

PENGARUH KONTROL DIRI TERHADAP PERILAKU MINUM-MINUMAN BERALKOHOL PADA REMAJA LAKI-LAKI DI JABODETABEK

Alifia Azzahrah¹, Yuli Asmi Rozali²
Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul, Jakarta
Jalan Arjuna Utara No.9 Tol Tomang Kebon Jeruk, Jakarta Barat – 11510
fia.alifia13@gmail.com

ABSTRACT

Adolescence is a period of transition from childhood to adulthood that is marked by physical and emotional changes. The unpreparedness of adolescents in facing change can lead to various deviant behaviors, one of which is the behavior of drinking alcoholic beverages. The rate of consumption of alcoholic beverages by adolescents in the Jabodetabek area is quite high and male adolescents have a higher percentage of alcohol consumption compared to female adolescents. One of the causes of the behavior of drinking alcoholic beverages is due to weak self-control. The purpose of this study was to determine the effect of self-control on the behavior of drinking alcoholic beverages in adolescent boys in Jabodetabek. The design of this research is a non-experimental quantitative causal-comparative type with a proportional random sampling technique with a sample of 271 male adolescent respondents in Jabodetabek. The instrument used is a self-control measuring instrument totaling 17 valid items with reliability (α) = 0.919. And also measuring the behavior of alcoholic beverages totaling 11 valid items with reliability (α) = 0.892. The results of the regression test showed that there was a significant negative effect of self-control on the behavior of drinking alcoholic beverages in adolescent boys in Jabodetabek with sig. (p) of 0.000 and $Y= 83.159-1.036X$, meaning that the hypothesis was accepted. Self-control affects the behavior of drinking alcoholic beverages by 35.1%. Adolescent boys in Jabodetabek have more high self-control (52.8%) and the behavior of drinking alcoholic beverages is dominant (53.9%).

Keywords: *Self Control, Alcoholic Beverage Behavior, Adolescents.*

ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik dan emosional. Ketidaksiapan remaja dalam menghadapi perubahan dapat menimbulkan berbagai perilaku menyimpang salah satunya ialah perilaku minum-minuman beralkohol. Angka pengonsumsi minuman beralkohol oleh remaja di wilayah Jabodetabek tergolong cukup tinggi dan remaja laki-laki memiliki presentase pengonsumsi minuman beralkohol yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja perempuan. Salah satu penyebab terjadinya perilaku minum-minuman beralkohol dikarenakan lemahnya kontrol diri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap perilaku minum-minuman beralkohol pada remaja laki-laki di Jabodetabek. Rancangan penelitian ini kuantitatif non-eksperimental berjenis kausal-komparatif dengan teknik *proporsional random sampling* dengan sampel sebanyak 271 responden remaja laki-laki di Jabodetabek. Instrumen yang digunakan berupa alat ukur kontrol diri berjumlah 17 aitem valid dengan reliabilitas (α) = 0,919. Dan juga alat ukur perilaku minum-minuman beralkohol berjumlah 11 aitem valid dengan reliabilitas (α) = 0,892. Hasil uji regresi menunjukkan terdapat pengaruh negatif signifikan kontrol diri terhadap perilaku minum-minuman beralkohol pada remaja laki-laki di Jabodetabek dengan sig. (p) sebesar 0,000 dan $Y= 83,159-1,036X$, artinya hipotesis diterima. Kontrol diri mempengaruhi perilaku minum-minuman beralkohol sebesar 35,1%. Remaja laki-laki di Jabodetabek lebih banyak memiliki kontrol diri tinggi (52,8%) dan perilaku minum-minuman beralkohol dominan melakukan (53,9%).

Kata kunci: Kontrol Diri, Perilaku Minum-minuman Beralkohol, Remaja.

Pendahuluan

Minuman beralkohol atau biasa disebut minuman keras (miras) menjadi musuh bersama semua peradaban di dunia.

Dampaknya yang bertubi-tubi membuat kita harus membangun tameng untuk melindungi bangsa ini dari minuman yang memabukkan itu (Damayanti, 2021).

Ketua Majelis Ulama Indonesia (MUI) KH Cholil Nafis mengatakan bahwa miras bisa lebih menyeramkan dari virus Corona. Data pada tahun 2016 mencatat sebanyak 3 juta orang di dunia meninggal akibat minuman beralkohol dan minuman keras (miras). Sementara saat ini angka kematian akibat Covid-19 secara global sebanyak 2,5 juta orang atau tepatnya 2.542.556 orang (Mufarida, 2021). Dari berita yang ditulis oleh Mufarida dapat diketahui bahwa minuman beralkohol atau minuman keras (miras) memakan korban meninggal yang sangat tinggi, lebih tinggi dari korban meninggal akibat kasus Covid-19.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, terdapat kecenderungan peningkatan konsumsi alkohol secara nasional dalam kurun waktu 10 tahun terakhir. Peningkatan konsumsi alkohol nasional juga sejalan dengan meningkatnya korban tewas akibat miras oplosan. *Center for Indonesian Policy Studies* (CIPS) melakukan suatu riset dan menyatakan terjadi peningkatan cukup signifikan, yakni sekitar dua kali lipat korban tewas akibat miras tak berizin pada 2014–2018, jika dibandingkan dengan kurun waktu 2008–2013 (Baskoro, 2021). Di Indonesia dalam catatan Gerakan Nasional Anti Miras (GeNAM) setiap tahunnya jumlah korban meninggal akibat miras mencapai 18.000 pertahun (Deklarasi GENAM, 2013).

Diantara 34 provinsi di Indonesia dilakukan survei dan menyatakan bahwa, Bali menjadi provinsi yang mengkonsumsi minuman beralkohol dengan peningkatan paling tajam dan Jakarta menjadi provinsi dengan permintaan minuman beralkohol yang paling tinggi (Baskoro, 2021). Kalangan remaja pun turut ikut andil dalam mengkonsumsi minuman beralkohol tersebut. Menurut data WHO tahun 2011 menyebutkan sebanyak 320.000 orang usia 15-19 tahun meninggal diseluruh dunia dikarenakan oleh alkohol (Deklarasi GENAM, 2013).

Kemudian ada juga berita dari Lembaga Kajian dan Pengembangan Sumber Daya Manusia (Lakpesdam) Pengurus Wilayah Nahdlatul Ulama (PWNU) DKI Jakarta melakukan riset terkait perilaku remaja di wilayah Jakarta, Bogor, Depok,

Tangerang, dan Bekasi yang mengkonsumsi minuman beralkohol. Kepala Departemen Peneliti Lakpesdam PWNU DKI Jakarta, Abdul Wahid Hasyim menjelaskan, riset tersebut dilakukan pada Februari-Maret 2017 dengan melibatkan 327 responden. Survei melibatkan responden dengan usia 12-21 tahun. Dari data itu, 22% responden mengaku pernah mengkonsumsi alkohol, dan 65% di antaranya pernah mengkonsumsi minuman keras oplosan. Dengan rincian, 1,4% responden berumur 12 tahun, 43% responden berumur 12-15 tahun, 41% berumur 16-18 tahun, dan 13,9% berumur 19-21 tahun. "Jumlah responden di bawah umur yang mengkonsumsi minuman beralkohol oplosan ternyata cukup tinggi yaitu 65,3%," ujar Abdul, di Jakarta Pusat (Purba, 2017). Berdasarkan berita dari Lembaga Kajian dan Pengembangan Sumber Daya Manusia (Lakpesdam) dapat diketahui bahwa angka remaja yang mengkonsumsi minuman beralkohol di wilayah Jabodetabek tergolong cukup tinggi, ini bisa juga disebabkan karena wilayah Jabodetabek termasuk sebagai kota metropolitan dengan gaya hidup dan pergaulan remaja yang cenderung bebas.

Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2017 juga menunjukkan bahwa peminum alkohol yang terdiri dari 70% pria dan 58% wanita adalah remaja usia 15-19 tahun (InfoSehat FKUI, 2021). Data ini disampaikan oleh Prof. Dr. dr. Rini Sekartini, SpA(K) dari Departemen Ilmu Kesehatan Anak Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (FKUI). Berdasarkan hasil survei dari Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) dapat dilihat bahwa tingginya angka pengonsumsi minuman beralkohol pada remaja dan remaja laki-laki memiliki presentase pengonsumsi minuman beralkohol yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja perempuan.

Dalam membeli dan mengkonsumsi minuman beralkohol pun ada ketentuan batasan usianya. Menurut Peraturan Menteri Perdagangan No.20/M-Dag/Per/4/2014 melarang pedagang menjual minuman beralkohol kepada orang dibawah 21 tahun. Untuk memastikannya pedagang harus memeriksa kartu identitas calon pembeli (Rentjoko, 2017). Tetapi pada kenyatannya

marak sekali kasus pengonsumsi minuman beralkohol di usia yang belum diperbolehkan yaitu dibawah usia 21 tahun.

Hurlock (1991) mengemukakan bahwa remaja memiliki beberapa ciri-ciri atau karakteristik yaitu masa yang penting dimana remaja akan mengalami periode perubahan, peralihan, mencari identitas, usia bermasalah, usia yang menimbulkan ketakutan atau kesulitan, masa yang tidak realistis dan ambang masa dewasa. Kondisi tersebut membuat remaja belum memiliki kematangan mental dikarenakan masih mencari-cari identitas atau jati dirinya sehingga sangat rentan terhadap berbagai pengaruh dalam lingkungan pergaulannya (Sarwono, 2011).

Ketidaksiapan remaja dalam menghadapi godaan tersebut dapat menimbulkan berbagai perilaku menyimpang seperti yang belakangan ini makin mencemaskan yaitu kenakalan remaja, penyalahgunaan obat terlarang, pengonsumsi minuman keras dan lain sebagainya (UNAIR News, 2020). Salah satu bentuk perilaku menyimpang ialah pengonsumsi minuman keras atau perilaku minum-minuman beralkohol. Menurut Twiford (1988) perilaku minum-minuman beralkohol adalah perilaku meminum minuman yang mengandung alkohol, yang dapat diukur dari beberapa aspek seperti frekuensi atau seberapa sering munculnya perilaku meminum-minuman keras, selanjutnya aspek durasi atau berapa lama individu telah mengonsumsi minum-minuman keras, dan aspek terakhir adalah intensitas atau seberapa kekuatan yang dimiliki individu mengonsumsi minuman keras.

Remaja yang diduga melakukan perilaku minum-minuman beralkohol adalah remaja yang meminum minuman beralkohol sebagai suatu kebutuhan, remaja yang mengonsumsi minuman beralkohol atas dasar kemauan dari dirinya sendiri, remaja yang mengonsumsi minuman beralkohol untuk mencari kesenangan. Baik itu remaja yang mengonsumsi minuman beralkohol baik itu dengan kadar alkohol yang rendah maupun tinggi. Hakim (2004) menyatakan bahwa lemahnya kontrol diri merupakan penyebab utama terjadinya perilaku minum-

minuman keras, individu yang minum-minuman keras bisa dengan mudah tergoda untuk melakukan aktivitas minum selanjutnya yang biasanya mampu dihindari.

Menurut Averill kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Averill (dalam Ghufron & Risnawita, 2017) juga menyebutkan aspek-aspek dari kontrol diri itu meliputi kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*). Maka dari itu peneliti menduga remaja yang memiliki kontrol diri yang tinggi adalah remaja yang memiliki kemampuan untuk mengarahkan perilakunya secara hati-hati meskipun dia sedang marah, remaja yang dapat mempertimbangkan konsekuensi dari perilaku yang dilakukannya. Kemudian juga remaja yang dapat membuat urutan prioritas dalam menyelesaikan tugasnya, remaja yang dapat mengolah informasi yang didapatkannya sehingga dapat mengetahui sisi positif dan negatif dari informasi yang didapatkannya tersebut dan juga remaja yang mampu menahan emosinya ditempat ramai dan dapat menyalurkan emosinya sesuai dengan situasi dan kondisi. Maka dari itu remaja yang memiliki kontrol diri yang tinggi diduga tidak melakukan perilaku menyimpang seperti perilaku minum-minuman beralkohol. Karena remaja yang memiliki kontrol diri yang tinggi secara sadar atas kemauannya sendiri tidak akan mau mengonsumsi minuman beralkohol dan akan menolak ajakan atau bujukan dari orang lain/lingkungannya untuk mengonsumsi minuman beralkohol. Remaja juga memahami dampak negatif dan efek samping dari pengonsumsi minuman beralkohol tersebut, maka dari itu remaja akan menjauhi minuman beralkohol tersebut dan akan lebih memilih aktivitas lainnya yang akan memberikan dampak positif untuk dirinya.

Sedangkan remaja yang diduga memiliki kontrol diri yang rendah adalah remaja yang tidak memiliki kemampuan untuk mengarahkan perilakunya secara hati-hati atau berperilaku secara terburu-buru dan

sembrono, remaja tidak mempertimbangkan konsekuensi dari perilaku yang dilakukannya. Remaja tidak dapat membuat urutan prioritas dalam menyelesaikan tugasnya yang menyebabkan tugasnya menjadi berantakan, remaja yang tidak dapat mengolah informasi yang didapatkannya dan menelan informasi secara bulat-bulat sehingga tidak dapat mengetahui sisi positif dan negatif dari informasi yang didapatkannya, mudah terpengaruh informasi yang baru didapatnya dan juga remaja yang tidak mampu menahan emosinya ditempat ramai. Maka dari itu remaja yang memiliki kontrol diri rendah diduga memiliki kemungkinan dalam melakukan perilaku menyimpang seperti perilaku minum-minuman beralkohol. Yaitu remaja yang mengkonsumsi minuman beralkohol secara sadar atas kemauan dari dirinya sendiri ataupun remaja yang mengkonsumsi minuman beralkohol dikarenakan bujukan/ajakan dari teman/lingkungannya. Walaupun remaja mengetahui efek samping dari pengonsumsi minuman beralkohol tersebut remaja tetap memilih untuk mengkonsumsinya. Remaja tetap mengkonsumsi minuman beralkohol sebagai alasan untuk membuatnya tenang dan santai. Menjadikan minuman beralkohol sebagai sarana untuk membebaskan diri dari masalah yang dimilikinya, atau bahkan hanya untuk terlihat dikeren didepan teman sebayanya.

Synder dan Gangestad (dalam Ghufron & Risnawita, 2017) mengemukakan bahwa kontrol diri mampu menghentikan tindakan berbahaya dari individu. Kontrol diri berhubungan dengan kesuksesan individu didalam berbagai bidang kehidupan. Dari pendapat Synder dan Gangestad diatas dapat diketahui bahwa dengan adanya kontrol diri pada remaja dapat meminimalisir dan menghentikan remaja dalam mengambil tindakan atau perilaku yang menyimpang seperti perilaku minum-minuman beralkohol. Dugaan ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Winarno (2015) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan perilaku minum-minuman keras pada remaja, berarti semakin tinggi kontrol diri remaja, maka makin rendah perilaku minum-minuman keras pada

remaja, dan sebaliknya, makin rendah kontrol diri remaja, maka makin tinggi perilaku minum-minuman keras pada remaja.

Adapun perbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian sebelumnya berada di jenis penelitiannya. Dipenelitian sebelumnya menggunakan korelasional sebagai jenis penelitiannya. Sedangkan dipenelitian ini menggunakan kausal-komparatif sebagai jenis penelitiannya. Berdasarkan uraian permasalahan diatas, peneliti tertarik untuk meneliti Pengaruh Kontrol diri terhadap Perilaku minum-minuman beralkohol pada remaja laki-laki di Jabodetabek. Dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap perilaku mium-minuman beralkohol pada remaja di Jabodetabek. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh negatif antara kontrol diri terhadap perilaku minum-minuman beralkohol pada remaja laki-laki di Jabodetabek.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif non-eksperimental dengan jenis penelitian kausal-komparatif. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja laki-laki di Jabodetabek dengan rentang usis 15-19 tahun yang berjumlah 765.680 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2020). Peneliti menggunakan tabel Isaac dan Michael dengan batas toleransi kesalahan 10%. Dengan jumlah populasi 765.680 jiwa mendekati 800.000, maka peneliti menggunakan jumlah N 800000 dengan jumlah sampel yang didapat sebanyak 271 sampel (Sugiyono, 2013).

Teknik *sampling* yang digunakan adalah teknik *probability sampling* dengan metode *proporsional random sampling*. Peneliti menggunakan *proporsional random sampling* agar dapat mendapatkan jumlah presentase subjek perwilayahnya dengan proporsional. Presentase dan jumlah sampel dalam penelitian ini diketahui bahwa wilayah DKI Jakarta memiliki presentase sampel sebesar 55,4% dan memiliki perwakilan sampel sebanyak 150 sampel. Sedangkan wilayah Bogor memiliki presentase sampel sebesar 6,3% dan memiliki perwakilan sampel sebanyak 17 sampel. Kemudian untuk wilayah Depok memiliki presentase sampel sebesar 12,5% dan memiliki perwakilan

sampel sebanyak 34 sampel. Berikutnya wilayah Tangerang memiliki presentase sampel sebesar 10,3% dan memiliki perwakilan sampel sebanyak 28 sampel dan yang terakhir dari wilayah Bekasi memiliki presentase sampel sebesar 15,5% dan memiliki perwakilan sampel sebanyak 42 sampel.

Untuk pengambilan data, penelitian ini menggunakan kuesioner dengan instrument penelitian skala Likert. Alat ukur perilaku minum-minuman beralkohol mengacu pada teori Twiford (1988), yang terdiri dari 3 aspek yaitu frekuensi minum, durasi/lamanya berlangsung, dan intensitas. Peneliti mengkonstruksi sendiri alat ukur variabel perilaku minum-minuman beralkohol dengan mengacu pada teori Twiford dengan menyesuaikan dengan masalah penelitian dan karakteristik subjek penelitian. Alat ukur kontrol diri mengacu pada teori Averill (dalam Ghufron & Risnawita, 2017), yang terdiri dari 3 Aspek yaitu kontrol perilaku (*behavioral control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan mengontrol keputusan (*decisional control*). Peneliti mengkonstruksi sendiri alat ukur variabel kontrol diri dengan mengacu pada teori Averill.

Validitas dan Reliabilitas

Uji validitas alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian ini, menggunakan rumus perhitungan *pearson product moment*. Dalam penelitian ini aitem dikatakan valid jika $r \geq 0,3$ dan aitem dikatakan tidak valid jika $r < 0,3$.

Berdasarkan uji validitas data pada skala perilaku minum-minuman beralkohol terdapat 11 aitem valid dan pada skala kontrol diri terdapat 17 aitem valid. Pada uji reliabilitas menggunakan rumus *alpha Cronbach*, aitem dikatakan reliabel apabila nilai $(\alpha) \geq 0,70$. Adapun reliabilitas alat ukur perilaku minum-minuman beralkohol sebesar $(\alpha) = 0,892$ dan kontrol diri sebesar $(\alpha) = 0,919$.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah frekuensi, uji normalitas, uji regresi linear sederhana, kategorisasi dan uji deskriptif statistik. Untuk mendapatkan

gambaran mengenai subjek penelitian, peneliti membuat frekuensi dalam bentuk usia, pendidikan terakhir dan daerah tempat tinggal.

Uji normalitas menggunakan teknik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*, digunakan untuk mengetahui apakah distribusi nilai dalam sampel sesuai dengan distribusi teoritis tertentu. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normalitas sebaran adalah jika $\text{sig. } p > 0,05$ maka sebaran dikatakan normal.

Uji regresi linear sederhana digunakan untuk melihat pengaruh satu variabel *independen* terhadap satu variabel *dependen*-nya. Dalam penelitian ini untuk melihat pengaruh kontrol diri terhadap perilaku minum-minuman beralkohol, peneliti melakukan uji regresi linear sederhana, data dikatakan memiliki pengaruh jika $\text{sig. } p < 0,05$ (Sugiyono, 2013).

Kemudian, dilakukan juga perhitungan interpretasi skor kategorisasi berdasarkan nilai *mean* (rata-rata). Dalam penelitian ini juga dilakukan uji deskriptif statistik, uji deskriptif statistik dalam penelitian ini dilakukan untuk melihat gambaran kontrol diri dengan perilaku minum-minuman beralkohol pada remaja laki-laki di Jabodetabek.

Hasil dan Pembahasan

Gambaran Responden Penelitian

Penelitian ini melibatkan 271 remaja laki-laki di Jabodetabek dengan karakteristik responden yang telah ditentukan oleh peneliti. Responden dalam penelitian ini dideskripsikan berdasarkan usia, pendidikan terakhir, dan daerah tempat tinggalnya.

Berdasarkan usia, responden yang berusia 19 tahun memiliki jumlah yang lebih banyak yakni sebanyak 121 responden (43,6%). Kemudian disusul oleh responden yang berusia 18 tahun sebanyak 60 responden (22,1%), usia 17 tahun sebanyak 56 responden (20,7%), usia 16 tahun sebanyak 23 responden (8,5%) dan usia 15 tahun sebanyak 11 responden (4,1%).

Kemudian berdasarkan pendidikan terakhir, responden terbanyak berada di jenjang pendidikan terakhir SMA sebanyak 153 responden (56,5%), disusul dengan jenjang pendidikan terakhir SMP sebanyak

90 responden (33,2%), jenjang pendidikan terakhir SMK sebanyak 25 responden (9,2%), dan jenjang pendidikan SD sebanyak 3 responden (1,1%).

Selanjutnya gambaran responden berdasarkan daerah tempat tinggalnya didominasi oleh responden yang bertempat tinggal di Jakarta yaitu sebanyak 150 responden (55,4%), berikutnya wilayah Bekasi sebanyak 42 responden (15,5%), wilayah Depok sebanyak 34 responden (12,5%), wilayah Tangerang sebanyak 28 responden (10,3%), dan wilayah Bogor sebanyak 17 responden (6,3%).

Hasil Uji Normalitas

Tabel 1

Hasil Uji Normalitas Kontrol Diri dan Perilaku Minum-minuman Beralkohol

	Kontrol Diri	Perilaku Minum-minuman Beralkohol
<i>Asymp Sig. (2-tailed)</i>	0,128	0,062

Berdasarkan hasil uji normalitas pada tabel 1 dapat diketahui bahwa variabel perilaku minum-minuman beralkohol memiliki nilai sig. p sebesar 0,062 ; ($p > 0,05$) dan pada variabel kontrol diri memiliki nilai sig. p sebesar 0,128 ; ($p > 0,05$). Maka dapat dikatakan distribusi data perilaku minum-minuman beralkohol dan kontrol diri adalah normal karena nilai sig. ($p > 0,05$) sehingga dapat digunakan teknik regresi linier sederhana dalam melihat pengaruh kontrol diri dan perilaku minum-minuman beralkohol.

Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Tabel 2

Hasil Nilai Anova

Model	Df	F	Sig.
Regression	1	145,665	0,000

Berdasarkan hasil nilai Anova pada tabel 2, dapat dilihat nilai F sebesar 145,665 dan nilai sig. p sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan adanya pengaruh kontrol diri terhadap perilaku minum-minuman beralkohol pada remaja laki-laki di Jabodetabek.

Tabel 3

Hasil model summary

Model	R	R Square
1	0,593	0,351

Berdasarkan hasil *model summary* yang tertera pada tabel 3 dapat diketahui bahwa nilai R Square sebesar 0,351. Dari nilai tersebut dapat diartikan bahwa pengaruh variabel kontrol diri terhadap variabel perilaku minum-minuman beralkohol sebesar 35,1% sedangkan sisanya yaitu 64,9% dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain.

Tabel 4

Nilai Koefisien

Model	B	t	Sig.
Constan	83,159	18,360	0,000
KD	-1,036	-12,069	0,000

Berdasarkan hasil nilai koefisien pada tabel 4 dapat diketahui persamaan regresi linear $Y=83,159 - 1,036 X$ yang menunjukkan bahwa pengaruh kontrol diri terhadap perilaku minum-minuman beralkohol bernilai negatif. Artinya, semakin tinggi kontrol diri remaja laki-laki di Jabodetabek maka semakin tidak melakukan perilaku minum-minuman beralkohol, begitupun sebaliknya semakin rendah kontrol diri remaja laki-laki di Jabodetabek maka remaja makin melakukan perilaku minum-minuman beralkohol.

Nilai koefisien pada persamaan regresi linear sebesar -1,036 menunjukkan bahwa ketika Y atau perilaku minum-minuman beralkohol naik satu satuan, maka kontrol diri akan turun sebesar 1,036 satuan. Lebih lanjut, nilai 83,159 pada persamaan regresi linear sederhana merupakan hasil konstanta (a) yang menunjukkan bahwa jika perilaku minum-minuman beralkohol bernilai 0 maka nilai kontrol diri sebesar 83,159.

Kategorisasi

Untuk melakukan kategorisasi, peneliti mengacu pada hasil deskriptif skor kontrol diri dan perilaku minum-minuman beralkohol yang hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5
Hasil Kategorisasi Kontrol Diri dan Perilaku Minum-minuman Beralkohol

Variabel	Min	Maks	Mean	St. Deviasi
Kontrol Diri	35	63	52,56	4,807
Perilaku Minum-minuman Beralkohol	13	44	28,72	8,399

Berdasarkan data pada tabel 5 tersebut diperoleh nilai rata-rata untuk kontrol diri ialah $\mu = 52,56$. Maka dapat diketahui bahwa skor kontrol diri dapat dikategorikan tinggi jika $X \geq 52,56$ sebaliknya akan dikategorikan rendah jika $X < 52,56$.

Tabel 6
Kategorisasi Kontrol Diri

Skor	Kategorisasi	Jumlah
$X \geq 52,56$	Tinggi	143 (52,8%)
$X < 52,56$	Rendah	128 (47,2%)

Hasil data pada tabel 6 menunjukkan bahwa kontrol diri pada remaja laki-laki di Jabodetabek paling banyak terdapat pada kategori tinggi dengan jumlah 143 responden dengan persentase 52,8% dan selanjutnya diikuti oleh remaja yang memiliki kontrol diri rendah sebanyak 128 responden dengan persentase 47,2%.

Lebih lanjut untuk pengkategorian pada variabel perilaku minum-minuman beralkohol mengacu pada nilai rata-rata (μ) yang tertera pada tabel 5 yakni $\mu = 28,72$. Dapat diketahui bahwa skor perilaku minum-minuman beralkohol dapat dikategorikan melakukan perilaku minum-minuman beralkohol jika $X \geq 28,72$ sedangkan dikategorikan tidak melakukan perilaku minum-minuman bealkohol jika $X < 28,72$.

Tabel 7
Hasil Kategorisasi Perilaku Minum-minuman Beralkohol

Skor	Kategorisasi	Jumlah
$X \geq 28,72$	Melakukan	146 (53,9%)
$X < 28,72$	Tidak melakukan	125 (46,1%)

Dari data pada tabel 7 menunjukkan bahwa perilaku minum-minuman beralkohol pada remaja paling banyak terdapat pada kategori melakukan perilaku minum-

minuman beralkohol dengan jumlah 146 responden dengan persentase 53,9% dan selanjutnya diikuti oleh remaja yang tidak melakukan perilaku minum-minuman beralkohol sebanyak 125 responden dengan persentase 46,1%.

Gambaran Kontrol Diri dengan Perilaku Minum-minuman Beralkohol

Tabel 8

Gambaran kontrol diri dengan perilaku miuum-minuman beralkohol

Kontrol Diri	Perilaku Minum-minuman Beralkohol		Total
	Melakukan	Tidak Melakukan	
Tinggi	21(14,7%)	122(85,3%)	143
Rendah	125(97,7%)	3(2,3%)	128
Total	146(53,9%)	125(46,1%)	271

Berdasarkan tabel 8 dapat dilihat bahwa remaja laki-laki di Jabodetabek yang memiliki kontrol diri rendah dan yang melakukan perilaku minum-minuman beralkohol sebanyak 125 responden (97,7%). Diikuti dengan remaja laki-laki di Jabodetabek yang memiliki kontrol diri tinggi dan yang tidak melakukan perilaku minum-minuman beralkohol rendah sebanyak 122 (85,3%).

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis uji data statistik menggunakan regresi linier sederhana yang telah dilakukan dalam penelitian ini menunjukkan persamaan regresi linier $Y = 83,159 - 1,036X$ dengan nilai sig. $p = 0,000$ ($p < 0,05$) artinya hipotesis diterima yakni terdapat pengaruh negatif kontrol diri terhadap perilaku minum-minuman beralkohol pada remaja laki-laki di Jabodetabek. Dengan demikian semakin tinggi kontrol diri maka remaja tidak melakukan perilaku minum-minuman beralkohol. Sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka remaja tersebut melakukan perilaku minum-minuman beralkohol.

Nilai koefisien pada persamaan regresi linier sebesar $-1,036$ menunjukkan bahwa ketika Y atau perilaku minum-minuman beralkohol naik satu satuan, maka kontrol diri akan turun sebesar $-1,036$ satuan. Nilai $83,159$ pada persamaan regresi linier sederhana merupakan konstanta (a) yang

menunjukkan bahwa jika perilaku minum-minuman beralkohol bernilai 0, maka kontrol diri bernilai 83,159. Kontribusi kontrol diri terhadap perilaku minum-minuman beralkohol diketahui dari nilai determinasi atau *R square* (tabel 3) sebesar 0,351. Artinya, kontrol diri memiliki pengaruh sebesar 35,1% terhadap perilaku minum-minuman beralkohol.

Dalam kesehariannya remaja dengan kontrol diri yang rendah akan bertindak tanpa memikirkan dampak yang akan timbul nantinya, remaja juga tidak mampu mengambil keputusan secara bijaksana, remaja tidak dapat fokus dengan kegiatannya dikarenakan mudah terpengaruh oleh teman dan juga lingkungan sekitarnya, remaja juga sulit dalam menyaring informasi yang didupakannya dan akan dengan mudah terpengaruh dengan hal-hal negatif yang ada disekelilingnya salah satunya ialah ajakan untuk mengkonsumsi minuman beralkohol dari teman-temannya. Remaja yang melakukan perilaku minum-minuman beralkohol adalah remaja yang mengkonsumsi minuman beralkohol sebagai minuman sehari-hari, mengisi hari liburanya dengan mengkonsumsi minuman beralkohol, merasa senang ketika mengkonsumsi minuman beralkohol dan menganggap minuman beralkohol sebagai suatu kebutuhan.

Sebaliknya remaja dengan kontrol diri tinggi tentunya mampu mempertimbangkan konsekuensi dari perbuatannya, remaja dapat fokus dengan kegiatannya tanpa terpengaruh dengan lingkungan sekitarnya, remaja dapat mengambil keputusan tanpa terpengaruh oleh teman-temannya, remaja mengetahui dampak negatif dari minuman beralkohol, remaja menjauhi minuman beralkohol atas dasar kemauannya sendiri, remaja mampu menolak ajakan dari temannya untuk mengkonsumsi minuman beralkohol, remaja bertindak sesuai dengan peraturan yang berlaku, remaja memahami bahwa mengkonsumsi minuman beralkohol merupakan hal yang negatif dan melanggar peraturan serta merugikan dirinya sendiri, sehingga remaja tidak melakukan perilaku minum-minuman beralkohol. Remaja tidak pernah mau mengkonsumsi minuman beralkohol baik dengan kadar

alkohol rendah maupun tinggi dan juga remaja dapat dengan tegas menolak tawaran minuman beralkohol dari lingkungannya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Jones, Tahaney dan Palfai (2018) yang mengatakan bahwa individu yang memiliki kontrol diri tinggi akan dapat menahan keinginannya dalam mengkonsumsi minuman beralkohol atau bahkan menjadi tidak meminumnya sama sekali.

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Hakim (2004). Studi tersebut mengatakan bahwa lemahnya kontrol diri merupakan penyebab utama terjadinya perilaku minum-minuman keras pada remaja. Saat kontrol diri menurun, perilaku minum-minuman beralkohol akan meningkat. Sebaliknya disaat kontrol diri meningkat maka perilaku minum-minuman beralkohol akan menurun. Dengan kata lain, ketika remaja memiliki kontrol diri rendah, remaja tidak mampu mempertimbangkan konsekuensi dari perbuatannya, remaja tidak bisa fokus dengan kegiatannya dan akan terpengaruh dengan lingkungan sekitarnya, remaja juga tidak dapat mengambil keputusan untuk dirinya sendiri, remaja tidak peduli dengan dampak negatif dari minuman beralkohol, remaja tidak bisa menolak ajakan dari temannya untuk mengkonsumsi minuman beralkohol, remaja bertindak sesuka hati tanpa memikirkan peraturan yang berlaku, remaja meminum-minuman beralkohol atas dasar kemauannya sendiri, sehingga hal tersebut menyebabkan remaja akan mudah terpengaruh untuk melakukan perilaku minum-minuman beralkohol. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Visser *et al.* (2013) yang menyatakan bahwa penyalahguna alkohol lebih cenderung memiliki kontrol diri yang rendah.

Adapun yang dimaksud dengan kontrol diri adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini (Averill dalam Marsela & Supriatna, 2019). Sedangkan perilaku minum-minuman beralkohol adalah perilaku meminum

minuman yang mengandung alkohol, yang dapat diukur dari beberapa aspek seperti frekuensi, durasi dan intensitas individu dalam mengkonsumsi minuman beralkohol (Twiford dalam Dwi, 2009).

Sejalan dengan hal tersebut dapat diketahui bahwa dalam penelitian ini terdapat sebanyak 143 responden (52,8%) dari 271 responden memiliki kontrol diri yang tinggi (Tabel 6) dan terdapat sebanyak 146 responden (53,9%) dari 271 responden yang melakukan perilaku minum-minuman beralkohol (Tabel 7). Selanjutnya pada tabel 8 diperoleh hasil bahwa responden yang memiliki kontrol diri rendah dan melakukan perilaku minum-minuman beralkohol sebanyak 125 responden (97,7%). Diikuti dengan responden yang memiliki kontrol diri tinggi dan yang tidak melakukan perilaku minum-minuman beralkohol rendah sebanyak 122 (85,3%). Dari hasil yang diperoleh pada penelitian ini membuktikan bahwa kontrol diri yang rendah berpengaruh dalam membuat remaja melakukan perilaku minum-minuman beralkohol. Dikarenakan remaja dengan kontrol diri yang rendah tidak dapat membuat keputusan dengan bijaksana dan juga remaja mudah terpengaruh dengan lingkungan disekitarnya tanpa dapat memberikan penolakan ketika ditawarkan minuman beralkohol oleh teman-temannya. Hasil dari penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Piquero, Gibson dan Tibbetts (2006) yang mengatakan bahwa kontrol diri yang rendah dapat menyebabkan seseorang melakukan perilaku minum-minuman beralkohol dan masalah lainnya terkait alkohol.

Ditinjau dari hasil kategorisasi, hasil kontrol diri yang tinggi terdapat 143 responden (52,8%) dari 271 responden. Di ikuti dengan banyaknya hasil kategorisasi responden yang melakukan perilaku minum-minuman beralkohol sebanyak 146 responden (53,9%) dari total 271 responden. Dari kedua data tersebut dapat dilihat bahwa responden yang memiliki kontrol diri tinggi dan responden yang melakukan perilaku minum-minuman beralkohol sama-sama memiliki angka responden terbanyak, hal dikarenakan faktor yang mempengaruhi perilaku minum-minuman beralkohol tidak hanya dari kontrol diri saja tetapi juga

dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dibahas didalam penelitian ini. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi atau mendorong seseorang terlibat dalam penggunaan minuman beralkohol seperti pengaruh dari orangtua atau keluarga, teman sekolah, keinginan untuk diterima disuatu lingkungan, dalm lain-lain (Capuzzi dalam Fuhrmann, 1990).

Dari hasil analisis frekuensi dalam penelitian ini didapatkan gambaran usia, pendidikan terakhir dan juga daerah tempat tinggal responden. Pada gambaran frekuensi berdasarkan usia didominasi oleh responden yang berusia 19 tahun sebanyak 121 responden (44,6%) dari 271 responden. Untuk gambaran frekuensi pendidikan terakhir didominasi oleh responden dijenjang pendidikan terakhir SMA sebanyak 153 responden (56,5%) dari 271 responden. Kemudian terakhir untuk gambaran frekuensi daerah tempat tinggal didominasi oleh wilayah Jakarta seebanyak 150 responden (55,4%) dari 271 responden. Dari gambaran frekuensi tersebut dapat terlihat bahwa angka pengkonsumsian minuman beralkohol cenderung tinggi di usia 19 tahun dengan jenjang pedidikan terakhir SMA. Ini bisa disebabkan karena usia 19 tahun masih berada di tahapan masa remaja, dimana kondisi tersebut berarti individu belum memiliki kematangan mental dikarenakan masih mecari-cari identitas atau jadi dirinya sehingga sangat rentan terhadap berbagai pengaruh dalam lingkungan pergaulannya (Sarwono, 2011). Dalam masa pencarian jati dirinya tersebut remaja akan berusaha agar dirinya dapat diterima dilingkungan pergaulannya salah satu usaha yang dilakukan remaja agar diterima dilingkungannya ialah dengan ikut mengkonsumsi minuman beralkohol agar terlihat sama dengan teman sepergaulannya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Greenfield dan Rogers (dalam Wolfe & Higgins, 2008) yang mengatakan bahwa individu yang berusia 18 – 29 tahun merupakan kelompok terbesar dalam pengkonsumsian minuman beralkohol.

Temuan lain dari penelitian ini adalah banyaknya jumlah remaja laki-laki di Jabodetabek yang memiliki kontrol diri rendah dan melakukan perilaku minum-

minuman beralkohol sebanyak 125 responden (97,7%). Hal ini sesuai dengan temuan dilapangan, pada remaja laki-laki di Jabodetabek yang memiliki kontrol diri rendah, lebih banyak yang memilih jawaban Sesuai (S) dan Sangat Sesuai (SS) pada aitem “Mengonsumsi minuman beralkohol membuat saya senang” juga memilih jawaban Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS) pada aitem “saya melakukan sesuatu dengan mempertimbangkan akibatnya terlebih dahulu”. Penelitian ini selaras dengan pendapat dari Aviyah dan Farid (2014) yang mengatakan bahwa individu yang memiliki kontrol diri rendah cenderung mudah terbawa arus dalam pergaulan.

Hal lain yang ditemukan di lapangan ialah, pada remaja laki-laki di Jabodetabek yang melakukan perilaku minum-minuman beralkohol, lebih banyak yang memilih jawaban Sesuai (S) dan Sangat Sesuai (SS) pada aitem “saya mengonsumsi minuman beralkohol sebagai minuman sehari-hari” juga memilih jawaban Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS) pada aitem “saya lebih memilih untuk tidak mengonsumsi minuman beralkohol”. Hal ini selaras dengan pendapat dari Purnama, Dwikurniasih dan Windrawanto (2018) yang mengatakan semakin tinggi perilaku minum-minuman keras, maka akan semakin rendah tingkat kontrol diri.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh negatif kontrol diri terhadap perilaku minum-minuman beralkohol pada remaja laki-laki di Jabodetabek (Sig. (p) = 0,000). Pada penelitian ini diperoleh nilai koefisien regresi dengan hasil -1,036 yang artinya pengaruh kontrol diri terhadap perilaku minum-minuman beralkohol bernilai negatif. Hipotesis dalam penelitian ini diterima, artinya semakin tinggi kontrol diri maka semakin tidak melakukan perilaku minum-minuman beralkohol remaja laki-laki di Jabodetabek. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri maka semakin melakukan perilaku minum-minuman beralkohol remaja laki-laki di Jabodetabek.

Dalam penelitian ini nilai dari determinasi atau *R square* sebesar 0,351 diketahui bahwa kontrol diri berpengaruh sebesar 35,1% terhadap perilaku minum-minuman beralkohol pada remaja laki-laki di Jabodetabek, sisanya 64,9% dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain. Dalam penelitian ini diketahui dari hasil kategorisasi kontrol diri yang tinggi terdapat 143 responden (52,8%) dari 271 responden. Di ikuti dengan hasil kategorisasi responden yang melakukan perilaku minum-minuman beralkohol sebanyak 146 responden (53,9%) dari total 271 responden. Dari kedua data tersebut dapat dilihat bahwa responden yang memiliki kontrol diri tinggi dan responden yang melakukan perilaku minum-minuman beralkohol sama-sama memiliki angka responden terbanyak, tetapi faktor yang mempengaruhi perilaku minum-minuman beralkohol tidak hanya kontrol diri saja tetapi juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak dibahas didalam penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Aviyah, E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, kontrol diri dan kenakalan remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(2).
- Badan Pusat Statistik. (2020, 20 Maret). Jumlah penduduk Provinsi DKI Jakarta Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin 2018-2020. *Bps.go.id*. Retrieved from website: <https://jakarta.bps.go.id/indicator/12/11/1/1/jumlah-penduduk-provinsi-dki-jakarta-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin.html>.
- Baskoro, A. (2021, 1 Maret). Lagi – lagi Minuman Beralkohol. *JawaPos.com*. Retrieved from website: <https://www.jawapos.com/opini/01/03/2021/lagi-lagi-minuman-beralkohol/?page=2>.
- Damayanti, I. (2021, 7 Maret). Selamatkan Keluarga dari Miras. *Republika.id*. Retrieved from website: <https://www.republika.id/posts/14759/selamatkan-keluarga-dari-miras>.

- Deklarasi GENAM, Selamatkan Generasi Dari Minuman Pembunuh. (2013, 2 September). *Islamedia.id*. Retrieved from website: <https://www.islamedia.id/2013/09/deklarasi-genam-selamatkan-generasi.html>.
- Dwi, H. L. (2009). *Perilaku minum-minuman keras pada remaja ditinjau dari ketidakharmonisan keluarga* (Doctoral dissertation). Unika Soegijapranata.
- Fuhrmann, B. S. (1990). *Alcohol and Human Behavior: Theory and Research*. New Jersey, Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. S. (2017). *Teori-teori psikologi*. Jogjakarta: Arr-Ruzz Media.
- Hakim, M. A. (2004). *Bahaya Narkoba Alkohol: Cara Islam Mencegah, Mengatasi dan Melawan*. Bandung: Penerbit Anggota IKAPI.
- Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Edisi kelima)*. Jakarta: Erlangga.
- InfoSehat FKUI. (2021, 22 Maret). 4 Ciri untuk Kenali Remaja Pengguna ALkohol dan Cara Meresponsnya. *Fk.ui.ac.id*. Retrieved from website: <https://fk.ui.ac.id/infosehat/4-ciri-untuk-kenali-remaja-pengguna-alkohol-dan-cara-meresponsnya/>.
- Jones, P. L., Tahaney, K. D., & Palfai, T. P. (2018). The effect of self-control on drinking outcomes is mediated by automatic appetitive responses to alcohol. *Personality and Individual Differences*, 125: 116-119. doi: 10.1016/j.paid.2018.01.011.
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Konsep Diri: Definisi dan Faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 3(02), 65-69.
- Mufarida, B. (2021, 1 Maret). Setahun 3 Juta Orang Tewas Akibat Miras, MUI: Lebih Banyak Dibanding Covid-19. *Nasional.sindonews.com*. Retrieved from website: <https://nasional.sindonews.com/read/350098/15/setahun-3-juta-orang-tewas-akibat-miras-mui-lebih-banyak-dibanding-covid-19-1614560634>.
- Piquero, A. R., Gibson, C. L., & Tibbetts, S. G. (2006). Does self-control account for the relationship between binge drinking and alcohol-related behaviours?. *Criminal Behaviour and Mental Health*, 12(2): 135-154. doi:10.1002/cbm.492.
- Purba, D. O. (2017, 15 Agustus). Sebagian Besar Peminum Alkohol di Jabodetabek Belum Cukup Umur. *Megapolitan.kompas.com*. Retrieved from website: <https://megapolitan.kompas.com/read/2017/08/15/14125091/sebagian-besar-peminum-alkohol-di-jabodetabek-belum-cukup-umur>.
- Purnama, A., Dwikurniasih, Y., & Windrawanto, Y. (2018). Hubungan perilaku minum-minuman keras dengan kontrol diri remaja laki-laki. *Indonesian Journal Of Educational Research and Review*, 2(1).
- Rentjoko, A. (2017, 20 Maret). Usia 16 boleh menikah, boleh beli bir 5 tahun lagi. *Lokadata.id*. Retrieved from website: <https://lokadata.id/artikel/usia-16-boleh-menikah-boleh-beli-bir-5-tahun-lagi>.
- Sarwono, S. W. (2011). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Twiford, J. R. (1988). *Managing Children's Behaviour, Terjemahan, Sugeng Paneet, Mengendalikan Perilaku Anak*. Jakarta: Gunung Muria.
- UNAIR News. (2020, 4 Agustus). Remaja, Perilaku Menyimpang dan Dukungan

Lingkungan Sosial. *News.unair.ac.id*. Retrieved from website: <http://news.unair.ac.id/2020/08/04/remaja-perilaku-menyimpang-dan-dukungan-lingkungan-sosial/>.

Visser, L., Winter, A. F., Veenstra, R., Verhulst, F. C., & Reijneveld, S. A. (2013). Alcohol use and abuse in young adulthood: do self-control and parents' perceptions of friends during adolescence modify peer influence? The TRAILS study. *Addict Behav*, 38(12): 2841-6. doi: 10.1016/j.addbeh.2013.08.013.

Winarno, W. (2015). *Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku minum-minuman keras pada remaja di desa Turirejo kabupaten Demak* (Doctoral dissertation). UNISSULA.

Wolfe, S. E., & Higgins, G. E. (2008). Self-control and perceived behavioral control: an examination of college student drinking. *Applied Psychology in Criminal Justice*, 4(1).