

KONTROL DIRI REMAJA WARGA BINAAN DI LEMBAGA PERMASYARAKATAN X

Oleh: Pritha Rahmadanty Wardhani¹, Gita Widya Laksmi Soerjoatmodjo²
dan Veronica Anastasia Melany Kaihatu³

Program Studi Psikologi^{1,2,3}

Universitas Pembangunan Jaya^{1,2,3}

Email: pritha.rahmadanty@student.upj.ac.id¹, gita.soerjoatmodjo@upj.ac.id², dan
veronica.kaihatu@upj.ac.id³

Abstrak

Pengendalian diri perlu dimiliki oleh setiap orang agar ia mengarahkan perilakunya sesuai norma yang berlaku di lingkungannya dan juga sejalan dengan kemampuan yang dimilikinya. Para individu yang sedang menjalani masa tahanan dan bersiap untuk kembali terjun di masyarakat perlu mengembangkan hal ini selama menjalani proses pemasyarakatan. Penelitian kuantitatif ini bertujuan untuk melihat gambaran pengendalian diri yang dimiliki para remaja warga binaan di lembaga pemasyarakatan. Responden penelitian dipilih menggunakan *convenience sampling* dan merupakan 316 remaja laki-laki warga binaan Lapas X Tangerang berusia 18-22 tahun. Hasil penelitian menunjukkan variasi tingkat pengendalian diri, antara tinggi (22%), agak tinggi (25%), agak rendah (25%), dan rendah (28%). Ditemukan juga perbedaan yang signifikan berdasarkan usia, yaitu pengendalian diri mereka yang berusia 18-19 tahun lebih rendah dibandingkan mereka yang berusia 20-22 tahun. Namun, tidak ditemukan perbedaan yang signifikan berdasarkan status pernikahan orang tua.

Kata kunci: Kontrol diri, Remaja, Warga Binaan, Tangerang

PENDAHULUAN

Tindak kriminal atau kejahatan dapat dilakukan secara sadar, yaitu dipikirkan, direncanakan, dan diarahkan pada tujuan tertentu. Namun, hal tersebut bisa pula dilakukan secara setengah sadar karena dorongan-dorongan paksaan yang kuat (Kartono dalam Erhan & Desira, 2016). Sebagai negara yang berlandaskan hukum, bagi yang melanggar atau terkena rumusan kaidah hukum dianggap telah melakukan perbuatan jahat dan perlu dijatuhi hukuman. Adapun para pelaku kejahatan yang diproses secara hukum atau sedang menjalani pidana dapat dikatakan sebagai seorang narapidana (Widagdo dalam Erhan & Desira, 2016).

Narapidana yang menjalani pidana di Lembaga Pemasyarakatan (Lapas), pada dasarnya telah kehilangan kebebasan untuk berinteraksi dengan masyarakat luar. Narapidana yang bersangkutan hanya dapat berinteraksi di dalam lapas saja. Kebebasan atau kemerdekaan berinteraksi telah hilang untuk jangka waktu tertentu, atau bahkan seumur hidup. Bahkan, pada kenyataannya bukan hanya kemerdekaan berinteraksi saja yang hilang, tetapi juga berbagai kemerdekaan yang lain ikut terampas (Harsono dalam Faried & Nashori, 2012).

Lapas pada umumnya memiliki program pembinaan yaitu program kemandirian seperti kegiatan kerajinan tangan dan produksi makanan ringan, serta program kepribadian seperti kegiatan pramuka, pendidikan formal, dan kegiatan asimilasi. Tujuannya adalah agar mereka menjadi manusia seutuhnya, menyadari kesalahan, memperbaiki diri dan tidak mengulangi tindak pidana sehingga dapat diterima kembali oleh lingkungan masyarakat, dapat aktif berperan dalam pembangunan dan dapat hidup secara wajar sebagai warga negara yang baik dan bertanggung jawab (Tempino, dalam Wardhani & Soerjoatmodjo, 2019). Khusus di Lapas X, Tangerang, kegiatan yang dilakukan oleh para

warga binaan pemasyarakatan (WBP) adalah kegiatan perorangan seperti olahraga, mengobrol ataupun bermain dengan WBP lainnya, pendidikan formal mulai dari Paket A, B, dan C, juga ada kegiatan pengajian dan kerohanian. Semua ini masih dilengkapi lagi dengan kegiatan Asimilasi untuk WBP sebelum habis menjalani masa hukuman.

LATAR BELAKANG

Lapas X, Tangerang adalah diperuntukkan khusus untuk individu yang berada di tahap perkembangan remaja dengan anggota 2200 orang (Cahyono, 2018). Masa remaja merupakan masa yang penuh dengan kesulitan dan gejolak, baik bagi remaja sendiri maupun lingkungannya. Dalam masa ini, tidak jarang seorang remaja melakukan berbagai bentuk kenakalan remaja yang berujung kriminalitas seperti pencurian, pembunuhan, penyalahgunaan obat-obat terlarang, serta tindakan asusila. Masalah ini merupakan masalah yang sensitif yang menyangkut masalah-masalah sosial, segi-segi moral, etika dalam masyarakat dan aturan-aturan dalam agama. Tindak kejahatan oleh banyak orang dianggap sesuatu kegiatan yang tergolong anti sosial dan menyimpang dari norma-norma yang berlaku dalam masyarakat (Alfita, 2018).

Kontrol diri adalah salah satu hal yang membuat individu mengarahkan perilakunya sesuai dengan norma-norma yang berlaku di lingkungannya. Setiap lingkungan memiliki norma-norma yang perlu dipatuhi oleh setiap individu, dan pelanggaran terhadap norma-norma tersebut dapat diberikan sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Tangney, Baumister, dan Boone (2004) berpendapat bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai dan aturan di masyarakat agar mengarah pada perilaku positif. Mereka juga mengatakan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan untuk mengesampingkan atau mengubah respon batin seseorang, serta mencegah kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari melakukan perilaku tersebut.

Kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Ghufron dan Rini (sebagaimana dikutip dalam Rahmawati, 2016), faktor-faktor yang memengaruhi kontrol diri ini terdiri dari dua faktor, yang pertama yaitu faktor internal, faktor internal yang memengaruhi kontrol diri seseorang adalah faktor usia dan kematangan, semakin bertambah usia, semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu. Faktor kedua yaitu faktor eksternal, faktor eksternal meliputi keluarga, dalam lingkungan keluarga terutama orang tua akan menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang.

RUMUSAN MASALAH

Banyak studi telah dilakukan mengenai kontrol diri dan remaja yang bermasalah dengan hukum. Kumala (2016) menyatakan bahwa adanya hubungan positif yang signifikan antara keberfungsian keluarga dan kontrol diri pada pengguna NAPZA yang sedang menjalani rehabilitasi. Artinya, semakin tinggi keberfungsian keluarga yang dimiliki oleh individu maka semakin tinggi pula kontrol diri yang dimiliki pengguna NAPZA yang sedang menjalani rehabilitasi. Faried dan Nashori (2012) menyatakan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dan kecemasan menghadapi masa pembebasan pada narapidana. Semakin tinggi kontrol diri, semakin rendah kecemasan menghadapi masa pembebasan, begitu juga sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi kecemasan yang dialami narapidana. Erhan dan Desira (2016) menambahkan bahwa layanan konseling individual pendekatan realita dapat dijadikan sebagai suatu upaya untuk meningkatkan kontrol diri yang dimiliki oleh narapidana yang akan bebas. Berbagai hasil penelitian tersebut dapat dijadikan bahan dasar untuk membangun program kegiatan di Lapas X, Tangerang. Namun demikian, perlu diteliti terlebih dahulu mengenai kontrol diri remaja yang ada di sana. Oleh karena itu, peneliti ingin melihat gambaran kontrol diri pada remaja laki-laki yang menjadi WBP di Lembaga Pemasyarakatan X, Tangerang.

TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk melakukan pengukuran dan memberikan gambaran mengenai kontrol remaja laki-laki yang menjadi warga binaan pemasyarakatan (WBP) di Lembaga Pemasyarakatan X, Tangerang. Hasil pengukuran ini dapat dijadikan dasar untuk membangun program yang secara terstruktur ditujukan untuk meningkatkan kontrol diri dan mempersiapkan WBP untuk kembali ke dunia luar.

METODE PENELITIAN

Penelitian kuantitatif ini dilakukan dengan alat bantu berupa kuesioner yang disebarakan secara langsung ke para WBP di Lembaga Perumahan X, Tangerang. Kuesioner tersebut akan mengukur kontrol diri dan didasarkan pada Self-Control Scale yang diadaptasi dari Tangney, Baumister, dan Boone (2004). Alat ukur tersebut pada awalnya berbahasa Inggris namun telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Hidayat (2018) dan digunakan pada remaja yang berusia 15-18 tahun.

Self-Control Scale pada awalya terdiri dari 36 *item* namun proses uji coba menggugurkan 7 *item* sehingga menghasilkan 29 *item* dan Tabel 1 merupakan *blue print* dari alat ukur yang dipergunakan dalam penelitian ini. Skala instrument menggunakan Skala Likert dengan alternatif penilaian terdiri dari Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Skala ini menghasilkan satu skor akhir dan semakin tinggi skor total maka berarti semakin tinggi kontrol diri pada diri individu atau sebaliknya.

Tabel 1. *Blue Print* Self-Control Scale setelah uji coba instrumen

Dimensi	Definisi	Nomor Butir
<i>Self-dicipline</i>	Kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri	1, 14, 19 (favourable) 2,7,8,24 (unfavourable)
<i>Delibrate/ Non-impulsive</i>	Kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan, berhati-hati, dan tidak tergesa-gesa	5 (favourable) 4,9,16,17,25,26,27 (unfavorable)
<i>Healthy habits</i>	Kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu	10,20,21 (favourable) 6,11,28 (unfavourable)
<i>Work ethic</i>	Penilaian individu terhadap regulasi diri mereka di dalam layanan etika kerja.	3,13,18,22(unfavourable)
<i>Reliability</i>	Penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam pelaksanaan rancangan jangka panjang untuk pencapaian tertentu.	12,15,23,29 (favourable)

ANALISA DATA

Tabel 2. Gambaran Skor Kontrol Diri

Kontrol Diri	Frekuensi	Persentase (%)
Tinggi	70	22
Agak Tinggi	79	25
Agak Rendah	78	25
Rendah	89	28

Variabel kontrol diri memperoleh nilai mean (\bar{x} =80,04, SD= 8,68) dengan skor paling rendah 60 dan skor paling tinggi 107. Peneliti membagi skor kategori kontrol diri menjadi 4 dengan menggunakan kuartil. Kuartil 4 masuk ke dalam kategori tinggi dengan skor 87-107, kuartil 3 masuk ke dalam kategori agak tinggi dengan skor 81-86, kuartil 2 masuk ke dalam 22 kategori agak rendah dengan skor 75-80 dan kuartil 1 masuk ke dalam kategori rendah dengan skor 60-74. Berdasarkan penyebaran tersebut maka kategori kontrol diri

Tinggi diperoleh 70 responden, Agak Tinggi diperoleh 79 responden, Agak Rendah diperoleh 78 responden dan Rendah diperoleh 89 responden, seperti yang terlihat pada Tabel 2. Hal ini berarti kontrol diri yang dimiliki para WBP remaja laki-laki bervariasi dengan frekuensi yang cenderung setara. Pembagian berdasarkan usia memunculkan gambaran yang agak berbeda dan memperlihatkan bahwa responden dengan usia lebih tua memiliki kontrol diri yang lebih tinggi.

Tabel 3. Gambaran Skor Kontrol Diri berdasarkan Usia

Usia (tahun)	Kontrol Diri				Subtotal N
	Tinggi	Agak Tinggi	Agak Rendah	Rendah	
18-19	9 (15%)	13 (22%)	15 (25%)	23 (38%)	60 (19%)
20-22	61 (24%)	66 (26%)	63 (24%)	66 (26%)	256 (81%)

Tabel 3 menunjukkan gambaran kontrol diri berdasarkan usia dan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki usia 20-22 tahun (81%) dengan kontrol diri tingkat tinggi dan agak tinggi sebanyak 127 responden (50%). Perbedaannya cukup besar dibandingkan dengan tingkatan yang sama pada usia 18-19 tahun, yaitu 22 responden (37%). Data ini diolah lebih lanjut menggunakan *Independent Sample T-test* dan diperoleh nilai $p=0,039$. Data tersebut menunjukkan bahwa $p<0,05$, yang berarti ada perbedaan yang signifikan mengenai kontrol diri antara kedua kelompok usia tersebut.

Tabel 4. Gambaran Skor Kontrol Diri berdasarkan Status Pernikahan Orang Tua

Usia (tahun)	Kontrol Diri				Subtotal N
	Tinggi	Agak Tinggi	Agak Rendah	Rendah	
Menikah	60 (24%)	60 (24%)	61 (24%)	72 (28%)	253 (80%)
Bercerai	10 (16%)	19 (30%)	17 (27%)	17 (27%)	63 (20%)

Tabel 4 menunjukkan gambaran kontrol diri berdasarkan status pernikahan orang tua dan dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki orang tua yang masih menikah (80%). Data ini diolah lebih lanjut menggunakan *Welch's Test* dan diperoleh nilai $p=0,235$. Data tersebut menunjukkan bahwa $p>0,05$, yang berarti tidak ada perbedaan yang signifikan mengenai kontrol diri antara kedua kelompok WBP tersebut.

KESIMPULAN

Kontrol diri pada remaja laki-laki warga binaan pemasyarakatan (WBP) laki-laki di Lembaga Pemasyarakatan X, Tangerang cenderung bervariasi mulai dari Tinggi, Agak Tinggi, Agak rendah, dan Rendah. Kontrol diri kategori Tinggi dimiliki oleh 22%, kategori Agak Tinggi dimiliki oleh 25%, Agak Rendah 25%, dan Rendah oleh 28%. Hal ini berarti ada WBP yang mampu menentukan perilaku yang sesuai standar moral, nilai dan aturan masyarakat, namun ada pula yang tidak mampu melakukan hal tersebut. Persentase dari masing-masing kategori cenderung merata, yaitu antara 22%-28%, yang berarti status mereka sebagai WBP tidak serta-merta memunculkan ketidakmampuan dalam melakukan kontrol diri, walaupun ada yang demikian.

Kesimpulan lainnya diperoleh ketika membagi usia responden menjadi 2 kelompok yaitu 18-19 tahun dan 20-22 tahun. Tiga puluh sembilan persen (39%) kelompok usia 18-19 tahun memiliki kontrol diri rendah, sedangkan 87% usia 20-22 tahun memiliki kontrol diri tinggi. Temuan ini selaras dengan pendapat Tangney, Baumeister dan Boone (2004) bahwa usia adalah faktor yang dapat memengaruhi kontrol diri. Ini terjadi karena bagian otak yang mengatur kontrol diri seseorang semakin matang seiring dengan

berkembangnya usia. Pendapat ini juga dijelaskan oleh Tarullo, Obradovic dan Gunnar (2009), yaitu wilayah otak seseorang yang terlibat dalam pengendalian diri belum matang saat baru lahir dan belum sepenuhnya matang sampai akhir masa remaja. Kemampuan mengontrol diri berkembang seiring dengan perkembangan usia (Hurlock dalam Fasilita, 2012), namun individu yang matang secara psikologis juga akan mampu mengontrol perilakunya karena telah mampu membedakan hal yang baik dan yang tidak baik bagi dirinya. Ghufron dan Risnawati (dalam Larasati & Budiani, 2014) memberikan tambahan informasi dengan menyatakan bahwa faktor usia mempengaruhi individu dalam melakukan kontrol diri karena pengalaman hidup yang cukup banyak dan bervariasi.

Faktor status pernikahan orang tua ternyata tidak menghasilkan perbedaan signifikan antara kelompok WBP yang memiliki status pernikahan orang tua yang masih menikah dengan yang sudah bercerai. Penelitian Kholifah dan Rusmawati (2018) menyatakan bahwa keberfungsian keluarga memberikan sumbangan efektif sebesar 30,8% terhadap kontrol diri remaja. Namun, hal ini tidak dapat dilihat hanya dengan status pernikahan orang tua. Yusuf (dalam Kholifah & Rusmawati, 2018) yang menyatakan bahwa cara keluarga dalam melaksanakan fungsi-fungsinya menunjukkan proses-proses yang terjadi dalam keluarga tersebut. Keluarga yang efektif dapat menjalankan fungsinya dan memiliki keberfungsian keluarga yang baik. Ryan, Epstein, Keitner, Miller & Bishop (dalam Kholifah & Rusmawati, 2018) mengemukakan bahwa keberfungsian keluarga yang baik ditandai dengan efektivitas dalam penyelesaian masalah, komunikasi, pembagian peran yang adil dan jelas, kepekaan emosi, dan keterlibatan afektif serta kontrol terhadap perilaku anggotanya. Hal-hal inilah yang perlu dimiliki oleh WBP jika ia diharapkan dapat meningkatkan kontrol diri sehingga mampu kembali berfungsi secara baik di masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfita, M. (2018). Pengaruh terapi dzikir terhadap kontrol diri. (Skripsi Program Strata 1, Institut Agama Islam Negeri Tulungagung). Diakses dari <http://repo.iain-tulungagung.ac.id/7958/>
- Cahyono, W. (2018, November 5). Wawancara oleh P. Rahmadanty [Rekaman Suara]. Tugas Mata Kuliah Seminar Skripsi, Universitas Pembangunan Jaya. Arsip UPJ, Tangerang Selatan.
- Erhan & Desira, D. (2016). Pengaruh layanan konseling individual pendekatan realita terhadap kontrol diri narapidana yang akan bebas di lapas kelas II B Kota Tanjung Balai tahun 2016. (Skripsi Program Strata 1, Universitas Negeri Medan). Diakses dari <http://digilib.unimed.ac.id/21386/>
- Fasilita, D.A. (2012). Kontrol Diri Terhadap Perilaku Agresif Ditinjau dari Usia Satpol PP kota Semarang. *Journal Of Social and Industrial Psychlogy*. 1(2), 34-40.
- Faried, L. & Nashori, F. (2012). Hubungan antara kontrol diri dan kecemasan menghadapi masa pembebasan pada narapidana di Lembaga Pemasyarakatan Wirogunan Yogyakarta. *Jurnal Khazanah*, 5(2), 63-74. Diakses dari <http://journal.uui.ac.id/khazanah/article/view/3796/0>
- Hidayat, D. (2018). Kontrol Diri Remaja Ditinjau Dari Kelekatan Terhadap Orangtua. (Skripsi program strata 1, Universitas Muhammadiyah Malang). Diakses dari <http://eprints.umm.ac.id/39053/1/Skripsi.pdf>
- Kholifah, N & Rusmawati, D. (2018). Hubungan Antara Keberfungsian Keluarga Dengan Kontrol Diri Remaja Pada Siswa Sman 2 Semarang. *Jurnal Empati Undip* 2018, 7(2), 1-11. Diakses dari <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/21677>

- Kumala, O. D. (2016). Hubungan antara keberfungsian keluarga dan kontrol diri pada pengguna Napza yang sedang menjalani rehabilitasi. (Sksipsi Program Strata 1, Universitas Islam Indonesia). Diakses dari <https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/1942>
- Larasati, M. A., & Budiani, M. S. (2014). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Pembelian Impulse buying Pakaian Pada Mahasiswi Yang Melakukan Pembelian Secara Online. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi* 2(3), 1-8.
- Rahmawati, M. (2016). Hubungan antara pengalaman spiritual dan kesejahteraan psikologis dengan kontrol diri pada narapidana Lapas Klas II A Kota Pekanbaru. (Skripsi Program Strata 1, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, 2016). Diakses dari <http://repository.uin-suska.ac.id/2508/>
- Safitri, E & Dewi, K. S. (2013). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Program Pembinaan Kepribadian Dengan Kontrol Diri Pada Narapidana Di Lembaga Pemasarakatan Klas IIA Wanita Semarang. (Skripsi Program Strata 1, Universitas Diponegoro Semarang, 2013). Diakses dari <https://media.neliti.com/media/publications/70509-ID-none.pdf>
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predict good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-324.
- Tarullo. A. R., Obradovic. J., Ggunnar. M. R. (2009). Self- Control and the Developing Brain. Diakses dari <https://www.researchgate.net/publication/303230063>
- Wardhani, R. P & Soerjoatmodjo, G.W.L (2019). Self-Control Warga Binaan Pemasayakatan. *Artikel Ilmiah*, 5(15). Diakses dari <http://buletin.kpin.org/index.php/arsip-artikel/450-self-control-warga-binaanpemasayakatan>.