

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

Noor Kholifah, Diana Rusmawati

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,

Jl. Prof. Soedarto, SH. Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

Noorkholifah@student.undip.ac.id

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*

Abstract

This study aims to determine the relationship between family functioning with adolescent self-control. Student self-control in the adolescent phase affects teenagers to be disciplined and behave in accordance with prevailing norms and values, so that students can achieve the desired success. Teenagers self-control in managing and controlling behavior can not be separated from the role of the family. A family that can function effectively affects teenagers in developing their self-control properly. The population in this study amounted to 26 classes (960 students) with 10 research samples (346 students). This study used cluster random sampling technique. The research data was obtained using a scale of family functional which adapted from Family Assessment Device (43 items, $\alpha = 0,922$) and adolescent self-control scale (25 items, $\alpha = 0,866$). The results showed that there was a significant positive relationship between family functioning and adolescent self-control by $r_{xy} = 0,555$; with $p = 0.000$ ($p < 0.01$). Family functioning contributes 30.8% effective to adolescent self-control.

Keywords: *Family Functioning, Self-Control, Adolescent*

PENDAHULUAN

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 tidak 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 dan 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 Ghufroon & Risnawati, 2014), mengungkapkan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan seseorang dalam menyusun, mengelola, dan mengarahkan perilakunya, yang dapat membawa ke arah positif.

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 masal di Indonesia adalah remaja. Selain itu, beberapa kasus pembunuhan di beberapa kota besar seperti Jakarta, Surabaya, Bandung, Semarang, dan Yogyakarta juga dilakukan oleh remaja (Pamungkas, 2017; Perdana, 2017; Prabowo, 2017; Purbaya, 2017; Ramdhani, 2017; Suseno, 2017; Wahyudianta, 2017).

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 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, bertingkah laku yang dapat dipertanggungjawabkan secara sosial, serta berkembang dalam pemaknaan nilai-nilai yang ada di masyarakat. 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 tidak harmonis merupakan suatu 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. 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.

Keluarga merupakan lingkungan primer bagi setiap individu. Hubungan antar individu yang terjadi dalam keluarga merupakan hubungan yang paling awal dan paling intens. Anak terlebih dahulu mengenal lingkungan keluarganya sebelum mengenal lingkungan yang lebih luas. Oleh karena itu, anak-anak pertama kali mengenal norma-norma dan nilai-nilai yang berlaku dalam keluarganya untuk dijadikan bagian dari kepribadiannya (Sarwono, 2013).

Gottfredson dan Hirschi (dalam Owens-Sabir, 2007) berpendapat bahwa keluarga merupakan tempat sosialisasi utama untuk mengembangkan kontrol diri. Sosialisasi tidak lengkap atau tidak efektif, khususnya selama membesarkan anak merupakan alasan utama anak memiliki kontrol diri yang rendah. Setelah memasuki masa remaja, kehidupan sosial anak menjadi lebih luas dibandingkan masa kanak-kanak akhir, hal tersebut menyebabkan pola interaksi dengan keluarga mengalami perubahan (Feldman, 2017).

Sejumlah studi mengenai penyesuaian sosial telah membuktikan bahwa hubungan pribadi di lingkungan keluarga yang antara lain berupa, hubungan antara ayah dengan ibu, anak dengan orang tua, dan anak dengan saudaranya, memiliki pengaruh yang sangat kuat terhadap perilaku anak (Hurlock, 2006). Jika anak memiliki hubungan sosial yang memuaskan dengan anggota keluarga, maka anak tersebut dapat menikmati sepenuhnya hubungan sosial dengan orang lain di luar lingkungan keluarga, mengembangkan sikap yang baik terhadap orang lain, dan belajar menerapkan peran yang baik di lingkungan masyarakat.

Kondisi lingkungan dan pengawasan orangtua terhadap remaja dapat membantu untuk mengetahui apakah remaja akan terlibat dalam kenakalan remaja atau tidak (Sigelman, 2017; Santrock, 2016). Perilaku sosial dan sikap anak mencerminkan perlakuan yang diterima di lingkungan keluarga dan masyarakat (Hurlock, 2006). Anak yang diabaikan oleh orangtua karena hanya fokus pada kebutuhannya sendiri cenderung mengalami gangguan perilaku pada masa kanak-kanak dan remaja (Papalia & Feldman, 2014).

Orangtua yang kurang efektif dalam menjalankan perannya, yaitu memelihara dan mengontrol perilaku anaknya diyakini menjadi penyebab utama anak memiliki kontrol diri rendah (Owens-Sabir, 2007). Kegagalan untuk mengontrol diri didefinisikan sebagai sosialisasi yang tidak efektif dalam keluarga, sehingga dapat dikatakan bahwa keberfungsian keluarga tersebut juga tidak efektif.

Berdasarkan gambaran tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri remaja. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan positif yang signifikan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri remaja. Artinya, semakin tinggi tingkat keberfungsian keluarga maka semakin tinggi pula kontrol diri yang dimiliki remaja, dan semakin rendah tingkat keberfungsian keluarga maka semakin rendah pula kontrol diri yang dimiliki remaja.

METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI SMAN 2 Semarang. Karakteristik subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu remaja yang tinggal dengan keluarga dan berusia 15-17 tahun, karena menurut Remplein (dalam Monks, 2006) pada usia tersebut remaja memasuki masa krisis. Individu mencapai kematangan psikologis ditandai dengan penemuan identitas diri dan kontrol diri mulai dari usia 18 tahun (Papalia & Feldman, 2012).

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *cluster random sampling*. Pengambilan sampel dengan acak terhadap kelompok, bukan terhadap subjek secara individu. Populasi dalam penelitian ini yaitu 26 kelas (960 siswa). Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 10 kelas (371 siswa).

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan skala psikologi, yaitu skala keberfungsian keluarga yang diadaptasi dari *Family Assessment Device* (43 aitem, $\alpha = 0,922$) dan skala kontrol diri remaja (25 aitem, $\alpha = 0,866$). Model skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah model *Skala Likert* dengan modifikasi yang terdiri atas empat kategori jawaban. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah regresi sederhana

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji hipotesis penelitian dengan menggunakan SPSS versi 21.0, diperoleh hasil koefisien korelasi antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri remaja sebesar, 0,555 dengan $p=0,000$ ($p<0,05$). Koefisien korelasi dan nilai signifikansi tersebut mengindikasikan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri remaja. Nilai positif pada koefisien korelasi menunjukkan bahwa semakin tinggi keberfungsian keluarga maka semakin tinggi kontrol diri remaja dan semakin rendah keberfungsian keluarga maka semakin rendah kontrol diri remaja. Hasil tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan positif dan signifikan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri remaja dapat diterima.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kontrol diri remaja pada siswa SMAN 2 Semarang. Koefisien determinasi yang ditunjukkan dengan *R square* pada variabel kontrol diri remaja sebesar 0,308, mengandung pengertian bahwa variabel keberfungsian keluarga dalam penelitian ini memberikan sumbangan efektif sebesar 30,8% terhadap variabel kontrol diri remaja pada siswa SMAN 2 Semarang.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui sebagian besar siswa SMAN 2 Semarang berada pada kategori keberfungsian keluarga (59,8%) dan kontrol diri remaja (68,75%) yang tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa SMAN 2 Semarang memiliki tingkat keberfungsian keluarga yang tinggi dan diikuti dengan kontrol diri remaja yang tinggi pula. Menurut aliran psikoanalisis kontrol diri remaja yang tinggi menunjukkan bahwa siswa SMAN 2 Semarang memiliki *super ego* yang sudah terbentuk, sehingga *ego* tidak lagi hanya mengikuti *id* (dorongan-dorongan). Remaja yang sudah terbentuk *super egonya* akan berperilaku sesuai norma dan nilai yang berlaku di masyarakat (Sarwono, 2013). Siswa dengan tingkat kontrol diri yang sedang menunjukkan bahwa *super ego* yang dimiliki belum cukup kuat, sehingga peran *ego* lebih dominan dalam mengendalikan perilakunya.

Keberfungsian keluarga yang tinggi menunjukkan bahwa siswa SMAN 2 Semarang memiliki keluarga yang mampu berfungsi secara efektif ditandai dengan kemampuan penyelesaian masalah yang baik, adanya komunikasi secara langsung dan terbuka, adanya pembagian tugas yang dirasa adil dan jelas, kepekaan terhadap emosi yang muncul, ketertarikan dan keterlibatan antar anggota keluarga, serta adanya kontrol perilaku dari keluarga. Semakin tinggi keberfungsian yang dimiliki, maka semakin efektif keluarga tersebut dalam menjalankan fungsinya. Oleh karena itu, siswa yang memiliki keberfungsian keluarga sangat tinggi menunjukkan bahwa keluarga siswa tersebut dapat menjalankan fungsinya lebih efektif dibandingkan keluarga dengan keberfungsian yang tinggi.

Keluarga yang dapat menjalankan fungsinya dengan efektif menyebabkan remaja dapat mengembangkan kontrol dirinya dengan baik. Hal tersebut dapat terjadi karena menurut teori

sistem keluarga, perilaku setiap anggota keluarga dipengaruhi oleh interaksi dengan anggota keluarga yang lain.

Dimensi *behavioral control* memiliki nilai korelasi yang paling tinggi dengan kontrol diri remaja, yaitu sebesar 0,554 dengan $p=0,000$ ($p<0,01$) dibandingkan dengan dimensi yang lain. Orangtua yang memberikan perhatian dan pengawasan terhadap perilaku anak dengan efektif akan mencegah anaknya terlibat dalam kenakalan remaja (Barness, Hoffman, & Welte, 2006). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lima-Serrano, Guerra-Martin, dan Lima-Rodriguez (2017), menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga merupakan faktor utama yang memengaruhi remaja terlibat perilaku beresiko.

Apabila ditinjau dari dimensi *communication* dengan korelasi sebesar 0,389 dengan $p=0,000$ ($p<0,01$), dapat diketahui bahwa interaksi antar anggota keluarga memiliki peran terhadap perkembangan kontrol diri remaja. Kesiediaan orangtua untuk mendengar, menerima, dan menyayangi akan menciptakan kondisi yang baik bagi remaja untuk berkomunikasi. Apabila di lingkungan keluarga terbiasa menggunakan komunikasi yang jelas dan disampaikan secara langsung, maka remaja cenderung terampil dalam berkomunikasi dengan orang lain. Kemampuan remaja dalam berkomunikasi berkaitan dengan kemampuan memperoleh informasi untuk mengantisipasi situasi yang baik atau buruk dengan objektif (Cendra, 2012). Selain itu, korelasi dimensi *problem solving* dengan kontrol diri remaja sebesar 0,469 dengan $p=0,000$ ($p<0,01$), menunjukkan bahwa penyelesaian masalah dalam keluarga dengan melibatkan seluruh anggota keluarga dapat membantu remaja mengembangkan kontrol dirinya dengan baik. Hubungan yang baik antara orangtua dan remaja secara positif memengaruhi remaja untuk mengembangkan komunikasi yang terbuka serta kemampuan keluarga untuk menyelesaikan masalah bersama (Holth, 2017). Penyelesaian masalah bersama anggota keluarga berkaitan dengan pengungkapan diri yang dimiliki remaja. Pengungkapan diri dapat membantu remaja mengungkapkan emosi yang dimilikinya. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Frijns dan Finkenauer (2009) menunjukkan bahwa remaja yang tidak melakukan pengungkapan diri dengan merahasiakan informasi tertentu dari orangtua berkaitan dengan kontrol diri yang rendah. Penelitian lain yang dilakukan oleh Padilla-Walker, Harper, dan Bean (2011) menunjukkan bahwa penyelesaian masalah dengan mengambil keputusan bersama dalam keluarga berkaitan dengan pengungkapan diri yang dimiliki anak. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Farahati (2011) bahwa komunikasi yang baik dalam keluarga berkaitan erat dengan kontrol diri yang dimiliki remaja. Pengungkapan diri melalui komunikasi yang hangat dan terbuka merupakan salah satu faktor yang memengaruhi remaja memiliki kontrol diri yang tinggi.

Dimensi *behavioral control* dan *problem solving* sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Henderson (2006), bahwa kenakalan yang dilakukan oleh remaja terjadi karena pengelolaan keluarga yang tidak terorganisir dengan baik, pengawasan orangtua yang kurang, adanya paksaan dalam mengontrol perilaku remaja, serta rendahnya tingkat kemandirian dan keterlibatan yang diberikan kepada remaja. Remaja cenderung akan berbohong kepada orangtua yang dianggap mengendalikan, dingin, atau menolak terhadap remaja (Broderick, 2014). Namun, apabila remaja tumbuh tanpa adanya aturan dalam keluarga, remaja akan merasa tidak dilindungi dan disayangi (Polan & Taylor, 2015). Oleh karena itu, orangtua perlu mengetahui batasan dalam mengontrol perilaku remaja agar tidak mengganggu perkembangan psikososial dan kesehatan mental remaja (Papalia, Olds, & Feldman, 2009). Remaja dengan kontrol diri yang tinggi mampu memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi dan memiliki perilaku yang lebih responsif terhadap keadaan atau peristiwa (Mahoney & Thoresen, dalam Mischel 2015).

Korelasi dimensi *affective involvement* dengan kontrol diri remaja sebesar 0,391 dengan $p=0,000$ ($p<0,01$), menunjukkan bahwa ketertarikan satu sama lain setiap anggota keluarga berpengaruh terhadap kontrol diri remaja. Kurangnya ketertarikan orangtua terhadap kehidupan anaknya yang berada pada masa remaja membuat anak merasa tidak diperhatikan, diabaikan, atau bahkan ditolak, sehingga anak mencari penerimaan di luar lingkungan keluarga. Remaja yang demikian, kurang mampu menilai dampak dari permasalahan yang dihadapinya secara objektif,

sehingga melakukan sesuatu yang secara sosial tidak dapat diterima untuk mengekspresikan hal yang tidak diinginkan (Kail & Cavanaugh, 2015). Remaja yang melanggar norma sosial menunjukkan bahwa remaja tersebut memiliki kontrol diri yang rendah, karena remaja tidak mampu membatasi dirinya untuk bertingkah laku negatif (Gunarsa, 2000).

Dimensi *roles* memiliki korelasi dengan kontrol diri remaja sebesar 0,384 dengan $p=0,000$ ($p<0,01$). Hal tersebut mengindikasikan bahwa pembagian tugas yang dirasa adil oleh remaja membuat remaja merasa nyaman dengan lingkungan keluarga, sehingga remaja dapat tumbuh menjadi pribadi yang baik. Keluarga yang berfungsi dengan baik akan menerapkan pembagian tugas dan tanggung jawab rumah tangga yang merata sesuai dengan kemampuan anggotanya. Remaja yang diberikan tanggungjawab di rumah lebih kooperatif dan mampu mengendalikan dirinya dengan baik (Hurlock, 2006). Remaja yang terlalu dilindungi dan tidak diberikan tanggungjawab di rumah oleh orangtuanya menjadi kurang mampu bekerjasama serta cenderung egois (Cendra, 2012).

Lingkungan keluarga yang saling mendukung dapat mengurangi tingkat kenakalan yang dilakukan oleh remaja. Oleh karena itu, apabila keluarga dapat berfungsi secara efektif maka remaja akan memiliki kontrol diri yang tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja cenderung enggan untuk mengungkapkan emosi atau perasaannya di lingkungan keluarga, hal tersebut tampak dari skor dimensi *affective responsiveness* lebih rendah dibandingkan dengan dimensi yang lain. Meskipun demikian, dimensi *affective responsiveness* tetap berkorelasi dengan kontrol diri yang dimiliki remaja sebesar 0,322 dengan $p=0,000$ ($p<0,01$). Kemampuan remaja dalam memberikan respon emosi yang sesuai dengan situasi dan kondisi berkaitan dengan kontrol kognitif yang dimiliki remaja tersebut. Kemampuan untuk menilai dan menafsirkan situasi atau keadaan tertentu dengan pertimbangan yang objektif dapat membantu remaja menunjukkan respon yang sesuai dengan situasi dan kondisi (Cendra, 2012).

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa seluruh dimensi keberfungsian keluarga berkorelasi positif secara signifikan dengan kontrol diri remaja pada $p=0,000$ ($p<0,01$).

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri remaja pada siswa SMAN 2 Semarang. Hal ini dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat keberfungsian keluarga maka semakin tinggi tingkat kontrol diri remaja pada siswa SMAN 2 Semarang. Selain itu, keberfungsian keluarga memberikan sumbangan efektif sebesar 30,8% terhadap kontrol diri remaja.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat dikemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi subjek penelitian

Siswa diharapkan untuk lebih terbuka dengan keluarganya mengenai perasaannya maupun aktivitasnya sehari-hari karena berdasarkan hasil yang diperoleh dimensi *affective responsiveness* memiliki skor yang paling rendah dibandingkan dengan dimensi yang lain. Siswa juga dapat melakukan kegiatan seperti menonton film, rekreasi, dan membersihkan rumah bersama dengan anggota keluarga yang lain. Selain itu, siswa juga diharapkan selalu berperilaku sesuai aturan dan norma yang ada di masyarakat.

2. Bagi orang tua subjek penelitian

Bagi orangtua diharapkan tetap memberikan perhatian yang lebih kepada anak mengenai lingkungan bermainnya, aktivitas, serta teman sebaya. Namun, pengawasan yang diberikan hendaknya tidak terlalu ketat dan tetap membuat remaja dapat mengembangkan kemandiriannya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi pendukung. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat menggali lebih dalam mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kontrol diri remaja, misalnya dengan memerhatikan lingkungan teman sebaya sebagai faktor eksternal ataupun memerhatikan faktor internal seperti kematangan emosi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alexander, J.F., Waldron, H.B., Robbins, M.S., & Neeb, A.A. (2013). *Functional family therapy for adolescent behavior problems*. Diunduh dari <https://www.amazon.com/Functional-Therapy-Adolescent-Behavior-Problems/dp/1433812940>.
- Ali, M., & Asrori, M. (2015). *Psikologi remaja: Perkembangan peserta didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- American Psychological Association. (2013). *Publication manual of the American Psychological Association*, (6th ed.). Diunduh dari <https://www.amazon.com/Publication-Manual-American-Psychological-Association/dp/1433805618>.
- Armenia, R. (2016, 8 Mei). Pakar: 90 persen pelaku perkosaan massal adalah remaja. *CNN Indonesia*. Diunduh dari <http://www.cnnindonesia.com/nasional/20160507175058-20-129092/pakar-90-persen-pelaku-perkosaan-massal-adalah-remaja/>.
- Aroma, I.S., & Suminar, D.R. (2012). Hubungan antara *self-control* dengan kecenderungan perilaku kenakalan remaja. *Jurnal Pendidikan dan Perkembangan*. 1(2), 1-6. Diunduh dari journal.unair.ac.id/filerPDF/110810241_ringkasan.pdf.
- Aviyah, E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, kontrol diri, dan kenakalan remaja. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(2), 126-129. Diunduh dari <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/view/376>.
- Badan Narkotika Nasional. (2015). *Press release akhir tahun 2015*. BNN.
- Badan Narkotika Nasional. (2017). *Hasil survei penyalahgunaan dan peredaran gelap narkoba pada kelompok pelajar dan mahasiswa di 18 provinsi tahun 2016*. BNN.
- Barness, G. M., Hoffman, J. H., & Welte, J. W. (2006). Effects of parental monitoring and peer deviance on substance use and delinquency. *Journal of Marriage and Family*, 68(4), 1084-1104. Doi: 10.1111/j.1741-3737.2006.00315.x.
- Berk, L.E. (2017). *Development through the lifespan*, (7th ed.). New York: Pearson Education, Inc.
- Broderick, P.C., & Blewitt, P. (2014). *The life span: Human development for helping professionals*, (4th ed.). Diunduh dari <https://www.amazon.com/Life-Span-Development-Helping-Professionals/dp/0132942887>.
- Cendra, A. (2012). Hubungan antara keberfungsian keluarga dan kesepian pada remaja Indonesia. *Skripsi*. Universitas Indonesia.
- Crandell, T.L., Crandell, C. H., & Zanden, J. W. V. (2012). *Human development*, (10th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Dewi, G.S. (2013). Pengaruh disiplin belajar dan perhatian orangtua terhadap hasil belajar siswa pada mata pelajaran ekonomi: Suatu kasus pada siswa kelas xi IPS di SMA Negeri 3 Bandung. *Thesis*. Universitas Pendidikan Indonesia. Diunduh dari <http://repository.upi.edu/6045/>.
- Farahati, M. (2011). Relationship between family communication patterns with locus of control, self-esteem, shyness and communication skills in adolescents. *European Psychiatry*, 26(1), 282. Doi: 10.1016/S0924-9338(11)71992-7.
- Feldman, R. S. (2017). *Development across the life span*, (8th ed.). New York: Pearson Education, Inc.
- Frijns, T., & Finkenauer, C. (2009). Longitudinal associations between keeping a secret and psychosocial adjustment in adolescence. *International Journal of Behavioral Development*, 33(2), 145-154. Doi: 10.1177/0165025408098020.
- Ghufron, M., & Risnawati, R. (2014). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

- Gunarsa, S. (2000). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Gunawan, L.N. (2017). Hubungan antara kontrol diri dan penyesuaian diri dengan kedisiplinan siswa. *Psikoborneo*, 5(1), 104-117. Diunduh dari ejournal.psikologi.fisip-unmul.ac.id.
- Hay, C., & Forrest, W. (2006). The development of self-control: Examining self-control theory's stability thesis. *Criminology*, 44(4), 739-774. Doi: 10.1111/j.1745-9125.2006.00062.x.
- Hayslett-McCall, K. L., & Bernard, T. J. (2002). Attachment, masculinity, and self-control: A theory of male crime rates. *Theoretical Criminology: An International*, 6(1), 5-33. Doi: 10.1177/136248060200600101.
- Henderson, V. (2006). The concept of nursing. *Journal of Advanced Nursing*, 53(1), 21-31. Doi: 10.1111/j.1365-2648.2006.03660.x.
- Holth, A. M. (2017). Family problem solving and its relationship to adolescent risk-taking behavior. *Thesis*. Minnesota: UM.
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kail, R. V., & Cavanaugh, J. C. (2015). *Human development: A life-span view*, (7th ed.). Boston: Wadsworth, Cengage Learning.
- Lima-Serrano, M., Guerra-Martin, M. D., & Lima-Rodriguez, J.S. (2017). Relationship between family functioning and lifestyle in school age adolescent. *Enfermeria Clinica*, 27(1), 3-10. Doi: 10.1016/j.enfcle.2016.09.003
- Magar, E. C. E., Philips, L. H., & Hosie, J. A. (2008). Self-regulation and risk taking. *Personality and Individual Differences*, 45(2), 153-159. Doi: 10.1016/j.paid.2008.03.014.
- Masrizal, E. (2014). *Hubungan kedisiplinan dengan prestasi belajar siswa kelas xi SMA Negeri 1 Trumon Aceh Selatan*. Banda Aceh: Universitas Syiah Kuala. Diunduh dari <http://etd.unsyiah.ac.id>.
- Meldrum, R. C., Barnes, J. C., & Hay, C. (2013). Sleep deprivation, low self-control, and delinquency: A test of the strength model of self-control. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(2), 465-477. Doi: 10.1007/s10964-013-0024-4.
- Mischel, W. (2015). *The marshmallow test: Mastering self-control*. Diunduh dari <https://www.amazon.com/Marshmallow-Test-Self-Control-Engine-Success/dp/0316230863>.
- Monahan, K., Steinberg, L., Cauffman, E., & Mulvey, E. (2009). Trajectories of antisocial behavior and psychosocial maturity from adolescence to young adulthood. *Developmental Psychology*, 45(6), 1654-1668. Doi: 10.1037/a0015862.
- Monks, F.J. (2006). *Psikologi perkembangan: Pengantar dalam berbagai bagiannya*. Yogyakarta: Gajahmada University Press.
- Newman, B. M. & Newman, P. R. (2017). *Life-span development: A psychosocial approach*. Boston: Wadsworth, Cengage Learning.
- Owens-Sabir, M.C. (2007). *The effect of race and family attachment on self-esteem, self-control, and delinquency*. Diunduh dari [http://www.amazon.com/ Attachment-Self-Esteem-Self-Control-Delinquency-Criminal/dp/1593322119](http://www.amazon.com/Attachment-Self-Esteem-Self-Control-Delinquency-Criminal/dp/1593322119).
- Padilla-Walker, L. M., Harper, J. M., & Bean, R. A. (2011). Pathways to parental knowledge: the role of family process and family structure. *Journal of Adolescence*, 31(4), 604-627. Doi: 10.1177/0272431610366246.
- Pamungkas, R. T. (2017, 10 Juni). Polisi sebut komplotan pelaku penganiayaan dan pembunuhan di Warigalit Krapyak masih di bawah umur. *Tribun Jateng*. Diunduh dari <http://jateng.tribunnews.com/2017/06/10/polisi-sebut-komplotan-pelaku-penganiayaan-dan-pembunuhan-di-warigalit-krapyak-masih-di-bawah-umur>.
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2014). *Experience human development*, (13th ed.). NY: McGraw-Hill Company, Inc.

Jurnal Empati, Volume (Nomor), halaman

- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). *Human development*, (11th ed.). NY: McGraw-Hill Company, Inc.
- Perdana, P. P. (2017, 5 Juni). Seorang remaja tewas dikeroyok, pelakunya 6 anak di bawah umur. *Kompas*. Diunduh dari <http://regional.kompas.com/read/2017/06/05/15420771/seorang.remaja.tewas.dikeroyok.pelakunya.6.anak.di.bawah.umur>.
- Polan, E., & Taylor, D. (2015). *Journey across the life span: Human development and health promotion*, (5th ed.). Diunduh dari <https://www.amazon.com/Journey-Across-Life-Span-Development/dp/0803639619>.
- Prabowo. (2017, 14 Maret). Polisi ringkus 7 remaja terduga pelaku pembunuhan di Yogyakarta. *Okezone*. Diunduh dari <https://news.okezone.com/read/2017/03/14/510/1642117/polisi-ringkus-7-remaja-terduga-pelaku-pembunuhan-di-yogyakarta>.
- Purbaya, A. A. (2017, 9 Juni). Remaja di Semarang tewas diduga dikeroyok temannya. *Detik News*. Diunduh dari <https://news.detik.com/berita-jawa-tengah/d-3525800/remaja-di-semarang-tewas-diduga-dikeroyok-temannya>
- Purnomo, D. A. (2017, 23 Juni). Pesta miras di tepi banjirkanal barat Semarang kocar-kacir. Para remaja mencebur ke sungai. *Tribun Jateng*. Diunduh dari <http://jateng.tribunnews.com/2017/06/23/pesta-miras-di-tepi-banjirkanal-barat-semarang-kocar-kacir-para-remaja-mencebur-ke-sungai>.
- Puspitadesi, D. I., Yuliadi, I., & Nugroho, A. A. (2013). Hubungan antara figur kelekatan orangtua dan kontrol diri dengan perilaku seksual remaja SMA Negeri 11 Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 1(4), 1-10. Diunduh dari <http://candrajiwa.psikologi.fk.uns.ac.id/index.php>.
- Rahayu, T. (2015). Hubungan antara kedisiplinan dan motivasi belajar dengan prestasi belajar sosiologi siswa SMA Negeri 1 Teras Boyolali. *Sosialitas, Jurnal Ilmiah Pend. Sos Ant*, 6(2). Diunduh dari <http://jurnal.fkip.uns.ac.id>.
- Rahyani, K.Y., Utarini, A., Wilopo, S.A., & Hakimi, M. (2012). Perilaku seks pranikah remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 7(4), 180-185. Doi: [10.21109/kesmas.v7i4.53](https://doi.org/10.21109/kesmas.v7i4.53).
- Ramdhani, J. (2017, 17 Januari). Polisi: MA bunuh Tomi di Cilincing karena dendam sering dipalak. *Detik News*. Diunduh dari <https://news.detik.com/berita/d-3398262/polisi-ma-bunuh-tomi-di-cilincing-karena-dendam-sering-dipalak>.
- Runtutahu, G. C., Sinolungan, J., & Opod, H. (2015). Hubungan kontrol diri dengan perilaku merokok kalangan remaja di SMKN 1 Bitung. *Jurnal e-Biomedik*, 3(1), 84-92. Diunduh dari <https://media.neliti.com/media/publications/65766-ID-hubungan-kontrol-diri-dengan-perilaku-me.pdf>.
- Ryan, C. E., Epstein, N. B., Keitner, G.I., Miller, I.W., & Bishop, D.S. (2005). *Evaluating and treating families: The McMaster approach*. New York: Routledge. Diunduh dari <https://www.amazon.com/Evaluating-Treating-Families-McMaster-Approach/dp/0415951585>.
- Santrock, J. W. (2016). *Life-span development*, (16th ed.). New York: The McGraw-Hill Company, Inc.
- Sarwono, S. W. (2002). *Psikologi remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sigelman, C. K., & Rider, E. A. (2017). *Life-span human development*, (9th ed.). Diunduh dari <https://www.amazon.com/Life-Span-Human-Development-Carol-Sigelman/dp/1337100730>.
- Steinberg, L., Albert, D., Cauffman, E., Banich, M., Graham, S., & Woolard, J. (2008). Age differences in sensation seeking and impulsivity as indexed by behavior and self-report: Evidence for a dual systems model. *Developmental Psychology*, 44(6), 1764-1778. Doi: [10.1037/a0012955](https://doi.org/10.1037/a0012955).

Jurnal Empati, Volume (Nomor), halaman

- Suseno. (2017, 17 Januari). Remaja bunuh temannya gara-gara dipalak dengan gunting. *Tempo*. Diunduh dari <https://metro.tempo.co/read/836922/remaja-bunuh-temannya-gara-gara-dipalak-dengan-gunting>.
- Unayah, N., & Sabarisman, M. (2015). Fenomena kenakalan remaja dan kriminalitas. *Sosio Informa*, 1(2), 121-140. Diunduh dari <http://ejournal.kemsos.go.id/index.php>.
- Wahyudianta, I. (2017, 5 April). Pelaku pembunuhan pembantu di perumahan elit tertangkap. *Detik News*. Diunduh dari <https://news.detik.com/berita-jawa-timur/d-3466322/pelaku-pembunuhan-pembantu-di-perumahan-elit-tertangkap>.
- Wilson, R. L., & Wilson, R. (2015). *Understanding emotional development: Providing insight into human lives*. Diunduh dari <https://www.amazon.com/understanding-emotional-development-providing-insight/dp/1848723032>.
- Windratie. (2014, 10 September). Bunuh Diri Penyebab Utama Kematian Remaja. *CNN Indonesia*. Diunduh dari <http://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20140910124240-255-2933/bunuh-diri-penyebab-utama-kematian-remaja/>.
- Yusuf, S. (2016). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.