



# Pengaruh antara Kontrol Diri dan Regulasi Emosi dengan Kenakalan Remaja di SMK Negeri 3 Buduran

Nurriyyah Brillianna Wahyuni<sup>1</sup>, Nurfi Laili<sup>2</sup>  
<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia  
E-mail: [nurfilaili@umsida.ac.id](mailto:nurfilaili@umsida.ac.id)

Article Info	Abstract
<b>Article History</b> Received: 2024-01-10 Revised: 2025-02-20 Published: 2025-03-02	<p>The aim of this study aims to investigate the impact of self-control and emotional regulation on juvenile delinquency at SMK Negeri 3 Buduran. The independent variables in this research are self-control and emotional regulation (X), while juvenile delinquency serves as the dependent variable (Y). The researcher employed a correlational quantitative research design utilizing multiple regression analysis techniques, with a sample of 385 students selected through proportionate stratified random sampling. The research instruments included adapted scales based on the Likert model for measuring juvenile delinquency, self-control, and emotional regulation. The juvenile delinquency scale was developed based on the Juvenile Delinquency Scale (JDS) and demonstrated a Cronbach's Alpha reliability of 0.836. The self-control scale was adapted from the Self-Control Scale (SCS) with a Cronbach's Alpha reliability of 0.899, while the emotional regulation scale was derived from the Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) with a Cronbach's Alpha reliability of 0.865. The results of the data analysis, conducted using multiple linear regression, revealed that self-control and emotion regulation together significantly affect juvenile delinquency, contributing 27.6%. The partial analysis indicated that self-control has a significant negative influence on juvenile delinquency, with a <math>\beta</math> value of -0.418, <math>p &lt; .001</math>, explaining 14.2% of the variance, while emotion regulation also has a significant negative influence, with a <math>\beta</math> value of -0.410, <math>p &lt; .001</math>, accounting for 13.4% of the variance. These findings suggest that self-control has a slightly greater impact on juvenile delinquency compared to emotion regulation.</p>
<b>Keywords:</b> <i>Self-Control;</i> <i>Emotion Regulation;</i> <i>Juvenile Delinquency.</i>	

Artikel Info	Abstrak
<b>Sejarah Artikel</b> Diterima: 2024-01-10 Direvisi: 2025-02-20 Dipublikasi: 2025-03-02	<p>Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pengendalian diri dan regulasi emosi terhadap kenakalan remaja di SMK Negeri 3 Buduran. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pengendalian diri dan regulasi emosi (X), sedangkan kenakalan remaja sebagai variabel terikat (Y). Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan teknik analisis regresi berganda, dengan sampel sebanyak 385 siswa yang dipilih melalui teknik proporsional stratified random sampling. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala yang diadaptasi berdasarkan model Likert untuk mengukur kenakalan remaja, pengendalian diri, dan regulasi emosi. Skala kenakalan remaja dikembangkan berdasarkan Juvenile Delinquency Scale (JDS) dan memiliki reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,836. Skala pengendalian diri diadaptasi dari Skala Pengendalian Diri (SCS) dengan reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,899, sedangkan skala pengaturan emosi diturunkan dari Kuesioner Pengaturan Emosi (ERQ) dengan reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,865. Hasil analisis data yang dilakukan dengan menggunakan regresi linier berganda mengungkapkan bahwa pengendalian diri dan pengaturan emosi secara bersama-sama memengaruhi kenakalan remaja secara signifikan, dengan kontribusi sebesar 27,6%. Analisis parsial menunjukkan bahwa pengendalian diri memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap kenakalan remaja, dengan nilai <math>\beta</math> sebesar -0,418, <math>p &lt; .001</math>, menjelaskan 14,2% varians, sedangkan pengaturan emosi juga memiliki pengaruh negatif yang signifikan, dengan nilai <math>\beta</math> sebesar -0,410, <math>p &lt; .001</math>, mencakup 13,4% varians. Temuan ini menunjukkan bahwa pengendalian diri memiliki dampak yang sedikit lebih besar terhadap kenakalan remaja dibandingkan dengan pengaturan emosi.</p>
<b>Kata kunci:</b> <i>Kontrol Diri;</i> <i>Regulasi Emosi;</i> <i>Kenakalan Remaja.</i>	

**I. PENDAHULUAN**  
Salah satu tingkatan dalam sistem pendidikan Indonesia adalah Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Para siswa di tingkat SMK memasuki periode remaja, yang merupakan fase perkembangan di antara masa kanak-kanak dan dewasa (Yusuf & Ika, 2017). Remaja biasanya belum menemukan identitas mereka yang

sebenarnya, sehingga mereka sering bergaul dan mencoba hal baru. Remaja idealnya mulai memahami peran mereka sebagai individu yang mampu berpikir dan bertindak sesuai dengan norma-norma sosial. Namun, perkembangan modernisasi saat ini memberikan remaja kemudahan akses terhadap berbagai informasi, termasuk yang berkaitan dengan pergaulan bebas, sejumlah besar remaja menunjukkan perilaku menyimpang, bahkan ada yang terjerumus ke dalam perilaku negatif, seperti seks bebas atau tindakan kriminal (Riauwati et al., 2023).

Menurut Kombes Pol Yusri Yunus dalam Muharam & Siagian (Muharam & Siagian, 2024) pada tahun 2020, dari 15 kasus pembegalan yang terjadi di wilayah DKI Jakarta, mayoritas pelakunya adalah remaja. Berdasarkan hasil monitoring media selama Juni–Juli 2020, sekitar 70% dari kasus tersebut dilakukan oleh remaja. Peningkatan ini dipengaruhi oleh tekanan sosial dan ekonomi akibat pandemi, yang membuat mereka terlibat dalam kejahatan untuk memenuhi kebutuhan seperti membeli obat-obatan dan minuman keras. Sementara, Badan Narkotika Nasional (BNN) mengungkapkan bahwa lebih dari 12.000 kasus penyalahgunaan narkoba di Indonesia melibatkan berbagai kelompok umur, termasuk remaja. Menurut data yang tersedia, sekitar 50% dari pengguna baru narkoba adalah remaja. Dari total kasus tersebut, ribuan remaja terlibat dalam penggunaan dan peredaran narkoba, yang mendorong BNN untuk lebih fokus pada upaya pencegahan dan rehabilitasi khusus bagi kelompok usia ini. Program pencegahan yang dilakukan BNN menasar pada kelompok remaja berisiko tinggi dengan menggunakan pendekatan edukatif dan melibatkan keluarga serta masyarakat untuk mengurangi angka penyalahgunaan narkoba di kalangan muda.

Fakta di lapangan menunjukkan kesamaan yang signifikan. Wawancara dengan guru kesiswaan di SMK Negeri 3 Buduran mengungkapkan berbagai bentuk pelanggaran yang dilakukan siswa, seperti datang terlambat, bolos, ketidakhadiran tanpa alasan, merokok di area sekolah, mengenakan seragam tidak lengkap, mengumpat, tidak menyelesaikan tugas, berkendaraan tanpa SIM, kebut-kebutan di jalan, merusak fasilitas sekolah, bertengkar dengan teman, tawuran di luar sekolah, begadang hingga larut malam, menonton video porno, dan mengonsumsi alkohol. Survei dengan skala kenakalan remaja yang disebarkan kepada 10 siswa secara acak menunjukkan bahwa 20% dari

mereka masuk dalam kategori kenakalan tinggi. Kenakalan remaja ini dipengaruhi oleh dua faktor utama, yaitu faktor internal yang mencakup gangguan dalam berpikir, kematangan emosi, kecerdasan emosional, dan kemampuan mengontrol diri, serta faktor eksternal yang meliputi kondisi keluarga tidak harmonis (broken home), status sosial ekonomi, pengaruh teman sebaya, dan penerapan disiplin yang kurang tepat dari orang tua (Utami et al., 2024).

Jumlah dan beragam jenis kenakalan remaja saat ini semakin meningkat. Namun, masyarakat belum menyadari bahwa tanggung jawab atas kenakalan remaja juga ada pada orang-orang di sekitar mereka. Terdapat empat faktor yang bertanggung jawab atas kenakalan remaja: anak itu sendiri, keluarganya, masyarakat, dan sekolah (Afrita & Yusri, 2022). Dalam kajian mengenai masalah sosial, kenakalan remaja dianggap sebagai perilaku yang menyimpang. Istilah "perilaku menyimpang" secara implisit menunjukkan adanya norma yang harus dipatuhi, di mana perilaku yang tidak sesuai dengan norma tersebut dianggap menyimpang. Isu perilaku menyimpang dalam konteks sosial dapat dianalisis melalui dua pendekatan: pendekatan individu dan pendekatan sistem. Pendekatan individu memanfaatkan perspektif sosialisasi, di mana kegagalan dalam bersosialisasi dianggap sebagai masalah sosial. Pengamatan terhadap perilaku mengganggu pada anak-anak dan remaja dapat memberikan dampak negatif. Kauffman dalam Husnadani dan rekan-rekannya (2020) menjelaskan hal ini mengatakan perilaku menyimpang dapat dipahami sebagai dampak dari konteks sosial, yang merupakan hasil interaksi yang tidak tepat antara individu dengan lingkungan sosialnya, bukan sekadar sebagai tindakan yang tidak pantas.

Kenakalan remaja didefinisikan sebagai perilaku remaja yang bertentangan dengan standar masyarakat menganggap remaja yang nakal sebagai anak yang mengalami cacat sosial karena pengaruh sosial di sekitar mereka menyebabkan mereka menderita gangguan mental. Masyarakat, sehingga masyarakat melihat perilaku mereka sebagai kelainan dan menyebutnya "kenakalan". Menurut buku pedoman 8, Bakolak Inpres No. 6/1977, kenakalan remaja merupakan perilaku atau Tindakan yang melanggar hukum, agama, serta norma sosial yang berlaku di masyarakat.

Kenakalan dapat memiliki konsekuensi yang serius termasuk penurunan prestasi akademik, masalah kesehatan mental dan emosional seperti

stres dan depresi, masalah hukum yang dapat merusak rekam jejak dan masa depan mereka, gangguan dalam hubungan sosial, pengaruh negatif terhadap masyarakat dengan menciptakan ketidakamanan, serta pembatasan pada peluang pendidikan dan pekerjaan di masa depan (Angraini & Ramli, 2018).

Menurut Santrock dalam Hasan (Hasan & Nurdibyanandaru, 2020) kenakalan remaja dapat dibagi menjadi dua jenis berdasarkan standar hukum: (1) kenakalan yang bersifat tidak etis dan sosial namun tidak diatur secara hukum, sehingga tidak dapat digolongkan sebagai pelanggaran; (2) Tindakan melanggar hukum yang dikenakan sanksi sesuai ketentuan hukum yang berlaku, serupa dengan pelanggaran hukum yang dilakukan oleh orang dewasa; (3) kenakallan spesifik, seperti penyalahgunaan narkoba, pemerkosaan, hubungan seksual di luar nikah, serta fenomena-fenomena lainnya..

Untuk mengukur kenakalan remaja dalam penelitian, kategori-kategori di atas digunakan. Emile Durkheim pernah memberikan penjelasan tentang normal tidaknya perilaku menyimpang atau kenakalan. Menurut bukunya "*Rule of Sociological Method*", perilaku menyimpang atau jahat dianggap wajar dalam batas tertentu, karena menghilangkannya sepenuhnya dianggap tidak mungkin, sehingga dianggap normal sejauh perilaku tersebut dianggap normal. Elemen-elemen yang terkait dengan kenakalan remaja menurut Mwangangi dan Van der Put (Mwangangi, 2019), (van der Put et al., 2021) termasuk di dalamnya: kenakalan yang berdampak pada korban, yang merugikan materi, sosial, dan yang berkaitan dengan status. Perilaku-perilaku ini tidak menyebabkan kegelisahan di masyarakat; mereka terjadi dalam batasan tertentu dan dianggap sebagai tindakan yang tidak disengaja (Leni, 2017).

Kenakalan remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berkaitan dengan kontrol diri, mencakup aspek keluarga, teman sebaya, lingkungan sosial, kesehatan mental, dan media. Keluarga yang disfungsi dan kurangnya komunikasi positif dapat mengurangi kemampuan kontrol diri remaja, sementara pengaruh teman sebaya dan tekanan sosial sering kali mendorong mereka untuk terlibat dalam perilaku menyimpang. Lingkungan sosial yang tidak kondusif, seperti yang dipengaruhi oleh kemiskinan dan kekerasan, juga berkontribusi pada rendahnya kontrol diri. Masalah kesehatan mental, seperti depresi dan kecemasan, memperburuk kemampuan remaja untuk mengelola emosi mereka, sehingga

meningkatkan risiko kenakalan. Selain itu, paparan media yang mengglorifikasi kekerasan dapat mengubah norma sosial remaja, yang lebih lanjut menurunkan kontrol diri (Francisco et al., 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Marsela dalam Suri (Suri et al., 2022) menyatakan bahwa perilaku kenakalan remaja disebabkan oleh kontrol diri yang rendah. Oleh karena itu Remaja perlu memiliki kemampuan pengendalian diri yang kuat, sesuai dengan nilai-nilai, prinsip-prinsip, dan filosofi hidup mereka bertujuan untuk mencegah pelanggaran terhadap aturan dan norma yang ada di masyarakat. Kontrol diri atau self-control adalah upaya untuk mengatur perilaku. Mengendalikan perilaku berarti mempertimbangkan dengan matang sebelum mengambil keputusan untuk bertindak. Aviyah (Aviyah & Farid, 2014) mengatakan bahwa kontrol diri merupakan kekuatan moral yang memungkinkan remaja untuk menahan diri dari melakukan tindakan berbahaya untuk sementara waktu, karena mereka memahami konsekuensi yang mungkin timbul dari tindakan tersebut dan dapat mengatur perilaku mereka agar tidak mengulanginya.

Menurut Tangney dalam Rahmatani (Rahmatani et al., 2023), (Semenza, 2018), ada tiga komponen kontrol diri (self-control) memiliki dua aspek. Pertama, disiplin diri, atau self-discipline, Hal ini berkaitan dengan kemampuan individu untuk mematuhi norma yang berlaku dalam konteks sosialnya. Selain itu, tindakan yang tidak bersifat impulsif mencerminkan evaluasi kecenderungan seseorang dalam mengambil keputusan yang dipikirkan dengan matang dan memberikan respons yang tidak terburu-buru terhadap rangsangan yang ada.

Secara keseluruhan, remaja yang melanggar norma sosial tersebut mengalami krisis identitas, kehilangan kemampuan untuk mengendalikan diri, serta kurang mendapatkan perhatian dari orang tua, kurang pemahaman agama, dan efek dari lingkungan (Aini, 2018). Pendidikan yang keras, pengawasan yang buruk dari orang tua, dan rumah yang hancur adalah penyebab lain tindak kekerasan remaja. Kartono menyatakan bahwa karakter, moral, dan tanggung jawab sosial yang kurang ditanamkan orang tua adalah hasil dari pendidikan yang buruk, yang mendorong remaja untuk melakukan tindakan kriminal (Solikhah et al., 2023). Kontrol diri pada seorang remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti dinamika keluarga, pengaruh

teman, kondisi kesehatan mental, lingkungan sosial, serta aspek pendidikan.

Keluarga yang memberikan dukungan emosional dan pengawasan yang baik dapat meningkatkan kontrol diri, sementara pengaruh teman sebaya dengan norma negatif dapat menurunkannya. Gangguan emosional juga dapat menghambat kemampuan remaja dalam mengatur perilaku mereka. Selain itu, lingkungan yang tidak mendukung serta program pendidikan yang mengajarkan keterampilan regulasi diri memiliki peran penting dalam membentuk kontrol diri remaja (Ellonen et al., 2021). Selain itu, regulasi emosi juga dapat memengaruhi kenakalan remaja. Dimana regulasi emosi sendiri memiliki arti bahwa usaha seseorang untuk mengendalikan emosinya sehingga dapat mempengaruhi perilakunya menuju tujuan yang diinginkan (Silaen & Dewi, 2015). Perilaku yang tidak teratur dan meledak-ledak akan mengganggu keseimbangan kehidupan sehari-hari dalam diri seseorang. Hal ini perlu dikendalikan dengan adanya regulasi emosi sehingga emosi mampu diolah dengan lebih baik dan tidak merugikan bagi diri sendiri maupun sekitar (Fauzi et al., 2024). Dari kemampuan tersebut, remaja lebih bisa mengatasi permasalahan emosi dan terhindar dari perilaku agresi yang tidak baik.

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi regulasi emosi meliputi pengalaman trauma, dinamika keluarga, pengaruh teman sebaya, serta media. Pengalaman traumatis dapat mengganggu kemampuan remaja untuk mengelola emosi mereka, sehingga meningkatkan kemungkinan terlibat dalam perilaku menyimpang. Selain itu, keluarga yang tidak stabil atau kurang memberikan dukungan emosional dapat menghambat perkembangan keterampilan regulasi emosi. Teman sebaya juga berperan penting; interaksi dengan teman-teman yang terlibat dalam perilaku negatif dapat memperburuk kemampuan remaja dalam mengelola emosi dan meningkatkan risiko kenakalan. Terakhir, paparan media yang menunjukkan perilaku agresif atau emosi negatif dapat mengurangi kemampuan remaja untuk melakukan regulasi emosi secara efektif, yang pada gilirannya dapat memicu perilaku menyimpang (Young et al., 2019).

Berdasarkan penelitian oleh Suri (Suri et al., 2022) menjelaskan adanya hubungan negatif yang signifikan antara pengendalian diri dan kenakalan remaja pada siswa SMK Pembina Bangsa Kota Bukittinggi. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat pengendalian diri,

semakin rendah pula tingkat kenakalan remaja yang ditunjukkan. Sebaliknya, skor pengendalian diri yang rendah akan berbanding lurus dengan tingginya tingkat kenakalan remaja. Penelitian yang dilakukan oleh Nathaline (Nathaline & Silaen, 2020). mendukung temuan ini, menunjukkan bahwa tekanan negatif dari teman sebaya dapat meningkatkan tingkat kenakalan remaja. yang menjelaskan bahwa Semakin besar tekanan negatif dari teman sebaya di kalangan remaja daerah Klender, semakin tinggi juga tingkat kenakalan.

Lalu pada penelitian yang dilakukan Devi Dkk (Devi et al., 2023) menjelaskan bahwa ada hubungan regulasi emosi dan kenakalan remaja. Jika siswa mampu mengelola emosinya dengan baik, hal ini akan berdampak positif pada emosi mereka dalam menjalani aktivitas, sehingga mereka cenderung tidak terlibat dalam perilaku kenakalan. Sejalan dengan itu, penelitian oleh Khotmi mengemukakan bahwa pengelolaan regulasi emosi yang baik pada remaja dapat membantu mengendalikan perilaku kenakalan mereka (Khotmi & Febriana, 2023).

Berdasarkan latar belakang tersebut dan mengingat masih minimnya model penelitian yang mengkaji kedua aspek, yaitu kontrol diri dan regulasi emosi terhadap kenakalan remaja, keunikan penelitian ini terletak pada pendekatan holistik yang menggabungkan kontrol diri dan regulasi emosi sebagai faktor penentu dalam memahami kenakalan remaja di SMK. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang lebih menekankan pada faktor individu atau lingkungan di tingkat pendidikan dasar dan menengah, studi ini menggali interaksi antara kedua variabel tersebut serta dampaknya terhadap perilaku kenakalan. Diharapkan, temuan penelitian ini dapat memberikan wawasan baru untuk merancang intervensi yang lebih efektif dalam pencegahan kenakalan di kalangan siswa SMK. Oleh karena itu, hipotesis penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki apakah terdapat pengaruh antara kontrol diri dan regulasi emosi terhadap kenakalan remaja di SMK Negeri 3 Buduran.

## **II. METODE PENELITIAN**

### **1. Desain Penelitian**

Dalam studi ini, peneliti mengadopsi desain penelitian kuantitatif korelasional untuk mengidentifikasi hubungan antara variasi satu faktor dengan variasi faktor lainnya, yang diukur berdasarkan koefisien korelasi (Sugiyono, 2015). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji hubungan

antara kontrol diri dan regulasi emosi dengan kenakalan remaja di SMK. Untuk mencapai tujuan tersebut, penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi product moment, yang digunakan untuk mengukur hubungan antara variabel dependen dan variabel independen (Rahmadani & Okfrima, 2022).

## 2. Populasi atau Sampel

Penelitian ini melibatkan 981 siswa dari SMK Negeri 3 Buduran sebagai populasi, dengan sampel sebanyak 385 siswa yang dihitung menggunakan tabel Krejcie dan Morgan pada tingkat kepercayaan 5%. Dari sampel tersebut, 33% berasal dari kelas 10, 34% dari kelas 11, dan 33% dari kelas 12, dengan proporsi siswa laki-laki dan perempuan dalam kategori remaja. Pemilihan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik proportionate stratified random sampling, yang mempertimbangkan keberagaman populasi yang terbagi dalam kelompok-kelompok berbeda.

## 3. Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala psikologi, yang merupakan alat ukur berbasis pertanyaan tertulis untuk memperoleh informasi dari responden. Untuk mengumpulkan data empiris mengenai kontrol diri dan kenakalan remaja, peneliti menggunakan skala Likert yang terdiri dari empat pilihan jawaban.

## 4. Alat ukur Kontrol Diri

Skala Kontrol Diri yang digunakan adalah adaptasi *Self Control Scale* (SCS) dari Wahida (Wahida, 2011) berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Honesman Arid dalam Paramitha dkk (Paramitha & Hamdan, 2022), yaitu : a. Behavioral control, b. Cognitive control, c. Decisional control. Hasil validitas menunjukkan terdapat 4 item tidak valid dari total 20 item, sehingga sehingga 16 terpenuhi. Uji reliabilitas menunjukkan nilai 0,899.

## 5. Alat ukur Regulasi Emosi

Skala Regulasi Emosi *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) merupakan adaptasi dikembangkan oleh Gross dkk. Alat ini dirancang untuk mengukur dua aspek dalam regulasi emosi, yaitu penerimaan terhadap respons emosional, keterlibatan dalam perilaku yang diarahkan pada tujuan, pengendalian respons emosional, dan strategi untuk regulasi emosi. Hasil validitas

menunjukkan bahwa terdapat 1 item yang tidak valid sehingga berjumlah 37. Uji reliabilitas menunjukkan 0,865.

## 6. Alat ukur Kenakalan Remaja

Skala Kenakalan remaja menggunakan adaptasi skala *Juvenile Delinquency Scale* (JDS) dari Emile (Wahida, 2011). Skala ini mencakup empat aspek utama, yaitu: a) perilaku yang menyebabkan kerugian fisik pada orang lain, b) perilaku yang tidak melibatkan korban langsung, c) perilaku yang menyebabkan kerugian materi, dan d) perilaku yang menentang status. Berdasarkan uji validitas, sebanyak 17 dari 37 item dinyatakan tidak valid, sehingga hanya 20 item yang digunakan. Uji reliabilitas menghasilkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,836, yang menunjukkan tingkat keandalan instrumen yang baik.

Dalam penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan adalah regresi linier berganda dengan bantuan aplikasi JASP versi 16. Tujuan utama dari penggunaan teknik ini adalah untuk menguji sejauh mana kontrol diri dan regulasi emosi mempengaruhi kenakalan remaja.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Analisa Deskriptif Penelitian

Analisis deskriptif dalam penelitian ini dilakukan untuk memberikan gambaran umum mengenai respons sampel penelitian terhadap variabel kenakalan remaja, motivasi belajar, dan regulasi emosi yang diperoleh dari data lapangan

**Table 1.** Deskriptif Statistik

	Kenakalan Remaja	Motivasi Belajar	Regulasi Emosi
Valid	385	385	385
Missing	0	0	0
Mean	53.023	75.094	12.647
Std. Deviation	4.845	8.943	1.058
Minimum	43.000	60.000	12.000
Maximum	60.000	84.000	18.000

**Table 2.** Kategorisasi Penelitian

Variabel Penelitian	Kategori	Rentang Nilai	Sample	Nilai Persentase
Kenakalan Remaja	Rendah	43 - 47	59	15%
	Sedang	48 - 57	226	59%
	Tinggi	58 - 60	100	26%
	Jumlah		385	100%
Kontrol Diri	Rendah	60 - 64	132	34%
	Sedang	65 - 80	108	28%
	Tinggi	82 - 84	145	38%

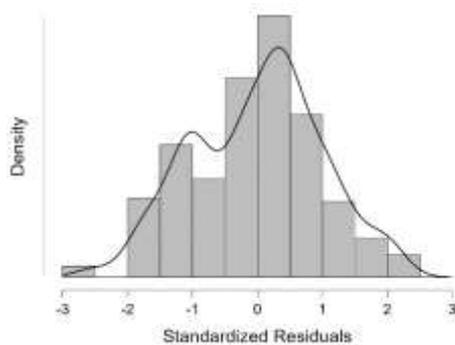
	Jumlah	385	100%
Regulasi Emosi	Rendah	10.- 11.	252 65%
	Sedang	13 - 14	48 13%
	Tinggi	15 - 18	85 22%
	Jumlah	385	100%

Tabel 2, menunjukkan bahwa presentase terbesar variabel kenakalan remaja pada kategori sedang yaitu 59% (226) murid, hal ini berarti kenakalan remaja pada siswa SMK 3 Buduran berada pada kategori sedang. Lalu pada variabel kontrol diri berada pada kategori tinggi yaitu sebesar 38% (145) siswa, hal ini berarti kontrol diri pada siswa SMK 3 Buduran berada pada kategori tinggi. Selanjutnya pada variabel regulasi emosi berada pada kategori rendah yaitu sebesar 65% (252) siswa, hal ini berarti kontrol diri pada siswa SMK 3 Buduran berada pada kategori rendah.

## 2. Analisa Asumsi Penelitian

### a) Uji Normalitas

Berikut adalah ringkasan gambar dari uji normalitas penyebaran data penelitian. Hasil uji normalitas variabel dapat dilihat pada grafik di bawah ini:



Gambar 1. Uji Normalitas

Gambar 1, Histogram dikatakan normal apabila distribusi datanya membentuk pola seperti kurva lonceng, yang tidak condong ke sisi kanan atau kiri. Histogram tersebut menunjukkan pola simetris dengan bentuk lonceng, tanpa adanya kecenderungan ke arah tertentu, dan garisnya membentuk garis lurus dalam tabel, sehingga dapat dianggap sebagai histogram yang normal.

### b) Uji Linieritas

Uji linearitas dilakukan untuk menentukan apakah terdapat hubungan antara variabel dependen dan variabel

independen dalam penelitian ini dengan tingkat signifikansi Sig. *Linearity* < 0.05.

Table 3. Uji Linieritas

Variabel	F ( <i>linierity</i> )	Sig. <i>Linierty</i>	Ket.
Kontrol diri	81.302	,000	Terpenuhi
Regulasi Emosi	77.307	,000	Terpenuhi

### c) Uji Multikolinieritas

Pada table 4. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat multikolinieritas antara kedua variabel bebas dalam penelitian ini.

Table 4. Uji Multikolinieritas

Colinearity Statistic			
Variabel	Tolerance	VIF	Keterangan
Kontrol Diri	0.941	1.063	Bebas dari Multikolinieritas
Regulasi Emosi	0.941	1.063	Bebas dari Multikolinieritas

## 3. Uji hipotesa

### a) Uji Korelasi

Tabel 5. Tabel Korelasi Pearson

	Pearson's r	p
Kenakalan Remaja - Kontrol Diri	-0.418	< .001
Kenakalan Remaja - Regulasi Emosi	-0.410	< .001
Kontrol Diri - Regulasi Emosi	0.244	< .001

Selanjutnya uji korelasi *Pearson* menggunakan korelasi *Pearson*, yang mengungkapkan bahwa kontrol diri berhubungan negatif dengan kenakalan remaja, dengan nilai skor sebesar -0,418 ( $p < 0,001$ ), sedangkan regulasi emosi dengan kenakalan remaja memiliki skor -0,410 ( $p < 0,001$ ). Dari hasil ini, dapat disimpulkan bahwa hipotesa 1 dan 2 diterima yang berarti terdapat hubungan signifikan negatif antara kontrol diri dan regulasi emosi terhadap motivasi.

### b) Uji Regresi Linier Berganda

Table 6. Uji Regresi Berganda

ANOVA <sup>a</sup>					
Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	p
1 Regression	2486.669	2	1243.335	72.755	< .001
Residual	6528.121	382	17.089		
Total	9014.790	384			

Berdasarkan tabel 6, menunjukkan nilai  $F$  sebesar 72.755, ( $p < 0,001$ ) lebih kecil dari 0,05 yang berarti kontrol diri dan regulasi emosi bersamaan memberi pengaruh pada kenakalan remaja secara signifikan.

**Tabel 7.** Tabel Koefisien Regresi

Model	R	R <sup>2</sup>
H <sub>0</sub>	0.000	0.000
H <sub>1</sub>	0.525	0.276

Menurut Tabel 7, nilai koefisien regresi (R) adalah 0,525, dengan koefisien determinasi (R<sup>2</sup>) sebesar 0,276. Hal ini menunjukkan bahwa kontrol diri dan regulasi emosi secara simultan memberikan pengaruh terhadap kenakalan remaja sebesar 27,6%, sementara sisanya, yaitu 72,4%, dipengaruhi oleh faktor atau variabel lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

**Tabel 8.** Uji Regresi Berdasarkan Nilai T

Model		Unstandardized	Standard Error	Standardized	t	p
H <sub>0</sub>	(Intercept)	23.023	0.247		214.726	< 0.001
H <sub>1</sub>	(Intercept)	85.754	2.797		30.657	< 0.001
	X1	-0.183	0.024	-0.839	-7.544	< 0.001
	X2	-1.499	0.206	-0.827	-7.290	< 0.001

Pada Tabel 8, persamaan regresi yang diperoleh adalah  $\hat{Y} = 85.754 + (-0.183)X1 + (-1.499)X2$ . Koefisien untuk kontrol diri adalah -0,183 ( $p < 0,001$ ), yang mengindikasikan bahwa setiap peningkatan satu poin dalam kontrol diri akan mengurangi kenakalan remaja sebesar -0,183. Sedangkan koefisien untuk regulasi emosi adalah -1,499, yang menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu poin dalam regulasi emosi akan mengurangi kenakalan remaja sebesar -1,499..

**Tabel 9.** Hasil Sumbangan Efektif

Variabel	( $\beta$ )	(R <sub>xy</sub> )	R <sup>2</sup>	Sumbangan pada Variabel
Kontrol Diri	-0.339	-0.418	0.276	14,2%
Regulasi Emosi	-0.327	-0.410		13,4%

Berdasarkan dari tabel 9 dapat disimpulkan bahwa kontribusi terbesar terhadap variabel kenakalan remaja berasal dari variabel kontrol diri yaitu sebesar 14,2%.

## B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh secara simultan pada kontrol diri dan regulasi emosi terhadap kenakalan remaja pada siswa ditunjukkan dengan nilai  $F$  61,738 dengan taraf signifikansi  $p < 0,001$ , hal ini menandakan bahwa H1 diterima dan H0 ditolak. Sumbangan efektif variabel independent terhadap variabel dependen menunjukkan nilai R 0,525 dan nilai R<sup>2</sup> 0,276 yang berarti varian dari variabel kontrol diri dan regulasi emosi sebanyak 27,6 % dan 82,4 % sisanya dipengaruhi variabel lain diluar penelitian ini.

Selanjutnya hasil analisa data berdasarkan hipotesa minor pertama menunjukkan adanya pengaruh negative signifikan antara kontrol diri terhadap kenakalan remaja, ditunjukkan dengan nilai ( $r$ ) - 0,418. Sementara pada penelitian oleh Serpianing & Dewi (Aroma & Sumara, 2012) menghasilkan adanya korelasi negative pada kontrol diri kepada kenakalan remaja ( $r$ ) -0,318. Gottfredson (Marsela & Supriatna, 2019) menyatakan individu dengan kontrol diri yang rendah seringkali bertindak secara impulsif, memilih tugas yang lebih sederhana dan membutuhkan keterampilan fisik, menunjukkan sifat egois, tertarik pada pengambilan risiko, serta mudah kehilangan kendali emosi karena cepat merasa frustrasi. Lalu pada penelitian yang telah dilakukan oleh Anggreiny (Anggreiny & Sulistyaningsih, 2013) menyatakan kemampuan regulasi emosi pada individu dapat dilihat dari kemampuannya dalam mengendalikan diri, yaitu dengan mengelola emosi dan impuls yang merugikan secara efektif.

Lalu selanjutnya pada hasil analisa data hipotesa minor kedua menunjukkan adanya pengaruh negative signifikan pada regulasi emosi terhadap kenakalan remaja, dengan perolehan skor korelasi ( $r$ ) -0,418. Pada riset yang pernah dilakukan oleh Amelia dan Savira (Amelia & Savira, 2018) pada siswa di Surabaya menunjukkan pengaruh negatif signifikan antara regulasi emosi dan kenakalan remaja sebesar ( $r$ ) - 0,633. Hurlock (Hurlock, 2016) menyatakan bahwa masa remaja sering disebut sebagai era "badai dan stres," di mana para remaja mengalami perubahan pada diri akibat perubahan fisik, psikologis, dan sosioemosional. Kondisi ini meningkatkan ketegangan emosi yang dapat menjadi tidak dapat terkendali, sehingga mereka cenderung mengikuti emosina dalam bertindak. Hal inilah yang membuat mereka

rentan terjerumus ke dalam perilaku menyimpang, dan biasa dikenal sebagai kenakalan remaja.

Berdasarkan uji analisa secara bersama-sama menunjukkan nilai  $R^2 = 0,276$  atau 27,6%, sisanya 82,4% dipengaruhi faktor lain diluar penelitian. Menurut Kartono (Kartono, 2008), perilaku kenakalan remaja dapat dipicu oleh berbagai faktor, baik yang bersifat internal maupun eksternal. Salah satu faktor internal yang berperan adalah ketegangan emosional yang labil pada remaja. Untuk itu, diperlukan pendekatan untuk mengendalikan respons emosional yang sering kali tidak sesuai dengan kondisi, yaitu dengan menggunakan regulasi emosi. Gross dan Thompson (Goldenberg et al., 2016) menyatakan regulasi emosi adalah kemampuan yang dilakukan secara sadar atau tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat, atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respons emosional, termasuk pengalaman dan perilaku emosional.

Kenakalan remaja juga dipengaruhi oleh sikap yang dimiliki oleh individu. Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Fishbein dan Ajzen (Karlina, 2020), seseorang akan cenderung melakukan suatu tindakan jika ia memandang tindakan tersebut sebagai hal yang positif, dan sebaliknya. Dengan demikian, seorang remaja akan lebih mungkin melakukan kenakalan jika sikapnya mendukung perilaku tersebut, dan sebaliknya, jika sikapnya tidak mendukung, ia cenderung menghindarinya. Selain sikap, ada banyak variabel lain yang memengaruhi kenakalan remaja (Zariatul, 2019). Salah satunya adalah lingkungan keluarga, termasuk pola asuh orang tua, keharmonisan keluarga, dan tingkat pengawasan terhadap aktivitas remaja. Remaja yang hidup dalam keluarga dengan konflik tinggi atau minim perhatian cenderung lebih rentan melakukan kenakalan (Putri, 2018).

Di sisi lain, faktor psikologis juga memiliki pengaruh signifikan terhadap kenakalan remaja. Salah satu variabel psikologi yang relevan adalah *self-esteem* atau harga diri. Remaja dengan harga diri rendah cenderung mencari validasi dari lingkungan eksternal, termasuk melalui perilaku menyimpang, untuk merasa diterima atau dihargai (Safitri, 2019). Selain itu, kemampuan regulasi emosi juga menjadi faktor penting. Remaja yang kesulitan mengelola emosi negatif seperti marah, kecewa, atau frustrasi sering kali

menyalurkannya melalui tindakan agresif atau kenakalan. Faktor lain yang tidak kalah penting adalah *impulsivity* atau kecenderungan untuk bertindak tanpa mempertimbangkan konsekuensi. Remaja dengan tingkat impulsivitas tinggi lebih mungkin terlibat dalam kenakalan karena mereka cenderung mengambil keputusan secara spontan tanpa memikirkan dampaknya (Rahayu, 2022).

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, fokus penelitian terbatas pada satu institusi, yaitu SMK, sehingga disarankan agar penelitian mendatang melibatkan sampel yang lebih besar dan melibatkan populasi yang lebih beragam. Kedua, terdapat ketidakseimbangan jumlah responden berdasarkan jenis kelamin, yang dapat mempengaruhi proporsionalitas representasi gender. Oleh karena itu, penelitian berikutnya disarankan untuk menggunakan sampel dengan proporsi jenis kelamin yang lebih seimbang agar analisis dapat lebih komprehensif. Ketiga, dalam pengumpulan data, ada kemungkinan bahwa informasi yang diberikan responden melalui kuesioner tidak sepenuhnya mencerminkan pandangan sebenarnya, yang bisa disebabkan oleh perbedaan persepsi, asumsi, pemahaman, atau faktor-faktor seperti tingkat kejujuran saat mengisi kuesioner.

#### IV. SIMPULAN DAN SARAN

##### A. Simpulan

Setelah pengambilan data dan pengujian hipotesis, hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis 1 diterima, yang mengindikasikan pengaruh negatif signifikan antara kontrol diri dan kenakalan remaja, artinya semakin tinggi kontrol diri, semakin rendah kenakalan remaja. Hipotesis 2 juga diterima, menunjukkan pengaruh negatif signifikan antara regulasi emosi dan kenakalan remaja, sehingga semakin baik regulasi emosi, semakin rendah kenakalan remaja. Hipotesis 3 diterima, yang mengungkapkan bahwa kontrol diri dan regulasi emosi secara simultan berpengaruh terhadap kenakalan remaja. Berdasarkan kategorisasi, siswa termasuk dalam kategori kenakalan remaja sedang, dengan kontrol diri tinggi dan regulasi emosi rendah.

Penelitian ini memberikan kontribusi signifikan dalam pengembangan teori psikologi dan pendidikan, khususnya dengan memperkaya literatur mengenai dinamika

emosional pada masa remaja dan faktor-faktor psikologis yang memengaruhi kecenderungan perilaku menyimpang. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh berbagai elemen. Bagi sekolah, penelitian ini menjadi dasar pengembangan program intervensi yang berfokus pada peningkatan kontrol diri dan regulasi emosi remaja melalui kegiatan ekstrakurikuler atau pelatihan sosial-emosional untuk mencegah perilaku menyimpang. Bagi guru, terutama guru Bimbingan Konseling (BK) atau konselor, penelitian ini memberikan wawasan untuk memahami kondisi psikologis remaja yang terlibat dalam kenakalan dan merancang strategi pengelolaan emosi yang efektif, seperti konseling kelompok atau teknik relaksasi. Bagi siswa, penelitian ini membantu mereka meningkatkan kesadaran dan kemampuan mengelola emosi serta membangun kontrol diri, sehingga mereka lebih bijak dalam menghadapi situasi sulit dan mengurangi kecenderungan melakukan kenakalan. Bagi orang tua, penelitian ini memberikan pemahaman bahwa masa remaja adalah fase perkembangan yang ditandai dengan emosi dan impuls yang sulit dikendalikan, sehingga mereka diharapkan lebih sabar, responsif, dan mendukung anak dalam mengembangkan kontrol diri melalui komunikasi terbuka dan penguatan positif.

## B. Saran

Pembahasan terkait penelitian ini masih sangat terbatas dan membutuhkan banyak masukan, saran untuk penulis selanjutnya adalah mengkaji lebih dalam dan secara komprehensif tentang Pengaruh antara Kontrol Diri dan Regulasi Emosi dengan Kenakalan Remaja.

## DAFTAR RUJUKAN

- Afrita, F., & Yusri, F. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kenakalan remaja. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 2(1), 14–26. <https://doi.org/10.56248/educativo.v2i1.101>
- Aini, Q. (2018). Hubungan kontrol diri dan konformitas dengan kenakalan remaja pada siswa MTS Sunan Syarif Hidayatullah Kejayan Pasuruan [Skripsi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim].
- Amelia, R., & Savira, S. I. (2018). Hubungan antara regulasi emosi dengan sikap terhadap kenakalan remaja pada siswa MTs Hasanuddin Surabaya. *Character: Jurnal Psikologi*, 5(2), 1–6.
- Anggreiny, N., & Sulistyarningsih, W. (2013). Rational emotive behavioural therapy (REBT) untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi remaja korban kekerasan seksual. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, 5(2), 57–61.
- Angraini, N., & Ramli, Z. (2018). Strategi penanggulangan kenakalan remaja di Kelurahan Belawa Kecamatan Belawa Kabupaten Wajo. *Jurnal IAIN Parepare*, 2(1), 97–115.
- Aroma, I. S., & Sumara, D. R. (2012). Hubungan antara tingkat kontrol diri dengan kecenderungan perilaku kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 1(2), 1–6.
- Aviyah, E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, kontrol diri dan kenakalan remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(2), 126–129.
- Bety Agustina Rahayu, K. A. (2022). Hubungan pola asuh orangtua dengan kematangan emosi remaja di SMK Negeri 2 Sewon Bantul Yogyakarta. *Nursing Science Journal (NSJ)*, 3(1), 27–32. <https://doi.org/10.53510/nsj.v3i1.108>
- Devi, A. P., Wardani, S. Y., & Christiana, R. (2023). Pengaruh regulasi emosi dan pola asuh single parent terhadap kenakalan remaja. *Prosiding SNBK (Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling)*, 7(1), 51–58.
- Dwi Marsela, R., & Supriatna, M. (2019). Kontrol diri: Definisi dan faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 65–69.
- Ellonen, N., Kaakinen, M., Suonpää, K., & Miller, B. L. (2021). Does parental control moderate the effect of low self-control on adolescent offline and online delinquency? *University of Helsinki Institutional Repository*, 5(4), 1–43.
- Fauzi, F., Fitriani, A. S., Sanggerti, A., Rahmawati, F. I., & Poeni, M. A. I. (2024). Gambaran regulasi emosi pada mahasiswa dengan banyak peran.
- Francisco, R., Loios, S., & Pedro, M. (2020). Family functioning and adolescent psychological

- maladjustment: The mediating role of coping strategies. *Child Psychiatry & Human Development*, 47(5), 759–770. <https://doi.org/10.1007/s10578-015-0609-0>
- Goldenberg, A., Halperin, E., van Zomeren, M., & Gross, J. J. (2016). The process model of group-based emotion: Integrating intergroup emotion and emotion regulation perspectives. *Personality and Social Psychology Review*, 20(2), 118–141. <https://doi.org/10.1177/1088868315581263>
- Hasan, S. A., & Nurdibyanandaru, D. (2020). Efektivitas cognitive behavior therapy terhadap kontrol diri remaja dengan perilaku kenakalan status offense di Madrasah Tsanawiyah Negeri X Magetan. *Jurnal Diversita*, 6(1), 10–19. <https://doi.org/10.31289/diversita.v6i1.3389>
- Hurlock, E. B. (2016). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Istiwidayanti & Soedjarwo, Terj.). Erlangga.
- Karlina, L. (2020). Fenomena terjadinya kenakalan remaja. *Jurnal Edukasi Nonformal*, 1(1), 147–158.
- Kartono, K. (2008). *Patologi sosial 2: Kenakalan remaja*. PT RajaGrafindo Persada.
- Khotmi, N., & Febriana, D. (2023). Peran regulasi emosi terhadap kenakalan remaja di Dasan Erot Kelurahan Kembang Sari. *Jurnal Inovasi dan Tren*, 1(2), 164–168. <https://doi.org/10.35870/ljit.v1i2.2073>
- Leni, N. (2017). Kenakalan remaja dalam perspektif antropologi. *Konseli (Jurnal Bimbingan dan Konseling)*, 1(4), 23–35.
- Mwangangi, R. K. (2019). The role of family in dealing with juvenile delinquency. *Open Journal of Social Sciences*, 7(3), 52–63. <https://doi.org/10.4236/jss.2019.73004>
- Putri, A. A. (2018). Hubungan antara pola asuh otoriter dan kenakalan remaja [Skripsi, Universitas Islam Indonesia].
- Rahmadani, S., & Okfrima, R. (2022). Hubungan kontrol diri dengan kenakalan remaja. *Psyche 165 Journal*, 15(2), 74–79. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i2.164>
- Restu Utami, N., Maharani, N. F., Hudi, I., Rianti, S. A., Sari, V. N., & Amanda, Y. (2024). Analisis literatur penyebab generasi muda Indonesia pindah kewarganegaraan dan kewajiban terhadap perspektif bela negara. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 3(1), 1–9. <https://doi.org/10.56248/educativo.v3i1>
- Semenza, D. C. (2018). Health behaviors and juvenile delinquency. *Crime & Delinquency*, 64(11), 1394–1416. <https://doi.org/10.1177/0011128717719427>
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D* (Edisi ke-21). Alfabeta.
- Suri, S. I., Damaiyanti, S., & Gita, L. P. (2022). Hubungan self-control dengan kenakalan remaja di SMK Pembina Bangsa Kota Bukittinggi. *Afiah*, 9(1), 54–62.
- van der Put, C. E., Boekhout van Solinge, N. F., Stams, G. J., Hoeve, M., & Assink, M. (2021). Effects of awareness programs on juvenile delinquency: A three-level meta-analysis. *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology*, 65(1), 68–91. <https://doi.org/10.1177/0306624X20909239>
- Young, K. S., Sandman, C. F., & Craske, M. G. (2019). Positive and negative emotion regulation in adolescence: Links to anxiety and depression. *Brain Sciences*, 9(4), 76. <https://doi.org/10.3390/brainsci9040076>