

POLA ASUH SEBAGAI PREDIKTOR KONTROL DIRI



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata 1
pada Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh :

MUHAMAD RIZAL ZULFIKAR

F. 100136018

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2018

HALAMAN PERSETUJUAN

POLA ASUH SEBAGAI PREDIKTOR KONTROL DIRI

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh:

MUHAMAD RIZAL ZULFIKAR

F.100136018

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Pembimbing



Setia Asvanti, S. Psi., M. Si., Psi
NIDN. 0613017602

HALAMAN PENGESAHAN

POLA ASUH SEBAGAI PREDIKTOR KONTROL DIRI

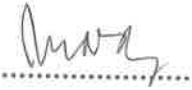
Oleh :

MUHAMAD RIZAL ZULFIKAR

F.100136018

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada tanggal, 10 November 2018
dan dinyatakan telah memenuhi syarat**

1. **Setia Asyanti, S.Psi, M.Si, Psikolog**
(Ketua Dewan Penguji)
2. **Usmi Karyani, S. Psi, M.Si, Psikolog**
(Anggota I Dewan Penguji)
3. **Dra. Zahrotul Uyun, M.Si, Psikolog**
(Anggota II Dewan Penguji)


.....

.....

.....



Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dekan Fakultas Psikologi

Susatyo Yuwono, S. Psi, M. Psi., Psi

NIK/NIDN.838/0624067301

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya diatas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 31 Oktober 2018

Penulis



(MUH. RIZAL ZULFIKAR)

F 100 136 018

POLA ASUH SEBAGAI PREDIKTOR KONTROL DIRI

Abstrak

Setiap orangtua menerapkan pola asuh yang berbeda-beda untuk mendidik anaknya dalam keluarga, yang mempengaruhi kapasitas kontrol diri yang dimiliki individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola asuh dan kontrol diri. Subjek dalam penelitian ini merupakan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2013-2018 sejumlah 108 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *disproportional stratified random sampling*. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan alat ukur berupa skala kontrol diri dan skala persepsi pola asuh. Data penelitian dianalisis dengan menggunakan korelasi *product moment* dengan bantuan program SPSS 16 *for windows*. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,446 dengan sig. (p) sebesar 0,000. Hasil tersebut menunjukkan terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara pola asuh orangtua dengan kontrol diri. Kontribusi pola asuh terhadap terbentuknya kontrol diri dapat dilihat dari sumbangan efektif yang diperoleh melalui koefisien determinasi (r^2) yang menunjukkan nilai sebesar 19,9%. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat 80,1% faktor lain yang mempengaruhi kontrol diri.

Kata kunci: Kontrol diri, Pola Asuh Orangtua, Mahasiswa

Abstract

Each parents have their own way to raise their children, which is affecting on how each individual's self control differs. The present research addresses this central assumption to know the correlation between parenting and individual's self-control. There are 108 participants in this research, they are college students at Faculty of Psychology, Muhammadiyah University of Surakarta. The sampling technique used in this research is *disproportional stratified random sampling*. We used quantitative method with help of self-control scale and parenting-perception scale as measuring tools. The collected data was analyzed by product moment correlation method with SPSS 16 for windows. Based on the result of the analyzed data, it shows 0,446 correlation coefficient value with 0,000 sig. (p) value, which means there is a very significant positive correlation between parenting and self-control. As for parenting's contribution on self-control, determination coefficient's value shows 19,9%. It means that there are 80,1% other factors which predisposing individual's self-control.

Keywords: Self-control, Parenting, College Student

1. PENDAHULUAN

Dalam kehidupan sehari-hari, kita seringkali menghadapi banyak godaan yang mengarahkan kita pada tindakan yang kurang baik, seperti makan berlebihan, berlebihan dalam konsumsi alkohol dan obat-obatan, terlibat dalam tindak kekerasan, memaki orang lain dan menunda-nunda pekerjaan. Saat dihadapkan

pada kondisi yang menuntut seseorang untuk mengontrol perilakunya, di waktu yang sama diperlukan kapasitas regulasi diri yang baik untuk mengontrol *impulse* yang muncul. Kemampuan untuk mengarahkan diri pada perilaku yang sesuai disebut oleh para psikolog dengan istilah kontrol diri. Namun, telah banyak ditemukan bahwa manusia seringkali gagal dalam mengontrol perilaku mereka. (Baumeister, dalam Unger, Bi, Xiao, & Ybarra, 2016).

Kontrol diri memiliki istilah yang sangat beragam, meliputi *delay of gratification, effortful control, willpower, executive control, time preference, self-discipline, self-regulation*, dan *ego-strength*. Inti dari berbagai konsep berbeda mengenai kontrol diri adalah regulasi diri oleh diri. individu-individu yang memiliki kontrol diri yang baik, lebih mahir dalam mengatur perilaku, emosi, dorongan yang dimiliki dalam rangka mencapai tujuan jangka panjangnya (Duckworth, 2011).

Baumesiter, Vohs, & Tice (2007) mendefinisikan kontrol diri sebagai kapasitas seseorang untuk mengubah responnya, yang secara khusus mengarahkan mereka pada perilaku yang sesuai dengan *standard* yang berlaku, seperti ideologi, nilai, moral, dan ekspektasi masyarakat, dan juga untuk mencapai tujuan jangka panjang. kontrol diri membantu seseorang dalam mencegah respon tertentu, dan memunculkan respon lain.

Ridder et al. (2012) Walaupun berbagai ahli memiliki definisinya masing-masing terkait kontrol diri. Namun, didapat kesesuaian, bahwa (a) kontrol diri membantu mengarahkan individu pada perilaku yang diinginkan dan menghambat perilaku yang tidak diinginkan, (b) kontrol diri bermanfaat dalam berbagai ruang lingkup perilaku, (c) kontrol diri merupakan upaya yang disadari dan suatu bentuk usaha untuk meregulasi perilaku, dan (d) kontrol diri mempengaruhi perilaku yang secara nyata dilakukan.

Kontrol diri secara luas dianggap sebagai kapasitas diri dalam mengubah dan beradaptasi untuk menghasilkan kesesuaian yang lebih baik dan lebih optimal antara diri dan lingkungan (Rothbaum, dalam Tangney, Baumeister, dan Boone, 2004). Karena begitu besar nilai dan keutamaan kontrol diri, sangat berbahaya jika seseorang tidak memiliki kapasitas ini (Baumesiter, Vohs, & Tice 2007).

Kontrol diri yang baik saat dewasa salah satunya dimediasi oleh kemampuan dalam mengontrol diri dan keputusan yang diambil pada masa remaja. Utamanya, individu yang memiliki kontrol diri yang baik cenderung tidak merokok, tidak mengalami *Married by Accident* (MBA), juga tidak mengalami *drop out* dalam proses pendidikan. Tiga contoh permasalahan tersebut menjelaskan beberapa pengaruh kontrol diri (Moffit, dalam Duckworth, 2011).

Kontrol diri yang kurang menyebabkan munculnya tindakan-tindakan yang tidak sesuai dengan norma. Berbagai permasalahan yang dialami remaja menunjukkan kontrol diri yang dimiliki masih lemah, jika remaja memiliki kontrol diri yang baik maka remaja mampu untuk menahan kebutuhan akan kesenangan sesaat dan mampu memikirkan resiko atas perbuatan yang sudah dilakukan (Auliya & Nurwidawati, 2014).

Kontrol diri tidak terbentuk secara langsung, namun melalui tahap perkembangan yang dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor yang mempengaruhi kontrol diri merupakan faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal antara lain usia dan kematangan, sedangkan faktor eksternal adalah lingkungan, yang salah satunya adalah pola asuh orangtua (Hurlock, dalam Ghufroon & Risnawita, 2011). Gottfredson & Hirschi mengatakan bahwa penyebab utama terjadinya perilaku menyimpang merupakan kontrol diri yang rendah, yang merupakan hasil dari pola asuh yang tidak memadai (dalam Jo & Bouffard, 2014).

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

Pola asuh orangtua merupakan prediktor terhadap kontrol diri, namun banyak penelitian telah mengkaji sumber-sumber lain yang berpengaruh terhadap kontrol diri (Cullen, Unnever, Wright, & Beaver, 2008; Hope, Grasmick, & Pointon, 2003; Wright & Beaver, 2005, dalam Jo & Bouffard, 2014). Faktor-faktor tersebut antara lain lingkungan tempat tinggal, teman atau *peers*, dan lingkungan sekolah,

dari beberapa faktor sosial tersebut, namun hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh memiliki pengaruh yang paling besar terhadap kontrol diri dengan dibandingkan faktor-faktor eksternal lainnya (Jo & Bouffard 2014).

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah dipaparkan di atas, kontrol diri merupakan salah satu hal krusial yang berkaitan dengan berbagai perilaku, dan permulaan anak dalam tumbuh dan berkembang mengikuti pola asuh yang diterapkan keluarga, sehingga peneliti ingin mengetahui lebih dalam mengenai “hubungan antara pola asuh dan kontrol diri dan seberapa besar peran pola asuh terhadap kontrol diri”, dan untuk menjawab pertanyaan tersebut peneliti mengajukan judul **“Pola Asuh Orangtua sebagai Prediktor Kontrol Diri”**

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta sejumlah 108 orang. Teknik pemilihan sampel menggunakan metode *disproportional stratified random sampling*. Instrumen pengumpul data berupa skala persepsi pola asuh, yang peneliti adopsi dari Anissa (2018) yang memiliki nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,868 dan disusun berdasarkan aspek-aspek pola asuh yang dikemukakan Baumrind (dalam Mussen, 1994) yaitu kontrol, tuntutan kedewasaan, komunikasi orangtua-anak, dan kasih sayang. Sedangkan untuk skala kontrol diri merupakan skala yang peneliti adopsi dan modifikasi dari Wahyuningsih (2016) dengan nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,839, yang disusun berdasarkan aspek-aspek kontrol diri yang dikemukakan oleh Tangney, Baumeister, dan Boone (2004) meliputi *self-discipline*, *deliberate/non-impulsive action*, *healthy habits*, *work ethics*, dan *reliability*.

Pengujian validitas merupakan suatu hal yang perlu dilakukan untuk mengetahui tingkat keakuratan sebuah instrumen ukur terhadap konstruk yang ingin diukur. Uji validitas terhadap kedua skala dilakukan melalui metode *professional expert judgement* yang menilai validitas isi keseluruhan aitem, karena validitas isi merupakan pengujian terhadap isi instrumen ukur dengan melibatkan analisis yang merupakan *expert* atau penilai yang berkompeten untuk memutuskan kelayakan suatu aitem (Azwar, 2012). Perhitungan hasil uji validitas

dilakukan dengan menggunakan *formula Aiken's V* untuk menghitung *content validity coefficient*. Penghitungan ini didasarkan pada hasil dari beberapa penilai terhadap kesesuaian tiap aitem dengan konstruk yang ingin diukur.

Berdasarkan hasil perhitungan *formula Aiken's V*, skala pola asuh dan skala kontrol diri memiliki batas nilai 0,9. Untuk aitem dengan hasil nilai dibawah 0,9 ($<0,9$) maka dinyatakan tidak layak disertakan sebagai alat ukur penelitian. Sedangkan untuk aitem dengan hasil nilai sama dengan atau lebih besar dari 0,9 ($\geq 0,9$) maka layak digunakan sebagai alat ukur. Berdasarkan perhitungan. Diperoleh 27 item pada skala persepsi pola asuh yang layak digunakan sebagai instrumen ukur, sedangkan untuk skala kontrol diri terdapat 20 aitem yang layak digunakan sebagai instrumen ukur.

Selain validitas, reliabilitas pun merupakan hal yang perlu diperhatikan terkait instrumen alat ukur. Konsep uji reliabilitas adalah sejauhmana hasil pengukuran dapat dipercaya (Azwar, 2012). Instrumen penelitian yang reliabel akan menghasilkan konsistensi nilai yang relatif sama saat digunakan untuk mengukur secara berulang. Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Cronbach's Alpha* yang dihitung dengan bantuan SPSS 16 for windows. Hasil uji reliabilitas berkisar antara 0 sampai 1,00. Semakin mendekati angka 1,00 maka semakin reliabel instrumen ukur tersebut. Hasil uji reliabilitas terhadap skala yang digunakan dalam penelitian untuk skala persepsi pola asuh menunjukkan nilai reliabilitas sebesar 0,885 dan untuk skala kontrol diri didapatkan nilai reliabilitas sebesar 0,804.

Setelah proses pengambilan data selesai dilakukan, sebelum melakukan uji hipotesis peneliti melakukan uji normalitas dan uji linearitas. Setelah itu, akan dilakukan uji hipotesis dengan teknik korelasi *product moment*. Keseluruhan pengujian tersebut akan dilakukan dengan bantuan SPSS 16 for windows.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum melakukan analisis menggunakan teknik korelasi *product moment*, peneliti melakukan uji normalitas terlebih dahulu untuk mengetahui apakah sebaran data terdistribusi secara normal atau tidak. Uji normalitas dilakukan

dengan teknik *Kolmogorov Smirnov*. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Skala	Z- value	Sig	Status
Persepsi Pola Asuh	0,610	0,850	Normal
Skala Kontrol diri	0,900	0,393	Normal

Setelah melakukan uji normalitas, peneliti kemudian melakukan uji linearitas yang merupakan prasyarat uji hipotesis untuk mengetahui bentuk hubungan antara pola asuh dengan kontrol diri. hasil uji linieritas dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

Berdasarkan	F	Sig.
Linearity	32,977	0,000
Deviation from linearity	1,778	0,021

Dapat dilihat bahwa berdasarkan kolom *linearity*, diperoleh F value sebesar 32,977 dengan p value sebesar 0,000; ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa model linier dapat menjelaskan hubungan antara variabel pola asuh dengan variabel kontrol diri.

Berdasarkan hasil uji linieritas yang menunjukkan hubungan antara kedua variabel merupakan hubungan linear, maka analisis dengan menggunakan korelasi *product moment* dapat dilakukan, karena korelasi *product moment*, mendasarkan hubungan kedua variabel harus linear. Hasil uji hipotesis sebagai berikut:

Tabel 3. Uji Hipotesis

Korelasi	r_{xy}	Sig	Keterangan
Pola asuh orangtua dengan kontrol diri	0,446	0,000	Sangat Signifikan

Hasil yang didapat menunjukkan koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,446 dengan taraf signifikansi (p) sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara pola asuh orangtua dengan kontrol diri. Hasil analisis korelasi *product moment* menunjukkan bahwa pola asuh yang diterapkan oleh orangtua subjek dalam penelitian ini, memberikan

kontribusi yang sangat signifikan pada kapasitas kontrol diri mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah. Semakin positif pola asuh yang diberikan orangtua, maka kontrol diri individu akan semakin tinggi. Sebaliknya, apabila semakin negatif pola asuh yang diberikan orangtua, maka kontrol diri individu akan semakin rendah.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin orangtua menunjukkan kasih sayang dan keterlibatan dalam hidup anak, serta memberikan respon positif yang ditunjukkan dengan membangun iklim komunikasi yang baik, dengan tetap memberi pengawasan dan memiliki tuntutan tertentu terhadap anak, maka semakin tinggi juga kapasitas kontrol diri anak.

Sebaliknya, apabila orangtua kurang menunjukkan kasih sayang dan keterlibatan dalam hidup anak, kurang dapat membangun iklim komunikasi yang baik dengan anak, kurang memberikan pengawasan dan kontrol, dan tidak memiliki tuntutan tertentu terhadap anak, maka semakin rendah juga kapasitas kontrol diri yang dimiliki anak.

. Hasil yang peneliti dapat, sesuai dengan hasil penelitian Wulaningsih & Hartini (2015) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh orangtua dengan kontrol diri. Semakin negatif pola asuh yang diberikan orangtua, maka semakin rendah kapasitas kontrol diri yang dimiliki anak karena orangtua membentuk kontrol diri anak melalui pola asuh yang diterapkan. Hal ini juga didukung dengan *General Theory of Crime*, yang dikemukakan oleh Gottfredson & Hirschi, yang menyatakan bahwa kontrol diri yang rendah, merupakan hasil dari pola asuh yang tidak memadai (dalam Jo & Bouffard, 2014).

Hasil penelitian yang didapat juga didukung dengan pendapat Hurlock (dalam Ghufroon & Risnawita, 2011) yang menyebutkan bahwa faktor eksternal yang mempengaruhi kapasitas kontrol diri individu salah satunya adalah lingkungan keluarga, terutama orangtua. Keluarga merupakan tempat pertama dimana anak mendapatkan pengajaran yang didapatkan melalui pola asuh yang diberikan oleh orangtua. Sesuai dengan Surbakti (2009), yang mengatakan bahwa permulaan anak dalam tumbuh dan berkembang ditengah-tengah keluarganya mengikuti pola asuh yang diterapkan dalam keluarga.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui pula kategorisasi terkait variabel pola asuh orangtua dan variabel kontrol diri, berikut data kategorisasi variabel pola asuh dan variabel kontrol diri.

Tabel 4. Kategorisasi Pola Asuh

Interval Skor	Kriteria	Rerata Empirik	Rerata Hipotetik	F	%
$91,8 \leq X < 108$	Sangat Positif			27	25%
$75,6 \leq X < 91,8$	Positif	84,88		67	62%
$59,4 \leq X < 75,6$	Sedang		67,5	14	13%
$43,2 \leq X < 59,4$	Negatif			0	0%
$27 \leq X < 43,2$	Sangat Negatif			0	0%
TOTAL				108	100%

Hasil penelitian menunjukkan rerata empirik pada variabel pola asuh sebesar 84,88. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas pola asuh yang diterapkan oleh orangtua subjek tergolong positif, yang ditunjukkan bahwa 87% orangtua subjek, menerapkan pola asuh yang positif karena berada dalam kategori positif dan sangat positif. Dengan kata lain, mayoritas orangtua subjek telah menunjukkan kasih sayang dan keterlibatan dalam kehidupan anak, dan telah membangun iklim komunikasi yang baik dalam keluarga, dengan tetap memberikan kontrol, pengawasan dan tuntutan pada anak. Sedangkan 13% orang tua subjek, kurang menerapkan unsur-unsur diatas dengan baik.

Tabel 5. Kategorisasi Kontrol diri

Interval Skor	Kriteria	Rerata Empirik	Rerata Hipotetik	F	%
$68 \leq X < 80$	Sangat Tinggi			3	2,8%
$56 \leq X < 68$	Tinggi			39	36,1%
$44 \leq X < 56$	Sedang	54,44	50	64	59,3%
$32 \leq X < 44$	Rendah			2	1,8%
$20 \leq X < 32$	Sangat Rendah			0	0%
TOTAL				108	100%

Hasil penelitian menunjukkan rerata empirik pada variabel kontrol diri sebesar 54,44. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas subjek tergolong cukup dapat mengontrol diri dengan baik, yang ditunjukkan dengan prosentase sebesar 59,3%. Dengan kata lain, dapat dikatakan bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah cukup dapat mengontrol diri dengan baik. Namun terdapat 2% subjek yang kurang dapat mengontrol diri dengan baik.

Terdapat 38,9% subjek yang memiliki kontrol diri dalam kategori tinggi dan sangat tinggi, hal ini menunjukkan bahwa 38,9% subjek tersebut memiliki disiplin diri yang baik, dapat bersikap tenang dan berpikir rasional ketika proses pengambilan keputusan, menerapkan pola hidup sehat, memiliki etos kerja yang baik, serta dapat melakukan dan mempertahankan fungsinya secara konsisten dalam rutinitas atau aktivitas yang berjalan di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Berdasarkan data kategorisasi pola asuh dan kontrol diri, dapat diketahui bahwa prosentase pola asuh terbanyak berada dalam kategori Positif, sedangkan prosentase kontrol diri terbanyak berada dalam kategori sedang. Sumbangan efektif menunjukkan seberapa banyak sumbangan dari variabel bebas yaitu pola asuh orangtua dalam mempengaruhi variabel tergantung yaitu kontrol diri. Berdasarkan hasil korelasi *product moment* didapatkan hasil bahwa koefisien korelasi (r_{xy}) pola asuh orangtua dengan kontrol diri sebesar 0,446 sehingga sumbangan efektif pola asuh orangtua terhadap kontrol diri sebesar $(0,446)^2 \times 100\% = 19,9\%$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pola asuh orangtua berkontribusi sebesar 19,9% terhadap kapasitas kontrol diri anak. Hal di atas juga menunjukkan bahwa terdapat faktor-faktor lain sebesar 80,1% yang mempengaruhi kapasitas kontrol diri individu selain pola asuh orangtua.

Hasil tersebut dapat menjelaskan mengenai rerata empirik pola asuh orangtua yang berada dalam kategori positif, namun rerata empirik kontrol diri berada dalam kategori cukup, karena terlepas dari pola asuh yang diterapkan, yang memiliki sumbangan efektif sebesar 19,9%, terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi kapasitas kontrol diri individu sebesar 80,1%. Faktor-faktor lain yang mempengaruhi kontrol diri antara lain, faktor internal yaitu usia dan kematangan (Hurlock, dalam Ghufroon & Risnawita, 2011). Selain dua hal tersebut, faktor internal lain yang berpengaruh terhadap perkembangan kontrol diri adalah faktor genetis dan biologis (Jo & Bouffard, 2014). Pola asuh orangtua merupakan sebuah prediktor yang kuat terhadap kontrol diri, namun banyak

penelitian telah mengkaji sumber-sumber lain yang berpengaruh terhadap kontrol diri (Cullen, Unnever, Wright, & Beaver, 2008; Hope, Grasmick, & Pointon, 2003; Wright & Beaver, 2005, dalam Jo & Bouffard, 2014). Faktor-faktor tersebut antara lain lingkungan tempat tinggal, teman atau *peers*, dan lingkungan sekolah.

Namun, dari beberapa faktor sosial diatas, hasil penelitian Jo & Bouffard (2014) menunjukkan bahwa pola asuh memiliki pengaruh yang paling besar terhadap kontrol diri dengan dibandingkan faktor-faktor eksternal lainnya.

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, maka kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah sebagai berikut: (1) Terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara pola asuh orangtua dengan kontrol diri. Artinya semakin positif pola asuh yang diterapkan oleh orangtua, maka semakin tinggi tingkat kontrol diri yang dimiliki anak. (2) Pola asuh memberikan sumbangan efektif sebesar 19,9% terhadap kontrol diri. hal ini menunjukkan bahwa terdapat 80,1% pengaruh dari variabel lain yang dapat mempengaruhi kontrol diri, yaitu usia, kematangan, genetik, biologis, lingkungan tempat tinggal, *peers*, dan lingkungan tempat menempuh pendidikan. (3) Pola asuh yang diterapkan yang diterapkan oleh orangtua mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, apabila di tinjau berdasarkan *quantum* positif-negatif, tergolong positif dan dalam kategori yang tinggi. (4) Tingkat kontrol diri mahasiswa Fakultas Psikologi tergolong sedang

Berdasarkan kesimpulan yang telah dipaparkan diatas, maka saran-saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut: (1) Bagi Subjek, berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa tingkat kontrol diri mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta tergolong dalam kategori sedang. Peneliti menyarankan agar mahasiswa dapat menyadari pentingnya memiliki kontrol diri yang baik karena individu dengan kontrol diri yang tinggi lebih baik dalam meregulasi pikiran dan emosinya, juga lebih baik dalam menghambat impuls negatif, serta memiliki *psychological well-being*, kesuksesan akademis, dan relasi interpersonal yang lebih baik. Beberapa hal yang dapat dilakukan antara lain berteman dengan teman-teman yang memiliki kontrol diri yang baik, bagi yang

tinggal di kost memilih lingkungan kost yang tidak permisif. Hal lain yang dapat dilakukan adalah meningkatkan kapasitas kontrol diri dengan cara melakukan hal-hal atau aktivitas yang memerlukan pengerahan kontrol diri, seperti memaksa diri untuk belajar atau berolahraga secara rutin karena kapasitas kontrol diri dapat ditingkatkan melalui aktivitas-aktivitas yang memerlukan kontrol diri. (2) Bagi Orangtua, Berdasarkan hasil kesimpulan dari penelitian yang menunjukkan bahwa dengan sumbangan efektif sebesar 19,9%, pola asuh memiliki andil yang besar dalam terbentuknya kontrol diri pada anak dibanding faktor eksternal lainnya. Peneliti menganjurkan kepada orangtua ataupun calon orangtua untuk memperhatikan dan menerapkan pola asuh yang positif, dapat dilakukan dengan menunjukkan kasih sayang serta keterlibatan dalam kehidupan anak, memberikan dorongan dan dukungan terhadap anak, membentuk iklim komunikasi yang baik antara orangtua dan anak, tetap memberi pengawasan terhadap aktivitas anak secara seimbang, dan mendorong anak untuk belajar bertanggung jawab. (3) Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian terkait kontrol diri, peneliti menganjurkan untuk mengkaji lebih lanjut mengenai variabel-variabel lain yang dapat memberikan kontribusi besar terhadap kapasitas kontrol diri, serta pada populasi yang lebih besar sehingga hasilnya lebih dapat lebih digeneralisasikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anissa, W. H. (2018). Empati ditinjau dari pola asuh orang tua dan jenis kelamin (Skripsi Program Sarjana tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Auliya, M & Nurwidawati, D. (2014). Hubungan kontrol diri dengan perilaku agresi pada siswa SMA Negeri 1 Padangan Bojonegoro. *Character*, 2(3), 1-6
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas* (ed.4). Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science*, 16 (6), 351-355

- Duckworth, A. L. (2011). The Significance of self-control. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108 (7), 2639-2640
- Ghufron, M. N., & Risnawita, S. R. (2011). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Jo, Y., & Bouffard, L. (2014). Stability of self-control and gender. *Journal of Criminal Justice*, 42 (4), 356-365
- Lam, C. B., Solmeyer, A. R., McHale, S. M. (2012). Sibling relationships and empathy across the transition to adolescence. *J Youth Adolescence*, 1657-1670
- Mussen, P. H., Conger, J. J., Kagan, J., & Huston, A. C. (1994). *Perkembangan dan kepribadian anak*. (Alih bahasa: F. X Budiyo, Giyanto Widianto, Arum Gayatri). Jakarta: ARCAN
- Ridder, T. D., Mulders, G. L., Finkenauer, C., Stok, F. M., & Baumesiter, R. F. (2012). Taking stock of self-control: A meta-analysis of how trait self-control relates to a wide range of behaviors. *Personality and Social Psychology Review*, 16 (1), 76-99
- Surbakti. (2009). *Kenalilah Anak Remaja Anda*. Jakarta : PT. Elex Media Komputindo
- Tangney, J. P., Baumesiter, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72 (2), 271-322
- Unger, A., Bi, C., Xiao, Y., & Ybarra, O. (2016). The revising of the tangney self-control scale for chinese students. *PsyCh Journal*, 5, 101-116
- Wahyuningsih, D. (2016). Bullying ditinjau dari secure attachment dengan orangtua dan kontrol diri pada siswa SMA Negeri 8 Surakarta (Skripsi Program Sarjana Psikologi tidak dipublikasikan). Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret
- Wulaningsih, R., & Hartini, N. (2015). Hubungan antara persepsi pola asuh orangtua dan kontrol diri remaja terhadap perilaku merokok di pondok pesantren. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 4 (2), 119-126