

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Risk Taking Behavior

1. Pengertian *Risk Taking Behavior*

Risk taking behavior atau dalam bahasa Indonesia berarti “perilaku pengambilan risiko” merupakan aspek psikologis yang ada pada diri seseorang. Menurut Steinberg (1999) tingkah laku adalah hasil dari rangkaian proses yang terbagi menjadi beberapa identifikasi diantaranya yaitu identifikasi alternatif pilihan, identifikasi dari setiap konsekuensi dari setiap pilihan, evaluasi terhadap kemungkinan dari setiap konsekuensi, mengecek segala sesuatu yang bisa terjadi pada setiap konsekuensi, dan mengkombinasikan seluruh informasi yang didapat untuk membuat keputusan.

Menurut Hillson dan Murray (2005) *risk* atau risiko didefinisikan sebagai ketidakpastian terhadap sesuatu yang dapat berdampak positif atau negatif. Fischhoff dkk. (dalam Yates, 1992), menyebutkan *risk* sebagai adanya ancaman terhadap nyawa atau kesehatan seseorang. Yates (1992) menyatakan bahwa *risk* itu subyektif karena setiap individu mempunyai persepsi berbeda mengenai hal-hal yang individu anggap berisiko. Menurut Yates, 1994 (dalam Monica Wulandari, *et. al.*, 2016) *risk taking behavior* adalah bagaimana individu berperilaku dalam situasi berisiko, dimana situasi ini mengandung tingkat ketidakpastian tinggi dan kemungkinan kerugian. Hal ini berarti *risk taking behavior* adalah suatu perilaku yang dimiliki individu yang memiliki persepsi berbeda sehingga terkadang individu yang mengartikan bahwa perilaku yang dilakukan sesuai dengan norma lingkungan, namun kenyataannya perilaku tersebut mengandung risiko dan kerugian bagi individu tersebut.

Risk taking juga didefinisikan sebagai suatu situasi dimana individu membuat keputusan yang melibatkan pilihan berbagai alternatif keinginan yang berbeda; akibat dari pilihan yang tidak pasti tersebut terdapat kemungkinan diri adanya suatu kesalahan (Beebe, 1983 dalam Burgucu dkk 2010).

Risk taking behavior atau perilaku pengambilan risiko menurut Levenson (Rachmahana, 2002) adalah berbagai aktivitas yang memungkinkan membawa sesuatu yang baru atau cukup berbahaya yang menimbulkan kecemasan pada hampir sebagian besar manusia. Larasati (Rachmahana, 2002) mengatakan bahwa keputusan individu untuk mengambil tindakan yang berisiko ini didasari oleh adanya kemauan dan keberanian. Individu yang berani mengambil risiko, dalam kondisi gagal sekalipun individu akan menerima konsekuensi dan akibat dari perilaku yang dilakukan.

Risk taking behavior menurut The Encyclopedic Dictionary (dalam Christia, 2001) adalah jika seseorang menempatkan sesuatu dengan taruhan atau risiko, dimana risiko itu sendiri akan menimbulkan konsekuensi positif dan negatif. Remaja adalah individu yang paling banyak dan sering melakukan *risk taking behavior* karena remaja mempersepsikan diri sebagai individu yang istimewa, unik dan kebal terhadap hal-hal yang berisiko (Duffy, 2005).

Berdasarkan penjelasan di atas, maka *risk taking behavior* adalah suatu bentuk keputusan dalam berperilaku yang akan berakibat risiko negatif yang dilakukan oleh remaja yang berusia 15-18 tahun.

2. Ciri-Ciri *Risk Taking Behavior*

Menurut Mohammad Nasir Bistaman, 2006 (dalam <http://journalarticle.ukm.my/6874/1/4185-9637-1-SM.pdf>, di akses 1 Desember 2017) menjelaskan ciri-ciri remaja yang berisiko yaitu:

- a. Peringkat perkembangan awal remaja dalam lingkungan umur (10-15 tahun)

Semakin individu mengalami pertambahan umur, semakin pula individu merasa dapat mempertanggung jawabkan perilaku yang dilakukan. Sehingga individu akan cenderung kurang dapat memilah antara perilaku yang sesuai untuk dilakukan dan perilaku yang tidak sesuai dengan lingkungan.
- b. Lingkungan keluarga yang gagal dan tidak berfungsi

Keluarga yang tidak utuh atau korban dari individu yang *broken home* akan lebih sering didapat mengalami *risk taking behavior*, karena keluargalah sebagai contoh pertama individu akan mengadaptasi perilaku dalam keseharian dilingkungan sekitar.
- c. Ekonomi keluarga yang rendah

Keadaan ekonomi keluarga yang rendah juga dapat mengakibatkan individu akan melakukan *risk taking behavior*. Hal ini dapat dikarenakan kurangnya pendidikan akibat ekonomi yang tidak mencukupi,
- d. Mempunyai masalah interaksi sosial

Individu kurang dukungan dari lingkungan sekolah, orang tua, dan dari pihak sekolah menghadapi masalah psikososial seperti persepsi yang negative terhadap keluarga, harga diri, menghadapi symptom kemurungan, dll.

3. Tipe-Tipe *Risk Taking Behavior*

Risk Taking Behavior dapat dibagi menjadi empat tipe (Gullone & Moore, 2000), yaitu:

- a. Perilaku mencari tantangan (*Thrill-seeking behavior*),
Yaitu perilaku mencari sensasi yang intens dan diasosiasikan dengan perasaan naiknya kadar adrenalin di tubuh/ *excitement* yang berupa perilaku mencari tantangan tetapi secara relatif dapat diterima secara sosial, contohnya yaitu olahraga ekstrem atau berbahaya (panjat tebing, arung jeram, *skateboarding*, *bm*x, *bungee-jumping* dll).
- b. Perilaku berbahaya (*Reckless behavior*)
Pada bagian tertentu juga merupakan perilaku mencari tantangan namun kadar risikonya lebih tinggi karena akibat yang ditimbulkan biasanya juga dipersepsikan secara negatif oleh masyarakat luas, misalnya mabuk saat berkendara, kebut-kebutan, berkendara tidak menggunakan pengaman, mengkonsumsi narkoba, menggunakan jarum suntik secara bergantian, berganti-ganti pasangan dalam hubungan seksual.
- c. Perilaku memberontak (*Rebellious behavior*)
Yaitu perilaku yang mencari tantangan dengan melanggar aturan-aturan yang ada di masyarakat, biasanya perilaku yang dilakukan para remaja seperti minum alkohol, merokok, mengutil, membolos, berkelahi/tawuran, *vandalism*, dll.
- d. Perilaku Antisosial (*Antisocial behavior*)
Merupakan tingkah laku yang paling rendah konsekuensi negatifnya secara langsung, namun sama-sama tidak disukai, baik di kalangan dewasa atau remaja sekalipun, diantara contoh perilaku antisosial yaitu rakus, berjudi, berlaku curang, mengganggu dan menghina orang lain.

Menurut *Hillson & Murray* (2005), dalam dunia psikologi individu dapat digolongkan menjadi empat tipe, yaitu:

- a. *Risk Seeking*, yaitu orang-orang yang cenderung berani mengambil tindakan berisiko dan menikmati hidupnya dalam keputusan yang berisiko.
- b. *Risk Averse*, yaitu orang-orang yang cenderung menghindari perbuatan yang mengandung risiko.
- c. *Risk Tolerance*, yaitu kelompok individu yang dapat menerima tingkah laku berisiko dan menganggap hal tersebut sebagai sesuatu yang normal dalam kehidupan
- d. *Risk Neural*, yaitu individu yang menganggap tingkah laku berisiko adalah suatu hal yang wajar dilakukan untuk mendapatkan sesuatu yang berharga.

Individu pada tipe ini tidak termasuk dalam *risk seeking* ataupun *risk averse*, akan tetapi individu dapat menerima ide-ide baru dan cenderung takut untuk menerima perubahan.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti akan menggunakan tipe-tipe *risk taking behavior* yang dikemukakan oleh Gullone & Moore, 2000, yang meliputi : perilaku mencari tantangan (*thrill-seeking behavior*), perilaku berbahaya (*reckless behavior*), perilaku memberontak (*rebellious behavior*), dan perilaku anti sosial (*antisocial behavior*) sebagai acuan pembuatan skala. Hal ini dikarenakan tipe-tipe *risk taking behavior* tersebut dapat mewakili perilaku remaja yang melakukan *risk taking behavior*.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Risk Taking Behavior*

Menurut Richter, 2010 (dalam Firmanto dan Jonathan, 2013) mengutarakan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi *risk taking behavior* pada remaja. Faktor-faktor tersebut adalah usia dan gender, status sosio-ekonomi, serta konteks sekolah dan *peer group*. Berikut adalah paparan masing-masing faktor.

a. Usia dan Gender

Usia merupakan faktor yang krusial di dalam perkembangan *risk taking behavior*. Pertambahan usia dari individu membawa dampak pada perbedaan jenis *risk taking behavior* yang dilakukan. Beberapa perilaku meningkat seiring dengan bertambahnya usia dan beberapa perilaku juga menurun seiring dengan berjalannya usia. Sebagai contoh perilaku minum minuman keras, merokok, dan mencoba berbagai hal baru meningkat seiring bertumbuhnya usia sampai mencapai usia dewasa. Gender dari individu juga memainkan peranan penting, terutama untuk memprediksi perilaku dari individu. Secara umum laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan dalam strategi mengatasi sesuatu dan juga dalam berperilaku. Perempuan cenderung lebih banyak melakukan hal yang bersifat internalisasi yang cenderung membahayakan hidup individu. Sebagai contoh banyak perempuan yang menderita anorexia karena merasa kurang kurus, yang akhirnya berdampak buruk terhadap kesehatannya. Di lain pihak, laki-laki cenderung lebih melakukan hal yang bersifat eksternal, seperti menggunakan narkoba, menyetir sembarangan, dll.

b. Status sosio-ekonomi

Remaja yang memiliki keluarga status sosio-ekonomi yang lebih tinggi cenderung menerima pengaruh dari orang tua untuk mencapai dan

mempertahankan kesehatan yang baik serta tingkat kesejahteraan hidup yang tinggi. Di sisi lain, remaja yang hidup dengan tingkat sosio-ekonomi yang rendah jarang mendapat pengaruh seperti itu sehingga individu menjadi lebih sering juga terkait dalam perilaku yang berisiko.

c. Konteks sekolah dan *peer group*

Lingkungan sekolah serta teman sebaya memberikan pengaruh yang cukup besar terhadap perilaku berisiko pada remaja, mengingat sebagian besar waktu remaja banyak dilewatkan dalam aktivitas sekolah serta bersama *peer group*.

Menurut Gullone dll (dalam Christia, 2001), faktor-faktor yang mempengaruhi *risk taking behavior* yaitu sebagai berikut:

a. *Belief* tentang risiko

Belief tentang risiko pada individu menentukan apakah individu tersebut akan melakukan *risk taking behavior* atau tidak. Semakin individu mempersepsikan suatu tindakan berisiko maka semakin besar kecenderungannya untuk tidak melakukan tindakan tersebut.

b. Jenis Kelamin

Keterlibatan dalam *risk taking behavior* secara signifikan akan dipengaruhi oleh jenis kelamin. Perempuan cenderung mempunyai persepsi bahwa suatu tindakan akan berisiko lebih tinggi apabila dibandingkan dengan laki-laki. Laki-laki (terutama remaja) cenderung mempersepsikan diri individu tersebut sebagai individu yang istimewa, unik dan kebal terhadap hal-hal yang berisiko.

c. Usia

Pengaruh usia juga cukup menentukan, karena terdapat perbedaan yang signifikan dalam mempersepsikan risiko dari suatu tingkah laku. Individu yang berusia muda atau remaja berpendapat risiko dari *risk taking behaviour* yang individu lakukan tidaklah besar sehingga kemungkinan individu akan terlibat lebih tinggi daripada yang berusia lebih tua atau dewasa.

d. Kepribadian

Kepribadian juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *risk taking behavior* walaupun tergantung dari tipe risiko perilaku, seperti adanya hubungan positif antara *thrill-seeking behavior* (mencari tantangan) dengan kepribadian ekstrovert. Karena pada sebagian besar individu dengan kepribadian ekstrovert diketahui bahwa individu mempunyai *sensation seeking* yang tinggi, dan *risk taking behavior* biasanya dilakukan oleh

individu yang memiliki *sensation seeking* yang tinggi (Little dan Zuckerman, dalam Schwartz dan Fouts, 2003).

Terdapat juga beberapa penjelasan mengenai penyebab timbulnya *risk taking behavior* pada remaja, antara lain:

a. Teori Keputusan Tingkah Laku (*Behavioural Decision Theory*)

Dalam teori ini menurut Steinberg (1999), sangat penting untuk mengetahui mengapa apakah remaja menggunakan proses yang berbeda dari orang dewasa dalam mengidentifikasi, mengukur, dan mengevaluasi pilihan dan konsekuensi dari tingkah laku. Kebanyakan penyebabnya terlihat dari perbedaan dalam mengevaluasi kemungkinan dari konsekuensi yang berbeda. Contohnya ketika seseorang memutuskan untuk menggunakan narkoba, maka akan ada evaluasi terhadap berbagai konsekuensi, yaitu risiko secara hukum dan kesehatan, efek samping, dan penilaian dari orang lain yang hadir pada saat itu. Baik remaja maupun orang dewasa akan mempertimbangkan semua kemungkinan ini, tetapi pada orang dewasa relatif lebih menitikberatkan pada risiko hukum dan kesehatan dari narkoba, sedangkan remaja lebih pada konsekuensi sosial tidak menggunakan narkoba yang didapatnya (dapat berupa penolakan dari teman kelompoknya). Selain itu, penekanan dari teori ini yaitu keputusan berisiko pada remaja bukan karena keputusan yang tidak rasional, tetapi lebih pada bagaimana remaja memperoleh informasi yang mereka gunakan untuk membuat keputusan dan seberapa akurat informasi tersebut.

b. Teori Biologis atau Genetik

Menurut Steinberg (dalam Christia, 2001) menjelaskan bahwa *risk taking behavior* dapat dikatakan sebagai tingkah laku yang tidak konvensional yang disebabkan karena adanya predisposisi yang bersifat menurun atau bawaan. Kemudian pandangan berikutnya bahwa secara dasar biologis ada perbedaan individu dalam dorongan (*arousal*) dan pencarian sensasi (*sensation seeking*), dimana hal ini menjelaskan bahwa *risk taking behavior* berkaitan dengan dorongan yang berlebihan dan kesenangan mencari tantangan (Little and Zuckerman, dalam Schwartz dan Fouts, 2003).

c. Teori Konteks Keluarga

Timbulnya *risk taking behavior* sebagai tingkah laku yang menyimpang merupakan hasil pendidikan dalam keluarga. Seorang anak dibesarkan dan disajikan tingkah laku yang bermasalah sebagai sumber respon yang adaptif untuk menghadapi dunia yang kejam (Steinberg, dalam Christia, 2001).

d. Teori Sosiologi

Dryfoos (dalam Steinberg, 1999) menyatakan bahwa keterlibatan pada suatu tingkah laku berisiko dapat menyebabkan keterlibatan pada tingkah laku berisiko yang lain. Misalnya penggunaan narkoba memungkinkan terjadinya perilaku seks bebas yang mengakibatkan meningkatnya kehamilan pranikah pada remaja atau yang lebih ekstrem yaitu tindakan bunuh diri.

e. Teori Kontrol Sosial (*Social Control Theory*)

Menurut Gottfredson dan Hirschi (dalam Christia, 2001), individu yang tidak memiliki ikatan yang kuat pada institusi masyarakat, seperti keluarga, sekolah, masyarakat atau tempat bekerja, akan lebih mudah bertingkah laku berisiko dalam berbagai cara. Teori ini menekankan bahwa perkembangan sikap yang tidak konvensional adalah akibat dari adanya keterlibatan pada kelompok yang tidak konvensional pula, atau keterlibatan pada satu tingkah laku berisiko dapat menciptakan rangkaian tingkah laku berisiko lainnya.

Berdasarkan dari beberapa pendapat ahli tentang faktor yang mempengaruhi *risk taking behavior* pada remaja di atas, maka peneliti menyimpulkan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *risk taking behavior* pada remaja, diantaranya yaitu dari faktor internal seperti, gender dan usia, kepribadian, jenis kelamin, faktor biologis atau gen, serta *belief* terhadap risiko. Sedangkan dari faktor eksternal seperti status sosio-ekonomi, konteks keluarga dan *peer group*, konteks sosiologi, dan kontrol sosial.

B. Kontrol Diri

1. Pengertian Kontrol Diri

Kontrol diri berasal dari bahasa Yunani yaitu *ssophrosyme* yang berarti penguasaan diri. Goleman (2000) mendefinisikan kontrol diri adalah kemampuan menghadapi badai emosional yang dibawa sang nasib sehingga tidak akan menjadi budak nafsu, mampu mengendalikan dorongan hatinya, mampu menguasai dirinya untuk memanfaatkan emosinya secara produktif.

Menurut Goldfried dan Merbaum (dalam Ghufron, 2010) mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi yang positif. Kontrol diri yang lemah pada seseorang mengarah

pada konsekuensi negatif, yang akan merugikan orang lain dan juga merugikan dirinya sendiri.

Kontrol diri merupakan suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi dan lingkungannya. Selain itu, kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi kemampuan untuk mengendalikan perilaku, kecenderungan menarik perhatian, keinginan mengubah perilaku agar sesuai untuk orang lain, menyenangkan orang lain, selalu mengikuti dengan orang lain, dan menutupi perasaannya (Ghufron, 2010).

Gottfredson dan Hirschi (dalam Umar dan Raissa, 2011), kontrol diri merupakan kecenderungan untuk mempertimbangkan berbagai potensi merugikan dari suatu tindakan tertentu. Kontrol diri merupakan hasil pembelajaran, terutama dari lingkungan keluarga. Hasil pembelajaran norma-norma dan nilai-nilai kemasyarakatan yang buruk akan menjadi penyebab rendahnya pengembangan kontrol diri. Kegagalan pembentukan kontrol diri dapat berakibat individu dengan mudah terlibat dalam tindak kriminal atau perilaku menyimpang.

Menurut Chaplin (1997) *self control* atau kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangai impuls-impuls atau tingkah laku impulsive. Hal ini berarti individu dapat mengontrol dirinya dengan baik apabila individu tersebut dapat membimbing perilaku yang akan dilakukan dan menekan keinginan yang kurang sesuai dengan norma sosial.

Piaget (dalam Carlson, 1987) mengartikan tingkah laku yang dilakukan dengan sengaja dan mempunyai tujuan yang jelas tetapi dibatasi oleh situasi yang khusus sebagai kontrol diri. Sedangkan Shibutan (dalam Sulls, 1982) kontrol diri dilukiskan sebagai suatu organisasi dari berbagai nilai atau pandangan dari lingkungan, dengan kata lain bahwa tingkah laku orang yang sadar akan dirinya itu terkontrol oleh dirinya sendiri.

Menurut teori Calhoun dan Accocella (dalam Puspahayati, 2014) ada dua alasan yang mengharuskan individu mengontrol diri terus menerus. Pertama, individu tidak hidup sendirian akan tetapi dalam kelompok dan individu mempunyai kebutuhan untuk memuaskan keinginan dan kebutuhan. Kedua, masyarakat menghargai kemampuan, kebaikan dan hal-hal yang harus diterima lainnya yang dimiliki individu.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka kontrol diri dapat diartikan sebagai tinggi rendahnya kemampuan untuk mempertimbangkan suatu perilaku

agar perilaku tersebut dapat terkendali dari perilaku-perilaku yang negatif, baik itu dalam bentuk mengendalikan emosi ataupun mengendalikan situasi.

2. Ciri-ciri Kontrol Diri

Menurut Hurlock, ada dua kriteria yang menentukan apakah emosi dapat diterima secara sosial atau tidak. Kontrol emosi dapat diterima apabila reaksi masyarakat terhadap pengendalian emosi adalah positif. Namun reaksi positif saja tidaklah cukup karena perlu diperhatikan kriteria lain yaitu efek yang muncul setelah mengontrol emosi terhadap kondisi fisik dan psikis. Artinya dalam mengontrol emosi, kondisi fisik dan psikis individu harus membaik. Terdapat tiga kriteria emosi sebagai berikut:

- a. Dapat melakukan kontrol diri yang bisa diterima secara sosial.
- b. Dapat memahami seberapa banyak kontrol diri yang dibutuhkan untuk memuaskan kebutuhannya dan sesuai dengan harapan masyarakat.
- c. Dapat menilai situasi secara kritis sebelum meresponnya dan memutuskan cara beraksi terhadap situasi tersebut.

Individu dapat mengontrol dirinya biasanya dengan tampil *confidence* dari yang lain dalam pergaulan dan pekerjaan, berintegritas dan yang paling penting lagi dia mempunyai adaptasi tinggi terhadap perubahan.

Dalam psikologi perkembangan dijelaskan, masa remaja adalah masa transisi. Oleh karena itu, banyak orang mengatakan bahwa pada masa ini remaja menghadapi krisis dimana emosional mereka meningkat dan menjadi lebih sensitif.

Esensi faktor usia juga menjadi tolak ukur kemampuan individu untuk mengontrol dirinya, semakin tua umur individu tersebut diharapkan semakin dewasa pula dalam mengontrol dirinya.

Dari pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri kontrol diri dapat melakukan sesuatu yang dapat diterima oleh masyarakat, dapat memahami seberapa banyak kontrol yang dibutuhkan untuk memuaskan kebutuhannya dan sesuai dengan harapan masyarakat dan dapat menilai situasi secara kritis sebelum merespon dan memutuskan cara beraksi terhadap situasi tersebut.

3. Jenis – Jenis Kontrol Diri

Berdasarkan konsep Averill (dalam Carpenito, 2000) terdapat tiga jenis kemampuan mengontrol diri yang meliputi lima aspek. Averill menyebutkan kontrol diri dengan sebutan kontrol personal, yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol keputusan (*decisional control*).

Dalam kehidupan bermasyarakat, kemampuan mengontrol diri dibutuhkan individu agar terhindar dari hal yang menyimpang. Jenis kontrol yang digunakan individu dalam melakukan interaksi sosial diantaranya: a. *Behavioral control*, merupakan kesiapan atau tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku ini diperinci menjadi dua komponen, yaitu mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan merupakan kemampuan individu untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan, dirinya sendiri atau sesuatu diluar dirinya. Individu yang kemampuan mengontrol dirinya baik akan mampu mengatur perilaku dengan menggunakan kemampuan dirinya dan bila tidak mampu individu akan menggunakan sumber eksternal. Kemampuan mengatur stimulus merupakan kemampuan untuk mengetahui bagaimana dan kapan suatu stimulus yang tidak dikehendaki harus dihadapi. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu di antara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir, dan membatasi intensitasnya. b. *Cognitive control*, merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menggabungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Informasi yang dimiliki oleh individu mengenai suatu keadaan yang tidak menyenangkan, individu dapat mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan. Melakukan penilaian berarti individu berusaha menilai dan menafsirkan suatu keadaan atau peristiwa dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subjektif. c. *Decisional control*, merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Averill (dalam Zulkarnain, 2002 <http://www.usudigitalibrary.or.id>. Diakses 2 November 2017) berpendapat bahwa untuk mengukur kontrol diri digunakan aspek-aspek sebagai berikut: a. Kemampuan mengontrol perilaku, b. Kemampuan mengontrol stimulus, c. Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian, d. Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian e. Kemampuan mengambil keputusan.

Dari penjelasan di atas, maka aspek-aspek dalam kontrol diri yang akan diukur yaitu kemampuan mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian, kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian, dan kemampuan mengambil keputusan.

4. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Faktor-faktor yang turut mempengaruhi kontrol diri individu biasanya disebabkan oleh banyak faktor. Individu yang memiliki kontrol diri pada stimulus atau situasi tertentu belum tentu sama dengan stimulus atau situasi yang lain. Namun secara garis besar, faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri yaitu faktor internal dan eksternal.

Faktor internal yang mempengaruhi kontrol diri menurut Buck, dikatakan bahwa kontrol diri berkembang secara unik pada masing-masing individu. Dalam hal ini dikemukakan bahwa yang mempengaruhi perkembangan kontrol diri yaitu hirarki dasar biologi yang telah terorganisasi dan disusun melalui pengalaman evolusi. Selain itu, faktor usia dan kematangan juga mempengaruhi kontrol diri individu (Hurlock, 1980). Semakin bertambahnya usia individu maka akan semakin baik kontrol dirinya, begitu juga dengan individu yang matang secara psikologis juga akan mampu mengontrol perilakunya karena telah mampu mempertimbangkan mana hal yang baik dan yang kurang baik bagi dirinya.

Faktor eksternal yang mempengaruhi kontrol diri individu adalah kondisi sosio-emosional lingkungannya, termasuk lingkungan keluarga dan kelompok teman sebaya. Apabila lingkungan tersebut cukup kondusif, dalam artian kondisinya diwarnai dengan hubungan yang harmonis, saling mempercayai, saling menghargai, dan penuh tanggung jawab, maka remaja cenderung memiliki kontrol diri yang baik. Hal ini dikarenakan remaja mencapai kematangan emosi oleh faktor-faktor pendukung tersebut.

Beberapa faktor yang mempengaruhi kontrol diri, yaitu: a. pengaturan pola asuh orang tua. Dinyatakan oleh Elkind Weiner (dalam Fridani, 1996) bahwa sebagian besar pertimbangan sosial dan kontrol diri itu dibentuk oleh disiplin orang tua terhadap anak dan contoh-contoh perilaku yang diberikan; b. faktor kognitif. Menurut Elkind dan Weiner (dalam Fridani, 1996) individu tidak dilahirkan dalam konsep yang benar dan salah atau dalam suatu pemahaman tentang perilaku yang diperbolehkan dan dilarang. Kemasakan kognitif yang terjadi selama masa prasekolah dan masa kanak-anak, secara bertahap dapat meningkatkan kapasitas individu untuk membuat pertimbangan-pertimbangan sosial dan mengontrol perilaku dengan demikian ketika beranjak dewasa,

individu yang telah memasuki perguruan tinggi akan memiliki kemampuan berpikir yang lebih kompleks dan kemampuan intelektual yang lebih besar; c. Orientasi religius. Bergin (dalam Fridani, 1996) berpendapat bahwa religius dapat memiliki beberapa konsekuensi positif, termasuk terhadap variabel kepribadian seperti kecemasan, kontrol diri, keyakinan irasional, depresi, *affect* dan sifat kepribadian lain. Hasil penelitian Mc. Clain (dalam Fridani, 1996) menunjukkan bahwa orientasi religius berkorelasi positif dengan kontrol diri.

Menurut Baumeister dan Exline (2000) ada empat faktor utama dalam pembentukan kontrol diri, yaitu: a. kontrol implus yang melibatkan penahanan diri terhadap golongan dan dorongan yang tidak diinginkan lingkungan sosial ataupun pribadi; b. kontrol atas pikiran yaitu berkonsentrasi untuk mengatur pertimbangan individu sehingga dapat menghasilkan informasi sesuai dengan fakta dan informasi yang ada sehingga dapat menekan pikiran yang tidak diinginkan; c. pengaruh regulasi yang melibatkan upaya untuk mengubah keadaan emosional dan suasana hati individu, hal yang paling sering dilakukan adalah dengan keluar dari suasana hati yang buruk; d. kontrol diri yang relevan untuk mencapai kinerja yang optimal, dan proses pengendalian kinerja dapat mencakup ketekunan, pengolahan tenaga yang optimal, timbal balik yang cepat dan tepat, serta mencegah terhambat di bawah tekanan.

Dari beberapa faktor menurut beberapa pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi kontrol diri yaitu faktor intrinsik dari dalam individu itu sendiri, seperti hirarki kebutuhan yang harus dipenuhi, usia dan kematangan emosi individu dan faktor ekstrinsik yang berhubungan dengan perilaku sosial dengan keluarga dan lingkungan sekitar serta pengetahuan tentang religius pada individu.

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

Remaja dapat dikenal dengan istilah *adolescence* atau *youth* yang merupakan masa perubahan dari kanak-kanak ke masa dewasa yaitu antara usia 12-21 tahun. Adapun masa remaja terbagi dalam masa remaja awal yaitu berusia 12-15 tahun, masa remaja pertengahan yaitu berusia 15-18 tahun dan masa remaja akhir yaitu berusia 18-21 tahun (Monks, *et al.*, 2002).

Remaja merupakan tahap perkembangan seseorang dimana individu berada pada fase transisi dari masa kanak-kanak menuju ke fase dewasa awal (Sarwono, 2002). Pada masa remaja, individu akan mengalami perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional, yang dimulai pada usia 10 sampai 13 tahun dan berakhir pada usia 18 sampai 22 tahun. Masa remaja bukanlah saat

pemberontakan, krisis, penyakit, dan penyimpangan namun cenderung kepada masa evaluasi, pengambilan keputusan, komitmen, dan mencari tempat di dunia (Santrock, 2005).

Menurut WHO, yang disebut remaja adalah mereka yang berada pada tahap transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Batasan usia remaja menurut WHO adalah 12 sampai 24 tahun. WHO mendefinisikan remaja berdasarkan 3 (tiga) kriteria, yaitu: biologis, psikologis, dan sosial ekonomi.

Masa perkembangan menurut Wong (2004), dibagi menjadi tiga bagian, yaitu masa remaja awal (12-15 tahun) pada masa remaja ini individu mulai lebih dekat dengan teman sebaya, ingin bebas, dan masa ini ditandai dengan mencari identitas diri. Masa remaja tengah (15-18 tahun) ditandai dengan timbulnya keinginan untuk kencan, mempunyai rasa cinta yang mendalam, mengembangkan kemampuan berpikir abstrak, dan berkhayal tentang aktifitas seks. Masa remaja akhir (18-21 tahun), pada masa ini ditandai oleh pengungkapan identitas diri, lebih selektif dalam mencari teman sebaya, mempunyai cinta jasmani dirinya, dapat mewujudkan rasa cinta, serta mampu berpikir abstrak.

Erikson mengungkapkan tujuan utama remaja yaitu untuk melawan krisis identitas vs kebingungan identitas sehingga menjadi dewasa yang unik dengan rasa diri yang koheren dan nilai peran dalam kelompok sosial. Jadi pada tahap ini, remaja lebih nyaman berada dalam lingkungan teman sebaya untuk mencari identitas dirinya.

2. Tahap dan Tugas Perkembangan Remaja

Menurut Sarwono (2010), dalam proses penyesuaian diri menuju kedewasaan, setiap remaja harus melewati tiga tahapan perkembangan, yaitu:

- a. Remaja Awal (*early adolescence*), remaja pada tahap ini masih terheran-heran akan perubahan yang terjadi pada dirinya dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu. Individu mulai mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis dan mudah terangsang secara erotis.
- b. Remaja Madya (*middle adolescence*), pada tahap ini remaja sangat tergantung pada teman dan senang kalau mempunyai banyak teman. Terdapat kecenderungan "*narcistic*", menyukai teman-teman yang berada dalam kondisi bingung untuk memilih, antara peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimis, idealis atau materialis.
- c. Remaja Akhir (*late adolescence*), tahap ini adalah masa konsolidasi remaja menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian lima hal, yaitu:

- 1) Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek.
- 2) Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang lain dan dalam pengalaman baru.
- 3) Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.
- 4) *Egocentrisme* diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
- 5) Tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan masyarakat umum (*the public*).

Sedangkan, menurut Havinghurst (dalam Hurlock, 1999), semua tugas perkembangan remaja dipusatkan pada penanggulangan sikap pola perilaku yang kekanak-kanakan dan mengadakan persiapan untuk menghadapi masa dewasa, seperti:

- a. Mencapai hubungan yang baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria atau wanita.
- b. Mencapai peran sosial pria dan wanita.
- c. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif.
- d. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya.
- e. Mempersiapkan karir ekonomi untuk masa depan yang akan datang.
- f. Mempersiapkan perkawinan dan keluarga.
- g. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku dan mengembangkan ideologi.

3. Kebutuhan Khas dan Bahaya pada Masa Remaja

Para ahli sepakat berpendapat bahwa terdapat kebutuhan yang khas pada remaja. Kebutuhan itu berkaitan dengan psikologis-sosiologis yang mendorong remaja untuk berperilaku yang juga khas. Menurut Garrison (Mappiare, dalam Ali & Asrori, 2009), terdapat beberapa kebutuhan yang khas bagi remaja, antara lain:

- a. Kebutuhan akan kasih sayang, kebutuhan ini ada sejak remaja dilahirkan dan menunjukkan berbagai cara perwujudan selama masa remaja.
- b. Kebutuhan akan keikutsertaan dan diterima dalam kelompok merupakan hal yang penting sejak remaja “melepaskan diri” dari keterikatan keluarga dan berusaha memantapkan hubungan dengan lawan jenis.
- c. Kebutuhan untuk berdiri sendiri yang dimulai sejak usia muda sangat penting manakala remaja dituntut untuk menentukan berbagai macam pilihan dan mengambil keputusan.

- d. Kebutuhan untuk berprestasi menjadi sangat penting seiring dengan pertumbuhannya mengarah kepada kedewasaan dan kematangan.
- e. Kebutuhan akan pergaulan dengan orang lain, terjadi sejak mereka bergantung dalam hubungan dengan teman sebaya.
- f. Kebutuhan untuk dihargai dirasakannya berdasarkan pandangan sendiri yang menurutnya pantas bagi dirinya.
- g. Kebutuhan memperoleh falsafah hidup yang utuh terutama Nampak dengan bertambahnya kematangan untuk mendapatkan kepastian. Remaja mulai memerlukan beberapa petunjuk yang akan memberikannya dasar dalam membuat keputusan.

Dalam masa remaja terdapat bahaya-bahaya yang mungkin saja terjadi dikarenakan oleh suatu hal. Bahaya tersebut dapat dibedakan pada dua kategori, yaitu bahaya fisik dan bahaya psikologis (Hurlock, 1999)

a. Bahaya Fisik

Terdapat beberapa macam bahaya fisik yang dialami selama masa remaja, yaitu kematian, bunuh diri, cacat fisik, kekuatan, kecanggungan dan kekakuan, bentuk tubuh yang tidak sesuai dengan seksnya. Kematian akibat terjangkitnya suatu penyakit jarang terjadi, dikarenakan kondisi fisik pada masa remaja cenderung lebih baik dibandingkan dengan masa-masa sebelumnya. Bunuh diri atau percobaan bunuh diri merupakan salah satu bentuk bahaya fisik yang mengawatirkan, biasanya penyebabnya adalah karena remaja mengalami alienasi sosial ataupun mengalami keacuan keluarga dan masalah sekolah.

Cacat fisik seperti gigi yang bengkok, penglihatan dan pendengaran yang kurang baik, namun masih dapat diperbaiki. Penyakit kronis seperti asma atau kegemukan yang dapat menghambat remaja melakukan hal-hal yang dilakukan oleh teman-teman sebayanya. Akibat pertumbuhan otot selama masa remaja, kekuatan menjadi meningkat, akan tetapi tidak semua remaja mengalaminya sehingga mereka yang kekuatan ototnya tidak begitu meningkat cenderung merasa kurang mampu dalam melakukan kegiatan. Kecanggungan dan kekakuan yang terjadi karena perkembangan keterampilan dan motorik yang tidak sesuai dengan teman sebaya. Selain itu, bentuk yang kurang sesuai dengan seksnya dapat mengganggu karena remaja lebih dinilai melalui penampilan diri yang sesuai dengan kelompok seksnya dibandingkan anak-anak.

b. Bahaya Psikologis

Bahaya psikologis yang pokok pada masa remaja adalah berkisar pada kegagalan menjalankan peralihan psikologis ke arah kematangan yang merupakan tugas perkembangan masa remaja yang penting. Diantaranya yaitu masalah perilaku sosial, perilaku seksual, perilaku moral dan hubungan keluarga. Dalam perilaku sosial, ketidakmatangan ditunjukkan dalam pengelompokkan yang kekanak-kanakan serta diskriminasi yang didasarkan pada ras, agama, atau sosial ekonomi yang berbeda. Bila hal ini berlanjut sampai akhir masa dewasa, maka akan mengakibatkan ketidakmatangan. Menurut Lubis (dalam Wibawa, 2004), keadaan emosi remaja yang masih labil erat hubungannya dengan keadaan hormon. Suatu saat individu akan bisa terlihat sedih sekali, dilain waktu individu dapat marah sekali. Hal ini terjadi pada remaja yang baru putus cinta atau remaja yang mudah tersinggung perasaannya.

Dalam hal perilaku seksual, remaja juga mengalami ketidakmatangan, hal ini terjadi karena perubahan yang ekstrim, yang mana pada masa akhir kanak-kanak cenderung memusuhi lawan jenis namun pada masa remaja justru menaruh minat dan mengembangkan kasih sayang pada lawan jenis. Masalah-masalah hubungan seks diluar pernikahan, serta kehamilan usia dini merupakan ciri-ciri ketidakmatangan remaja.

Secara perilaku moral, remaja cenderung terlibat dalam kenakalan remaja hingga penggunaan obat terlarang. Dalam hubungan dengan keluarga, remaja yang memiliki hubungan keluarga kurang baik dapat mengakibatkan terjadinya hubungan yang buruk diluar lingkungan keluarganya.

D. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan *Risk Taking Behavior*

Risk taking behavior merupakan suatu bentuk keputusan dalam berperilaku yang akan berakibat risiko, dimana kemungkinan individu akan menerima risiko negatif lebih besar daripada konsekuensi risiko positif. Pada masa remaja individu akan lebih sering melakukan *risk taking behavior*, karena pada masa remaja individu berada pada suatu krisis identitas diri.

Banyak *risk taking behavior* yang terjadi pada kalangan remaja, misalnya kenakalan remaja, minum-minuman alkohol dan penggunaan NAPZA, melakukan seks pranikah, dll. Apalagi di zaman yang moderen ini, banyak remaja yang seolah beranggapan bahwa apabila tidak melakukan *risk taking behavior* maka mereka belum mengagap dirinya unik. Di lain sisi, karena pada masa remaja individu ingin

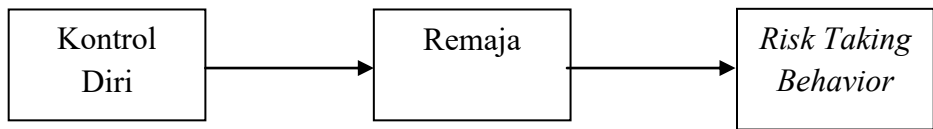
di akui dalam kelompoknya, maka mereka rela melakukan apa saja termasuk dalam hal *risk taking behavior*.

Perilaku para remaja yang mengonsumsi alkohol, berkelahi, dan melakukan aksi perusakan dalam dunia psikologi dapat dikategorikan sebagai *rebellious behaviors* (perilaku memberontak) dan *antisocial behaviors* (perilaku antisosial) yang termasuk dalam tipe-tipe *risk taking behavior*. Hal ini berarti perilaku yang dilakukan para remaja tersebut berada pada perilaku yang hanya memiliki kesenangan sesaat, yang kemudian akan merugikan diri mereka sendiri bahkan bisa mengganggu lingkungan sekitar. Sehingga akibat yang terjadi dari *risk taking behavior* pun dapat merugikan diri sendiri baik dari kesehatan maupun mental serta lingkungan sekitar.

Remaja yang melakukan *risk taking behavior* kebanyakan kurang menggunakan kontrol diri dengan baik sehingga kejadian *risk taking behavior* semakin hari semakin meningkat. Menurut Goldfried dan Merbaum (dalam Ghufron, 2010) mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi yang positif. Kontrol diri yang lemah pada seseorang mengarah pada konsekuensi negatif, yang akan merugikan orang lain dan juga merugikan dirinya sendiri.

Kontrol diri merupakan suatu hal psikologis yang harus dapat dikendalikan oleh setiap individu agar individu dapat terhindar dari perilaku-perilaku yang berbahaya dan berisiko. Santrock (2002) menyebutkan bahwa masa remaja merupakan suatu periode transisi antara masa kanak-kanak dan orang dewasa meliputi perubahan-perubahan biologis, kognitif dan sosioemosional. Pada tahap ini remaja menjadi rentan terhadap hal-hal yang baru mereka alami (perubahan fisik dan situasi sosial) sehingga emosi mereka menjadi labil, dan belum secara penuh dan sadar menyadari arti dari setiap peristiwa yang dialami. Hubungan kontrol diri dikalangan remaja sangat mempengaruhi terhadap *risk taking behavior*. Remaja yang mempunyai kontrol diri yang baik, maka mereka akan dapat menghindari *risk taking behavior* meskipun berada dalam lingkungan yang mendukung *risk taking behavior*. Sedangkan pada remaja yang kurang dapat mengontrol dirinya dengan baik, maka individu juga kurang dapat menghindari *risk taking behavior* sehingga mengakibatkan *risk taking behavior* semakin meningkat. Dengan meningkatnya *risk taking behavior* tersebut peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan *risk taking behavior* pada remaja.

Bagan 1.
Kerangka Berpikir



E. HIPOTESIS

Berdasarkan uraian di atas, maka hipotesis yang peneliti ajukan adalah :
“Terdapat hubungan antara kontrol diri dengan *risk taking behavior* pada remaja”.