

**HUBUNGAN RELIGIUSITAS DENGAN PENGENDALIAN DIRI PADA
REMAJA DI DESA ARUL KUMER SELATAN ACEH TENGAH**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Medan Area
Guna Memenuhi Syarat-Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana**

Disusun Oleh

SUKARDI

11 860 0163



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

2015

JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN RELIGIUSITAS DENGAN
PENGENDALIAN DIRI PADA REMAJA DI DESA
ARUL KUMER SELATAN ACEH TENGAH

NAMA MAHASISWA : SUKURDI

NPM : 11.860.0163

BAGIAN : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

MENYETUJUI
KOMISI PEMBIMBING

PEMBIMBING I

PEMBIMBING II

(Ummu Khuzaimah, M.Psi)

(Drs. H. Mulia Siregar, M.Psi)

MENGETAHUI

Kepala Bagian

Dekan

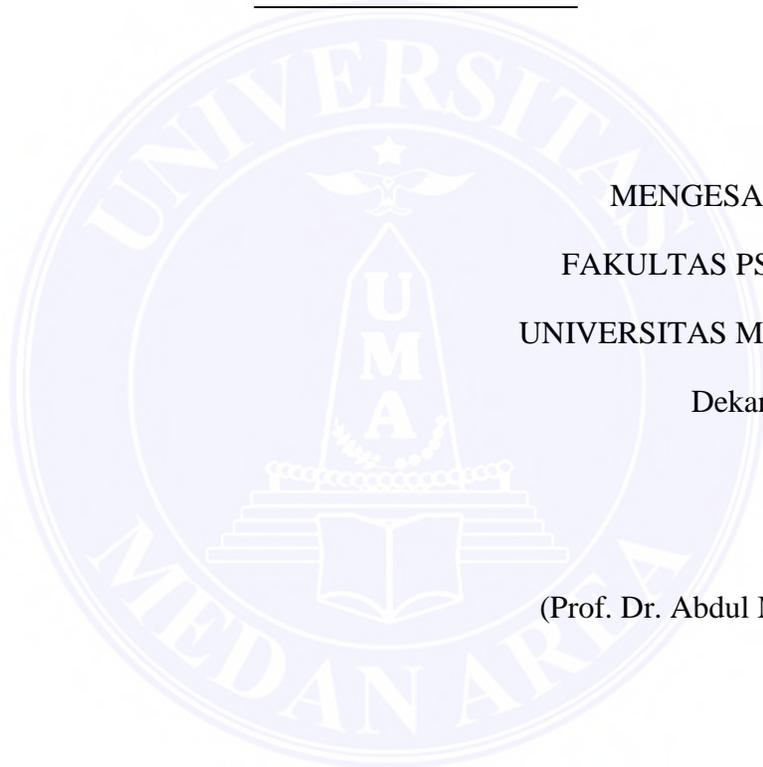
(Laili Alfita, M.Psi)

(Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd)

Tanggal Lulus:

DIPERTAHANKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SKRIPSI FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS MEDAN AREA DAN DITERIMA UNTUK
MEMENUHI SEBAGIAN DARI SYARAT-SYARAT GUNA MEMPEROLEH
GELAR SARJANA (S1) PSIKOLOGI

PADA TANGGAL



MENGESAHKAN
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA

Dekan

(Prof. Dr. Abdul Munir M.Pd)

DEWAN PENGUJI

1. Drs. H. Mulia Siregar, M.Psi
2. Dr. Nefi Darmayanti M.Si
3. Rahma Fauzia, M.Psi
4. Ummu Khuzaimah, M.Psi

TANDA TANGAN

SURAT PERNYATAAN

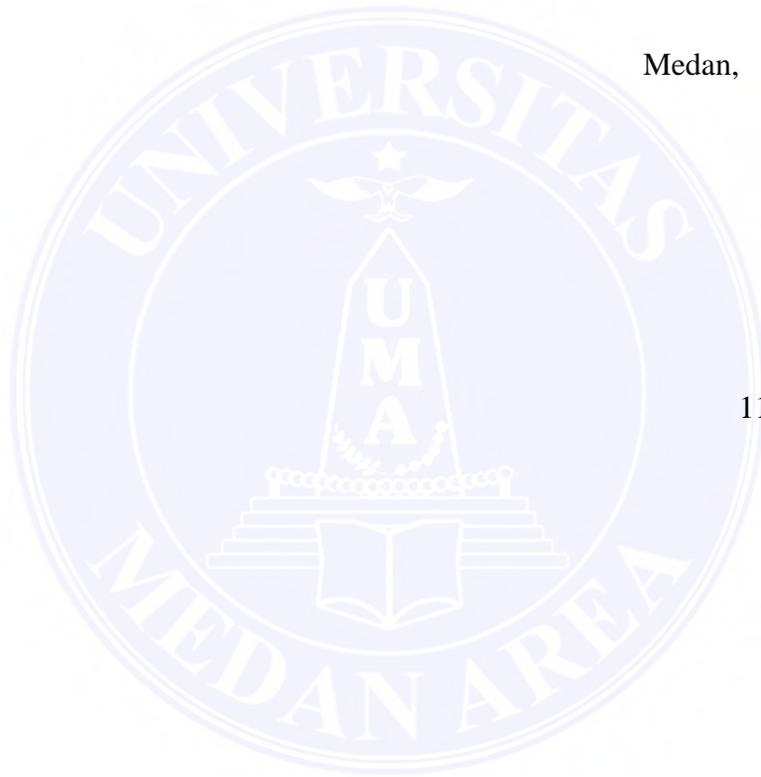
Dengan ini saya menyatakan bahwa apa yang tertulis dalam skripsi ini adalah benar adanya dan merupakan hasil karya saya sendiri. Segala kutipan karya pihak lain telah saya tulis dengan menyebutkan sumbernya. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat maka saya rela gelar keserjanaan saya dicabut.

Medan, 2015

Penulis

Sukurdi

11. 860. 0163



HUBUNGAN RELIGIUSITAS DENGAN PENGENDALIAN DIRI PADA REMAJA DI DESA ARUL KUMER SELATAN ACEH TENGAH

Sukurdi

11.860.0163

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara Religiusitas dengan pengendalian diri pada remaja. Sejalan dengan landasan teori yang ada, di ajukan hipotesis : ada hubungan positif antara religiusitas dengan pengendalian diri remaja di desa Arul Kumer Selatan Aceh Tengah. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 orang, di mana sampel dalam penelitian ini adalah remaja di Desa Arul Kumer Selatan Aceh Tengah. Penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu skala Religiusitas dan skala Pengendalian Diri. Skala Religiusitas terdiri dari lima aspek atau dimensi yang telah dibagikan Glock dan Stark (dalam Subandi, 2013) yaitu: dimensi keyakinan, dimensi praktik, dimensi penghayatan, dimensi pengetahuan, dan dimensi pengamalan. Sedangkan pada skala Pengendalian diri terdiri dari tiga aspek yang dipaparkan oleh Averill (dalam Ghufro dan Risnawita, 2010) yaitu: kendali perilaku, kendali kognitif dan kendali keputusan. Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa 64.9% pengendalian dibentuk oleh Religiusitas. Hal ini berarti masih ada faktor lain yang mempengaruhi baik atau buruknya pengendalian diri sebesar 35.1%. Religiusitas tergolong baik, hal ini didasarkan pada nilai rata-rata empirik yang diperoleh yaitu 99.225 lebih besar dari nilai rata-rata hipotetik yakni 75. dengan selisih yang melebihi nilai SD atau SB yang besarnya 10.661 Selanjutnya untuk variabel Pengendalian Diri juga tergolong baik, sebab nilai rata-rata empirik yang diperoleh yaitu 121.20 lebih besar dari nilai rata-rata hipotetik yaitu 87 dengan selisih yang melebihi nilai SD atau SB yang besarnya 15.979 Secara umum hasil penelitian ini menggambarkan bahwa Remaja di Desa Arul Kumer Selatan Aceh Tengah memiliki religiusitas dan Pengendalian diri yang baik.

Kata kunci : *Religiusitas, Pengendalian Diri, Remaja, Arul Kumer Selatan, Aceh Tengah*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya berupa kelancaran, kemudahan, pengalaman, kekuatan, serta kesabaran bagi peneliti sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya dan mampu bertahan pada setiap kendala maupun cobaan yang dihadapi selama penyelesaian skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa tanpa adanya bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, maka penyusunan skripsi ini tidak dapat berjalan dengan baik. Keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan, serta kerja sama yang baik dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini dengan kerendahan hati peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Kedua orang tua saya, adek saya Puji Rizki, abang saya Sabardi dan kakak saya Oca serta keponakan saya Daffa, mereka telah memberikan semangat kepada saya sehingga saya termotivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Ummu Khuzaimah, M.Psi, selaku dosen pembimbing penulisan skripsi ini yang selalu memberikan arahan, saran, dan kritikan dari awal penyusunan hingga akhir penyelesaian skripsi ini. Terima kasih Bu, telah mengantarkan saya pada episode akhir di S1.
3. Drs. H. Mulia Siregar, M.Psi, selaku dosen pembimbing penulisan skripsi ini yang selalu memberikan arahan, saran, dan kritikan dari awal penyusunan hingga

akhir penyelesaian skripsi ini. Terima kasih Pak, telah mengantarkan saya pada episode akhir di S1.

4. Kepada rekan-rekan Formaga dan teman-teman yang telah mendukung saya
5. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah mengajarkan peneliti banyak hal tentang ilmu psikologi sehingga turut berkontribusi dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Seluruh Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, yang telah membantu segala hal yang berbentuk administrasi peneliti.
7. Kepala Desa Arul Kumer Selatan Aceh Tengah yang telah mengizinkan desa tersebut sebagai tempat penelitian.

Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang tidak disebut oleh peneliti, yang telah membantu dan memberikan perhatian lebih terhadap proses penyelesaian skripsi ini. Peneliti telah berupaya seoptimal mungkin dalam penyelesaian skripsi ini, meskipun demikian peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata, peneliti mengucapkan terima kasih bagi setiap pembaca dan berharap agar kiranya skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Wassalam.

Medan, 2015

Penulis

Sukurdi

11. 860. 0163

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN DAN MOTTO	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A.Latar Belakang	1
B.Identifikasi Masalah	5
C.Batasan Masalah	6
D.Rumusan Masalah	6
E.Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. REMAJA	
1. Pengertian Remaja	8
2. Fase-Fase Remaja	9
3. Aspek-Aspek Perkembangan Remaja.....	10
B. PENGENDALIAN DIRI	
1. Pengertian Pengendalian Diri	14
2. Aspek-Aspek Pengendalian Diri.....	16
3. Faktor-Faktor Pengendalian Diri	18
C. RELIGIUSITAS	

1. Pengertian Religiusitas.....	20
2. Aspek-Aspek Religiusitas.....	22
3. Faktor-Faktor Religiusitas	25
4. Cara Meningkatkan Religiusitas.....	26
D. Hubungan Religiusitas Dengan Pengendalian Diri	28
E. Kerangka konseptual.....	29
F. Hipotesis.....	30

BAB III METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian	31
B. Defenisi Operasional Variabel Penelitian.....	31
C. Populasi, Sampel, Dan Teknik Pengambilan Sampel.....	32
D. Metode Pengumpulan Data	33
E. Validitas Dan Reabilitas Alat Ukur	35
F. Metode Analisis Data.....	37

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kanchah	38
B. Persiapan Penelitian.....	39
C. Pelaksanaan Penelitian	43
D. Analisis Data Dan Hasil Penelitian	44
E. Pembahasan	49

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	52
B. Saran	53

DAFTAR PUSTAKA	54
-----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

TABEL :

1. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Religiusitas	41
2. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Pengendalian Diri	41
3. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Religiusitas Setelah Uji Coba	42
4. Distribusi Penyebaran Butir-Butir Pernyataan Skala Pengendalian Diri Setelah Uji Coba	43
5. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	45
6. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linearitas Hubungan	46
7. Rangkuman Perhitungan R <i>Product Moment</i>	47
8. Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata Hipotetik Dan Nilai Rata-Rata Empirik	49

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A

1. Skala Religiusitas
2. Skala Pengendalian Diri

LAMPIRAN B

1. Data Religiusitas
2. Data Pengendalian Diri

LAMPIRAN C

1. Validitas Dan Reliabilitas Skala Religiusitas
2. Validitas Dan Reliabilitas Skala Pengendalian Diri

LAMPIRAN D

1. Uji Normalitas
2. Uji Linearitas
3. Uji Hipotesis

LAMPIRAN E

Surat Penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kata remaja berasal dari bahasa latin yaitu dari kata *adolescence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa (dalam Hurlock, 1980). Secara psikologis remaja adalah usia di mana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia di mana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek afektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok, transformasi intelektual yang khas dari cara berfikir remaja untuk memungkinkannya mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini (Piaget dalam Hurlock, 1980)

Masa remaja dianggap mulai pada saat anak secara seksual menjadi matang secara hukum. Namun, penelitian tentang perubahan perilaku, sikap dan nilai-nilai sepanjang masa remaja tidak hanya menunjukkan bahwa setiap perubahan terjadi lebih cepat pada awal masa remaja dari pada tahap akhir masa remaja, tetapi juga menunjukkan bahwa perilaku, sikap dan nilai-nilai pada awal masa remaja berbeda dengan pada akhir masa remaja, Dengan demikian secara umum masa remaja

dibagi menjadi dua bagian, yaitu awal masa dan akhir masa remaja (dalam Hurlock, 1980).

Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari tiga belas tahun sampai enam belas tahun atau tujuh belas tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia enam belas tahun atau tujuh belas tahun sampai delapan belas tahun, yaitu usia matang secara hukum. Dengan demikian akhir remaja merupakan periode yang sangat singkat. Awal masa remaja biasanya disebut sebagai usia belasan. Meskipun remaja yang tua sebenarnya masih tergolong anak belasan tahun, sampai ia mencapai dua puluh satu tahun, namun istilah belasan tahun yang sangat populer di hubungkan dengan pola perilaku khas remaja muda dan jarang di kenakan pada remaja tua atau remaja akhir. Biasanya disebut pemuda atau pemudi atau malahan disebut kawula muda, yang menunjukkan bahwa masyarakat belum melihat adanya perilaku yang matang selama awal masa remaja (Hurlock, 1980).

Pada usia empat belas tahun akan lebih lancar berbicara, lebih percaya diri, lebih mampu mengatasi frustrasi, dan lebih mampu menahan godaan Michel (dalam Ghufro dan Risnawita, 2010). Salah satu tugas perkembangan yang harus dikuasai remaja adalah mempelajari apa yang diharapkan oleh kelompok darinya dan kemudian mau membentuk perilakunya agar sesuai dengan harapan sosial tanpa harus dibimbing, diawasi, didorong dan diancam seperti hukuman yang dialami ketika anak-anak (dalam Ghufro dan Risnawita 2010).

Seseorang yang dapat mengendalikan perilaku, emosi, serta dapat menafsirkan dan melakukan antisipasi atas kejadian yang mungkin terjadi berarti

ia memiliki kendali diri yang baik, Kendali diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya (Hurlock, dalam Khairunnisa, 2013)

Averill (dalam Ghufroon dan Risnawita, 2010) menyebut kendali diri dengan sebutan kendali personal. Adapun kendali personal ini terbagi menjadi tiga bagian. Pertama, kendali perilaku (*behavior control*), merupakan kesiapan tersedianya suatu respons yang dapat secara langsung memengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kedua, kendali kognitif (*cognitive control*) merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai suatu adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Dan mengontrol keputusan (*decisional control*) merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini atau disetujuinya.

Penelitian yang dilakukan oleh Gailiot, Gitter, Baker, dan Baumeister (dalam Haviez, 2013). ditemukan bahwa kendali diri yang rendah meningkatkan berbagai pelanggaran aturan sosial. Fenomena yang terjadi menggambarkan remaja pada saat ini sudah kurang atau bahkan tidak memiliki kendali diri pada dirinya. Keadaan ini sangat mengkhawatirkan, karena apabila seseorang khususnya remaja sudah tidak memiliki kendali pada dirinya untuk bisa membedakan mana yang patut dan harus dilakukan dan mana yang tidak boleh dilakukan maka akan mengakibatkan kerusakan pada tatanan kehidupan manusia.

Saat ini banyak pemberitaan baik di media cetak maupun elektronik yang menggambarkan memudarnya nilai-nilai ajaran agama pada diri seseorang. Kasus yang sering terjadi biasanya selalu bertentangan dengan nilai-nilai ajaran agama, misalnya kasus pemerkosaan, pembunuhan, pencurian, seks bebas, tawuran, pesta narkoba dan berbagai macam hal yang menyinggung pelanggaran nilai-nilai ajaran agama yang ada. Sebagai contoh kasus Xenia maut di area sekitar tugu tani, Jakarta pusat. Akibat mengemudi mobil setelah melakukan Pesta Narkoba, Afriyani Susanti menabrak 12 pejalan kaki di area sekitar tugu tani, Jakarta Pusat yang 9 diantaranya meninggal dunia (dalam Saut, 2012).

Selain itu, contoh memudarnya nilai-nilai ajaran agama remaja juga tergambar dari penelitian yang dilakukan oleh berbagai Institusi di Indonesia selama kurun waktu tahun 1993-2002 kehidupan sosial remaja sering diwarnai dengan masalah seksual, data departemen kesehatan Republik Indonesia 2006, sekitar satu juta remaja pria (5%) dan 2000 remaja wanita (1%) secara terbuka menyatakan bahwa mereka pernah melakukan hubungan seksual (dalam Khairunnisa, 2013).

Beberapa penelitian menemukan bahwa religiusitas pada diri seseorang dapat menumbuhkan atau bahkan meningkatkan kendali diri pada seseorang, seperti penelitian yang dilakukan oleh Desmond, Ulmer, dan Bader (dalam Haviez, 2013) mengatakan bahwa agama merupakan suatu hal yang dapat meningkatkan kendali diri seseorang. Lebih jauh lagi mereka mengatakan bahwa kendali diri seperti otot seorang yang rajin berolah raga maka program yang

berbasis agama dapat berfungsi sebagai media pelatihan dari “otot” kendali diri tersebut. Religiusitas dapat berfungsi sebagai media pelatihan dari “otot” kendali diri mungkin saja di karenakan semakin seseorang taat dan menjalankan ajaran agamanya semakin individu tersebut memiliki kendali diri yang baik di dalam dirinya.

Khairunnisa (2013) Seseorang yang melakukan praktek agama dengan baik yang tujuannya adalah semata-mata hanya untuk menyembah Allah yang mana hal itu bisa menjadikan hubungan dengan Tuhannya baik dan kokoh serta dapat meluruskan tingkah lakunya, maka dengan hal ini seseorang dapat mengontrol perilakunya atau dengan kata lain meningkatkan kontrol dirinya.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Religiusitas Dengan Pengendalian Diri Pada Remaja” ?.

B. Identifikasi Masalah

Hurlock (dalam khirunnisa, 2013) mengatakan kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Pada remaja untuk mengendalikan emosi dan dorongan dalam dirinya merupakan hal yang sulit dikarenakan remaja mulai berintegrasi dengan orang dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok. *Transformasi intelektual* yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk

mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.

Religiusitas dapat menstabilkan tingkah laku, memberikan perlindungan rasa aman terutama bagi remaja yang tengah mencari eksistensinya (Khairunisa, 2013).

C. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini, penulis akan membatasi masalah yang akan diteliti agar penelitian menjadi lebih terfokus dan dapat menjawab permasalahan penelitian dengan lebih efektif dan efisien. Batasan masalah dalam penelitian ini yaitu menjelaskan tentang Pengendalian diri pada remaja dan hubungan religiusitas dengan Pengendalian diri pada remaja di Desa Arul Kumer Selatan Aceh Tengah. Pengendalian Diri adalah kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial. Sedangkan religiusitas adalah seberapa kuat individu terikat pada aturan-aturan dan kewajiban-kewajiban agamanya.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas maka dapat dirumuskan masalah penelitiannya yaitu apakah ada hubungan Religiusitas dengan Pengendalian Diri Pada Remaja.

E. Tujuan peneliti

Berdasarkan permasalahan di atas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Religiusitas Dengan Pengendalian Diri Pada Remaja.

F. Manfaat peneliti

Manfaat diadakannya penelitian ini adalah:

a) Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi disiplin ilmu pengetahuan, khususnya pada bidang psikologi perkembangan tentang Hubungan Religiusitas Dengan Pengendalian Diri Pada Remaja.

b) Manfaat Praktis

penelitian ini di harapkan dapat dijadikan sebagai penambah wawasan bagi siapa saja yang membutuhkan informasi mengenai Religiusitas atau Pengendalian Diri.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. REMAJA

1. Pengertian Remaja

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin “*adolescere*” (kata bendanya, *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa” (Hurlock, 1980). Istilah *adolescence*, seperti yang dipergunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek afektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber. Termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok. *Transformasi intelektual* yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini (Piaget dalam Hurlock, 1980)

Remaja adalah usia peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dengan diikuti oleh perubahan fisik dan psikologis dan berusaha menemukan jalan hidupnya serta mulai mencari nilai-nilai seperti kebaikan, keluhuran, kebijaksanaan dan keindahan (dalam Khairunnisa, 2013).

Dalam perkembangan kepribadian seseorang, maka remaja mempunyai arti yang khusus, namun begitu masa remaja mempunyai tempat yang tidak jelas dalam rangkaian proses perkembangan seseorang. Dikatakan tidak jelas, karena anak remaja tidak termasuk golongan anak-anak, tetapi tidak pula termasuk golongan orang dewasa atau golongan tua. Remaja ada diantara anak-anak dan dewasa. Remaja masih belum mampu untuk menguasai fungsi-fungsi fisik maupun psikisnya (dalam Rahayu, 2004).

Dapat disimpulkan bahwa remaja adalah suatu masa peralihan dari masa kanak-kanak ke dewasa yang disertai perkembangan secara fisik dan psikologis. Perubahan-perubahan ini yang kemudian menyebabkan remaja berusaha untuk mencapai kematangan atau kemandirian, mencari pengalaman baru dan mencoba menggunakan kesempatan yang seluas-luasnya bagi pertumbuhan kepribadiannya sendiri.

2. Fase-Fase Masa Remaja

Suatu analisis yang cermat mengenai semua aspek perkembangan dalam masa remaja, yang secara global berlangsung antara usia 12 sampai 21 tahun. Dengan pembagian, 12-15 tahun: masa remaja awal, 15-18 tahun: masa remaja pertengahan, 18-21 tahun: masa remaja akhir. Diantara masa pubertas dan adolensi disebut dengan *Jugencrise* (krisis remaja). Krisis remaja adalah suatu masa dengan gejala-gejala krisis yang menunjukkan adanya pembelokan dalam perkembangan, suatu kepekaan dan labilitas yang meningkat. Dengan begitu

maka usia antara 11 dan 21 tahun dibagi menjadi pra-pubertas 10 ½-13 tahun (wanita), 12-14 tahun (laki – laki), pubertas 13-15 ½ tahun (wanita), 14-16 tahun (laki-laki), krisis remaja 15 ½-16 ½ tahun (wanita), 16-17 tahun (laki – laki) dan adolensi 16 ½-20 tahun (wanita), 17 -21 tahun (laki-laki) (Rahayu, 2004).

3. Aspek-aspek Perkembangan Remaja

a. Perkembangan Fisik

Perkembangan fisik adalah perubahan-perubahan pada tubuh, otak, kapasitas sensorik dan keterampilan motorik (dalam Papalia, 2008). Perubahan pada tubuh atau fisik ditandai dengan penambahan tinggi dan berat tubuh, pertumbuhan tulang dan otot, dan kematangan organ seksual dan fungsi reproduksi. Tubuh remaja mulai beralih dari tubuh kanak-kanak yang cirinya adalah pertumbuhan menjadi tubuh orang dewasa yang cirinya adalah kematangan. Menurut Kuhlen perkembangan fisik terdiri dari 4 aspek antara lain sebagai berikut (Hurlock, 1980):

1. Sistem syaraf (perkembangan kecerdasan emosi)
2. Otot-otot (kekuatan dan kemampuan gerak motorik)
3. Kelenjar Endokrin (perubahan-perubahan pola tingkah laku baru)
4. Struktur fisik/tubuh (perubahan tinggi, berat dan proporsi)

Perubahan fisik (otak) juga merupakan aspek yang sangat penting bagi kehidupan manusia karena otak adalah sentral perkembangan dan fungsi

kemanusiaan sehingga semakin sempurna struktur otak maka akan meningkatkan kemampuan kognitif (Piaget dalam Hurlock, 1980).

Menurut Vasta Heih dan Millerf pertumbuhan otak terbagi 3 tahap yaitu (dalam papalia, 2008) :

1. *Cell production* (produksi sel)
2. *Cell migration* (perpindahan sel)
3. *Cell laboration* (elaborasi sel)

Perkembangan fisik (motorik) meliputi perkembangan motorik kasar dan motorik halus.

1. Perkembangan motorik kasar

Kemampuan anak untuk duduk, berlari, dan melompat termasuk contoh perkembangan motrik kasar. Otot-otot besar dan sebagian ata seluruh anggota tubuh digunakan oleh anak untuk melakukan gerakan tubuh. Perkembangan motorik kasar dipengaruhi oleh proses kematangan anak. Proses kematangan setiap anak berbeda, maka laju perkembangan seorang anak bisa saja berbeda dengan anak lainnya.

2. Perkembangan motorik halus

Adapun perkembangan motorik halus merupakan gerakan anak yang menggunakan otot-otot kecil atau sebagian anggota tubuh tertentu. Perkembangan pada aspek ini dipengaruhi oleh kesempatan anak untuk belajar dan berlatih. Kemampuan menulis, menggunting, dan menyusun balok termasuk contoh gerakan motorik halus.

b. Perkembangan Intelegensi/Kognitif

Perkembangan intelegensi/kognitif adalah perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berpikir dan bahasa. Piaget (dalam Hurlock, 1980) mengemukakan bahwa pada masa remaja terjadi kematangan kognitif, yaitu interaksi dari struktur otak yang telah sempurna dan lingkungan sosial yang semakin luas untuk eksperimentasi memungkinkan remaja untuk berpikir abstrak.

Pada tahap ini, remaja juga sudah mulai mampu berspekulasi tentang sesuatu, dimana mereka sudah mulai membayangkan sesuatu yang diinginkan di masa depan. Perkembangan kognitif yang terjadi pada remaja juga dapat dilihat dari kemampuan seseorang remaja untuk berpikir lebih logis. Remaja sudah mulai mempunyai pola berpikir sebagai peneliti, dimana mereka mampu membuat suatu perencanaan untuk mencapai suatu tujuan di masa depan (Santrock, 2003).

c. Perkembangan Emosi

Perkembangan pada aspek ini meliputi kemampuan anak untuk mencintai, merasa nyaman, berani, gembira, takut, dan marah serta bentuk-bentuk emosi lainnya. Pada aspek ini, anak sangat dipengaruhi oleh interaksi dengan orangtua dan orang-orang disekitarnya. Emosi yang berkembang akan sesuai dengan impuls emosi yang diterimanya. Misalnya, jika anak mendapatkan curahan kasih sayang, mereka akan belajar untuk menyayangi. Pengaruh emosi terhadap perilaku dan perubahan fisik individu:

1. Memperkuat semangat bila merasa senang atas suatu keberhasilan.
2. Melemahkan semangat apabila timbul rasa kekecewaan karena suatu kegagalan.
3. Menghambat atau mengganggu konsentrasi belajar apabila individu dalam keadaan gugup.
4. Terganggu penyesuaian sosial apabila terjadi rasa cemburi atau iri hati.

d. Perkembangan moral

Tidak dapat mengatakan seorang anak yang baru lahir bermoral atau tidak bermoral. Moral itu tumbuh dan berkembang dari pengalaman-pengalaman yang di alami oleh anak-anak sejak ia lahir, pertumbuhannya baru dapat mencapai kematangan pada usia remaja, ketika kecerdasannya telah selesai bertumbuh. Pembinaan moral, terjadi melalui pengalaman dan kebiasaan, yang di tanamkan sejak kecil oleh orangtua. Yang dimulai dengan pembiasaan hidup sesuai dengan nilai moral yang ditirunya dari orangtua dan mendapat latihan-latihan untuk itu. Daradjat (dalam Rahayu, 2004).

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan, aspek-aspek perkembangan terdiri dari perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan emosi, perkembangan moral.

B. PENGENDALIAN DIRI

1. Pengertian Pengendalian Diri

Pengendalian Diri (*self control*) atau biasa disebut kendali diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya. Selain itu, juga kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain, dan menutupi perasaannya (dalam Ghufro dan risnawita, 2010).

Averill (dalam Ghufro dan Risnawita, 2010) kendali diri dengan sebutan kontrol personal, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*). Kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial Menurut Berk (dalam khairunnisa, 2013).

Hurlock (dalam khairunnisa, 2013) mengatakan bahwa kendali diri muncul karena adanya perbedaan dalam mengelola emosi, cara mengatasi masalah, tinggi rendahnya motivasi, dan kemampuan mengelola potensi dan pengembangan kompetensinya. Kendali diri sendiri berkaitan dengan bagaimana individu mampu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan

dalam dirinya. Menurut Rothbaum (dalam Tangney et.all, 2004) menyatakan bahwa “*Self-control is widely regarded as a capacity to change and adapt the self so as to produce a better, more optimal fit between self and world.*” Maksud dari pernyataan tersebut adalah kendali diri secara luas dianggap sebagai kapasitas untuk berubah dan beradaptasi dengan diri sehingga menghasilkan sesuatu lebih baik secara optimal antara diri dan dunia.

Tangney, dkk (2004) menyatakan bahwa “ *Central to our concept of self control is the ability to override or change one’s inner responses, as well as to interrupt undesired behavioral tendencies and refrain from acting on them.*” Pernyataan tersebut menyatakan bahwa pusat dari konsep pengendalian diri Kita adalah kemampuan untuk mengesampingkan atau mengubah tanggapan batin seseorang, serta untuk menekan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari tindakan tersebut.”

Kendali diri mengacu pada sumber daya internal yang tersedia untuk menghambat, menimpa, atau mengubah tanggapan yang mungkin timbul sebagai akibat dari proses fisiologis, kebiasaan, pembelajaran, atau situasi. Schmeichel dan Baumeister (dalam Haviez, 2013). Goldfried dan Merbaum (dalam Ghufron dan Risnawita, 2010) mendefinisikan Kendali diri sebagai suatu kemampuan menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan

kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun dan meningkatkan hasil serta tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Berdasarkan pendapat diatas, maka dapat di simpulkan bahwa Pengendalian diri adalah kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial.

2. Aspek-Aspek Pengendalian Diri

Berdasarkan konsep Averill (dalam Ghufron dan Risnawita, 2010) terdapat 3 aspek dalam kemampuan Pengendalian diri, yaitu:

a. Kendali perilaku (*Behavior Control*)

Merupakan suatu tindakan langsung terhadap lingkungan. Aspek ini terdiri dari 2 komponen, yaitu: mengatur pelaksanaan (*regulated administration*), dan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang akan mengendalikan situasi atau keadaan dirinya sendiri atau sesuatu diluar dirinya. Individu yang mempunyai kemampuan mengontrol diri dengan baik akan mampu perilakunya sendiri, dan jika individu tersebut tidak mampu, maka akan menggunakan sumber eksternal dari luar dirinya. Kemampuan mengatur stimulus adalah kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki datang.

b. Kendali kognitif (*Cognitive Control*)

Merupakan kemampuan individu untuk mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasikan, menilai, atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologi untuk mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri dari 2 komponen, yaitu: memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Informasi yang dimiliki individu atas suatu kejadian yang tidak menyenangkan dapat diantisipasi dengan berbagai pertimbangan, serta individu akan melakukan penilaian dan berusaha untuk menafsirkannya melalui segi-segi positif secara subjektif

c. Kendali keputusan (*Decisional Control*)

Kemampuan untuk memilih hasil yang diyakini individu, dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih kemungkinan tindakan. Aspek ini terdiri dari 2 komponen juga, yaitu: mengantisipasi peristiwa dan menafsirkan peristiwa, dimana individu dapat menahan dirinya

Kemampuan mengendalikan diri tergantung dari ketiga aspek di atas, kendali diri ditentukan oleh seberapa jauh aspek itu mendominasi atau terdapat kombinasi dari beberapa aspek dalam mengendalikan diri.

3. Faktor-Faktor Pengendalian Diri

Sebagaimana faktor psikologis lainnya kendali diri dipengaruhi oleh beberapa faktor (dalam Zulkarnain,2002) antara lain:

a. Faktor Internal

Faktor internal yang turut andil dalam mengontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang maka semakin baik kemampuan mengontrol dirinya

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal salah satunya terdapat dalam keluarga (Hurlock, 1997) dalam lingkungan keluarga terutama orangtua akan menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diriseseorang. Pola asuh orangtua dalam menerapkan sikap disiplin kepada anaknya secara intens sejak dini dan orangtua bersikap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap konsistensi ini akan diinternalisasikan oleh anak dan kemudian menjadi kontrol diri bagi anak.

Selain faktor eksternal dan internal yang mempengaruhi kendali diri, ada beberapa faktor lain antara lain:

a. Faktor Orientasi Religius

Menurut begini (dalam Pakpahan, 2014) berpendapat bahwa orientasi religius dapat memiliki beberapa konsekuensi positif, termasuk terhadap variable kepribadian seperti kecemasan, kontrol diri, keyakinan irasional,

depresi, affect dan sifat kepribadian lain. Berdasarkan hasil penelitian Mc.Clain bergin et.al (dalam Pakpahan, 2014) menunjukkan bahwa orientasi religius berkolerasi positif dengan kendali diri disamping itu penelitian tersebut juga menunjukkan adanya hubungan antara orientasi religius dengan kepribadian positif

b. Pola Asuh Orngtua

Beberapa penelitian membuktikan adanya pola asuh orangtua terhadap control diri anak. menurut Hurlock (dalam pakpahan, 2014) berpendapat bahwa disiplin yang diterapkan orangtua kepada anak merupakan hal penting dalam kehidupan karena dapat mengembangkan *self control* dan *self direction*, sehingga seseorang dapat bertanggung jawab dengan baik terhadap tindakan yang dilakukannya.

Elkind dan weiner (dalam Pakpahan, 2014) menjelaskan bahwa sebagaimana besar pertimbangan sosial dan kontrol diri di bentuk oleh disiplin orangtua pada anak dan contoh-contoh yang mereka berikan. Seseorang dapat memiliki kontrol diri yang rendah apabila orangtua menegakkan disiplin yang bersifat otoriter atau hukuman.

c. Faktor Kognitif

Menurut Elkin dan Weiner (dalam pakpahan, 2014) menyatakan bahwa individu tidak dilahirkan dalam konsep benar dan salah satu dalam suatu pemahaman tentang perilakunya yang diperbolehkan dan dilarang. Kematangan kognitif yang terjadi selama masa pra sekolah dan masa kanak-

kanak secara bertahap dapat meningkatkan kapasitas individu untuk membuat pertimbangan sosial dan mengendalikan perilakunya. Dengan demikian ketika beranjak dewasa, individu yang telah memasuki perguruan tinggi akan memiliki kemampuan berfikir yang kompleks dan kemampuan intelektual yang lebih besar.

Cara berfikir individu terhadap stimulus dapat membedakan kemampuan mereka dalam mengendalikan diri. Individu yang mempunyai kemampuan berfikir positif dapat menghadapi suatu situasi dengan stimulus tertentu, akan lebih mampu mengendalikan dirinya dan dapat meneruskan kegiatannya dalam situasi tersebut. Sehubungan pernyataan tersebut, Michel dkk (dalam Pakpahan,2014) menyatakan bahwa kemampuan individu untuk mengendalikan dirinya dengan cara berusaha untuk tidak menyentuh stimulus atau melakukan kegiatan yang dapat mengalihkan perhatian dari stimulus. Usaha tersebut merupakan perilaku yang terencana dan efektif sehingga individu mampu mengontrol dirinya.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa selain faktor internal dan eksternal ada juga faktor orientasi religiusitas, faktor pola asuh orangtua dan faktor kognitif.

C. RELIGIUSITAS

1. Pengertian Religiusitas

Kata *religi* berasal dari bahasa latin *ereligio* yang akar katanya adalah *religare* dan berarti mengikat. Maksudnya adalah bahwa di dalam *religi*

(agama) pada umumnya terdapat aturan-aturan dan kewajiban-kewajiban yang harus dilaksanakan, yang semuanya itu berfungsi untuk mengikat dan mengutuhkannya diri seseorang atau sekelompok orang dalam hubungannya terhadap Tuhan, sesama manusia serta alam sekitarnya (dalam subandi, 2013)

Religiusitas adalah sikap batin pribadi setiap manusia dihadapan tuhan yang sedikit banyak merupakan misteri bagi orang lain, yang mencakup totalitas kedalam pribadi manusia (dalam Khairunnisa, 2013). Religiusitas adalah sikap batin (personal) setiap manusia dihadapan tuhan yang sedikit banyak merupakan misteri bagi orang lain, yang mencakup totalitas dalam pribadi manusia (Dister dalam Khairunnisa, 2013).

Keberagamaan sebagai keterdekatan yang lebih tinggi dari manusia kepada yang maha kuasa yang memberikan perasaan aman (Monks dalam Ghufon dan Risnawita, 2010). Hal ini sejalan dengan Khairunnisa (2013) religiusitas dapat menstabilkan tingkah laku, memberikan perlindungan rasa aman terutama bagi remaja yang tengah mencari eksistensinya.

(Anshori dalam Ghufon dan Risnawita, 2010) membedakan antara istilah religi atau agama dengan religiusitas. Jika agama menunjuk pada aspek-aspek formal yang berkaitan dengan aturan dan kewajiban, maka religiusitas menunjuk pada aspek religi yang telah dihayati oleh seseorang dalam hati.

Dari berbagai pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa religiusitas adalah seberapa kuat individu terikat pada aturan-aturan dan kewajiban-kewajiban agamanya.

2. Aspek-Aspek Religiusitas

Religi atau agama bukanlah merupakan sesuatu yang tunggal, tetapi merupakan system yang terdiri dari beberapa aspek. Di dalam psikologi agama dikenal adanya kesadaran beragama (*Religious consciousness*) dan pengalaman beragama (*religious experiences*). Pembagian aspek-aspek religiusitas yang cukup terperinci telah dilakukan oleh Glock dan Stark (dalam Subandi, 2013). Konsep ini merupakan teori religiusitas yang paling banyak digunakan dalam penelitian-penelitian psikologi agama. Menurut Glock dan Stark, ada lima aspek atau dimensi dari religiusitas yaitu:

- a. *Religious Belief (The Ideological Dimension)*, atau dimensi keyakinan yaitu tingkatan sejauh mana seseorang menerima hal-hal yang dogmatik dalam agamanya. Misalnya dalam agama Islam, dimensi keyakinan ini tercakup dalam rukun iman yang terdiri dari iman kepada Allah, iman kepada malaikat Allah, iman kepada Rasul Allah, iman kepada Kitab-Kitab Allah, iman kepada hari kiamat, dan iman kepada takdir. Dalam agama Katolik yang termasuk dalam dimensi keyakinan adalah: Yesus adalah anak Allah yang tunggal, Tuhan itu sendiri; Yesus telah menjadi manusia untuk menebus dosa manusia; Yesus menderita sengsara, wafat, bangkit dan naik ke surga. Allah itu hanya satu, namun berpribadi tiga: Bapa, Putra dan Roh Kudus dan disebut Tritunggal Maha Kudus. Orang Katolik percaya pada adanya persekutuan para kudus, kehidupan kekal, kebangkitan badan, pengampunan dosa, surga, neraka, api pencucian serta kesucian perawan Maria (Hutoro, 1996). Dalam

agama Hindu dimensi Keyakinan ini terdiri dari beberapa kepercayaan, antara lain: percaya adanya sang hyang widhi, percaya adanya atman, percaya adanya karmapala, percaya adanya phurnabawa, percaya adanya moksa. Wulanyani (dalam Subandi, 2013).

b. *Religious Practice (The Ritual Dimension)*, yaitu tingkatan sejauh mana seseorang mengerjakan kewajiban-kewajiban ritual dalam agamanya. Dalam agama Islam, dimensi ini dikenal dengan rukun islam, yaitu: mengucapkan kalimat syahadah, melaksanakan shalat, membayar zakat, melaksanakan puasa bulan ramadhan dan menjalankan haji bagi yang mampu. Dalam agama Katolik, yang termasuk dalam dimensi ritual ini adalah berdo'a, kebaktian di gereja, menjalankan puasa dan pantang pada masa pra paskah, membaca Al Kitab, mengaku dosa, setiap bulan mei ziarah, memberi persembahan pada gereja (Hutoro, 1996). Dalam agama hindu, dimensi peribadatan berkaitan dengan kerangka agama yang disebut upacara, yang antara lain berisi kewajiban umat Hindu melaksanakan sembahyang (*Tri Sandya*), pelaksanaan puasa pada hari raya Nyepi dan hari-hari suci lainnya, dan juga pelaksanaan korban suci yang disebut *Panca Yadnya*. Wulanyani (dalam Subandi, 2013).

c. *Religious Feeling (The Experiential Dimension)*, atau Dimensi pengalaman dan penghayatan beragama, yaitu perasaan-perasaan atau pengalaman-pengalaman keagamaan yang pernah dialami dan dirasakan. Misalnya merasa dekat dengan Tuhan, merasa takut berbuat dosa atau merasa do'a yang di

kabulkan, diselamatkan Tuhan dan sebagainya. Di dalam agama islam aspek ini banyak dibicarakan dalam ilmu tasawuf yang dikenal dengan aspek ihsan. Dalam agama Hindu dimensi penghayatan berkaitan dengan pengalaman-pengalaman religius seperti merasa dekat dengan sang Hyang Widhi ketika sedang Trisandya atau pada saat semadi, perasaan dekat ini juga timbul pada saat mendengarkan *kidung* atau *nyanyian pujaan*, sewaktu melakukan puasa dan pada saat *beryadnya*. Wulanyani (dalam Subandi, 2013)

- d. *Religious Knowledge (The Intellectual Dimension)* atau dimensi pengetahuan yaitu seberapa jauh seseorang mengetahui tentang ajaran-ajaran agamanya, terutama yang ada dalam kitab suci maupun yang lainnya. Dimensi ini bisa disebut juga sebagai dimensi ilmu. didalam agama islam dimensi ini termasuk dalam pengetahuan tentang ilmu fiqih, ilmu tauhid dan ilmu tasawuf. Didalam agama katolik, dimensi pengetahuan yang utama adalah memahami Al Kitab maupun sumber-sumber ajaran katolik yang lain. Hutoro (dalam Subandi, 2013). Dimensi pengetahuan dalam agama hindu meliputi pemahaman mengenai sejarah agama hindu, kitab suci, dan ajaran-ajaran agama hindu lainnya. Wulanyani (dalam Subandi, 2013).
- e. *Religious Effect (The Consequential Dimension)* yaitu dimensi yang mengukur sejauh mana perilaku seseorang dimotivasi oleh ajaran agamanya didalam kehidupan sosial. Misalnya apakah dia mengunjungi tetangganya yang sakit, menolong orang yang kesulitan, mendermakan harta dan sebagainya. Dimensi ini bisa disebut juga dimensi amal. Dalam agama katolik sangat

ditekankan ajaran untuk selalu mengampuni sesama dan mencintai musuh. Hutoro (dalam Subandi, 2013).

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Religiusitas

Religiusitas membutuhkan proses, dan di dalam proses perkembangannya religiusitas dipengaruhi oleh beberapa faktor (Thouless, 2000) mencoba memetakan faktor-faktor yang memengaruhi religiusitas, yaitu :

a. Faktor Pendidikan Dari Orang Tua Dan Berbagai Tradisi Sosial

Faktor ini mencakup semua pengaruh sosial dalam perkembangan keagamaan itu, termasuk pendidikan dari orang tua, tradisi-tradisi sosial, tekanan dari lingkungan sosial untuk menyesuaikan diri dengan berbagai pendapat dan sikap yang disepakati oleh lingkungan itu.

b. Faktor Pengalaman Spiritual

Berkaitan dengan berbagai jenis pengalaman yang membentuk sikap keagamaan. Terutama pengalaman mengenai keindahan, konflik moral dan pengalaman emosional keagamaan. Faktor ini umumnya berupa pengalaman spiritual yang secara cepat dapat memengaruhi perilaku individu.

c. Faktor Kebutuhan Kehidupan

Kebutuhan-kebutuhan ini secara garis besar dapat menjadi empat bagian, yaitu : (1). kebutuhan akan keamanan atau keselamatan; (2). kebutuhan akan cinta kasih; (3). kebutuhan untuk memperoleh harga diri; dan (4). kebutuhan yang timbul karena adanya ancaman kematian.

d. Faktor Intelektual (Pengetahuan Akan Iman)

Berkaitan dengan berbagai proses penalaran verbal atau rasionalisasi. Faktor ini juga terkait dengan daya nalar seseorang terhadap sesuatu yang diimani. Dengan kata lain, epistemologi pengetahuan seseorang akan sangat memengaruhi gaya berimannya.

4. CARA MENINGKATKAN RELIGIUSITAS

Ada beberapa cara untuk meningkatkan religiusitas <http://abarokah18.blogspot.co.id/2012/11/meningkatnya-religiusitas-pada-keluarga.html>

1. Meditasi dan Transformasi Religius

Sejak abad ke-20 yang lalu, praktik meditasi telah mendapat perhatian luar biasa dari masyarakat Barat. Esensi praktik meditasi adalah usaha untuk mengikat kesadaran menuju satu objek yang tidak berubah dalam waktu tertentu. Terdapat banyak macam teknik meditasi. Bentuk paling umum dari praktik meditasi adalah meditasi auditori yang melibatkan penggunaan *mantra*, yaitu kata-kata atau frasa tertentu yang dianggap sakral. Dalam tradisi Islam terdapat beberapa formula yang sering digunakan untuk mencapai kesadaran meditatif antara lain : *laa illa ha illallah* (Tiada Tuhan Selain Allah) atau *astaghfirullah-al-adzim* (Aku berlindung kepada Allah).

Di bawah ini adalah karakteristik-karakteristik pengalaman mistis yang dapat ditemukan pada beberapa literatur

- a. pengalaman mistis mempunyai kualitas *neorik*. Artinya, bahwa pengalaman itu tidak hanya berupa pengalaman emosional saja di mana orang merasakan keterdekatan dengan Tuhan.
- b. pengalaman mistis tidak dapat diungkapkan dengan kata-kata, sehingga pengalaman mistis sulit dideskripsikan secara verbal seutuhnya.
- c. pengalaman mistis mempunyai kualitas kesatuan (*quality of unity*). Artinya, bahwa orang yang mendapatkan pengalaman mistis dapat merasakan keutuhan dan kesatuan segala sesuatu.
- d. pengalaman mistis adalah sebuah pengalaman yang nyata (real).
- e. pengalaman mistis mempunyai unsur keterlepasan dengan dimensi ruang dan dimensi waktu. Keterlepasan dengan dimensi ruang terjadi ketika orang merasa bahwa dia tidak lagi berada di tempatnya saat itu.
- f. pengalaman mistis mempunyai kualitas paradoksal. Artinya, bahwa orang yang berada dalam pengalaman mistis sering membuat pertanyaan yang kontradiktif, tetapi dapat diterima dengan logis.
- g. pengalaman mistis adalah bersifat pasif. Artinya bahwa orang yang mendapatkan pengalaman mistis tidak mau mengklaim bahwa apa yang diperolehnya merupakan hasil dari usahanya, melainkan karunia dari Tuhan.

Dalam berbagai riwayat, mereka diceritakan mempunyai pengalaman mistis sebelum mereka mengubah kehidupannya mereka sendiri mengubah masyarakat di sekitarnya. Orang biasa dapat juga mencapai kondisi tersebut,

baik melalui usaha ritual yang sungguh-sungguh maupun dengan melaksanakan praktik meditasi atau yang lain sesuai dengan tradisi agama masing-masing.

2. Amaliah Dzikir dan Transformasi Religius

Berkaitan dengan amalan dzikir yang dilaksanakan dengan menggunakan teknik khusus yang mirip dengan meditasi. Dzikir dengan cara ini mempunyai kekuatan yang besar yang dapat mengarahkan terjadinya transformasi religius. dzikir merupakan inti dari mistisisme dalam Islam. Penyebutan nama Allah secara berulang-ulang dianggap sebagai suatu cara untuk membersihkan jiwa dan menyembuhkan penyakit-penyakit di dalamnya.

Selama proses penyucian diri dan perjalanan mendekati diri kepada Allah, orang yang melaksanakan dzikir sering mendapatkan pengalaman-pengalaman mistis atas pengalaman *Altered State of Consciousness* (ASC), yaitu suatu bentuk kesadaran yang berubah, yang berbeda dengan kesadaran orang normal pada umumnya.

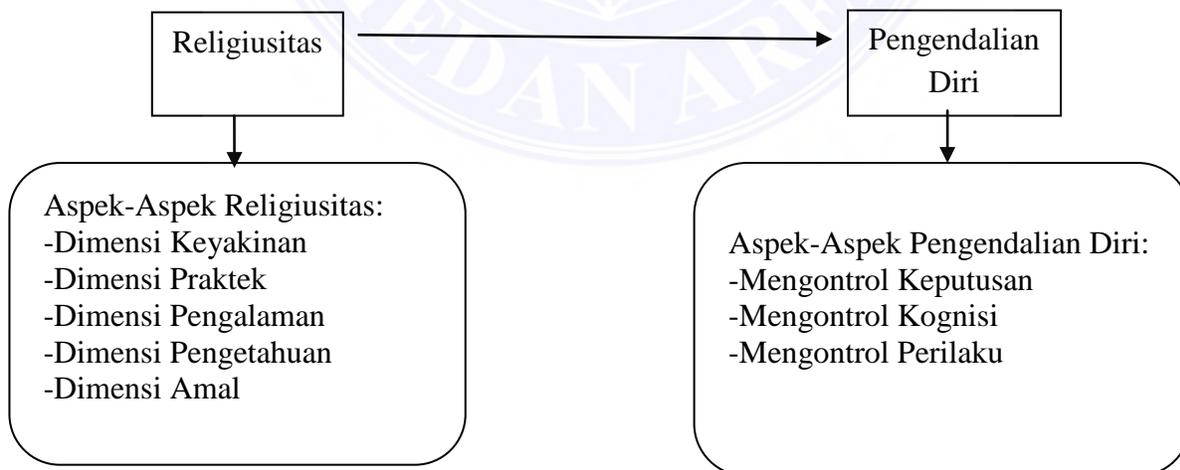
D. Hubungan Religiusitas Dengan Pengendalian Diri

Hurlock (1980) mengatakan bahwa kendali diri muncul karena adanya perbedaan dalam mengelola emosi, cara mengatasi masalah, tinggi rendahnya motivasi, dan kemampuan mengelola potensi dan pengembangan kompetensinya. Kendali diri berkaitan dengan bagaimana individu mampu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dalam dirinya. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi Pengendalian diri. Faktor-faktor ini salah satunya adalah faktor religiusitas, yaitu pengetahuan dan pemahaman remaja terhadap konsep-konsep

religiusitas. Religiusitas dapat menstabilkan tingkah laku, memberikan perlindungan rasa aman terutama bagi remaja yang tengah mencari eksistensinya. Seseorang yang melakukan praktek agama dengan baik, yang tujuannya adalah semata-mata hanya untuk menyembah Allah, yang mana hal itu bisa menjadikan hubungan dengan Tuhannya baik dan kokoh, serta dapat meluruskan tingkah lakunya, maka dengan hal ini seseorang dapat mengontrol perilakunya atau dengan kata lain meningkatkan pengendalian dirinya (dalam khairunnisa, 2013).

E. Kerangka Konseptual

Penelitian ini untuk mengetahui tinggi rendahnya hubungan Religiusitas dengan Pengendalian Diri Secara skematik, kerangka konseptual dapat dilihat pada gambar berikut ini :



F. Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas, maka hipotesis dari penelitian ini adalah ada hubungan positif antara religiusitas dengan pengendalian diri. Dengan asumsi, semakin baik Religiusitas maka semakin baik pengendalian diri dan begitu sebaliknya semakin buruk religiusitas maka semakin buruk pengendalian diri.



BAB III

METODE PENELITIAN

Pada bagian ini akan menguraikan mengenai identifikasi variabel penelitian, definisi operasional, variabel penelitian, populasi dan teknik pengambilan sampel, metode pengumpulan data, validitas dan reliabilitas alat ukur serta metode analisis data.

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini, antara lain sebagai berikut:

1. Variabel bebas : Religiusitas
2. Variabel terikat : Pengendalian Diri

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Religiusitas

Religiusitas adalah seberapa kuat individu terikat pada aturan-aturan dan kewajiban-kewajiban agamanya. Dalam penelitian ini peneliti menyusun skala berdasarkan aspek atau dimensi religiusitas yang telah dibagikan Glock dan Stark (dalam Subandi, 2013), yaitu: dimensi keyakinan, dimensi praktik, dimensi penghayatan, dimensi pengetahuan, dimensi pengamalan.

2. Pengendalian Diri

Pengendalian Diri adalah kemampuan individu untuk menahan keinginan atau dorongan sesaat yang bertentangan dengan tingkah laku yang tidak sesuai dengan norma sosial. Dalam penelitian ini peneliti menyusun skala

berdasarkan aspek-aspek yang telah di paparkan Averill (dalam ghufron dan risnawita, 2010), yaitu: kendali perilaku, kendali kognitif, kendali keputusan.

C. Populasi, Sampel Dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. (dalam Sugiyono, 2013). Populasi dalam penelitian ini adalah remaja usia 12 sampai 21 tahun bertempat tinggal di Desa Arul Kumer Selatan Aceh Tengah dan beragama islam yang berjumlah 367 orang

2. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel dianggap sebagai sumber data yang penting dan mendukung penelitian. Perhitungan banyaknya sampel. didasarkan pada perhitungan prosentase dari jumlah populasi terjangkau (dalam sugiyono, 2013). Menurut ari kunto (2010) apabila subjek populasi lebih dari 100, maka sampel dapat diambil antara 10% - 15% sampel. Pada penelitian ini sampel berjumlah 40 orang.

3. Teknik pengambilan sampel

Teknik pengambilan sampel adalah dengan menggunakan teknik random sampling, untuk menentukan sampel yang digunakan dalam penelitian

(arikunto, 2010). Peneliti akan memilih secara acak remaja di Desa Arul Kumer Selatan Aceh Tengah.

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data merupakan faktor yang paling penting dalam penelitian ini. Karena akan menyebabkan baik atau buruknya hasil dari suatu penelitian. Semakin baik metode dalam pengambilan data, maka semakin tepat suatu objek atau gejala identifikasi, Hadi (2000).

Adapun alasan menggunakan metode pengumpulan data berupa skala menurut Hadi (2000) adalah:

1. Subjek adalah orang yang paling tau tentang dirinya.
2. Pertanyaan subjek adalah benar dapat dipercaya.
3. Interpretasi subjek tentang penyatuan yang diajukan kepadanya adalah sama dengan apa yang dimaksud penelitian.

Menurut Hadi (2000), bahwa skala tipe pilihan dapat digunakan untuk menyelidiki fakta objektif maupun fakta subjektif. Selanjutnya Hadi mengemukakan bahwa kebaikan-kebaikan skala yaitu :

1. Metode skala merupakan metode yang hemat dan tenaga ekonomis.
2. Dalam waktu yang relative singkat dapat dikumpulkan data yang cukup banyak.
3. Untuk para pelaksananya tidak dibutuhkan keahlian khusus mengenai lapangan yang ingin diselidiki.

4. Metode skala merupakan metode yang cukup praktis. Adapun data pada penelitian ini menggunakan dua macam skala yaitu; skala pengendalian diri dan skala religiusitas.

a. Skala Religiusitas

Mengukur tingkat religiusitas berdasarkan dimensi/aspek yang dikemukakan Glock dan Stark yaitu (1) dimensi keyakinan, (2) dimensi praktek, (3) dimensi penghayatan, (4) dimensi pengetahuan dan (5) dimensi pengamalan.

b. Skala Pengendalian Diri

Skala Pengendalian Diri disusun berdasarkan Aspek-Aspek Pengendalian Diri yang dikemukakan oleh Averill yaitu: (a) *Kontrol perilaku*, (b) *Kontrol Kognitif*, (c) *Mengontrol keputusan*.

Dalam proses pengukuran peneliti menggunakan skala semantic differential. Menurut Sugiyono (2013) skala semantic differential digunakan untuk mengukur sikap, hanya bentuknya tidak pilihan ganda maupun checklist, tetapi tersusun dalam satu garis kontinum yang jawaban “sangat positifnya” terletak di bagian kanan garis, dan jawaban yang “sangat negatif” terletak di bagian kiri garis, atau sebaliknya. Data yang diperoleh adalah data interval, dan biasanya skala ini digunakan untuk mengukur sikap/karakteristik tertentu yang dimiliki oleh seseorang.

E. Validitas Dan Reliabilitas

Untuk menguji validitas atas kesalihan suatu alat ukur yang digunakan teknik internal kreterium, yaitu:

1. Validitas

Data yang baik adalah data yang sesuai dengan kenyataan sebenarnya, dan data tersebut bersifat tetap atau dapat dipercaya. Data yang sesuai dengan keadaan sebenarnya disebut data valid. Data yang dapat dipercaya disebut data yang reliabel. Agar dapat diperoleh data yang valid dan reliabel, maka instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur objek yang akan dinilai harus memiliki bukti validitas dan reliabilitas (Widoyoko dalam Utami, 2013)

Suatu butir instrumen dikatakan valid apabila memiliki sumbangan yang besar terhadap skor total. Dengan kata lain dikatakan mempunyai validitas yang tinggi jika skor pada butir mempunyai kesejajaran dengan skor total. Kesejajaran ini dapat diartikan dengan korelasi, sehingga untuk mengetahui validitas butir digunakan rumus korelasi *product moment* (Widoyoko dalam Utami, 2013)

$$r_{xy} = \frac{N(\sum Xy) - (\sum X \sum y)}{\sqrt{[N\sum X^2 - (\sum X)^2][N\sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan :

r_{xy}	= Koefisien korelasi butir dengan skor total
$\sum X$	= jumlah skor variabel X
$\sum Y$	= jumlah skor variabel Y
N	= jumlah individu dalam sampel

Khusus dimensi pengetahuan Religiusitas dikotomi sebanyak 8 butir, dimensi ini dikotomi karena peneliti ingin melihat lebih dalam pengetahuan remaja Arul Kumer Selatan tentang religiusitas.

Adapun alasan peneliti menggunakan tehnik korelasi *product moment* dalam menguji validitas butir yang digunakan adalah karena peneliti ingin melihat korelasi antara dua variabel. Untuk melihat koefisien internal item dapat ditempuh dengan cara menghitung koefisien korelasi antara skor yang diuji dengan skor total tesnya.

2. Reliabilitas

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan (Singarimbun dalam Utami, 2013). Dalam penelitian ini uji reliabilitas akan dilakukan dengan menggunakan tehnik formula *Alpha Cronbach*

$$r = \frac{N}{N-1} \left[1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma t^2} \right]$$

Keterangan :

r = koefisien reliabilitas instrumen (*Cronbach's Alpha*)

N = banyaknya pertanyaan

$\sum \sigma b^2$ = total varians pertanyaan

t = total varians

Tehnik pengumpulan *Alpha Cronbach*, dimana butir pertanyaan dianggap reliabel jika koefisien r angka berada dalam rentang 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisiensi reliabilitas mendekati 1,00 berarti semakin

tinggi reliabilitas. Sebaliknya, jika koefisien reliabilitas mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitas (Azwar dalam Utami, 2013)

F. Analisis Data

Setelah data diperoleh maka tahap selanjutnya adalah menganalisis data. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah teknik korelasi *product moment* dari Pearson. Korelasi *product moment* yaitu teknik yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel penelitian yang meliputi variabel bebas dan variabel terikat.

Untuk menguji validitas dan reliabilitas, sebelumnya dilakukan analisis data dengan menggunakan teknik analisis *product moment*, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yaitu :

- a. Uji Normalitas, yaitu untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian masing-masing variable telah menyebar secara normal.
- b. Uji Linearitas, yaitu untuk mengetahui apakah variable terikat memiliki hubungan yang linier dengan variable bebasnya.

Semua data penelitian dilakukan dengan sistem komputerisasi dengan menggunakan program statistic paket SPSS version 17.0 for Windows kecuali dimensi pengetahuan Religiusitas, dimensi ini dikotomi sebanyak 8 butir, dimensi ini dikotomi karena peneliti ingin melihat lebih dalam pengetahuan remaja Arul Kumer Selatan tentang religiusitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. (Edisi Revisi 2010). Jakarta: Rineka Cipta.
- Badriyah, L. (2013). *Pengaruh Empati Dan Self Control Terhadap Agresivitas Remaja Sma Negeri 3 Kota Tangerang Selatan*. Skripsi: Tidak Diterbitkan. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Carter, E. C., McCullough, M. E., & Carver, C. S. (2012). The mediating role of monitoring in the association of religion with self-control. *Social Psychological and Personality Science* , 1-7.
- Desmond, S. A., Ulmer, J. T., & Bader, C. D. (2013). Religion, self control, and substance use. *Deviant Behavior* , 384-406.
- Ghufron. M. N dan S. R. Risnawita (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz
- Hadi, S. (2000). *Methodology Research (Jilid 1-4)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada.
- Haviez. M. S. (2013). *Hubungan Antara Religiusitas Dan Self-Control Di Kalangan Remaja*. Skripsi: Tidak Diterbitkan. Jakarta: Universitas Bina Nusantara
- Hurlock. E. B. (1980). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta:Erlangga.
- Khairunnisa. (2013). *Hubungan Religiusitas Dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Seksual Pranikah Remaja Di Man 1 Samarinda*. Volume 1 Nomor.2. Jurnal Psikologi.
- Less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality* , 271-322.
- Pakpahan, T. (2014). *Perbedaan Control Diri Dalam Berpacaran Pada Mahasiswa-Mahasiswi Sekolah Tinggi Teologi Sumatera Utara Dan Universitas Sumatera Utara Di Medan*. Skripsi: Tidak Diterbitkan. Medan: Universitas Medan Area.
- Papalia, D, E, (2008). *Human developmen t (Psikologi Perkembangan)*. Jakarta:Kencana Prenada Media Group

- Praptiani, S. (2013). Pengaruh kontrol diri terhadap agresivitas remaja dalam menghadapi konflik
- Rahayu, S. (2004). *Psikologi Perkembangan*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Santrock, J. W. (2003). *Medan Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga
- Saut, P. D. (2012). Keluarga korban ingin afriyani dihukum setidaknya 20 tahun bui. Dipetik 522, 2013, dari Detiknews:
<http://news.detik.com/read/2012/04/26/102844/1901887/10/keluarga-korban-inginafriyani-dihukum-setidaknya-20-tahun-bui>
- Sebaya & pemaknaan gender. *Jurnal Sains & Praktik Psikologi*, 1, 1-13.
- Subandi. (2013). *Psikologi Agama Dan Kesehatan Mental*. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Sugiyono, (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Sugiyono, (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment,
- Thouless, R. H. (2000). *Pengantar Psikologi Agama*. Jakarta; PT Raja Grafindo Persada
- Utami, W. B, 2013. *Skripsi: Pengaruh Label Halal Terhadap Keputusan Membeli (Survei Pada Pembeli Produk Kosmetik Wardah di Outlet Wardah Griya Muslim An-nisa Yogyakarta)*. Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora : Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Zulkarnain. (2002). Hubungan kontrol diri dengan kreativitas pekerja. Fakultas kedokteran. Universitas sumatera utara. [online]. Tersedia: duniapsikologi.dagdigdug.com/...kontrol-diri-dan-kreativitas-kerja.pdf. (diakses Maret 2009)
- <http://abarokah18.blogspot.co.id/2012/11/meningkatnya-religiusitas-pada-keluarga.html>