

Pengaruh Regulasi Diri terhadap Kenakalan Remaja

Putri Lailatun Nuzul¹⁾

Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan
E-mail: putrilailatun0306@gmail.com

Abdul Amin²⁾

Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan
E-mail: abdul.amin@yudharta.ac.id

Abstract. This study aims to determine the effect of self-regulation on juvenile delinquency. The research was conducted in Warungdowo Village, Pohjentrek District, Pasuruan Regency. The population of this study amounted to 200 adolescents and the sampling technique used simple random sampling, and get a sample of 132 adolescents. The data collection in this study used the self-regulation scale and juvenile delinquency scale. Based on the results of the validity test of the juvenile delinquency scale, it has a validity coefficient that ranges from 0.305 to 0.482 and a reliability coefficient of 0.877. The self-regulation scale has a validity coefficient that ranges from 0.303 to 0.636 and a reliability coefficient of 0.980. The data obtained were analyzed using simple regression analysis techniques. Based on the results of the analysis, the value of $r_{xy} = -0.241 > r_{\text{tab}} 1\% (0.210)$, it means that there is a negative correlation between self-regulation and juvenile delinquency. From the calculation results also obtained the Freg value of $130.00 > F_{\text{table}} 1\% (3.91)$. This means that there is an influence of self-regulation on juvenile delinquency.

Keywords: juvenile delinquency, self-regulation

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi diri terhadap kenakalan remaja. Penelitian dilakukan di Desa Warungdowo Kecamatan Pohjentrek Kabupaten Pasuruan. Populasi penelitian ini berjumlah 200 remaja dan teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dan mendapatkan sampel 132 remaja. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan skala regulasi diri dan skala kenakalan remaja. Berdasarkan hasil uji validitas skala kenakalan remaja memiliki koefisien validitas yang beralah dari 0,305 sampai 0,482 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,877. Skala regulasi diri memiliki koefisien validitas yang bergerak dari 0,303 sampai 0,636 dan koefisien reliabilitas sebesar 0,980. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Berdasarkan hasil analisis diperoleh nilai $r_{xy} = -0,241 > r_{\text{tab}} 1\% (0.210)$, artinya ada korelasi negatif regulasi diri dan kenakalan remaja. Dari hasil perhitungan juga diperoleh nilai Freg sebesar $130,00 > F_{\text{tabel}} 1\% (3.91)$. Artinya ada pengaruh regulasi diri terhadap kenakalan remaja.

Kata kunci: kenakalan remaja, regulasi diri

Masa remaja merupakan masa produktif bagi seorang remaja. Remaja diharapkan memiliki kesempatan yang sangat baik untuk mengembangkan segala potensi positif yang mereka miliki seperti bakat, kemampuan, dan minat serta pencarian nilai-nilai hidup. Pada masa remaja, mereka memiliki permasalahan yang sangat kompleks, unik dan sekaligus menarik. Selain diri remaja sendiri juga menyangkut dengan masyarakat di sekitarnya. Secara bertahap, remaja akan mengalami perubahan dari kondisi serba tergantung menuju kehidupan yang lebih mandiri. Hal ini sering menimbulkan pertentangan-pertentangan dalam diri remaja, sehingga jika remaja kurang berhati-hati dan kurang bijaksana dalam menyikapinya, maka bisa memunculkan sikap-sikap negatif, pada akhirnya akan bermuara pada tindakan-tindakan yang melanggar norma.

Berdasarkan hasil *survey* remaja di desa warungdowo, terdapat 200 remaja. Usianya sekitar 15 - 17 tahun diperoleh informasi bahwa remaja pernah membolos sekolah, merokok di

sekolah, ikut tawuran atau perkelahian antar geng, minum-minum alkohol atau ikut dalam pesta miras, bahkan mengkonsumsi obat seperti pil kucing.

Masalah tersebut merupakan suatu penyimpangan perilaku pada remaja yang kemudian disebut dengan kenakalan remaja. Kenakalan remaja menjadi masalah serius dikalangan masyarakat sekarang (Snyder & Sigmund, dalam Kartono 2008).

Kenakalan remaja dapat memberikan dampak pada remaja itu sendiri. Dampak yang terjadi jika perilaku tersebut dilakukan secara terus menerus mengakibatkan perilaku agresif, mengalami penyimpangan perilaku sosial, mengalami gangguan mental dan mengalami gangguan disorder. Jadi kenakalan remaja suatu sikap atau perbuatan yang interaktif yang akan berdampak kearah negatif, kearah yang bisa menghancurkan masa depan, seperti mencuri, merokok, dan tawuran yang merugikan masa depan. Kenakalan juga akan menghancurkan masa depan, menghancurkan cita-cita dan menghancurkan harapan bangsa.

Fairuzzabadi (dalam suyanto 2018), menyebutkan bahwa seseorang

yang memiliki regulasi diri bertujuan untuk mengatur dirinya sesuai dengan kemampuan pada dirinya dan mampu merencanakan dirinya dalam proses perilaku, sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi perilaku kenakalan remaja. Selanjutnya, Depe (dalam Setiawan, 2017), mengatakan regulasi diri tinggi mampu mempengaruhi kemampuan untuk aktif berperilaku berdasarkan pemikiran dan emosi yang matang dengan membentuk sikap disiplin dalam diri yang mencegah munculnya perilaku kenakalan.

Wibowo (dalam Setiawan 2017), menyebutkan bahwa regulasi diri tinggi mampu membentuk sikap disiplin dalam diri dan tidak memunculkan kenakalan remaja dalam bentuk perilaku menyimpang. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan menurut Eiseberg (2010), bahwa individu yang memiliki regulasi diri rendah dapat memunculkan perilaku yang tidak terkontrol, akibatnya timbul perilaku agresif yang tinggi yang mengarah pada kenakalan remaja.

Kenalan Remaja

Kenakalan remaja ialah perilaku jahat atau kenakalan anak-anak muda: merupakan gejala sakit (patologis) secara social pada anak – anak dan remaja yang disebabkan oleh satu bentuk pengabaian social, sehingga mereka itu mengembangkan bentuk tingkah laku yang menyimpang.

M. Gold dan J. Petronio (dalam Sarwono, 2005) mendefinisikan penyimpangan perilaku remaja dalam arti kenakalan remaja sebagai tindakan yang melanggar hukum.

Faktor-Faktor Kenakalan Remaja

Menurut Prawira (2016) perilaku individu dapat memunculkan perilaku yang menyimpang atau kenakalan remaja tergantung pada faktor – faktor yang mempengaruhi. Seperti yang dikemukakan Schneider (dalam Ali dan Asrori, 2011). Bahwa faktor – faktor yang dapat mempengaruhi yaitu kondisi fisik, kepribadian, kondisi keluarga, proses belajar, lingkungan dan agama/ budaya. Adapun salah satu unsur dari kepribadian yang mempengaruhi kenakalan remaja adalah regulasi diri. Regulasi diri

merupakan aspek penting dalam menentukan perilaku seseorang. Berkaitan dengan pembangkitan diri baik pikiran, perasaan, serta tindakan yang direncanakan dan adanya timbal balik yang disesuaikan pada pencapaian tujuan personal.

Indikator Kenakalan Remaja

Menurut Jensen (dalam Sarwono, 2007) aspek kenakalan remaja sebagai berikut :

1. Kenakalan yang menimbulkan korban fisik pada orang lain, seperti suka berkelahi, melakukan pemerkosaan, pembunuhan, perampokan.
2. Kenakalan yang menimbulkan korban materi, seperti melakukan perusakan, pencurian, pencopetan, pemerasan.
3. Kenakalan social yang membahayakan diri sendiri dan orang lain seperti melacurkan diri, penyalahgunaan obat - obatan , berhubungan seks.
4. Kenakalan yang melanggar aturan dan status seperti melarikan diri dari rumah, membantah perintah orang tua, membolos.

Regulasi Diri

Menurut Bandura (dalam Sofhiah & Raudatusalamah, 2014) regulasi diri adalah bagaimana manusia mampu mengatur dirinya sendiri, mempengaruhi tingkah lakunya dengan cara mengatur lingkungan, menciptakan dukungan kognitif, serta mengadakan konsekuensi bagi tingkah lakunya sendiri. Purdie dkk (dalam Harianur, 2015) regulasi diri adalah memfokuskan perhatian pada mengapa dan bagaimana individu berinisiatif dan mengontrol terhadap segala perilaku individu.

Sementara Suryani (dalam Ghufon & Risnawita, 2016) regulasi diri adalah proses pengarahan atau pengintruksian diri individu untuk mengubah kemampuan mental yang dimiliki menjadi keterampilan dalam suatu bentuk aktivitas. Ghufon & Risnawita (2016) regulasi diri adalah upaya individu untuk mengatur diri dalam suatu aktivitas dengan mengikutsertakan kemampuan metakognisi, motivasi, dan perilaku aktif.

Indikator Regulasi Diri

Menurut Zimmerman (dalam Ormrod, 2008), regulasi diri memiliki 3 aspek. Masing – masing dari aspek tersebut memiliki indikator regulasi diri yaitu:

- 1 Standar dan tujuan yang ditentukan sendiri :
 - a. Memiliki standar perilaku
 - b. Memiliki tujuan sebagai arah perilaku
- 2 Monitor diri
 - a. Dapat melihat seberapa baik perilaku yang sedang dilakukan
 - b. Mengetahui kemampuan dan kekurangan diri
- 3 Evaluasi diri
 - a. Mampu menilai perilaku secara objektif
 - b. Mampu memperbaiki perilaku yang kurang sesuai
- 4 Konsekuensi yang ditetapkan sendiri atas kesuksesan atau kegagalan:
 - a. Memberikan penghargaan kepada diri sendiri ketika berhasil
 - b. Memberikan sanksi kepada diri sendiri apabila gagal

Pengaruh Regulasi Diri terhadap Kenakalan Remaja

Martine (dalam kartini, 2010), rendahnya regulasi diri mempengaruhi seseorang melakukan perilaku kenakalan dan individu cenderung melakukan regulasi yang buruk yang memunculkan perilaku menyimpang yang membentuk kenakalan remaja. Thoits (dalam Aliyah Nur Aini, 2009), seseorang yang memiliki regulasi diri rendah melakukan perubahan perilaku yang cenderung membentuk perilaku agresif kurang mampu mengatur diri terhadap perubahan perilaku yang memicu munculnya perilaku kenakalan remaja.

Palupi (dalam Suyanto 2018), rendahnya regulasi diri serta ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan mempengaruhi terjadinya perilaku kenakalan pada remaja. Menurut Fiske dan tailor (dalam Hendrianur, 2015), regulasi diri mampu mempengaruhi kenakalan remaja untuk mengatur diri mengatasi situasi yang menekan dan kegagalan seseorang, regulasi diri menyebabkan seseorang tidak mampu mencapai

tujuan dan rentan mengalami resiko psikologis yang mengarah pada kenakalan remaja.

Biddulph (dalam Erian Joni, 2015), regulasi diri yang tinggi dasar individu untuk memotivasi dan mengatur diri pada rentang perkembangan individu yang mencegah dari resiko membentuk kenakalan remaja. Mead (dalam Ciek Julyati, 2018), individu yang memiliki regulasi diri rendah cenderung memilih jalan yang mudah dengan melakukan sikap penolakan pada norma yang berlaku dalam masyarakat yang memunculkan regulasi diri yang kurang mampu memotivasi dan melakukan perilaku kenakalan remaja.

Penjelasan lebih lanjut menurut Mead (dalam Ciek Julyati, 2018), individu yang memiliki regulasi diri rendah cenderung memilih jalan yang mudah dengan melakukan sikap penolakan pada norma yang berlaku dalam masyarakat yang memunculkan regulasi diri yang kurang mampu memotivasi dan melakukan perilaku kenakalan remaja.

Metode

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Di mana pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang di olah dengan metode statistika.

Populasi dan Sampel

Populasi yang diteliti adalah remaja di Desa Warungdowo yang berjumlah 200 remaja. Dalam penelitian ini, jumlah subjek sebesar 66% yaitu 132 dari remaja dengan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*.

Instrumen Penelitian

Pengukuran kenakalan remaja menggunakan skala kenakalan remaja yang terdiri dari 50 item jenis skala Likert, guna mendapatkan koefisien Validitas dan nilai Reliabilitas maka skala diuji cobakan pada remaja berjumlah 60 responden.

Untuk mengukur validitas skala kenakalan remaja digunakan perhitungan yang menggunakan rumus korelasi *Product Moment Person*

dan diperoleh 32 item yang valid dari 50 item. Dengan koefisien validitas antara 0.303 sampai 0.636. Untuk perhitungan uji reliabilitas peneliti menggunakan rumus *Analisis Varians Hoyt* diperoleh sebesar 0,877 sehingga dapat dinyatakan bahwa skala kenakalan remaja mempunyai reliabilitas tinggi.

Pengukuran regulasi diri menggunakan skala yang terdiri dari 50 item jenis skala Likert, guna mendapatkan koefisien Validitas dan nilai Reliabilitas maka skala diuji cobakan pada remaja berjumlah 60 responden.

Untuk mengukur validitas skala regulasi diri digunakan perhitungan yang menggunakan rumus korelasi *Product Moment Person* dan diperoleh 37 item yang valid dari 50 item. dengan koefisien validitas antara 0.305 sampai

0.482. Untuk perhitungan uji reliabilitas peneliti menggunakan rumus *Analisis Varians Hoyt* diperoleh sebesar 0,980. Sehingga dapat dinyatakan bahwa skala regulasi diri mempunyai reliabilitas yang sangat tinggi.

Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan menggunakan Analisis Regresi Satu Prediktor.

Hasil

Berdasarkan perhitungan hasil korelasi diperoleh sebesar $R_{xy} = -0,241 > r_{\text{tab } 1\%} (0.210)$. Artinya ada korelasi negatif antara regulasi diri terhadap stres akademik. Hal tersebut membuktikan bahwa semakin tinggi regulasi diri remaja maka akan semakin rendah kenakalan yang dilakukan oleh remaja. Sebaliknya semakin rendah regulasi diri remaja maka semakin tinggi kenakalan yang dilakukan.

Tabel 1. Ringkasan Analisis Regresi Satu Prediktor

Sumber Variasi	db	JK	RK/MK	F reg	F tab 1%
Regresi (reg)	1	1752781274,5	1752750734,5	130,00***	3,91
Residu (res)	131	1752750734	13482697,95	-	-
TOTAL (T)	132	1752750734	-	-	-

Ket: *) non signifikan, **) signifikan, ***) sangat signifikan

Dari hasil perhitungan menggunakan teknik regresi linier (satu prediktor) didapatkan Freg sebesar $130,00 > F$ tabel 1% (3.91). Artinya terdapat pengaruh regulasi diri terhadap kenakalan remaja. Dengan demikian regulasi diri dapat digunakan untuk meramalkan kenakalan pada remaja.

Dari hasil perhitungan juga menunjukkan nilai koefisien determinan 58,08% yang berarti bahwa regulasi diri memberikan sumbangan terhadap kenakalan remaja sebesar 58,08%, sedangkan 41,92% lainnya adalah dari faktor lain.

Diskusi

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh regulasi diri terhadap kenakalan remaja. Hal tersebut sesuai dengan pendapat yang dikatakan oleh Goleman (2009), bahwa regulasi diri mempengaruhi kenakalan remaja yang mampu mengendalikan perilaku sendiri dengan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola dengan baik pada diri sendiri dan hubungan

dengan orang lain yang meningkatkan perilaku positif mencegah kenakalan remaja. Selanjutnya Kartini (2013) juga menjelaskan bahwa remaja yang memiliki regulasi diri rendah memiliki ketidakmampuan mengatur dirinya. Sehingga dapat memicu kenakalan remaja yang menjadikan gejala patologis social.

Selanjutnya Martine (dalam Kartini, 2010), mengemukakan bahwa rendahnya regulasi diri mempengaruhi seseorang melakukan perilaku kenakalan. Individu yang cenderung melakukan regulasi yang buruk dapat memunculkan perilaku menyimpang yang membentuk kenakalan remaja. Pernyataan tersebut sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Thoits (dalam Aini, 2009), bahwa seseorang yang memiliki regulasi diri rendah dapat melakukan perubahan perilaku yang cenderung membentuk perilaku agresif dan kurang mampu mengatur diri terhadap perubahan perilaku yang memicu munculnya perilaku kenakalan remaja.

Palupi (dalam Suyanto 2018), menjelaskan bahwa rendahnya regulasi diri serta ketidakmampuan

dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan mempengaruhi terjadinya perilaku kenakalan pada remaja. Menurut Fiske dan Taylor (dalam Hendrianur, 2015), regulasi diri mampu mempengaruhi kenakalan remaja, karena regulasi diri merupakan kemampuan untuk mengatur diri mengatasi situasi yang menekan dan kegagalan seseorang. Regulasi diri yang rendah menyebabkan seseorang tidak mampu mencapai tujuan dan rentan mengalami resiko psikologis yang mengarah pada kenakalan remaja.

Menurut Biddulph (dalam Joni, 2015), regulasi diri yang tinggi merupakan dasar individu untuk memotivasi dan mengatur diri pada rentang perkembangan individu dan mampu mencegah dari resiko adanya kenakalan remaja. Mead (dalam Julyati, 2018), lebih lanjut menjelaskan bahwa individu yang memiliki regulasi diri rendah cenderung memilih jalan yang mudah dengan melakukan sikap penolakan pada norma yang berlaku dalam masyarakat sehingga dapat

memunculkan suatu perilaku kenakalan remaja.

Menurut Rappaport & Thomas (dalam Santrock, 2012), remaja yang tidak memiliki regulasi diri mampu memunculkan pola impulsif, overaktif, agresif yang dapat membentuk kenakalan remaja. Pernyataan tersebut sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Harper & McLanahan, (dalam Ghazi & Fairuzabadi, 2016), bahwa rendahnya regulasi diri memunculkan masalah kedisiplinan yang tidak teratur dan tidak sesuai yang membentuk kenakalan remaja.

Menurut Barton (dalam Suyanto, 2018), tingginya regulasi diri yang timbul dengan kualitas sekolah, pendidikan, dan aktivitas lingkungan teratur dapat mengurangi perilaku kenakalan remaja. Laird, 2009 (dalam Santrock, 2012), lebih lanjut menjelaskan jika regulasi diri yang rendah dapat memicu perilaku tidak teratur dan membentuk perilaku kenakalan remaja yang tinggi yang pada akhirnya dapat mengakibatkan tindak kekerasan dan kriminalitas.

Menurut Richard (dalam Hasanah, 2010), remaja yang memiliki regulasi diri rendah meningkatkan tindakan kenakalan remaja dengan menunjukkan perilaku membolos dan perkeltahan. Garbarino (dalam Suyanto, 2018), regulasi diri tinggi meningkatkan tindakan yang mengarah pada pengaturan diri yang sesuai dan menurunkan tindakan melanggar peraturan yang mengarah pada kenakalan remaja.

Menurut Achenbach (dalam Santrock, 2012), memunculkan regulasi diri yang rendah mengakibatkan perilaku membolos, mencuri, berbohong, melawan perintah, merusak barang yang mengarah pada tindakan kenakalan. Lebih lanjut Lynam (dalam Santrock, 2012), mengemukakan bahwa menurunnya regulasi diri memunculkan pengaturan diri rendah yang dapat menyebabkan perilaku merusak dan kurangnya pengendalian diri yang menjurus pada kenakalan remaja.

Menurut Pervin dan Oliver (dalam Aini, 2009), regulasi diri rendah membentuk rangsangan

emosional yang dapat mengganggu perkembangan individu dan dapat memunculkan kenakalan remaja. Gailliot dan Baumeister (dalam Erian Joni, 2015), menjelaskan bahwa regulasi diri mampu mempengaruhi perilaku kenakalan remaja yang memunculkan perilaku membolos, agresifitas dan perilaku menyimpang memicu pada tindakan kenakalan remaja.

Santrock (2012) menjelaskan bahwa kurangnya regulasi diri menyebabkan remaja tidak memiliki batasan diri terhadap pengaruh dari lingkungan yang negatif, mengakibatkan remaja terjerumus pada perilaku kenakalan. Pernyataan tersebut sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Risnawita (2016), bahwa rendahnya regulasi diri menyebabkan kegagalan dalam hal tingkah laku mengakibatkan kenakalan remaja.

Menurut Steinberg dan Morris (dalam Julyati, 2018), regulasi diri yang tinggi mampu meningkatkan kecenderungan gangguan afektif dan perilaku terhadap munculnya perilaku kenakalan remaja. Kostiuk

dan Fouts (dalam Suyanto, 2018).
Regulasi diri rendah mampu
meningkatkan respon negative
terhadap penyimpangan perilaku yang
mengakibatkan kenakalan remaja.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian
yang telah dilakukan, diperoleh suatu
kesimpulan bahwa regulasi diri
mempunyai pengaruh terhadap
kenakalan remaja yang ada di desa
warungdowo kecamatan pohjentrek.
Dengan demikian regulasi diri dapat
digunakan untuk meramalkan
kenakalan pada remaja.

Referensi

- Ali, M. & Asrori, M. (2011). *Psikologi Remaja*. Jakarta : PT Bumi Aksara.
- Eiseberg. N. (2010). *Emotion related regulation: sharpening the definition*. Child development.
- Al Fairuzzabadi & Ghazi, A. (2014). *Pengaruh regulasi diri terhadap delinquency santri MTs Pondok Pesantren al-Mu'minien Lohbener Indramayu* [Doctoral dissertation], Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Ghufron, N. & Risnawita, R. (2016). *Teori – teori Psikologi*. Jogjakarta : Ar – Ruzz Media.
- Goleman. (2009). *Kecerdasan Emosional*. Jakarta : PT. Gramedia pustaka utama.
- Hendrianur, H. (2014). *Hubungan Dukungan Sosial dan Regulasi Diri Dengan Prokrastinasi dalam Menyelesaikan Skripsi*. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(4), 528–542.
- Julyati, C. (2018). *Perilaku menyimpang dan regulasi diri yang ditinjau secara sosiologis*. *Jurnal penelitian : Psikologi*.
- Joni, E. (2015). *Regulasi diri terhadap kecenderungan perilaku remaja*. *Jurnal penelitian : Psikologi*.
- Kartono, Dr. K. (2008). *Kenakalan remaja*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Nur Aini, A. (2009). *Hubungan self regulation terhadap perilaku remaja*. *Jurnal penelitian : Psikologi*.
- Prawira, P. A. (2016). *Psikologi Pendidikan dalam Perspektif Baru*. Jogjakarta : Ar-Ruzz Media.
- Setiawan, S. (2017). *Pengaruh Bentuk Pola Asuh Orang Tua dan Regulasi Diri terhadap Disiplin Siswa*. *Psikoborneo*. 5(2), 310–319.