

PERAN PENDIDIKAN DALAM MENGATASI KONTROL DIRI DAN PATOLOGI SOSIAL PADA REMAJA

Muhamad Ikhsan

Universitas Mathla'ul Anwar

Surel : Muhamadikhsann91@gmail.com

Informasi Artikel

Sejarah Artikel:

Dikirim: 12-06-2025

Perbaikan: 24-06-2025

Diterima: 30-07-2025

Kata kunci:

Kontrol Diri, Patologi Soisal, Remaja

Corresponding Author:

Muhamad Ikhsan

ABSTRAK

Dalam pergaulan sehari-hari, manusia tidak bisa lepas dari norma dan aturan yang berlaku di masyarakat. Begitu juga dengan remaja, apabila semua anggota masyarakat termasuk remaja mentaati norma dan aturan tersebut, niscaya kehidupan di lingkungannya akan tenteram, aman, dan damai. Dalam kenyataannya, tidak sedikit remaja yang melakukan pelanggaran-pelanggaran terhadap norma dan aturan tersebut. Pelanggaran terhadap norma dan aturan yang berlaku dalam masyarakat dikenal dengan istilah penyimpangan sosial atau istilah yang sering digunakan dalam perspektif sosiologi dan psikologi adalah patologi sosial (*social pathology*). Akibat penyimpangan sosial ini, memunculkan berbagai permasalahan kehidupan masyarakat yang selanjutnya dikenal dengan penyakit sosial. Oleh sebab itu, pemahaman yang tepat mengenai tindakan patologi sangat penting bagi kalangan remaja agar dapat meningkatkan kontrol dirinya terhadap dorongan-dorongan yang mengarah pada timbulnya perilaku menyimpang. Semakin kuat kontrol diri yang dimiliki remaja, maka akan semakin rendah juga dorongan untuk melakukan tindakan menyimpang.

© 2025 Serumpun Mendidik : Jurnal Pendidikan dan Penelitian

PENDAHULUAN

Usia remaja, usia yang sangat menyenangkan yang kita jalani melakukan hal-hal yang selalu menyenangkan tanpa memikirkan positif-negatifnya, baik-buruknya, merugikan masyarakat/lingkungan atau tidaknya. Kita tidak mengetahui apa yang kita lakukan menyimpang atau tidak, karena yang hanya kita tau bersenang-senang saja.

Prilaku menyimpang yang juga biasa dikenal dengan nama penyimpangan sosial adalah prilaku yang tidak sesuai dengan nilai-

nilai kesusilaan atau kepatutan, baik dalam sudut pandang kemanusiaan (agama) secara individu maupun pbenarannya sebagai bagian daripada makhluk sosial.

Kenakalan remaja biasanya dilakukan oleh remaja-remaja yang gagal dalam menjalani proses-proses perkembangan jiwanya, baik pada saat remaja maupun pada masa kanak-kanaknya. Masa kanak-kanak dan masa remaja berlangsung begitu singkat, dengan perkembangan fisik, psikis, dan emosi

yang begitu cepat. Secara psikologis, kenakalan remaja merupakan wujud dari konflik-konflik yang tidak terselesaikan dengan baik pada masa kanak-kanak maupun remaja para pelakunya. Seringkali didapati bahwa ada trauma dalam masa lalunya, perlakuan kasar dan tidak menyenangkan dari lingkungannya, maupun trauma terhadap kondisi lingkungannya, seperti kondisi ekonomi yang membuatnya merasa rendah diri.

Pada masa remaja, seorang anak sedang mengalami suatu pematangan fisik dan pematangan sosial yang terjadi pada saat yang bersamaan. Dalam pematangan fisik, remaja mengalami proses perubahan struktur dan fungsi jasmaniah (fisiologis) yang mengarah pada kedewasaan fisik. Hal itu ditandai dengan perubahan alat kelamin remaja baik remaja perempuan maupun laki-laki. Pada masa ini, remaja harus dibekali pendidikan seks secara benar sehingga tidak menyalahgunakan tubuhnya untuk aktivitas-aktivitas seks yang keliru.

Kenakalan remaja dapat dikategorikan ke dalam perilaku menyimpang. Dalam perspektif perilaku menyimpang masalah sosial terjadi karena terdapat penyimpangan perilaku dari berbagai aturan-aturan sosial ataupun dari nilai dan norma social yang berlaku. Perilaku menyimpang dapat dianggap sebagai sumber masalah karena dapat membahayakan tegaknya sistem sosial. Penggunaan konsep perilaku menyimpang

secara tersirat mengandung makna bahwa ada jalur baku yang harus ditempuh. Perilaku yang tidak melalui jalur tersebut berarti telah menyimpang.

Fenomena kenakalan pada remaja seperti yang terjadi pada akhir-akhir ini, tidak terlepas dari minimnya pemahaman tentang norma-norma sosial dimasyarakat yang diterima anak baik dari lingkungan keluarga maupun di sekolah. Kurangnya pemahaman tentang kenakalan atau perilaku menyimpang, mengakibatkan anak-anak banyak melakukan tindakan tersebut. Pendidikan memiliki peran besar dalam menangani control diri dan patologi social usia remaja. Sesuai dengan tujuannya bahwa pendidikan harus mampu merubah karakter dan sikap dari siswa ke arah yang lebih baik

Salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku menyimpang atau patologis remaja adalah kontrol diri. Kontrol diri (*self control*) dapat diartikan sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis, dan perilaku seseorang; dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri (Calhoun dan Acocella, 1990). Goldfried dan Merbaum (dalam Lazarus, 1976), mendefinisikan kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Selain itu kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk

menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan. Berdasarkan pengertian tersebut dapat dikatakan bahwa kontrol diri merupakan salah satu faktor dari dalam diri manusia yang sangat penting sehingga dapat terhindar dari perilaku patologi/penyimpangan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Diri

Konsep Diri adalah semua persepsi kita terhadap aspek diri kita yang meliputi aspek fisik, aspek sosial, dan aspek psikologis, yang terbentuk karena pengalaman masa lalu kita dan interaksi kita dengan orang lain. Kontrol diri merupakan kemampuan membaca situasi diri dan lingkungan serta mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi. Kontrol diri juga dapat diartikan sebagai kemampuan menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan berbagai bentuk perilaku yang mengarah pada konsekuensi positif.

Kontrol diri diartikan Papalia (2004) sebagai kemampuan individu untuk menyesuaikan tingkah laku dengan apa yang dianggap diterima secara sosial oleh masyarakat. Wallston (dalam Sarafino, 2006) menyatakan bahwa kontrol diri adalah perasaan individu bahwa ia mampu untuk membuat keputusan dan mengambil tindakan yang efektif untuk mendapatkan hasil yang

diinginkan dan menghindari hasil yang tidak diinginkan.

Konsep diri seseorang dinyatakan melalui sikap dirinya yang merupakan aktualisasi orang tersebut. Manusia sebagai organisme yang memiliki dorongan untuk berkembang yang pada akhirnya menyebabkan ia sadar akan keberadaan dirinya. Perkembangan yang berlangsung tersebut kemudian membantu pembentukan konsep diri individu yang bersangkutan. Perasaan individu bahwa ia tidak mempunyai kemampuan yang ia miliki. Padahal segala keberhasilan banyak bergantung kepada cara individu memandang kualitas kemampuan yang dimiliki. Pandangan dan sikap negatif terhadap kualitas kemampuan yang dimiliki mengakibatkan individu memandang seluruh tugas sebagai suatu hal yang sulit untuk diselesaikan. Sebaliknya pandangan positif terhadap kualitas kemampuan yang dimiliki mengakibatkan seseorang individu memandang seluruh tugas sebagai suatu hal yang mudah untuk diselesaikan. Konsep diri terbentuk dan dapat berubah karena interaksi dengan lingkungannya.

Averill (dalam Sarafino, 1994) menggunakan istilah kontrol personal untuk menyebut kontrol diri. Kontrol personal mencakup 3 (tiga) jenis yaitu kontrol perilaku (behavior control), kontrol kognitif (cognitive control), dan kontrol keputusan (decisional control).

Ketiga jenis tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Kontrol perilaku (behavior control)

Kontrol perilaku menunjukkan kesiapan suatu respon yang secara langsung dapat mempengaruhi atau memodifikasi keadaan yang tidak menyenangkan. Kontrol perilaku dapat dibedakan menjadi dua yaitu:

1) Kemampuan mengatur pelaksanaan (regulated administration), yaitu kemampuan individu menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan yaitu dirinya atau orang lain.

2) Kemampuan memodifikasi stimulus (stimulus modifiability), yaitu kemampuan individu mengetahui cara dan waktu menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki. Stimulus dapat dihadapi dengan menggunakan beberapa cara di antaranya adalah mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, dan menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir serta membatasi intensitasnya.

b. Kontrol kognitif (cognitive control)

Kontrol kognitif menunjukkan kemampuan individu mengolah informasi yang tidak dikehendaki dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis.

Kontrol kognitif terdiri dari dua komponen yaitu:

1) Kemampuan memperoleh informasi (information gain), yaitu kemampuan individu mengantisipasi keadaan atau peristiwa baik atau buruk melalui pertimbangan yang objektif terhadap informasi yang diperoleh. Informasi mengenai keadaan yang tidak menyenangkan dapat membantu individu untuk mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan.

2) Kemampuan melakukan penilaian (appraisal), yaitu kemampuan menilai dan menafsirkan keadaan atau peristiwa tertentu dengan memperhatikan segi-segi positif secara objektif.

c. Kontrol keputusan (decisional control)

Kontrol keputusan menunjukkan kemampuan individu menentukan hasil atau tujuan yang diinginkan. Kontrol keputusan dapat berfungsi dengan baik apabila terdapat kesempatan dan kebebasan dalam diri individu untuk memiliki berbagai kemungkinan tindakan.

Dari uraian jenis-jenis kontrol diri tersebut dapat ditentukan aspek-aspek yang digunakan untuk mengukur kontrol diri. Aspek-aspek kontrol diri adalah sebagai berikut:

1) Kemampuan mengontrol perilaku

- 2) Kemampuan mengontrol stimulus
- 3) Kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian
- 4) Kemampuan menafsirkan peristiwa atau kejadian
- 5) Kemampuan mengambil keputusan

Perilaku Patologi Sosial

Pada awal ke-19 dan awal abad 20-an, para sosiolog mendefinisikan patologi social sebagai semua tingkah laku yang bertentangan dengan norma kebaikan, stabilitas local, pola kesederhanaan, moral, hak milik, solidaritas kekeluargaan, hidup rukun bertetangga, disiplin, kebaikan, dan hokum formal (Kartini Kartono, 2007). Secara etimologis, kata patologi berasal dari kata Pathos yang berarti disease/penderitaan/penyakit dan Logos yang berarti berbicara tentang/ilmu. Berikut akan disebutkan beberapa ahli yang mendefinisikan patologi sosial :

- Patologi sosial adalah suatu gejala dimana tidak ada persesuaian antara berbagai unsur dari suatu keseluruhan sehingga dapat membahayakan kehidupan kelompok atau yang merintangi pemuasan keinginan fundamental dari anggota-anggotanya, akibatnya pengikatan sosial patah sama sekali (Koe Soe Khiam, 1963).

- Blackmar dan Billin (1923) menyatakan bahwa, patologi sosial diartikan

sebagai kegagalan individu menyesuaikan diri terhadap kehidupan sosial dan ketidakmampuan struktur dan institusi sosial melakukan sesuatu bagi perkembangan kepribadian.

- Menurut Soejono Soekanto, masalah sosial adalah suatu ketidaksesuaian antara unsur-unsur kebudayaan atau masyarakat yang membahayakan kelompok sosial.

Berbagai macam pendapat dari para ahli tentang masalah-masalah sosial yang pada intinya mengacu pada penyimpangan dari berbagai bentuk tingkah laku yang mana dianggap sebagai sesuatu yang tidak normal dalam masyarakat. Dari berbagai pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa “patologi sosial” sebagai semua tingkah laku yang bertentangan dengan norma kebaikan, stabilitas lokal, pola kesederhanaan, moral, hak milik, solidaritas kekeluargaan, hidup rukun bertetangga, disiplin, kebaikan dan hukum formal. Jadi, patologi adalah ilmu yang membicarakan tentang penyakit atau ilmu tentang penyakit. Maksud dari pengertian diatas bahwa patologi adalah ilmu yang membicarakan tentang asal usul dan sifat-sifatnya penyakit. Konsep ini bermula dari pengertian penyakit di bidang ilmu kedokteran dan biologi yang kemudian diberlakukan pula untuk masyarakat.

Sedangkan kata sosial adalah tempat atau wadah pergaulan hidup antar manusia yang perwujudannya berupa kelompok manusia atau organisasi yakni individu atau

manusia yang berinteraksi / berhubungan secara timbal balik bukan manusia atau manusia dalam arti fisik. Tetapi, dalam arti yang lebih luas yaitu community atau masyarakat. Maka pengertian dari patologi social adalah ilmu tentang gejala-gejala sosial yang dianggap “sakit” disebabkan oleh faktor-faktor sosial atau Ilmu tentang asal usul dan sifat-sifatnya, penyakit yang berhubungan dengan hakekat adanya manusia dalam hidup masyarakat

Berdasarkan pembahasan diatas maka berikut ini akan disebutkan beberapa perilaku patologi atau perilaku menyimpang yang sering dilakukan oleh para remaja:

- Kebut-kebutan dijalan yang mengganggu keamanan lalu-lintas, dan membahayakan jiwa sendiri serta orang lain.

- Perilaku ugal-ugalan, brandalan, urakan yang mengacaukan ketenteraman melieu sekitar. Tingkat ini bersumber pada kelebihan energi dan dorongan primintif yang tidak terkendali serta kesukaan menteror lingkungan.

- Perkelahian antar geng, antarkelompok, antarsekolah, antar-suku(tawuran), sehingga kadang-kadang membawa korban jiwa.

- Membolos sekolah lalu bergelandang sepanjang jalan, atau bersembunyi ditempat-tempat terpencil sambil melakukan eksperimen bermacam-macam kedurjanaan dan tindak-asusila.

- Kriminalitas anak, remaja dan adolesens antara lain berupa perbuatan mengancam, intimidasi, memeras, maling, mencuri, mencopet, merampas, menjambret, menyeran, merampok, menggarong; melakukan pembunuhan dengan jalan menyembelih korbannya; mencekik, meracun, tindak kekerasan, dan pelanggaran lainnya.

- Berpesta-pora, sambil mabuk-mabukan, melakukan hubungan seks bebas, atau orgi (mabuk-mabukan hemat dan menimbulkan keadaan yang kacau-balau) yang mengganggu lingkungan.

- Perkosaan, agresivitas seksual dan pembunuhan dengan motif seksual, atau didorong oleh reaksi-reaksikompensatoris dari perasaan inferior, menuntut pengakuan diri, depresi hebat, rasa kesunyian, emosi balas dendam, kekecewaan ditolak cintanya oleh seorang wanita dan lain-lain.

- Kecanduan dan ketagihan bahan narkotika (obat bius;drugs) yang erat bergandengan dengan tindak kejahatan.

Keterkaitan Kontrol Diri dengan Perilaku Seksual Remaja

Kontrol diri memiliki keterkaitan dengan perilaku patologi atau menyimpang pada remaja. Keterkaitan antara kontrol diri dengan perilaku patologi pada remaja memperlihatkan bahwa kemampuan mengendalikan diri remaja berperan penting dalam menekan perilaku

menyimpangnya. Perilaku menyimpang pada remaja dapat ditekan apabila terdapat kontrol diri yang kuat. Remaja yang memiliki kontrol diri kuat mampu menahan atau mengendalikan emosi yang timbul untuk melakukan tidak patologi atau perilaku menyimpang. Terjadinya perilaku patologi pada seorang remaja dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor internal serta faktor eksternal.

Menurut teori kepribadian Humanistik yang dipelopori oleh seorang tokoh yaitu Abraham H Maslow (Syamsu Yusuf & Juntika Nurichsan, 2008) faktor internal seorang remaja melakukan tindakan menyimpang salahsatunya karena motivasi kebutuhan-kebutuhan dasar yang tidak terpenuhi seperti kebutuhan untuk mendapatkan penghargaan atau kasih sayang dari orang lain. Disamping itu remaja yang melakukan tindak prilaku menyimpang dapat disebabkan juga oleh tidak kuatnya pertahanan diri dan konsep diri yang benar-benar kuat sehingga ketika terdapat kebutuhan yang tidak dapat terpenuhi remaja cenderung memilih untuk melakukan prilaku yang menyimpang seperti meminum-minuman keras, masuk geng motor dll.

Faktor eksternal yang dapat membuat remaja melakukan tindakan patologis yaitu lingkungan. Lingkungan dalam hal ini juga berperan penting terhadap pembentukan karakter seorang remaja baik lingkungan keluarga, sekolah, dan lingkungan

masyarakat. Berdasarkan pendekatan teori humanistik penyebab dari gangguan prilaku adalah terhambat atau terdistorikannya perkembangan pribadi dan kecenderungan wajar arah kesehatan fisik dan mental. Hambatan ini bersumber dari :

- Penggunaan mekanisme pertahanan diri yang terlalu berlebihan
- Kondisi sosial yang kurang baik
- Serta stress yang berlebihan

Kontrol diri remaja yang lemah mengakibatkan terjadinya perilaku menyimpang karena pertahanan diri mereka miliki tidak kuat. Kontrol diri pada remaja mencakup tiga aspek yaitu kontrol perilaku, kognitif, dan keputusan. Ketiga aspek tersebut berperan penting dalam mengendalikan perilaku menyimpang yang muncul akibat adanya dorongan atau impuls yang berkaitan dengan penyimpangan. Remaja yang memiliki kontrol perilaku, kognitif, dan keputusan kuat akan mampu memahami dan menjaga dengan baik fungsi organ tubuhnya atau kondisi fisiknya, remaja akan berfikir beberapa kali ketika mereka melakukan perilaku menyimpang, karena dapat merugikan dirinya sendiri dan terlebih bagi orang lain atau masyarakat luas.

Terkadang beberapa perilaku menyimpang juga didasari oleh rasa ingin tahu remaja atau sekedar mencoba akan tetapi tidak ditunjang dengan pengetahuan dan pemahaman yang memadai seperti memakai

narkoba dll. Hal ini disebabkan karena remaja hanya ingin memuaskan rasa ingin tahunya terhadap sesuatu yang dianggapnya baru dan sedang tenar tanpa mempertimbangkan atau memperhitungkan segala konsekuensi atas perilakunya.

Oleh sebab itu, melalui pendidikan yang terdapat di berbagai jenis dan jenjang sudah sepatutnya guru memberikan pemahaman terkait dengan bagaimana perilaku menyimpang serta apa saja kerugian-kerugian yang dapat ditimbulkan oleh tindakan menyimpang. Selain itu kita juga harus lebih memperhatikan dan mengantisipasi terkait dengan beberapa faktor yang dapat menyebabkan seorang remaja melakukan tindakan menyimpang. Dan kita juga harus membekali mereka para remaja untuk memiliki pertahanan diri serta kontrol diri yang kuat sehingga remaja tidak mudah melakukan hal-hal yang menyimpang. Dengan demikian, semakin kuat kontrol diri yang dimiliki remaja, maka perilaku menyimpangnya semakin rendah. Sebaliknya, apabila kontrol diri yang dimiliki remaja semakin lemah, maka perilaku menyimpang akan lebih tinggi.

SIMPULAN

Secara umum tindakan patologi yang dilakukan oleh remaja ialah karena konsep diri dan pertahanan diri yang lemah, sehingga dalam menghadapi kehidupan dan masa perkembangannya membuat seseorang rapuh

dan menyimpang. Ketika seseorang melakukan perilaku menyimpang seperti yang dilakukan oleh sekelompok pemuda yaitu meminum-minuman keras, memakai narkoba dapat dilihat dari konsep diri dan pertahanan diri yang mereka miliki lemah, seperti ketika seseorang tidak kuat dalam menghadapi kenyataan bahwa orang tuanya bercerai dan menikah lagi, orang itu akan melakukan berbagai hal yang dikehendakinya dan yang akan membuatnya merasa bebas. Perlakuan ini merupakan pelampiasan yang tidak didasari oleh pertahanan diri yang kuat.

Oleh karena itu penting sekali bagi seorang remaja memiliki kontrol diri yang kuat. terlebih dalam masa perkembangannya remaja sedang berada pada tahap labil dan dalam posisi pencarian jati diri. kontrol diri dapat menahan remaja untuk melakukan perilaku patologi sosial. dalam hal ini pada akhirnya semua pihak harus ikut terlibat dalam mengawasi serta mengarahkan perilaku remaja. dalam dunia pendidikan khususnya disekolah peran guru sangat penting untuk mengawal perkembangan siswanya (remaja), begitu juga lingkungan sosial dan juga lingkungan keluarga harus pula mendukung agar remaja terjaga dari perilaku patologi sosial yang menyimpang. Terutama Pendidikan yang sudah diberikan dimasing-masing jenjang dan jenisnya juga perlu ikut andil dalam membentuk karakter serta sikap pada usia remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Kartono, Kartini. 2007. *Patologi Sosial*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Yusuf, Syamsu dan A. Juntika Nurihsan. 2008. *Teori Kepribadian*. Bandung: Rosdakarya.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2004). *Human Development* (9th ed.). USA: McGraw Hill.
- Lazarus, R.S. (1976). *Patterns of Adjustment*. Tokyo : McGraw Hill Kogakusha,Ltd.
- Calhoun, J.F., Acocella, J.R. (1990). *Psychology of Adjustment and Human Relationship*. New York : McGraw Hill, Inc.
- Sarafino, E.P . (1994). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction* (4th ed.). New York: John Wiley and Sons.
- <http://3npgsd.blogspot.co.id/2014/01/kenakalan-remaja-dikalangan-sosial.html>
- <http://marisa-secangkirkopipagi.blogspot.co.id/2013/09/sepintas-tentang-patologi-sosial.html>
- <http://silviahestiwardani.blogspot.co.id/2015/05/konsep-dasar-patologi-sosial.html>