

HUBUNGAN KETERLIBATAN AYAH DALAM PENGASUHAN DENGAN KONTROL DIRI REMAJA SEKOLAH MENENGAH ATAS

Martiza Putri Wahyuni¹, Ika Febrian Kristiana¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

martizaptr89@gmail.com

ABSTRAK

Kontrol diri merupakan sesuatu yang krusial bagi seseorang, khususnya remaja. Orang tua sebagai sumber belajar pertama anak bisa menentukan bagaimana individu mengontrol dirinya. Kontrol diri dibentuk oleh orang tua kepada anaknya melalui pengasuhan. Ketidakhadiran salah satu peran orang tua bisa menyebabkan ketidakseimbangan dalam perkembangan psikologis anak. Akan tetapi, di Indonesia sendiri, peran ayah dipercayai hanya bertugas mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan ekonomi, sedangkan urusan mengenai pengasuhan anak merupakan tugas ibu. Padahal, keterlibatan ayah dalam pengasuhan juga cukup krusial. Studi ini bertujuan untuk mengetahui hubungan keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan kontrol diri remaja SMA. Populasi dalam studi ini ialah siswa dan siswi SMA Negeri 98 Jakarta yang berusia 15 – 18 tahun dan sedang/ pernah tinggal bersama ayahnya. Jumlah populasi studi ini yakni 600 siswa dengan sampel sebanyak 248 siswa. Teknik pengambilan sampel memakai *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan yakni *Brief Self – Control Scale* dengan jumlah 10 aitem ($\alpha = .813$.) dan Skala Keterlibatan Ayah dengan jumlah 35 aitem ($\alpha = .949$.). Analisis data menggunakan analisis regresi sederhana dan memperlihatkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara keterlibatan ayah dengan kontrol diri dan menghasilkan sumbangan efektif 2,1% keterlibatan ayah pada kontrol diri remaja. Makin tinggi keterlibatan ayah dalam pengasuhan, maka akan makin tinggi kontrol diri remaja.

Kata kunci: ayah, kontrol diri, remaja

THE RELATIONSHIP BETWEEN FATHER INVOLVEMENT IN PARENTING AND SELF – CONTROL AMONG HIGH SCHOOL ADOLESCENTS

Martiza Putri Wahyuni¹, Ika Febrian Kristiana¹

¹Faculty of Psychology, Diponegoro University

Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

martizaptr89@gmail.com

ABSTRACT

Self-control is a crucial aspect for individuals, especially adolescents. Parents, as a child's first source of learning, play a significant role in shaping how an individual exercises self-control. Self-control is formed through parenting, and the absence of one parent's role can lead to an imbalance in a child's psychological development. However, in Indonesia, fathers are often perceived solely as breadwinners responsible for fulfilling the family's economic needs, while parenting is considered the mother's responsibility. In fact, a father's involvement in parenting is equally essential. This study aims to examine the relationship between father involvement in parenting and self-control among high school adolescents. The population in this study consists of male and female students from SMA Negeri 98 Jakarta, aged 15–18 years, who are currently living with or have lived with their fathers. The total population is 600 students, with a sample size of 248 students. The sampling technique used is cluster random sampling. The instruments used include the Brief Self-Control Scale with 10 items ($\alpha = .813$) and the Father Involvement Scale with 35 items ($\alpha = .949$). Data were analyzed using simple regression analysis, which showed a significant positive relationship between father involvement and adolescent self-control. The effective contribution of father involvement to self-control was 2.1%. The higher the father's involvement in parenting, the higher the level of adolescent self-control.

Keywords: father, self-control, adolescents

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Fase remaja ialah fase yang cukup krusial pada tumbuh kembang individu sebagai seorang manusia. Remaja ialah masa – masa perubahan atau transisi dari fase kanak–kanak ke dewasa (Isroani dkk., 2023). Saat mengalami masa ini, seseorang akan dihadapkan pada peralihan secara biologis, kognitif, dan sosio-emosional (Santrock, 2018). Berdasar pada Ali (2011), remaja atau *adolescence* berarti tumbuh atau berkembang mencapai suatu kematangan. Seseorang bisa dikatakan remaja apabila ia memasuki usia sekitar 10 –13 tahun dan berakhir ketika ia berusia sekitar 18–22 tahun (Santrock, 2018).

Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (2010) mengungkapkan usia remaja merupakan usia dengan rentang 10 – 24 tahun. Berdasar pada Sawyer dkk. (2018), masa remaja mempunyai tiga tahapan/fase yang terdiri dari remaja awal (*early adolescence*), remaja madya (*middle adolescence*), dan remaja akhir (*late adolescence*). Monks (2006) mengungkapkan bahwa usia remaja berkisar antara 12–15 tahun (remaja awal), 15–18 tahun (remaja pertengahan), dan 18–21 tahun (remaja akhir). Tahun 2023, sekitar 23,88% penduduk Indonesia ialah remaja dengan rentang usia 10–24 tahun (Badan Pusat Statistik, 2023).

Memasuki usia ini, remaja akan mengalami krisis identitas yang mengharuskannya untuk mencari jati diri (Erikson, 1968). Tidak mengherankan apabila saat individu memasuki usia remaja, ia akan mengeksplorasi berbagai hal–hal baru. Akan tetapi, ia juga akan mengalami kebingungan. Remaja merupakan masa pencarian jati diri seorang manusia di mana ia akan mencoba banyak hal baru termasuk hal–hal yang berisiko (Haidar dkk., 2020). Individu juga akan mengalami masa *storm and stress* pada masa ini (Auliya & Eva, 2025). *Storm and stress* ialah suatu fase di mana seseorang mengalami suatu ketegangan emosi yang melonjak dikarenakan berubahnya fisik dan perubahan kelenjar (Widyanti, 2024). Remaja akan mulai memandang dunia luar dengan kaca mata yang berbeda dari sebelumnya. Ia akan melihat nilai dan prinsip baru yang sekiranya sesuai dengan dirinya. Nilai dan prinsip itu biasanya berhubungan dengan nilai yang ia biasakan sejak kecil dari keluarga (Erikson, 1968).

Sesuai teori psikososial yang dikemukakan oleh Erikson (1968), setiap manusia akan melewati berbagai tahapan kehidupan dengan tugas perkembangan tertentu. Ketika memasuki masa remaja, individu akan mengalami fase *identity vs role confusion*. Saat berada pada tahapan ini, individu akan mulai mencari identitas dirinya. Individu dihadapkan untuk menemukan eksistensi diri mereka sendiri sehingga akan ada banyak gangguan untuk menemukan identitasnya. Apabila individu berhasil mengatasi hal itu dengan lingkungan yang baik, ia berhasil menyelesaikan krisisnya. Akan tetapi, apabila ia tidak berhasil, individu rentan mengalami krisis identitas (Mokalu & Boangmanalu, 2021). Berdasar pada Havighurst (1972), tugas perkembangan yang dihadapi oleh remaja salah satunya

ialah menjalin hubungan sosial dengan teman-temannya, baik yang mempunyai jenis kelamin sama maupun berbeda. Oleh karena itu, remaja rentan dipengaruhi oleh teman sebayanya untuk melakukan hal-hal negatif. Berdasar pada Jatmika (2010), apabila dibandingkan dengan fase kanak-kanak, pada fase remaja, individu akan lebih mudah terpengaruh oleh teman-temannya yang didasarkan pada hasil pengamatan dirinya pada lingkungannya itu. Remaja akan mengadaptasi nilai yang dibawa oleh teman-temannya sesuai hasil pengamatannya. Apabila nilai yang dibawa teman-temannya negatif, ia rentan akan meniru perilaku negatif temannya itu.

Berdasarkan data Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, jumlah pelajar SMA di Indonesia mencapai 5.380.442 siswa (Data Pokok Pendidikan, 2024), di dalamnya termasuk pelajar SMA di Provinsi DKI Jakarta berjumlah 188.828 (Data Pokok Pendidikan, 2024). Remaja yang duduk di bangku SMA rentan melakukan perilaku menyimpang, baik yang disadari maupun tidak (Fonna, 2018). Fenomena ini dikenal sebagai kenakalan remaja, yakni tindakan yang berlawanan dengan norma atau nilai yang ada di masyarakat, yang dilakukan saat individu menginjak usia remaja (Utami & Raharjo, 2019). Kenakalan remaja menjadi suatu hal yang cukup memprihatinkan di Indonesia. Berdasar pada Hardin dan Nidia (2022), kenakalan remaja di negara Indonesia diperkirakan akan terus bertambah tiap tahun dengan persentase kenaikan sebesar 10,7% jika dilihat dari tahun 2019 – 2020. Sesuai data Pusat Informasi Kriminal Nasional (2024a), terdapat 378.332 kasus kriminalitas yang terjadi di Indonesia selama tahun 2024. Hal tersebut termasuk tindak kenakalan remaja, seperti

narkotika, psikotropika, perkelahian pelajar, dan lain–lain (Pusat Informasi Kriminal Nasional, 2024a). Pusat Informasi Kriminal Indonesia (2024b) juga melaporkan terdapat 46.515 terlapor kasus tindak pidana berpendidikan SLTA/ sederajat. Berdasar pada data Kasus Perlindungan Anak dari Media tahun 2023 menyebutkan terdapat 84 kasus anak yang berhadapan dengan hukum menjadi pelaku sebesar 9,2%, penyalahgunaan napza sebesar 0,7%, serta pornografi dan cybercrime sebesar 0,3% (Komisi Perlindungan Anak Indonesia, 2023a). Data Kasus Perlindungan Anak dari Pengaduan ke KPAI pada 2023 juga mengemukakan terdapat 33 kasus anak yang berhadapan dengan hukum (Komisi Perlindungan Anak Indonesia, 2023b). Berdasar pada Kartono (2009), angka kriminalitas tertinggi ada pada individu yang berusia sekitar 15 –19 tahun.

Fenomena kontrol diri rendah juga terlihat dari kecenderungan penggunaan *smartphone* yang berlebihan, terutama pada malam hari (Yusuf & Nurihsan, 2022). Hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2023 menunjukkan bahwa 91,1% remaja usia 13–18 tahun di Indonesia menggunakan internet melalui *smartphone*, dengan durasi penggunaan rata-rata lebih dari 5 jam per hari. Penggunaan ini meningkat secara signifikan di malam hari, yang berisiko mengganggu pola tidur dan konsentrasi akademik (APJII, 2023). Fenomena kontrol diri rendah pada remaja tidak hanya tercermin dari penggunaan *smartphone* berlebihan, tetapi juga dari kecenderungan prokrastinasi akademik dan ledakan emosi dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan penelitian oleh Rahayu dan Sari (2022), sebanyak 64% remaja SMA di Indonesia mengaku sering menunda tugas sekolah, terutama saat tugas tersebut

dirasa sulit atau membosankan. Saat usia itu, individu sedang menginjak pendidikan di bangku SMA pada tahapan remaja madya.

Di samping fenomena yang terjadi, berdasar pada Yusuf dan Nurihsan (2006), tugas dari remaja di masa perkembangannya, salah satunya yakni menguatkan pengendalian diri. Hal ini juga didukung oleh Suryana dkk. (2022) yang mengemukakan bahwa remaja madya memiliki tugas perkembangan untuk meningkatkan pengendalian diri. Fenomena ini juga terjadi di salah satu sekolah SMA di Jakarta. SMA Negeri 98 Jakarta ialah salah satu sekolah di Jakarta Timur. Berdasar pada hasil wawancara dengan beberapa siswa, terdapat kenakalan–kenakalan remaja yang terjadi, seperti merokok, *bullying*, ataupun memukul teman sebaya. Berdasar pada Komisi Perlindungan Anak, Jakarta menjadi nomor dua sebaran terbanyak korban yang mengadu ke KPAI sepanjang Januari – September 2023 (Komisi Perlindungan Anak Indonesia, 2023b), di dalamnya termasuk korban dengan kategori usia remaja.

Kenakalan remaja tidak hanya menjadi persoalan individu, tetapi juga berdampak luas terhadap keluarga, sekolah, hingga masyarakat. Dampak dari kenakalan remaja dapat berupa gangguan pada perkembangan psikososial, prestasi akademik, hingga keterlibatan dalam sistem peradilan anak. Berdasarkan penelitian Wicaksono dan Isnawati (2020), perilaku menyimpang pada remaja berkorelasi negatif dengan pencapaian akademik serta dapat menyebabkan putus sekolah. Selain itu, menurut Notoatmodjo (2010), kenakalan remaja dapat memperbesar kemungkinan remaja mengalami kecanduan, masalah hukum, dan pengucilan sosial, yang berakibat pada terganggunya proses perkembangan identitas. Badan

Narkotika Nasional (BNN, 2023) melaporkan bahwa keterlibatan remaja dalam penyalahgunaan narkoba dapat mengakibatkan gangguan fungsi otak jangka panjang yang berdampak pada pengambilan keputusan dan kontrol emosi. Menurut sisi psikologis, remaja yang terlibat dalam kenakalan juga rentan mengalami gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan, dan rendahnya harga diri (Sari & Yulianti, 2021). Tidak hanya itu, kenakalan remaja juga dapat menimbulkan kerugian ekonomi dan sosial di tingkat komunitas karena meningkatkan angka kriminalitas dan menurunkan kualitas sumber daya manusia masa depan (Suherman, 2022).

Remaja memiliki kecenderungan lebih besar untuk gagal menahan impuls yang tidak sesuai dengan norma sosial atau nilai jangka panjang. Hal ini terlihat dari tingginya prevalensi perilaku berisiko seperti penyalahgunaan zat, perkelahian, dan pelanggaran aturan. Studi oleh Tiego dkk. (2018) menemukan bahwa kemampuan menahan dorongan yang rendah berkorelasi dengan meningkatnya keterlibatan remaja dalam perilaku agresif dan antisosial. Remaja sering menunjukkan kesulitan dalam memulai aktivitas yang memerlukan usaha berkelanjutan, seperti belajar, berolahraga, atau mengembangkan kebiasaan positif lainnya. Kesulitan ini sebagian dipengaruhi oleh lemahnya regulasi motivasi internal. Duckworth, Gendler, dan Gross (2016) menyatakan bahwa kelemahan dalam inisiasi terkait erat dengan rendahnya rasa tanggung jawab dan tujuan jangka panjang yang belum terbentuk kuat pada usia remaja.

Adanya kenakalan remaja yang makin marak terjadi bisa disebabkan oleh kontrol diri individu yang kurang (Gottfredson dan Hirschi, 1990). Berdasar pada

Aroma dan Suminar (2012), makin tingginya kontrol diri seseorang maka makin kecil kemungkinan ia terlibat dalam perilaku kenakalan remaja. Sebaliknya, jika seseorang itu mempunyai kontrol diri yang rendah, maka probabilitasnya untuk terlibat dalam kenakalan remaja akan makin besar. Berdasar pada Tangney, Baumeister, dan Boone (2004), kontrol diri ialah kemampuan dalam mengontrol perilaku sesuai nilai, norma, serta aturan yang berlaku di masyarakat supaya tidak menimbulkan perilaku negatif. Kenakalan remaja bisa disebabkan oleh gagalnya individu dalam mengembangkan kontrol diri (Hidayah, 2020). Faktor yang mempengaruhi kontrol diri individu ada yang bersifat internal ataupun eksternal. Faktor internal mencakup usia, sementara faktor eksternal meliputi pengaruh lingkungan dan keluarga (Marsela & Supriatna, 2019).

Berdasar pada Gottfredson dan Hirschi (1990), kontrol diri seharusnya sudah dibentuk sejak anak berusia 8 tahun melalui internalisasi nilai kontrol dari orang tua sedari kecil. Orang tua sebagai sumber belajar pertama anak bisa menentukan bagaimana individu mengontrol dirinya. Berdasar pada Gottfredson dan Hirschi (1990), kontrol diri dibentuk oleh orang tua kepada anaknya melalui pengasuhan. Teladan yang diberikan orang tua dalam keluarga bisa memberi petunjuk positif bagi anak untuk mengontrol diri, bertanggung jawab, dan bertindak bijaksana sesuai dengan aturan, sehingga anak bisa berperilaku jujur (Mulyati dkk., 2020). Individu akan banyak belajar dari tempat ia bertumbuh dan berkembang sejak kecil untuk bersikap di masyarakat (Rahayu, 2018). Pengasuhan yang diterapkan di rumah oleh orang tua berperan besar. Idealnya, pengasuhan dilakukan

oleh ibu dan ayah. Ketidakhadiran salah satu peran orang tua bisa menyebabkan ketidakseimbangan dalam perkembangan psikologis anak (Junaidin dkk., 2023).

Akan tetapi, di Indonesia, peran ayah dipercayai hanya bertugas mencari nafkah untuk memenuhi kebutuhan ekonomi, sedangkan urusan mengenai pengasuhan anak merupakan tugas ibu (Istiyati dkk., 2020). Meskipun demikian, keterlibatan ayah dalam pengasuhan juga cukup krusial. Berdasar pada Hart (2002), peran ayah dalam pengasuhan yakni sebagai *economic provider* (pencari nafkah), *friend and playmate* (teman dan teman bermain), *caregiver* (pengasuh), *teacher and role model* (pengajar dan teladan), *monitor and disciplinary* (pengawas dan penegak disiplin), *protector* (pelindung), *advocate* (pembela atau pendukung), dan *resource* (sumber daya). Menurut Hardiningrum dkk. (2024), anak yang diasuh dengan adanya keterlibatan ayah yang aktif mempunyai kecenderungan yang positif dalam perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak. Berdasar pada Pruett (dalam Partasari dkk., 2017), pada masa remaja, peran ayah penting dalam membentuk harga diri anak supaya tetap positif, memperkuat motivasi remaja perempuan untuk meraih prestasi, serta mendorong remaja laki-laki untuk melanjutkan pendidikan dan mencapai kesuksesan dalam karier.

Teori ekologi menjelaskan bahwa perkembangan individu dipengaruhi oleh sistem yang saling berinteraksi, salah satunya adalah mikrosistem, yaitu lingkungan terdekat yang melibatkan hubungan langsung antara individu dengan orang-orang di sekitarnya (Darling, 2007). Konteks ini menjelaskan bahwa ayah termasuk dalam elemen penting mikrosistem, karena memiliki interaksi yang rutin dan signifikan dengan anak. Peran ayah tidak hanya terbatas sebagai penyedia

kebutuhan materi, tetapi juga sebagai figur yang dapat memberikan dukungan emosional, nilai-nilai moral, serta menjadi panutan dalam pengambilan keputusan dan pengendalian diri (Pleck, 2010). Penelitian yang dilakukan oleh Sarkadi dkk. (2008) menunjukkan bahwa keterlibatan ayah dalam pengasuhan berkorelasi dengan berbagai aspek positif dalam perkembangan psikososial anak dan remaja, termasuk peningkatan kemampuan kontrol diri.

Penelitian tentang hubungan keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan kontrol diri sudah diteliti sebelumnya. Misalnya, penelitian Adani (2018) yang meneliti pada remaja akhir di Jakarta berusia 18 - 22 tahun. Maulida dan Sulistyaningsih (2023) juga melakukan penelitian serupa kepada remaja akhir berusia 17-20 tahun yang mengonsumsi alkohol di kota Malang. Selanjutnya, Putri dan Fardana (2024) meneliti kembali dengan topik keterlibatan ayah dengan kontrol diri pada remaja akhir. Selain itu, Yuliana dkk. (2023) melakukan penelitian mengenai pengaruh *fatherless* pada kontrol diri remaja. Kemudian Ashaumi (2024) juga melakukan penelitian serupa kepada siswa Sekolah Menengah Pertama. Berdasarkan penelitian - penelitian tersebut, terdapat kontradiksi hasil dimana tiga penelitian melaporkan terdapat hubungan positif antara keterlibatan ayah dengan kontrol diri remaja (Ashaumi, 2024; Putri & Fardana, 2024; Yuliana, 2023). Akan tetapi, dua penelitian lainnya melaporkan terdapat hubungan negatif antara keterlibatan ayah dengan kontrol diri remaja (Adani, 2018; Maulida & Sulistyaningsih, 2023). Adanya kontradiksi itu, ditambah dengan perbedaan konteks penelitian sebelumnya, serta perbedaan teori yang digunakan, maka

peneliti tertarik melakukan penelitian hubungan keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan kontrol diri pada konteks remaja SMA di Jakarta.

B. Rumusan Masalah

Sesuai pemaparan latar belakang ini, peneliti merumuskan permasalahan utamanya. Fokus utama penelitian ialah mengeksplorasi apakah terdapat kaitan antara peran serta seorang ayah dalam proses pengasuhan dengan tingkat kontrol diri yang dimiliki oleh remaja. Maka, rumusan masalah di studi ini ialah “Apakah terdapat hubungan antara keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan kontrol diri remaja SMA?”

C. Tujuan Penelitian

Studi ini tujuannya adalah untuk menguji secara empiris hubungan antara keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan kontrol diri remaja SMA.

D. Manfaat Penelitian

Studi ini diharapkan bisa memberi manfaat secara teoritis dan praktis:

1. Manfaat Teoritis

Memberi wawasan serta kontribusi bagi ilmu Psikologi, khususnya dalam ranah Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja, Pengasuhan Positif, serta Psikologi Keluarga yang berhubungan dengan peran ayah dan kontrol diri pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Memberi wawasan untuk sekolah khususnya guru tentang remaja. Melalui studi ini, guru diharapkan bisa mengkomunikasikan pada orang tua untuk meningkatkan kualitas hubungan antar ayah – anak.

b. Bagi Remaja

Jika remaja menyadari adanya keterkaitan antara keterlibatan ayah dan kontrol diri mereka, diharapkan mereka mampu mengenali, memahami, serta mengapresiasi peran dan fungsi ayah dalam proses perkembangan diri. Oleh sebab itu, remaja bisa bertumbuh dan berkembang dengan optimal.

c. Bagi Orang Tua

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi orang tua mengenai remaja, serta mendorong orang tua untuk meningkatkan kualitas hubungan dan berbagi peran secara optimal dalam mendukung perkembangan anak.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai literatur dan referensi bagi penelitian selanjutnya yang ingin mengangkat topik mengenai keterlibatan ayah dalam pengasuhan dan kaitannya dengan kontrol diri pada remaja atau siswa SMA.