

TINGKAT KONTROL DIRI (*SELF-CONTROL*) PADA REMAJA

Chelsea Sylvaathalia Nielcadewi JHK

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kontrol diri pada remaja. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian ini berjumlah 326 orang laki-laki dan perempuan berusia 13 – 18 tahun dan sedang menempuh pendidikan di jenjang SMP dan SMA. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan. Kemudian dilakukan penyebaran kuesioner secara online melalui *Google Form*. Alat ukur yang digunakan adalah *Self-Control Scale* dengan reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0,873. Hasil analisis data menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki tingkat kontrol diri yang sedang. Kemudian, melalui *One Sample Test*, menunjukkan adanya perbedaan antara *mean* teoritik ($M = 108$) dan *mean* empirik ($M = 118,31$) kontrol diri sebesar 10,31. Hal tersebut berarti tingkat kontrol diri yang dimiliki remaja lebih tinggi dari yang diperkirakan. Kemudian dilakukan uji *Independent Sample t-Test* untuk mengetahui perbandingan tingkat kontrol diri berdasarkan jenis kelamin. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara skor rata-rata kontrol diri remaja laki-laki ($M = 119,97$, $SD = 16,09$) dan perempuan ($M = 117,40$, $SD = 16,13$), $t(324) = 1,38$, $p = 0,169$. Selanjutnya dilakukan uji *One-Way Anova* untuk mengetahui perbandingan tingkat kontrol diri pada kelompok usia dan menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan antara tingkat kontrol diri pada kelompok usia, dengan nilai $F(5, 320) = 1,915$ dan $p = 0,091$ ($p > 0,05$).

Kata kunci: Kontrol diri, remaja, jenis kelamin

LEVEL OF SELF-CONTROL AMONG ADOLESCENTS

Chelsea Sylvaathalia Nielcadewi JHK

ABSTRACT

This study aims to explore the self-control levels of adolescents. A descriptive quantitative research method was employed, involving 326 participants aged 13–18 years, comprising both male and female students enrolled in junior and senior high schools. Sampling was conducted using purposive sampling based on predetermined criteria. The questionnaires were then distributed online via Google Forms. The measurement tool used was the Self-Control Scale, which demonstrated a Cronbach's Alpha reliability coefficient of 0.873. The data analysis revealed that most adolescents exhibit a moderate level of self-control. A One-Sample Test showed a significant difference between the theoretical mean ($M = 108$) and the empirical mean ($M = 118.31$), with a difference of 10.31 points. This finding indicates that adolescents' self-control levels are higher than initially anticipated. An Independent Sample t-Test was conducted to assess differences in self-control levels based on gender. The analysis revealed no significant difference between the average self-control scores of male adolescents ($M = 119.97$, $SD = 16.09$) and female adolescents ($M = 117.40$, $SD = 16.13$), $t(324) = 1.38$, $p = 0.169$. Furthermore, a One-Way ANOVA was conducted to compare the levels of self-control across different age groups, which indicated no significant differences in self-control levels among age groups, $F(5, 320) = 1.915$, $p = 0.091$ ($p > 0.05$).

Keywords: Self-Control, Adolescents, Gender