

**HUBUNGAN *SELF-CONTROL* DENGAN KEPATUHAN
PROTOKOL KESEHATAN COVID-19 PADA REMAJA
PASCA PELONGGARAN PENGGUNAAN MASKER DI
SIDOARJO**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Untuk
Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1)

Psikologi (S.Psi)



Muhammad Dzul Hilmi Aziz

J71215129

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL

SURABAYA

2022

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan *Self-Control* dengan Kepatuhan Protokol Kesehatan Covid-19 pada Remaja Pasca Pelonggaran Penggunaan Masker di Sidoarjo” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sejauh pengetahuan saya tidak terdapat kalimat atau pendapat yang pernah dimuat atau ditulis dalam karya yang telah diterbitkan oleh orang lain, kecuali kalimat yang diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 26 Juli 2022



Muhammad Dzul Hilmi Aziz

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN SELF-CONTROL DENGAN KEPATUHAN PROTOKOL

KESEHATAN *COVID-19* PADA REMAJA *PASCA* PELONGGARAN

PENGGUNAAN MASKER DI SIDOARJO

Oleh :

Muhammad Dzul Hilmi Aziz

NIM. J71215129

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Skripsi

Surabaya, 04 Juli 2022

Dosen Pembimbing



Drs. Hamim Rosyidi, M. Si

NIP. 196208241987031002

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI
HUBUNGAN *SELF-CONTROL* DENGAN KEPATUHAN PROTOKOL
KESEHATAN COVID-19 PADA REMAJA PASCA PELONGGARAN
PENGGUNAAN MASKER DI SIDOARJO

Yang disusun oleh :

Muhammad Dzul Hilmi Aziz
J71215129

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji pada tanggal 26 Juli 2022



Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Prof. Dr. Abdul Muhid, M. Si

197502052003121002

Susunan tim penguji

Penguji 1

Drs. Hamim Rosyid, M. Si

196208241987031002

Penguji 2

Dr. S. Khorriyatul Khotimah, M. Psi., Psikolog

197711162008012018

Penguji 3

Syafruddin Faisal Thohar, M. Psi., Psikolog

198505092020121008

Penguji 4

Linda Prasetyaning Widayanti, M. Kes

198704172014032003



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Muhammad Dzul Hilmi Aziz
NIM : J71215129
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/ Psikologi
E-mail address : hanjuilhan@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan *Self-Control* dengan Kepatuhan Protokol Kesehatan Covid-19 pada Remaja Pasca

Pelanggaran Penggunaan Masker di Sidoarjo

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 31 Juli 2022

Penulis

(Muhammad Dzul Hilmi Aziz)

INTISARI

Self-control merupakan kemampuan seseorang untuk memodifikasi perilaku, mengelola informasi yang dimiliki baik yang diinginkan atau tidak diinginkan. Sedangkan kepatuhan merupakan sebuah perilaku yang ditandai dengan perilaku positif berupa ketaatan seorang individu yang meyakini, menerima, dan juga melakukan sebuah peraturan yang berlaku. Peneliti tertarik untuk meneliti fenomena mengenai protokol kesehatan covid-19 yang terdapat di lingkungan sekolah, dengan menggunakan kedua variabel tersebut. Tujuan dari penelitian ini dilakukan adalah untuk mengetahui hubungan seperti apa yang terdapat diantara kedua variabel diatas pada fenomena protokol kesehatan yang erat kaitannya dengan covid-19. Sampel pada penelitian ini diambil dari populasi siswa yang terdapat di SMPN 2 Buduran, sebanyak 99 siswa. Pengambilan data dilakukan menggunakan instrumen berupa dua skala berbeda, yakni skala *self-control* dan skala kepatuhan, dan penentuan skor menggunakan skala *likert* jenjang 1-4. Berdasarkan hasil penelitian diketahui nilai korelasi $p = 0.000 < 0.05$ dan $r = 0,783$. Artinya, terdapat hubungan yang signifikan antara *self-control* dengan kepatuhan protokol kesehatan covid-19 pada siswa SMPN 2 Buduran. Mengacu pada hasil yang sama pula dapat diketahui bahwa hipotesis yang diajukan diterima, terdapat hubungan positif antara *self-control* dengan kepatuhan protokol kesehatan covid-19 pada siswa SMPN 2 Buduran.

Kata Kunci : *Self-Control*, Kepatuhan, Protokol Kesehatan Covid-19

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

Self-control is a person's ability to modify behavior, manage information owned, whether desired or not. Meanwhile, compliance is a behavior that is characterized by positive behavior in the form of the obedience of an individual who believes, accepts, and also carries out an applicable rule. Researchers are interested in examining the phenomenon of the COVID-19 health protocol in the school environment, using these two variables. The purpose of this research was to find out what kind of relationship exists between the two variables above in the phenomenon of health protocols that are closely related to covid-19. The sample in this study was taken from the student population at SMPN 2 Buduran, there's 99 students. Data collection was carried out using instruments in the form of two different scales, namely the self-control scale and the compliance scale, and the determination of scores using a Likert scale level 1-4. Based on the research results, it is known that the correlation value of $p = 0.000 < 0.05$ and $r = 0.783$. This means that there is a significant relationship between self-control and compliance with the Covid-19 health protocol in SMPN 2 Buduran students. Referring to the same results, it can also be seen that the proposed hypothesis is accepted, there is a positive relationship between self-control and compliance with the Covid-19 health protocol in SMPN 2 Buduran students.

Keywords: *Self-Control, Compliance, Covid-19 Health Protocol*



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	viii
INTISARI.....	ix
ABSTRACT.....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Keaslian Penelitian.....	10
D. Tujuan Penelitian	11
E. Manfaat Penelitian	12
F. Sistematika Pembahasan	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA	15
A. Kepatuhan	15
B. Self-Control.....	25
C. Hubungan Antara Kepatuhan dengan <i>Self-Control</i>	32
D. Protokol Kesehatan	33
E. Kerangka Teoritik	39
F. Hipotesis.....	40
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	41
A. Rancangan Penelitian	41
B. Identifikasi Variabel.....	41

C. Definisi Operasional.....	42
D. Populasi, Sampel, Teknik Sampling	43
E. Instrumen Penelitian.....	44
F. Validitas	47
G. Analisis Data	51
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	53
A. Hasil Penelitian	53
B. Pengujian Hipotesis.....	57
C. Pembahasan.....	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	67
A. Kesimpulan	67
B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN.....	73



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kategori Jawaban Skala <i>Likert</i>	45
Tabel 2. Blue Print skala Kepatuhan.....	46
Tabel 3. Blue Print Skala <i>Self-Control</i>	47
Tabel 4. <i>Blueprint</i> skala Kepatuhan setelah uji Validitas	48
Tabel 5. <i>Blueprint</i> skala <i>Self-Control</i> setelah uji Validitas.....	49
Tabel 6. Reliabilitas Skala Kepatuhan	49
Tabel 7. Reliabilitas Skala <i>Self-Control</i>	50
Tabel 8. Uji Normalitas Alat Ukur.....	51
Tabel 9. Uji Linieritas Alat Ukur	52
Tabel 10. Uji normalitas.....	56
Tabel 11. Uji Linieritas	57
Tabel 12. Uji Hipotesis	58

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Kepatuhan	73
Lampiran 2. Skala <i>Self-Control</i>	75
Lampiran 3. Sebaran Data Skala Kepatuhan.....	77
Lampiran 4. Sebaran Data Skala <i>Self-Control</i>	83
Lampiran 5. Hasil Uji Normalitas	90
Lampiran 6. Hasil Uji Linieritas	91
Lampiran 7. Hasil Uji Korelasi	91
Lampiran 8. Surat Izin Penelitian.....	92
Lampiran 9. Surat Balasan Penelitian	93



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tahun 2019 adalah tahun yang bakal dijadikan pengingat oleh setiap individu di seluruh dunia, terutama oleh warga negara Republik Rakyat China. Tepat pada akhir tahun 2019, sebuah virus yang diidentifikasi sebagai *SARS-CoV-2* terdeteksi pertama kali di Wuhan, China (BBC Indonesia, 2021). Kemudian virus ini dengan masif menyebar ke seluruh penjuru dunia dengan cepat secara sporadis, melalui kontak dengan orang-orang yang pertama kali terpapar virus tersebut, ketika melakukan perjalanan ke China dan kembali ke negara asal dalam keadaan terinfeksi virus.

Indonesia sebagai negara dikawasan Asia Tenggara yang letaknya cukup dekat dengan China, mendapat laporan kasus positif Covid-19 pertama pada trisemester pertama tahun 2020. Dua kasus pertama orang Indonesia yang dilaporkan terkonfirmasi positif, tertular dari salah seorang warga berkebangsaan Jepang. Kemudian sekitar tanggal 9 April di tahun yang sama, virus sudah menyebar ke hampir seluruh provinsi yang berada di Indonesia. DKI Jakarta, Jawa Barat, dan Jawa tengah menempati provinsi dengan angka kasus harian tertinggi di Indonesia (Kemkes, 2021).

Pemerintah setelah melakukan berbagai pertimbangan, melalui suara Presiden Jokowi menetapkan beberapa regulasi terkait peraturan mengenai Pembatasan Sosial Berskala Besar yang diteken melalui PP Nomor 21

Tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dan mulai diberlakukan terhitung 1 April 2020 (Kemkes, 2021). Dengan adanya Pembatasan Sosial secara nasional, hal ini menyebabkan terhentinya pertumbuhan ekonomi di Indonesia. Untuk mengatasi situasi ini, pemerintah melalui Kementerian Kesehatan menerbitkan klasul yang diteken dalam Keputusan Menteri Kesehatan Nomor HK.01.07/Menkes/382/2020 yang mengatur tentang Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat ketika berada di Tempat dan Fasilitas Umum guna mencegah dan mengendalikan Covid-19, yang disebut dengan tatanan *New-Normal*.

New-Normal dalam PSSB Transisi merupakan langkah yang diambil pemerintah dengan harapan dapat membantu perputaran roda ekonomi, dengan kesadaran masyarakat didalamnya bahwa pandemi Covid-19 belum sepenuhnya sirna. Masyarakat bisa kembali beraktifitas seperti sebelum pandemi Covid-19, dengan ketentuan yang tertuang dalam Surat Keputusan (SK) Protokol Kesehatan.

Protokol Kesehatan ialah sebuah kebijakan yang diambil oleh pemerintah melalui Kementerian Kesehatan, yang berguna untuk memutus penularan Covid-19 agar tidak muncul sumber penularan baru/ *cluster* di setiap lokasi yang biasa digunakan masyarakat beraktifitas dan berpotensi besar menjadi pusat penyebaran Covid-19. Secara umum Protokol Kesehatan harus memuat beberapa hal diantaranya perlindungan dasar

untuk menjaga kesehatan setiap individu, dan perlindungan menyeluruh bagi kesehatan masyarakat secara luas.

Tepat pada 26 Januari 2021, pemerintah pusat melalui menkopolhukam Luhut Binsar Panjaitan sebagai ketua satuan tugas penangan Covid-19 nasional mengumumkan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) yang sedianya akan diseluruh provinsi yang ada di pulau Jawa dan Bali. Kebijakan PPKM ini berlaku hingga 4 oktober 2021, dan berlaku sistem level 1 hingga 4. Langkah ini diambil melalui berbagai pertimbangan seiring dengan jumlah kasus yang terkonfirmasi dipusat data penanganan Covid-19.

Tepat ditanggal 8 April Kemdikbud mengeluarkan Kebijakan terkait pembelajaran luring ketika kebijakan PPKM masih berlaku. Perihal protokol Kesehatan (ProKes) di lingkungan satuan pendidikan, dalam Surat Keputusan Bersama yang telah disetujui oleh empat Menteri yakni Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan, Menteri Agama, Menteri Kesehatan, juga Menteri Dalam Negeri, memutuskan bahwa dalam rangka persiapan menyambut kegiatan pembelajaran luring terbatas, pihak penyelenggara satuan pendidikan harus sudah divaksin penuh (2 dosis vaksin), serta penerapan ProKes yang ketat.

Penjabaran Prokes di lingkungan satuan pendidikan terkait tertuang dalam SKB Kementrian Pendidikan Dan Kebudayaan Nomor 23425/A5/HK.01.04/2021. Sebagai bentuk komitmen satuan pendidikan dalam mempersiapkan pembelajaran luring terbatas, juga sebagai

tanggungjawab terhadap peraturan yang dikeluarkan oleh pemerintah mengenai pengadaan kegiatan pembelajaran luring terbatas. Satuan pendidikan wajib memenuhi syarat pengadaan sarana dan fasilitas penunjang Protokol Kesehatan dilingkungan kerjanya, seperti pengadaan tempat mencuci tangan, penyediaan handsanitizer di setiap sudut satuan pendidikan, alat pengukur suhu tubuh, dan alat pelindung diri. Selain itu setiap warga satuan pendidikan wajib patuh menjaga jarak dalam setiap kegiatan.

Definisi Kepatuhan. Menurut Baron (2003) , kepatuhan merupakan gambaran dari pengaruh sosial dimana seorang individu yang menyuruh satu orang atau lebih untuk melakukan sebuah tindakan. Nilai positif yang dimiliki dalam kehidupan kelompok akan lebih bermakna ketika setiap anggota belajar untuk berorganisasi, memilih seorang pemimpin, dan mematuhi peraturan yang ada. Perilaku negatif yang ditunjukkan oleh siswa pada tata tertib sekolah bisa sangat bervariasi bentuk pelanggarannya.

Kebijakan menjaga Protokol kesehatan adalah peraturan mutlak yang ditetapkan satuan pendidikan (Sekolah) agar dapat digunakan sebagai media pemutus rantai penyebaran Covid-19. Sejalan dengan hal tersebut, tentu diperlukan kesadaran dari setiap warga sekolah yang mana mencakup seluruh warganya mulai dari Pendidik, tenaga Pendidik, bagian Tata Usaha, hingga siswa yang berada dibawah naungan sekolah untuk menjaga Protokol Kesehatan. Pengendalian diri terhadap kebijakan yang berlaku dinilai sangat penting.

Seorang siswa sekolah menengah termasuk dalam kategori usia remaja. Menurut Santrock (2007), remaja didefinisikan sebagai masa peralihan antara masa anak-anak menuju masa dewasa. Masa remaja diidentikkan sebagai masa dimana seorang individu menghadapi gejala yang ada dalam dirinya, terutama ketika melepaskan norma-norma baru. Pada fase ini, remaja seringkali mendapati benturan antara tuntutan lingkungan sosial dan tuntutan diri. Semua hal tersebut merupakan bagian dari proses menuju pematangan fisik, akal, sosial dan emosional.

Pada diri setiap individu terdapat kontrol diri yang berlainan satu sama lain. Ada seseorang dengan kontrol diri yang tinggi, ada pula seseorang yang kontrol dirinya rendah. Kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam melakukan perubahan perilaku diri, mengendalikan setiap informasi yang dimiliki baik yang diharapkan atau tidak, dan dengan keyakinan diri mampu untuk memilih suatu tindakan (Averill dalam Malikhah, 2017).

Mengontrol diri sama halnya dengan berusaha secara optimal agar senantiasa berperilaku yang memiliki nilai manfaat dan dengan mudah dapat diterima dalam lingkungan sosial. Kontrol diri memberikan kemungkinan bagi remaja untuk berpikir atau membuat sebuah keputusan agar memunculkan sebuah perilaku yang terarah. Dengan demikian mereka dapat lancar untuk menyalurkan setiap impuls perasaan dalam dirinya dengan benar dan tidak menyimpang dari ketentuan dan aturan yang berlaku di masyarakat (Hurlock, 1991).

Penelitian yang dilakukan oleh Al'fathan (2021) mengenai kontrol diri dan perilaku kepatuhan terhadap protokol kesehatan Covid-19 pada 203 masyarakat Yogyakarta, menunjukkan hasil analisis dengan nilai korelasi $r = 0,378$ dan nilai $p = 0.000$. Ini bermakna bahwasannya hipotesis yang diajukan diterima, dimana hasil analisis membuktikan hubungan yang bernilai positif antara kontrol diri dengan perilaku kepatuhan terhadap protokol kesehatan Covid-19 yang dimiliki oleh masyarakat Yogyakarta.

Selain itu berdasarkan studi pendahuluan melalui observasi lapangan, menunjukkan bentuk kontrol diri pada sebagian besar siswa SMPN 2 Buduran terutama pada kelas 9, sudah cukup bagus. Hal ini dibuktikan dengan siswa yang selalu menerapkan protokol kesehatan selama berada di sekolah hingga keluar dari lingkungan sekolah. Namun pada beberapa kesempatan ditemukan beberapa pelanggaran terhadap peraturan dalam menjaga protokol kesehatan selama kegiatan belajar mengajar, sejak dimulainya pertemuan tatap muka di sekolah.

Simulasi pertemuan tatap muka (PTM) dilaksanakan pada tanggal 4 hingga 8 Mei 2021, dan dilanjutkan pada tanggal 20 hingga 22 Mei 2021. Sistem ganji-genap yang diterapkan sekolah dalam menentukan siapa saja yang berkesempatan melakukan PTM dinilai cukup efektif, hal ini dibuktikan dengan tidak ditemukan pelanggaran yang dilakukan oleh para siswa.

Menindak lanjuti arahan dari Kemendikbud mengenai PTM Terbatas yang bisa diterapkan pada sekolah di wilayah PPKM level 2 dan 1,

SMPN 2 Buduran mulai menjadwalkan seluruh siswa mengikuti PTM di sekolah pada 30 Agustus 2021 dengan kapasitas maksimal 50% setiap kelasnya. Maka kembali diberlakukan sistem ganjil-genap, dimana setiap siswa dengan nomor absen ganjil akan mengikuti PTM terbatas di sekolah pada hari pertama, dan siswa dengan nomor absen genap akan melakukan kegiatan belajar secara daring. Kemudian pada hari kedua siswa dengan nomor absen genap akan melakukan PTM terbatas di sekolah, sedangkan siswa dengan nomor absen ganjil akan melakukan kegiatan belajar secara daring.

Pertemuan Tatap Muka terbatas ini ditemukan beberapa pelanggaran terhadap protokol kesehatan yang dilakukan oleh beberapa siswa, setidaknya terdapat 2 hingga 3 siswa yang melepas masker saat sedang mendapatkan materi dari guru. Meskipun sudah ditegur oleh teman dan guru, ketika ada kesempatan masker akan kembali dilepas. Hal ini terjadi berulang kali, di dalam kelas maupun diluar kelas. Disamping itu, beberapa siswa terutama yang laki-laki tak menghiraukan protokol kesehatan dengan saling berdekatan satu sama lain. Sedangkan untuk tiga poin protokol kesehatan lainnya, terpantau tidak ditemukan pelanggaran. Hal ini didukung dengan kebijakan sekolah yang meniadakan sementara kegiatan yang berpotensi menimbulkan kerumunan dan membatasi mobilitas warga sekolah.

Semester genap dimulai pada bulan Januari 2022. Pada semester ini, sudah diberlakukan PTM 100% bagi seluruh siswa SMPN 2 Buduran.

Beberapa kegiatan pembelajaran seperti olahraga yang sebelumnya ditiadakan sudah mulai dibuka kembali. Namun beberapa kegiatan masih dibatasi, seperti praktikum di laboratorium komputer dan juga kantin sekolah masih ditiadakan berdasarkan kebijakan protokol kesehatan Covid-19.

Laporan mengenai pembaruan kasus Covid-19 tercatat kasus terkonfirmasi positif terpapar Covid-19 mengalami pelandaian (covid.go.id, 2022). Hal ini dapat dibuktikan dengan membandingkan laporan kasus dari bulan Februari 2022, yang mengalami lonjakan hingga mencapai lebih dari 60.000 kasus positif perhari. Hingga tanggal 30 Mei 2022, kasus baru terkonfirmasi positif berjumlah 218 dengan total kasus aktif sebanyak 2.871 kasus, angka pasien yang sembuh bertambah 287 menjadi 5.895.176 juga penambahan pasien yang meninggal dunia sebanyak 12 orang menjadi 156.586. Total kasus terkonfirmasi positif Covid-19 pertanggal 30 Mei 2022 adalah 6.054.633 jiwa. Hal ini merupakan kabar baik bagi warga masyarakat Indonesia, sebab jumlah kasus yang relatif stabil yakni dibawah 1000 kasus positif perhari menjadikan pertimbangan bagi pemerintah untuk melonggarkan kebijakan pencegahan penularan Covid-19.

Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan menyatakan dalam situs webnya (sehatnegeriku.kemendes.go.id, 2022), pemerintah mulai memberlakukan pelonggaran aktivitas masyarakat sebagai wujud transisi dari pandemi ke endemi. Kabar terbaru, masyarakat diperbolehkan untuk melepas masker ketika melakukan kegiatan di luar ruangan yang

belaku efektif sejak Rabu, 18 Mei 2022. Namun hal ini tentu saja disertai dengan syarat dalam kondisi yang sehat, mengingat kondisi saat ini belum sepenuhnya terbebas dari Covid-19, dan potensi tertular masih ada. Beberapa golongan dikecualikan dari pelanggaran terbut seperti bagi lansia, orang dengan penyakit penyerta dan juga orang yang sedang sakit flu dengan gejala batuk dan pilek, diminta untuk tetap memakai masker saat berkegiatan diruang publik yang terdapat banyak orang beraktifitas di dalamnya.

Protokol Kesehatan dilaksanakan sebagaimana mestinya, dan didukung oleh segenap pendidik dan tenaga pendidik termasuk satpam dalam menjalankan Protokol Kesehatan selama masa belajar mengajar yang dibatasi di lingkungan sekolah. Namun, seperti penjelasan diatas, ditemukan pula beberapa siswa yang tampak abai dalam menjaga Protokol Kesehatan, seperti lalai dan tidak mencuci kedua tangan saat datang ke area sekolah, tidak menggunakan masker selama proses pembelajaran di kelas, abai terhadap etika saat batuk juga bersin ketika berada diruang publik. Sebagai pihak yang bertanggung jawab terhadap keberlangsungan kebijakan terhadap protokol kesehatan covid-19, para guru yang sedang mengajar akan menegur siswa dan ditindak sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Berdasarkan pemaparan data diatas, peneliti tertarik untuk mengajukan sebuah penelitian mengenai “Hubungan Self-Control Dengan

Kepatuhan Protokol Kesehatan Covid-19 Pada Remaja Pasca Pelonggaran Penggunaan Masker di Sidoarjo”.

B. Rumusan Masalah

Berasaskan latar belakang yang terdapat diatas, maka ditetapkan rumusan masalah yang akan diambil dalam penelitian kali ini adalah, “Apakah terdapat Hubungan Self-Control Dengan Kepatuhan Protokol Kesehatan Covid-19 Pada Remaja Pasca Pelonggaran Penggunaan Masker di Sidoarjo?”

C. Keaslian Penelitian

Penelitian terdahulu oleh Fauziah (2016), setelah dianalisis dengan bantuan SPSS 16 untuk *windows* menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* didapatkan nilai signifikan 0.000 yang kurang dari 0,05. Dan nilai koefisien korelasinya mendapat skor 0,631, yang positif. Hal ini menandakan kedua variabel berjalan searah dan berbanding secara lurus. Oleh sebab itu penelitian oleh Fauziah ini dapat dikatakan menjadi pembuktian bahwa adanya hubungan yang positif antara *self control* dengan kepatuhan yang terdapat pada siswa.

Malikah dengan penelitiannya mengenai “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kepatuhan Terhadap Peraturan Pada Santri Remaja” di Yogyakarta pada tahun 2017, memaparkan beberapa hasil. Pertama, hasil analisis terhadap kontrol diri menunjukkan nilai prosentasi sedang dengan jumlah 65% sebanyak 26 santri. Kedua, mengenai hasil analisis terhadap

kepatuhan juga didapatkan prosentasi sedang yakni sebesar 58% sebanyak 23 santri. Terakhir, dari analisis korelasi menunjukkan hasil signifikansi yang terdapat diantara kontrol diri dengan perilaku kepatuhan pada santri remaja dengan nilai koefisien korelasi $r_{xy} = 0.789$ dan nilai $p = 0.000$ yang kurang dari 0.05. Hal ini bermakna ketika kontrol diri santri tinggi, akan diikuti dengan tingginya perilaku patuh yang ditunjukkan oleh santri.

Hasil penelitian terbaru yang dilakukan oleh Al'fathan pada tahun 2021, dengan penelitiannya mengenai kontrol diri dengan perilaku kepatuhan terhadap protokol kesehatan selama pandemi Covid-19. Hasil analisis antara variabel kontrol diri dengan kepatuhan menggunakan uji korelasi *Pearson* setelah sebelumnya diuji terlebih dahulu normalitasnya, dan didapatkan sebaran data penelitian yang berdistribusi normal. Hasil dari analisis yang dilakukan menunjukkan nilai hasil hitung r sebesar 0.378 dengan nilai p sebesar 0.000 kurang dari 0,05. Berbasis temuan diatas maka diketahui mengenai adanya hubungan yang positif diantara kontrol diri masyarakat Yogyakarta dengan perilaku kepatuhan protokol kesehatan Covid-19. Kemudian dapat disimpulkan bahwa ketika tingkat kontrol diri meningkat, maka akan tinggi juga tingkat kepatuhan pada diri seseorang.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari diadakannya penelitian ini adalah guna mengetahui korelasi antara *self-control* dengan perilaku kepatuhan protokol kesehatan Covid-19 pada siswa SMPN 2 Buduran pasca pelanggaran penggunaan masker.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari hasil penelitian ini hendaknya dapat sedikit-banyak bantuan dalam mengembangkan keilmuan psikologi, terkhusus dalam ranag psikologi klinis yang memiliki keterkiatan dengan *self-control* serta perilaku patuh pada masyarakat terutama di lingkup pendidikan usia remaja dalam menjaga perilaku hidup sehat.

2. Manfaat Praktis

Sementara itu secara praktis penelitian ini dimaksudkan untuk menciptakan peraturan yang relevan bagi masyarakat secara luas terkait *self-control* agar tercipta perilaku patuh pada masyarakat, khususnya dalam dunia pendidikan agar tercipta lingkungan belajar mengajar yang bebas dari virus Covid-19.

F. Sistematika Pembahasan

Sebuah penelitian yang baik sudah selayaknya memiliki sebuah alur pembahasan yang disusun secara sistematis, yang terdapat bagian-bagian yang dikenal dengan istilah bab. Pada umumnya terdapat lima bab dengan fokus pembahasan yang berbeda satu dengan lainnya. Seperti misalnya pada bab I, dibagian bab ini seringkali diidentikkan dengan sebuah pendahuluan dimana didalamnya ada latar belakang masalah, lalu rumusan dari masalah yang dinampakkan pada bagian latar belakang, berlanjut membahas mengenai orisinalitas penelitian yang akan diangkat, lalu menjelaskan

mengenai tujuan diadakannya sebuah penelitian, manfaat yang didapat dengan mengadakannya sebuah penelitian, serta bagaimana sistematika pembahasan yang akan diusung dalam penelitian tersebut.

Berlanjut bab kedua, dimana pembahasan pada bab ini berfokus pada dasar teori yang digunakan dalam penyusunan laporan penelitian. Teori siapa yang hendak dikaji dan buktikan kebenarannya, merupakan dasar pengambilan keputusan oleh peneliti. Dalam penelitian ini variabel yang akan dipakai mengusung terma *self-control* yang disandingkan dengan perilaku kepatuhan. Secara sistemik kajian teori menjelaskan mengenai pengertian dari sebuah variabel, dan dalam penelitian ini peneliti mencoba menggambarkan seperti apa pengertian dari *self-control* dan juga kepatuhan itu sendiri. Tidak cukup sampai disitu, lebih lanjut peneliti juga menjabarkan aspek apa saja yang terdapat pada kedua variabel dalam penelitian ini, kemudian diperkuat dengan pemaparan mengenai berbagai faktor yang disandarkan kepada teori para ahli terdahulu, agar semakin jelas seperti apa gambaran diri dari setiap variabel yang dipakai dalam penelitian ini. Cara peneliti dalam mengasosiasikan variabel-variabel yang ada, menjadi tolak ukur apakah penelitian ini dapat dipakai atau tidak ke depannya. Apabila terdapat ketidaksalarasan antara variabel bebas dengan variabel terikat, besar kemungkinan penelitian menjadi tidak valid. Selain itu peneliti juga membuat skema penelitian berupa kerangka teoritik dan juga membuat hipotesis yang berasakan rumusan masalah yang sudah dibuat.

Kemudian bab selanjutnya, yakni bab tiga pembahasan yang dilakukan seputar metodologi penelitian, seperti rancangan penelitian, pengidentifikasian setiap variabel yang ada, membuat definisi operasional, menentukan populasi penelitian, memilih sampel yang akan dijadikan responden dalam penelitian, dan teknik sampling apa yang akan digunakan. Selain itu yang sangat penting untuk dibahas pada bab tiga dalam sub babnya adalah mengenai instrumen sebuah penelitian juga bagaimana cara peneliti menganalisa data yang didapatkan.

Bab keempat dalam penelitian ini akan membahas hal-hal terkait hasil penelitian, hasil pengujian terhadap hipotesis yang diusulkan, dan yang terakhir akan membahas mengenai temuan-temuan dalam penelitian yang telah dilakukan.

Terakhir, bab lima kerap kali digunakan sebagai bab yang menyimpulkan secara singkat isi dari keseluruhan penelitian pada bagian kesimpulan, kemudian memberikan masukan atau saran yang dapat membangun pihak-pihak terkait dalam penelitian, dan terutama untuk penelitian selanjutnya yang memiliki arah dan fokus pada fenomena, tema maupun variabel yang serupa.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kepatuhan

1. Definisi Kepatuhan

Kata kepatuhan merujuk pada salah satu kata dalam bahasa Inggris yakni kata '*obedience*', yang juga diambil dari kata '*obedire*' dalam bahasa latin yang memiliki arti untuk mengindahkan pada sesuatu. Sedangkan *obedience* sendiri memiliki arti menuruti, patuh kepada, dan mematuhi. Sarbaini dalam Alam (2021) kepatuhan dapat dimaknai tunduk pada perintah atau peraturan.

Menurut KBBI V kepatuhan berasal dari kata patuh dan memiliki arti sifat yang patuh, taat, dan tunduk pada arahan dan regulasi yang ada. Taylor menjelaskan (dalam Purwanti, 2016), kepatuhan merupakan sikap yang diambil untuk mencukupi permintaan oleh orang lain, serta dimaknai sebagai sebuah perilaku yang didasarkan melalui keinginan orang lain atau juga yang berasal dari segala harapan orang lain.

Menurut Caplin dalam Purwanti (2016) kepatuhan dimaknai dengan bentuk sebuah pemenuhan, mengalah pada sesuatu secara suka rela, ikhlas memberi, pasrah diri, mengalah, dan mewujudkan keinginan yang didasarkan pada cita-cita orang lain. Sedangkan McKendry (dalam Alam, 2021), Kepatuhan juga dimaknai sebagai

suatu kecenderungan dan keikhlasan dari seorang individu dalam usaha pemenuhan dan penerimaan dari sebuah permintaan, baik itu yang bersumber dari seorang *leader* atau pada sesuatu yang bersifat penuh sebagai suatu aturan atau perintah.

Watson (dalam Alam, 2021), mendefinisikan kepatuhan sebagai suatu perilaku yang secara langsung berarti patuh terhadap setiap peraturan, hukum, regulasi dan juga kebijakan yang ada. Lebih lanjut dijelaskan bahwa kepatuhan juga dapat terlihat bergantung dari pengalaman personal seorang individu dengan caranya beradaptasi dan patuh pada peraturan yang ada (Sarbaini, 2013).

Federich dalam Purwanti (2016), menjelaskan bahwa sebuah kepatuhan yang ditunjukkan oleh masyarakat kepada pihak otoritas hanya akan terjadi apabila hukum yang sah pada ranah regulasi dinilai sesuai dengan nilai yang terdapat pada sebuah kelompok. Ada tiga bentuk perilaku kepatuhan, yang dijabarkan sebagai berikut:

a. Konformitas

Konformitas merupakan sebuah pengaruh dalam lingkungan sosial masyarakat, dimana seorang individu akan mengubah perilaku dan juga tindakan yang dimiliki agar dapat menyesuaikan dengan norma sosial yang berlaku di lingkungan tersebut.

b. Penerimaan

Penerimaan dapat diartikan sebagai sebuah kecenderungan seseorang yang rela diberikan sebuah pengaruh terkait hubungan persuasif yang berasal dari orang lain yang dinilai memiliki pengetahuan yang luas atau preferensi terhadap orang lain. Selain itu penerimaan juga dimaknai sebagai sebuah tindakan yang diambil secara suka rela yang diakibatkan kepercayaan individu pada tekanan atau norma sosial yang terdapat pada suatu kelompok masyarakat tertentu.

c. Ketaatan

Ketaatan diartikan sebagai sebuah manifestasi dari bentuk penyerahan diri seutuhnya oleh individu terhadap pemegang otoritas berwenang, dan bukan diletakkan atas dasar peningkatan agresifitas, melainkan kecenderungan menjalin hubungannya dengan otoritas setempat.

Bersumbu pada penjelasan tersebut maka kepatuhan dapat dimaknai sebagai sebuah perilaku patuh ataupun berpegang teguhnya seseorang yang terbentuk melalui beberapa kondisi dimana kerelaan dilakukan atas kesadaran diri dan tanpa kesukaran dalam hati. Selain itu kepatuhan sering tampak pada individu ketika berada dibawah perintah dan arahan pemerintah atau atasan.

2. Aspek-Aspek Kepatuhan

Menurut Sarbaini dalam Alam (2021) kepatuhan dapat ditengarai oleh tiga bentuk aspek, yakni:

a. Pemegang Otoritas

Kedudukan atau posisi seseorang tokoh yang dinilai memiliki pengaruh penting dalam menjalankan perannya memberikan contoh yang sesuai norma yang ada, sehingga dapat menjadi panutan bagi masyarakat yang ada.

b. Kondisi yang terjadi

Kecilnya peluang yang ada, disebabkan oleh kebijakan serta konsekuensi yang akan diterima apabila melanggar sebuah aturan yang ada akan membuat masyarakat tetap patuh pada peraturan yang ada.

c. Orang yang mematuhi

Masyarakat secara sadar dan mengetahui bahwasannya peraturan yang ada dibuat untuk dipatuhi dan bukan untuk dilanggar demi kebaikan bersama.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan

Menurut Jung dalam Purwanti dan Amin (2016) faktor-faktor yang berpengaruh pada perilaku patuh yang muncul pada seseorang dapat diketahui melalui dua kepribadian, *ekstrovert* dan *introvert*. Diketahui bahwa seseorang dengan kepribadian

ekstrovert mempunyai kemampuan lebih dalam menjalin interaksi sosial jika dibandingkan dengan seseorang yang berkepribadian *introvert*. Hal ini menyebabkan individu yang *ekstrovert* lebih mudah memperoleh informasi dan juga pengalaman yang ada pada lingkup secara sosial.

Kepatuhan tampak dominan pada individu *ekstrovert* sebab kemampuan dalam beradaptasi dalam lingkungan sosial. Hal ini memungkinkan bagi seorang *ekstrovert* untuk menerima atau menolak pengaruh sosial yang datang, sehingga mampu untuk membentuk sebuah tindakan yang senada dengan nilai-nilai sosial yang ada.

Brown (dalam Fauziah, 2016), menuturkan faktor-faktor yang turut berpengaruh dalam menentukan tingkat kepatuhan individu pada sebuah regulasi, berikut penjelasannya:

- a. Faktor internal, yang terkait dengan kontrol diri, keadaan secara emosional, juga bagaimana seorang individu beradaptasi dengan lingkungan barunya.
- b. Faktor eksternal, yang mencakup famili, relasinya dengan kawan sebaya sistem kebijakan peraturan sekolah, data demografi (yang meliputi umur, etnis, jenis kelamin), soso guru sebagai role model, dan terakhir adalah bentuk hukuman atau sanksi yang diberikan oleh guru ketika siswa melakukan sebuah pelanggaran terhadap peraturan sekolah.

Sedangkan dalam penelitiannya Kamidah (2015), menyebutkan ada beberapa bentuk faktor yang dapat mempengaruhi kepatuhan seseorang, berikut rinciannya:

a. Pengetahuan

Hasil dari tangkapan indera oleh seseorang terhadap sebuah objek diluar dirinya kemudian dikelola sebagai sebuah pengetahuan. Indera yang dimaksudkan disini ialah seluruh panca indera yang meliputi pengelihatn, perasa, peraba, penciuman, dan juga termasuk indera pendengaran. Menurut Notoadmodjo (2007), pengetahuan yang dimiliki orang manusia sebagian besar berasal dari pengelihatn dan juga pendengaran.

b. Motivasi

Budiarni (2012), menyebutkan bahwa motivasi merupakan sebuah dorongan yang berasal dari dalam diri seorang individu untuk melakukan sebuah tindakan tertentu. Semakin baik motivasi yang dimiliki maka akan membaik pula keadaan dalam diri individu seperti kemauan dan cita-cita yang kemudian mendorongnya untuk memunculkan suatu tindakan guna mendapati hasil yang dikehendaki.

c. Dukungan Keluarga

Dalam upayanya mewujudkan serta mematuhi peraturan yang ada, seorang individu melibatkan peran keluarga sebagai bentuk dasar faktor penting didalamnya.

Thomas Blass (dalam Wilujeng ,2010), menjabarkan buah dari pemikiran dalam percobaan Miligram, terdapat tiga faktor yang dapat berpengaruh pada kepatuhan individu. Beberapa faktor ini yang nantinya dapat memperngaruhi kondisi yang ada, akan tetapi juga terdapat faktor yang hanya terpengaruh oleh suatu keadaan yang solid dan bermakna ganda saja. Berikut rinciannya:

a. Kepribadian

Kepribadian merupakan sebuah faktor yang terdapat dalam diri setiap orang dalam masyarakat. Perannya yang kuat dapat memberikan perngaruh pada tingkat kepatuhan saat berada dalam keadaan tak berdaya dan dihadapkan pada sebuah pilihan yang bermakna ganda dan mempunyai berbagai hal didalamnya. Hal ini bergantung dari tempat seseorang itu tumbuh dan juga jenis pendidikan yang didapatkan.

b. Kepercayaan

Sebuah perilaku yang dimunculkan oleh sebuah kelompok masyarakat, sebagian besar didasarkan pada kepercayaan yang dimiliki. Tingkat kesetiaan seseorang terhadap

keyakinan yang dianut turut memberikan pengaruh dalam pengambilan keputusan. Masyarakat cenderung mudah menerima dan tunduk pada nilai sosial yang sesuai dengan keyakinannya.

c. Lingkungan

Sebuah *value* yang berkembang pada sebuah tempat tinggal turut memberikan pengaruh pada proses penghayatan yang ada pada diri setiap individu dalam lingkup hidup bermasyarakat. Lingkungan yang kondusif serta komunikatif dapat menciptakan masyarakat yang mampu belajar mengenai makna dalam aturan sosial lalu memproses ke dalam diri dan diproyeksikan melalui sebuah perilaku yang tampak. Lingkungan yang sewenang-wenang cenderung menciptakan tatanan masyarakat yang ada didalamnya akan mengalami proses penghayatan secara terpaksa.

Stein (dalam Faktul, 2009) menyebutkan bentuk-bentuk faktor yang turut membantu terbentuknya kepatuhan, berikut pemaparannya:

a. Pendidikan

Pendidikan adalah sebuah aktifitas yang lumrah dikerjakan oleh manusia guna meningkatkan kepribadian maupun proses pendewasaan juga penyempurnaan keberlangsungan hidupnya, cara mendidik serta menggali

dan merawat potensi diri, baik secara psikis maupun fisik. Menurut Notoadmodjo (dalam Alam, 2021) ranah pendidikan dapat diukur dari 3 hal berikut:

- 1) *Knowledge* mengenai bagaimana taraf pendidikan
- 2) Perilaku serta respon mengenai materi pendidikan yang telah diajarkan (*attitude*)
- 3) Penerapan dan juga langkah yang saling berkaitan terhadap bahan ajar tentang pendidikan yang disampaikan

b. Akomodasi

Seorang individu sudah pasti secara langsung terlibat ke dalam proses pemulihan agar dapat mendeteksi ciri kepribadian yang dimiliki, hal ini memiliki keterkaitan dengan pengaruh kepatuhan yang dimilikinya.

c. Modifikasi faktor lingkungan dan sosial

Bentuk *support* secara sosial baik dari famili, rekan-rekan dan juga lingkungan sosial sangat dibutuhkan untuk membangun kelompok pendukung sebagai sarana mengetahui bentuk kepatuhan seorang individu terkait suatu program.

d. Modifikasi bentuk terapi

Program yang digunakan dapat dirancang dengan simpel.

e. Intensitas interaksi dinaikkan

- f. Memberikan *feedback* dianggap suatu hal yang penting untuk membuat seseorang tetap patuh

Graham (dalam Normasari, 2013) menyebutkan bahwa terdapat sekitar 4 faktor yang turut menjadikan seorang individu patuh pada suatu norma, yakni:

- a. *Normativist*, biasa diketahui sebagai bentuk kepatuhan terhadap nilai-nilai yang terdapat pada sebuah hukum. Selanjutnya kepatuhan dikatakan memiliki 3 rupa, berikut diantaranya:

- 1) Kepatuhan terhadap nilai-nilai yang ada
- 2) Kepatuhan terhadap sebuah proses dengan tidak memedulikan nilai itu sendiri;
- 3) Kepatuhan terhadap sebuah hasil dan mengarah pada apa yang diharapkan dengan dibuatnya sebuah regulasi atau peraturan.

- b. *Integralist*, merupakan perilaku tunduk yang mengacu pada keinsafan dan rasionalitas dalam menimbang segala sesuatu.
- c. *Fenomenalist*, bentuk patuh yang disandarkan pada isi hati, maupun hanya sesuai hipokrisi.
- d. *Hedonist*, diartikan sebagai rasa patuh yang disandarkan pada kebutuhan pribadi.

B. Self-Control

1. Definisi *Self-Control*

Para ahli menjelaskan mengenai definisi *Self-Control* atau apabila diterjemahkan dalam bahasa Indonesia adalah kontrol diri, Calhoun dan Acocella (dalam Marsela dan Supriatna, 2019) menuturkan bahwa *Self-Control* merupakan sebuah proses terhadap serangkaian peristiwa yang melibatkan jasmani, rohani, dan juga tindakan yang akan membentuk kepribadian seseorang. Maksud dari penjelasan tersebut adalah penekanan pada kemampuan dalam mengelola sumber daya diri yang dimiliki seseorang untuk membentuk sebuah pola perilaku dengan mengatur fisik, psikologis, dan perilaku.

Pendefinisian kontrol diri selanjutnya oleh Tagney, et al (Marsela dan Supriatna, 2019) *self-control* yakni kecakapan seseorang dalam menentukan perilaku yang ingin dimunculkan dengan mengacu pada standar yang ada seperti moral, nilai, juga regulasi yang ada di masyarakat supaya muncul perilaku positif yang diinginkan. Seseorang bisa dikatakan mandiri apabila mampu memunculkan perilaku positif. Kemampuan *Self-Control* pada seseorang memerlukan penguatan, dengan cara menjalin interaksi dengan masyarakat di lingkungan sekitar sehingga terbentuk *Self-Control* yang matang.

Self-control sendiri merupakan sebuah kemampuan yang dimiliki oleh seorang individu untuk merubah perilaku dengan mengelola informasi yang dimiliki baik yang diharapkan atau tidak, dan mengacu pada keyakinan diri mampu dalam memilih suatu tindakan (Averill dalam Ghufron & Risnawati, 2011).

Self-Control adalah sebuah kunci vital yang mampu mempengaruhi kepatuhan pada diri seseorang (Kusumadewi, 2012). *Self-Control* merupakan perilaku yang muncul pada diri seseorang sesuai dengan kecakapannya dalam menekan maupun menghalangi setiap rangsangan atau tindakan impulsif (Chaplin, 2011).

Memperhatikan penjelasan tersebut dapat dikatakan bahwa *self-control* merupakan sebuah kemampuan seseorang dalam mengelola serangkaian perangkat diri (fisik, psikologis, dan perilaku) untuk membuat keputusan dalam segala tindakan baik skala besar (dalam bermasyarakat) maupun kecil (untuk diri sendiri) berdasarkan pengetahuan yang dimiliki. Selanjutnya, guna mendukung *Self-Control* yang baik seorang individu perlu untuk terlibat dalam berinteraksi dengan masyarakat lingkungan tempat ia tinggal. Melibatkan diri dengan masyarakat akan mengasah kecakapan *Self-Control* individu dalam mengambil sebuah keputusan serta memilih perilaku seperti apa yang akan diambil dalam menyelesaikan setiap masalah yang ada.

2. Aspek-aspek *Self-Control*

Averill (dalam Thalib, 2010) menerangkan *Self-Control* mempunyai tiga komponen aspek, berikut penjelasannya:

a. Mengontrol perilaku (*behavior control*)

Kemampuan seseorang dalam mengendalikan perilaku yang hendak dimunculkan dengan terlebih dahulu mengubah atau memodifikasi sebuah keadaan yang tidak menyenangkan bagi dirinya. Kemampuan ini terbagi ke dalam dua unsur :

1. Kecakapan untuk mengontrol sebuah pelaksanaan (*regulated administration*), dimana seseorang bisa dengan bebas menentukan siapa saja yang dapat mengendalikan kondisi atau keadaan dalam diri sendiri maupun dari luar atau oleh orang lain. Seseorang yang mampu mengendalikan diri dengan baik memiliki kemungkinan besar untuk mengatur perilaku yang ingin dimunculkan menggunakan kecakapan yang dimilikinya tersebut.

2. Kecakapan dalam mengendalikan stimulus (*stimulus modification*), yakni kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengetahui persis seperti apa dan juga kapan waktu yang tepat untuk menghadapi sebuah stimulus yang tidak dikehendaki. Terdapat beberapa metode yang bisa dipilih untuk mengatasi permasalahan

ini, pertama dengan mencegah atau menghindari stimulus, kedua dengan menghentikan stimulus sebelum episodanya berakhir dan yang terakhir dengan membatasi tingkat kemunculannya.

b. Mengontrol kognitif (*cognitive control*)

Kemampuan dalam mengendalikan atau mengontrol kognisi adalah sebuah cara yang ditempuh seseorang untuk menggali makna, memberikan penilaian, atau mengasosiasikan suatu rangkaian peristiwa dalam kontrak berpikir. Mengendalikan kognisi berarti seseorang memiliki kecakapan dalam usahanya mengelolah informasi yang kurang diminati agar tekanan yang dirasakan dapat berkurang.

Mengontrol kognitif kemudian dibagi ke dalam tiga unsur, yakni:

1. Kemampuan dalam mengoleksi informasi. Lazimnya sebuah informasi dikumpulkan oleh seorang individu mengenai berbagai kondisi, memungkinkan dirinya mampu untuk melakukan langkah preventif, guna mencegah sebuah keadaan melalui pertimbangan-pertimbangan objektif.
2. Kemampuan dalam penilaian. Kecakapan individu dalam menghadirkan penafsiran pada suatu kondisi

berdasarkan sudut pandang subjektif yang bernilai positif.

- c. Mengontrol keputusan. Seorang individu harus memiliki sebuah kecakapan dalam menentukan juga bebas dalam memilih pencapaian yang dikehendaki. Kemampuan dalam mengendalikan pengambilan keputusan dapat berfungsi dengan semestinya apabila seseorang memiliki kesempatan, keleluasaan, dan juga berbagai pilihan untuk melakukan sebuah perilaku.

Seseorang dengan kemampuan *self-control* yang lemah akan cenderung terbawa suasana dan berakhir dalam kondisi yang sulit bahkan bagi dirinya sendiri. Sedangkan, pada seseorang dengan *self-control* yang kuat lebih cenderung dapat mengendalikan suasana dan mampu untuk menampilkan perilaku yang positif.

Ada tiga aspek menurut Block yang terdapat dalam *self-control* (Lazarus, 1976), yaitu:

- a. Kontrol berlebih, merupakan bentuk pengontrolan diri secara berlebihan yang dilakukan oleh seorang individu terhadap dirinya sendiri, sehingga menyebabkan minimnya reaksi yang diberikan pada setiap stimulus yang muncul.

- b. Keterkendalian, individu cenderung melepas liarkan impulsivitas yang hadir tanpa disertai pertimbangan yang matang.
- c. Kontrol yang tepat, merupakan kemampuan seseorang dalam mengendalikan setiap rangsangan atau impuls dengan cara yang tepat.

1. Faktor-faktor *Self-Control*

Seorang individu tentu memiliki beberapa beberapa faktor yang ikut mempengaruhi serta memiliki peran penting dalam menentukan kehidupan bermasyarakat. Ghufroon dan Risnawati (2012) menyebutkan ada beberapa faktor yang jadi pemicu seseorang dalam mengontrol dirinya, faktor tersebut dibagi menjadi dua, yakni:

a. Faktor Internal

Faktor dalam diri ini turut mempengaruhi pengontrolan diri umur. Ketika seorang individu bertambah umurnya kemampuan kontrol diri yang dimiliki akan semakin meningkat.

b. Faktor Eksternal

Ada banyak faktor luar yang dapat berpengaruh dalam pengontrolan diri oleh seorang individu, diantaranya adalah kondisi lingkup dalam keluarga. Sebuah konsep

yang diterapkan dalam pola asuh yang digunakan oleh orangtua terhadap anak akan menjadi acuan bagi anak untuk mengambil keputusan sikap seperti apa yang akan dipakai untuk memecahkan berbagai masalah yang dihadapi.

Sedangkan menurut Baumister & Boden (1998), fakto-faktor yang mempengaruhi *Self-Control* dibagi kedalam dua sektor:

a. Orangtua

Peran orangtua dalam mendidik anak-anaknya mejadi faktor penting dalam kontrol diri anak. Hal ini lebih ditekankan pada pola didik orangtua terhadap anak, seperti pada cara yang dipilih oleh orangtua dengan metode otoriter dan cenderung mendidik denga keras, akan menciptakan pola pikir dan mental anak yang rendah dalam mengtrol setiap tindakan dan juga kepekaan terhadap kondisi sekitar ikut menurun. Tentu hasilnya akan berbeda dengan pola asuh orangtua, yang mengajarkan kepada anaknya agar belajar secara mandiri dan membagikan peluang kepada anak dalam mengambil keputusan bagi dirinya sendiri sejak dini, dengan cara ini anak dapat lebih cakap dalam berbagai situasi dan keadaan.

b. budaya

Masing-masing individu yang memiliki ikatan dengan budaya dalam lingkungan tertentu, secara langsung akan terpengaruh kontrol dirinya oleh budaya yang terdapat didalamnya. Setiap lingkungan mempunyai karakteristik dan juga warnanya tersendiri. Hal ini juga dapat menentukan kemampuan seorang individu dalam mengontrol diri, sesuai dengan budaya lingkungannya.

C. Hubungan Antara Kepatuhan dengan *Self-Control*

Blass (dalam Kusumadewi, 2012), berpendapat bahwa kepatuhan merupakan penerimaan terhadap perintah oleh orang lain. Bentuk perilaku kepatuhan dapat berupa dalam berbagai jenis, dengan catatan seorang individu mampu memperlihatkan perilaku tunduk pada sebuah peraturan maupun otoritas berwenang.

Self-Control mengacu pada kecakapan seseorang dalam memutuskan sebuah tindakan yang dikehendaki tanpa halangan, baik oleh alangan ataupun *power* yang bersumber internal maupun dari luar, Gleitman, 1999 (dalam Thalib, 2010).

Lazarus (1976) berpendapat mengenai *Self-Control* bahwasannya dalam menyajikan suatu keputusan personal yang datangnya dari pertimbangan berdasarkan kesadaran demi hasil yang terintegrasi dalam suatu tindakan yang dirancang agar terwujud sesuai dengan harapan yang ditetapkan.

Brown (dalam Fauziah, 2016), menuturkan faktor-faktor yang turut berpengaruh dalam menentukan tingkat kepatuhan individu pada sebuah regulasi, berikut penjelasannya:

1. Faktor internal, yang terkait dengan kontrol diri, keadaan secara emosional, juga bagaimana seorang individu beradaptasi dengan lingkungan barunya.
2. Faktor eksternal, yang mencakup famili, relasinya dengan kawan sebaya sistem kebijakan peraturan sekolah, data demografi (yang meliputi umur, etnis, jenis kelamin), soso guru sebagai role model, dan terakhir adalah bentuk hukuman atau sanksi yang diberikan oleh guru ketika siswa melakukan sebuah pelanggaran terhadap peraturan sekolah.

Mengacu pada keterangan tersebut dapat diketahui bahwasannya kontrol diri adalah satu diantara beberapa faktor yang menstimulasi kepatuhan kebijakan peraturan protokol kesehatan Covid-19 di sekolah. Selain itu, beberapa penelitian turut memberikan bukti konkret adanya hubungan antara *Self-Control* dengan perilaku Kepatuhan, seperti penelitian oleh Al'fathan mengenai kontrol diri serta perilaku patuh pada protokol kesehatan Covid-19 pada masyarakat Yogyakarta pada 2021, menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Hasil dari penelitian menunjukkan adanya hubungan yang positif antara kontrol diri pada masyarakat Yogyakarta terhadap perilaku kepatuhan protokol Covid-19.

D. Protokol Kesehatan

Corona Virus Disease 2019 atau Covid-19 memberikan dampak secara luas, termasuk dalam alur berkegiatan yang lumrahnya dikerjakan oleh setiap warga masyarakat yang berada di tempat-tempat umum, dimana banyak dikunjungi atau menjadi tempat bertemunya banyak orang dalam satu tempat. Hal ini menimbulkan gerombolan masyarakat yang dapat memicu munculnya kluster dari penularan Covid-19.

Maka dari itu pemerintah melalui Kementerian Kesehatan, menetapkan tap keputusan menteri mengenai protokol kesehatan untuk warga secara umum dibatasi kegiatannya dilingkup sosial menyeluruh, hal ini dimaksudkan untuk membantu mencegah serta mengendalikan penyebaran Covid-19. Dalam suratnya dengan Nomor HK.01.07/MENKES/382/2020. Kunci keberhasilan dalam menekan laju penyebaran Covid-19 dilingkup masyarakat adalah dengan disiplin diri dalam pengaplikasian asas pola hidup yang lebih sehat dan bersih oleh masyarakat itu sendiri (Kemkes.go.id).

Salah satu gerakan yang diupayakan oleh pemerintah guna menanggulangi kasus penyebaran Covid-19 yang terdapat pada masyarakat adalah dengan menekan keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia mengenai protokol kesehatan, yang didalamnya memuat dua unsur, yaitu:

1. Perlindungan Kesehatan Individu

Penularan yang disebabkan oleh Covid-19 diketahui dapat terjadi apabila ada droplet yang di dalamnya terkandung virus *SARS-CoV-2* dan dapat menularkan ke orang lain melalui hidung, mulut dan juga

mata. Hal ini dapat dicegah dengan menerapkan tiga tindakan berikut:

- a. Memakai alat pelindung diri berupa masker ketika harus melakukan aktifitas di luar ruangan maupun melakukan hubungan dengan banyak orang yang status kesehatannya belum diketahui (yang berpotensi besar menjadi sumber penularan Covid-19). Jika memilih untuk memakai masker berbahan kain, akan lebih baik memilih masker dengan tiga lapisan kain.
- b. Mencuci tangan, aktifitas menyabuni tangan dengan cairan sabun kemudian basuh menggunakan air yang mengalir atau bisa juga dengan menggunakan handsanitizer. Ingat untuk tetap menghindari menyentuh area yang rawan dari penyebaran seperti area di bagian wajah dengan tangan yang belum disterilkan. Sebab bisa jadi tangan tersebut telah terpapar oleh droplet yang terkandung virus Covid-19.
- c. Menjaga jarak antara individu dengan individu lain, dengan jarak minimal 1 meter ketika berada dekat dengan orang lain dan saat bertem di area atau fasilitas umum untuk menjauhi paparan virus yang mungkin saja berasal dari orang yang berbicara, batuk, atau bersin. Selalu menghindari tempat-tempat orang berkerumun, sumber keramaian, juga saling berdesak-desakan. Apabila kurang

mampu untuk menjaga jarak secara mandiri, maka pemerintah dapat membuat rekayasa yang berupa administratif juga teknis yang bersifat memaksa. Rekayasa administrasi dapat berupa pembatasan jumlah orang, pengaturan jadwal, dan lain sebagainya. Sedangkan rekayasa teknis antara lain dapat berupa pembuatan partisi, pengaturan jalur masuk dan keluar, dan sebagainya.

- d. Menjaga dan meningkatkan daya tahan tubuh dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, seperti mengkonsumsi gizi seimbang, aktifitas fisik minimal 30 menit setiap hari serta istirahat cukup (minimal 7 jam perhari), juga menghindari faktor risiko penyakit. Adapun orang-orang yang memiliki komorbiditas/ penyakit penyerta/ kondisi rentan seperti diabetes, hipertensi, gangguan paru-paru, jantung, ginjal, penyakit autoimun, kehamilan, usia lanjut, anak-anak dan lain-lain, harus lebih berhati-hati dalam beraktifitas di tempat dan fasilitas umum.

2. Perlindungan Kesehatan Masyarakat

Seluruh komponen yang terdapat di masyarakat harus dilibatkan dalam upaya perlindungan kesehatan masyarakat guna mencegah dan mengendalikan penularan COVID-19. Dalam perlindungan kesehatan masyarakat peran pengelola,

penyelenggara, atau penanggung jawab tempat dan fasilitas umum sangat penting untuk menerapkan hal-hal berikut:

a. Unsur pencegahan (*prevent*)

1. Kegiatan promosi kesehatan dilakukan melalui sosialisasi, edukasi, dan penggunaan berbagai media informasi untuk memberikan pengertian serta pemahaman bagi semua orang, dan keteladanan dari pimpinan, tokoh masyarakat, dan melalui media mainstream.
2. Kegiatan perlindungan dapat dilakukan melalui penyediaan sarana cuci tangan menggunakan sabun yang mudah diakses dan memenuhi standar atau penyediaan handsanitizer. Upaya skrining kesehatan orang-orang yang akan masuk ke tempat dan fasilitas umum, pengaturan jaga jarak, disinfeksi permukaan benda, ruangan dan peralatan secara berkala, serta penegakan kedisiplinan pada perilaku masyarakat yang berisiko dalam penularan dan tertularnya COVID-19 seperti berkerumun, tidak menggunakan masker, merokok di tempat dan fasilitas umum dan lain sebagainya.

b. Unsur penemuan kasus (*detect*)

1. Fasilitas dalam deteksi dini untuk mengantisipasi penyebaran COVID-19, yang dapat dilakukan melalui

koordinasi dengan dinas kesehatan setempat atau fasilitas pelayanan kesehatan.

2. Melakukan pemantuan terhadap kondisi kesehatan semua orang yang ada di tempat dan fasilitas umum.

c. Unsur penanganan secara cepat dan efektif (*respond*)

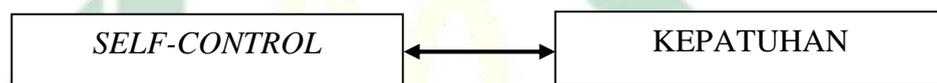
Melakukan penanganan untuk mencegah terjadinya penyebaran yang lebih luas, antara lain berkoordinasi dengan dinas kesehatan setempat atau fasilitas pelayanan kesehatan untuk melakukan pelacakan kontak erat, pemeriksaan *Rapid Test* atau *Real Time Polimerase Chain Reaction* (RT-PCR), serta penanganan lain sesuai kebutuhan. Perihal penanganan bagi yang sakit atau meninggal di tempat dan fasilitas umum merujuk pada standar yang berlaku sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

Substansi protokol kesehatan pada masyarakat harus memperhatikan titik kritis dalam penularan COVID-19 yang meliputi jenis dan karakteristik kegiatan/ aktifitas, besarnya kegiatan, lokasi kegiatan, lamanya kegiatan, jumlah orang yang terlibat, kelompok rentan seperti ibu hamil, balita, anak-anak, lansia serta penderita komorbid, atau penyandang disabilitas yang terlibat dan lain sebagainya. Dalam penerapan protokol kesehatan

harus melibatkan peran pihak-pihak terkait termasuk aparat yang akan melakukan tindakan pengawasan dan penertiban.

E. Kerangka Teoritik

Penelitian ini dimaksudkan agar peneliti dapat memahami hubungan yang terjadi diantara dua variabel, yakni variabel *self-control* juga variable kepatuhan terhadap protokol kesehatan yang terdapat pada siswa SMP di Kabupaten Sidoarjo. Kerangka teoritik dari penelitian ini ditunjukkan dalam skema pemikiran berikut :



Kepatuhan dimaknai sebagai sebuah bentuk respon dari stimulus berupa perintah atau arahan yang terdapat pada peraturan yang telah dibuat dan disepakati bersama. Caplin dalam Al'fathan (2021) memaknai Kepatuhan sebagai bagian dari proses pemenuhan, mengalah dengan ikhlas, berkenan memberi, pasrah, menyerah, dan menciptakan sebuah keinginan bersandarkan pada harapan orang lain.

Self-Control merupakan kunci penting yang dapat memengaruhi kepatuhan pada diri seseorang, dimana seseorang memiliki kemauan untuk melakukan sebuah aksi yang berasaskan sesuatu yang diimani (Kusumadewi, 2012). *Self-Control* adalah tingkah laku diri sendiri sesuai dengan kemampuan yang dimiliki dan untuk menekan atau merintangai impuls-impuls atau tingkah laku impulsif (Chaplin, 2011). *Self-Control* menurut Averill (dalam Kusumadewi, 2012:4) dicirikan dengan 1.)

Mengontrol perilaku (*Behavior Control*), kemampuan untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. 2.) Mengontrol Kognitif (*Cognitive Control*), kemampuan seseorang dalam menafsirkan, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif, mengolah informasi yang tidak diinginkan untuk mengurangi tekanan. 3.) Mengontrol Keputusan (*Decision Control*), kemampuan untuk memilih dan menentukan tujuan yang diinginkan dalam melakukan suatu tindakan.

F. Hipotesis

Hipotesis merupakan sebuah jawaban yang bersifat sementara dari rumusan masalah yang terdapat dalam sebuah penelitian (Sugiyono, 2015). Dengan mengacu pada pendapat tersebut maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “Terdapat hubungan positif antara *Self-Control* dengan Kepatuhan Protokol Covid-19 Kesehatan Siswa SMPN 2 Buduran”. Semakin tinggi tingkat *Self-Control* yang dipunyai oleh seseorang akan semakin tinggi pula tingkat kepatuhan seseorang. Begitupun berkebalikannya, apabila tingkat *self-control* yang dimiliki seseorang kurang atau bahkan rendah, maka tingkat kepatuhan yang dimiliki juga akan semakin berkurang atau rendah.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini akan menggunakan pendekatan berbasis kuantitatif, dimana penelitian yang menganalisis data dan informasi yang diperoleh menggunakan teknik statistik (Kountur, 2009). Sementara itu menurut Hasan (2002) metode yang akan dipakai merupakan metode korelasional, yakni sebuah penelitian yang berfokus pada pencarian hubungan diantara satu variabel dengan variabel lain yang akan diteliti. *Measurement* atau pengukuran dalam sebuah penelitian korelasional digunakan untuk memastikan seberapa besar hubungan yang terdapat pada setiap variabel (Sevilla, 1993). Maksud dari diadakannya penelitian kali ini untuk mengetahui arah hubungan variabel *self-control* dengan variabel Kepatuhan Protokol Kesehatan pasca pelanggaran penggunaan masker oleh pemerintah pada remaja di Sidoarjo.

B. Identifikasi Variabel

Berikut adalah variabel-variabel yang terdapat didalam penelitian ini, dimana variabel *independent* (bebas) adalah *self-control* dan akan disandingkan atau dihubungkan dengan variabel *dependent* (terikat) yakni kepatuhan.

C. Definisi Operasional

Definisi operasional digunakan untuk menjelaskan variabel apa saja yang akan dipakai dalam sebuah penelitian, berikut pemaparannya:

1. Kepatuhan

Perilaku kepatuhan dalam penelitian ini digunakan untuk menilai tingkat kepatuhan individu mengenai kebijakan terkait protokol Covid-19 di lingkungan sekolah. Kepatuhan dapat dimaknai sebagai sebuah tindakan positif yang muncul dari individu yang taat dalam mengamalkan protokol kesehatan Covid-19, kemudian tercipta perilaku patuh dengan mengimani, membenarkan serta menerapkan protokol kesehatan sebagaimana adanya. Khususnya di lingkungan yang terdapat banyak remaja didalamnya seperti sekolah. Pengukuran dalam perilaku kepatuhan akan menggunakan skala *Actual Behavior*, dengan dimensi yang ada pada Protokol Kesehatan dengan tujuan untuk menjabarkan mengenai kepatuhan pada protokol kesehatan Covid-19 yang telah terlebih dahulu dikembangkan oleh Prasetyo et al. (2020).

2. *Self-Control*

Self-Control adalah kecakapan seseorang dalam merubah atau memodifikasi sebuah perilaku, mengolah berbagai informasi dimiliki baik yang diharapkan atau tidak diharapkan, dan dengan beraskan keyakinan diri mampu untuk memilih suatu tindakan (Averill dalam Ghufon & Risnawati, 2011). *Self-Control* memiliki tiga aspek yaitu *Behavior Control* (Mengontrol Perilaku), *Cognitive Control*

(Mengontrol Kognitif), dan *Decision Control* (Mengontrol Keputusan). Dari aspek-aspek tersebut akan dikembangkan menjadi sebuah alat ukur berupa skala *Self-Control* untuk mengukur tingkat kontrol diri pada remaja di Sidoarjo.

D. Populasi, Sampel, Teknik Sampling

1. Populasi

Penelitian ini akan dilakukan pada SMPN 2 Buduran yang beralamatkan di Jl. Raya Sidokepong No. 2 Ngepung, Sidokepong, Buduran, Sidoarjo. Populasi siswa di SMPN 2 Buduran pada periode tahun ajaran 2021-2022 sebanyak 800 siswa SMPN 2 Buduran.

2. Sampel

Sampel dimaknai sebagai bagian dari ciri-ciri yang dimiliki dalam sebuah populasi tertentu (Sugiyono, 2015).

Jika jumlah responden dalam sebuah populasi berjumlah melebihi 100, maka jumlah sampel bisa diambil berkisar antara 10% hingga 15% atau 20% sampai 25% atau juga dapat lebih, sementara itu apabila populasi dari responden berjumlah kurang dari 100, maka seluruh populasi harus diambil sebagai sampel, dan disebut sebagai sampel populasi (Arikunto, 2006).

Karena populasi dari penelitian ini berjumlah 800, maka peneliti akan mengambil sampel pada persentase 10%-15%. Dari total seluruh populasi yang ada peneliti hanya mengambil 12.4% dari total populasi yang berjumlah 800 siswa, akan diambil 99 siswa.

3. Teknik Sampling

Suatu penelitian idealnya yang berkaitan dengan populasi harus ditetapkan jumlah serta diambil sebagian sampel dari total keseluruhan populasi yang ada kemudian diteliti dan dikaji lebih mendalam. Untuk itu diperlukan teknik yang tepat dalam proses mengambil sampel guna meminimalisir kesalahan yang terdapat pada suatu penelitian.

Teknik sampling yang akan digunakan dalam penelitian ini mengadopsi sebuah teknik penelitian *Probability Sampling* yang memakai *Simple Random Sampling* sebagai acuan yang digagas oleh Sugiyono (2015). Adapun kriteria sampel dalam penelitian ini, yaitu:

1. Berdomisili di Sidoarjo
2. Berstatus sebagai pelajar SMPN 2 Buduran

Agar mendapat subjek yang sesuai dengan tujuan penelitian, maka peneliti menentukan sampel sebanyak 99 Siswa.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen yang terdapat dalam sebuah penelitian merupakan alat ukur yang digunakan dalam mengukur kemampuan psikologis seseorang dengan memberikan stimulasi berupa pertanyaan ataupun pernyataan yang bertujuan agar dapat menggali ciri khas psikologi yang akan diukur (Azwar, 2013). Prosedur pengoleksian data dalam penelitian ini akan menggunakan kuisioner. Menimbang kondisi pasca pandemi atau menuju ke endemi

Covid-19 saat ini maka kuisioner disebarakan melalui angket *print-out* kepada para siswa SMP di Sidoarjo.

Penelitian ini, merupakan penelitian yang mengadopsi skoring atau penilaian dengan bentuk skala *likert* yang menggunakan kategori sebagai tanggapan dari responden. Untuk mengurangi ketidak validan aitem yang diuji maka jawaban tengah akan ditiadakan. Menurut Arikunto (2006) terdapat kelemahan pada alternatif jawaban yang berjumlah lima, sebab responden lebih suka memilih jawaban netral atau R (ragu-ragu), sebab dianggap merupakan jawaban teraman dan termudah. Berikut penjabarannya:

Tabel 1. Kategori Jawaban Skala *Likert*

Kategori Tanggapan	Sikap	F	UF
SS	Sangat Setuju	4	1
S	Setuju	3	2
TS	Tidak Setuju	2	3
STS	Sangat Tidak Setuju	1	4

1. Skala Kepatuhan

Skala yang akan dipakai dalam penelitian ini adalah skala *Actual Behavior* yang sudah dikembangkan dan diadaptasi oleh Al'fathan (2021), oleh karena kondisi pandemi yang beralih menjadi endemi maka

peneliti melakukan modifikasi pada skala. Berikut *blueprint* skala Kepatuhan:

Tabel 2. Blue Print skala Kepatuhan

Dimensi Perilaku	Aitem-Aitem		Jumlah
	F	UF	
Kepatuhan Protokol Kesehatan Covid-19			
Memakai masker	3, 4, 7, 11, 15, 17	6, 9, 14, 20	10
Menjaga Jarak	1, 8, 18	12, 22, 23	6
Mencuci Tangan	2, 5, 10, 16, 19	13, 21, 24	8
Jumlah	14	10	24

2. Skala *Self-Control*

Aspek yang digunakan dalam membuat skala *self-control* ini mengadopsi dari teori yang dikemukakan oleh Averill yang telah diadaptasi dan dimodifikasi oleh Malifah (2017). Aitem yang terdapat dalam instrumen *Self-Control* berjumlah 36 Aitem, diambil dari tiga aspek yang terdiri dari kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan mengontrol keputusan. Dibawah ini *blueprint* dari skala *Self-Control*:

Tabel 3. Blue Print Skala *Self-Control*

Aspek-aspek <i>Self-Control</i>	Aitem-Aitem		Jumlah
	F	UF	
Mengontrol Perilaku	4, 9, 15, 18	7, 21	6
Mengontrol Kognitif	1, 3, 5, 8, 13, 16, 17	10	8
Megntrol Keputusan	2, 12, 14, 19	6, 11, 20	7
Jumlah	15	6	21

F. Validitas

1. Uji Validitas

Azwar (2013) menjelaskan validitas dimaknai dengan seberapa jauh akurasi atau kecocokan sebuah alat ukur untuk menjalankan fungsi pengukurannya. Pada penelitian ini uji validitas serta ralibilitas menggunakan uji terpakai, yakni penyebaran instrumen diambil sebagai data dalam penelitian tanpa melalui *try out* pada responden diluar responden utama terlebih dulu, namun sebagai gantinya instrumen diperiksa oleh dosen pembimbing yang ahli dalam bidang pengukuran alat tes psikologi. uji terpakai ini dipakai dengan pertimbangan cukup valid dan reliabel dalam mengukur setiap variabel yang dipakai, sebab dilakukan proses *expert judgment* oleh dosen pembimbing ahli sebelumnya. Standar pengukuran validitas setiap aitem didasarkan pada

taraf signifikan sebesar 5% pada tabel nilai *r product moment* dengan jumlah responden sebanyak 99, dibulatkan ke 100 didapatkan hasil > 0.195 (Muhid, 2019). Hasil analisis pada dua skala, yakni skala kepatuhan menunjukkan bahwa koefisien dari validitas data berada pada kisaran antara 0.340 hingga 0.652. Berdasarkan analisis diatas, maka aitem yang dinyatakan sah sebanyak 22 aitem, sementara itu sebanyak 2 aitem dinyatakan gugur, yakni aitem dengan nomor 2 dan 5. Berikut ringkasan hasil validasi pada skala kepatuhan.

Tabel 4. *Blueprint* skala Kepatuhan setelah uji Validitas

No.	Dimensi Perilaku Kepatuhan Protokol Kesehatan Covid-19	Aitem diterima	Aitem Gugur
1	Memakai Masker	3, 4, 6, 7, 9, 11, 14, 15, 17, 20	-
2	Menjaga Jarak	1, 8, 12, 18, 22, 23	-
3	Mencuci Tangan	10, 13, 16, 19, 21, 24	2, 5
	Total	22	2

Sedangkan pada skala *self-control* hasil analisis menunjukkan koefisien validitasnya berada diantara 0,275 hingga 0,698. Berdasarkan hasil analisis tersebut, seluruh aitem yang terdapat dalam skala *self-control* yang berjumlah 20 aitem dinyatakan valid.

Tabel 5. *Blueprint* skala *Self-Control* setelah uji Validitas

No.	Aspek <i>self-control</i>	Aitem diterima	Aitem Gugur
1	Mengontrol Perilaku	4, 7, 9, 15, 18, 21	-
2	Mengontrol Kognitif	1, 3, 5, 8, 10, 13, 16, 17	-
3	Mengontrol Keputusan	2, 6, 11, 12, 14, 19, 20	-
	Total	21	-

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas mengarah pada level ketetapan atau keterpercayaan yang didapatkan dari hasil kecermatan dalam mengukur alat ukur dalam sebuah penelitian (Azwar, 2013). Teknik terpakai dalam pengujian tingkat reliabilitas pada skala Kepatuhan adalah teknik *Cronbach Alpha* dengan menggunakan aplikasi pemrograman statistik SPSS 25 dengan hasil tes *Cronbach's Alpha* yakni 0.839. Maka dengan demikian dapat dikatakan bahwa skala Kepatuhan ini tergolong alat ukur yang bersifat reliabel dengan jumlah aitem sebanyak 22.

Tabel 6. Reliabilitas Skala Kepatuhan

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,839	24

Hasil pengujian validitas pada skala kepatuhan menunjukkan hasil *Cronbach's Alpha* menunjukkan hasil sebesar 0.839 dari total 24 aitem, dua aitem dinyatakan gugur pada skala kepatuhan, yakni aitem nomor 2 dengan nilai r tabel sebesar $0.181 < 0.195$ sedangkan nilai signifikansinya sebesar $0.073 > 0.05$, serta aitem nomor 5 dengan hasil uji validitas didapatkan nilai r tabel sebesar $0.152 < 0.195$, dengan nilai signifikansi $0.134 > 0.05$ artinya kedua aitem tersebut tidak valid atau dinyatakan gugur.

Sementara itu untuk hasil uji reliabilitas yang dilakukan pada skala *Self-Control* menggunakan teknik yang sama, yakni *Cronbach Alpha* didapati hasil *Cronbach's Alpha* dengan nilai 0,859. Mengacu pada pemaparan data yang ada, maka skala *Self-Control* dinyatakan reliabel dengan 21 aitemnya.

Tabel 7. Reliabelitas Skala *Self-Control*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,859	21

Dapat diketahui dari tabel diatas bahwa pengujian validitas pada skala *self-control* yang berjumlah 21 aitem menunjukkan nilai 0.859, ini artinya keseluruhan aitem yang terdapat pada skala *self-control* dinyatakan valid.

G. Analisis Data

Analisis yang dikenakan pada data dalam sebuah penelitian dilakukan setelah data terkumpul dengan menggunakan teknik dalam mengolah data. Tujuan dari penganalisisan data dalam sebuah penelitian dimaksudkan untuk menjawab berbagai pertanyaan yang terdapat pada rumusan masalah. Metode yang dipakai dalam melakukan analisis data menggunakan teknik analisis *Product Moment* yang akan diolah menggunakan bantuan aplikasi SPSS 25.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas akan diterapkan terhadap variabel-variabel yang dipakai, yakni variabel *Self-Control* (X), dan Kepatuhan (Y). Uji normalitas dimaksudkan untuk mendapatkan nilai dari data yang terkumpul sehingga dapat diketahui apakah data terdistribusikan secara normal atau tidak. Selain itu dengan menggunakan uji ini dapat diketahui informasi tentang sampel dalam penelitian terdistribusi secara normal atau malah sebaliknya. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan adalah uji *Kolmogorov-Smirnov* dan didapatkan nilai signifikasnsi dari hasil penghitungan adalah > 0.05 .

Tabel 8. Uji Normalitas Alat Ukur

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
N	99
Mean	,0000000
Test Statistic	,067
Asymp. Sig. (2-tailed)	,200 ^{c,d}

Berdasarkan hasil yang ditunjukkan pada tabel diatas, dapat diketahui bahwa signifikansi pada alat ukur bernilai $0.200 > 0.05$, sedangkan nilai mean $0.000 < 0.05$, ini menunjukkan bahwa data berdistribusi normal.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas dipilih dalam penelitian ini untuk mengetahui bentuk dari hubungan yang terdapat pada kedua variabel apakah berhubungan secara linier antara *self-control* dengan kepatuhan protokol kesehatan Covid-19. Keputusan diambil berdasarkan besaran signifikansi deviasi yang terdapat pada hasil uji yaitu > 0.05 , berdasarkan hasil tersebut bisa dikatakan terdapat hubungan linier antara *self-control* dengan kepatuhan. Berikut pemaparan hasil dari uji linieritas yang sudah dilakukan.

Tabel 9. Uji Linieritas Alat Ukur

TABEL ANOVA

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Deviation from Linearity	721,599	27	26,726	1,065	,404

Mengacu pada pemaparan tabel diatas, didapatkan hasil signifikansi deviasi senilai 0.404, maka dengan ini dapat dinyatakan bahwa ada relasi yang linier diantara *self-control* dengan kepatuhan protokol kesehatan Covid-19.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Tahap pertama pada penelitian ini terlebih dahulu disusun proposal penelitian, sekaligus penentuan subjek yang akan diambil sebagai sampel. Setelah melakukan diskusi dengan dosen pembimbing dan mendapat beberapa masukan untuk dipertimbangkan, maka langkah selanjutnya adalah memperbaiki naskah proposal untuk kemudian diajukan kepada pihak program studi untuk ditindak lanjuti.

Tindakan oleh pihak program studi adalah menjadwalkan ujian seminar proposal yang telah diajukan. Setelah ujian seminar proposal selesai peneliti melakukan perbaikan pada naskah proposal, disamping itu mengurus administrasi dibagian akademik untuk menerbitkan surat izin penelitian terkait. Setelah naskah proposal dinilai sudah memenuhi catatan dosen penguji dan surat izin penelitian terbit, maka peneliti segera menuju ke instansi terkait, yakni SMPN 2 Buduran untuk menyerahkan surat tersebut agar segera mendapat surat balasan izin penelitian.

Persetujuan penelitian dilampirkan pa surat balasan yang diberikan selanjutnya diserahkan kepada fakultas. Sedangkan peneliti bertanya mengenai penelitian bisa dilaksanakan, sehubungan dengan waktu yang terbatas libur kenaikan kelas yang akan segera dimulai. Setelah

mendapatkan kepastian dan arahan dari pihak sekolah, peneliti segera menyiapkan *copy file* instrumen penelitian yang terdiri atas dua skala yakni variabel Y (Kepatuhan) dan variabel X (*Self-Control*) yang sebelumnya telah dibuat dan dilakukan *expert judgement* dari dosen pembimbing dan dosen ahli dibidang pengukuran skala psikologi.

Expert judgement merupakan langkah penting dalam penyusunan sebuah skala penelitian. Tujuan dari langkah ini adalah untuk memberikan penilaian dan masukan pada skala yang telah dibuat, apakah pernyataan yang ada pada setiap aitem sudah sesuai dan mudah dipahami oleh orang awam atau malah sulit dipahami. Jika pernyataan dinilai kurang sesuai dengan kaidah skala sebuah penelitian maka peneliti akan diberikan catatan untuk memperbaiki atau menghilangkan aitem-aitem yang kurang tepat, agar mempermudah mendapatkan data yang valid setelah dilakukan pengujian nantinya.

Pelaksanaan penelitian, sebab dilaksanakan setelah ujian kenaikan kelas maka pengambilan data menggunakan kuisioner dari dua skala. Penyebaran kuisioner dilakukan dengan bantuan dari pihak sekolah yang mengkoordinasikan para siswa oleh wali kelas masing-masing kelas, yang berjumlah 99 siswa yang diambil secara acak dari kelas 7 hingga kelas 8 dan dilaksanakan selama dua hari.

Pada saat pelaksanaan penelitian, peneliti menjelaskan mengenai alur pengerjaan dan bagaimana cara menjawab setiap aitem yang ada didalam kuisioner. Hal pertama yang harus dilakukan oleh responden

adalah mengisi identitas pada kolom yang telah disediakan. Kemudian peneliti menjelaskan prosedur pengerjaan kuisisioner kepada responden yang juga dapat dibaca pada ditemukan pada kolom petunjuk pengerjaan. Tidak ditemukan hal yang terlalu menyulitkan selama penyebaran kuisisioner kepada responden, sehingga pengambilan data berlangsung dengan lancar berkat koordinasi yang baik dari peneliti dan juga pihak sekolah.

2. Uji Prasyarat

Sebuah penelitian bisa dinyatakan sah atau valid ketika alat ukur yang dipakai telah diuji menggunakan beberapa uji yang dikenal dengan uji prasyarat yang biasanya terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas. Tujuannya adalah untuk menganalisis teknik yang dipakai untuk menguji hipotesis yang diajukan. Korelasi *product momen* adalah jenis analisis parametrik yang dapat digunakan jika data yang diperoleh pada masing-masing skala berdistribusi normal dan memiliki hubungan yang linier. Sebaliknya jika data distribusinya tidak normal dan tidak dapat dikatakan sebagai data memiliki hubungan yang linier oleh karenanya analisis yang dapat digunakan yakni analisis non-parametrik, yakni *spearman-rank*.

Adapun uji keprasyaratan yang digunakan pada penelitian ini yaitu berupa uji normalitas beserta dengan uji linieritas, berikut penjelasan hasil uji normalitas :

a. Uji Normalitas

Uji normalitas data dipakai dalam sebuah penelitian untuk melacak derajat normalitas distribusi sebaran sebuah data, pada variabel yang terdapat didalamnya. Uji normalitas menggunakan *kolmogorov-smirnov* digunakan dalam penelitian untuk mengetahui nilai residual didalamnya apakah terdistribusi secara normal atau sebaliknya menggunakan uji asumsi klasik ini. Pola regresi dianggap baik apabila mempunyai nilai residual terdistribusikan normal.

Jika nilai signifikansi > 0.05 maka nilai residual berdistribusi normal

Jika nilai signifikansi < 0.05 maka nilai residual berdistribusi tidak normal.

Tabel 10. Uji normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
N	99
Mean	,0000000
Test Statistic	,067
Asymp. Sig. (2-tailed)	,200 ^{c,d}

Berdasarkan analisis yang ditunjukkan oleh data diatas, dapat diketahui bahwa signifikansi pada alat ukur bernilai $0.200 > 0.05$, sedangkan nilai *mean* $0.00 < 0.05$, dengan ini menunjukkan bahwasannya data terdistribusi dengan normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas merupakan sebuah teknik analisis data yang berguna untuk menunjukkan ada atau tidaknya hubungan yang linier diantara *self-control* dengan kepatuhan. Dalam penelitian ini uji linieritas dipakai untuk mengetahui apakah ada hubungan yang linier antara *self-control* dengan kepatuhan protokol kesehatan Covid-19 yang akan diujikan kepada para responden.

Tabel 11. Uji Linieritas

Anova table

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Deviation from Linearity	721,599	27	26,726	1,065	,404

Berdasarkan tabel diatas, diketahui nilai signifikansi deviasi adalah sebesar 0,404, maka dengan ini dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang linier antara *self-control* dengan kepatuhan protokol kesehatan Covid-19.

B. Pengujian Hipotesis

Hipotesis yang diusulkan pada penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif antara *self-control* dengan kepatuhan protokol kesehatan Covid-19 pada siswa SMPN 2 Buduran. Selaras dengan hasil yang terdapat pada uji keprasyaratan untuk uji hipotesis dalam penelitian ini

juga memakai analisis data *product moment*, sebab distribusi data normal dan terdapat hubungan yang linier pada variabel yang terdapat pada penelitian.

Kaidah yang dipakai sebagai acuan skoring hasil analisis pada penelitian ini memakai standar signifikansi dengan besaran < 0.05 . Artinya, jika angka signifikansi < 0.05 maka hipotesis yang diajukan diterima. Sebaliknya apabila nilai signifikansi > 0.05 maka hipotesis yang diajukan ditolak. Berikut hasil uji hipotesis pada penelitian ini.

Tabel 12. Uji Hipotesis

		self-control	kepatuhan
self-control	Pearson Correlation	1	,783
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	99	99
kepatuhan	Pearson Correlation	,783	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	99	99

Berdasarkan perolehan analisis tersebut, dapat diidentifikasi bahwa nilai signifikansi dari uji hipotesis bernilai $0.000 < 0.05$ artinya ada relasi yang bersifat signifikan diantara *self-control* dengan kepatuhan protokol kesehatan Covid-19 pada siswa SMPN 2 Buduran. Hal ini dapat dijadikan pedoman bahwasannya hipotesis yang diusulkan dapat diterima, dan dapat dinyatakan pula terdapat relasi yang positif diantara *self-control* dengan kepatuhan protokol kesehatan Covid-19 pada siswa SMPN 2 Buduran. Ini

berarti jika tingkat *self-control* siswa tinggi, maka tingkat kepatuhan protokol kesehatan Covid-19 yang dimiliki oleh siswa juga tinggi. Sedangkan jika nilai *self-control* yang dimiliki oleh siswa rendah, maka tingkat kepatuhan protokol kesehatan Covid-19 juga ikut rendah.

Selain itu didapatkan besaran koefisien korelasi *pearson* senilai 0.783, artinya relasi yang terdapat antara *self-control* dengan kepatuhan protokol kesehatan Covid-19 pada siswa SMPN 2 Buduran bersifat kuat.

C. Pembahasan

Menurut hasil analisis yang didapatkan dari data diatas bisa dikatakan hipotesis yang menyebutkan, bahwa terdapat hubungan positif antara *self-control* dengan kepatuhan protokol kesehatan Covid-19 pada siswa SMPN 2 Buduran diterima. Ini bermakna semakin besar *self-control* siswa, maka kapasitas kepatuhan juga akan semakin besar terhadap protokol kesehatan Covid-19 yang dimiliki. Sebaliknya, apabila *self-control* yang dimiliki siswa kecil, maka kapasitas kepatuhan akan ikut mengecil terhadap protokol kesehatan Covid-19 yang dimiliki siswa. Sebagai bentuk pengukuhan hasil analisis digunakan uji normalitas juga uji linieritas sebagai uji keprasyaratan pada penelitian kali ini.

Pada uji normalitas penelitian yang terdapat diatas ditunjukkan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh dari pengujian terhadap skala *self-control* dan skala kepatuhan, dengan menggunakan bantuan uji *one sample kolmogorov-smirnov* adalah senilai 0.200 lebih besar dari 0.05, dengan nilai mean sebesar 0.00 kurang dari 0.05. Hal ini dapat bermakna bahwa data dari

skala *self-control* dan juga skala kepatuhan dapat dinyatakan sebagai data yang terdistribusi secara normal. Begitu pula dengan hasil uji linieritas terhadap kedua skala, didapatkan hasil dari tabel Anova diketahui bahwa nilai signifikansi deviasi yang diperoleh adalah $0.404 > 0.05$, artinya terdapat hubungan yang linier pada kedua skala yang digunakan dalam penelitian ini.

Oleh karena hasil prasyarat, yakni uji normalitas yang menunjukkan hasil sporadis dari data terdistribusi dengan normal dan uji linieritas memperlihatkan hubungan yang linier diantara kedua skala yang dipakai. Maka untuk melakukan uji terhadap hipotesis yang diusulkan dalam penelitian kali ini, bisa memakai uji analisis korelasi *product moment*.

Merujuk hasil uji analisis *product moment*, dimana hasil yang didapatkan memperlihatkan adanya hubungan yang signifikan diantara *self-control* dengan kepatuhan menerapkan protokol kesehatan Covid-19, pada siswa SMPN 2 Buduran selama melakukan kegiatan belajar di sekolah. Hal ini dapat diperhatikan dari skor signifikansi yang didapatkan yakni senilai 0.000 dimana kurang dari 0.05. Kemudian dapat diketahui pula arah hubungan kedua variabel adalah positif, yang ditandai dengan nilai koefisien korelasi *pearson* 0.783. Artinya tingkat hubungan antara *self-control* dengan kepatuhan protokol kesehatan Covid-19 yang terdapat pada siswa SMPN 2 Buduran adalah kuat. Ini artinya hipotesis yang diusulkan kemudian bisa diterima, bahwasannya terdapat relasi yang bermuatan positif diantara *self-control* dengan kepatuhan protokol kesehatan covid1-9 pada

siswa SMPN 2 Buduran. Maksudnya apabila kemampuan *self-control* yang dimiliki para siswa tinggi, maka tingkat kepatuhan yang dimiliki para siswa dalam menerapkan dan mematuhi protokol kesehatan juga tinggi. Begitu pula sebaliknya, apabila kemampuan *self-control* yang dimiliki oleh para siswa SMPN 2 Buduran rendah, maka tingkat kepatuhan yang dimiliki para siswa juga akan rendah. Perihal hubungan yang terjadi pada *self-control* dengan kepatuhan bersifat kuat.

Senada dengan *output* analisis pada penelitian ini teori yang disampaikan oleh Brown (dalam Rahmawati, 2015), mengenai faktor apa saja yang dapat memberikan pengaruh pada kepatuhan seseorang, bahwa *self-control* yang merupakan salah satu faktor internal yang turut berpengaruh dalam membentuk kepatuhan pada siswa SMPN 2 Buduran. Dimana saat siswa SMPN 2 Buduran memiliki kemampuan *self-control* yang tinggi maka akan diiringi dengan kemampuan yang tinggi pula dalam kepatuhannya. Kemampuan *self-control* atau kontrol diri yang tinggi ini akan sangat membantu para siswa dalam mengendalikan diri mereka dan beradaptasi pada setiap keadaan dan kondisi yang saat ini sedang dihadapi.

Siswa dengan kemampuan *self-control* diri tinggi akan sangat mampu mengendalikan setiap impuls yang datang berasal dari dalam diri atau dari luar diri mereka. Pentingnya mempunyai kecakapan ini dapat ditunjukkan dengan aspek-aspek yang terdapat didalamnya, Averill (dalam Thalib, 2010) menyebutkan ada tiga aspek utama yang berperan penting

dalam setiap individu, yakni mengontrol perilaku, mengontrol kognitif, dan mengatur keputusan.

Ketika siswa mampu mengendalikan dan memodifikasi suatu keadaan yang membuatnya tidak nyaman, ia akan mampu mengeliminasi perilaku-perilaku yang tidak diinginkan saat berada pada situasi yang kurang menyenangkan, baik oleh dirinya sendiri atau mendapat bantuan dari orang lain. Selain daripada itu, saat siswa memiliki kemampuan yang baik dalam mengendalikan setiap stimulus yang ada, ia akan mampu untuk mengetahui bagaimana dan kapan saja menghadapi sebuah rangsangan yang tak diharapkan, ada beberapa jalan yang bisa ditempuh seperti melakukan langkah preventif atau menghindari rangsangan, memberhentikan rangsangan sebelum episodanya berakhir serta memberikan batasan terhadap intensitas kemunculannya. Merujuk hasil penelitian dapat diketahui bahwasannya banyak diantara siswa SMPN 2 Buduran yang mampu mengendalikan setiap stimulus atau rangsangan yang muncul, juga didukung oleh kebijakan yang dibuat oleh sekolah demi kebaikan bersama.

Kemampuan selanjutnya adalah mengontrol kognitif, dimana perannya dianggap sangat penting sebab ketika seorang individu mampu mengendalikan kemampuan kognitifnya otomatis akan mudah baginya untuk menafsirkan, menilai, atau mengasosiasikan sebuah kejadian ke dalam bentuk suatu kerangka berpikir yang jelas dan mudah dipahami oleh dirinya sendiri. Kemampuan ini diperlukan untuk mengurangi setiap tekanan yang hadir. Dalam mengontrol kognitif kemampuannya terbagi

dalam dua unsur yakni kecakapan untuk mengoleksi informasi serta kecakapan memperoleh evaluasi. Ketika siswa SMPN 2 Buduran mendapatkan informasi seputar protokol kesehatan Covid-19 yang harus dipatuhi selama beraktifitas di area sekolah oleh seluruh warga sekolah, sebagian besar siswa mampu untuk melakukan pertimbangan objektif dengan menilai atau menafsirkan seperti apa keadaan disekolah dan melakukan observasi melalui berbagai perspektif positif secara subjektif untuk memunculkan sebuah keputusan dalam menentukan tindakan seperti apa yang harus diambil untuk menghadapi keadaan tersebut. Hal ini didasarkan pada lampiran hasil penelitian yang telah dilakukan.

Dalam usaha mengontrol sebuah keputusan yang hendak diambil, nampak banyak diantara para siswa SMPN 2 Buduran berfungsi sesuai dengan norma yang berlaku dilingkungan tempat mereka belajar dari para guru. Hasil penelitian menunjukkan hasil yang cenderung tinggi. Meski penelitian dilakukan pada saat protokol kesehatan Covid-19 sudah mendapatkan pelonggaran pada penggunaan masker, namun hasil analisis pada kuisioner menunjukkan bahwa *self-control* pada siswa SMPN 2 Buduran dalam membentuk sebuah keputusan setelah melakukan penilaian pada sebuah informasi yang didapatkan untuk menentukan tindakan seperti apa yang akan diambil dalam merespon stimulus berupa protokol kesehatan Covid-19 yang harus dipatuhi selama beraktifitas di sekolah. Ini berarti mayoritas siswa SMPN 2 Buduran mampu mengendalikan diri mereka

untuk patuh dan menaati peraturan yang diterapkan oleh sekolah, mengenai protokol kesehatan Covid-19.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian lain yang telah dilaksanakan sebelumnya mengenai topic dan juga variabel yang sama, baik yang telah ditambahkan variabel lain ataupun tidak. *Research* terdekat yang dilakukan oleh Al'fathan (2021), dimana dalam hasil analisis dipaparkan bahwa terdapat hubungan bermuatan positif antara kontrol diri dengan perilaku kepatuhan dalam upaya preventif mencegah penyebaran Covid-19 pada masyarakat Yogyakarta. Artinya apabila semakin naik tingkat kontrol diri pada masyarakat Yogyakarta, akan diikuti dengan kenaikan tingkat perilaku patuh yang ditunjukkan oleh masyarakat Yogyakarta. Penelitian ini berjalan searah dengan teori Brown (dalam Fauziah, 2016), yang menyatakan bahwasannya *self-control* adalah bagian dari faktor dalam diri yang ikut memberikan pengaruh dalam menentukan kadar kepatuhan seorang individu.

Tangney, Baumeister, dan Booner (2004), dalam penelitian mereka menyebutkan bahwasannya semakin tinggi *self-control* individu maka akan semakin tinggi pula dalam membagikan efek yang positif bagi dirinya. Penelitian lain oleh Malifah (2017), menunjukkan hasil yang serupa dengan penelitian diatas, yakni adanya hubungan yang bermuatan positif dan bersifat kuat antara *self-control* dengan kepatuhan remaja santri.

Caplin (2011) pada bausastra psikologi, menerangkan pengertian *self-control* merupakan kecakapan seseorang dalam memberikan arahan

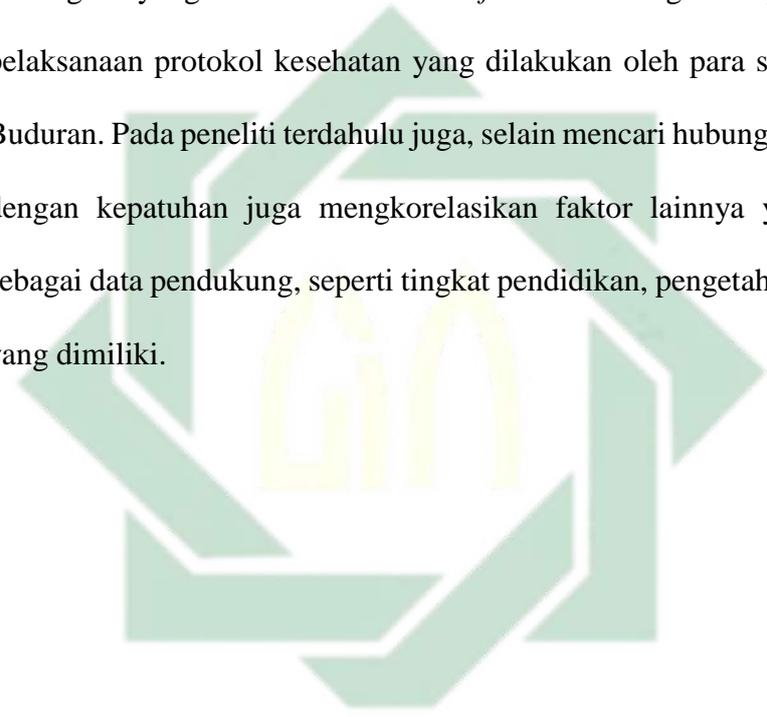
pada diri sendiri, serta kecakapan untuk mendorong ataupun menghalangi yang berasal dari rangsangan-rangsangan atau tindakan yang muncul secara impulsif. Sedangkan berdasarkan teori yang disampaikan oleh Tangney et al. (dalam Marsela dan Supriatna, 2019), *self-control* dimaknai sebagai sebuah kecakapan seseorang dalam memutuskan perilaku yang diinginkan dengan berdasarkan keseragaman tertentu misalnya adab, derajat serta ketentuan atau kebijakan yang terdapat dalam masyarakat supaya tercipta perilaku positif.

Ashburn (dalam Fauziah, 2016), menjelaskan bahwa *self-control* bagian dari unsur vital dalam kemajuan pada tingkat psiko-sosial pada masa kecil juga pada masa pra-sekolah. Dalam fase ini bisa dikatakan seorang anak banyak belajar dengan menyerap segala informasi yang mereka dapatkan dari orangtuanya, bagaimana harus berperilaku sesuai norma yang ada guna menghindari hal yang kurang diinginkan terjadi.

Watson (dalam Alam, 2021), mendefinisikan kepatuhan sebagai otomatisasi perilaku patuh pada peraturan-peraturan, hukum-hukum regulasi-regulasi dan kebijakan yang ada. Menurut Gott & Hirschi (dalam Fauziah, 2016), individu dengan *self-control* yang rendah cenderung berbuat secara naluriah, hanya mengambil tugas-tugas yang sederhana, yang menyangkut kegiatan fisik, keakuan, senang dengan risiko, serta gampang untuk merasa kecewa. Seseorang dengan ciri khas tersebut memiliki kemungkinan yang lebih tinggi tersangkut ke dalam kegiatan yang berhubungan kriminalitas juga tindakan yang tidak sesuai dengan norma,

jika dibandingkan dengan seseorang yang memiliki *self-control* cenderung tinggi.

Menagacu pada pemaparan penelitian terdahulu dan hasil dari analisis data yang dilakukan pada penelitian kali ini, menunjukkan terdapat hubungan yang relevan antara *self-control* dengan kepatuhan pada pelaksanaan protokol kesehatan yang dilakukan oleh para siswa SMPN 2 Buduran. Pada peneliti terdahulu juga, selain mencari hubungan *self-control* dengan kepatuhan juga mengkorelasikan faktor lainnya yang berperan sebagai data pendukung, seperti tingkat pendidikan, pengetahuan, dan sikap yang dimiliki.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pemaparan dari hasil analisis data yang telah dilakukan, maka dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa hipotesis tentang hubungan positif antara *self-control* dengan kepatuhan protokol kesehatan Covid-19 pada siswa SMPN 2 Buduran diterima. Semakin tinggi *self-control* siswa, akan semakin tinggi pula kepatuhan protokol kesehatan Covid-19 siswa. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah *self-control* siswa, semakin rendah juga kepatuhan yang dimiliki.

B. Saran

Berpedoman pada hasil penelitian serta pembahasan dari penelitian ini, maka peneliti hendak membagikan sedikit hal yang mungkin dapat dijadikan saran atau pedoman baik bagi siswa, pihak sekolah maupun untuk penelitian selanjutnya, berikut diantaranya :

1. Bagi Siswa, pertahankan kemampuan dalam mengontrol diri pada setiap impuls yang datang, agar setiap diri siswa memiliki kemampuan dalam beradaptasi dalam setiap kesempatan maupun keadaan yang ada.
2. Bagi Sekolah, meski hampir seluruh siswa memiliki *self-control* yang tinggi dalam menaati atau patuh pada kebijakan mengenai protokol kesehatan Covid-19, masih ditemukan beberapa siswa

yang *self-control* dirinya rendah. Tentu hal ini akan menjadi masalah yang cukup serius ke depannya jika tidak segera ditangani dengan baik dan benar. Tidak hanya pada saat pandemi seperti saat ini, namun pada kesempatan lainpun bisa menjadi sumber masalah baik bagi diri siswa sendiri, maupun bagi sekolah. Sekolah disarankan mempertahankan metode yang digunakan dalam melakukan pendekatan yang humanis, agar selalu dapat menjangkau siswa dengan kondisi fisik maupun psikis yang berbeda satu sama lain.

3. Bagi Penelitian selanjutnya, sangat disarankan untuk melakukan studi pendahuluan atau studi *preliminari* sebelum turun ke lapangan, sebab hal ini sangat membantu dalam mendapatkan data pendukung dalam menyusun laporan penelitian. Selain itu, penelitian dengan variabel yang terdapat dalam penelitian ini masih sangat relevan untuk diteliti.

a. Untuk penelitian ke depan disarankan untuk memilih populasi yang berbeda dengan fokus penelitian yang lebih variatif dengan menambahkan variabel lain sehingga lebih menarik untuk diteliti, seperti dibidang pendidikan, sosial, keagamaan, dan lain sebagainya.

b. Karena penelitian ini dilakukan pada masa transisi dari pandemi menuju endemi, dan pemerintah memberikan relaksasi pada protokol kesehatan Covid-19 yakni

melonggarakan penggunaan masker. Sehingga tingkat kevalidannya dapat menurun. Namun dengan menghadirkan momen pandemi pada pernyataan dalam kuisioner, hal tersebut dapat mempertahankan tingkat validitas kuisioner. Sebaiknya peneliti selanjutnya, memilih momen paling tepat untuk menyebar kuisioner kepada responden.

- c. Untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk memilih metode pendekatan yang berbeda, seperti metode eksperimen misalnya. Agar penelitian mengenai variabel *self-control* dan kepatuhan lebih kaya dan semakin berkembang dan dapat dijadikan sumber referensi terkini bagi penelitian yang akan datang.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Alam, A. S. (2021). *Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Masyarakat Terhadap Penggunaan Masker Dalam Pencegahan Covid-19 di Kecamatan Biring Kanaya Kota Makassar Tahun 2020*. Makassar: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin.
- Al'fathan, D. G. (2021). *Kontrol Diri Dan Perilaku Kepatuhan Terhadap Protokol Kesehatan COVID-19*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron, & Byrne. (2003). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Blass, T. (1999). The Milgram Paradigm After 35 Years: Some Things We Now. *Journal of Applied Social Psychology* 29 (5), 955-978.
- Chaplin, J. (2011). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: Raja Graindo Persada.
- Faktul. (2009). *Faktor Kepatuhan*. Jakarta: Arkan.
- Fauziah, R. (2016). *HUBungan Self Control Dengan Kepatuhan Tata Tertib Pada Siswa Madrasah Aliyah*. Surabaya: Fakultas Psikologi Dan Kesehatan, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Hurlock, E. B. (1991). *Adolescent Development*. USA: McGraw Hill Inc.
- Jaya, I. (2021, Desember 23). *Direktorat Jenderal Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit*. Dipetik Maret 16, 2022, dari kemkes.go.id: <http://p2p.kemkes.go.id/penguatan-sistem-kesehatan-dalam-pengendalian-covid-19/>
- Kamidah. (2015). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet FE Di Puskesmas Simo Boyolali. *GASTER*, 36-45.
- Kemdikbud. (2021, April 08). *Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi*. Dipetik Februari 04, 2022, dari kemdikbud.go.id: <https://www.kemdikbud.go.id/main/files/download/2b7a3531e4b5551>

- Kemendikburistek, D. (2022, Mei 12). *Data Pokok Pendidikan*. Dipetik Juni 19, 2022, dari Kemendikbud: <https://dapo.kemdikbud.go.id/sekolah/84DF2A12C1A124647F15>
- Kemkes. (2020, Juni 19). *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Dipetik Februari 03, 2022, dari Kemkes.go.id: https://infeksiemerging.kemkes.go.id/download/KMK_No._HK.01.07-MENKES-382-2020_ttg_Protokol_Kesehatan_Bagi_Masyarakat_di_Tempat_dan_Fasilitas_Umum_Dalam_Rangka_Pencegahan_COVID-19.pdf
- Kusumadewi, S. (2012). Hubungan antara Dukungan Sosial Peer Group dan Kontrol Diri dengan Kepatuhan terhadap Peraturan pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Modern Islam Assalam Sukoharjo. *Jurnal Psikologi*.
- Lazarus, R. S. (2012). *Motivasi dan Kepribadian (Teori Motivasi dengan Hierarki Kebutuhan Manusia)*. Jakarta: Gramedia.
- Malikah, S. S. (2017). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kepatuhan Terhadap Peraturan Pada Santri Remaja*. Malang: Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik 5 Langkah Praktis Analisis Statistik dengan SPSS for Windows*. Sidoarjo: Zifatama Jawa.
- N. Purwanti, A. A. (2016). Kepatuhan Ditinjau Dari Kepribadian Ekstrovert-Introvert. *Jurnal Psikologi*, 87-93.
- Normasari, S. R. (2013). Kepatuhan Siswa Kelas X dalam Melaksanakan Peraturan Sekolah di SMK Muhammadiyah 3 Banjarmasin. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan*, 320-326.
- Permatasari, D. (2021, Juli 31). *Kompas Pedia*. Dipetik Maret 16, 2022, dari [kompas.id](https://kompaspedia.kompas.id/baca/infografik/kronologi/kebijakan-covid-19-dari-psbb-hingga-ppkm-empat-level): <https://kompaspedia.kompas.id/baca/infografik/kronologi/kebijakan-covid-19-dari-psbb-hingga-ppkm-empat-level>
- Peta Sebaran*. (2022, Mei 30). Dipetik Mei 30, 2022, dari [Covid.go.id](https://covid19.go.id/peta-sebaran): <https://covid19.go.id/peta-sebaran>
- R. D. Marsela, M. S. (2019). Kontrol Diri : Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling : Theory, Practice & Reseach*, 65-69.

- Rahmawati, A. S. (2015). *Kepatuhan Santri Terhadap Aturan di Pondok Pesantren Modern*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rokom. (2022, Mei 29). *Pelonggaran Masker Diberlakukan, Menkes : Vaksinasi Booster Tetap Dilanjutkan*. Dipetik Mei 30, 2022, dari Sehat Negeriku: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20220529/1239993/pelonggaran-masker-diberlakukan-menkes-vaksinasi-booster-tetap-dilanjutkan/>
- Santroek, J. W. (2007). *Remaja Jilid Edisi 11*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, J. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sugiyono. (2007). *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Yip, B., & Perasso, V. (2021, Juni 25). *BBC News Indonesia*. Dipetik Maret 16, 2022, dari [bbc.com](https://www.bbc.com/indonesia/dunia-57590872): <https://www.bbc.com/indonesia/dunia-57590872>



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A