

PENINGKATAN KONTROL DIRI UNTUK MENCEGAH PERILAKU MALADATIF PADA REMAJA KARANG TARUNA DUSUN X

Firman Ilham Ilahi¹⁾, Effy Wardati Maryam^{2), 3)}

¹⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi: FirmanIlhamIlahi@gmail.com, effywardati@umsida.ac.id

Abstract. *This research aims to analyze the effectiveness of a self-control training program in improving self-control understanding and application within the Karang Taruna community in Dusun X. The community faces self-control issues, revealed through interviews and community complaints about open alcohol consumption, raising concerns about its impact on adolescents. Using a quantitative method with a Quasi-Experiment approach, this research involves a single group of participants who underwent the training. The subjects are community members who participated in self-control training, focusing on self-acceptance and valuing strengths and weaknesses. The effectiveness of the training was measured using the Youth Self-Report (YSR) scale to assess self-control aspects before and after the training. Pre-test and post-test were conducted to measure changes in YSR scores. Data analysis showed significant improvement in self-control understanding and application among participants after the training. These findings indicate that the training had a significant positive impact on addressing self-control issues and alleviating community concerns.*

Keywords - *Self Control, Maladaptiv, Karang Taruna.*

Abstrak. *Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis efektivitas pelatihan kontrol diri dalam meningkatkan pemahaman dan penerapan kontrol diri di komunitas Karang Taruna di Dusun X. Komunitas ini menghadapi masalah kontrol diri, yang terungkap melalui wawancara dan keluhan masyarakat tentang konsumsi alkohol terbuka, yang menimbulkan kekhawatiran terhadap dampaknya pada remaja. Menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan Quasi-Experiment, penelitian ini melibatkan satu kelompok subjek yang mengikuti pelatihan. Subjek penelitian adalah anggota komunitas yang mengikuti pelatihan kontrol diri, dengan fokus pada penerimaan diri dan penghargaan terhadap kelebihan dan kekurangan. Efektivitas pelatihan diukur menggunakan skala Youth Self-Report (YSR) untuk menilai aspek kontrol diri sebelum dan setelah pelatihan. Pre-test dan post-test dilakukan untuk mengukur perubahan dalam skor YSR. Hasil analisis data menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman dan penerapan kontrol diri di antara peserta setelah pelatihan. Temuan ini mengindikasikan bahwa pelatihan ini memberikan dampak positif yang signifikan dalam mengatasi masalah kontrol diri dan membantu mengurangi kekhawatiran masyarakat..*

Kata Kunci - *KONSEP DIRI, KONTROL DIRI*

I. PENDAHULUAN

Pemuda adalah pilar utama bagi keberlangsungan sebuah bangsa, berperan sebagai kader dalam lingkungan nasional, masyarakat, hingga keluarga. Pemuda sering diasosiasikan dengan agen perubahan karena kontribusinya yang signifikan dalam membangun negara, salah satunya melalui peran dalam menegakkan prinsip keadilan (Muqsih 2019). Pemuda adalah entitas yang memiliki potensi besar sebagai pewaris cita-cita bangsa serta sebagai sumber daya manusia penting dalam pembangunan negara, bangsa, dan agama. Selain itu, pemuda berperan sebagai intelektual dan aktivis sosial, karena selain mengembangkan ide-ide kreatif, pemuda juga berfungsi sebagai penggerak perubahan bagi negara dan bangsa ini (Utomo and Sutopo 2020).

Lingkungan yang tidak mendukung dapat mempengaruhi kesehatan mental generasi muda yang masih dalam tahap perkembangan, yang biasanya berdampak negatif pada kemajuan mereka (Fatmala, Rande, & Hariati, 2019). Oleh karena itu, upaya untuk mengurangi pengaruh negatif terhadap kesehatan mental diharapkan dapat dicapai melalui penguatan pembinaan mental bagi remaja di masyarakat, dunia pendidikan, dan dalam interaksi sosial mereka. Dalam konteks pembangunan bangsa, pemuda berfungsi sebagai kekuatan moral, kontrol sosial, dan agen perubahan, yang mencerminkan peran, karakteristik, dan posisi strategis mereka dalam pembangunan nasional (Asisdiq dan Side, 2021)..

Remaja sering kali melakukan perilaku yang tidak diinginkan oleh lingkungan sekitar, sehingga remaja sering dianggap buruk oleh Masyarakat karena perilaku maladaptif yang dilakukan Menurut (Ratnasari 2017) Perilaku maladaptif pada remaja memiliki gejala yaitu perilaku yang melanggar norma baik norma masyarakat, hukum, dan yang lain. (Wijaya and Muslim 2021) Perilaku maladaptif pada remaja dapat dikatakan perbuatan individu yang tidak mampu menyesuaikan diri atau beradaptasi dengan keadaan sekeliling secara wajar. Misalnya yang bersangkutan

memperlihatkan ketakutan kecurigaan (paranoid), gangguan menilai realitas, gangguan dalam fungsi sosial dan pekerjaan. (Daulay 2021) Perilaku maladaptif yang ditunjukkan bersifat destruktif, ditandai dengan pelanggaran aturan secara sengaja, seperti keterlibatan dalam konflik fisik, perilaku seksual berisiko, serta penggunaan zat terlarang (Daulay 2021),

Berdasarkan hasil *community need assessment* (CNA) dengan menggunakan wawancara didapatkan hasil bahwa permasalahan utama yang terjadi pada remaja Karang Taruna Dusun X adalah perilaku maladaptif. Seperti halnya melakukan mabuk-mabukan dan tawuran.

Dalam penelitian Nurul dkk, Kontrol diri yang kuat akan berpengaruh terhadap perilaku maladaptif, (Hidayah 2020). *Self-control* atau kontrol diri adalah seperangkat tingkah laku yang berfokus pada keberhasilan mengubah diri pribadi, keberhasilan menangkal pengrusakan diri (*self-destructive*), perasaan mampu pada diri sendiri, perasaan mandiri (*autonomy*), atau bebas dari pengaruh orang lain, kebebasan menentukan tujuan, kemampuan untuk memisahkan perasaan dan pikiran rasional, serta seperangkat tingkah laku yang terfokus pada tanggung jawab atas diri pribadi, Pemuda yang masuk dalam sebuah lingkungan yang tidak bisa membedakan antara yang salah dan benar hal ini memerlukan peningkatan kontrol diri. Penelitian yang dilakukan oleh (Zahrani and Ambarini 2019) mendapati hasil bahwasanya Memiliki pengetahuan tentang kontrol diri memungkinkan individu untuk lebih efektif dalam mengelola diri dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki pemahaman mengenai kontrol diri (Rahmadani and Okfrima 2022). Adapun aspek-aspek dan indikator kontrol diri Mampu menghindari sebuah tindakan yang bisa merugikan diri sendiri ataupun orang lain, dan menjauhi suatu hal yang menimbulkan pengrusakan bagi diri sendiri dan orang lain (Hidayat fahrul 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh (Marsela and Supriatna 2019) mengungkap bahwa setelah dilakukannya peningkatan self control pada remaja smk mendapati hasil bahwa siswa lebih bisa melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum memutuskan sesuatu sebelum bertindak. Semakin tinggi self control (kontrol diri) semakin intens pengendalian terhadap tingkah laku.

Menurut Azwar (2013) dalam Hidayah (2020), kurangnya pengetahuan tentang suatu hal akan mengakibatkan individu tidak dapat berperilaku sesuai dengan informasi yang dimilikinya. Sebaliknya, individu yang memiliki pengetahuan terkait suatu hal cenderung menunjukkan perilaku yang sesuai. Oleh karena itu, pemahaman peserta tentang kontrol diri yang diperoleh dari pelatihan ini akan berperan penting dalam kemampuan mereka untuk menerapkan kontrol diri dalam kehidupan sehari-hari..

Seorang individu dapat dikatakan sudah dewasa ketika individu tersebut dapat mengolah kontrol terhadap dirinya sendiri ketika ingin bertindak, mengeluarkan argument, pengambilan keputusan dan lain sebagainya yang termasuk dalam control diri(Almuntaz 2019), dengan begitu ketika pengontrolan diri itu dapat terkendali dengan baik maka perilaku maldaptif juga akan terminimalisirkan. Jika individu tidak memiliki control diri yang baik, berbagai perilaku dapat muncul sebagai respon, diantaranya adalah perilaku maldaptif. Kurangnya keterampilan mengelola emosi, pengaruh lingkungan, kurangnya keterampilan penyelesaian masalah dan tingkat kematangan pengambilan keputusan pada remaja yang belum baik akan menyebabkan remaja kesulitan untuk melakukan kontrol diri(Prakusa 2023). Berdasarkan permasalahan diatas perlu dilakukan edukasi tentang kontrol diri dengan topik penelitian yang akan diberikan adalah Upaya untuk meningkatkan kontrol diri pada perilaku maladaptif. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk meningkatkan kontrol diri pada perilaku maladaptif adalah dengan metode ceramah(Desy, Maya 2009). Ceramah dari aspek bahasa adalah penuturan atau penerangan secara lisan oleh pemberi materi terhadap peserta di dalam kelas. Alat interaksi yang terutama dalam hal ini adalah "berbicara". Metode ceramah dari aspek istilah, menurut (Tambak 2014) adalah cara menyampaikan sebuah materi pelajaran dengan cara penuturan lisan kepada peserta didik atau khalayak ramai. Metode ceramah dengan demikian sebagai bagian dari penerapan dan penuturan secara lisan oleh pemateri terhadap peserta, dengan menggunakan alat bantu pengajaran untuk memperjelas uraian yang disampaikan kepada peserta.

II. METODE

Penelitian ini dilakukan menggunakan metode eksperimen kuantitatif dengan desain kelompok kontrol non-acak, dan melibatkan satu kelompok dengan pengukuran dilakukan pada awal dan akhir *pre-test* dan *post-test*. Penelitian ini melibatkan remaja dari Karang Taruna Dusun X yang dipilih berdasarkan kriteria memiliki masalah internalisasi seperti kecemasan atau depresi, serta masalah eksternalisasi seperti agresi, yang sesuai dengan parameter yang diukur oleh Youth Self-Report (YSR). Tujuan dari perlakuan ini adalah untuk meningkatkan kontrol diri dan mengurangi perilaku maladaptif remaja.

Dalam pengambilan informasi pada pengamatan ini, digunakan alat ukur Youth Self-Report (YSR), yang merupakan bagian dari sistem ASEBA (Achenbach System of Empirically Based Assessment). YSR dikembangkan oleh Achenbach dan Rescorla, dan digunakan untuk menilai berbagai masalah emosional dan perilaku pada remaja. Skala ini telah terbukti memiliki reliabilitas dan validitas yang tinggi, dengan koefisien reliabilitas yang sangat baik

sebagaimana dilaporkan dalam manual YSR oleh Achenbach & Rescorla (2001). Dalam konteks penelitian ini, YSR digunakan untuk mengukur perubahan perilaku maladaptif remaja sebelum dan sesudah intervensi.

Untuk menganalisis perbedaan skor YSR pada satu kelompok ini, digunakan uji statistik Uji T Sampel Berpasangan, yang merupakan uji parametrik untuk menguji perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan. Program JASP versi 0.18.2 digunakan untuk melakukan analisis statistik ini dan menentukan hasil pre-tes dan post-tes untuk kelompok subjek.

Proses pengujian dalam penelitian ini terdiri dari tiga tahap: tahap awal, tahap tengah, dan tahap akhir..

Tabel 1. Prosedur Eksperimen

Tahap 1	a. Peneliti melakukan wawancara dengan pihak sekolah (Orang Tua atau Wali dari anggota Karang Taruna) untuk menentukan subjek yang akan digunakan dalam penelitian
	b. Peneliti menentukan kelompok non-acak
	c. Kelompok non-acak diberikan skala kontrol diri dan perilaku maladaptif
	d. Peneliti menentukan pemilihan materi
Tahap 2	a. Peneliti memberikan skala kontrol diri dan maladaptif kepada kelompok non-acak (pre test)
	b. Peneliti melakukan pelatihan kontrol diri kepada kelompok non-acak. Kegiatan pelatihan diberikan oleh trainer yang berkompeten di bidangnya
Tahap 3	a. 1 minggu setelah kegiatan pelatihan kelompok non-acak diberikan post test
	b. Peneliti meneliti hasilnya sebelum dan sesudah subjek menyelesaikan tes.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Proses analisis data dimulai dengan pengujian homogenitas dan normalitas data. Uji normalitas dilakukan menggunakan Shapiro-Wilk, sedangkan uji homogenitas menggunakan Levene. Data dianggap normal dan homogen jika nilai p lebih besar dari 0,05 ($>0,05$). Berikut adalah tabel yang menunjukkan cara memeriksa apakah data normal.

1. Uji Normalitas (Shapiro-Wilk) Maldaptif

Tabel 2. Paired Sample T-Test

Test of Normality (Shapiro-Wilk)

	W	p
Pre Maladaptif Experimen - Post Maldaptif Experimen	0.971	0.160

Note. Significant results suggest a deviation from normality.

Dalam cara Paired Sample T-Test (Shapiro Wilk) pada pengujian normalitas menunjukkan bahwa data penelitian berdistribusi normal ($p = 0,160$). Hasil tersebut memenuhi kriteria normalitas data penelitian yaitu $p > 0,05$ sehingga data dianggap berdistribusi normal dan memenuhi asumsi normalitas.

2. Uji T Berpasangan (Paired Sample T-Test) Maldaptif

Tabel 3. Paired Sample T-Test

Measure 1	Measure 2	t	df	p	Mean Difference	SE Difference	Cohen's d	SE Cohen's d
Pre Test Maladaptif	Post Test Maladaptif	-39.496	35	< .001	-38.528	0.975	-6.583	0.899

Catatan: Uji t berpasangan (Student's t-test).

Hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan bahwa besaran t sebesar -4,117 dan besaran p signifikan bernilai 0,001 kurang dari 0,05. Hasil itu menunjukkan kalau pemberian pelatihan kontrol diri pada kelompok eksperimen efektif karena terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan pelatihan.

3. Statistik Deskriptif

Tabel 4. Statistik Deskriptif

	N	Mean	SD	SE	Coefficient of Variation
Pre Test Maladaptif	36	103.111	5.429	0.905	0.053
Post Test Maladaptif	36	64.583	4.872	0.812	0.075

Pada data statistic yang diperoleh terdapat perbedaan setelah pemberian materi maladaptif dengan mean pre-test sebesar 103.111 dan mean post-test sebesar 64.583, yang menunjukkan penurunan perilaku maladaptif setelah menerima pelatihan.

4. Uji Normalitas (Shapiro-Wilk) Pemahaman

Tabel 5. Uji Normalitas Pretest dan Posttest

	W	P
Pre Pemahaman	-	-
Total Post Test	0.976	0.607

Hasil yang signifikan menunjukkan adanya penyimpangan dari normalitas. Sehingga $p = 0.607 > 0.05$ menunjukkan bahwa data berdistribusi normal. Pada hasil tersebut memenuhi kriteria normalitas data penelitian yaitu $p > 0,05$ sehingga data dianggap berdistribusi normal dan memenuhi asumsi normalitas.

5. Uji T Berpasangan (Paired Sample T-Test) Pemahaman

Tabel 6. Uji Normalitas Pretest dan Posttest

Measure 1	Measure 2	t	df	p	Mean Difference	SE Difference	Cohen's d	SE Cohen's d
Pre Pemahaman	Total Post Test	-31.333	35	< .001	-24.444	0.780	-5.222	0.787

Catatan: Uji t berpasangan (Student's t-test).

Hasil uji t berpasangan pada tabel menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada pemahaman materi sebelum dan sesudah dilakukan penelitian dengan perbedaan rerata sebesar 24.444, t score = 31.333, dan $p = 0.001 < 0.05$, yang berarti H1 diterima dan H0 ditolak. Nilai Cohen's d menunjukkan adanya efek yang besar yaitu 5.222, mengindikasikan perbedaan yang signifikan.

6. Statistik Deskriptif

Tabel 7 Uji Normalitas Pretest dan Posttest

	N	Mean	SD	SE	Coefficient of Variation
Pre Pemahaman	36	24.611	3.627	0.605	0.147
Total Post Test	36	49.056	3.949	0.658	0.081

Pada tabel di atas, terdapat perbedaan setelah dilakukan penelitian dengan mean pre-test sebesar 24.611 dan mean post-test sebesar 49.056, yang menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai kontrol diri dan perilaku maladaptif.

B. Pembahasan

Penelitian ini menyoroti pentingnya kontrol diri dalam mengurangi perilaku maladaptif pada remaja Karang Taruna Dusun X. Kontrol diri yang baik memungkinkan remaja mengembangkan pandangan yang realistis dan seimbang tentang diri mereka sendiri, yang berkontribusi pada penurunan perilaku maladaptif dan peningkatan kualitas hidup secara keseluruhan. Kontrol diri mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosi, pikiran, dan perilaku mereka dalam berbagai situasi, sementara perilaku maladaptif adalah perilaku yang tidak efektif dalam mengatasi situasi atau masalah tertentu dan sering kali merugikan diri sendiri atau orang lain.

Penelitian ini menunjukkan bahwa kontrol diri yang baik berkorelasi erat dengan penurunan perilaku maladaptif pada remaja Karang Taruna Dusun X. Hal ini sejalan dengan temuan dari berbagai penelitian terdahulu. Menurut Almutaz (2019), remaja yang mampu mengendalikan diri mereka cenderung memiliki pandangan positif terhadap kemampuan dan nilai diri mereka, yang membantu mereka menghindari perilaku maladaptif. Penelitian lain oleh Marsela dan Supriatna (2019) juga mengindikasikan bahwa individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi cenderung lebih mampu menghindari perilaku maladaptif.

Pengaruh kontrol diri terhadap perilaku maladaptif dapat dilihat dari beberapa aspek. Pertama, kontrol diri yang baik membantu remaja mengembangkan strategi yang lebih positif dan efektif dalam menghadapi situasi yang menantang. Seseorang yang mampu mengendalikan dirinya sendiri cenderung memiliki gambaran yang lebih realistis dan positif tentang dirinya, sehingga mengurangi kecenderungan untuk terlibat dalam perilaku maladaptif. Kedua, kontrol diri yang baik juga membantu remaja dalam mengembangkan keberanian dan kemampuan dalam berinteraksi dengan orang lain. Menurut Hidayah (2020), seseorang yang mampu mengendalikan dirinya sendiri dapat lebih mudah berinteraksi dengan orang lain tanpa merasa rendah diri, sehingga mengurangi kecenderungan untuk terlibat dalam perilaku maladaptif.

Hasil penelitian ini juga mendukung temuan dari Penelitian sebelumnya oleh Nur (2017), yang menunjukkan bahwa pelatihan kontrol diri dapat mengurangi perilaku maladaptif pada remaja. Nur menemukan bahwa pelatihan kontrol diri menyebabkan perubahan positif pada lima aspek perilaku, yaitu citra diri, ideal diri, harga diri, peran diri, dan identitas diri. Gambaran diri mencerminkan bagaimana remaja melihat dan menilai diri mereka sendiri, ideal diri mencakup harapan dan cita-cita remaja terhadap diri mereka di masa depan, harga diri berkaitan dengan penilaian remaja terhadap nilai dan keberhasilan diri mereka sendiri, peran diri sebagai bagian dari identitas mereka, dan identitas diri mencakup kesadaran remaja terhadap siapa mereka sebagai individu.

Penelitian oleh Legistini (2016) menemukan adanya keterkaitan antara kontrol diri, interaksi sosial, dan perilaku maladaptif peserta didik di Sekolah Menengah Atas Negeri 10 Malang. Semakin baik kontrol diri dan interaksi sosial remaja, semakin rendah perilaku maladaptifnya. Husniyati (2017) juga menunjukkan bahwa

kontrol diri memiliki pengaruh besar terhadap penurunan perilaku maladaptif, dengan kontribusi sebesar 35,8%. Artinya, remaja dengan kontrol diri yang tinggi cenderung lebih mampu menghindari perilaku maladaptif.

Menurut Calhoun dan Accocella (2018), perilaku maladaptif dapat dikurangi dengan kontrol diri yang baik, di mana seseorang memiliki kemampuan untuk mengakui sifat-sifat buruknya dan berusaha mengubahnya, serta menghormati kemampuan sosial orang lain dan menyesuaikan diri dengan adat istiadat lingkungannya. Penelitian ini menegaskan bahwa kontrol diri yang baik berperan penting dalam membentuk perilaku sosial yang positif, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi keberhasilan sosial dan akademik remaja.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa kontrol diri penting bagi remaja sebagai alat untuk membantu mereka memenuhi kebutuhan pendidikan dan sosialnya. Menurut Dembo (2015), setiap orang mempunyai pandangan diri yang baik karena kontrol diri adalah gagasan atau persepsi seseorang terhadap dirinya sendiri. Remaja dengan kontrol diri yang baik cenderung lebih baik dalam mengeksplorasi kemampuan mereka dan lebih mudah menerima kekurangan dan kelebihan mereka, sehingga mengurangi kecenderungan untuk terlibat dalam perilaku maladaptif.

Sikap dan pandangan diri yang baik akan menuntun remaja untuk belajar bersama kelompoknya dan mencapai target belajarnya. Mereka juga cenderung lebih optimis, percaya diri, antusias, merasa dihargai, berani mencoba hal baru, berani sukses dan gagal, serta berani menetapkan tujuan hidup. Remaja dengan kontrol diri yang baik yakin bahwa mereka akan berusaha mencapai kesuksesan berdasarkan kemampuannya (A. Budi dan A. Tina 2016).

VII. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa pelatihan kontrol diri terbukti mampu mengurangi perilaku maladaptif pada remaja Karang Taruna Dusun X. Terdapat perubahan signifikan pada perilaku maladaptif sebelum dan sesudah pelatihan kontrol diri. Selain itu, penelitian menunjukkan adanya diferensiasi yang jelas antara perilaku maladaptif pada kelompok yang memperoleh pelatihan kontrol diri menunjukkan penurunan yang lebih tinggi dalam perilaku maladaptif.

Saran bagi peneliti selanjutnya adalah untuk menyelidiki lebih banyak faktor yang mempengaruhi efektivitas kontrol diri secara lebih mendalam. Selain itu, penelitian lanjutan dapat mempertimbangkan langkah-langkah lain yang berpotensi mempengaruhi perilaku maladaptif pada remaja. Diperlukan juga penelitian dengan durasi lebih panjang untuk mengamati perubahan perilaku maladaptif yang lebih signifikan dan mengevaluasi efek jangka panjang dari pelatihan kontrol diri..

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada remaja Karang Taruna Dusun X yang sudah berkontribusi pada penelitian ini.

REFERENSI

BIBLIOGRAPHY

- Achenbach, T. M., & Rescorla, L. A. (2001). *Manual for the ASEBA School-Age Forms & Profiles: An Integrated System of Multi-Informant Assessment*. Burlington, VT: University of Vermont, Research Center for Children, Youth, & Families. ISBN : 0938565737
- Aini, N., & Zuhdi, M. S. (2021). Kontrol Diri Remaja Putri Terhadap Orang Tua Tiri (Studi Kasus Dua Remaja Putri Di Desa Mojopetung Gresik). *At-Taujih : Bimbingan dan Konseling Islam*, 4(1). doi:10.22373/taujih.v4i1.11846

- Akhwani, & N. R. (2021). Meta-Analisis Quasi Eksperimental Model Pembelajaran Value Clarification Technique (VCT) Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(2), 446-454. doi:10.31004/basicedu.v5i2.706
- Budi, A., & Tina, A. (2016). Konsep Diri, Harga Diri, Dan Kepercayaan Diri Remaja. *Jurnal Psikologi UGM*, 23(2), 23-30. doi:10.22146/jpsi.10046
- Dewi, F. N. (2021). Konsep Diri pada Masa Remaja Akhir dalam Kematangan Karir Siswa. *Journal of Guidance and Counseling*, 5(1), 46-62. doi:doi: 10.21043/konseling.v5i1.9746
- Fatmala, K. L., Rande, S., & Hariati. (2019). FUNGSI KARANG TARUNA DALAM PEMBINAAN PEMUDA DI KECAMATAN BABULU KABUPATEN PENAJAM PASER UTARA.
- Febriana, & Rahmasari. (2021). Gambaran Kontrol Diri Korban Bullying,” *Jurnal Penelitian Psikologi. Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 1-15. Diambil kembali dari <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41313>
- Hartanti, J. (2018). *Konsep Diri Karakteristik Berbagai Usia*.
- Hartawi, E., & Yusra, Z. (t.thn.). Kontribusi Kontrol Diri dan Tipe Kepribadian Narsistik terhadap Penggunaan Aplikasi Photoeditor. *Jurnal RAP UNP*, 9(1), 25-36. doi:<https://doi.org/10.24036/rapun.v9i1.10385>
- Hidayati, K. B. (2016). Konsep Diri, Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri pada Remaja Khoirul Barriyah. *Persona Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02), 137-144. doi:<https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.730>
- Legistini, L., Flurentin , E., & Ramli, M. (2020). Hubungan Antara Konsep Diri dan Interaksi Sosial dengan Kontrol Diri Siswa di SMA Negeri 10 Malang. *Prosiding Seminar Nasional ...*(5), 10-16. Diambil kembali dari <http://conference.um.ac.id/index.php/bk/article/view/43>.
- Lestari, U., Masluchah, L., & Mufidah, W. (2022). Konsep Diri Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 6(1), 14-28. doi:10.32492/idea.v6i1.6102
- Megawati, M., Gaol , L., Psikologi, F., Area, U. M., & Area, U. M. (2022). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kontrol Diri Remaja Di Panti Asuhan Puteri Aisiyah. doi:<https://proceedings.uinsgd.ac.id/index.php/proceedings/article/download/907/814>
- Mochtan, A. N. (2019). Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Konsep Diri Siswa SMA di Tangerang Selatan. Diambil kembali dari [http://repository.unj.ac.id/3045/1/AISHA NABILA MOCHTAN.pdf](http://repository.unj.ac.id/3045/1/AISHA_NABILA_MOCHTAN.pdf)
- Nur, H. V. (2018). Peningkatan Kontrol Diri Siswa Kelas XI SMK SMTI Yogyakarta Menggunakan Konseling Kelompok Rational Emotive Behavior, Tahun Ajaran 2017/2018.
- Oktariani, & Syaputri, E. (2022). Meningkatkan Konsep Diri Positif Untuk Penyesuaian Diri Pada Remaja di Panti Asuhan. *Servitium Smart Journal*, 1(1), 25-29. doi:10.31154/servitium.v1i1.2
- Pradana , C. R. (2022). Penerapan Teori REBT dengan Menggunakan Teknik Assertive Adaptive untuk Menumbuhkan Kemampuan Adaptasi pada Remaja. *Al Musyrif: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 5(2), 106-113. doi:10.38073/almusyrif.v5i2.840
- Rahmadani, F. P. (t.thn.). Hubungan Konsep Diri Dengan Kontrol Diri Siswa. *e-Journal Pembelajaran Inovasi, Jurnal Ilmiah ...*, 4(2), 52-68. Diambil kembali dari <http://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/pgsd/article/view/5319>
- Rahmah, L. H., Nurlaela, L., Maspiyah, M., & Rijanto, T. (2021). Pembelajaran Di Era Pandemi Covid-19: Implementasi Flipped Classroom Berbantuan Youtube Di Lembaga Pendidikan dan Keterampilan. *JUPI (Jurnal Ilmiah Penelitian dan Pembelajaran Informatika)*, 6(2), 286-292. doi:10.29100/jupi.v6i2.2060.

- Rahmi, A., & Aisah, S. (2021). Sosialisasi Konsep Diri Dalam Meningkatkan Kontrol Diri dan Interaksi Sosial Yang Baik Pada Remaja,. *Proceedings UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 1(50), 24-32. Diambil kembali dari <https://proceedings.uinsgd.ac.id/index.php/proceedings/article/download/907/814>
- Riza , M. B. (2020). Upaya Peningkatan Konsep Diri Positif Peserta Didik Kelas Xii Sma Nahdlatul Ulama 1 Gresik Melalui Forgiveness Therapy. *Jurnal Mahasiswa Manajemen*, 1(2), 81. doi: <http://dx.doi.org/10.30587/mahasiswamanajemen.v1i2.2013>
- Saputro, Y. A., & Sugiarti, R. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Konsep Diri terhadap Penyesuaian Diri pada Siswa SMA Kelas X. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 5(1), 106-113. doi:10.26623/philanthropy.v5i1.3270
- Sari , F. I., & Maryatmi, A. S. (2019). Hubungan Antara Konsep Diri (Dimensi Internal) Dan Optimisme Dengan Subjective Well-Being Siswa SMA Marsudirini Bekasi. *Ikraith-Humaniora*, 3(1). Diambil kembali dari <https://journals.upi-yai.ac.id/index.php/ikraith-humaniora/article/view/371>
- Sekali, R. (2020). Upaya Meningkatkan Kontrol Diri (Self-acceptance) Siswa Melalui Konseling Individu Dengan Pendekatan Realita Kelas XI SMA Negeri 15 Bandar Lampung. *Jurnal Evaluasi dan Pembelajaran*, 2(2), 13-147. doi:10.52647/jep.v2i2.21
- Syahaeni, A. (2020). Pembentukan Konsep Diri Remaja. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 7(1), 61-67. doi:<https://doi.org/10.24252/al-irsyad%20al-nafs.v7i1.14463>
- Utari, A. R., & Rustika, I. M. (2021). Konsep Diri Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Perilaku Prosocial Remaja Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Studia Insania*, 8(2), 80. doi:10.18592/jsi.v8i2.3852

