

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Upaya Guru Pendidikan Agama Islam

1. Pengertian Upaya Guru Pendidikan Agama Islam

Kata “upaya” menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah usaha atau ikhtiar untuk mencapai suatu maksud, memecahkan persoalan, mencari jalan keluar, sedangkan pengertian pendidik dalam perspektif islam ialah orang yang bertanggung jawab terhadap upaya perkembangan jasmani dan rohani peserta didik agar mencapai tingkat kedewasaannya sehingga ia mampu menunaikan tugas-tugas kemanusiaannya sesuai dengan nilai-nilai ajaran Islam.

Sedangkan kata “Guru” berasal dari Bahasa Indonesia yang berarti mengajar. Dalam bahasa Inggris “*teacher*” yang berarti pengajar. Dengan demikian guru adalah merupan “orang yang bertanggung jawab terhadap pelaksanaan pendidikan dengan sasaran peserta didik”.¹ Sedangkan menurut Zakiyah Darajat guru adalah pendidik profesional, karena secara implisit ia telah merelakan dirinya menerima dan memikul sebagai tanggung jawab pendidikan yang terpikul di pundak para orang tua.²

Upaya guru pendidikan agama Islam adalah usaha/ikhtiar yang dilakukan oleh seorang guru yang mengampu mata pelajaran agama islam

¹ Abuddin Nata, *Perspektif Islam Tentang Pola Hubungan Guru-Murid* (Jakarta: PT. Gaja Grafindo Persada, 2001), 41.

² Umar Tirtarahardja, Lasula, *Pengantar Pendidikan* (Jakarta: Rineka Cipta, 2001), 54.

untuk mencapai tujuan suatu maksud, memecahkan masalah ataupun mencari jalan keluar. Upaya guru pendidikan agama Islam yang dimaksud dalam penelitian ini adalah usaha-usaha yang dilakukan oleh seorang pendidik yang mengampu mata pelajaran pendidikan agama Islam untuk mengembangkan *self control* remaja di madrasah aliyah nihayatul amal rawamerta karawang.

Dalam kamus besar bahasa indonesia guru pendidikan agama islam adalah “orang yang bekerja mendidik atau mengajar tentang pendidikan agama islam”. Guru sebagai pendidik formal tidaklah dipandang ringan karna menyangkut dengan aspek kehidupan serta menuntut pertanggung jawaban yang berat. Akan tetapi, banyak banyak orang yang berpendapat bahwa asal sudah mempunyai pengetahuan tentang mata pelajaran yang akan diberikan, maka orang tersebut dapat dikatakan sebagai guru atau menjadi seorang guru. Guru agama adalah guru yang mengajarkan materi bidang studi agama (Islam) pada sekolah-sekolah yang diselenggarakan atau dikelola Departemen Pendidikan, Keagamaan dan sebagainya. Oleh karena itu guru Pendidikan Agama Islam harus mampu menjadi tauladan yang baik (*uswatun hasanah*) bagi muridnya dalam segala tingkah lakunya juga harus mencerminkan ajaran agama yang disampaikan dan mampu memadukan antara ilmu, amal, dan keikhlasan dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Anwar Saleh Daulay, dalam melaksanakan tugasnya sebagai pendidik, seorang guru harus berbuat dalam cara yang sesuai dengan kondisi muridnya. Kondisi tersebut meliputi kondisi *psycho-physic* (jiwa raga). Pemahaman terhadap kondisi-kondisi itu akan membawa guru pada kelakuan

atau pendekatan mengajar yang lebih tepat dan dengan demikian proses belajar mengajar lebih lancar, berhasil dan tepat guna.³

Dari berbagai pengertian di atas tersebut dapat diambil suatu kesimpulan bahwa Guru Pendidikan Agama Islam adalah suatu komponen manusiawi dalam proses belajar mengajar untuk mendidik siswa menuju jalan yang baik menurut ajaran agama atau norma-norma. Guru merupakan unsur penting dalam pendidikan yang harus berperan aktif dan menempatkan kedudukannya sebagai tenaga atau pendidik profesional. Untuk bisa menjadi guru profesional, harus memiliki kemampuan dasar yaitu kompetensi keguruan. Dengan kompetensi ini guru dapat melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya dengan baik, adapun kompetensi-kompetensi tersebut sebagai berikut:

a. Kompetensi bidang kognitif

Mempunyai kemampuan intelektual seperti penguasaan materi, pengetahuan tentang cara mengajar dan belajar serta pengetahuan mengenai tingkah laku individu ini sangat diperlukan bagi seorang guru.

b. Kompetensi bidang sikap

Komponen bidang sikap merupakan kesiapan dan kesediaan guru dalam berbagai hal yang berkenaan dengan tugas dan profesinya. Misalnya dengan sikap menghargai pekerjaan, mencintai dan memiliki prasaan senang mengenai pelajaran yang di binanya, dan sikap toleransi terhadap sesama teman profesinya.

³ Anwar Saleh Daulay, *Dasar-dasar Ilmu Pendidikan* (Bandung: Citapustaka Media, 2008): 81.

c. Kompetensi bidang perilaku/performance

Komponen bidang perilaku/performance yaitu merupakan kemampuan guru dalam berbagai keterampilan/berperilaku, seperti keterampilan belajar, membimbing, menilai dan lain-lainya. Perbedaan dengan kompetensi kognitif berkenaan dengan teori atau pengetahuan, bila kompetensi berperilaku yang diutamakan adalah praktek atau keterampilan melaksanakannya.⁴

Ketiga bidang kompetensi di atas tersebut tidak berdiri melainkan saling berhubungan dan saling mempengaruhi satu sama lain.

Dari uraian di atas tersebut kiranya dapat dicermati kompetensi guru khususnya sebagai guru Pendidikan Agama Islam tidak mudah dan ringan. Kompetensi guru harus memenuhi kemampuan intelektual, sikap dan kepribadian, moral kemasyarakatan serta tanggung jawab keilmuan dan memenuhi tugas sebagai guru. Disinilah peran guru PAI sangat di butuhkan dalam penanganan kenakalan siswa.

2. Tujuan guru Pendidikan Agama Islam

Tujuan guru Pendidikan Agama Islam tidaklah jauh dengan tujuan manusia diciptakan, yakni untuk berbakti kepada Allah swt, untuk membentuk manusia yang bertakwa, berbudi luhur, serta memahami, meyakini dan mengamalkan ajaran-ajaran agama, yang menurut istilah marimba disebut terbentuknya kepribadian muslim.

⁴ Nana Sudjana, *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar* (Bandung: Sinar Baru Al Gasindo, 1987), 17.

3. Manfaat guru Pendidikan Agama Islam

Manfaat guru Pendidikan Agama Islam yaitu memberikan pelajaran agama yang mana dapat memberikan tuntunan dan ajaran hidup, serta dapat mengenal mana yang baik dan mana yang buruk, dan juga dapat mendekatkan diri kita kepada Allah swt, belajar agama dapat mengingatkan dengan larangan-larangan Allah swt dan dapat memberikan jawaban yang tidak bisa dijawab manusia.

4. Peran guru Pendidikan Agama Islam sebagai pendidik

Pendidikan adalah proses perubahan sikap atau tingkah laku seseorang dalam mendewasakan diri melalui upaya pengajaran, pelatihan dan proses, cara pendidik adalah orang yang mendidik.⁵

Mendidik berarti mentransfer nilai-nilai (*transfer of values*) kepada peserta didik. Nilai-nilai tersebut harus diwujudkan dalam tingkah laku sehari-hari. Mendidik adalah mengantarkan anak didik agar menemukan dirinya, menemukan kemanusiaan-nya. Menurut penulis pendidikan merupakan usaha sadar yang dilakukan oleh pendidik dalam memimpin anak didik secara umum untuk mencapai perkembangannya menuju kedewasaan jasmani maupun rohani, dan bimbingan adalah merupakan dorongan atau motivasi terhadap peserta didik dalam mengatasi kesulitan-kesulitan yang dihadapi anak didik.

Berdasarkan dengan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa peranan guru sebagai pendidik adalah upaya mendidik siswa untuk menghayati dan

⁵ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, "Kamus Besar Bahasa Indonesia," 10 (Jakarta: Balai Pustaka, 1998), 232.

mengamalkan ajaran islam dalam kehidupannya terutama dalam pembinaan akhlak mulia.

5. Peran guru Pendidikan Agama Islam sebagai teladan

Peranan Guru sebagai teladan adalah “sesuatu yang patut ditiru atau baik untuk dicontoh Tentang perbuatan, kelakuan, sifat dan sebagainya”⁶ Oleh karena itu guru harus memberikan contoh perbuatan, perilaku, dan sifat yang patut ditiru oleh peserta didiknya. Pada dasarnya perubahan perilaku yang dapat ditunjukkan oleh peserta didik harus dipengaruhi oleh latar belakang pendidikan dan pengalaman yang dimiliki oleh seorang guru, atau dengan perkataan lain, guru mempunyai pengaruh terhadap perubahan perilaku Peserta didik. Untuk itulah guru harus dapat menjadi contoh (suri tauladan) Bagi peserta didik, karena pada dasarnya guru adalah representasi dari sekelompok orang pada suatu komunitas atau masyarakat yang diharapkan dapat menjadi teladan, yang dapat ditiru.⁷

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa peranan guru sebagai teladan adalah guru yang harus mempunyai keteladanan yang lebih dari siswanya, guru juga harus memiliki sikap, Moral yang baik, sopan santun, etitut, dan bersikap baik, semua itu akan dicontoh oleh pendidik kita. Guru juga harus selalu mengajarkan kepada siswa-siswa sifat keteladanan yang baik tetapi bukan hanya guru saja yang mengajarkan tetapi orangtua juga harus terlibat tentang anaknya.

⁶ Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1025.

⁷ Hamzah B. Uno, *Profesi Pendidikan*, 3 (Jakarta: Bumi Aksara, 2008), 17.

B. Pengembangan *Self Control*

1. Pengertian *self control*

Sangat banyak teori yang dapat dikemukakan sehubungan dengan pengertian kontrol diri. Misalnya pendapat Chaplin, yang menjelaskan bahwa *self control* adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri; kemampuan untuk menekan atau merintangai impuls-impuls atau tingkah laku impulsif. Atau seperti Carlson yang mengartikan kontrol diri sebagai kemampuan seseorang dalam merespon sesuatu, selanjutnya juga dicontohkan, seorang anak dengan sadar menunggu *reward* yang lebih sadar dibandingkan jika dengan segera tetapi mendapat yang lebih kecil dianggap melebihi kemampuan kontrol diri.⁸

menurut Goleman, *self control* atau kontrol diri adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri mengendalikan tindakan dengan pola yang sesuai dengan usia, suatu kendali batiniah. Begitupun dengan pendapat Bandura dan Mischel, sebagaimana dikutip Carlson, yang mengatakan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam merespon suatu situasi. Demikian pula dengan Piaget yang mengartikan tingkah laku yang dilakukan dengan sengaja dan mempunyai tujuan yang jelas tetapi dibatasi oleh situasi yang khusus sebagai kontrol diri.⁹

Sehubungan dengan definisi di atas, Thompson mengartikan kontrol diri sebagai suatu keyakinan bahwa seseorang dapat mencapai hasil-hasil

⁸ N.R. Carlson, *The Science of Behavior* (Boston: Allyn and Bacon a Division of Simon and Schuster Inc., 1987), 94.

⁹ N.R. Carlson, 96.

yang diinginkan lewat tindakan diri sendiri. Karena itulah menurutnya, perasaan dan kontrol dapat dipengaruhi oleh keadaan situasi, tetapi persepsi kontrol diri terletak pada pribadi orang tersebut, bukan pada situasi.

Sementara itu menurut Konfusius dalam Gunarsa, *self control* (kontrol diri) adalah kualitas dari (*self-sufficiency*) dan keteraturan diri (*self-regulation*). Sedangkan *self regulation* adalah kemampuan individu untuk menahan dorongan-dorongan dan kemampuan-kemampuan individu untuk mengendalikan tingkah pada saat tidak adanya kontrol dari lingkungan. *Self regulation* yang baik merupakan kriteria dari *self control* yang baik pula.¹⁰ Sedangkan dalam Kamus Lengkap Psikologi *self control* (peengendalian diri) diartikan sebagai kemampuan individu untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangangi diri dari impuls-impuls atau tingkah laku impulsif.¹¹ *Self control* adalah aktivitas mental untuk menguasai apa yang kita pikirkan, apa yang kita rasakan, apa yang kita yakini dan apa yang kita lakukan.¹²

Pembentukan *self control* dipengaruhi beberapa faktor, yaitu faktor internal (dalam diri) dan eksternal (lingkungan) yang di dalamnya terdapat gaya parenting, nilai kultural, dan nilai agama sehingga setiap orang akan memiliki level *self control* yang berbeda, sesuai dengan taraf pendidikan dan perkembangan lingkungan tempat hidupnya. Individu yang kontrol dirinya tinggi sangat memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Individu akan cenderung mengubah

¹⁰ B. Smet, *Psikologi Kesehatan* (Jakarta: Grasindo, 1994), 38.

¹¹ kartono, *Kamus Lengkap Psikologi*, 38.

¹² N. Ubaedi, *5 Jurus Menggapai Hidayah* (Jakarta: Pustaka Qalami, 2005), 169.

perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengukur kesan yang dibuat, perilakunya lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, bersikap hangat dan terbuka.

Chaplin berpendapat bahwa kontrol diri yaitu kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri dalam artian kemampuan seseorang untuk menekan atau merintangai impuls-impuls atau tingkah laku impulsif.¹³ Kontrol diri melibatkan tiga hal. 1). Kontrol Perilaku, merupakan kesiapan seorang merespon suatu stimulus yang secara langsung memperoleh keadaan tidak menyenangkan dan langsung mengantisipasinya. 2). Kontrol Kognitif yaitu kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan, dengan menilai atau menghubungkan suatu kejadian dengan mengurangi tekanan, dan 3). Kontrol Kepuasan yaitu kemampuan individu untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada suatu yang diyakini.¹⁴

Faktor psikologis lainnya adalah bahwa kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Ghufon dan Rini secara garis besarnya faktor-faktor yang mempengaruhi diri seseorang itu sendiri dari diri individu, dan faktor yang mempengaruhi kontrol diri yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang maka semakin baik kemampuan mengontrol ini diantaranya adalah lingkungan keluarga. Lingkungan

¹³ Chaplin, JP, *Kamus Lengkap Psikologi* (Raja Grafindo Persada, 2008), 76.

¹⁴ Ghufon, M.N. dan Risnawati, R, *Teori-teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar Ruzz Media, 2011), 31.

keluarga terutama orangtua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang.¹⁵ Bila orangtua menerapkan kepada anaknya sikap disiplin secara intens sejak dini, dan orangtua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila ia menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap konsisten ini akan di internalisasi oleh anak dan kemudian akan menjadi kontrol diri baginya.

Berdasarkan beberapa konsep diatas maka dapat disimpulkan bahwa *self control* merupakan nilai mental dan kultural yang sangat penting bagi pembentukan kepribadian dan perilaku lain, terbentuknya perilaku yang baik, positif dan produktif, keharmonisan hubungan dengan orang lain juga dipengaruhi oleh kemampuan kontrol diri.

2. Jenis dan ciri-ciri *self control*

Menurut Ghufon & Risnawati (2011), terdapat tiga jenis kontrol diri, yaitu sebagai berikut:

- *Over control*. yaitu kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri beraksi terhadap stimulus.
- *Under control*. yaitu suatu kecenderungan individu untuk melepaskan stimulus dengan bebas tanpa perhitungan yang matang.
- *Appropriate control*. yaitu merupakan suatu *control individu* dalam upaya mengendalikan implus secara tepat.¹⁶

¹⁵ Ghufon, M.N. dan Risnawati, R, 31.

¹⁶ Ghufon, M.N. dan Risnawati, R, 122.

Menurut Thompson, ciri-ciri seseorang memiliki kontrol diri adalah sebagai berikut:

- a. Kemampuan untuk mengontrol perilaku atau tingkah laku impulsif yang ditandai dengan kemampuan menghadapi stimulus yang tidak diinginkan.
- b. Kemampuan menunda kepuasan dengan segera untuk keberhasilan mengatur perilaku dalam mencapai sesuatu yang lebih berharga atau diterima dalam masyarakat.
- c. Kemampuan mengantisipasi peristiwa yaitu kemampuan untuk mengantisipasi keadaan melalui berbagai pertimbangan secara realtif objektif. Hal ini didukung dengan adanya informasi yang dimiliki individu.

3. Aspek *self control*

Menurut Calhoun & Acocella (1990), terdapat tiga aspek kontrol diri yaitu sebagai berikut:

- a. *Behavior Control* (kontrol perilaku), yaitu merupakan kesiapan atau kemampuan seseorang untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan.
- b. *Cognitive control* (kontrol kognitif) Kemampuan individu untuk mengelola suatu informasi-informari yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau memadukan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan.

c. *Decisional Making* (kontrol dalam mengambil keputusan) Kemampuan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini atau disetujui.

Berdasarkan uraian diatas *bodily control* (kontrol tubuh) dapat diartikan sebagai kemampuan individu dalam mengendalikan perilaku fisik.

4. Tujuan pembinaan *self control*

Tujuan pembinaan *self control* adalah untuk memperoleh keberhasilan dan kebahagiaan hidup. Dilihat dari sudut agama, tujuan pengendalian diri adalah menahan diri dalam arti yang luas. Menahan diri dari belenggu nafsu duniawi yang berlebihan dan tidak terkendali atau nafsu bathiniyah yang tidak seimbang apabila tidak diletakkan pada koridor yang benar, yang akan menyebabkan suatu ketidakseimbangan hidup dan akan berakhir pada kegagalan. Dorongan nafsu fisik atau batin secara berlebihan akan menghasilkan sebuah rantai belenggu yang akan menutup aset yang paling berharga dari diri manusia yaitu *God spot*.

God spot adalah kejernihan hati dan pikiran yang merupakan sumber-sumber suara hati yang selalu memberikan bimbingan maha penting untuk keberhasilan, kemajuan, dan kebahagiaan manusia. Allah swt berfirman dalam {QS. Al-Isra :36}.

وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا

Terjemahnya:

“Dan janganlah kamu mengikuti apa yang kamu tidak mempunyai pengetahuan tentangnya. Sesungguhnya pendengaran, penglihatan dan hati, semuanya itu akan diminta pertanggung jawabannya” (Q.S. Al Isra:36).

Ayat tersebut menunjukkan bahwa kita sebagai manusia dilarang oleh Allah untuk mengikuti sesuatu yang kita tidak mengetahuinya, atau dengan kata lain kita tidak memiliki ilmu tentangnya. Maka tidak salah jika pendidikan itu wajib sebagai jembatan manusia meraih ilmu, meninggalkan ketidak tahuan terhadap sesuatu agar apa yang dilakukan oleh manusia dapat dipertanggung jawabkan berdasarkan ilmunya. Kita wajib memiliki ilmu terhadap segala sesuatu yang kita ikuti baik sesuatu yang kita ikuti itu adalah agama, keyakinan/ideologi, pendapat, dan sebagainya. Hal ini karena kita adalah makhluk yang dimintai pertanggungjawaban di akhirat nantinya. Maka tidak salah jika pendidikan itu wajib sebagai jembatan manusia meraih ilmu, meninggalkan ketidak tahuan terhadap sesuatu, agar apa yang dilakukan oleh manusia itu dapat dipertanggung jawabkan berdasarkan ilmunya.

Suara hati ini kita rasakan seolah-olah yang timbul dari hati kita, perintah kepada kita supaya melakukan kewajiban dan memperingatkan kita agar jangan sampai menyalahinya, walaupun kita tidak mengharap balasan atau takut siksaan yang lahir. Seorang miskin yang

mendapat barang dijalan, ia yakin bahwa tidak ada yang melihatnya kecuali Allah swt dan kekuasaan undang-undang negeri tidak akan mengenainya, kemudian ia sampaikan barang tersebut kepada pemiliknya atau kepada pusat kepolisian, maka apakah yang mendorongnya berbuat demikian? Jawabannya adalah suara hati.

5. Manfaat *self control*

Bukti ilmiah tentang manfaat *self control* ditulis oleh Daniel Goleman, seorang ahli dan peneliti tentang kecerdasan emosi. Anak-anak berusia empat tahun di Taman Kanak-Kanak *Stand ford* disuruh masuk kedalam sebuah ruangan seorang demi seorang, sepotong *marshmellow* (manisan putih yang empuk) diletakkan di atas meja di depan mereka, “kalian boleh makan manisan ini jika mau, tetapi jika kalian memakannya sekembali saya kesini, kalian berhak mendapatkan sepotong lagi”.

Sekitar empat belas tahun kemudian, sewaktu anak-anak itu lulus sekolah lanjut tingkat atas (SMA), anak-anak yang dahulu langsung memakan manisan dibandingkan dengan anak-anak yang mampu mengendalikan diri sehingga mendapatkan dua potong menunjukkan perkembangan sebagai berikut. Mereka yang langsung memakan manisan dibandingkan mereka yang tahan menunggu (mampu mengendalikan dirinya), cenderung tidak tahan menghadapi stres, muda tersinggung, muda berkelahi, dan kurang tahan uji dalam mengejar cita-cita mereka.

Efek yang betul-betul tidak terduga dari anak-anak yang mampu mengendalikan diri. Anak-anak yang mampu menahan diri dalam ujian

manisan, dibandingkan dengan yang tidak tahan, memperoleh nilai yang lebih tinggi dalam ujian masuk ke perguruan tinggi.

Ketika anak-anak dari Taman Kanak-kanak *Stand ford* itu tumbuh menjadi dewasa dan bekerja, perbedaan-perbedaan diantara mereka semakin mencolok. Di penghujung usia dua puluhan, mereka yang lulusan ujian manisan ketika kanak-kanak, tergolong orang yang sangat cerdas, berminat tinggi, dan lebih mampu berkonsentrasi. Mereka lebih mampu mengembangkan hubungan yang tulus dan akrab dengan orang lain, lebih handal dan lebih bertanggung jawab, dan pengendalian dirinya lebih baik saat menghadapi frustrasi.

Sebaliknya, mereka yang langsung memakan manisan sewaktu berusia empat tahun, saat usia mereka hampir tiga puluh tahun, kemampuan kognitif mereka kurang dan kecakapan emosinya sangat lebih rendah dibanding kelompok yang tahan uji. Mereka lebih sering kesepian, kurang dapat diandalkan, lebih mudah kehilangan konsentrasi, dan tidak sabar menunda kepuasan dalam mengejar sasaran. Bila menghadapi stres, mereka hampir tidak mempunyai toleransi atau pengendalian diri. Mereka tidak luwes dalam menanggapi tekanan, bahkan sering mudah meledak dan ini cenderung menjadi kebiasaan.

Jadi, *self control* bermanfaat bagi seseorang/siswa

1. Dalam menghadapi tantangan, hambatan, godaan dan rintangan yang muncul dalam setiap aspek kehidupannya.

2. Membuat seseorang/siswa bisa mengembangkan hubungan yang tulus dan akrab dengan orang lain, mampu beradaptasi dan berinteraksi dengan lingkungan secara baik dan wajar.
3. Adanya rasa tanggung jawab dalam melaksanakan tugas yang diberikan kepada seseorang/ siswa tersebut.

6. Perkembangan *self control* remaja

Kemampuan mengontrol diri akan berkembang seiring dengan perkembangan usia, salah satu tugas perkembangan yang harus dikuasai oleh remaja yaitu mempelajari apa yang diharapkan oleh kelompok dari dirinya kemudian mau membentuk perilaku agar sesuai dengan harapan sosial tanpa harus di bimbing, di awasi didorong, dan diancam (hukuman) seperti yang dialami pada waktu anak-anak.¹⁷

Pada remaja kemampuan mengontrol diri juga berkembang seiring dengan kematangan emosional. Remaja dikatakan sudah mencapai kematangan emosional bila pada akhir masa remaja tidak “meledakkan” emosinya diadapan orang lain, melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara-cara yang lebih dapat diterima.¹⁸

¹⁷ Hurlock. E. B, *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan* (Jakarta: : Erlangga, 1980), 29.

¹⁸ Hurlock. E. B, 231.

C. Remaja

1. Pengertian remaja

Kata remaja menurut bahasa adalah mulai dewasa, sudah sampai umur untuk kawin. Remaja yang dalam bahasa aslinya disebut *adolescence*, berasal dari bahasa latin *adolescence* yang artinya tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan. Masa remaja menurut Mappiare, berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Rentan usia remaja ini dapat dibagi menjadi dua bagian yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah remaja awal, dan usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir.¹⁹

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata latin *adolescence* (kata bendanya *adolescenta* yang berarti remaja) yang berarti tumbuh menjadi dewasa. *Adolescence* artinya berangsur-angsur menuju kematangan secara fisik, akal, kejiwaan dan sosial serta emosional. Hal ini mengisyaratkan kepada hakikat umum, yaitu bahwa pertumbuhan tidak berpindah dari satu fase ke fase lainnya secara tiba-tiba, tetapi pertumbuhan itu berlangsung setahap demi setahap.

Remaja dapat diartikan sebagai individu yang sedang berada pada masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa dan ditandai dengan perkembangan yang sangat cepat dari aspek fisik, psikis dan sosial. Pada masa ini remaja sebenarnya tidak mempunyai tempat yang jelas

¹⁹ Muhammad Ali dan Asrori, *Psikologi Remaja* (Jakarta: Bumi Aksara, 2009), 9.

karena tidak termasuk golongan anak tetapi tidak juga golongan dewasa atau tua. Siswa yang belajar pada tingkat SMK berusia sekitar 15-18 tahun. Masa ini disebut sebagai masa remaja madya, ditandai dengan pertumbuhan fisik yang sangat pesat dengan mulai berfungsinya hormon-hormon sekunder, perkembangan fisik yang sudah menyerupai manusia dewasa, namun hal ini tidak diikuti dengan perkembangan psikis yang sama pesatnya.

Remaja adalah mereka yang meninggalkan masa kanak-kanak yang penuh dengan ketergantungan dan menuju masa pembentukan tanggung jawab. Masa remaja ditandai dengan pengalaman-pengalaman baru yang sebelumnya belum pernah terbayangkan dan dialami. Dalam bidang fisik-biologis maupun psikis atau kejiwaan. Menstruasi pertama bagi kaum wanita dan keluarnya sperma dalam mimpi basah pertama bagi kaum pria adalah merupakan tonggak pertama dalam kehidupan manusia yang menunjukkan bahwa mereka sedang dalam perjalanan usia remaja yang indah dan penuh tanda tanya. Dalam pertumbuhan fisik-biologisnya, maka kematangan hormon dalam tubuhnya sangat mempengaruhi kematangan seksualnya dengan timbulnya dorongan-dorongan seksual yang semakin hidup dan bergelora. Minat terhadap jenis kelamin lain mulai berkembang dalam arti yang khusus sedang pengenalan terhadap diri sendiri ternyata masih sangat kurang.

Perkembangan kejiwaan yang tidak mendapat penjelasan sebagaimana mestinya akan selalu merupakan pertanyaan yang mengganggu dan sangat mengusik ketenangan hidup kaum remaja.²⁰

2. Karakteristik Perkembangan Remaja

Karakteristik perkembangan remaja dapat dibedakan menjadi:

1) Perkembangan Psikososial Teori

perkembangan psikososial menganggap bahwa suatu krisis perkembangan pada masa remaja menghasilkan terbentuknya identitas. Periode remaja awal dimulai dengan awitan pubertas dan berkembangnya stabilitas emosional dan fisik yang relatif pada saat atau ketika hampir lulus dari SMU. Pada saat ini, remaja dihadapkan pada krisis identitas kelompok versus pengasingan diri. Pada periode selanjutnya, individu berharap untuk mencegah otonomi dari keluarga dan mengembangkan identitas diri sebagai lawan terhadap difusi peran. Identitas kelompok menjadi sangat penting untuk permulaan pembentukan identitas pribadi. Remaja pada tahap awal harus mampu memecahkan masalah tentang hubungan dengan teman sebaya sebelum mereka mampu menjawab pertanyaan tentang siapa diri mereka dalam kaitannya dengan keluarga dan masyarakat.²¹

²⁰ Hasan Basri, *Remaja Berkualitas* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 4–5.

²¹ Muhammad Ali dan Asrori, *Psikologi Remaja*, 78–83.

2) Perkembangan Kognitif Teori

perkembangan kognitif remaja tidak lagi dibatasi dengan kenyataan dan aktual, yang merupakan ciri periode berpikir konkret; mereka juga memperhatikan terhadap kemungkinan yang akan terjadi. Pada saat ini mereka lebih jauh ke depan. Tanpa memusatkan perhatian pada situasi saat ini, mereka dapat membayangkan suatu rangkaian peristiwa yang mungkin terjadi, seperti kemungkinan kuliah dan bekerja; memikirkan bagaimana segala sesuatu mungkin dapat berubah di masa depan, seperti hubungan dengan orang tua, dan akibat dari tindakan mereka, misalnya dikeluarkan dari sekolah. Remaja secara mental mampu memanipulasi lebih dari dua kategori variabel pada waktu yang bersamaan. Misalnya, mereka dapat mempertimbangkan hubungan antara kecepatan, jarak dan waktu dalam membuat rencana perjalanan wisata. Mereka dapat mendeteksi konsistensi atau inkonsistensi logis dalam sekelompok pernyataan dan mengevaluasi sistem, atau serangkaian nilai-nilai dalam perilaku yang lebih dapat dianalisis.²²

3) Perkembangan Moral Teori

perkembangan moral masa remaja akhir dicirikan dengan suatu pertanyaan serius mengenai nilai moral dan individu. Remaja dapat dengan mudah mengambil peran lain. Mereka memahami tugas dan kewajiban berdasarkan hak timbal balik dengan orang lain, dan juga

²² Muhammad Ali dan Asrori, 78–83.

memahami konsep peradilan yang tampak dalam penetapan hukuman terhadap kesalahan dan perbaikan atau penggantian apa yang telah dirusak akibat tindakan yang salah. Namun demikian, mereka mempertanyakan peraturan-peraturan moral yang telah ditetapkan, sering sebagai akibat dari observasi remaja bahwa suatu peraturan secara *verbal* berasal dari orang dewasa tetapi mereka tidak mematuhi peraturan tersebut.

4) Perkembangan Spiritual

Pada saat remaja mulai mandiri dari orang tua atau *otoritas* yang lain, beberapa di antaranya mulai mempertanyakan nilai dan ideal keluarga mereka. Sementara itu, remaja lain tetap berpegang teguh pada nilai-nilai ini sebagai elemen yang stabil dalam hidupnya seperti ketika mereka berjuang melawan konflik pada periode pergolakan ini. Remaja mungkin menolak aktivitas ibadah yang formal tetapi melakukan ibadah secara individual dengan privasi dalam kamar mereka sendiri. Mereka mungkin memerlukan eksplorasi terhadap konsep keberadaan Tuhan. Membandingkan agama mereka dengan orang lain dapat menyebabkan mereka mempertanyakan kepercayaan mereka sendiri tetapi pada akhirnya menghasilkan perumusan dan penguatan spiritualitas mereka.

5) Perkembangan Sosial

Untuk memperoleh kematangan penuh, maka remaja tersebut harus bisa membebaskan diri mereka dari dominasi keluarga dan menetapkan sebuah identitas yang mandiri dari wewenang orang tua. Namun, proses ini penuh dengan ambivalensi baik dari remaja maupun orang tua. Remaja ingin dewasa dan ingin bebas dari kendali orang tua, tetapi mereka takut ketika mereka mencoba untuk memahami tanggung jawab yang terkait dengan kemandirian.²³

3. Masa perkembangan remaja

Masa remaja dapat dibagi menjadi tiga bagian yaitu:

- 1) Masa remaja awal; biasanya ditandai dengan sifat-sifat negatif, dalam jasmani dan mental, prestasi serta sikap sosial. Seorang remaja pada tahap ini berusia 10-12 tahun masih terheran-heran akan perubahan-perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan-dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu. Mereka mengembangkan pikiran-pikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang secara erotis. Dengan dipegang bahunya saja oleh lawan jenis, ia sudah berfantasi erotik. Kepekaan yang berlebih-lebihan ini ditambah dengan berkurangnya kendali terhadap “ego”. Hal ini menyebabkan para remaja awal sulit dimengerti orang dewasa.²⁴

²³ Muhammad Ali dan Asrori, 78–83.

²⁴ Iskandar, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: Gaung Persada Pres, 2009), 67.

- 2) Masa remaja; pada masa ini mulai tumbuh dorongan untuk hidup, kebutuhan akan adanya teman yang dapat memahami dan menolongnya. Pada masa ini sebagai masa mencari sesuatu yang dipandang bernilai, pantas dijunjung dan dipuja. Tahap ini berusia 13-15 tahun. Pada tahap ini remaja sangat membutuhkan kawan-kawan. Ia senang kalau banyak teman yang menyukainya. Ada kecenderungan “narcistic”, yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman-teman yang mempunyai sifat-sifat yang sama dengan dirinya. Selain itu, ia berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana: peka atau tidak peduli, ramai-ramai atau sendiri, optimis atau pesimis, idealis atau materialis, dan sebagainya. Remaja pria harus membebaskan diri dari oedipoes complex (perasaan cinta pada ibu sendiri pada masa kanak-kanak) dengan mempererat hubungan dengan kawan-kawan dari lawan jenis.²⁵
- 3) Masa remaja akhir; setelah remaja dapat menentukan pendirian hidupnya, pada dasarnya telah tercapai masa remaja akhir dan telah memenuhi tugas-tugas perkembangan pada masa remaja, yang akan memberikan dasar untuk memasuki masa berikutnya yaitu masa dewasa. Tahap ini (16-19 tahun) adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian lima hal dibawah ini.

²⁵ Iskandar, 67.

- a) Minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek.
- b) Egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru.
- c) Terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi.
- d) Egosentrisme (terlalu memusatkan perhatian pada diri sendiri) diganti dengan keseimbangan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain.
- e) Tumbuh “dinding” yang memisahkan diri pribadinya (*private self*) dan masyarakat umum (*the public*).

