

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konsep Kontrol Diri

1. Definisi Kontrol Diri

Menurut Ghufroon, M. N., & Risnawita (2016) mengendalikan diri sendiri didefinisikan sebagai sarana untuk mengendalikan tindakan seseorang dan memposisikan diri dalam interaksi sosial sebagai orang yang bertanggung jawab dalam hubungannya dengan lingkungan dan keadaan sekitar. Hal ini juga mencakup kemampuan untuk mengendalikan situasi, kemampuan untuk menghasilkan gagasan, kemampuan untuk memodifikasi situasi untuk memenuhi kebutuhan orang lain, kemampuan untuk selalu membantu orang lain, dan kemampuan untuk mengelola emosi.

Menurut Averill (1973) kontrol diri adalah kemampuan untuk membatasi risiko, mengatur informasi yang dibutuhkan dan tidak dibutuhkan, dan mencegah kegagalan. Konsep Averill memberikan penekanan khusus pada kapasitas seseorang untuk membuat keputusan perilaku pribadi berdasarkan ide-idenya.

Menurut Calhoun dan Acocella (1990), *"Self-control is a person's influence and management of his bodily, behavioral, and psychological processes, or the collection of processes that define his self."* Kontrol diri adalah pengaruh dan manajemen seseorang terhadap proses tubuh, perilaku, dan psikologisnya, atau kumpulan proses yang mendefinisikan dirinya.

Menurut Tangney, dkk (2004), *"The capacity to suppress or modify one's internal feelings, as well as to inhibit and resist undesirable behavioral inclinations (like urges), is known as self-control."* Kapasitas untuk menekan atau memodifikasi perasaan internal seseorang, serta menghambat dan melawan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan (seperti dorongan), dikenal sebagai kontrol diri.

Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa kontrol diri adalah kemampuan untuk mengaktifkan, mengaktifkan kembali, dan memonitor

proses pencapaian hasil yang diinginkan. Ini adalah jumlah uang yang diperoleh dan digunakan oleh orang-orang dalam kehidupan sehari-hari, serta jumlah uang yang ditemukan di lingkungan mereka.

2. Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Menurut Baumeister, dkk (1996), faktor-faktor kontrol diri terdapat 2, yakni sebagai berikut:

a. Orang Tua

Interaksi antara orang tua dan anak menunjukkan bagaimana orang tua dapat meningkatkan kontrol diri mereka. Tumbuh dengan orang tua yang keras dan otoriter menyebabkan anak kehilangan kontrol diri dan menjadi kurang terbuka terhadap lingkungannya.

b. Faktor Budaya

Budaya suatu lingkungan berdampak pada setiap orang yang tinggal di sana. Anak-anak lebih siap untuk mengatur diri individu sendiri ketika orang tua mencontohkan kemandirian baginya dan memberi anak kebebasan untuk membuat penilaian sendiri. Setiap lokasi memiliki budaya yang unik, yang mempengaruhi kapasitas seseorang untuk mengendalikan diri.

Menurut Ghufroon, M. N., & Risnawita (2016), membedakan dua kategori variabel yang dapat mempengaruhi kontrol diri:

a. Faktor Internal

Usia merupakan faktor penting dalam pengendalian diri. Anak-anak belajar menghadapi kekecewaan, kebencian, dan kegagalan serta mendapatkan kontrol atas hal tersebut seiring bertambahnya usia anak karena budaya yang berkembang yang membentuk kepribadian seseorang dan berbagai koneksi yang dimiliki orang dalam kehidupannya.

b. Faktor Eksternal

Salah satu faktor eksternal termasuk lingkungan dan keluarga. Kapasitas seseorang untuk mengendalikan diri dievaluasi oleh orang yang lebih tua. Disiplin adalah salah satu alat yang digunakan oleh para

lansia. Karena disiplin dapat mengatur perilaku dan menetapkan apa yang merupakan perilaku yang baik. Memiliki kontrol diri dan disiplin diri dalam hidup memungkinkan untuk menjadi otonom dalam segala hal yang dilakukan.

3. Aspek-Aspek Kontrol Diri

Menurut Averill (1973), *“Each sort of control has a complicated relationship with stress, sometimes raising it, sometimes decreasing it, and sometimes having no affect at all.”* yang artinya setiap jenis kontrol diri berhubungan dengan stres yang kompleks, terkadang meningkatkan stres, terkadang mengurangnya, dan terkadang tidak berpengaruh sama sekali. Dalam penelitian Averill (1973), kontrol diri dibedakan menjadi 3 jenis, yakni sebagai berikut:

a. Kontrol Perilaku (*Behavioral Control*)

Kontrol perilaku atau *behavioral control* adalah *“direct action on the environment”* yang artinya tindakan langsung terhadap lingkungan. Kontrol perilaku memiliki dua aspek, pertama adalah kemampuan untuk mengatur kinerja, yaitu memutuskan siapa yang mengendalikan situasi, sehingga seseorang dengan kontrol diri yang baik dapat mengatur perilakunya sendiri. Kedua adalah kemampuan untuk mengatur rangsangan, yaitu mengendalikan rangsangan yang tidak diinginkan dengan menghindari atau menghindarinya sebagian, atau dengan menyisipkan tenggang waktu di antara rangsangan yang tidak diinginkan.

b. Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Kontrol kognitif atau *cognitive control* merupakan *“reducing uncertainty and imposing meaning onevents”* yang artinya meminimalkan ketidakpastian dan memberi makna pada peristiwa. Kontrol kognitif memiliki dua bagian. Yang pertama adalah kemampuan untuk mendapatkan informasi, yang menyiratkan bahwa orang tersebut memiliki kemampuan untuk mengevaluasi dan menginterpretasikan suatu situasi, dengan mempertimbangkan aspek-aspek positifnya. Yang

kedua adalah kemampuan untuk menilai, yang menyiratkan bahwa orang tersebut memiliki kemampuan untuk mendapatkan informasi tentang situasi, yang memungkinkannya untuk beradaptasi dengan situasi tersebut dengan mempertimbangkan aspek-aspek positifnya.

c. Kontrol Keputusan (*Decisional Control*)

Kontrol keputusan atau *decisional control* adalah “*having a option between alternate paths of action.*” yang artinya memiliki pilihan di antara alternatif tindakan. Mengontrol keputusan dapat digunakan sebagai sarana untuk memilih tindakan berdasarkan apa yang diharapkan atau diinginkan. Jika seseorang memiliki kesempatan, kebebasan, dan kemampuan untuk memilih di antara berbagai pilihan yang tersedia, maka kemampuan untuk mengambil keputusan adalah hal yang baik.

Dalam Tangney, dkk (2004) menyatakan bahwa ada lima aspek pada kontrol diri, antara lain:

a. Kedisiplinan Diri (*Self-Discipline*)

Aspek ini berhubungan dengan kapasitas seseorang untuk mengendalikan diri, yang menunjukkan kemampuan seseorang untuk fokus pada diri sendiri ketika mengerjakan suatu tugas. Individu dengan pengaturan diri yang tinggi mampu mempertahankan kontrol diri bahkan dalam menghadapi gangguan.

b. Tindakan yang Tidak Impulsif (*Deliberate/Non Impulsive Action*)

Aspek ini menunjukkan bagaimana orang sering mempertimbangkan aspek-aspek tertentu saat bertindak, berhati-hati, dan meluangkan waktu, dan tidak mudah teralihkan saat mengerjakan tugas. Saat memilih tindakan dan membuat keputusan, orang yang tidak impulsif tetap tenang.

c. Kebiasaan yang Baik (*Healthy Habits*)

Aspek ini menunjukkan kapasitas seseorang untuk memodifikasi tindakan seseorang dan membentuk kebiasaan yang sehat, meskipun sesuatu itu menyenangkan, seseorang yang menjalani gaya hidup sehat

akan menghindari hal-hal yang buruk. Efek positif pada orang lain diprioritaskan, bahkan jika efek tersebut tidak langsung terlihat.

d. Etika Kerja (*Work Ethic*)

Aspek ini berbicara tentang penilaian moral seseorang terhadap kemampuannya untuk melakukan kontrol diri ketika menjalankan pekerjaan sehari-hari, bahkan jika suatu tugas menyenangkan, seseorang masih dapat menyelesaikannya dengan sukses dan mampu untuk tidak terganggu oleh kegiatan di luar pekerjaan.

e. Keandalan (*Reliability*)

Aspek ini berkaitan dengan mengevaluasi kapasitas untuk menjalankan strategi jangka panjang. Individu yang memiliki keandalan tinggi dapat mengatur tindakan seseorang secara konsisten untuk memenuhi semua tujuannya.

B. Konsep Perilaku Konsumtif

1. Pengertian Perilaku Konsumtif

Pengertian perilaku konsumtif menurut Zusrony (2021), bahwa perilaku konsumtif adalah studi tentang di mana, dalam keadaan apa, dan bagaimana orang cenderung membeli produk tertentu dari merek tertentu. Penelitian ini dapat sangat berguna dalam membantu individu merumuskan kebijakan pembelian. Setiap orang memiliki peran dalam proses membangun kredibilitas di bidang pembelian produk atau layanan.

Menurut Fatmawatie (2022), perilaku konsumtif terdiri dari memprioritaskan kebutuhan, mengonsumsi barang yang jelas-jelas tidak diperlukan, dan/atau menggunakan layanan yang jelas-jelas tidak diperlukan.

Menurut Sumarwan (2014), perilaku konsumtif mengacu pada aktivitas, keputusan, dan proses mental yang dilakukan orang sebelum membeli, menggunakan, atau mengonsumsi barang dan jasa.

Menurut Engel, dkk (1994), “*Consumer behavior includes the decision-making processes that go hand in hand with the activities that are directly related to acquiring, using, and discarding goods and services.*”

Perilaku konsumtif adalah saat konsumen memperlambat proses pencapaian tujuan mereka, yang terkait erat dengan pembelian, penggunaan, dan produksi barang dan jasa.

Berdasarkan definisi yang dipaparkan di atas dapat disimpulkan bahwa perilaku konsumtif adalah praktik mengonsumsi dan membeli barang dan jasa dengan cara yang rasional dan etis, yang meningkatkan pendapatan, memprioritaskan kebutuhan dan mengarah pada stres dan masalah psikologis.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Konsumtif

Menurut Sumarwan (2014), ada tiga sudut pandang tentang perilaku konsumtif. Ketiga sudut pandang ini membentuk pemikiran seseorang dan menunjukkan variabel-variabel yang mempengaruhi perilaku konsumtif.

a. Perspektif Pengambilan Keputusan

Pelanggan melakukan beberapa tindakan untuk membantu orang lain dalam membuat pilihan tentang apa yang akan dibeli. Sudut pandang ini membuat asumsi bahwa orang memiliki masalah dan menggunakan pengambilan keputusan yang tidak rasional untuk mengatasinya.

b. Perspektif Eksperiensial (Pengalaman)

Sudut pandang ini menunjukkan bahwa pelanggan tidak selalu membuat penilaian seseorang pada produk apa yang akan dibeli pada proses logis dari pemecahan masalah, produk sering dibeli oleh pelanggan karena pemenuhan, imajinasi, atau perasaan yang diinginkan.

c. Perspektif Pengaruh Behavioral

Menurut perspektif ini, orang sering membeli produk karena alasan emosional atau tidak logis. Menurut perspektif ini, variabel eksternal termasuk kampanye pemasaran dari produsen, budaya, lingkungan, ekonomi, dan hukum memiliki dampak yang signifikan terhadap perilaku konsumtif. Produsen juga memiliki dampak lingkungan yang signifikan terhadap pelanggan.

Menurut Engel, dkk (1994), perilaku konsumtif dipengaruhi oleh berbagai variabel, yang secara garis besar dapat dikategorikan sebagai internal atau eksternal.

a. Faktor Eksternal

Faktor eksternal meliputi agama, kelas sosial ekonomi, kelompok sosial, kelompok referensi, dan keluarga. Perilaku konsumtif sangat dipengaruhi oleh agama, yang terlihat dari perbedaan gaya hidup, keyakinan agama, sikap, dan preferensi produk. Pasar dan perilaku yang berbeda dibentuk oleh keragaman budaya, dan banyak kelompok etnis yang tinggal di satu lokasi.

b. Faktor Internal

Faktor internal yang mempengaruhi perilaku konsumtif termasuk harga diri, kemampuan untuk belajar dan memahami, motivasi, kepercayaan diri, dan harga diri. Kinerja individu dipengaruhi oleh motivasi, terutama ketika menggunakan atau membeli layanan dari pasar. Seseorang dengan harga yang rendah untuk dirinya sendiri lebih mungkin untuk membeli daripada seseorang dengan harga yang tinggi.

3. Aspek-Aspek Perilaku Konsumtif

Perilaku konsumtif terdiri dari beberapa aspek. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan aspek dari Engel, dkk (1994) sebagai berikut:

a. Pembelian Impulsif (*Impulsive Buying*)

Hal ini menunjukkan bahwa orang-orang, sebagai konsumen, hanya membeli sesuatu ketika mereka impulsif atau terinspirasi. Orang-orang ini sering kali emosional dan tidak mengantisipasi apa yang akan terjadi di masa depan.

b. Pembelian Tidak Rasional (*Non-Rational Buying*)

Aspek ini mengungkapkan bagaimana orang-orang, daripada membeli sesuatu untuk diri mereka sendiri, lebih memprioritaskan keinginan untuk mendapatkan status atau mode yang baru. Orang-orang ingin mengesankan dan terlihat kekinian.

c. Pemborosan (*Wasteful Buying*)

Aspek ini mengungkapkan bagaimana seseorang sering kali membeli tanpa terlebih dahulu menentukan kebutuhan mereka sendiri, yang dapat menyebabkan kekecewaan.

C. Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Konsumtif

Tindakan mengonsumsi atau membeli barang dan jasa dengan cara yang tidak konvensional terkadang disebut sebagai perilaku konsumtif. Menurut Engel, dkk (1994), perilaku konsumtif mengacu pada proses mengantisipasi dan merespons peristiwa seperti pembelian, penggunaan, dan perolehan barang dan jasa. Menurut Lestarina, dkk (2017) menyatakan bahwa jenis perilaku konsumtif ini tidak terbatas pada usia atau usia tertentu-ini mungkin merupakan komponen dari gaya hidup individu. Namun, tidak boleh diabaikan bahwa perilaku konsumtif siswa dapat memburuk jika peserta didik mendapatkan bantuan keuangan yang cukup. Jika tingkat ekonomi diperoleh dengan cara yang meragukan seperti menabung secara berlebihan, meminjam, atau bahkan mencuri, masalah ini akan semakin parah.

Mengontrol diri sendiri adalah salah satu strategi yang dapat membantu siswa dalam mengelola konsumsi yang berlebihan. Calhoun dan Acocella (1990) mendefinisikan pengendalian diri atau kontrol diri sebagai kemampuan individu untuk mengidentifikasi dan mengendalikan proses belajar, baik secara psikologis maupun fisik. Dengan kata lain, kontrol diri mencakup berbagai fungsi yang membentuk identitas individu, seperti kontrol terhadap karakteristik fisiologis, psikologis, dan perilakunya. Kemampuan seseorang untuk mengendalikan perilakunya sesuai dengan ide-ide adalah penekanan utama dari deskripsi ini. Kapasitas untuk mengatur diri sendiri adalah kesadaran dan pemahaman akan lingkungan sekitar dan lingkungan seseorang. Agar dapat berfungsi dengan baik di masyarakat, seseorang juga harus memiliki kapasitas untuk memodifikasi dan mengendalikan aspek perilaku sebagai reaksi terhadap keadaan dan lingkungan sekitarnya.

D. Penelitian Terdahulu

Penelitian pertama, yang dilakukan oleh Humaira Kamala, Rici Kardo, dan Suryadi (2023) berjudul Pengaruh Kontrol Diri terhadap Perilaku Konsumtif siswa Kelas XI SMAN 2 Merangin. Tiga penelitian terdahulu dikutip dalam penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku konsumtif siswa kelas XI di SMAN 2 Merangin, kontrol diri siswa di institusi yang sama, dan pengaruh kontrol diri terhadap perilaku konsumtif siswa kelas XI. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian deskriptif kuantitatif ini adalah analisis regresi linier sederhana. Kelas XI SMAN 2 Merangin, yang terdiri dari 141 siswa dan guru kelas XI, menjadi populasi penelitian ini. Purposive sampling digunakan untuk mengumpulkan data dari 66 sampel dengan menggunakan observasi, kuesioner, dan dokumen. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner, dan hasilnya dievaluasi dengan menggunakan persentase. Berdasarkan hasil penelitian, dapat dikatakan bahwa X memiliki pengaruh sebesar 0,123% terhadap kontrol diri dan Y. Hipotesis yang menyatakan bahwa variabel kontrol diri berpengaruh terhadap perilaku konsumtif dapat diterima karena dalam penelitian ini ditemukan adanya elemen-elemen lain yang secara signifikan mempengaruhi konsumsi namun tidak teridentifikasi.

Penelitian yang kedua dilakukan oleh Husnia Annafile dan Luthfiatuz Zuhroh (2022) dengan judul “Pengaruh Kontrol Diri terhadap Perilaku Konsumtif Belanja Online pada Mahasiswa”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan perilaku konsumtif pembelian melalui internet pada mahasiswa program studi psikologi UNIRA. Dalam penelitian ini, pendekatan penelitian kuantitatif yang disebut purposeful sampling digunakan. Sampel penelitian terdiri dari 109 mahasiswa dari 343 mahasiswa yang terdaftar di program studi Psikologi UNIRA. Dalam penelitian ini, metode pengumpulan data menggunakan kuesioner. Nilai sig. sebesar $0.000 < 0.05$ dan nilai koefisien sebesar -0.773 sesuai dengan hipotesis penelitian. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku konsumsi internet mahasiswa S1 Psikologi UNIRA dipengaruhi secara negatif oleh kontrol diri. Oleh karena itu, perilaku

konsumtif mahasiswa akan menurun seiring dengan meningkatnya kontrol diri mereka. Di sisi lain, karena kurang memiliki kontrol diri, mahasiswa program studi Psikologi UNIRA lebih rentan untuk berpartisipasi dalam perilaku konsumtif online.

Penelitian ketiga, berjudul Pengaruh Kontrol Diri terhadap Perilaku Konsumtif Belanja Online Produk Kecantikan pada Mahasiswi, dilakukan oleh Faudaty Adz Dzihan (2022). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana mahasiswi terlibat dalam belanja online konsumtif, tingkat kontrol diri yang siswa tunjukkan saat melakukannya, dan pengaruh kontrol diri terhadap perilaku belanja online konsumtif mahasiswi. Sampel penelitian terdiri dari 89 mahasiswa psikologi dari 893 mahasiswa yang terdaftar. Metodologi penelitian kuantitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling. Dua alat ukur, yaitu skala kontrol diri dan skala perilaku konsumtif, digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini. Hasil penelitian menunjukkan bahwa koefisien determinasi adalah 0,224. Oleh karena itu, terdapat korelasi sebesar 22,4% antara variabel dependen (perilaku konsumtif) dan variabel independen (kontrol diri).

Tidak mungkin tidak ada persamaan dan perbedaan dalam sebuah penelitian. Penelitian peneliti dan ketiga penelitian yang disebutkan di atas berbeda dan dapat dibandingkan dalam beberapa hal berikut:

Tabel 2.1

Penelitian Terdahulu

No	Penelitian Terdahulu	Perbedaan	Persamaan
1	Humaira Kamala, Rici Kardo, Suryadi (2023) yang berjudul Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Siswa Kelas XI di SMAN 2 Merangin.	Pertama, subjek penelitian tersebut adalah siswa SMA, sedangkan subjek penelitian ini adalah siswa SMP kelas VIII. Kedua, pada penelitian tersebut digunakan teknik purposive sampling namun pada penelitian ini digunakan simple random sampling.	Sama melihat perilaku konsumtif siswa dipengaruhi oleh kontrol diri.

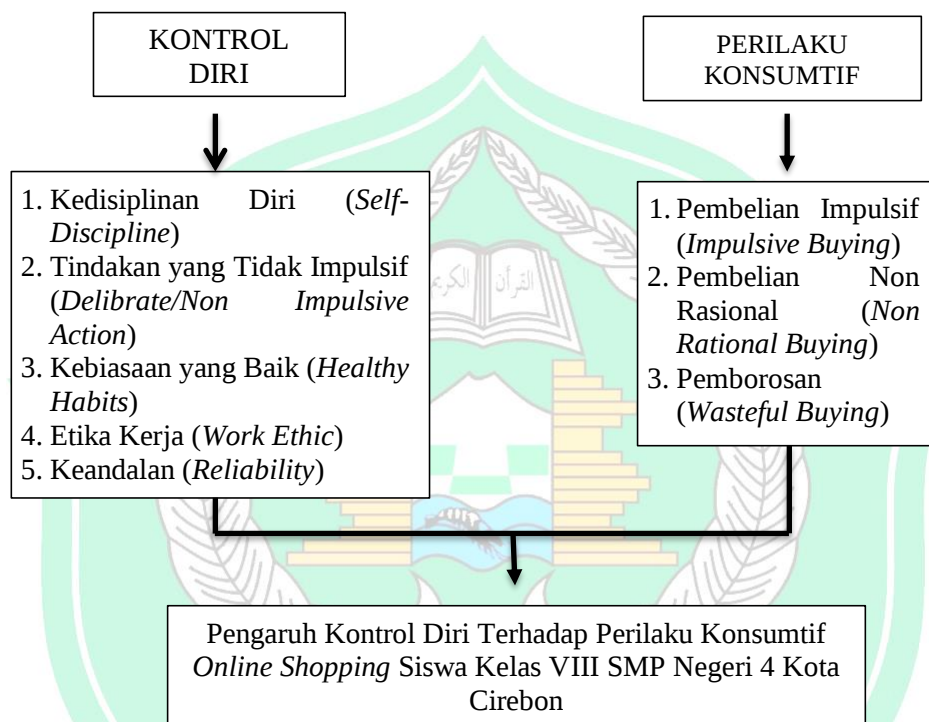
2	Husnia Annafila dan Luthfiatuz Zuhroh (2022) yang berjudul Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Konsumtif <i>Online Shopping</i> Bagi Mahasiswa.	Pertama, meskipun subjek penelitian ini adalah siswa, namun dalam penelitian ini menggunakan subjek siswa sekolah menengah pertama (SMP) kelas VIII. Kedua, penelitian tersebut menggunakan teknik sampling purposive, namun penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel simple random.	Sama melihat perilaku konsumtif siswa dipengaruhi oleh kontrol diri.
3	Faudaty Adz Dzihan (2022) yang berjudul Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Konsumtif Belanja Online Produk Kecantikan Pada Mahasiswi.	Pertama, meskipun subjek penelitian ini adalah siswa, namun dalam penelitian ini menggunakan subjek siswa sekolah menengah pertama (SMP) kelas VIII. Kedua, meskipun kedua penelitian ini berfokus pada perilaku konsumtif belanja online, namun variabel perilaku konsumtif belanja online pada penelitian tersebut berupa barang kecantikan. Ketiga, penelitian tersebut menggunakan teknik sampling purposive, namun penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel simple random.	Pertama, sama mengkaji tentang pengaruh kontrol diri dengan perilaku konsumtif <i>online shopping</i> .

E. Kerangka Pemikiran

Kontrol diri diperlukan untuk mengatasi masalah perilaku konsumtif di kalangan siswa karena dapat menjadi dasar dalam proses pengawasan dan penentuan tingkat prioritas. Siswa yang memiliki kontrol diri dapat

mengendalikan perilaku konsumtifnya, untuk mengubah kebiasaan buruk menjadi kebiasaan baik dan membantu siswa untuk mengontrol diri agar tidak melakukan pembelian secara impulsif, begitupun sebaliknya.

Berikut adalah kerangka pemikiran penelitian Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku Konsumtif *Online Shopping* Siswa Kelas VIII SMP Negeri 4 Kota Cirebon yang berbentuk bagan :



Bagan 2.1

Kerangka Pemikiran