pengaruh terhadap perkembangan kontrol diri remaja (Wilson, 2015). Apabila lingkungan tersebut cukup kondusif, memiliki hubungan yang harmonis, saling menghargai, dan penuh tanggung jawab, maka

remaja cenderung memiliki kontrol diri yang baik, sehingga terhindar dari perilaku beresiko (Runtukahu, 2015; Aviyah & Farid, 2014; Puspitadesi, 2013).

Pengaruh lingkungan keluarga mencakup pola asuh, relasi orang tua-remaja, dan kondisi keluarga itu sendiri. Pengawasan yang dilakukan orang tua terhadap anak remajanya meliputi pengawasan pemilihan *setting* sosial, aktivitas, dan teman sebaya, serta pendidikannya. Lingkungan keluarga yang mendukung akan membantu remaja dalam mencapai tugas-tugas perkembangannya. Gardner (dalam Ali & Asrori, 2015) menyatakan bahwa interaksi antar anggota keluarga yang kurang harmonis merupakan salah satu faktor yang menjadi penghambat perkembangan sosial remaja.

Coles, Alexander, dan Schiavo (dalam Alexander, Waldron, Robbins, & Neeb, 2013) mengemukakan bahwa pada masa remaja hubungan orangtua-remaja menjadi kurang positif, kekuatan dan pengaruh orangtua menurun terutama dibandingkan dengan pengaruh teman sebaya. Waktu yang dihabiskan bersama orangtua, kedekatan emosional, dan penyerahan pengambilan keputusan kepada orangtua mengalami penurunan karena remaja ingin mengurangi ketergantungan terhadap orangtua (Crandell, Crandell, & Zanden, 2012). Namun di sisi lain, remaja tetap menganggap hubungan dan rasa kedekatan dengan orangtua merupakan hal yang penting (Newman & Newman, 2017).

Kondisi rumah yang tidak mendukung, seperti relasi orangtua-remaja yang kurang baik, merasa tidak mendapat kebebasan dan memperoleh pengasuhan dengan disiplin yang sangat ketat, membuat remaja lebih memilih berinteraksi dengan teman sebayanya. Konflik dalam keluarga memiliki dampak paling buruk

terhadap perkembangan remaja dibandingkan dengan masa perkembangan lainnya. Selain perubahan relasi antara orang tua-remaja dan remaja-teman sebaya, cara remaja berpikir pun juga berubah menjadi lebih abstrak dan idealistik (Santrock, 2016).

Kondisi pada fase remaja secara umum juga dialami oleh siswa-siswi SMAN 2 Semarang. Akan tetapi, siswa-siswi tersebut mampu mengembangkan kontrol dirinya dengan baik ditunjukkan dengan prestasi-prestasi yang dimiliki. Seiring bertambahnya waktu, prestasi SMAN 2 Semarang cenderung meningkat. Prestasi yang diperoleh tidak hanya prestasi akademik, namun juga prestasi non akademik, diantaranya yaitu Juara I lomba debat Bahasa Inggris tingkat Kota Semarang pada tahun 2016 dan Juara II lomba futsal putra dalam ajang Unisbank Cup pada tahun 2017. Berdasarkan wawancara dengan guru bimbingan konseling diperoleh informasi bahwa siswa siswi SMA 2 Semarang tidak ada yang terlibat tawuran, penyalahgunaan narkoba, dan minum minuman keras. Observasi juga dilakukan peneliti saat meninjau lokasi penelitian, siswa datang tepat waktu ke sekolah. Keberhasilan dan perilaku disiplin tersebut berkaitan dengan kontrol diri yang dimiliki remaja. Kontrol diri berkaitan dengan cara remaja mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya. Remaja yang lemah dalam pengendalian dirinya cenderung untuk bertingkah laku negatif atau cenderung menunjukkan gejala perilaku disiplin yang menyimpang atau disebut dengan pelanggaran disiplin (Berk, 2017). Kontrol diri memungkinkan remaja untuk berpikir atau berperilaku yang lebih terarah, dapat menyalurkan emosi dengan benar, serta tidak menyimpang dari aturan yang berlaku (Hurlock, 2006).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Gunawan (2017) menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kontrol diri tinggi, dapat menerapkan perilaku disiplin dengan baik. Siswa dengan disiplin yang baik cenderung lebih mudah mencapai keberhasilan belajarnya. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2015) dan Masrizal (2014) bahwa semakin disiplin siswa maka prestasi belajarnya semakin baik. Selain pengaruh perilaku disiplin yang dimiliki, siswa yang memperoleh perhatian dan dukungan dari orangtua untuk mengembangkan kemandiriannya cenderung memiliki prestasi yang lebih baik daripada anak yang dididik dengan cara menuruti orangtuanya (Sarwono, 2013; Dewi, 2013).

Cara keluarga dalam melaksanakan fungsi-fungsinya menunjukkan proses-proses yang terjadi dalam keluarga tersebut. Keluarga yang secara efektif dapat menjalankan fungsinya memiliki keberfungsian keluarga yang baik (Yusuf, 2016). Menurut Ryan, Epstein, Keitner, Miller & Bishop (2005), keberfungsian keluarga yang baik ditandai dengan fungsi keluarga yang efektif dalam penyelesaian masalah, komunikasi, pembagian peran yang adil dan jelas, kepekaan emosi, dan keterlibatan afektif serta kontrol terhadap perilaku anggotanya.

Berdasarkan gambaran tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri remaja.

B. Rumusan Masalah

Permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri remaja?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri remaja. Selain itu, juga untuk mengetahui sumbangan efektif variabel keberfungsian keluarga terhadap kontrol diri remaja.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan informasi tambahan dan mempunyai implikasi pada pengembangan ilmu di bidang Psikologi Keluarga dan Psikologi Perkembangan.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada remaja mengenai hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri remaja.

b. Bagi Orangtua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan orangtua mengenai hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri dalam mendampingi putra-putrinya.

c. Bagi Peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan referensi pendukung bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti variabel yang sama.