

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS

A. Kajian Pustaka

1. Kontrol Diri

a. Pengertian Kontrol Diri

Menurut Yusuf (2020), kontrol diri adalah kemampuan untuk kemampuan untuk mengendalikan perilaku dan kecenderungan untuk bertindak dengan cara tertentu, terutama dalam situasi yang tidak menyenangkan atau penuh godaan. Selanjutnya Mufidah (2018) menjelaskan, kontrol diri adalah kemampuan untuk mengontrol dan mengelola perilaku dalam situasi atau kondisi yang penuh godaan agar tetap disiplin dan tidak bertindak berlebihan.

Sedangkan Sarwono (2021) memaparkan, kontrol diri adalah kemampuan untuk Menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif.

Dari paparan ahli di atas maka kontrol diri merupakan kemampuan untuk mengendalikan pikiran, mengatur perilaku sesuai norma, serta mengarahkan tindakan ke arah yang lebih positif dan konstruktif dalam menghadapi berbagai situasi dan godaan.

b. Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Yusuf (2020) menjelaskan faktor yang mempengaruhi kontrol diri sebagai berikut:

1) Faktor Internal

Faktor internal antara lain, kepribadian, kondisi fisik dan kematangan usia seseorang.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal antara lain, lingkungan keluarga, budaya, lingkungan sekolah dan teman sebaya.

Sedangkan menurut Mufidah (2018) menjelaskan faktor yang mempengaruhi kontrol diri sebagai berikut:

1) Faktor Internal

Faktor internal antara lain, usia, jenis kelamin, intelegensi, keadaan fisik dan kepribadian.

2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal antara lain, lingkungan keluarga (pola asuh orang tua, komunikasi dalam keluarga, serta hubungan anggota keluarga dapat mempengaruhi kemampuan kontrol diri seseorang), lingkungan budaya (budaya dan norma-norma yang berlaku dilingkungan tempat tinggal seseorang akan membentuk kontrol diri yang baik), dan lingkungan teman sebaya (pergaulan dengan teman sebaya serta tekanan dari kelompok teman sebaya dapat mempengaruhi kontrol diri remaja).

3) Faktor Kematangan Emosi

Faktor kematangan emosi antara lain, kemampuan mengendalikan emosi, bersikap toleransi dan kemampuan mengendalikan amarah juga turut berperan dalam kontrol diri seseorang.

Selanjutnya pendapat Sarwono (2021) menjelaskan faktor yang mempengaruhi kontrol diri sebagai berikut:

1) Pola Asuh Orang Tua

Pola asuh demokratis dari orang tua dapat mengembangkan kontrol diri anak dengan baik.

2) Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial seperti teman sebaya juga berpengaruh terhadap kontrol diri seseorang.

3) Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung membuat seseorang lebih mampu mengontrol diri.

4) Usia

Kontrol diri juga cenderung meningkat seiring bertambahnya usia.

5) Budaya

Budaya juga cenderung mempengaruhi kontrol diri seseorang.

Dari pendapat ahli diatas maka faktor yang mempengaruhi kontrol diri meliputi faktor lingkungan seperti keluarga, teman sebaya, budaya serta faktor internal seperti usia, kepribadian dan kondisi fisik turut

berperan dalam pembentukan dan perkembangan kontrol diri seseorang.

c. Ciri-Ciri Kontrol Diri

Menurut Yusuf (2020) menjelaskan ciri-ciri kontrol diri sebagai berikut:

- 1) Mampu menahan emosi.
- 2) Mampu mengendalikan tindakan atau perilaku.
- 3) Mampu mengantisipasi suatu peristiwa atau akibat dari tindakannya.
- 4) Mempunyai prinsip dalam bertingkah laku.
- 5) Mampu memotivasi diri untuk melakukan sesuatu.

Selanjutnya menurut Badura (2020) menjelaskan ciri-ciri kontrol diri sebagai berikut:

- 1) Kemampuan untuk mengatur emosi dan dorongan impulsif. Orang dengan kontrol diri yang baik mampu mengendalikan emosi negatif seperti kemarahan, kecemasan, atau keinginan yang berlebihan.
- 2) Kemampuan untuk menunda kepuasan. Mereka dapat menunda keinginan jangka pendek demi mencapai tujuan jangka panjang yang lebih berharga.
- 3) Ketekunan dan daya tahan dalam menghadapi tantangan. Orang dengan kontrol diri tinggi cenderung gigih dalam mengejar tujuan mereka, meskipun menghadapi hambatan.

- 4) Kemampuan untuk fokus dan menghindari gangguan. Mereka dapat mempertahankan konsentrasi dan menghindari distraksi yang dapat mengganggu pencapaian tujuan.

Sedangkan pendapat Sarwono (2021) menjelaskan ciri-ciri kontrol diri sebagai berikut:

- 1) Mampu menahan keinginan atau dorongan sesat.
- 2) Mampu berpikir panjang sebelum bertindak.
- 3) Tidak impulsif.
- 4) Mampu mengambil keputusan dengan baik.
- 5) Toleran terhadap perilaku orang lain yang berbeda.

Sementara menurut Jamilah menjelaskan ciri-ciri kontrol diri yaitu:

- 1) Mampu mengendalikan emosi dengan baik, tidak mudah marah atau tersinggung.
- 2) Dapat menunda kepuasan sesaat demi mencapai tujuan jangka panjang yang lebih besar.
- 3) Bertanggung jawab atas tindakan dan keputusan yang diambil.
- 4) Mampu berkonsentrasi dan fokus dalam mengerjakan tugas.
- 5) Mempunyai disiplin diri yang kuat dalam menjalankan rutinitas atau jadwal.
- 6) Mampu mengatasi godaan atau gangguan yang dapat menghambat pencapaian tujuan.
- 7) Bersikap tenang dan tidak mudah panik dalam menghadapi situasi sulit.

Berdasarkan uraian diatas maka indikator dari kontrol diri adalah mampu menahan emosi, mampu mengendalikan tindakan, mampu mengantisipasi konsekuensi dari tindakan yang dilakukan, mampu mengambil keputusan yang tepat, mampu untuk menunda kepuasan, mampu berfikir panjang sebelum bertindak, memiliki ketekunan dan daya tahan dalam menghadapi tantangan, mampu berkonsentrasi dan fokus dalam mengerjakan tugas.

2. Konformitas Teman Sebaya

a. Pengertian Konformitas Teman Sebaya

Menurut Ardiansyah (2020), konformitas teman sebaya merupakan kecenderungan untuk menyesuaikan diri dengan norma, nilai, atau perilaku kelompok teman sebaya agar diterima dan diakui keberadaannya dalam kelompok tersebut. Selanjutnya menurut Andirani (2019), konformitas teman sebaya adalah perubahan perilaku atau keyakinan seseorang agar sesuai dengan perilaku atau keyakinan kelompok teman sebayanya.

Sedangkan pendapat Hartini (2022), konformitas teman sebaya adalah kecenderungan untuk mengikuti norma, sikap, atau perilaku kelompok teman sebaya karena adanya tekanan, baik nyata maupun hanya diasumsikan saja.

Dari pendapat ahli diatas maka konformitas teman sebaya merupakan kecenderungan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan norma, nilai, sikap, perilaku atau keyakinan kelompok teman sebayanya.

Ini dilakukan dengan tujuan agar diterima dan diakui keberadaannya dalam kelompok tersebut

b. Faktor yang Mempengaruhi Konformitas Teman Sebaya

Menurut Ardiansyah (2020) menjelaskan faktor yang mempengaruhi konformitas teman sebaya sebagai berikut:

- 1) Kebutuhan untuk diterima dalam kelompok.
- 2) Kepercayaan terhadap kelompok.
- 3) Rasa takut akan sanksi atau penolakan kelompok.

Sedangkan pendapat Andriani (2019) menjelaskan faktor yang mempengaruhi konformitas teman sebaya sebagai berikut:

- 1) Kekompakan kelompok teman sebaya.
- 2) Status dalam kelompok teman sebaya.
- 3) Ukuran kelompok teman sebaya.

Selanjutnya menurut Hartini (2022) menjelaskan faktor yang mempengaruhi konformitas teman sebaya sebagai berikut :

- 1) Kohesivitas atau keakraban dalam kelompok teman sebaya.
- 2) Popularitas anggota kelompok teman sebaya.
- 3) Usia (konformitas lebih tinggi pada usai remaja).

Dari pendapat diatas maka faktor yang mempengaruhi konformitas teman sebaya seperti kebutuhan diterima, kepercayaan pada kelompok, kohesivitas kelompok, dan usia.

c. Ciri-Ciri Konformitas Teman Sebaya

Menurut Elkind (2020) menjelaskan ciri-ciri konformitas teman sebaya sebagai berikut:

- 1) Keinginan kuat untuk diterima dan merasa memiliki tempat di kelompok teman sebaya. Remaja cenderung mengikuti norma dan perilaku kelompok agar dianggap bagian dari kelompok.
- 2) Kekhawatiran akan penolakan atau pengucilan dari kelompok teman sebaya. Remaja takut diejek, dikucilkan, atau ditolak oleh teman-temannya jika tidak mengikuti kelompok.
- 3) Pengambilan keputusan dipengaruhi oleh tekanan kelompok teman sebaya. Remaja sering mengambil keputusan berdasarkan apa yang populer atau disetujui oleh kelompok teman sebayanya.
- 4) Adopsi gaya hidup, penampilan, dan perilaku yang sama dengan kelompok teman sebaya. Remaja cenderung meniru cara berpakaian, gaya bicara, dan kebiasaan teman-temannya.

Selanjutnya menurut Emi dkk (2010) menjelaskan ciri-ciri konformitas teman sebaya sebagai berikut :

- 1) Kecenderungan untuk mengikuti pandangan, nilai, dan perilaku yang dianut oleh kelompok.
- 2) Melakukan tindakan atau aktivitas tertentu karena dipengaruhi oleh kelompok.
- 3) Cenderung mengadopsi gaya berpakaian, gaya bicara, atau kebiasaan lain yang digemar oleh kelompok.

- 4) Mengikuti tren atau mode yang populer dikalangan teman sebaya.
- 5) Adanya rasa solidaritas yang kuat dengan kelompok.

Sedangkan Hartini (2022) menjelaskan ciri-ciri konformitas teman sebaya sebagai berikut:

- 1) Memperhatikan dan mengikuti perilaku remaja yang populer dalam kelompok teman sebaya.
- 2) Menyesuaikan diri dengan norma-norma yang berlaku dalam kelompok.
- 3) Berperilaku sesuai dengan ekspektasi kelompok teman sebaya untuk mendapatkan penerimaan dan meningkatkan status sosial.

Sementara menurut Hidayat (2020) menjelaskan ciri-ciri dari konformitas teman sebaya sebagai berikut:

- 1) Adanya kecenderungan untuk mengikuti perilaku, gaya hidup, atau kebiasaan teman-teman sebayanya.
- 2) Memiliki kesamaan dalam hal minat, hobi atau kegemaran dengan teman sebayanya.
- 3) Memiliki keinginan kuat untuk diterima dan diakui oleh kelompok.
- 4) Mencari dukungan dan penerimaan dari teman sebaya dalam mengambil keputusan atau tindakan.

- 5) Memiliki kesamaan dalam hal penampilan, gaya berbicara atau bahasa yang digunakan teman sebayanya.
- 6) Adanya kecenderungan untuk mengikuti tren atau mode yang populer dikalangan teman sebaya.
- 7) Menunjukkan perilaku atau sikap yang sesuai dengan norma atau aturan yang berlaku di kelompok.

Berdasarkan penjelasan di atas, indikator konformitas teman sebaya meliputi cenderung mengikuti gaya hidup, penampilan dan perilaku yang sama dengan kelompok, cenderung melakukan tindakan atau aktivitas tertentu yang dipengaruhi kelompok, memiliki rasa solidaritas yang kuat dengan kelompok, mampu menyesuaikan diri dengan norma-norma yang disepakati kelompok, memiliki keinginan yang kuat untuk diterima di kelompok, memiliki kekhawatiran akan penolakan dari kelompok, pengambilan keputusan yang dipengaruhi kelompok, memiliki kesamaan dalam minat dan kegemaran dengan kelompok.

3. Perilaku Prososial

a. Pengertian Perilaku Prososial

Menurut Handoyo (2019), perilaku prososial adalah tindakan sukarela untuk membantu atau menguntungkan orang lain tanpa mengharapkan imbalan apapun. Selanjutnya Agustiani (2020) perilaku prososial adalah tindakan menolong yang menguntungkan orang lain atau kelompok lain tanpa mengharapkan imbalan.

Sedangkan pendapat Hamidah (2018), perilaku prososial adalah tindakan atau perilaku yang menguntungkan orang lain atau masyarakat secara keseluruhan tanpa motivasi untuk mendapatkan imbalan.

Dari paparan diatas perilaku prososial adalah suatu tindakan atau perbuatan yang dilakukan sukarela dan sengaja untuk membantu, memberikan manfaat, keuntungan atau dukungan orang lain atau kelompok sosial tanpa mengharapkan imbalan apapun.

b. Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Prososial

Menurut Handoyo (2019), ada beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku prososial, yaitu:

- 1) Faktor personal (kepribadian, mood, dan nilai-nilai).
- 2) Faktor situasional (kehadiran orang lain dan norma lingkungan).
- 3) Faktor kebutuhan penerimaan pertolongan.

Selanjutnya Rahmawati (2022) ada 2 faktor yang mempengaruhi perilaku prososial yaitu:

- 1) Faktor internal
 - a. Keuntungan pribadi

Keuntungan pribadi adalah keinginan seseorang untuk memperoleh sesuatu seperti, persetujuan, kekaguman atau ketakutan akan dikucilkan. Individu berperilaku prososial karena mereka ingin mendapatkan pujian dan persetujuan serta menghindari ketidaksetujuan sosial.

b. Empati

Empati adalah kemampuan seseorang untuk berbagi dan pengalaman orang lain. Kemampuan berempati ini erat kaitannya dengan pembagian peran. Prasyarat kemampuan melatih empati adalah kemampuan mengambil peran.

c. Pengalaman dan suasana hati

Orang suka membantu orang lain jika mereka sebelumnya pernah mengalami kesuksesan atau mendapat imbalan atas bantuannya. Ketika orang mengalami kegagalan, motivasinya untuk membantu menurun. Ketika orang merasa sedih, mereka kurang bersedia membantu. Hal ini dikarenakan suasana hati dapat mempengaruhi kesediaan seseorang untuk membantu orang lain.

d. Norma sosial

Norma sosial yang terkait dengan perilaku prososial adalah norma timbal balik dan tanggung jawab sosial. Norma timbal balik dalam perilaku prososial berarti masyarakat cenderung hanya memberikan bantuan kepada orang yang pernah menolongnya. Biasanya, masuk akal dalam masyarakat bahwa kita harus membantu mereka yang membutuhkan bantuan.

2) Faktor Eksternal

a. Budaya

Memang sikap dan perilaku individu tidak lepas dari pengaruh budaya. Kebudayaan dapat memberikan pola bagi perkembangan perilaku individu. Suatu pola nilai dan norma yang dapat membentuk sikap terhadap perilaku prososial. Melalui budaya, individu mampu bertahan dan bekerja sama satu sama lain.

b. Kehadiran orang lain

Individu yang bersama orang lain lebih suka bertindak prososial dibandingkan bila individu seorang diri. Sebab dengan kehadiran orang lain akan mendorong individu untuk lebih mematuhi norma sosial yang dimotivasi oleh harapan untuk mendapat pujian.

c. Keluarga

Latar belakang keluarga berperan penting dalam membentuk perilaku prososial. Pengalaman selama proses sosialisasi menimbulkan perasaan berbeda dalam membantu orang lain. Pola asuh suatu keluarga, terutama model pendidikan, sosialisasi, atau ideologi yang diterima dan dipelajari suatu keluarga pada masa kanak-kanak, mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perilaku keluarga di masa depan. Model perilaku keluarga, terutama orang tua yang prososial,

memungkinkan anak menjadi sadar diri dan mengadopsi perilaku tersebut.

Sedangkan menurut Hamidah (2018) menjelaskan faktor yang mempengaruhi perilaku prososial yaitu:

- 1) Budaya dan agama.
- 2) Faktor situasional (kondisidarurat dan kehadiran orang tua).
- 3) Karakteristik kepribadian.

Dari beberpa paparan diatas maka faktor yang mempengaruhi perilaku prososial yakni, faktor kepribadian, faktor lingkungan seperti keluarga, budaya dan teman, serta karakteristik penerima pertolongan itu sendiri, membentuk kecenderungan seseorang untuk menolong atau tidak.

c. Ciri-Ciri Perilaku Prososial

Menurut Sujanto, dkk (2019) menjelaskan ciri-ciri perilaku prososial meliputi:

- 1) Menolong orang lain tanpa mengharapkan imbalan
- 2) Mengutamakan kepentingan orang lain daripada sendiri.
- 3) Memiliki rasa belas kasihan terhadap orang lain daripada diri sendiri.
- 4) Bertindak murah hati dan dermawan.

Meinarno (2019) memaparkan ciri-ciri perilaku prososial yaitu:

- 1) Memiliki rasa empati terhadap orang lain.
- 2) Peduli terhadap kesejahteraan orang lain.

- 3) Memiliki kemampuan untuk memahami situasi orang lain.
- 4) Memiliki keterampilan berpikir dengan baik

Sedangkan menurut Primahriz (2021) menaparkan ciri-ciri perilaku prososial yaitu:

- 1) Memiliki kepekaan dan empati terhadap kesulitan orang lain.
- 2) Termotivasi untuk menolong tanpa mengharapkan imbalan.
- 3) Berperilaku sukarela untuk kepentingan orang lain atau kelompok.
- 4) Dipengaruhi nilai-nilai moral seperti keadilan dan kepedulian.

Sementara menurut Rahmawati (2022) menjelaskan ciri-ciri perilaku prososia antara lain:

- 1) Adanya keinginan untuk menolong orang lain secara sukarela tanpa mengharapkan imbalan.
- 2) Memiliki rasa empati dan kepedulian terhadap kesulitan atau penderitaan yang dialami orang lain.
- 3) Berperilaku kooperatif dan suka bekerjasama dalam mencapai tujuan bersama.
- 4) Memiliki keterampilan sosial yang baik, seperti komunikasi efektif, mendengarkan dengan baik dan menghargai pendapat orang lain.
- 5) Menunjukkan perilaku berbagi, baik dalam hal materi maupun non-materi, dengan orang lain yang membutuhkan.
- 6) Memiliki rasa tanggung jawab sosial dan ingin berkontribusi positif bagi lingkungan sekitarnya.

- 7) Berperilaku dermawan dan suka memberikan pertolongan kepada orang lain tanpa pamrih.

Dari paparan diatas maka indikator dari perilaku prososial meliputi menolong tanpa pamrih, bertindak murah hati dan dermawan, peduli terhadap kesejahteraan orang lain, memiliki rasa empati terhadap kesulitan orang lain, memiliki sikap adil dalam berteman tanpa memandang fisik, mengutamakan kepentingan orang lain daripada diri sendiri, berperilaku sukarela untuk kepentingan kelompok, berperilaku kooperatif dan suka bekerjasama dalam mencapai tujuan bersama.

B. Kerangka Berfikir

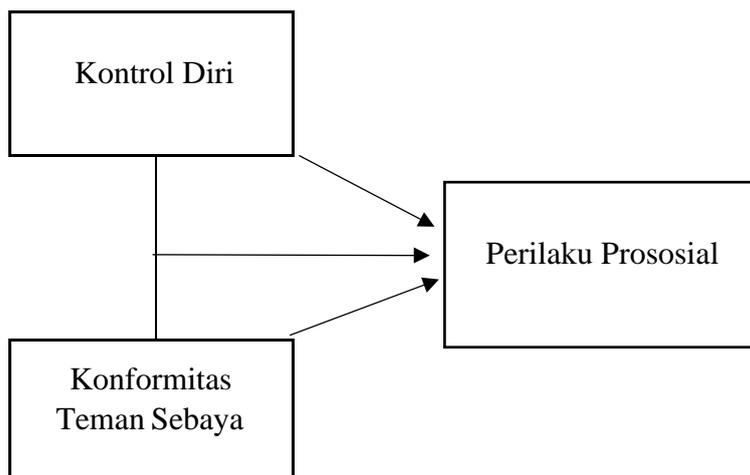
Kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan pikiran, emosi, dan perilakunya. Ini melibatkan kemampuan untuk menahan impuls, mengatur emosi dan mengarahkan tindakan sesuai dengan tujuan jangka panjang. Menurut Baumeister & Vohs (2007) menjelaskan bahwa kontrol diri adalah sumber daya terbatas yang dapat dilatih dan ditingkatkan. Teori ini menyoroti pentingnya kontrol diri dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk perilaku prososial. Selain itu menurut Gong & Sim (2021) menemukan bahwa remaja dengan kontrol diri yang tinggi lebih cenderung menunjukkan perilaku prososial. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa hubungan ini dimediasi oleh empati dan identitas moral, menunjukkan bahwa kontrol diri memungkinkan remaja untuk lebih memahami perspektif orang lain dan bertindak sesuai nilai-nilai moral mereka.

Konformitas teman sebaya merupakan kecenderungan individu untuk mengadopsi sikap, nilai, dan perilaku kelompok sebayanya. Ini bisa terjadi karena keinginan untuk diterima, menghindari penolakan atau karena percaya bahwa kelompok memiliki informasi yang lebih baik. Menurut Tajfel & Turner (1979) menjelaskan bahwa individu mengidentifikasikan diri mereka sebagai bagian dari kelompok sosial tertentu dan mengadopsi norma-norma kelompok tersebut untuk mempertahankan identitas sosial yang positif. Selain itu menurut Van Hoorn dkk.(2019) menemukan bahwa konformitas teman sebaya dapat meningkatkan perilaku prososial jika norma kelompok mendukung tindakan tersebut. Ini menunjukkan pentingnya menciptakan lingkungan teman sebaya yang positif untuk mendorong perilaku prososial.

Perilaku Prososial yaitu seperti menolong. Menolong merupakan tindakan memberikan bantuan atau pertolongan kepada orang lain yang membutuhkan secara sukarela. Mencakup tindakan seperti membantu orang lain yang kesulitan, membantu orang lain yang sedang mengalami masalah. Berbagi merupakan tindakan membagi sesuatu yang dimiliki dengan orang lain secara sukarela. Mencakup tindakan seperti membagi makanan, membagi uang, atau membagi barang pribadi dengan orang lain yang membutuhkan. Bekerjasama adalah tindakan bekerja sama dengan orang lain untuk mencapai tujuan bersama secara sukarela. Mencakup tindakan seperti berkolaborasi dalam mengerjakan tugas kelompok, berpartisipasi dalam kegiatan sosial, atau bekerja sama dalam organisasi atau komunitas. Berderma merupakan tindakan memberikan sesuatu (uang, barang, atau jasa) secara sukarela kepada orang lain atau organisasi yang

membutuhkan. Mencakup tindakan seperti menyumbangkan uang untuk yayasan sosial, mendermakan pakaian atau barang bekas yang masih layak pakai, atau menjadi relawan di organisasi sosial.

Berdasarkan kerangka berpikir ini, penelitian ini akan menganalisis pengaruh kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku prososial pada siswa kelas XI SMKN 5 Madiun. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku prososial di kalangan siswa kelas XI, serta memberikan masukan bagi upaya-upaya untuk mengatasi permasalahan tersebut.



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan tinjauan pustaka yang telah dipaparkan diatas, maka peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut

- 1) Terdapat pengaruh kontrol diri terhadap perilaku prososial peserta didik kelas XI SMKN 5 Madiun.
- 2) Terdapat pengaruh konformitas teman sebaya terhadap perilaku prososial peserta didik kelas XI SMKN 5 Madiun.
- 3) Terdapat pengaruh kontrol diri dan konformitas teman sebaya terhadap perilaku prososial peserta didik kelas XI SMKN 5 Madiun.