



ditaati atau dilaksanakan. Menurut Hurlock (2005) disiplin berasal dari kata yang sama dengan *disciple* yaitu individu yang belajar dari atau secara suka rela mengikuti pimpinan, menurutnya disiplin dalam konsep negatif berarti kontrol dengan kekuasaan luar yang biasanya diterapkan secara sembarangan, disiplin merupakan bentuk pengekangan melalui cara yang tidak disukai dan menyakitkan.

Disiplin menurut konsep positif sama dengan pendidikan dan bimbingan karena menekankan pertumbuhan dalam disiplin diri dan kontrol diri yang kemudian akan melahirkan motivasi dari dalam. Selain itu Siswanto (1989) menjelaskan bahwa disiplin yang baik adalah disiplin yang berasal dari dalam diri individu, adanya dorongan yang benar-benar berasal dari diri sendiri.

Hurlock (2005) menjelaskan bahwa disiplin bertujuan untuk memberitahukan hal yang baik yang seharusnya dilakukan dan buruk yang seharusnya tidak dilakukan yang keduanya sesuai dengan standar-standar norma yang ada. Ditambahkan oleh Harlock (2005) bahwa terdapat empat unsur penting dalam disiplin di antaranya: (1) peraturan sebagai pedoman perilaku, (2) konsistensi dalam peraturan tersebut dan dalam cara yang digunakan untuk mengajarkan dan memaksanya, (3) hukuman untuk pelanggaran peraturan dan (4) penghargaan untuk perilaku yang baik yang sejalan dengan peraturan yang berlaku. Gunarsa (2007) berpendapat bahwa disiplin merupakan bimbingan untuk pembentukan kepribadian tertentu, antara lain: kejujuran, ketepatan waktu, menjalankan kewajiban dan secara langsung mengerti laranganlarangan serta tingkah laku yang baik dan buruk.















fisiknya, tingkah laku dan proses-proses psikologisnya, dengan kata lain sekelompok proses yang mengikat dirinya.

Menurut Harter (Santrock, 2003) menyatakan bahwa dalam diri seseorang terdapat suatu sistem pengaturan diri (*self-regulation*) yang memusatkan perhatian pada pengontrolan diri (*self-control*). Proses pengontrolan diri ini menjelaskan bagaimana diri (*self*) mengendalikan perilaku dalam menjalani kehidupan sesuai dengan kemampuan individu dalam mengendalikan perilaku. Jika individu mampu mengendalikan perilakunya dengan baik maka dapat menjalani kehidupan dengan baik.

Melalui kemampuan ini, individu dapat membedakan perilaku yang dapat diterima dan tidak dapat diterima, dan kemampuan menggunakan pengetahuan tentang apa yang dapat diterima itu sebagai perilaku standar untuk membimbing perilakunya sehingga mau menunda pemenuhan kebutuhannya (Santrock, 2003).

Orang yang memiliki kontrol diri memiliki kesiapan diri untuk berperilaku sesuai dengan tuntutan norma, adat, nilai-nilai yang bersumber dari ajaran agama serta tuntutan lingkungan masyarakat dimana tinggal, emosinya tidak lagi meledak-ledak dihadapan orang lain, melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih diterima (Hurlock, 2005).

Lazarus (1976) berpendapat bahwa dalam *Self-Control* menyajikan sebuah putusan personal yang datang melalui pertimbangan sadar untuk tujuan mengintegrasikan tindakan yang didesain agar mencapai hasil tertentu yang



- b. *Appropriate Control* merupakan individu dalam upaya mengendalikan implus secara tepat.

Menurut Averill (1973, dalam Sarafino, 2000) ada berbagai macam aspek dari kontrol diri. Averill menyebut kontrol diri dengan sebutan kontrol personal, yaitu terdiri dari.

- a. Perilaku (*behavior control*)

perilaku (*Behavior Control*) merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*Stimulus Modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, dirinya sendiri atau aturan perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu, individu akan menggunakan sumber eksternal, sedangkan kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki dihadapi.

- b. Kognitif (*cognitive control*)

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 adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua





Seperti dikatakan oleh Sarafino (1990), seseorang yang mengikuti pendidikan non formal seperti pelatihan senam kehamilan dan teknik personal control dalam menghadapi proses kelahiran. Terlihat perbedaan antara yang mengikuti pelatihan dan yang tidak mengikuti. Dimana orang yang mengikuti pelatihan, tingkat stresnya kecil dibandingkan dengan yang tidak mengikuti. Hal ini dikarenakan dalam proses pelatihan di berikan personal control yang berguna untuk mengurangi tingkat stress.

Berdasarkan uraian dari beberapa pendapat di atas, maka dapat peneliti simpulkan bahwa kontrol diri (*self-control*) merupakan kemampuan seseorang untuk membimbing tingkah lakunya sendiri, mampu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya yang ada hubungannya dengan orang lain, lingkungan, pengalaman yang bersifat fisik maupun psikologis untuk memperoleh tujuan di masa depan dan dinilai secara sosial.

### **C. Remaja**

#### **1. Pengertian Remaja**

Hurlock (1999) membedakan masa remaja dalam dua bagian, awal dan akhir masa remaja. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari usia 13-16 tahun dan 17-18 tahun, yaitu usia matang secara hukum. Dengan demikian akhir masa remaja merupakan periode yang sangat singkat. Pada periode ini individu mempunyai karakteristik-karakteristik seks sekunder dan sifat-sifat kedewasaan. Karakteristik tersebut mencakup perubahan-perubahan psikologis yang penting dan khusus berkaitan dengan konsep diri individu. Masa remaja didefinisikan oleh Gunarsa (2007) sebagai suatu periode yang berada diantara usia 13 sampai 17



- e. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya.
- f. Mempersiapkan karir ekonomi.
- g. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga.
- h. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi.

Garrison (1975 dalam Hurlock, 1999), membedakan tugas perkembangan masa remaja menjadi enam kelompok yaitu:

- a. Menerima keadaan jasmani.
- b. Memperoleh hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya dengan dua jenis kelamin.
- c. Menerima keadaan sesuai jenis kelaminnya dan belajar hidup seperti kaumnya.
- d. Memperoleh kebebasan emosional dari orang tua dan dari orang dewasa lainnya.
- e. Memperoleh kesanggupan berdiri sendiri dalam hal-hal yang bersangkutan dengan ekonomi atau keuangan
- f. Mendapatkan perangkat nilai-nilai hidup dan falsafah hidup. Dari uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa tugas-tugas perkembangan pada masa ini haruslah dilakukan oleh para remaja dengan menerima keadaan jasmaninya yang telah mengalami perubahan, adanya kemandirian dari individu, hubungan sosial dengan



arah konsekuensi positif. Hal ini menunjukkan kontrol diri memiliki peran kuat terhadap proses pengambilan keputusan yang diambil oleh individu yang bersangkutan pada saat berada di jalan dan dalam keadaan berkendara, dan menentukan seseorang dalam bertindak. Dalam diri seseorang terdapat suatu sistem pengaturan diri (*self-regulation*) yang memusatkan perhatian pada pengontrolan diri (*self-control*). Proses pengontrolan diri ini menjelaskan bagaimana diri (*self*) mengendalikan perilaku dalam menjalani kehidupan sesuai dengan kemampuan individu dalam mengendalikan perilaku. Jika individu mampu mengendalikan perilakunya dengan baik maka dapat menjalani kehidupan dengan baik (Harter dalam Santrock, 2003)

Memperhatikan pendapat para ahli, kedisiplinan pada hakikatnya bukan hanya merupakan kepatuhan pada norma yang dipaksakan dari luar, melainkan kemampuan mengontrol diri yang didasarkan pada keinginan untuk menciptakan keteraturan dan ketertiban di dalam kehidupan. (Widodo 2013). Kontrol diri (*self control*) menjadi dasar bagi integrasi pribadi yang merupakan salah satu kualitas penting dari orang yang dapat mengatur impuls-impuls, pikiran-pikiran, kebiasaan-kebiasaan, emosi-emosi, dan tingkahlaku yang berkaitan dengan prinsip-prinsip yang dikenakan pada diri sendiri atau tuntutan-tuntutan yang dikenakan oleh masyarakat. Individu yang memiliki kontrol diri akan terhindar dari berbagai tingkahlaku negatif. Sebaliknya individu yang lemah dalam mengontrol dirinya, cenderung untuk bertingkahlaku negatif atau cenderung menunjukkan gejala perilaku tidak disiplin yang melanggar/menyimpang, yang

disebut sebagai bentuk masalah/pelanggaran disiplin ( Berk,1993 dalam widodo 2013 ).

Hasil penelitian yang dilakukan Tavakolizadeh dan Karimpour (2014) menemukan adanya korelasi negatif yang kuat antara kontrol diri dan pelanggaran dan kecelakaan lalu lintas. Dimana apabila tingkat kontrol diri seseorang tinggi maka tingkat pelanggaran yang dilakukannya dan kecelakaan lalu lintas yang mungkin dialaminya memiliki nilai rendah dan begitu pula sebaliknya, Penelitian ini membuktikan bahwa aspek kontrol diri memberikan pengaruh besar terhadap perilaku disiplin seseorang sehingga mengurangi tingkat pelanggaran maupun kecelakaan lalu lintas yang terjadi. Kuatnya kontrol diri dapat menekan lemahnya perilaku disiplin, hubungan yang signifikan ini mengindikasikan bahwa semakin seseorang memiliki kontrol diri kuat, maka semakin baik kemampuannya dalam mengembangkan dan membangun model perilaku disiplin.

#### **E. Landasan Teoritik**

Pada dasarnya kontrol diri merupakan salah satu syarat utama yang harus dimiliki para pengendara saat berada di jalan, seperti halnya kontrol diri yang dijelaskan Averill (1973, dalam Sarafino, 2000) melalui aspek-aspek berikut; a) kemampuan mengontrol perilaku; b) kemampuan mengontrol kognisi; c) kemampuan mengambil keputusan; d) kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian; e) kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian.

Salah satu faktor internal yang mempengaruhi perilaku disiplin berlalu lintas, berkaitan dengan individu sebagai pengguna jalan adalah unsur kemampuan mengontrol diri. kontrol diri adalah pengaruh seseorang terhadap peraturan

tentang fisiknya, perilaku dan proses-proses psikologisnya. Perkembangan diri adalah penting bagi individu untuk dapat bergaul dengan orang lain dan untuk mencapai tujuan pribadinya. (Fatnanta, 1993 dalam Wardana, 2009).

Pengendara yang memiliki kontrol diri, akan melakukan segalanya dengan pertimbangan matang yang tidak merugikan orang lain dan sesuai dengan norma dan peraturan yang berlaku. Orang yang memiliki kontrol diri memiliki kesiapan diri untuk berperilaku sesuai dengan tuntutan norma, adat, nilai-nilai yang bersumber dari ajaran agama serta tuntutan lingkungan masyarakat dimana tinggal, emosinya tidak lagi meledak-ledak dihadapan orang lain, melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih diterima (Hurlock, 2005). Dengan lebih mengedepankan kepentingan bersama dan tidak memuaskan ego pribadi, dapat membantu pengendara dalam memutuskan perilaku yang tepat dan bernilai positif demi menjaga dan meningkatkan keberlangsungan perilaku tertib dan disiplin dalam berlalulintas.

Teori Kepatuhan menurut Deutsch dan Gerard (1995 dalam Mercer, 2012) dapat didefinisikan sebagai berubahnya perilaku seseorang karena bayangan atau kenyataan akan kehadiran orang-orang lain. Penjelasan teoritis yang paling sering digunakan tentang fenomena yang paling umum diamati ini adalah kita patuh karena pengaruh-pengaruh informasional atau normatif. Pengaruh informatif ialah individu melihat orang lain sebagai sumber informasi untuk menuntun perilaku, sedangkan pengaruh normatif ialah sikap dan perilaku dituntun oleh kebutuhan untuk disukai atau diterima oleh orang – orang atau agar tidak terlihat bodoh.

Hal ini menjelaskan sikap pengendara bermotor saat berada di jalan yang sedang dijaga dan dikontrol pihak berwajib (Polisi lalu lintas), dalam kondisi seperti ini para pengendara akan lebih disiplin dan patuh akan peraturan lalu lintas dikarenakan adanya pihak yang berwajib yang mengatur dan menjaga arus lalu lintas tetap tertib dan lancar. Namun akan berbeda situasinya apabila tidak didapati petugas kepolisian sedang berjaga, para pengendara akan mulai kehilangan rasa disiplin dan kepatuhan akan peraturan lalu lintasnya kembali. Disinilah peran kontrol diri berada, untuk mengontrol perilaku pengendara agar tetap disiplin dalam berkendara meskipun tidak ada pihak berwajib yang memperhatikan dan menjaga, dengan mematuhi segala peraturan dan rambu-rambu lalu lintas seperti yang seharusnya.

Memperhatikan pendapat para ahli, kedisiplinan pada hakikatnya bukan hanya merupakan kepatuhan pada norma yang dipaksakan dari luar, melainkan kemampuan mengontrol diri yang didasarkan pada keinginan untuk menciptakan keteraturan dan ketertiban di dalam kehidupan (Edwards, 1993 dalam Widodo, 2013). kontrol diri (*self control*) menjadi dasar bagi integrasi pribadi yang merupakan salah satu kualitas penting dari orang yang dapat mengatur impuls-impuls, pikiran-pikiran, kebiasaan-kebiasaan, emosi-emosi, dan tingkahlaku yang berkaitan dengan prinsip-prinsip yang dikenakan pada diri sendiri atau tuntutan-tuntutan yang dikenakan oleh masyarakat. Individu yang memiliki kontrol diri akan terhindar dari berbagai tingkahlaku negatif. Sebaliknya individu yang lemah dalam kontrol dirinya, cenderung untuk bertingkahlaku negatif atau cenderung menunjukkan gejala perilaku tidak disiplin yang melanggar/menyimpang, yang

