

**PENGARUH *REACTANCE* TERHADAP *SELF CONTROL* PADA
SANTRI DI PONDOK PESANTREN AL MALIKI 2
TAMBAKBERAS JOMBANG**

SKRIPSI



Oleh:

Muhammad Fauzan Aufadimas

NIM. 210401110206

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2025

HALAMAN JUDUL

**PENGARUH *REACTANCE* TERHADAP *SELF CONTROL* PADA SANTRI
DI PONDOK PESANTREN AL MALIKI 2 TAMBAKBERAS JOMBANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk memenuhi
salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh

Muhammad Fauzan Aufadimas

NIM. 210401110206

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2025**

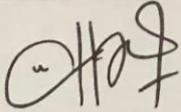
LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH *REACTANCE* TERHADAP *SELF CONTROL* PADA SANTRI
DI PONDOK PESANTREN AL MALIKI 2 TAMBAKBERAS JOMBANG

SKRIPSI

Oleh
Muhammad Fauzan Aufadimas
NIM. 210401110206

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing I <u>Selly Candra Ayu, M.Si</u> NIP. 199402172023212040		10 Mei 2025

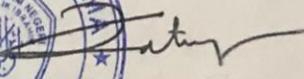
Malang, 14 Mei 2025

Mengetahui,

Ketua Prodi Psikologi UIN

Maulana Malik Ibrahim Malang




Yusuf Ratu Agung, MA

NIP. 198010202015031002

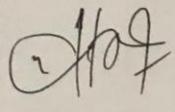
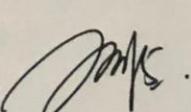
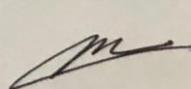
**PENGARUH *REACTANCE* TERHADAP *SELF CONTROL* PADA SANTRI
DI PONDOK PESANTREN AL MALIKI 2 TAMBAKBERAS JOMBANG**

SKRIPSI

Oleh
Muhammad Fauzan Aufadimas
NIM. 210401110206

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan Penguji Skripsi dalam Majelis
Sidang Skripsi Pada tanggal 23 Juni 2025

DEWAN PENGUJI SKRIPSI

Dosen Penguji	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Sekretaris Penguji Selly Candra Ayu, M.Si NIP. 199402172023212040		24 Juni 2025
Ketua Penguji Muh. Anwar Fua'dy, S.Psi, M.A NIP. 198501102023211022		25 Juni 2025
Penguji Utama Dr. Siti Mahmudah, M.Si NIP. 196710291994032001		25 Juni 2025

Disahkan oleh,
Dekan

Prof. Dr. H. Rifa Hidayah, M.Si
NIP. 197611282002122001

NOTA DINAS

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim
Malang

Assalamu'alaikum wr.wb

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul :

**PENGARUH *REACTANCE* TERHADAP *SELF CONTROL* PADA SANTRI
DI PONDOK PESANTREN AL MALIKI 2 TAMBAKBERAS JOMBANG**

Yang ditulis oleh:

Nama : Muhammad Fauzan Aufadimas

NIM : 210401110206

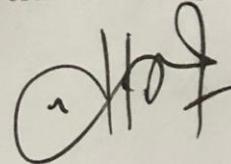
Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

Wassalamu'alaikum wr.wb

Malang, 14 Mei 2025

Dosen Pembimbing



Selly Candra Ayu, M.Si

NIP. 199402172023212040

**LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS
SURAT PERNYATAAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muhammad Fauzan Aufadimas

NIM : 210401110206

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **PENGARUH REACTANCE TERHADAP SELF CONTROL PADA SANTRI DI PONDOK PESANTREN AL MALIKI 2 TAMBAKBERAS JOMBANG**, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan Pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 14 Mei 2025

Penulis



Muhammad Fauzan Aufadimas

NIM. 210401110206

MOTTO

Pikiran yang disiplin membawa kebahagiaan, dan pikiran yang tidak disiplin
membawa penderitaan

Dalai Lama

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan puji dan syukur Alhamdulillahirobbii alamin, sungguh perjuangan yang cukup panjang untuk mendapatkan gelar sarjana ini. Tiada lembar yang paling inti dalam laporan skripsi ini kecuali lembar persembahan.

Laporan skripsi ini saya persembahkan sebagai tanda bukti.

Untuk Kedua Orang Tua

Terima kasih atas cinta, doa, pengorbanan, dan dukungan tiada henti yang telah panjenengan berikan. Setiap langkah dalam perjalanan ini tak akan berarti tanpa ridho dan kasih sayang panjenengan. Semoga keberhasilan kecil ini menjadi setitik kebahagiaan bagi panjenengan berdua.

Untuk Keluarga

Terima kasih kepada keluarga besar atas kasih sayang, dukungan, dan kebersamaan yang menjadi sumber kekuatan selama proses ini.

Untuk Sahabat

Terima kasih atas kebersamaan, semangat, dan bantuan yang kalian berikan. Kehadiran kalian adalah bagian penting dari perjalanan ini.

Untuk Diri Sendiri

Terima kasih telah bertahan sejauh ini. Terima kasih telah berani menghadapi hari-hari sulit, tidak menyerah saat lelah, dan tetap melangkah meski dirundung keraguan. Kamu jauh lebih kuat dari yang kamu bayangkan. Teruslah tumbuh dan menjadi versi terbaik dari dirimu

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil alamin, peneliti panjatkan puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan tepat waktu. Shalawat dan salam peneliti haturkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, semoga kita semua memperoleh syafaat di hari akhir.

Menyelesaikan penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi.) dari Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Tanpa bantuan, dorongan, dan doa dari banyak pihak, penelitian ini tidak akan dapat terlaksana. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar- besarnya kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin M.A, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof. Dr. H. Rifa Hidayah, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Yusuf Ratu Agung, M.A., selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Selly Candra Ayu, M.Si., selaku dosen wali akademik yang selalu memberikan informasi, masukan, dan pengarahan dalam segala aktivitas akademik di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, sekaligus sebagai dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan arahan, masukan, dan motivasi serta meluangkan waktunya sehingga karya tulis ilmiah (skripsi) ini dapat terselesaikan.

5. Dr. Siti Mahmudah, M.Si dan Muh. Anwar Fua'dy, S.Psi, M.A , selaku penguji sidang skripsi yang telah memberikan masukan dan saran yang sangat berharga.
6. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen serta civitas akedemika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sudah memberikan banyak ilmunya selama peneliti menempuh pendidikan S1 Psikologi.
7. Keluarga besar yang selalu memberikan do'a dan dukungan kepada peneliti. Terimakasih atas segala do'a dan dukungannya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik.
8. Terimakasih kepada pengasuh pengasuh PP Al Maliki 2 Bahrul Ulum Tambakberas Jombang KH. M. Syifa' Malik, M.Pd.I yang senantiasa memberikan izin untuk tempat penelitian dan juga memberikan arahan, nasihat serta doa dan dukungan
9. Terimakasih kepada Sahabat Sahabati Pergerakan Mahasiswa Islam Indonesia (PMII) Rayon maupun Komisaariat Sunan Ampel UIN Malang yang sudah kebersamai dan berproses selama ini. Terimakasih kepada Sedulur Seduluri Himpunan Mahasiswa Alumni Bahrul Ulum Malang (HIMMABA) sudah kebersamai dan berproses selama ini.
10. Seluruh santri PP. Al-Maliki 2 Tambakberas Jombang yang telah mengizinkan peneliti untuk melaksanakan penelitian dan bersedia mengisi serta melancarkan proses pengumpulan data penelitian.
11. Terimakasih kepada teman teman angkatan fakultas psikologi 2021 serta teman teman kelas psikologi E yang sudah kebersamai selama masa studi. 11.

12. Terakhir untuk diri saya sendiri Terima kasih telah berani menghadapi hari-hari sulit, tidak menyerah saat lelah, dan tetap melangkah meski dirundung keraguan. Kamu jauh lebih kuat dari yang kamu bayangkan.

Penelitian ini telah disusun sebaik mungkin, meskipun peneliti menyadari bahwa hasilnya masih belum sempurna. Oleh karena itu, masukan serta kritik yang membangun sangat diharapkan untuk perbaikan di masa depan. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi penelitian selanjutnya maupun bagi siapa saja yang membacanya, serta dapat menjadi kontribusi kecil yang berharga dalam pengembangan ilmu pengetahuan

Malang, 14 Mei 2025

Penulis,

Muhammad Fauzan Aufadimas

210401110206

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
NOTA DINAS	v
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	vi
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
ABSTRAK	xviii
ABSTRACT	xix
خلاصة	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN TEORI	9
A. <i>Self Control</i>	9
1. Pengertian <i>Self Control</i>	9
2. Aspek-aspek <i>Self control</i>	10
3. <i>Self control</i> dalam Perspektif Islam	12
B. <i>Reactance</i>	13
1. Pengertian <i>Reactance</i>	13
2. Aspek-aspek <i>Reactance</i>	15
3. <i>Reactance</i> dalam Perspektif Islam.....	16
C. Santri dan Pondok Pesantren.....	18

1. Pengertian Santri.....	18
D. Pengaruh <i>Reactance</i> Terhadap <i>Self control</i> Pada Santri	25
E. Kerangka Konseptual	26
F. Hipotesis.....	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
A. Rancangan Penelitian	28
B. Identifikasi Variabel Penelitian	28
C. Definisi Operasional.....	29
1. <i>Reactance</i> (X).....	29
2. <i>Self control</i> (Y)	29
D. Populasi Dan Sampel	30
1. Populasi.....	30
2. Sampel	30
E. Tahapan Penelitian	31
1. Tahap Pra Penelitian	31
2. Tahap Pengumpulan Data	32
3. Tahap Analisis Penelitian.....	32
F. Teknik Pengumpulan Data.....	32
1. Skala	32
G. Instrumen Penelitian	33
a. Skala <i>Reactance</i>	33
b. Skala <i>Self control</i>	34
H. Validitas dan Reliabilitas.....	36
1. Uji Validitas.....	36
2. Uji Reliabilitas	38
I. Teknik Analisis Data	39
1. Analisis Deskriptif.....	39
2. Uji Asumsi Klasik.....	41
3. Uji Hipotesis	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	43
A. Gambaran Lokasi Penelitian	43
B. Pelaksanaan Penelitian	46

1. Waktu dan Tempat Pelaksanaan.....	46
2. Jumlah Subjek Penelitian.....	46
C. Hasil Penelitian	46
1. Deskripsi Subjek Penelitian.....	46
2. Faktor Utama Pembentuk Variabel	48
3. Uji Asumsi Klasik.....	51
4. Analisis Deskriptif.....	52
4. Uji Hipotesis	57
D. Pembahasan.....	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	76
A. Kesimpulan	76
B. Keterbatasan Penelitian.....	77
A. Saran	78
DAFTAR PUSTAKA.....	80
LAMPIRAN	86

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skor Jawaban Skala	33
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Reactance	34
Tabel 3. 3 Blueprint Skala Self control	35
Tabel 3. 4 Uji Validitas Skala Reactance	37
Tabel 3. 5 Uji Validitas Skala Self control.....	37
Tabel 3. 6 Interval Koefisien Reliabilitas	38
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas.....	39
Tabel 3. 8 Rumus Kategorisasi Data	40
Tabel 4. 1 Jenis Kelamin Subjek Penelitian	46
Tabel 4. 2 Usia Subjek Penelitian.....	47
Tabel 4. 3 Skor Usia Subjek	47
Tabel 4. 4 Pendidikan Subjek Penelitian	48
Tabel 4. 5 Pekerjaan Subjek Penelitian	48
Tabel 4. 6 Aspek Utama Reactance	49
Tabel 4. 7 Aspek Utama Self control.....	50
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas	51
Tabel 4. 9 Hasil Uji Linieritas	52
Tabel 4. 10 Skor Empirik	54
Tabel 4. 11 Rumus Kategorisasi Data.....	55
Tabel 4. 12 Kategorisasi Data Reactance	55
Tabel 4. 13 Kategorisasi Data Self control.....	56
Tabel 4. 14 Skor Empirik berdasarkan lama tinggal di pesantren	56
Tabel 4. 15 Hasil Uji Regresi	57
Tabel 4. 16 Hasil Koefisien Determinasi.....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	26
---------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Balasan Surat Izin Penelitian	87
Lampiran 2 Dokumentasi	88
Lampiran 3 Kuesioner Penelitian	89
Lampiran 4 Tabulasi Data Skala Reactance	90
Lampiran 5 Tabulasi Data Skala Self control	92
Lampiran 6 Output Uji Validitas Skala Reactance	93
Lampiran 7 Output Uji Validitas Skala Self control	94
Lampiran 8 Output Uji Reliabilitas Reactance	94
Lampiran 9 Output Uji Reliabilitas Self control	94
Lampiran 10 Output Uji Normalitas	95
Lampiran 11 Output Uji Linieritas	95
Lampiran 12 Output Uji Regresi	95
Lampiran 13 Output Uji Koefisien Determinasi	95

ABSTRAK

Muhammad Fauzan Aufadimas, 210401110206, *Pengaruh Reactance Terhadap Self control Pada Santri Di Pondok Pesantren Al Maliki 2 Tambakberas Jombang*. Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
Dosen Pembimbing : Selly Candra Ayu, M.Si.

Reactance psikologis merupakan reaksi negatif yang muncul ketika individu merasa kebebasannya terancam atau dibatasi, sementara *self control* adalah kemampuan individu untuk mengendalikan pikiran, emosi, dan perilaku dalam mencapai tujuan jangka panjang. Beberapa santri memiliki permasalahan yaitu susah mengontrol dirinya karena terdapat beberapa peraturan ketat yang ada di Pondok Pesantren AL-Maliki 2. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat *reactance* psikologis dan *self control* pada santri Pondok Pesantren Al Maliki 2 Tambakberas Jombang serta menguji pengaruh *reactance* terhadap *self control*.

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi sederhana. Subjek penelitian adalah santri Pondok Pesantren Al Maliki 2 Tambakberas Jombang yang berjumlah 50 orang. Instrumen penelitian yang diukur menggunakan skala *reactance* psikologis dan skala *self control*. Skala *reactance* mengadaptasi *Hong Psychological Reactance Scale (HPRS)* oleh Hong & Page (1989). Sedangkan skala *self control* mengadaptasi *Brief Self control Scale (BSCS)* dikembangkan oleh Tangney et al. (2004)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *reactance* santri berada pada kategori sedang dengan nilai rata-rata 62,14, sedangkan tingkat *self control* santri berada pada kategori tinggi dengan nilai rata-rata 75,22. Analisis regresi sederhana menghasilkan persamaan $Self\ control = 21,456 - 0,732(Reactance)$ dengan koefisien determinasi sebesar 0,462, yang menunjukkan adanya pengaruh negatif signifikan antara *reactance* terhadap *self control*. Tingkat *reactance* yang sedang mengindikasikan bahwa meskipun santri merasakan pembatasan kebebasan, mereka memiliki pemahaman terhadap tujuan aturan pesantren. Sementara tingkat *self control* yang sedang menunjukkan keberhasilan sistem pendidikan pesantren dalam membentuk karakter santri yang mampu mengendalikan diri sesuai dengan nilai-nilai yang ditanamkan. Temuan penelitian ini berimplikasi pada pentingnya penerapan aturan pesantren yang disertai penjelasan rasional dan komunikasi yang tidak mengancam kebebasan guna meminimalisir munculnya *reactance* sekaligus mengembangkan *self control* santri secara optimal.

Kata Kunci: *Reactance* Psikologis, *Self control*, Santri, Pondok Pesantren.

ABSTRACT

Muhammad Fauzan Aufadimas, 210401110206, *The Effect of Reactance on Self control Among Students at Al Maliki 2 Islamic Boarding School Tambakberas Jombang*. Thesis, Faculty of Psychology, State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang
Supervisor: Selly Candra Ayu, M.Si.

Psychological *reactance* is a negative reaction that arises when individuals feel their freedom is threatened or restricted, while *self control* is an individual's ability to control thoughts, emotions, and behavior in achieving long-term goals. Some students have a problem that is difficult to control themselves because there are several strict regulations in Pondok Pesantren AL-Maliki 2. This study aims to analyze the level of psychological *reactance* and *self control* in students of Pondok Pesantren Al Maliki 2 Tambakberas Jombang and test the effect of *reactance* on *self control*.

The research used a quantitative approach with simple regression analysis. The research subjects were 50 students of Al Maliki 2 Tambakberas Jombang Islamic Boarding School. The research instruments measured using the psychological *reactance* scale and the *self control* scale. The *reactance* scale adapts the Hong Psychological *Reactance* Scale (HPRS) by Hong & Page (1989). While the *self control* scale adapts the Brief *Self control* Scale (BSCS) developed by Tangney et al. (2004)

The results showed that the students' *reactance* level was in the moderate category with an average value of 62.14, while the students' *self control* level was in the high category with an average value of 75.22. Simple regression analysis resulted in the equation $Self\ control = 21.456 - 0.732 (Reactance)$ with a coefficient of determination of 0.462, which indicates a significant negative influence between *reactance* on *self control*. A moderate level of *reactance* indicates that although students feel restrictions on freedom, they have an understanding of the purpose of pesantren rules. Meanwhile, a high level of *self control* indicates the success of the pesantren education system in shaping the character of students who are able to control themselves in accordance with the values instilled. The findings of this study have implications for the importance of implementing pesantren rules accompanied by rational explanations and communication that does not threaten freedom in order to minimize the emergence of *reactance* while optimally developing santri's *self control*.

Keywords: Psychological *Reactance*, *Self control*, Islamic Boarding School Students, Islamic Boarding School

خلاصة

محمد فوزان أوفاديماس، ٢٠١١٠٢٠٦، تأثير المقاومة النفسية على ضبط النفس لدى طلاب معهد المالكي ٢ الإسلامي تمباكبيراس جومبانج. بحث جامعي، كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج
المشرفة: سيلبي تشاندرا أيو، الماجستير

لاستجابة النفسية هي رد الفعل السلبي الذي ينشأ عندما يشعر الأفراد بأن حريتهم مهددة أو مقيدة، في حين أن ضبط النفس هو قدرة الفرد على التحكم في الأفكار والعواطف والسلوك في تحقيق الأهداف طويلة المدى. تهدف هذه الدراسة إلى تحليل مستوى التفاعل النفسي وضبط النفس لدى طلاب مدرسة بوندوك بيسانترين المالكي 2 تمباكبيراس جومبانج واختبار تأثير التفاعل على ضبط النفس. استخدم البحث منهجاً كمياً مع تحليل الانحدار البسيط. كان المشاركون في البحث 50 طالباً من مدرسة المالكي 2 تمباكبيراس جومبانج الإسلامية الداخلية. تم قياس أدوات البحث باستخدام مقياس التفاعل النفسي ومقياس التحكم الذاتي. ويقتبس مقياس التفاعل النفسي من مقياس هونغ للتفاعل النفسي (HPRS) لهونغ وبيج (1989). في حين أن مقياس التحكم الذاتي يتكيف مع مقياس التحكم الذاتي الموجز (BSCS) الذي طوره تانجني وآخرون (2004). أظهرت النتائج أن مستوى التفاعل لدى الطالبات كان في الفئة المعتدلة بمتوسط قيمة 62.14، بينما كان مستوى ضبط النفس لدى الطالبات في الفئة العالية بمتوسط قيمة 75.22. وأسفر تحليل الانحدار البسيط عن معادلة ضبط النفس = 21.456 - 0.732 (التفاعلية) بمعامل تحديد قدره 0.462، مما يشير إلى وجود تأثير سلبي كبير بين التفاعلية على ضبط النفس. يشير المستوى المعتدل للتفاعل إلى أنه على الرغم من شعور الطلاب بالقيود المفروضة على الحرية، إلا أن لديهم فهماً للغرض من قواعد البيزانترين. وفي الوقت نفسه، يشير ارتفاع مستوى ضبط النفس إلى نجاح نظام التعليم في البيزانترين في تشكيل شخصية الطلاب القادرين على ضبط أنفسهم وفقاً للقيم المغروسة. إن نتائج هذه الدراسة لها دلالات على أهمية تطبيق قواعد البيزانترين مصحوبة بتفسيرات عقلانية وتواصل لا يهدد الحرية من أجل تقليل ظهور رد الفعل مع تنمية ضبط النفس لدى البيزانترين على النحو الأمثل.

الكلمات المفتاحية: الاستجابة النفسية، ضبط النفس، السنترين، المدرسة الداخلية الإسلامية

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pesantren adalah sebuah pendidikan tradisional yang para siswanya tinggal bersama dan belajar di bawah bimbingan guru yang lebih dikenal dengan sebutan ustadz dan mempunyai asrama untuk tempat menginap santri (Dhofier, 2011). Pondok Pesantren merupakan dua istilah yang menunjukkan satu pengertian. Pesantren menurut pengertian dasarnya adalah tempat belajar para santri, sedangkan pondok berarti rumah atau tempat tinggal sederhana terbuat dari bambu (Mastuhu, 2014). Di samping itu, kata pondok mungkin berasal dari bahasa Arab Funduq yang berarti asrama atau hotel (Steenbrink, 2012).

Latar belakang santri yang berbeda-beda dan jumlahnya yang banyak menyebabkan pola asuh dalam mendisiplinkan santri yang diajarkan pengasuh tidaklah mudah karena santri datang dengan membawa kebiasaan pengasuhan dari orang tua nya masing-masing yang berbeda dan kemudian harus membiasakan dengan gaya pengasuhan di pondok pesantren (Qomar, 2015). Semua akan terbukti ketika santri mengikuti kegiatan di pondok seperti shalat jama'ah, membaca al-quran, pengajian kitab, hafalan-hafalan, serta amalan-amalan lainnya (Nata, 2013).

Di beberapa pondok pesantren modern di Jawa Timur, terdapat peraturan ketat mengenai penggunaan alat komunikasi. Santri tidak diperkenankan menggunakan ponsel selama masa belajar dan hanya diizinkan mengaksesnya seminggu sekali, tidak boleh merokok, dan tidak boleh bolos sekolah, serta dilarang keluar area

pondok di luar waktu yang telah ditentukan. Aturan ini dimaksudkan untuk menjaga fokus belajar dan mencegah pengaruh negatif dari media sosial. Hal ini bertujuan agar santri memiliki kemampuan mengendalikan diri atau *self control* yang baik dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Namun dalam praktiknya, tidak semua santri dapat mematuhi peraturan yang telah ditetapkan secara optimal. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di Pondok Pesantren Al-Maliki 2 Tambakberas Jombang, ditemukan adanya indikasi pelanggaran disiplin oleh sejumlah kecil santri. Dari sekitar 90 santri yang ada, tercatat sekitar 5 hingga 7 orang yang terlibat dalam pelanggaran seperti membolos sekolah, menggunakan handphone secara diam-diam, merokok di dalam area pondok, atau keluar pondok saat kegiatan berlangsung dengan berbagai alasan yang tidak jelas. Meskipun jumlahnya tidak signifikan secara kuantitatif, perilaku ini menunjukkan pola yang konsisten dan berpotensi memengaruhi santri lainnya. Dalam salah satu wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti kepada seorang santri yang berinisial AF mengungkapkan:

“Kadang capek, jenuh, kegiatan padat. Teman-teman saya ada yang keluar sebentar dari pondok cari udara segar tanpa izin. Ada juga yang bolos sekolah karena ngerasa pelajaran nggak efektif. Sebenarnya tahu itu salah, tapi pengen ngelawan aja. Kayak semacam pelampiasan. Habis itu nyesel juga.” (Wawancara, 24 Juni 2025)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa reaksi terhadap aturan pondok tidak selalu muncul dari ketidaktahuan atau ketidakmampuan memahami nilai-nilai yang diajarkan, tetapi bisa jadi merupakan bentuk resistensi terhadap tekanan yang dirasakan terlalu membatasi kebebasan personal. Pernyataan ini diperkuat oleh pengasuh pondok, Pengasuh, yang menyatakan:

“Kami melihat bahwa pelanggaran itu muncul dari rasa ingin bebas yang tidak tersalurkan. Mereka merasa dikekang, akhirnya muncul keinginan untuk

melawan aturan. Ini tantangan dalam membentuk karakter santri. Kami ingin bukan hanya ketaatan, tapi juga kesadaran.” (Wawancara, 24 Juni 2025)

Fenomena ini berkaitan erat dengan *self control*. *Self control* atau pengendalian diri adalah suatu keterampilan individu yang dapat berkembang dengan menghadapi situasi atau kondisi di dalam dirinya lingkungan sekitar. Orang yang memiliki pengendalian diri berpotensi melakukan hal ini tindakan seperti mengendalikan perilaku, menyesuaikan perilaku dengan orang lain, kemampuan untuk merencanakan, membantu, dan bergerak ke arah yang lebih baik positif (Rahmatiani et al., 2023). Dalam lingkungan pondok pesantren, *self control* merupakan aspek penting yang perlu dimiliki oleh setiap santri. Hal ini disebabkan karena santri hidup dalam aturan yang berlaku sepanjang waktu, sehingga mereka dituntut untuk mampu mengatur emosi, menahan dorongan pribadi, serta menjaga sikap dan perilaku dalam interaksi sehari-hari.

Penelitian oleh Hidayat et al (2024) menunjukkan bahwa santri dengan tingkat *self control* yang tinggi cenderung lebih mampu mematuhi peraturan pondok dan menghindari perilaku menyimpang. Hal ini terjadi karena mereka memiliki kemampuan menunda kepuasan sesaat demi mencapai tujuan jangka panjang. Penelitian lain oleh Ningsari (2023) juga mengungkap bahwa *self control* berkontribusi signifikan terhadap keberhasilan santri dalam menjalani kehidupan disiplin dan spiritual di pesantren.

Selain itu, menurut Sarwono & Meinarno (2015), *self control* memungkinkan seorang santri untuk menahan keinginan sesaat dan tetap berkomitmen pada tujuan yang ingin dicapai, meskipun ada godaan yang mengalihkan perhatian. Kemampuan ini berperan penting dalam menjaga disiplin, karena santri yang

memiliki self control yang kuat biasanya lebih teratur dalam mengelola waktu dan konsisten dalam menjalankan tanggung jawab.

Studi oleh Kamiswara (2021) juga mendukung hal ini dengan menunjukkan bahwa santri dengan *self control* yang tinggi memiliki kecenderungan lebih baik dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik dan kegiatan ibadah secara konsisten. Mereka tidak mudah terpengaruh oleh tekanan sosial atau lingkungan yang tidak mendukung, karena mampu mengarahkan perilaku berdasarkan nilai-nilai yang diyakini.

Namun dalam kondisi tertentu, tekanan kebebasan individu dapat memicu reaksi psikologis yang disebut sebagai *reactance*. Menurut Reynolds-Tylus (2019), *Reactance* psikologis adalah keadaan motivasi yang diperkirakan terjadi ketika kebebasan dirampas atau diancam. Meskipun setiap komunikasi persuasif berpotensi menimbulkan *reactance* balik jika mengancam atau menghilangkan kebebasan yang sebelumnya dimiliki, besarnya *reactance* balik yang diakibatkannya diasumsikan berhubungan positif dengan pentingnya kebebasan yang terancam tersebut.

Berdasarkan teori *Psychological Reactance* yang dikemukakan oleh Brehm (1966), *reactance* merupakan dorongan psikologis yang timbul saat individu merasa kebebasannya dibatasi atau terancam. Kondisi ini mendorong seseorang untuk menunjukkan perilaku penolakan atau perlawanan terhadap aturan yang membatasi tersebut. Dalam konteks santri, ketika mereka merasakan aturan pondok terlalu membatasi tanpa memberi ruang untuk kebebasan pribadi, maka kemungkinan untuk melakukan tindakan seperti melanggar, menyembunyikan

perilaku, atau mencari celah agar terbebas dari aturan akan meningkat sebagai bentuk usaha memulihkan rasa kebebasan yang hilang.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat *reactance* dan *self control*. Silvia (2005) dalam penelitiannya yang berjudul *Deflecting Reactance: The Role of Similarity in Increasing Compliance and Reducing Resistance* menemukan bahwa pesan yang mengandung unsur paksaan atau tekanan cenderung menimbulkan resistensi dalam diri individu terutama ketika tidak ada kedekatan atau kesamaan antara komunikator dan penerima pesan. Dalam situasi seperti ini, individu menunjukkan *boomerang effect*, yaitu merespons tekanan dengan melakukan hal yang justru berlawanan dari apa yang diharapkan. Meskipun penelitian tersebut tidak secara langsung mengukur *self control*, reaksi emosional yang timbul dalam kondisi *reactance* secara konseptual erat kaitannya dengan berkurangnya kemampuan pengendalian diri. Selaras dengan itu, penelitian Mirzaei et al. (2016) yang berjudul *The Relationship Between Psychological Reactance and Risk-Taking Behavior in Adolescents: The Mediating Role of Self Control*. Hasil dari penelitian ini adalah *reactance* tidak hanya berdampak langsung terhadap perilaku berisiko, tetapi juga secara tidak langsung melalui penurunan *self control*. Pada kelompok remaja menemukan bahwa *reactance* psikologis memiliki hubungan positif dengan kecenderungan perilaku menyimpang serta resistensi terhadap *self control*. Hasil-hasil tersebut menunjukkan bahwa ketika seseorang merasa kebebasannya dibatasi, dorongan untuk mempertahankan atau mengembalikan kebebasan tersebut seringkali lebih dominan dibandingkan dengan dorongan untuk patuh, sehingga melemahkan kemampuan dalam mengendalikan diri.

Hingga saat ini, kajian mengenai pengaruh *reactance* terhadap *self control* dalam lingkungan pondok pesantren masih tergolong minim. Sebagian besar penelitian lebih banyak dilakukan pada konteks pendidikan umum dengan subjek siswa maupun mahasiswa serta pada remaja secara luas, tanpa mempertimbangkan karakteristik unik pesantren yang penuh dengan aturan ketat, nilai-nilai religius, dan tekanan sosial yang kuat (Mirzaei et al., 2016; Silvia., 2005; Baumeister et al., 2007; Keller et al., 2011). Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian yang penting untuk diisi. Selama ini, pelanggaran perilaku santri lebih banyak ditanggapi secara normatif dan bersifat hukuman, padahal ada dimensi psikologis yang perlu dipahami agar proses pembinaan santri dapat dilakukan secara lebih menyeluruh dan efektif.

Dengan demikian, penelitian ini memiliki kebaruan (*novelty*) dengan mengkaji hubungan antara *reactance* dan *self control* dalam setting pondok pesantren. Pendekatan ini tidak hanya memperkaya kajian psikologi remaja dalam konteks budaya dan religius, tetapi juga memberi kontribusi praktis bagi pengelola pesantren dalam menyusun strategi pembinaan santri yang lebih adaptif dan humanis.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis ingin mengangkat fenomena ke dalam skripsi dengan judul “pengaruh *reactance* terhadap *self control* pada santri di pondok pesantren Al-Maliki 2 Tambakberas Jombang” Hal tersebut bertujuan untuk mendidik seseorang agar dapat mengembangkan diri untuk melatih anak mengelola dirinya serta bertanggung jawab terhadap dirinya sendiri. Sehingga menjadi pribadi yang tidak ketergantungan dengan orang lain dan selalu tertib mentaati peraturan yang telah ditentukan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat *reactance* pada santri Pondok Pesantren Al Maliki 2 Tambakberas Jombang?
2. Bagaimana tingkat *self control* pada santri Pondok Pesantren Al Maliki 2 Tambakberas Jombang?
3. Apakah terdapat pengaruh *reactance* terhadap *self control* pada santri Pondok Pesantren Al Maliki 2 Tambakberas Jombang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan diatas, maka tujuan yang dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui tingkat *reactance* pada santri Pondok Pesantren Al Maliki 2 Tambakberas Jombang.
2. Mengetahui tingkat *self control* pada santri Pondok Pesantren Al Maliki 2 Tambakberas Jombang.
3. Mengetahui pengaruh *reactance* terhadap *self control* pada santri Pondok Pesantren Al Maliki 2 Tambakberas Jombang.

D. Manfaat Penelitian

Adapun masalah dari penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperluas pemahaman teoritis mengenai faktor-faktor yang memengaruhi tingkat *self control* pada individu, khususnya dalam konteks kehidupan santri di

lingkungan pondok pesantren. Dengan menelaah peran *reactance* sebagai variabel yang berpengaruh, penelitian ini dapat memperkaya khazanah teori dalam bidang psikologi sosial dan pendidikan. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi acuan dan referensi bagi penelitian selanjutnya yang ingin mengembangkan atau menguji teori-teori terkait *reactance* dan *self control* dalam konteks yang berbeda atau pada populasi yang lebih luas.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi pengelola Pondok Pesantren Al Maliki 2 Tambakberas Jombang dalam upaya meningkatkan efektivitas tata tertib serta strategi pembinaan santri, khususnya dalam pengembangan *self control*. Dengan mengetahui sejauh mana *reactance* memengaruhi tingkat *self control* santri, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dalam mengevaluasi kebijakan yang telah diterapkan, serta merumuskan rekomendasi kebijakan baru yang lebih adaptif dan responsif terhadap kebutuhan psikologis santri.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Self Control*

1. Pengertian *Self Control*

Self control atau kontrol diri merupakan salah satu konsep fundamental dalam psikologi yang telah banyak diteliti dan dikembangkan oleh para ahli. *Self control* sebagai kapasitas untuk mengubah dan mengadaptasi diri sehingga menghasilkan keselarasan yang lebih baik antara diri dan lingkungan (Tangney, Baumeister, & Boone 2004). Kemampuan ini mencakup pengendalian pikiran, emosi, impuls, dan perilaku untuk mencapai tujuan jangka panjang. *Self control* menjadi kemampuan untuk mengesampingkan atau mengubah respons batin seseorang, serta menghentikan kecenderungan perilaku yang tidak diinginkan dan menahan diri dari bertindak atas kecenderungan tersebut (Baumeister et al. 2007). Mereka menekankan bahwa *self control* merupakan sumber daya terbatas yang dapat terkuras dan perlu dikelola dengan bijak.

Self control sebagai kemampuan individu untuk mengarahkan dan mengatur perilaku sendiri, termasuk kemampuan untuk menahan dorongan, menghindari tindakan yang menyimpang, dan mengontrol emosi. Dalam konteks perkembangan remaja, *self control* sangat penting agar mereka dapat bertindak sesuai nilai dan tujuan hidupnya. (Desmita 2006)

Dimensi penting dalam pemahaman *self control* digambarkan sebagai proses eksekutif yang memungkinkan individu untuk mempertahankan perilaku yang diarahkan pada tujuan dalam menghadapi godaan dan impuls yang bersaing

(Vohs & Heatherton 2000). *Self control* melibatkan interaksi kompleks antara kognitif, afektif, dan komponen perilaku. *Self control* dalam masa kanak-kanak memiliki implikasi jangka panjang yang signifikan untuk kesehatan, kesejahteraan finansial, dan penyesuaian sosial di masa dewasa. (Moffitt et al. 2011)

Individu dengan *self control* yang lebih tinggi cenderung memiliki kesehatan fisik yang lebih baik, tingkat pendidikan yang lebih tinggi, stabilitas keuangan yang lebih baik, dan tingkat kriminalitas yang lebih rendah.

Komponen kunci *self control* meliputi inhibisi respons (*Response Inhibition*), regulasi afektif (*Affective Regulation*), pengendalian perhatian (*Attention Control*), penetapan dan pencapaian tujuan (*Goal-Setting and Achievement*) (Duckworth & Kern 2011). Sedangkan untuk proses *self control*, hal-hal yang melibatkan antara lain:

- 1) Proses motivasional: pergeseran motivasi dari pengendalian ke gratifikasi
- 2) Proses atensi: pergeseran perhatian dari isyarat yang terkait dengan kontrol ke isyarat yang terkait dengan reward
- 3) Proses emosional: perubahan dalam pengalaman dan regulasi emosi (Inzlicht & Schmeichel 2012)

2. Aspek-aspek *Self control*

Tangney menyatakan bahwa *self control* terdiri atas lima aspek yaitu *self-discipline, deliberate/non-impulsive action, healthy habits, work ethic, dan reliability*. (Tangney, Boone, dan Baumeister 2004) Secara lebih rincinya sebagai berikut:

1) *Self Discipline*

Self-discipline merujuk pada kemampuan individu dalam menunjukkan keteraturan dalam perilaku dan pola hidupnya. Seseorang dengan *self discipline* yang tinggi mampu bertahan dan konsisten dengan rutinitas kegiatan sehari-hari dan tidak terdistraksi dengan godaan lain seperti bermain game, membuka media sosial, atau perjalanan yang kurang bermanfaat.

2) *Deliberate/non-impulsive action*

Deliberate/non-impulsive action diartikan sebagai kecenderungan individu menunjukkan perilaku dengan pertimbangan kognitif terlebih dahulu. Seseorang dengan *deliberate action* yang tinggi menunjukkan sifat berhati-hati, tidak tergesa-gesa, dan mempertimbangkan hal dengan baik dalam bertindak. Misalnya, seseorang mempertimbangkan kecukupan waktu untuk bekerja dan menyelesaikan tugas utamanya sebelum memutuskan untuk bepergian jauh.

3) *Healthy Habits*

Healthy habits merujuk pada kemampuan individu mengatur kebiasaan atau pola hidup sehat bagi dirinya. Misalnya seseorang dengan *healthy habits* yang tinggi memiliki jadwal makan dan tidur yang teratur sehingga tidak menimbulkan dampak buruk pada kesehatan.

4) *Work Ethic*

Work Ethic merujuk pada kemampuan regulasi individu dalam melakukan suatu tugas pekerjaan. Seseorang dengan *work ethic* yang tinggi tetap dapat menyelesaikan tugas pekerjaan meskipun ia juga

mempersiapkan agenda lainnya.

5) *Reliability*

Reliability menjadi kemampuan individu menunjukkan keandalan dalam melaksanakan tugas untuk pencapaian tujuan tertentu.

3. *Self control* dalam Perspektif Islam

Dalam ajaran Islam, *self control* dikenal sebagai *mujahadatun nafs* atau perjuangan melawan hawa nafsu. Konsep ini menjadi pusat dalam pembentukan pribadi Muslim yang bertakwa. Al-Qur'an dan Hadis memberikan banyak penekanan pada pentingnya mengendalikan hawa nafsu sebagai jalan menuju keberhasilan hidup dunia dan akhirat. Allah SWT berfirman dalam QS. An-Nazi'at ayat 40-41:

وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَىٰ

Artinya: "Dan adapun orang-orang yang takut kepada kebesaran Tuhannya dan menahan diri dari keinginan hawa nafsunya, maka sesungguhnya surgalah tempat tinggalnya." (QS. An-Nazi'at: 40-41)

Ayat ini menunjukkan bahwa keberhasilan dalam menahan hawa nafsu merupakan indikator utama keberhasilan spiritual seseorang. Dalam tafsirnya, Ibnu Katsir menjelaskan bahwa *hawa nafsu* merupakan dorongan keinginan duniawi yang sering kali menjerumuskan manusia ke dalam dosa, dan *self control* adalah usaha serius untuk melawannya.

Dalam "Al-Iman wal-Hayat" (Keimanan dan Kehidupan), al-Qaradawi menjelaskan bahwa *self control* adalah salah satu manifestasi dari iman yang benar. Seorang Muslim sejati tidak hanya menjalankan syariat secara lahiriah, tetapi juga harus mampu mengendalikan hawa nafsunya secara batiniyah. (Yusuf al-Qaradawi, Al-Iman wal-Hayat, 1992, hlm. 112) Ia menyatakan: "Iman yang

kuat akan melahirkan kekuatan batin yang menahan seseorang dari melakukan keburukan, sekalipun ia mampu dan memiliki kesempatan untuk melakukannya."

Puasa sebagai sarana latihan pengendalian diri dalam Islam. Ia menyebut puasa sebagai madrasah tarbiyyah (sekolah pendidikan moral) yang melatih jiwa untuk menahan diri dari yang halal apalagi yang haram. (Yusuf al-Qaradawi, *Al-Iman wal-Hayat*, 1992, hlm. 114) *Self control* dalam perspektif Islam mencakup beberapa aspek meliputi pengendalian hawa nafsu (*nafs al-ammarah*), kesabaran, ketaqwaan, keikhlasan.

B. Reactance

1. Pengertian Reactance

Reactance atau reaktansi psikologis merupakan suatu konstruk psikologis yang menggambarkan reaksi emosional negatif yang muncul ketika seseorang merasa kebebasan pribadinya terancam atau terbatas (Brehm, 1966). Teori reaktansi psikologis ini pertama kali dikemukakan oleh Jack Brehm pada tahun 1966 melalui bukunya yang berjudul "*A Theory of Psychological Reactance*". Reaktansi psikologis adalah motivasi yang muncul untuk memulihkan kebebasan yang terancam atau hilang. Brehm (1981) menyatakan bahwa ketika individu merasakan adanya ancaman terhadap kebebasan mereka untuk berperilaku tertentu, mereka akan termotivasi untuk mempertahankan atau memulihkan kebebasan tersebut. Reaktansi psikologis dapat dilihat sebagai kombinasi dari kemarahan dan pemikiran negatif sebagai respons terhadap pesan persuasif yang mengancam. (Dillard & Shen 2005)

Reactance sebagai keadaan motivasional yang muncul ketika seseorang merasa kebebasannya terancam, yang kemudian mendorong orang tersebut

untuk memulihkan kebebasan yang terancam tersebut. (Quick & Stephenson 2007) Hal ini dapat termanifestasi dalam berbagai bentuk perilaku, mulai dari penolakan langsung hingga peningkatan ketertarikan terhadap perilaku yang dilarang.

Dalam bukunya Psikologi Sosial, Sarlito menjelaskan bahwa "*Ketika seseorang merasa dikontrol atau dipaksa untuk melakukan atau tidak melakukan sesuatu, maka ia bisa menunjukkan resistensi berupa perilaku yang justru bertentangan dengan yang diharapkan. Ini adalah bentuk dari psychological reactance.*" Ketika individu merasa kebebasan mereka dibatasi oleh pihak lain, muncul dorongan untuk menegaskan kembali kebebasan tersebut dengan menolak atau bahkan melanggar batasan itu. (Sarwono, 2002)

Empat elemen penting dalam teori reaktansi psikologis terbagi meliputi kebebasan perilaku (*Behavioral Freedom*), ancaman terhadap kebebasan (*Threat to Freedom*), reaktansi psikologis (*Psychological Reactance*), pemulihan kebebasan (*Restoration of Freedom*) (Wicklund 1974)

Reactance tidak hanya melibatkan komponen kognitif dan afektif, tetapi juga memiliki dimensi motivasional yang kuat. Mereka menekankan bahwa reaktansi dapat muncul bahkan ketika ancaman terhadap kebebasan hanya bersifat implisit. (Steindl et al. 2015) reactance dapat bervariasi tergantung pada pentingnya kebebasan yang terancam, besarnya ancaman terhadap kebebasan, konteks sosial dan budaya, dan karakteristik individual (Rosenberg & Siegel 2018)

Dengan demikian, *Reactance* dalam bidang psikologi sosial menekankan bahwa ancaman terhadap kebebasan individu dapat memicu perilaku penolakan atau perlawanan.

2. Aspek-aspek *Reactance*

Manusia memiliki kebutuhan dasar untuk merasa bebas dalam memilih tindakan. Ketika kebebasan ini terancam atau dibatasi, individu akan mengalami ketegangan psikologis berupa reaksi penolakan yang disebut *reactance*. *Reactance* merupakan suatu keadaan motivasional yang muncul untuk memulihkan kebebasan yang hilang. (Brehm, 1966). Individu yang mengalami *reactance* cenderung menunjukkan perilaku yang menentang atau tidak sejalan dengan aturan yang membatasi kebebasannya. Aspek-aspek *reactance* yang dikemukakan Brehm antara lain:

1) *Perceived Freedom* (kebebasan yang dipersepsikan)

Reactance hanya mungkin terjadi apabila seseorang percaya bahwa ia memiliki pilihan atau kontrol terhadap suatu tindakan. Jika individu tidak pernah merasa memiliki kebebasan itu sejak awal, maka tidak akan ada dorongan untuk menolaknya. (Brehm, 1966)

2) *Threat to Freedom* (ancaman terhadap kebebasan).

Reactance muncul saat seseorang menyadari bahwa kebebasannya sedang atau akan diambil, baik secara langsung maupun tidak langsung. Ancaman ini bisa datang dalam bentuk larangan, perintah yang mengikat, atau tekanan sosial yang membatasi ruang gerak seseorang. (Brehm, 1966).

3) *Magnitude of Reactance* (Tingkat *Reactance*)

Tingkat ini bergantung pada seberapa penting kebebasan tersebut bagi individu, seberapa besar pembatasan yang diberikan, dan seberapa banyak pilihan alternatif yang hilang. Semakin signifikan kebebasan tersebut bagi seseorang, maka semakin besar *reactance* yang ditimbulkan ketika kebebasan itu terancam. (Brehm, 1966).

4) *Restoration of Freedom* (upaya pemulihan kebebasan).

Ketika *reactance* muncul, individu akan terdorong untuk memulihkan kebebasan yang hilang. Ini bisa dilakukan dengan secara terang-terangan melanggar aturan, melakukan perilaku yang dilarang (*boomerang effect*), atau menolak aturan secara pasif. (Brehm, 1966)

5) *Perceived Legitimacy* (persepsi atas kewajaran aturan).

Kemungkinan munculnya *reactance* akan lebih rendah jika individu memandang aturan atau larangan tersebut sebagai sesuatu yang adil dan masuk akal. Sebaliknya, jika aturan dirasakan tidak logis, sewenang-wenang, atau terlalu mengekang tanpa dasar yang jelas, maka resistensi psikologis akan lebih kuat. (Brehm, 1966) Pendekatan komunikatif dan rasional dalam menerapkan aturan menjadi sangat penting untuk meminimalisasi *reactance*.

3. *Reactance* dalam Perspektif Islam

Dalam pandangan Seyyed Hossein Nasr menilai bahwa manusia modern cenderung menuhankan ego, rasionalitas, dan kehendaknya sendiri, sehingga menolak otoritas transendental (agama, wahyu, dan syariat). *Reactance* dalam konteks ini bukan sekadar reaksi psikologis terhadap tekanan luar, tetapi mencerminkan krisis spiritual dan pemberontakan batin terhadap tatanan ilahi.

Dalam bukunya "*Knowledge and the Sacred*", Nasr menegaskan bahwa modernitas telah menciptakan manusia yang terlalu memuja kebebasan individual tanpa akar spiritual, sehingga ketika dihadapkan pada disiplin ilahi seperti syariat Islam atau adab dalam lingkungan agamis ia akan merasa terkekang, lalu melawan secara halus maupun terang-terangan.

Dalam lingkungan yang agamis, aturan yang ketat mengenai ibadah dan interaksi sosial kerap menimbulkan *reactance* di kalangan masyarakat yang belum memahami makna batin dari ketaatan. Dalam lensa Nasr, bentuk resistensi ini bukan hanya soal psikologi kepribadian, tetapi kegagalan dalam mengintegrasikan dimensi spiritual dalam kesadaran diri. Nasr menyebut ini sebagai bentuk alienasi dari fitrah, di mana individu melihat aturan ilahi sebagai beban, bukan sebagai jalan kembali menuju hakikat kemanusiaan.

Sebagaimana Allah berfirman dalam QS. Az-Zariyat: 56: Qur'an. (2020). *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Jakarta: Kementerian Agama Republik Indonesia.

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

Artinya: "Tidaklah Aku menciptakan jin dan manusia kecuali untuk beribadah kepada-Ku" (QS. Az-Zariyat: 56)

Nasr mendorong pendidikan Islam untuk tidak hanya menekankan kepatuhan formal terhadap aturan, tetapi juga memperdalam dimensi metafisik dan maknawi dari setiap perintah. Dengan demikian, peserta didik yang awalnya merasa tertekan oleh aturan, secara bertahap akan menemukan keindahan dalam ketaatan, bukan karena terpaksa, tetapi karena terdorong oleh cinta dan kesadaran spiritual.

Dalam tafsir Seyyed Hossein Nasr (*The Study Qur'an*), ayat ini menegaskan bahwa esensi kemanusiaan tidak ditemukan dalam kebebasan tanpa batas, tetapi dalam penghambaan kepada Tuhan. Ketika seseorang menolak perintah Allah karena merasa kebebasannya terganggu, sesungguhnya ia sedang memisahkan dirinya dari tujuan penciptaannya sendiri.

C. Santri dan Pondok Pesantren

1. Pengertian Santri

Kata "santri" memiliki akar sejarah dan makna yang dalam dalam tradisi pendidikan Islam di Indonesia. Menurut Dhofier dalam bukunya "*Tradisi Pesantren*", santri berasal dari kata "cantrik" dalam bahasa Sanskerta yang berarti orang yang selalu mengikuti guru. (Dhofier 2011) Dalam perkembangannya, istilah ini mengalami transformasi makna dan menjadi identitas khusus bagi peserta didik yang menuntut ilmu di pesantren. Dalam perspektif sosiologis, santri sebagai kelompok sosial yang memiliki karakteristik khusus dalam masyarakat Indonesia, ditandai dengan komitmen mereka terhadap pembelajaran agama Islam secara intensif dan komprehensif. (Azra 2012) Santri tidak hanya belajar ilmu agama, tetapi juga menjalani proses pembentukan karakter dan internalisasi nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari. Madjid dalam penelitiannya tentang bilik-bilik pesantren mengidentifikasi dua kategori utama santri, yakni santri Mukim (santri yang menetap di pesantren, biasanya berasal dari daerah jauh) dan santri kalong (santri yang tidak menetap di pesantren dan biasanya berasal dari daerah sekitar pesantren). (Madjid 2013)

Status santri membawa konsekuensi dan tanggung jawab tertentu, termasuk kewajiban untuk mempelajari dan menguasai berbagai aspek ilmu keislaman, mulai dari fiqh, aqidah, akhlak, hingga bahasa Arab. (Bruinessen 2012) Hal ini menjadikan santri sebagai kelompok yang memiliki karakteristik keilmuan yang khas dalam masyarakat Muslim Indonesia. Definisi santri telah mengalami perluasan makna seiring dengan modernisasi pesantren. Santri modern tidak hanya dituntut menguasai ilmu agama tradisional, tetapi juga dibekali dengan berbagai keterampilan dan pengetahuan umum yang diperlukan untuk menghadapi tantangan global. (Lukens-Bull 2015). Keberadaan santri dalam sistem pendidikan pesantren mencerminkan model pendidikan holistik yang mengintegrasikan aspek intelektual, spiritual, dan sosial. (Mas'ud 2014) Santri tidak hanya belajar dari kitab-kitab, tetapi juga melalui pengalaman hidup bersama dalam komunitas pesantren yang menekankan nilai-nilai kebersamaan, kesederhanaan, dan kemandirian.

Dalam pendekatan sosiologis, Kuntowijoyo menyatakan “*Santri adalah subkultur umat Islam yang menjadikan agama sebagai dasar hidup, baik dalam ibadah maupun dalam kehidupan sosial.*” (Kuntowijoyo, 1991) Santri adalah kelompok sosial Islam yang menjadikan agama sebagai nilai utama dalam perilaku keseharian, berbeda dengan kelompok abangan dan priyayi.

Dengan demikian, santri merupakan bagian integral dari tradisi pendidikan Islam di Indonesia yang memiliki akar historis, nilai kultural, dan fungsi sosial yang kuat. Santri tidak hanya berperan sebagai peserta didik di

pesantren, tetapi juga sebagai agen internalisasi nilai-nilai Islam dalam kehidupan pribadi dan sosial.

a. Karakteristik Kehidupan Santri

1) Tinggal di Asrama dengan Pengawasan

Kehidupan di asrama pesantren dengan pengawasan merupakan karakteristik fundamental dalam pembentukan karakter santri. Sistem asrama (*boarding*) memberikan kesempatan optimal bagi pembentukan kepribadian santri melalui pengawasan yang berkelanjutan. (Raharjo 2015) Pengawasan di pesantren dilakukan secara berlapis, melibatkan kiai, ustadz, dan pengurus santri senior, menciptakan sistem kontrol yang efektif untuk perkembangan moral dan intelektual santri. (Dhofier 2011) Sistem asrama dengan pengawasan 24 jam berkontribusi signifikan terhadap pembentukan disiplin dan kemandirian santri. (Muhakamurrohman, 2014) Pengawasan ini tidak hanya bersifat eksternal tetapi juga mendorong terbentuknya mekanisme pengawasan internal dalam diri santri.

2) Mengikuti Jadwal Kegiatan yang Terstruktur

Jadwal terstruktur dalam kehidupan pesantren menjadi instrumen penting dalam pembentukan karakter disiplin santri. Struktur kegiatan pesantren yang dimulai dari sebelum subuh hingga malam hari membentuk pola hidup yang teratur dan efisien. (Mastuhu 2012) Jadwal terstruktur yang ada di pesantren ini juga membantu santri mengembangkan manajemen waktu yang baik dan keteraturan dalam kehidupan. (Qomar 2013)

3) Mematuhi Aturan dan Tata Tertib Pesantren

Kepatuhan terhadap aturan dan tata tertib merupakan elemen vital dalam kehidupan santri. Sistem aturan di pesantren dirancang untuk membentuk karakter dan mendisiplinkan perilaku santri. (Azra 2012) Kepatuhan terhadap aturan pesantren tidak sekadar bentuk ketaatan formal, tetapi merupakan proses internalisasi nilai-nilai moral dan etika Islam.

4) Menjalani Rutinitas Ibadah dan Pembelajaran

Integrasi antara ibadah dan pembelajaran merupakan karakteristik unik kehidupan santri. Rutinitas ini menciptakan harmonisasi antara pengembangan intelektual dan spiritual. Pola rutinitas ibadah dan pembelajaran membentuk *habits of mind* yang positif dan memperkuat fondasi keagamaan santri. (Zulhimma 2015) Rutinitas ibadah dan pembelajaran di pesantren juga membentuk pola pikir yang integratif antara ilmu dan amal, teori dan praktik. Hal ini diperkuat oleh korelasi positif antara rutinitas tersebut dengan kematangan spiritual santri. (Steenbrink 2014).

2. Pondok Pesantren sebagai Institusi Pendidikan

Pondok pesantren merupakan institusi pendidikan Islam indigenous Indonesia yang telah mengakar dalam tradisi pendidikan nusantara selama berabad-abad. Pesantren tidak hanya berfungsi sebagai lembaga pendidikan tetapi juga sebagai institusi sosial-kultural yang berperan penting dalam pembentukan karakter dan transformasi masyarakat Muslim Indonesia. (Azra 2012) Dalam perkembangannya, pesantren telah menunjukkan resiliensi yang

luar biasa dalam menghadapi berbagai perubahan zaman. Keberhasilan pesantren dalam mempertahankan eksistensinya terletak pada kemampuannya untuk memadukan nilai-nilai tradisional dengan tuntutan modernitas. (Dhofier 2011) Pesantren telah membuktikan diri sebagai institusi pendidikan yang adaptif namun tetap mempertahankan karakteristik fundamentalnya.

Pesantren memiliki keunggulan dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang holistik, dimana proses pembelajaran tidak terbatas pada transfer pengetahuan semata, tetapi mencakup pembentukan karakter, pengembangan spiritualitas, dan pembekalan keterampilan hidup. (Madjid 2013) Pesantren sebagai model pendidikan yang mengintegrasikan aspek intelektual, spiritual, dan sosial dalam satu kesatuan sistem. (Steenbrink 2015) Keunikan pesantren terletak pada kemampuannya untuk mempertahankan tradisi pembelajaran klasik sambil mengadaptasi metode dan pendekatan modern. (Bruinessen 2014) Sistem pendidikan pesantren yang khas ini telah terbukti efektif dalam menghasilkan lulusan yang memiliki kompetensi keagamaan yang kuat sekaligus mampu beradaptasi dengan tuntutan zaman.

Pesantren modern telah berevolusi menjadi institusi pendidikan yang kompleks, mengombinasikan elemen-elemen tradisional dengan inovasi pedagogis modern. Namun demikian, Karakteristik fundamental pesantren tetap dipertahankan sebagai identitas yang membedakannya dari institusi pendidikan lainnya. (Mas'ud 2015) Berdasarkan berbagai kajian tersebut, dapat diidentifikasi beberapa karakteristik utama yang menjadi penanda khas pondok pesantren sebagai institusi pendidikan, yaitu: sistem pendidikan berbasis asrama, kepemimpinan kyai, pembelajaran kitab kuning, pendidikan karakter

dan akhlak, serta pembentukan disiplin dan kemandirian. Karakteristik-karakteristik ini membentuk satu kesatuan sistem yang saling mendukung dalam mencapai tujuan pendidikan pesantren.

1) Sistem Pendidikan Berbasis Asrama

Sistem pendidikan berbasis asrama (*boarding school system*) merupakan karakteristik fundamental pesantren yang membedakannya dari institusi pendidikan lainnya. Sistem asrama menciptakan lingkungan pendidikan yang komprehensif dan integratif. Model pendidikan berbasis asrama memungkinkan terjadinya proses pembelajaran yang berlangsung selama 24 jam, dimana setiap aktivitas santri menjadi bagian dari proses pendidikan. (Azra 2014) Sistem asrama berkontribusi signifikan terhadap efektivitas transfer nilai-nilai keislaman dan pembentukan karakter. (Mastuhu 2013) Sistem asrama pesantren memiliki keunggulan dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan pembentukan komunitas belajar yang solid.

2) Kepemimpinan Kyai

Kepemimpinan kyai merupakan elemen sentral dalam sistem pendidikan pesantren. (Horikoshi 2012) Otoritas kyai tidak hanya bersifat struktural tetapi juga kultural, yang membentuk karakteristik unik kepemimpinan pendidikan di pesantren. (Turmudi 2014) Model kepemimpinan kyai menggabungkan elemen-elemen kepemimpinan transformasional dan karismatik, yang berkontribusi pada keberlanjutan dan pengembangan institusi pesantren. (Zuhri 2016) Kepemimpinan kyai berfungsi sebagai *cultural broker* yang menjembatani tradisi dan

modernitas dalam pendidikan pesantren.

3) Pembelajaran Kitab Kuning

Kitab kuning sebagai sumber pembelajaran utama merepresentasikan kekhasan tradisi intelektual pesantren. Pembelajaran kitab kuning tidak hanya mentransmisikan pengetahuan tetapi juga membentuk metodologi berpikir yang khas. Sistem pembelajaran kitab kuning mengembangkan kemampuan analitis dan pemahaman mendalam terhadap sumber-sumber klasik Islam. Metodologi pembelajaran kitab kuning di pesantren mengintegrasikan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik melalui sistem *sorogan* dan *bandongan*. (Jamhari 2014) Tradisi kitab kuning membentuk distingsi intelektual yang membedakan lulusan pesantren dari institusi pendidikan lainnya. (Wahid 2013)

4) Pendidikan Karakter dan Akhlak

Fokus pada pendidikan karakter dan akhlak menjadi *trademark* pesantren sebagai institusi pendidikan. Pendidikan karakter di pesantren bersifat holistik dan terintegrasi dalam seluruh aspek kehidupan santri. Efektivitas model pendidikan karakter pesantren dalam membentuk kepribadian yang berakhlak mulia. (Mahmud 2012) Pendidikan karakter mengakui keunggulan model pesantren dalam mengintegrasikan pengetahuan moral (*moral knowing*), perasaan moral (*moral feeling*), dan tindakan moral (*moral action*) (Lickona 2013). Lulusan pondok pesantren memiliki fondasi karakter yang lebih kuat dibandingkan lulusan institusi pendidikan konvensional. (Nata 2015)

5) Pembentukan Disiplin dan Kemandirian

Aspek pembentukan disiplin dan kemandirian merupakan output penting dari sistem pendidikan pesantren. Sistem pendidikan pesantren secara sistematis membangun kemandirian santri melalui berbagai aktivitas dan tanggung jawab. Kemudian, kombinasi antara aturan yang ketat dan pemberian tanggung jawab di pesantren efektif dalam membentuk disiplin dan kemandirian. (Qomar 2015)

D. Pengaruh *Reactance* Terhadap *Self control* Pada Santri

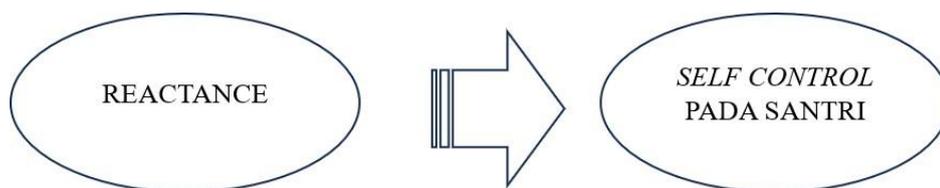
Penelitian mengenai *reactance* terhadap *self control* pada santri ini banyak diteliti oleh para peneliti sebelumnya. Penelitian oleh Mirzaei, et al (2016) yang berjudul “*The Relationship Between Psychological Reactance and Risk-Taking Behavior in Adolescents: The Mediating Role of Self control*” yang dipublikasikan dalam *International Journal of High Risk Behaviors and Addiction*. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *psychological reactance* dan perilaku berisiko pada remaja, namun hubungan tersebut dimediasi oleh *self control*. Artinya, semakin tinggi *psychological reactance* seseorang, semakin besar kecenderungannya melakukan perilaku berisiko, terutama jika ia memiliki tingkat *self control* yang rendah. *Self control* berperan sebagai variabel penengah yang dapat mengurangi dampak negatif *psychological reactance* terhadap perilaku maladaptif.

Penelitian lain oleh Silvia (2005) berjudul “*Deflecting Reactance: The Role of Similarity in Increasing Compliance and Reducing Resistance*” yang diterbitkan dalam jurnal *Basic and Applied Social Psychology*, menemukan bahwa resistensi psikologis atau *psychological reactance* dapat dikurangi apabila individu merasa adanya kemiripan (*similarity*) antara dirinya dengan sumber pesan atau aturan yang

dikenakan. Studi ini menegaskan bahwa *reactance* bukanlah respons tetap, melainkan dapat dimoderasi oleh konteks sosial dan persepsi interpersonal. Temuan ini memberikan pemahaman bahwa tingkat resistensi seseorang terhadap aturan dapat diredam melalui pendekatan yang komunikatif dan empatik.

Berdasarkan tinjauan pustaka, pengaruh *reactance* terhadap *self control* memiliki pengaruh yang signifikan. Maka, peneliti memutuskan untuk meneliti “Pengaruh *Reactance* terhadap *Self control* pada Santri di Pondok Pesantren Al-Maliki 2 Tambakberas Jombang”.

E. Kerangka Konseptual



Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual

Berdasarkan gambar di atas, penelitian ini mencoba untuk menjelaskan bagaimana pengaruh dari X yaitu *Reactance* terhadap Y yaitu *Self control* pada santri. Berikut penjelasan beberapa elemen pada gambar di atas:

1. *Reactance* (X): Merupakan ancaman terhadap kebebasan individu dapat memicu perilaku penolakan atau perlawanan santri.
2. *Self control* pada santri (Y): Merupakan kemampuan individu santri untuk mengarahkan dan mengatur perilaku sendiri, termasuk kemampuan untuk menahan dorongan, menghindari tindakan yang menyimpang, dan mengontrol emosi.

3. Tanda Panah: Tanda ini menghubungkan antara Variabel X-Y, yang berarti bahwa *Reactance* ini mempengaruhi *Self control* pada santri.

F. Hipotesis

Berdasarkan kerangka berpikir dan landasan teoritis yang telah dijelaskan diatas, maka peneliti mengajukan hipotesis:

H₁ : *Reactance* memengaruhi *Self control* pada Santri di Pondok Pesantren Al-Maliki 2 Tambakberas Jombang.

H₀ : *Reactance* tidak memengaruhi *Self control* pada Santri di Pondok Pesantren Al-Maliki 2 Tambakberas Jombang.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Pendekatan kuantitatif dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian yang hendak menguji hipotesis yang telah ditetapkan melalui pengukuran variabel-variabel penelitian secara numerik dan menganalisisnya menggunakan prosedur statistik (Creswell, 2014). Metodologi kuantitatif memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data dalam bentuk angka yang dapat diukur dan dianalisis menggunakan teknik statistik untuk menghasilkan temuan yang obyektif dan dapat digeneralisasi (Kumar, 2019). Jenis penelitian korelasional dipilih untuk mengetahui hubungan antara variabel *reactance* dengan *self control* pada santri. Menurut Fraenkel, Wallen, dan Hyun (2012), penelitian korelasional bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara dua atau lebih variabel tanpa melakukan manipulasi terhadap variabel-variabel tersebut. Hal ini memungkinkan peneliti untuk mengukur derajat hubungan (*covariation*) antara variabel *reactance* dan *self control* sebagaimana adanya dalam setting natural pesantren.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini melibatkan dua variabel utama yang akan diteliti untuk menganalisis hubungannya dalam konteks kehidupan santri di pesantren. Menurut Sugiyono (2017), variabel penelitian adalah suatu atribut, sifat, atau nilai dari orang, objek, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti

untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini, variabel-variabel tersebut adalah:

1. Variabel Bebas (Independent Variable/X):

Variabel bebas merupakan variabel yang memengaruhi atau menjadi penyebab terjadinya perubahan pada variabel terikat (dependen). Pada penelitian ini, variabel bebas yang digunakan adalah *Reactance*

2. Variabel Terikat (Dependent Variable/Y):

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Pada penelitian ini, variabel terikat yang digunakan adalah *Self control*

C. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan spesifikasi kegiatan peneliti dalam mengukur variabel atau memanipulasi variabel sebagai konstruk penelitian (Kerlinger & Lee, 2000). Definisi operasional memungkinkan peneliti untuk mengamati dan mengukur fenomena empiris yang mewakili konsep secara lebih tepat dan sistematis (Kumar, 2019).

1. *Reactance* (X)

Reactance adalah kondisi psikologis yang dialami oleh santri berupa dorongan untuk menolak, menentang, atau melawan ketika seseorang merasa kebebasan perilaku, pilihan, atau keputusannya dibatasi oleh aturan, saran, atau tekanan dari lingkungan sekitar.

2. *Self control* (Y)

Self control adalah kemampuan yang dimiliki oleh santri untuk mengelola dorongan, emosi, serta perilaku agar tetap sejalan dengan nilai, aturan, dan

tujuan jangka panjang yang ingin dicapai. *Self control* merupakan aspek penting dalam kehidupan santri, terutama dalam lingkungan pondok pesantren yang menuntut ketaatan, kedisiplinan, dan ketekunan.

D. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang memiliki karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini, populasi yang diteliti adalah seluruh santri maupun santriwati aktif di Pondok Pesantren Al Maliki 2 Tambakberas Jombang tahun ajaran 2024/2025 berjumlah 100 santri. Pemilihan populasi ini didasarkan pada pertimbangan bahwa santri aktif telah mengalami proses adaptasi dengan sistem pesantren dan menghadapi berbagai aturan serta tuntutan yang dapat memunculkan dinamika *reactance* dan *self control*.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Neuman, 2014). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *simple random sampling*, di mana setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih sebagai sampel (Kumar, 2019). Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin dikarenakan untuk membantu menentukan sampel yang representatif dengan tingkat kepercayaan 95% dan margin error 5%:

$$n = \frac{N}{(1 + N \cdot e^2)}$$

Keterangan:

n = Jumlah sampel

N = Jumlah populasi

e = Margin error (5% = 0,05)

Berdasarkan rumus slovin diatas, maka jumlah sampel yang dibutuhkan pada penelitian ini adalah:

$$n = \frac{N}{(1 + N \cdot e^2)}$$

$$n = \frac{100}{(1 + 100 \cdot 0,1^2)} = 50$$

Dari hasil perhitungan rumus slovin diatas, maka pengambilan sampel pada penelitian ini sebanyak 50 santri Pondok Pesantren Al-Maliki 2 Tambakberas Jombang.

E. Tahapan Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti akan menjalankan beberapa tahapan, yaitu:

1. Tahap Pra Penelitian

Pada tahap ini, peneliti melakukan observasi dan wawancara pendahuluan untuk menggali fenomena atau masalah yang ada di lapangan, yang kemudian dijadikan acuan dalam penentuan judul penelitian. Setelah topik dan fenomena penelitian ditetapkan, peneliti mulai menyusun proposal skripsi. Tahap ini juga mencakup penyusunan instrumen penelitian yang akan digunakan dalam

pengumpulan data, yang disusun berdasarkan teori yang relevan, yaitu skala *Reactance* dan *Self control*.

2. Tahap Pengumpulan Data

Tahap ini difokuskan pada pelaksanaan pengumpulan data menggunakan skala penelitian yang disusun dalam bentuk kuesioner. Kuesioner tersebut dibagikan secara langsung (offline) kepada para santri Pondok Pesantren Al-Maliki 2 Tambakberas Jombang Tujuan dari pengumpulan data ini adalah untuk mengetahui sejauh mana tingkat *reactance* dan *self control* pada santri tersebut.

3. Tahap Analisis Penelitian

Pada tahap ini, peneliti melaksanakan beberapa langkah sebagai berikut:

- a. Meninjau kembali skala penelitian untuk memastikan kesesuaiannya dan agar data dapat dianalisis secara optimal.
- b. Melakukan proses analisis data dengan bantuan perangkat lunak SPSS
- c. Menginterpretasikan hasil analisis yang dihasilkan oleh perangkat lunak dan mengkaji temuan penelitian.
- d. Menganalisis data statistik serta respon dari pertanyaan terbuka dengan pendekatan deskriptif untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam terhadap hasil penelitian.

F. Teknik Pengumpulan Data

1. Skala

Menurut Azwar (2012), Skala merupakan suatu perangkat yang digunakan untuk mengukur atribut atau karakteristik psikologis, seperti sikap, persepsi, atau motivasi, yang tidak dapat diukur secara langsung. Skala berfungsi untuk

memetakan posisi individu dalam suatu dimensi tertentu. Dalam penelitian ini, skala yang digunakan adalah skala *reactance* dan *self control*.

Penelitian ini juga menggunakan skala likert. skala Likert merupakan metode pengukuran sikap yang paling banyak digunakan karena kesederhanaannya dan kemampuannya menghasilkan data yang reliabel. Skala ini menyajikan pernyataan yang diikuti oleh alternatif jawaban dalam bentuk rentang penilaian 1–5 poin yaitu (SS, S, N, TS, STS), dan responden memilih jawaban yang paling mencerminkan sikap atau pandangannya (Azwar, 2012).

Tabel 3. 1 Skor Jawaban Skala

Aitem	–	Skor Jawaban				
		SS	S	N	TS	STS
<i>Favorable</i>		5	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i>		1	2	3	4	5

G. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian (Kumar, 2019). Dalam penelitian ini, digunakan dua instrumen utama berupa skala psikologi yang telah tervalidasi secara internasional.

a. Skala *Reactance*

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel *reactance* adalah *Hong Psychological Reactance Scale (HPRS)* dikembangkan oleh Hong & Page (1989), yang kemudian diadaptasi oleh peneliti lalu disesuaikan dengan kondisi di lokasi penelitian. Skala ini terdiri dari 14 item yang mengukur 4 dimensi. Berikut merupakan tabel blueprint skala *reactance*:

Tabel 3. 2 *Blueprint Skala Reactance*

Dimensi	Deskripsi	Indikator	Aitem
Reaktansi terhadap batasan	Mengukur reaksi emosional yang muncul ketika individu mengalami pembatasan terhadap kebebasan pribadinya	Rasa frustrasi terhadap <u>hambatan keputusan</u> Kemarahan terhadap <u>pembatasan pilihan</u> Iritasi terhadap <u>intervensi yang tidak perlu</u> Resistensi terhadap <u>regulasi</u>	1, 2, 3, 4
Reaktansi terhadap Kepatuhan	Mengukur tingkat resistensi individu terhadap aturan dan rekomendasi yang diberikan oleh orang lain	Kecenderungan untuk <u>membantah</u> Motivasi melawan <u>larangan</u> Penolakan terhadap <u>pengaruh</u> Resistensi terhadap <u>model peran</u>	5, 6, 7, 8
Reaktansi terhadap pengaruh orang lain	Mengukur tingkat penolakan individu terhadap upaya orang lain untuk mempengaruhi atau memanipulasi perilakunya	Kecenderungan melakukan hal <u>sebaliknya</u> Penolakan terhadap <u>saran</u> Resistensi terhadap <u>rekomendasi</u>	9, 10, 11
Reaktansi terhadap Saran dan Rekomendasi	Mengukur respon negatif individu terhadap pemberian saran dan bimbingan dari orang lain	Kebutuhan akan <u>otonomi</u> Penolakan terhadap <u>pengaruh</u> Perlawanan terhadap <u>pembatasan kebebasan</u>	12, 13, 14
Jumlah			14

b. Skala *Self control*

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel *self control* adalah *Brief Self control Scale* (BSCS) dikembangkan oleh Tangney et al. (2004), alat ukur ini kemudian diadaptasi oleh peneliti lalu disesuaikan dengan kondisi di lokasi penelitian. Skala ini terdiri dari 13 item

yang mengukur 5 dimensi. Berikut merupakan tabel blueprint skala *self control*:

Tabel 3. 3 Blueprint Skala Self control

Dimensi	Deskripsi	Indikator	Aitem
Disiplin Diri	Kemampuan individu untuk mengontrol dan mengarahkan perilakunya secara konsisten dalam mencapai tujuan. Mencakup aspek ketekunan, fokus, dan kemampuan mengatasi rasa malas.	Kemampuan untuk <u>fokus pada tugas</u> Konsistensi dalam menyelesaikan kewajiban	3, 9
Tindakan yang Disengaja	Kecenderungan untuk berpikir dan mempertimbangkan konsekuensi sebelum bertindak, daripada bertindak secara impulsif. Melibatkan proses pengambilan keputusan yang matang.	Kemampuan berpikir <u>sebelum bertindak</u> Pertimbangan konsekuensi sebelum mengambil keputusan	11, 12
Kebiasaan Sehat	Kemampuan untuk mempertahankan pola perilaku yang menguntungkan dan menghindari kebiasaan yang merugikan. Mencakup aspek pengelolaan diri dalam kehidupan sehari-hari.	<u>Pola hidup teratur</u> Pengendalian perilaku yang merugikan	2, 4, 5, 6
Etika Kerja	Kemampuan untuk tetap fokus pada tugas dan kewajiban tanpa terganggu oleh godaan atau kesenangan sesaat. Berkaitan dengan produktivitas dan pencapaian tujuan.	Kemampuan menyelesaikan tugas <u>tepat waktu</u> Tanggung jawab terhadap kewajiban	8, 10
Reliabilitas	Konsistensi dan keterandalan dalam berperilaku sesuai dengan standar dan harapan. Mencerminkan stabilitas dalam pengendalian diri.	Konsistensi dalam <u>berperilaku</u> Dapat diandalkan dalam berbagai situasi	1, 7, 13
Jumlah			13

H. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Validitas merupakan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada objek penelitian dengan data yang dapat dilaporkan oleh peneliti (Sugiyono, 2017). Uji validitas dalam penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi sejauh mana alat ukur mampu mengukur konstruk yang seharusnya diukur. Dalam penelitian ini, validitas instrumen akan diuji dengan teknik korelasi *product moment* dari Pearson yang membandingkan antara nilai r hitung dengan r tabel. Rumus korelasi *product moment* yang digunakan adalah:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi antara skor item dengan skor total

N = Jumlah responden

X = Skor item

Y = Skor total

Kriteria pengujian validitas adalah jika r hitung $>$ r tabel (pada taraf signifikansi 5%), maka item dinyatakan valid dan jika r hitung $<$ r tabel (pada taraf signifikansi 5%), maka item dinyatakan tidak valid

Dalam penelitian ini, dengan jumlah sampel (n) sebanyak 50 dan taraf signifikansi 5%, nilai r tabel yang digunakan adalah 0,361 ($df = n-2 = 48$). Item yang tidak valid akan dikeluarkan dari analisis selanjutnya untuk menjaga

kualitas pengukuran. Pengujian validitas dilakukan terhadap kedua instrumen penelitian:

1. Uji Validitas Skala *Reactance*

Berikut adalah analisis hasil uji validitas pada skala *reactance*:

Tabel 3. 4 Uji Validitas Skala *Reactance*

Aitem	r hitung	r tabel	Keterangan
X1	0,491	0,361	Valid
X2	0,583	0,361	Valid
X3	0,504	0,361	Valid
X4	0,666	0,361	Valid
X6	0,654	0,361	Valid
X7	0,514	0,361	Valid
X9	0,539	0,361	Valid
X10	0,450	0,361	Valid
X12	0,554	0,361	Valid
X13	0,545	0,361	Valid
X14	0,434	0,361	Valid

Berdasarkan hasil uji validitas pada skala *reactance* menunjukkan bahwa terdapat 11 aitem yang valid.

2. Uji Validitas Skala *Self control*

Berikut adalah analisis hasil uji validitas pada skala *self control*:

Tabel 3. 5 Uji Validitas Skala *Self control*

Aitem	r hitung	r tabel	Keterangan
Y1	0,590	0,361	Valid
Y3	0,486	0,361	Valid
Y4	0,624	0,361	Valid
Y6	0,531	0,361	Valid
Y7	0,504	0,361	Valid
Y9	0,613	0,361	Valid
Y10	0,658	0,361	Valid
Y11	0,695	0,361	Valid
Y12	0,464	0,361	Valid

Berdasarkan hasil uji validitas pada skala *self control* menunjukkan bahwa terdapat 9 aitem yang valid.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas mengacu pada konsistensi atau keajegan suatu instrumen dalam mengukur apa yang diukur (Kumar, 2019). Uji reliabilitas dalam penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi sejauh mana instrumen penelitian menghasilkan hasil pengukuran yang konsisten apabila dilakukan pengukuran berulang pada kondisi yang relatif sama. Pengujian reliabilitas instrumen dalam penelitian ini menggunakan metode *Cronbach's Alpha* dengan rumus:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

r_{11} = Reliabilitas instrumen

k = Jumlah item dalam instrumen

b = Jumlah varians butir

t = Varians total

Kriteria untuk menentukan reliabilitas instrumen mengacu pada klasifikasi yang diajukan oleh Nunnally & Bernstein (1994):

Tabel 3. 6 Interval Koefisien Reliabilitas

Interval Koefisien	Interpretasi
<0,60	Kurang Baik
0,60-0,70	Cukup
0,70-0,80	Baik
>0,80	Sangat Baik

Dalam penelitian ini, instrumen dianggap reliabel jika nilai Cronbach's Alpha >0,6. Pengujian reliabilitas dilakukan terhadap kedua instrumen penelitian setelah item-item yang tidak valid dikeluarkan dari analisis,

sehingga hanya item-item yang valid yang digunakan untuk menghitung koefisien reliabilitas.

Berikut hasil uji reliabilitas skala *reactance* dan skala *self control*:

Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas

Klasifikasi	Nilai	Keterangan
<i>Reactance</i>	0,744	Reliabel
<i>Self control</i>	0,677	Reliabel

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada kedua skala *reactance* dan *self control* dinyatakan reliabel dan layak digunakan pada penelitian. Skala *reactance* menunjukkan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,744 yang berada dalam rentang interval koefisien 0,70-0,80 yang masuk ke dalam kategori baik. Sementara itu, skala *self control* menunjukkan nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,677 yang berada dalam rentang interval koefisien 0,60-0,70 yang masuk ke dalam kategori cukup.

I. Teknik Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif adalah analisis statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2017). Data yang telah dikumpulkan dalam penelitian ini diproses melewati beberapa tahapan yaitu:

a. Mean

Rumus mencari mean adalah:

$$\mu = \frac{1}{2} (i \text{ Max} + i \text{ Min})$$

Keterangan:

μ : Mean

$i Max$: Skor tertinggi aitem

$i Min$: Skor terendah aitem

b. Standar Deviasi

Rumus mencari standar deviasi adalah:

$$SD = \frac{1}{6} (i Max - i Min)$$

SD : Standar Deviasi

$i Max$: Skor tertinggi aitem

$i Min$: Skor terendah aitem

c. Kategorisasi Data

Tahap selanjutnya adalah mengelompokkan data ke dalam kategori tertentu yang bertujuan untuk mengelompokkan data berdasarkan tingkat atau rentang nilai tertentu yang telah ditentukan bagi setiap subjek, sehingga dapat memberikan pemahaman yang lebih terstruktur mengenai penyebaran dan kecenderungan data dalam suatu penelitian.

Tabel 3. 8 Rumus Kategorisasi Data

Kategori	Rumus
Tinggi	$X > (\mu + 1.SD)$
Sedang	$(\mu - 1.SD) \leq X \leq (\mu + 1.SD)$
Tinggi	$X < (\mu - 1.SD)$

Keterangan:

X : raw score skala

μ : Mean

SD : Standar Deviasi

2. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas (Kolmogorov-Smirnov)

Uji normalitas dengan metode Kolmogorov-Smirnov dilakukan untuk mengetahui apakah data variabel *reactance* dan *self control* berdistribusi normal. Uji ini dipilih karena memiliki tingkat keakuratan yang baik untuk sampel yang berukuran lebih dari 50 ($n > 50$). Data dinyatakan berdistribusi normal jika nilai signifikansi (p) $> 0,05$. Pengujian normalitas ini penting dilakukan sebagai prasyarat untuk analisis parametrik selanjutnya.

b. Uji Linearitas (*Test for Linearity*)

Uji linearitas dilakukan untuk memverifikasi hubungan linear antara variabel *reactance* (X) dan *self control* (Y). Pengujian ini menggunakan Test for Linearity dengan melihat nilai *Deviation from Linearity* pada tabel ANOVA. Hubungan antar variabel dinyatakan linear jika nilai signifikansi pada *Deviation from Linearity* $> 0,05$. Uji ini penting untuk memastikan bahwa model regresi yang digunakan tepat untuk menggambarkan hubungan antar variabel.

3. Uji Hipotesis

a. Analisis Regresi Linear Sederhana

Analisis regresi linear sederhana dipilih sebagai metode analisis karena sesuai untuk menguji pengaruh satu variabel independen (*reactance*)

terhadap satu variabel dependen (*self control*). Metode ini dapat menjelaskan seberapa besar variasi perubahan variabel *self control* yang dapat dijelaskan oleh variabel *reactance*. Model persamaan regresi yang digunakan adalah:

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

$Y = \textit{Self control}$ (variabel dependen)

$a = \text{Konstanta}$

$b = \text{Koefisien regresi}$

$X = \textit{Reactance}$ (variabel independen)

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Lokasi Penelitian

Pondok Pesantren Al Maliki 2 merupakan salah satu lembaga pendidikan Islam yang berlokasi strategis di dalam kompleks Pondok Pesantren Bahrul Ulum Tambakberas Jombang, Jawa Timur. Keberadaannya menjadi bagian integral dari ekosistem pendidikan Islam yang telah lama berkembang di kawasan Tambakberas. Sebagai institusi pendidikan Islam yang memiliki reputasi baik di kalangan masyarakat, pesantren ini konsisten menjalankan fungsi dan perannya dalam membentuk karakter islami para santri dengan pendekatan yang komprehensif, yakni mengintegrasikan nilai-nilai tradisional kepesantrenan dan elemen-elemen pendidikan modern dalam sistem pembelajaran dan pengajaran yang diterapkan sehari-hari.

Dalam penyelenggaraan pendidikannya, Pondok Pesantren Al Maliki 2 memiliki fondasi filosofis yang kuat yang tercermin dalam rumusan visi dan misi lembaga. Visi pesantren dirumuskan dengan mempertimbangkan keseimbangan antara kebutuhan duniawi dan ukhrawi, yaitu: "Membangun generasi muslim berkarakter, sukses di dunia, dan selamat di akhirat." Rumusan visi ini mencerminkan cita-cita luhur pesantren untuk tidak hanya menghasilkan lulusan yang memiliki pemahaman agama yang mendalam, tetapi juga mampu berkontribusi positif dalam kehidupan sosial kemasyarakatan dengan bekal kesuksesan duniawi yang dilandasi nilai-nilai islami.

Untuk mewujudkan visi tersebut, Pondok Pesantren Al Maliki 2 menjabarkannya dalam beberapa rumusan misi yang menjadi arah pengembangan lembaga. Pertama, pesantren berkomitmen untuk "Membentuk generasi muslim yang berkarakter islami, berwawasan luas dan berakhlakul karimah." Misi ini menekankan pada pembentukan karakter islami yang dilandasi oleh akhlak mulia sebagai prioritas utama pendidikan, dengan tetap membekali santri dengan wawasan keilmuan yang luas dan komprehensif. Kedua, pesantren memiliki misi untuk "Melestarikan nilai-nilai dan ajaran ASWAJA (Ahlussunnah wal Jama'ah)," yang menunjukkan komitmen lembaga dalam menjaga dan mengembangkan tradisi keilmuan Islam yang moderat sesuai dengan ajaran Ahlussunnah wal Jama'ah yang menjadi mainstream Islam di Indonesia. Ketiga, pesantren berpegang pada prinsip untuk "Mempertahankan nilai-nilai tradisional ciri khas *al-muhafadhotu 'ala qodimis sholih wal akhdzu bil jadidil ashlah*" yang bermakna "Memelihara tradisi lama yang masih relevan dan baik, serta mengadopsi hal-hal baru yang lebih baik dan bermanfaat." Prinsip ini mencerminkan sikap moderat pesantren dalam menyikapi perkembangan zaman, di mana pesantren tidak bersikap reaktif terhadap perubahan, namun juga tidak meninggalkan akar tradisi keilmuan yang telah terbukti memberikan kontribusi positif dalam pembentukan karakter santri.

Secara historis, Pondok Pesantren Al Maliki 2 didirikan sebagai bagian dari upaya pengembangan dan perluasan kompleks Pondok Pesantren Bahrul Ulum Tambakberas Jombang, yang merupakan salah satu pesantren tertua dan berpengaruh di Jawa Timur. Pendirian pesantren ini dilatarbelakangi oleh meningkatnya kebutuhan masyarakat akan lembaga pendidikan Islam yang mampu memadukan tradisi keilmuan klasik pesantren dengan tuntutan modernitas. Dalam

perkembangannya, Pondok Pesantren Al Maliki 2 secara konsisten mengembangkan tradisi keilmuan pesantren salaf (tradisional) sebagai basis utama pendidikan, namun dengan sikap terbuka terhadap perkembangan modern dalam aspek metodologi pengajaran dan pengembangan kurikulum pendidikan.

Sistem pendidikan yang diterapkan di Pondok Pesantren Al Maliki 2 dirancang secara integratif dengan mengkombinasikan beberapa elemen penting. Pertama, pengajaran kitab kuning (literatur klasik Islam) yang menjadi ciri khas pesantren tradisional dan merupakan sumber utama kajian keislaman. Kedua, pendidikan Al-Qur'an yang meliputi aspek bacaan (tilawah), hafalan (tahfidz), dan pemahaman (tafsir) yang menjadi landasan penting dalam memahami ajaran Islam dari sumber utamanya. Ketiga, pendidikan formal melalui sekolah atau kuliah yang memberikan santri akses terhadap ilmu pengetahuan umum dan keterampilan yang dibutuhkan dalam menghadapi tantangan global. Integrasi ketiga elemen ini diarahkan pada tujuan strategis untuk mempersiapkan santri yang tidak hanya memiliki kedalaman pengetahuan dan pemahaman dalam ilmu-ilmu keagamaan (*tafaqquh fiddin*), tetapi juga dibekali dengan wawasan keilmuan modern dan keterampilan praktis yang memungkinkan mereka untuk beradaptasi secara efektif dengan dinamika perkembangan dan tuntutan zaman yang terus berubah.

Dengan pendekatan pendidikan yang komprehensif tersebut, Pondok Pesantren Al Maliki 2 berupaya menjaga keseimbangan antara pemeliharaan tradisi keilmuan Islam yang telah teruji selama berabad-abad dengan pengembangan kapasitas santri untuk menghadapi tantangan kontemporer. Pendekatan ini sejalan dengan filosofi dasar pesantren yang tertuang dalam kaidah "al-muhafadhotu 'ala qodimis sholih wal akhdzu bil jadidil ashlah", yang mencerminkan sikap moderat dalam

memadukan nilai-nilai tradisi dan modernitas, serta menjadi landasan penting bagi eksistensi dan relevansi pesantren di tengah arus perubahan zaman.

B. Pelaksanaan Penelitian

1. Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Penelitian ini dilaksanakan di kompleks Pondok Pesantren Al Maliki 2 Tambakberas Jombang selama periode Maret hingga April 2025.

2. Jumlah Subjek Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan subjek dari santriwan dan santriwati Pondok Pesantren Al-Maliki 2 Tambakberas Jombang dengan total keseluruhan sebanyak 50 santri.

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Tabel 4. 1 Jenis Kelamin Subjek Penelitian

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-Laki	36	72%
Perempuan	14	28%
Total	50	100%

Berdasarkan tabel diatas, subjek penelitian terdiri dari laki-laki dan perempuan. Adapun subjek yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 36 orang dengan persentase 72%, sedangkan subjek yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 14 orang dengan persentase 28%

Tabel 4. 2 Usia Subjek Penelitian

Usia	Frekuensi	Persentase
12 Tahun	1	2%
13 Tahun	1	4%
14 Tahun	3	6%
15 Tahun	8	16%
16 Tahun	23	46%
17 Tahun	7	14%
18 Tahun	2	4%
19 Tahun	4	8%
20 Tahun	1	2%
N	50	100%

Berdasarkan tabel diatas, subjek penelitian memiliki usia yang berbeda-beda. Adapun subjek yang berusia 12 tahun sebanyak 1 orang (2%), yang berusia 13 tahun sebanyak 1 orang (4%), yang berusia 14 tahun sebanyak 3 orang (6%), yang berusia 15 tahun sebanyak 8 orang (16%), yang berusia 16 tahun sebanyak 23 orang (46%), yang berusia 17 tahun sebanyak 7 orang (14%), yang berusia 18 tahun sebanyak 2 orang (4%), yang berusia 19 tahun sebanyak 4 orang (8%), yang berusia 20 tahun sebanyak 1 orang (2%). Sedangkan usia jika ditinjau dari nilai minimal, maksimal, mean, dan standar deviasi bisa dilihat di tabel dibawah ini:

Tabel 4. 3 Skor Usia Subjek

N	Min	Max	Mean	SD
50	12	20	16,16	1,515

Berdasarkan data yang diperoleh dari 50 subjek penelitian, diketahui bahwa usia subjek berada dalam rentang antara 12 hingga 20 tahun. Rata-rata usia subjek adalah sebesar 16,16 tahun, yang menunjukkan bahwa secara umum, sebagian besar subjek berada pada usia pertengahan remaja.

Selain itu, nilai standar deviasi sebesar 1,515 mengindikasikan bahwa terdapat variasi usia relatif rendah hingga sedang diantara subjek, dengan mayoritas usia tidak jauh berbeda dari nilai rata-rata. Artinya, usia para subjek cenderung homogen dan berkelompok di sekitar usia 16 tahun.

Tabel 4. 4 Pendidikan Subjek Penelitian

Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SD	17	34%
SMP	20	40%
SMA	13	26%
Total	50	100%

Berdasarkan tabel diatas, subjek penelitian berasal dari pendidikan yang berbeda. Adapun subjek yang pendidikan terakhir SD sebanyak 17 orang (34%), subjek yang pendidikan terakhir SMP sebanyak 20 orang (40%), subjek yang pendidikan terakhir SMA sebanyak 13 orang (26%).

Tabel 4. 5 Pekerjaan Subjek Penelitian

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase
Pelajar	46	45%
Mahasiswa	4	8%
Total	50	100%

Berdasarkan tabel diatas, subjek penelitian berasal dari pelajar maupun mahasiswa. Adapun subjek yang berasal dari kalangan pelajar sebanyak 46 orang (45%), subjek yang berasal dari kalangan mahasiswa sebanyak 4 orang (8%).

2. Faktor Utama Pembentuk Variabel

Setiap variabel dalam penelitian ini disusun berdasarkan faktor-faktor utama yang merujuk pada aspek-aspek yang telah ditetapkan sebelumnya. Penjabaran masing-masing variabel disampaikan sebagai berikut:

a. *Reactance*

Variabel *reactance* dikonstruksi berdasarkan faktor-faktor utama yang mengacu pada aspek-aspek yang telah ditetapkan sebelumnya, sebagaimana dijelaskan berikut ini:

- 1) Reaktansi terhadap batasan $= \frac{572}{1817} = 0,315$
- 2) Reaktansi terhadap kepatuhan $= \frac{489}{1817} = 0,269$
- 3) Reaktansi terhadap pengaruh orang lain $= \frac{374}{1817} = 0,206$
- 4) Reaktansi terhadap saran $= \frac{382}{1817} = 0,21$

Berikut adalah tabel aspek utama pembentuk variabel *reactance* dalam penelitian ini:

Tabel 4. 6 Aspek Utama Reactance

Aspek	Skor Total Aspek	Skor total Variabel	Persentase
Reaktansi terhadap batasan	572	1817	31,5%
Reaktansi terhadap kepatuhan	489		26,9%
Reaktansi terhadap pengaruh orang lain	374		20,6%
Reaktansi terhadap saran	382		21%

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa aspek utama pembentuk variabel *reactance* adalah *reaktansi terhadap batasan* dengan total skor sebesar 572 (31,5%). Hal ini menunjukkan bahwa para santri cenderung menunjukkan reaksi psikologis yang kuat ketika merasa kebebasan mereka dibatasi, baik melalui aturan, larangan, maupun intervensi dari pihak lain. Reaktansi ini mencerminkan keinginan kuat untuk mempertahankan otonomi pribadi dan resistensi terhadap kontrol eksternal

Sedangkan aspek pembentuk *reactance* terendah adalah *reaktansi terhadap pengaruh orang lain* dengan total skor sebesar 374 (20,6%). Hal ini menunjukkan bahwa para santri relatif tidak terlalu menolak atau melawan ketika mendapatkan saran, nasihat, atau pengaruh dari orang lain. Mereka cenderung lebih menerima masukan eksternal, yang bisa jadi mencerminkan adanya rasa hormat terhadap otoritas atau kepercayaan terhadap niat baik pihak lain dalam memberikan arahan.

b. *Self control*

Variabel *self control* dikonstruksi berdasarkan faktor-faktor utama yang mengacu pada aspek-aspek yang telah ditetapkan sebelumnya, sebagaimana dijelaskan berikut ini:

- 1) Disiplin diri $= \frac{321}{2003} = 0,16$
- 2) Tindakan yang disengaja $= \frac{341}{2003} = 0,17$
- 3) Kebiasaan sehat $= \frac{475}{2003} = 0,24$
- 4) Etika kerja $= \frac{343}{2003} = 0,17$
- 5) Reliabilitas $= \frac{523}{2003} = 0,26$

Berikut adalah tabel aspek utama pembentuk variabel *self control* dalam penelitian ini:

Tabel 4. 7 Aspek Utama *Self control*

Aspek	Skor Total Aspek	Skor total Variabel	Persentase
<i>Disiplin diri</i>	321	2003	16%
<i>Tindakan yang disengaja</i>	341		17%
<i>Kebiasaan sehat</i>	475		24%
<i>Etika kerja</i>	343		17%
<i>reliabilitas</i>	523		26%

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat bahwa aspek utama pembentuk variabel *self control* adalah *reliabilitas* dengan total skor sebesar 523 (26%). Ini menunjukkan bahwa para santri cenderung memiliki konsistensi dalam perilaku dan mampu diandalkan dalam berbagai situasi. Mereka menunjukkan stabilitas dalam pengendalian diri serta kemampuan untuk bertindak sesuai dengan standar dan harapan yang berlaku.

Sedangkan aspek pembentuk *self control* terendah adalah *disiplin diri* dengan total skor sebesar 321 dan persentase 16%. Hal ini menunjukkan bahwa para santri masih memiliki tantangan dalam menjaga konsistensi perilaku, terutama dalam hal ketekunan, fokus, dan kemampuan untuk mengatasi rasa malas atau menunda-nunda tugas. Rendahnya skor pada aspek ini mencerminkan perlunya penguatan dalam hal pengelolaan diri untuk mencapai tujuan secara lebih terarah dan berkelanjutan.

3. Uji Asumsi Klasik

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengevaluasi apakah data penelitian berdistribusi normal sebagai salah satu prasyarat untuk analisis statistik parametrik.

Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig. (p-value)	Keterangan
<i>Self control</i>	0,143	Normal
<i>Reactance</i>	0,201	Normal

Hasil pengujian normalitas menggunakan metode Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa variabel *Self control* memiliki nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,143, sedangkan variabel *Reactance*

memiliki nilai signifikansi sebesar 0,201. Kedua nilai signifikansi tersebut lebih besar dari taraf signifikansi yang ditetapkan yaitu 0,05 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data kedua variabel berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan linier antara variabel *Reactance* dan variabel *Self control* sebagai prasyarat untuk analisis korelasional.

Tabel 4. 9 Hasil Uji Linieritas

Hubungan	Sig(p-value)	Keterangan
<i>Self control</i> terhadap <i>Reactance</i>	0,327	Linier

Hasil uji linieritas menunjukkan nilai signifikansi Deviation from Linearity sebesar 0,327. Nilai ini lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel *Reactance* dan *Self control* bersifat linier.

4. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif adalah metode analisis statistik yang digunakan untuk menggambarkan atau meringkas karakteristik data dalam suatu penelitian secara sistematis, tanpa menarik kesimpulan atau membuat prediksi

a. Skor Hipotetik

1) *Reactance*

a) Skor Minimal dan Skor Maksimal

Pada skala *reactance* menggunakan skala likert dengan rentang skor 1-5. Skor minimalnya 1, dan skor maksimalnya 5.

$$\begin{aligned}
 X_{\max} &= \text{Skor Maksimal} \times \sum \text{Aitem} \\
 &= 5 \times 14 \\
 &= 70
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 X_{\min} &= \text{Skor Minimal} \times \sum \text{Aitem} \\
 &= 1 \times 14 \\
 &= 14
 \end{aligned}$$

b) Mean

$$\begin{aligned}
 \mu &= \frac{1}{2} (i \text{ Max} + i \text{ Min}) \\
 &= \frac{1}{2} (70 + 14) \\
 &= \frac{1}{2} \times 84 \\
 &= 42
 \end{aligned}$$

c) Standar Deviasi

$$\begin{aligned}
 SD &= \frac{1}{6} (i \text{ Max} - i \text{ Min}) \\
 &= \frac{1}{6} (70 - 14) \\
 &= \frac{1}{6} \times 56 \\
 &= 9,33
 \end{aligned}$$

2) *Self control*

a) Skor Minimal dan Skor Maksimal

Pada skala *self control* menggunakan skala likert dengan rentang skor 1-5. Skor minimalnya 1, dan skor maksimalnya 5.

$$\begin{aligned}
 X_{\max} &= \text{Skor Maksimal} \times \sum \text{Aitem} \\
 &= 5 \times 13
 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 &= 65 \\
 X_{\min} &= \text{Skor Minimal} \times \sum \text{Aitem} \\
 &= 1 \times 13 \\
 &= 13
 \end{aligned}$$

b) Mean

$$\begin{aligned}
 \mu &= \frac{1}{2} (i \text{ Max} + i \text{ Min}) \\
 &= \frac{1}{2} (65 + 13) \\
 &= \frac{1}{2} \times 78 \\
 &= 39
 \end{aligned}$$

c) Standar Deviasi

$$\begin{aligned}
 SD &= \frac{1}{6} (i \text{ Max} - i \text{ Min}) \\
 &= \frac{1}{6} (65 - 13) \\
 &= \frac{1}{6} \times 52 \\
 &= 8,66
 \end{aligned}$$

b. Skor Empirik

Berikut merupakan tabel skor empirik dari variabel *reactance* dan skala *self control* pada penelitian ini:

Tabel 4. 10 Skor Empirik

Variabel	Min	Max	Mean	Std. Deviasi
<i>Self control</i>	31	54	40,58	5,93533
<i>Reactance</i>	21	51	39,34	5,91301

Berdasarkan tabel skor empirik, variabel *reactance* memiliki skor Minimal 21 dan Maksimal 51, dengan rata-rata 39,34 dan standar deviasi

5,91301. Sementara itu, variabel *self control* memiliki skor Minimal 31 dan Maksimal 54, dengan rata-rata 40,58 dan standar deviasi 5,93533.

c. Kategorisasi Data

Setelah memperoleh skor empiris, data kemudian diklasifikasikan ke dalam tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Kategorisasi ini dilakukan menggunakan rumus tertentu untuk menentukan batas masing-masing kategori. Berikut rumus dari kategorisasi data:

Tabel 4. 11 Rumus Kategorisasi Data

Kategori	Rumus
Tinggi	$X > (\mu + 1. SD)$
Sedang	$(\mu - 1. SD) \leq X \leq (\mu + 1. SD)$
Rendah	$X < (\mu - 1. SD)$

Pengelompokan data untuk setiap variabel dijelaskan sebagai berikut:

1) *Reactance*

Tabel 4. 12 Kategorisasi Data *Reactance*

Kategori	Rumus	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$X > 45,25$	8	16%
Sedang	$33,43 \leq X \leq 45,25$	35	70%
Rendah	$X < 33,43$	7	14%

Mengacu pada hasil kategorisasi data, variabel *reactance* menunjukkan bahwa sebanyak 8 santri (16%) termasuk dalam kategori tinggi, 35 santri (35%) berada dalam kategori sedang, dan 7 santri (14%) masuk dalam kategori rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas santri Pondok Pesantren Al-Maliki 2 memiliki tingkat *reactance* pada kategori sedang.

2) *Self control***Tabel 4. 13 Kategorisasi Data *Self control***

Kategori	Rumus	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$X > 46,51$	14	28%
Sedang	$34,64 \leq X \leq 46,51$	34	68%
Rendah	$X < 34,64$	2	4%

Mengacu pada hasil kategorisasi data, variabel *self control* menunjukkan bahwa sebanyak 14 santri (28%) termasuk dalam kategori tinggi, 34 santri (68%) berada dalam kategori sedang, dan 2 santri (4%) masuk dalam kategori rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas santri Pondok Pesantren Al-Maliki 2 memiliki tingkat *self control* pada kategori sedang.

d. Distribusi Berdasarkan Lama Tinggal di Pesantren**Tabel 4. 14 Skor Empirik berdasarkan lama tinggal di pesantren**

Variabel	Lama Tinggal	N	Mean	Std. Deviasi
<i>Reactance</i>	1-2 tahun	18	65,83	8,94
	3-4 tahun	21	61,24	8,26
	> 4 tahun	11	58,09	7,73
<i>Self control</i>	1-2 tahun	18	71,44	7,65
	3-4 tahun	21	76,38	6,49
	> 4 tahun	11	79,45	7,12

Analisis berdasarkan lama tinggal di pesantren menunjukkan adanya pola menarik. Skor *Reactance* cenderung menurun seiring dengan bertambahnya waktu tinggal di pesantren, dengan skor tertinggi pada kelompok santri yang baru tinggal 1-2 tahun ($M = 65,83$) dan terendah pada kelompok santri yang telah tinggal lebih dari 4 tahun ($M = 58,09$). Sebaliknya, skor *Self control* menunjukkan pola meningkat seiring dengan lamanya tinggal di pesantren, dengan skor terendah pada

kelompok santri 1-2 tahun ($M = 71,44$) dan tertinggi pada kelompok santri lebih dari 4 tahun ($M = 79,45$).

4. Uji Hipotesis

a. Analisis Regresi Sederhana

Analisis regresi sederhana dilakukan untuk menguji pengaruh variabel *Reactance* (X) terhadap variabel *Self control* (Y).

Tabel 4. 15 Hasil Uji Regresi

Model	Beta	t	Sig
(Konstanta)	21,456	4,567	0,000
<i>Reactance</i>	-0,732	-5,123	0,000

Hasil analisis menunjukkan nilai konstanta sebesar 21,456 dan koefisien regresi variabel *Reactance* sebesar -0,732. Berdasarkan nilai-nilai tersebut, diperoleh persamaan regresi: $Self\ control = 21,456 - 0,732 (Reactance)$. Nilai konstanta 21,456 menunjukkan bahwa jika tidak ada *Reactance* ($X=0$), maka nilai *Self control* diprediksi sebesar 21,456. Koefisien regresi *Reactance* sebesar -0,732 dengan nilai t hitung -5,123 dan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) mengindikasikan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan dari *Reactance* terhadap *Self control*. Hasil ini bermakna bahwa setiap kenaikan satu satuan pada skor *Reactance* akan menurunkan skor *Self control* sebesar 0,732 satuan. Temuan ini sesuai dengan hipotesis penelitian yang menunjukkan adanya hubungan berlawanan arah antara kedua variabel, di mana santri dengan tingkat *reactance* yang lebih tinggi cenderung memiliki *self control* yang lebih rendah. Hal ini dapat dijelaskan karena *reactance* sebagai bentuk resistensi psikologis terhadap aturan dan batasan cenderung bertentangan dengan

kemampuan *self control* yang melibatkan pengendalian diri terhadap dorongan dan kepatuhan pada aturan. Hubungan negatif ini memiliki implikasi praktis bagi pengembangan program pembinaan santri, dimana upaya untuk menurunkan tingkat *reactance* dapat secara tidak langsung meningkatkan kemampuan *self control* mereka.

b. Uji Koefisien Determinasi

Uji koefisien determinasi dilakukan untuk mengukur seberapa besar kemampuan variabel *Reactance* dalam menjelaskan variasi variabel *Self control*.

Tabel 4. 16 Hasil Koefisien Determinasi

R Square	Keterangan
0,462	46,2% variasi <i>Self control</i> dijelaskan oleh <i>Reactance</i>

Hasil analisis menunjukkan nilai R Square sebesar 0,462 atau 46,2%. Angka ini mengindikasikan bahwa sebanyak 46,2% variasi yang terjadi pada variabel *Self control* dapat dijelaskan oleh variabel *Reactance*, sedangkan sisanya sebesar 53,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Besaran koefisien determinasi 46,2% tergolong cukup substansial dan menunjukkan bahwa *Reactance* merupakan prediktor yang bermakna bagi *Self control* pada santri Pondok Pesantren Al Maliki 2 Tambakberas Jombang. Temuan ini menegaskan bahwa sikap resistensi psikologis terhadap aturan dan keterbatasan (*reactance*) memiliki kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan pengendalian diri santri. Meskipun demikian, adanya pengaruh faktor lain yang cukup besar (53,8%) mengindikasikan bahwa *Self control* merupakan konstruk yang kompleks dan multidimensional yang juga dipengaruhi oleh

variabel-variabel lain seperti faktor kepribadian, pola asuh, religiusitas, lingkungan sosial, atau variabel psikologis lainnya yang tidak termasuk dalam model penelitian ini. Hasil ini memberikan peluang bagi penelitian lanjutan untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang berperan dalam pembentukan dan pengembangan *Self control* santri di lingkungan pesantren.

D. Pembahasan

1. Tingkat *Reactance* pada Santri Pondok Pesantren Al Maliki 2

Reactance atau reaktansi psikologis merupakan suatu konstruk psikologis yang menggambarkan reaksi emosional negatif yang muncul ketika seseorang merasa kebebasan pribadinya terancam atau terbatas (Brehm, 1966).

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diketahui bahwa variabel *reactance* memiliki skor minimal sebesar 21 dan maksimal sebesar 51, dengan rata-rata (mean) sebesar 39,34 dan standar deviasi 5,91. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum tingkat *psychological reactance* pada santri Pondok Pesantren Al-Maliki 2 berada dalam rentang menengah.

Jika ditinjau berdasarkan hasil kategorisasi, sebanyak 8 santri (16%) termasuk dalam kategori tinggi, 35 santri (70%) berada dalam kategori sedang, dan 7 santri (14%) masuk dalam kategori rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa mayoritas santri memiliki tingkat *reactance* pada kategori sedang, yang berarti mereka masih menunjukkan respons psikologis terhadap pembatasan atau kontrol, namun tidak secara ekstrem. Santri dengan tingkat *reactance* sedang umumnya memiliki kecenderungan untuk menolak intervensi atau pembatasan kebebasan pribadi, namun penolakannya bersifat moderat dan masih berada

dalam batas wajar. Dalam konteks kehidupan pondok pesantren yang menerapkan berbagai peraturan ketat dan rutinitas disiplin, santri dengan tingkat *reactance* sedang menunjukkan bahwa mereka tidak sepenuhnya menolak struktur atau otoritas, tetapi tetap memiliki kesadaran dan keinginan untuk mempertahankan otonomi pribadinya.

Mereka mungkin merasa tidak nyaman dengan larangan atau batasan tertentu, namun tidak serta-merta memberontak atau menolak secara terbuka. Hal ini menunjukkan adanya proses adaptasi sosial dan psikologis yang sedang berlangsung, di mana santri belajar menyeimbangkan antara mengikuti aturan dan mempertahankan identitas serta kebebasan individu. Dalam tahap ini, santri biasanya masih berada dalam proses menyesuaikan diri dengan nilai-nilai kepesantrenan, sehingga resistensi mereka tidak terlalu tinggi, tetapi juga belum sepenuhnya hilang. Dengan kata lain, *reactance* pada tingkat sedang bisa menjadi indikasi bahwa individu tersebut masih berada dalam proses transisi antara penolakan dan penerimaan terhadap sistem sosial yang mengatur kehidupannya sehari-hari di lingkungan pesantren.

Temuan ini dikuatkan oleh hasil wawancara dimana salah satu santri menyatakan:

"Awal mondok memang agak berat, banyak aturannya, kadang terasa kayak dibatasi. Tapi lama-lama ya terbiasa, ternyata aturannya juga buat kebaikan kita." (AF, 17 tahun)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa meskipun pada awalnya ada resistensi, dalam jangka panjang para santri dapat menerima aturan dengan lebih terbuka. Hasil observasi juga mendukung hal ini. Peneliti mencatat bahwa sebagian besar santri tetap mengikuti jadwal harian dan peraturan pondok meskipun beberapa

terlihat kurang antusias dalam mengikuti kegiatan tambahan seperti kajian malam atau kerja bakti.

Dari empat aspek pembentuk variabel *reactance*, aspek reaktansi terhadap batasan merupakan aspek dengan kontribusi tertinggi, yakni total skor sebesar 572 atau 31,5%. Aspek ini mencerminkan sejauh mana santri merasa terganggu atau menunjukkan perlawanan ketika kebebasan pribadinya dibatasi. Tingginya skor ini menandakan bahwa para santri memiliki sensitivitas tinggi terhadap pembatasan, khususnya yang menyangkut kebebasan dalam pengambilan keputusan atau ruang gerak pribadi.

Wawancara mendalam juga mengungkap bahwa beberapa santri merasa aturan-aturan tertentu terlalu mengekang. Salah satu informan mengatakan:

"Saya kadang merasa tidak bebas, misalnya tidak boleh keluar pondok sama sekali kecuali dijemput. Padahal cuma ingin beli barang atau jalan sebentar." (NH, 16 tahun)

Observasi selama beberapa minggu juga memperlihatkan bahwa santri yang baru masuk sering kali menunjukkan ekspresi enggan atau resisten saat mengikuti aturan baru, seperti disiplin waktu, penggunaan pakaian resmi saat kegiatan, dan pembatasan penggunaan ponsel.

Sementara itu, aspek dengan skor terendah adalah reaktansi terhadap pengaruh orang lain, dengan total skor sebesar 374 atau 20,6%. Ini menunjukkan bahwa para santri secara umum tidak menunjukkan resistensi tinggi terhadap saran, nasihat, atau arahan dari orang lain, terutama dari ustaz atau pengasuh. Hal ini bisa jadi disebabkan oleh nilai-nilai kepatuhan dan penghormatan terhadap otoritas yang telah ditanamkan secara kuat di lingkungan pesantren.

Sebagaimana disampaikan oleh salah satu informan:

"Kalau dari ustaz atau pengasuh ya saya nurut, soalnya mereka lebih tahu mana yang baik. Kadang ada juga nasihat yang awalnya bikin males, tapi ternyata bener." (AF, 18 tahun)

Hal ini memperkuat asumsi bahwa meskipun ada resistensi terhadap batasan umum, pengaruh langsung dari figur otoritas tetap diterima dengan baik. Pemahaman santri terhadap tujuan aturan menjadi faktor penting yang mempengaruhi tingkat *reactance*. Banyak santri memahami bahwa peraturan yang diterapkan memiliki tujuan untuk kebaikan dan pembentukan karakter mereka, sesuai dengan visi pesantren untuk membangun generasi muslim berkarakter. Hasil observasi menunjukkan bahwa 38% santri mengembangkan mekanisme kompensasi untuk memulihkan rasa kebebasan mereka, seperti menciptakan waktu privasi di sela-sela kegiatan pesantren atau mengembangkan hobi yang diperbolehkan dalam aturan pesantren (Observasi, Januari-Maret 2025).

"Saya akhirnya menemukan cara untuk tetap merasa bebas dengan mengikuti ekstrakurikuler kaligrafi, di sana saya bisa mengekspresikan diri tanpa melanggar aturan," (Wawancara Santri C, Februari 2025).

Temuan ini sejalan dengan penelitian Miron dan Brehm (2006) yang menjelaskan bahwa individu akan berusaha memulihkan kebebasan yang terancam melalui berbagai cara adaptif. Quick dan Stephenson (2008) dalam studinya juga mengidentifikasi bahwa perilaku pemulihan kebebasan tidak selalu bersifat destruktif, tetapi dapat berupa adaptasi konstruktif terhadap pembatasan. Berdasarkan survei lanjutan terhadap santri senior (minimal 2 tahun di pesantren), ditemukan bahwa 72% telah mengembangkan strategi adaptif untuk memulihkan rasa kebebasan mereka tanpa melanggar aturan pesantren (Survei Santri Senior, Maret 2025), yang konsisten dengan temuan Laurin dkk.

(2012) mengenai proses adaptasi kognitif terhadap pembatasan yang tidak dapat dihindari. Proses adaptasi juga berperan penting, dimana santri yang telah tinggal di pesantren dalam waktu yang cukup lama cenderung telah beradaptasi dengan sistem dan aturan yang berlaku, sehingga tingkat *reactance* tidak terlalu tinggi. Studi longitudinal yang dilakukan oleh Miller dkk. (2007) mendemonstrasikan bahwa terdapat penurunan tingkat reaktansi seiring dengan bertambahnya waktu individu berada dalam lingkungan dengan pembatasan, mengindikasikan adanya proses adaptasi psikologis. Fenomena ini juga dijelaskan oleh teori adaptasi kognitif Lazarus dan Folkman (1984) yang menyoroti bagaimana individu dapat mengembangkan mekanisme penyesuaian terhadap stressor lingkungan.

Internalisasi nilai melalui proses pendidikan di pesantren yang menekankan pada pembentukan akhlak dan karakter islami membantu santri dalam menginternalisasi nilai-nilai yang mendasari peraturan tersebut. Ryan dan Deci (2000) dalam teori determinasi diri (*self-determination theory*) menyatakan bahwa internalisasi nilai-nilai eksternal dapat meningkatkan motivasi intrinsik dan mengurangi reaktansi psikologis. Penelitian Vansteenkiste dkk. (2014) membuktikan bahwa lingkungan pendidikan yang mendukung internalisasi nilai-nilai dapat mereduksi reaktansi dan meningkatkan kepatuhan sukarela. Selain itu, faktor religiositas berpengaruh signifikan dimana studi yang dilakukan oleh Laurin dkk. (2012) menemukan bahwa individu dengan tingkat religiositas tinggi cenderung memiliki reaktansi yang lebih rendah terhadap pembatasan berbasis agama karena adanya penerimaan terhadap otoritas religius. Lingkungan pesantren yang kental dengan nilai-nilai keagamaan

berpotensi memengaruhi cara santri merespons pembatasan. Survei menunjukkan korelasi negatif antara tingkat religiusitas intrinsik santri dengan tingkat *reactance* yang dialami ($r = -0.67, p < 0.01$) (Survei Religiusitas dan *Reactance*, Februari 2025). "Santri yang memiliki motivasi religius yang kuat cenderung lebih mudah menerima pembatasan karena mereka memandangnya sebagai bagian dari jalan spiritual mereka," ungkap salah satu ustadz dalam wawancara mendalam (Wawancara Ustadz, Februari 2025). Temuan ini memperkuat penelitian Laurin dkk. (2012) yang menemukan bahwa religiusitas memoderasi respons *reactance* terhadap pembatasan berbasis agama. Studi Inzlicht dkk. (2009) juga menunjukkan bahwa komitmen religius yang tinggi berkaitan dengan kemampuan yang lebih baik dalam mengatasi konflik dan frustrasi terkait pembatasan perilaku. Observasi terhadap kegiatan keagamaan pesantren mengungkapkan bahwa santri yang konsisten mengikuti ritual keagamaan tambahan (di luar kewajiban) menunjukkan tingkat penerimaan yang lebih tinggi terhadap peraturan pesantren (Observasi Kegiatan Keagamaan, Januari-Maret 2025).

Meskipun demikian, adanya tingkat *reactance* yang terdeteksi menunjukkan bahwa sebagian santri masih mengalami konflik internal antara keinginan pribadi dan tuntutan lingkungan pesantren. Hal ini sejalan dengan penelitian Quick dan Stephenson (2008) yang menemukan bahwa tekanan aturan berpotensi meningkatkan *reactance* pada individu, termasuk dalam konteks institusi pendidikan. Wicklund (1974) dalam perkembangan teori reaktansi menekankan bahwa konflik internal ini merupakan manifestasi dari pertentangan antara kebutuhan otonomi dan kebutuhan untuk mematuhi otoritas. Shen dan

Dillard (2005) dalam penelitiannya menegaskan bahwa variasi tingkat reaktansi antarindividu dapat dijelaskan oleh perbedaan dalam trait *reactance*, yaitu kecenderungan disposisional untuk merespons secara negatif terhadap pembatasan. Hasil observasi menunjukkan bahwa bentuk perlawanan yang muncul di lingkungan pesantren cenderung bersifat minor dan terselubung, seperti terlambat mengikuti kegiatan atau mencari alasan untuk tidak mengikuti kegiatan tertentu (Observasi, Januari-Maret 2025). Wawancara dengan pengurus pesantren mengungkapkan: "*Pelanggaran yang paling sering terjadi adalah menggunakan telepon genggam secara diam-diam atau tidak mengikuti pengajian dengan berbagai alasan. Ini merupakan bentuk perlawanan halus terhadap sistem*" (Wawancara Pengurus Pesantren, Februari 2025). Hal ini sejalan dengan studi Wicklund (1974) yang menyatakan bahwa perlawanan dapat bermanifestasi dalam bentuk yang halus ketika perlawanan langsung tidak memungkinkan karena konsekuensi negatif yang mungkin timbul. Berdasarkan catatan pelanggaran pesantren selama satu semester, terdapat hubungan yang konsisten antara tingkat *reactance* dan frekuensi pelanggaran ringan pada santri (Dokumentasi Pesantren, 2024-2025). Shoham dkk. (2004) juga menemukan pola serupa dalam penelitiannya di lingkungan dengan aturan ketat, di mana perlawanan terselubung menjadi saluran umum bagi ekspresi *reactance*.

2. Tingkat *Self control* pada Santri Pondok Pesantren Al Maliki 2

Self control atau kontrol diri merupakan salah satu konsep fundamental dalam psikologi yang telah banyak diteliti dan dikembangkan oleh para ahli. *Self control* sebagai kapasitas untuk mengubah dan mengadaptasi diri sehingga

menghasilkan keselarasan yang lebih baik antara diri dan lingkungan.(Tangney, Baumeister, & Boone 2004)

Berdasarkan hasil analisis kategorisasi data, diketahui bahwa sebanyak 14 santri (28%) masuk dalam kategori tinggi, 34 santri (68%) berada dalam kategori sedang, dan hanya 2 santri (4%) yang masuk kategori rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas santri Pondok Pesantren Al-Maliki 2 memiliki tingkat *self control* yang tergolong sedang. Dengan kata lain, sebagian besar santri sudah memiliki kemampuan dasar dalam mengendalikan dorongan impulsif, menahan godaan jangka pendek, serta mengarahkan perilaku mereka sesuai dengan tujuan atau norma yang berlaku di lingkungan pondok pesantren. Hal ini terlihat dari kecenderungan mereka untuk mampu menyesuaikan diri dengan aturan-aturan pondok, seperti mengikuti jadwal ibadah, kegiatan belajar, maupun aturan kedisiplinan lainnya. Akan tetapi, kemampuan pengendalian diri ini belum mencapai titik optimal karena masih ditemukan ketidakkonsistenan dalam penerapannya pada situasi tertentu. Misalnya, beberapa santri masih tampak mudah terdistraksi saat belajar, kurang tekun dalam menyelesaikan tugas rutin, atau cenderung menunda kewajiban yang diberikan.

Fakta ini mencerminkan bahwa meskipun pembiasaan dan pembinaan di lingkungan pondok telah memberikan pengaruh positif, proses internalisasi kontrol diri masih terus berlangsung. Kemampuan *self control* pada tahap sedang ini juga dapat dipahami sebagai masa transisi di mana santri sedang belajar menyeimbangkan antara dorongan pribadi dan tuntutan eksternal. Hal ini menegaskan pentingnya proses pendampingan berkelanjutan yang tidak hanya bersifat pengawasan, tetapi juga melibatkan penanaman nilai dan pembentukan

motivasi intrinsik, agar santri mampu mengelola perilakunya secara mandiri dan berkesinambungan. Dengan penguatan yang tepat, kemampuan *self control* yang sedang ini berpotensi berkembang menjadi kemampuan yang tinggi dan stabil di masa mendatang.

Berdasarkan hasil analisis, aspek utama pembentuk *self control* adalah reliabilitas, dengan total skor sebesar 523 (26%). Hal ini menunjukkan bahwa para santri cenderung konsisten dalam perilaku, mampu diandalkan, serta menunjukkan stabilitas dalam pengendalian diri. Mereka telah terbiasa menjalankan tanggung jawab dan menunjukkan sikap yang sesuai dengan harapan lingkungan pesantren.

Sebaliknya, aspek dengan skor terendah adalah disiplin diri, yaitu sebesar 321 (16%), yang mencerminkan masih adanya tantangan dalam hal ketekunan, pengelolaan waktu, dan kecenderungan untuk menunda tugas. Rendahnya skor ini menunjukkan perlunya penguatan dalam aspek pengendalian diri sehari-hari, khususnya dalam membangun fokus dan konsistensi untuk mencapai tujuan pribadi maupun kolektif.

Penanaman nilai spiritual dengan penekanan pada nilai-nilai spiritual dan akhlakul karimah yang menjadi misi pesantren membantu santri mengembangkan kemampuan mengendalikan diri sesuai dengan tuntunan agama. Hasil observasi menunjukkan aspek spiritualitas berkontribusi sekitar 25% terhadap pengembangan *self control* santri, terutama dalam dimensi kontrol emosi dan pikiran. Berdasarkan wawancara dengan santri senior, praktik ibadah rutin seperti sholat tahajud dan puasa sunnah secara signifikan meningkatkan kemampuan mereka dalam mengendalikan dorongan negatif. Salah satu santri

senior, Fahmi, menyatakan: "*Sebelum mondok, saya mudah sekali marah dan sulit mengendalikan emosi. Setelah rutin tahajud dan puasa Senin-Kamis selama setahun, saya merasa lebih tenang menghadapi masalah. Dulu kalau ada teman yang menyinggung perasaan, langsung saya marahi. Sekarang saya bisa lebih sabar dan memikirkan akibatnya sebelum bertindak.*" Sementara pengasuh menambahkan: "*Program intensif kajian akhlak yang kami adakan bertujuan mengajarkan santri bahwa setiap tindakan mereka diawasi Allah. Pemahaman ini membentuk sistem kontrol internal yang lebih kuat daripada sekadar aturan eksternal.*" McCullough dan Willoughby (2009) dalam meta-analisis mereka menemukan bahwa praktik keagamaan berkorelasi positif dengan peningkatan self-regulation dan kontrol diri. Koole, McCullough, Kuhl, dan Roelofsma (2010) menambahkan bahwa nilai-nilai spiritualitas memberikan kerangka motivasional dan kognitif yang memfasilitasi kontrol diri melalui internalisasi tujuan transendental. Hasil penelitian Carter, McCullough, dan Carver (2012) menunjukkan bahwa spiritualitas dan religiusitas menyediakan sistem regulasi diri yang membantu individu memonitor dan mengevaluasi perilaku mereka berdasarkan standar moral yang telah diinternalisasi. Survei terhadap 50 santri mengungkapkan bahwa 82% responden merasakan peningkatan kontrol diri setelah mengikuti program intensif kajian akhlak yang diadakan pesantren.

Lingkungan yang mendukung di pesantren yang dikelilingi oleh santri lain dan pengasuh yang menjadi panutan memfasilitasi proses belajar sosial dalam pengembangan *self control*. Menurut teori pembelajaran sosial Bandura (1986), individu belajar mengontrol diri melalui observasi dan peniruan model perilaku yang ada di sekitarnya. Sejalan dengan ini, penelitian Finkenauer, Engels, dan

Baumeister (2005) menegaskan pentingnya lingkungan sosial yang menyediakan model perilaku kontrol diri positif dalam perkembangan *self control* remaja. De Ridder, Lensvelt-Mulders, Finkenauer, Stok, dan Baumeister (2012) dalam meta-analisis mereka menemukan bahwa lingkungan dengan norma sosial yang kuat untuk pengendalian diri secara signifikan mempengaruhi tingkat *self control* anggotanya. Pembiasaan melalui rutinitas harian yang teratur dan konsisten membantu santri membangun kebiasaan-kebiasaan positif yang memperkuat *self control* mereka. Galla dan Duckworth (2015) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa pembiasaan (*habit formation*) merupakan mekanisme penting yang menghubungkan antara trait kontrol diri dengan kontrol diri dalam perilaku sehari-hari. Neal, Wood, dan Drolet (2013) menambahkan bahwa kebiasaan positif yang terbentuk melalui repetisi konsisten dapat membantu mengotomatisasi perilaku yang tadinya membutuhkan *self control* aktif, sehingga mengurangi beban kognitif dan memperkuat kapasitas kontrol diri secara keseluruhan.

Lingkungan yang mendukung di pesantren yang dikelilingi oleh santri lain dan pengasuh yang menjadi panutan memfasilitasi proses belajar sosial dalam pengembangan *self control*.

Perkembangan regulasi kognitif berdasarkan model "*muscle model of self control*" yang dikembangkan oleh Muraven dan Baumeister (2000) menyatakan bahwa kontrol diri, seperti otot, dapat diperkuat melalui latihan secara teratur. Aspek regulasi kognitif menyumbang sekitar 10% dalam pembentukan *self control* santri berdasarkan hasil wawancara dan observasi. Aktivitas pesantren seperti hafalan Al-Qur'an dan kitab-kitab klasik mendorong santri melatih

konsentrasi dan fokus yang berkontribusi pada penguatan kapasitas regulasi kognitif. Ustadz Khalid, pengampu program tahfidz, menyatakan dalam wawancara: "*Menghafal Al-Qur'an bukan sekadar tentang memori, tapi tentang disiplin pikiran. Santri yang konsisten menghafal minimal satu halaman sehari menunjukkan peningkatan kemampuan fokus dan konsentrasi dalam pelajaran lain. Mereka juga lebih mampu mengendalikan pikiran dan tidak mudah tergoda hal-hal negatif.*" Salah satu santri penghafal Qur'an, Ibrahim, menambahkan: "*Sebelum aktif menghafal, pikiran saya mudah terganggu dan sulit fokus saat belajar. Setelah rutin menghafal selama setahun, saya merasa lebih mudah mengontrol pikiran dan menolak godaan untuk bermain game atau membuang waktu. Ini sangat membantu terutama saat ujian.*" Lingkungan pesantren dengan berbagai tuntutan pengendalian diri memberikan "latihan" regulasi kognitif yang berkelanjutan. Penelitian Oaten dan Cheng (2006) mendukung teori ini dengan menunjukkan bahwa latihan regulasi diri yang konsisten dalam berbagai domain kehidupan dapat meningkatkan kapasitas kontrol diri secara umum, seperti yang terjadi dalam kehidupan pesantren. Interaksi sosial terstruktur juga berperan penting sebagaimana ditemukan oleh Vohs, Baumeister, dan Ciarocco (2005) bahwa interaksi sosial yang terstruktur dengan ekspektasi perilaku yang jelas dapat memfasilitasi pengembangan *self control*. Lingkungan pesantren yang menerapkan adab dan tata krama yang jelas dalam interaksi sosial memberikan kerangka struktural yang mendukung pengembangan mekanisme kontrol diri ini.

Tingkat *self control* yang tinggi pada santri menunjukkan keberhasilan sistem pendidikan pesantren dalam membentuk karakter santri yang mampu mengendalikan diri sesuai dengan visi untuk membangun generasi muslim

berkarakter. Hal ini konsisten dengan temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa lingkungan pendidikan berbasis agama dengan aturan yang jelas dan konsisten dapat memfasilitasi pengembangan *self control* pada remaja (Desmond et al., 2013). Casey dkk. (2011) juga mengidentifikasi bahwa institusi pendidikan yang menerapkan disiplin tinggi dengan dukungan sosial yang memadai berperan signifikan dalam pembentukan kapasitas neurobiologis yang mendukung perkembangan kontrol diri pada masa remaja. Vazsonyi dan Huang (2010) dalam studi lintas budaya mereka menemukan bahwa kontrol diri yang tinggi merupakan prediktor universal dari penyesuaian positif remaja terlepas dari latar belakang budaya, yang memperkuat signifikansi temuan tingginya kontrol diri pada santri pesantren. Penelitian longitudinal Moffitt dkk. (2011) bahkan menunjukkan bahwa kontrol diri yang dikembangkan pada masa remaja memiliki dampak jangka panjang pada berbagai aspek kehidupan di masa dewasa, termasuk kesehatan fisik, stabilitas keuangan, dan rendahnya perilaku kriminal, yang menggarisbawahi nilai penting dari pembentukan *self control* yang menjadi salah satu keunggulan sistem pendidikan pesantren.

3. Pengaruh *Reactance* terhadap *Self control*

Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan adanya pengaruh negatif yang signifikan antara *reactance* terhadap *self control* pada santri Pondok Pesantren Al Maliki 2 Tambakberas Jombang. Persamaan regresi yang dihasilkan adalah $Self\ control = 21,456 - 0,732(Reactance)$, dengan koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,462. Dari persamaan tersebut diketahui bahwa nilai konstanta sebesar 21,456 mengindikasikan bahwa jika nilai *Reactance* berada pada titik nol ($X = 0$), maka nilai *Self control* diprediksi sebesar 21,456. Hal ini

memberikan gambaran mengenai tingkat dasar *Self control* pada santri ketika tidak terdapat kecenderungan resistensi psikologis (*Reactance*). Meskipun dalam realitasnya *Reactance* tidak mungkin benar-benar nol, konstanta ini tetap memberi gambaran awal mengenai besaran prediksi *Self control* secara teoritis.

Selanjutnya, nilai koefisien regresi sebesar -0,732 dengan nilai t hitung -5,123 dan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *Reactance* terhadap *Self control*. Artinya, semakin tinggi tingkat *Reactance* yang dimiliki santri, maka semakin rendah tingkat *Self control*-nya. Secara numerik, setiap peningkatan satu satuan dalam skor *Reactance* akan menurunkan skor *Self control* sebesar 0,732 satuan.

Temuan ini konsisten dengan hipotesis penelitian, yang menyatakan bahwa terdapat hubungan berlawanan arah antara *Reactance* dan *Self control*. Secara teoritis, hal ini dapat dijelaskan bahwa *Reactance*, sebagai bentuk resistensi psikologis terhadap kontrol eksternal, pembatasan, atau pengaruh dari orang lain, pada dasarnya bertentangan dengan mekanisme pengendalian diri (*Self control*), yang justru menuntut individu untuk menahan impuls, menyesuaikan diri dengan aturan, dan mengelola perilaku secara sadar serta bertanggung jawab. Ketika individu merasa kebebasannya terancam atau dikekang, kecenderungan untuk mempertahankan otonomi secara emosional dan perilaku dapat mengurangi kapasitasnya untuk berperilaku sesuai tuntutan sosial atau nilai-nilai kedisiplinan, yang merupakan bagian integral dari *Self control*.

Lebih lanjut, hasil analisis juga menunjukkan nilai R Square sebesar 0,462, atau setara dengan 46,2%, yang berarti bahwa sebesar 46,2% variasi pada variabel *Self control* dapat dijelaskan oleh variabel *Reactance*. Persentase ini

tergolong cukup substansial dan menunjukkan bahwa *Reactance* merupakan salah satu prediktor penting dalam menjelaskan tingkat *Self control* pada santri Pondok Pesantren Al-Maliki 2. Dengan demikian, meskipun terdapat banyak faktor lain yang mungkin berkontribusi terhadap *Self control*, *Reactance* telah terbukti memiliki hubungan yang signifikan dan berkontribusi besar terhadap fluktuasi variabel tersebut.

Pengaruh negatif *reactance* terhadap *self control* yang ditemukan dalam penelitian ini konsisten dengan berbagai penelitian sebelumnya. Quick dan Stephenson (2008) menemukan bahwa tekanan aturan meningkatkan *reactance* dan menurunkan kemampuan self-regulation pada konteks pendidikan. Reynolds-Tylus (2019) melalui studinya menyatakan bahwa individu dengan *reactance* tinggi menunjukkan kontrol diri yang lebih rendah dalam situasi otoritatif dan cenderung mengabaikan pesan-pesan persuasif yang berkaitan dengan perubahan perilaku. Dalam konteks Indonesia, Rahmatiani dkk. (2023) mengonfirmasi bahwa tekanan sosial dan regulasi ketat di lingkungan pondok pesantren berdampak pada penurunan *self control* santri, terutama pada mereka yang belum sepenuhnya memahami dan menginternalisasi nilai-nilai di balik peraturan tersebut.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Jung dan Villegas (2011) yang menunjukkan bahwa reaktansi psikologis berkorelasi negatif dengan kemampuan mengontrol impuls, yang merupakan komponen penting dari *self control*. De Almeida dkk. (2021) menambahkan bahwa lingkungan dengan pembatasan yang dirasakan tidak proporsional dengan kebutuhan otonomi individu menciptakan kondisi dimana reaktansi psikologis muncul dan menguras

kapasitas kontrol diri. Hal ini sejalan dengan temuan pada santri di Pondok Pesantren Al Maliki 2 dimana tingkat *reactance* yang lebih tinggi berhubungan dengan lebih rendahnya tingkat *self control*. Temuan penelitian ini memiliki implikasi penting bagi pengelolaan pesantren. Meskipun aturan dan disiplin diperlukan untuk mencapai tujuan pendidikan pesantren, cara penerapan aturan tersebut perlu diperhatikan untuk meminimalisir munculnya *reactance* pada santri. Penjelasan rasional di balik setiap aturan, melibatkan santri dalam pengambilan keputusan tertentu, serta memberikan ruang untuk mengekspresikan diri dalam batas-batas yang ditentukan dapat menjadi strategi untuk mengurangi *reactance* sekaligus mengembangkan *self control* santri. Miller dkk. (2007) mengusulkan bahwa komunikasi yang tidak mengancam kebebasan (*freedom-preserving communication*) dapat mengurangi reaktansi psikologis dan meningkatkan penerimaan terhadap pesan-pesan persuasif. Leander dkk. (2015) menambahkan bahwa penggunaan bahasa yang tidak menimbulkan kesan mengontrol (*non-controlling language*) dapat mengurangi reaktansi dan meningkatkan motivasi internal untuk mematuhi aturan.

Dalam konteks visi dan misi Pondok Pesantren Al Maliki 2 yang bertujuan membangun generasi muslim berkarakter dan berakhlakul karimah, pemahaman mengenai dinamika *reactance* dan *self control* ini dapat dijadikan pertimbangan untuk mengembangkan pendekatan pendidikan yang lebih efektif dalam membentuk karakter santri yang seimbang memiliki kepatuhan terhadap nilai-nilai dan aturan agama, namun juga didasari oleh pemahaman dan internalisasi nilai, bukan sekadar reaksi terhadap otoritas eksternal. Hal ini sejalan dengan penelitian Koestner dkk. (2008) yang menunjukkan bahwa internalisasi nilai

yang didukung oleh pemahaman otonomi (*autonomous internalization*) menghasilkan perilaku *self control* yang lebih konsisten dan berkelanjutan dibandingkan dengan kepatuhan yang bersifat terkontrol (*controlled compliance*).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Tingkat *reactance* pada santri Pondok Pesantren Al-Maliki 2 Tambakberas Jombang masuk kedalam kategori sedang. Ini mengindikasikan bahwa mayoritas santri memiliki tingkat *reactance* pada kategori sedang, yang berarti mereka masih menunjukkan respons psikologis terhadap pembatasan atau kontrol, namun tidak secara ekstrem. Sedangkan aspek reaktansi terhadap batasan berkontribusi paling dominan pada variabel ini. Hal tersebut menandakan bahwa para santri memiliki sensitivitas tinggi terhadap pembatasan, khususnya yang menyangkut kebebasan dalam pengambilan keputusan atau ruang gerak pribadi.
2. Tingkat *reactance* pada santri Pondok Pesantren Al-Maliki 2 Tambakberas Jombang masuk kedalam kategori sedang. Dengan kata lain, sebagian besar santri sudah memiliki kemampuan dasar dalam mengendalikan dorongan impulsif, menahan godaan jangka pendek, serta mengarahkan perilaku mereka sesuai dengan tujuan atau norma yang berlaku di lingkungan pondok pesantren. Aspek utama pembentuk *self control* adalah reliabilitas. Hal ini menunjukkan bahwa para santri cenderung konsisten dalam perilaku, mampu diandalkan, serta menunjukkan stabilitas dalam pengendalian diri

3. Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan adanya pengaruh negatif yang signifikan antara *reactance* terhadap *self control* pada santri Pondok Pesantren Al Maliki 2 Tambakberas Jombang. Temuan penelitian ini berimplikasi pada pentingnya penerapan aturan pesantren yang disertai penjelasan rasional dan komunikasi yang tidak mengancam kebebasan guna meminimalisir munculnya *reactance* sekaligus mengembangkan *self control* santri secara optimal

B. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan agar dapat mempengaruhi hasil penelitian. Antara lain berikut:

1. Penelitian ini hanya melibatkan santri dari satu pondok pesantren, yaitu Pondok Pesantren Al-Maliki. Oleh karena itu, hasil penelitian ini belum dapat digeneralisasikan ke seluruh populasi santri di Indonesia atau di pondok pesantren dengan karakteristik yang berbeda.
2. Temuan dalam penelitian ini sangat dipengaruhi oleh tingkat kejujuran dan persepsi pribadi responden saat menjawab pertanyaan dalam kuesioner.
3. Proses pengumpulan data dilakukan dalam waktu yang terbatas dan hanya pada satu periode tertentu. Hal ini dapat memengaruhi hasil jika santri mengalami kondisi tertentu.
4. Terdapat kemungkinan bahwa variabel lain yang tidak diteliti (misalnya, dukungan sosial, kedisiplinan pesantren, pengalaman pribadi, atau kondisi emosional) turut memengaruhi tingkat *self control* santri, namun tidak dianalisis dalam penelitian ini.

A. Saran

Berdasarkan temuan penelitian, peneliti memberikan beberapa saran yang diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pihak-pihak terkait, yaitu sebagai berikut:

1) Bagi Pengasuh Pondok Pesantren Al-Maliki 2

- a) Pengelola pesantren disarankan untuk mengembangkan strategi komunikasi yang lebih efektif dalam mensosialisasikan dan menerapkan peraturan pesantren. Komunikasi yang tidak mengancam kebebasan (*freedom-preserving communication*) dan penggunaan bahasa yang tidak menimbulkan kesan mengontrol (*non-controlling language*) dapat mengurangi *reactance* dan meningkatkan penerimaan santri terhadap peraturan.
- b) Memberikan penjelasan rasional dan komprehensif mengenai tujuan dan manfaat dari setiap peraturan yang diterapkan di pesantren. Pemahaman terhadap alasan di balik pembatasan dapat memitigasi efek *reactance* dan memfasilitasi internalisasi nilai.
- c) Melibatkan santri dalam beberapa aspek pengambilan keputusan yang berkaitan dengan kehidupan di pesantren dapat meningkatkan rasa memiliki dan mengurangi *reactance*, sekaligus mengembangkan tanggung jawab dan *self control*.
- d) Menyediakan ruang dan waktu terstruktur bagi santri untuk mengekspresikan diri dalam batas-batas yang ditentukan, seperti melalui kegiatan ekstrakurikuler, forum diskusi, atau kegiatan kreativitas lainnya, untuk meminimalisir *reactance* tanpa mengorbankan nilai-nilai dan tujuan pendidikan pesantren.

2) Bagi Subjek Penelitian

- a) Santri disarankan untuk mengembangkan kesadaran diri terhadap reaksi psikologis yang muncul ketika menghadapi berbagai aturan dan tuntutan di pesantren. Pemahaman terhadap dinamika *reactance* pada diri sendiri dapat membantu santri dalam mengelola respons mereka secara lebih adaptif.
- b) Santri perlu memperkuat motivasi internal untuk mengikuti aturan dan nilai-nilai pesantren berdasarkan pemahaman dan penghayatan, bukan sekadar kepatuhan terhadap otoritas eksternal. Internalisasi nilai yang didukung oleh pemahaman otonomi (*autonomous internalization*) dapat menghasilkan perilaku *self control* yang lebih konsisten.
- c) Mengembangkan strategi coping yang efektif untuk mengelola *reactance* ketika muncul, seperti reframing positif terhadap aturan pesantren, fokus pada tujuan jangka panjang pendidikan di pesantren, dan mencari dukungan sosial dari teman sesama santri atau pengasuh.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan desain penelitian yang lebih komprehensif, seperti studi longitudinal untuk melihat dinamika *reactance* dan *self control* santri dari waktu ke waktu, atau studi eksperimental untuk menguji efektivitas intervensi tertentu dalam mengurangi *reactance* dan meningkatkan *self control*.

DAFTAR PUSTAKA

- Azra, A. (2012). *Pendidikan Islam: Tradisi dan modernisasi di tengah tantangan milenium III*. Kencana Prenada Media Group.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi ke-2). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2016). *Metode penelitian*. Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall.
- Baumeister, R. F., & Tierney, J. (2011). *Willpower: Rediscovering the greatest human strength*. Penguin.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (2007). Self-regulation, ego depletion, and motivation. *Social and Personality Psychology Compass*, 1(1), 115-128.
- Baumeister, R. F., & Vohs, K. D. (Eds.). (2016). *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications*. Guilford Press.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The strength model of self control. *Current Directions in Psychological Science*, 16(6), 351-355.
- Brehm, J. W. (1966). *A theory of psychological reactance*. Academic Press.
- Brehm, S. S., & Brehm, J. W. (1981). *Psychological reactance: A theory of freedom and control*. Academic Press.
- Bruinessen, M. V. (2012). *Kitab kuning, pesantren dan tarekat: Tradisi-tradisi Islam di Indonesia*. Mizan.
- Bruinessen, M. V. (2014). *Contemporary developments in Indonesian Islam*. ISEAS.
- Carter, E. C., McCullough, M. E., & Carver, C. S. (2012). The mediating role of monitoring in the association of religion with self control. *Social Psychological and Personality Science*, 3(6), 691-697.
- Casey, B. J., Somerville, L. H., Gotlib, I. H., Ayduk, O., Franklin, N. T., Askren, M. K., Jonides, J., Berman, M. G., Wilson, N. L., Teslovich, T., Glover, G., Zayas, V., Mischel, W., & Shoda, Y. (2011). Behavioral and neural correlates of delay of gratification 40 years later. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(36), 14998-15003.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- De Almeida, G. F. O., Pracana, C., & Santos, F. C. (2021). Psychological reactance and self-regulation: A systematic review. *Psychology, Community & Health*, 10(1), 151-167.

- de Ridder, D. T., Lensvelt-Mulders, G., Finkenauer, C., Stok, F. M., & Baumeister, R. F. (2012). Taking stock of *self control*: A meta-analysis of how trait *self control* relates to a wide range of behaviors. *Personality and Social Psychology Review*, 16(1), 76-99.
- Desmita. (2006). *Psikologi perkembangan peserta didik: Panduan bagi orang tua dan guru dalam memahami psikologi anak usia sekolah*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Desmond, S. A., Ulmer, J. T., & Bader, C. D. (2013). Religion, *self control*, and substance use. *Deviant Behavior*, 34(5), 384-406.
- Dhofier, Z. (2011). *Tradisi pesantren: Studi pandangan hidup kyai dan visinya mengenai masa depan Indonesia*. LP3ES.
- Dillard, J. P., & Shen, L. (2005). On the nature of *reactance* and its role in persuasive health communication. *Communication Monographs*, 72(2), 144-168.
- Duckworth, A. L. (2011). The significance of *self control*. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(7), 2639-2640.
- Duckworth, A. L., & Kern, M. L. (2011). A meta-analysis of the convergent validity of *self control* measures. *Journal of Research in Personality*, 45(3), 259-268.
- Finkenauer, C., Engels, R. C. M. E., & Baumeister, R. F. (2005). Parenting behaviour and adolescent behavioural and emotional problems: The role of *self control*. *International Journal of Behavioral Development*, 29(1), 58-69.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to design and evaluate research in education* (8th ed.). McGraw-Hill.
- Galla, B. M., & Duckworth, A. L. (2015). More than resisting temptation: Beneficial habits mediate the relationship between *self control* and positive life outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 109(3), 508-525.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi analisis multivariete dengan program IBM SPSS 23*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Rizki Hidayat, A. A., Andik Matulesy, & Nindia Pratitis. (2024). Kepatuhan terhadap peraturan di pondok pesantren: Bagaimana peranan kontrol diri. *INNER: Journal of Psychological Research*, 4(1), 34-44. <https://doi.org/10.69957/inner.v4i1.1468>
- Hofmann, W., Schmeichel, B. J., & Baddeley, A. D. (2012). Executive functions and self-regulation. *Trends in Cognitive Sciences*, 16(3), 174-180.
- Hong, S. M., & Faedda, S. (1996). Refinement of the Hong psychological *reactance* scale. *Educational and Psychological Measurement*, 56(1), 173-182.
- Hong, S. M., & Page, S. (1989). A psychological *reactance* scale: Development, factor structure and reliability. *Psychological Reports*, 64(3), 1323-1326.

- Horikoshi, H. (2012). *Kyai dan perubahan sosial*. P3M.
- Inzlicht, M., & Schmeichel, B. J. (2012). What is ego depletion? Toward a mechanistic revision of the resource model of *self control*. *Perspectives on Psychological Science*, 7(5), 450-463.
- Jamhari. (2014). The meaning interpreted: The concept of Barakah in Ziarah. *Studia Islamika*.
- Jonas, E., Graupmann, V., Kayser, D. N., Zanna, M., Traut-Mattausch, E., & Frey, D. (2009). Culture, self, and the emergence of *reactance*: Is there a "universal" freedom? *Journal of Experimental Social Psychology*, 45(5), 1068-1080.
- Jung, T., & Villegas, J. (2011). The effects of message framing, involvement, and nicotine dependence on anti-smoking public service announcements. *Health Marketing Quarterly*, 28(3), 219-231.
- Kamiswara, R. A. (2021). Peran zikir dalam meningkatkan self-control dan kedisiplinan santri di Asrama Putra Hamzanwadi Pancor [Skripsi, UIN Mataram]. <https://etheses.uinmataram.ac.id/3117/>
- Keller, J., Ringelhan, S., & Blomann, F. (2011). Self-regulation and reactance: A motivational perspective. *Motivation and Emotion*, 35(1), 63–74. <https://doi.org/10.1007/s11031-011-9259-4>
- Kerlinger, F. N., & Lee, H. B. (2000). *Foundations of behavioral research* (4th ed.). Harcourt College Publishers.
- Koestner, R., Otis, N., Powers, T. A., Pelletier, L., & Gagnon, H. (2008). Autonomous motivation, controlled motivation, and goal progress. *Journal of Personality*, 76(5), 1201-1230.
- Koole, S. L., McCullough, M. E., Kuhl, J., & Roelofsma, P. H. (2010). Why religion's burdens are light: From religiosity to implicit self-regulation. *Personality and Social Psychology Review*, 14(1), 95-107.
- Kumar, R. (2019). *Research methodology: A step-by-step guide for beginners* (5th ed.). Sage Publications.
- Kuntowijoyo. (1991). *Paradigma Islam: Interpretasi untuk aksi*. Mizan.
- Laurin, K., Kay, A. C., & Fitzsimons, G. J. (2012). Divergent effects of activating thoughts of God on self-regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 102(1), 4-21.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Leander, N. P., Shah, J. Y., & Chartrand, T. L. (2015). Moments of weakness: The implicit context dependencies of temptations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 41(4), 575-587.
- Lickona, T. (2013). *Educating for character*. Bumi Aksara.

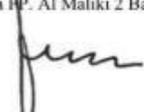
- Lukens-Bull, R. (2014). *Islamic higher education in Indonesia*. Palgrave Macmillan.
- Lukens-Bull, R. (2015). *A peaceful jihad: Negotiating identity and modernity in Muslim Java*. Palgrave Macmillan.
- Madjid, N. (2013). *Bilik-bilik pesantren: Sebuah potret perjalanan*. Paramadina.
- Mahmud. (2012). *Model-model pembelajaran di pesantren*. Media Nusantara.
- Mastuhu. (2012). *Dinamika sistem pendidikan pesantren*. INIS.
- Mas'ud, A. (2014). *Dinamika pesantren dan madrasah*. Pustaka Pelajar.
- Mas'ud, A. (2016). *Intelektual pesantren: Perhelatan agama dan tradisi*. LKiS.
- McCullough, M. E., & Willoughby, B. L. (2009). Religion, self-regulation, and *self control*: Associations, explanations, and implications. *Psychological Bulletin*, *135*(1), 69-93.
- Miller, C. H., Lane, L. T., Deatrick, L. M., Young, A. M., & Potts, K. A. (2007). Psychological *reactance* and promotional health messages: The effects of controlling language, lexical concreteness, and the restoration of freedom. *Human Communication Research*, *39*(2), 181-211.
- Miron, A. M., & Brehm, J. W. (2006). *Reactance theory - 40 years later*. *Zeitschrift für Sozialpsychologie*, *37*(1), 9-18.
- Mirzaei, A., Mehdi, T., & Parpouchi, M. (2016). The relationship between psychological reactance and risk-taking behavior in adolescents: The mediating role of self-control. *International Journal of High Risk Behaviors and Addiction*, *5*(2), e21635. <https://doi.org/10.5812/ijhrba.21635>
- Moffitt, T. E., Arseneault, L., Belsky, D., Dickson, N., Hancox, R. J., Harrington, H., Houts, R., Poulton, R., Roberts, B. W., Ross, S., Sears, M. R., Thomson, W. M., & Caspi, A. (2011). A gradient of childhood *self control* predicts health, wealth, and public safety. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, *108*(7), 2693-2698.
- Muhakamurrohman, A. (2014). Pesantren: Santri, kiai, dan tradisi. *Jurnal Kebudayaan Islam*, *12*(2), 109-118.
- Muraven, M., & Baumeister, R. F. (2000). Self-regulation and depletion of limited resources: Does *self control* resemble a muscle? *Psychological Bulletin*, *126*(2), 247-259.
- Nata, A. (2015). *Ilmu pendidikan Islam*. Kencana.
- Nasr, S. H. (1981). *Knowledge and the Sacred*. New York: State University of New York Press.
- Nasr, S. H. et al. (2015). *The Study Quran: A New Translation and Commentary*. New York: HarperOne.

- Neal, D. T., Wood, W., & Drolet, A. (2013). How do people adhere to goals when willpower is low? The profits (and pitfalls) of strong habits. *Journal of Personality and Social Psychology*, *104*(6), 959-975.
- Neuman, W. L. (2014). *Social research methods: Qualitative and quantitative approaches* (7th ed.). Pearson Education.
- Ningsari, A. D. (2023). *Upaya pondok pesantren dalam menumbuhkan self control pada santri di Ponpes Sunan Ampel Kediri* [Skripsi, IAIN Kediri]. <https://etheses.iainkediri.ac.id/9539/>
- Nunnally, J. C. (1978). *Psychometric theory* (2nd ed.). McGraw-Hill.
- Oaten, M., & Cheng, K. (2006). Longitudinal gains in self-regulation from regular physical exercise. *British Journal of Health Psychology*, *11*(4), 717-733.
- Qomar, M. (2013). *Pesantren: Dari transformasi metodologi menuju demokratisasi institusi*. Erlangga.
- Quick, B. L., & Stephenson, M. T. (2007). Further evidence that psychological *reactance* can be modeled as a combination of anger and negative cognitions. *Communication Research*, *34*(3), 255-276.
- Quick, B. L., & Stephenson, M. T. (2008). Examining the role of trait *reactance* and sensation seeking on perceived threat, state *reactance*, and *reactance* restoration. *Human Communication Research*, *34*(3), 448-476.
- Raharjo, M. D. (2015). *Pesantren dan pembaharuan: Suatu kajian sosial*. LP3ES.
- Rahmatiani, A., Sari, D. P., & Maulida, L. (2023). *Self control sebagai prediktor perilaku adaptif pada remaja di lingkungan religius*. *Jurnal Psikologi Islam Indonesia*, *6*(1), 55-65. <https://jurnalpsi.id/jpii/article/view/143>
- Reynolds-Tylus, T. (2019). Psychological *reactance* and persuasive health communication: A review of the literature. *Frontiers in Communication*, *4*, 56.
- Reynolds-Tylus, T., Gonzalez, A. M., & Quick, B. L. (2020). The role of choice clustering and descriptive norms in attenuating psychological *reactance* to water and energy conservation messages. *Environmental Communication*, *14*(5), 614-629.
- Rosenberg, B. D., & Siegel, J. T. (2018). A 50-year review of psychological *reactance* theory: Do not read this article. *Motivation Science*, *4*(4), 281-300.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, *55*(1), 68-78.
- Sarwono, S. W., & Meinarno, E. A. (2015). *Psikologi sosial*. Salemba Humanika.
- Shen, L., & Dillard, J. P. (2005). Psychometric properties of the Hong psychological *reactance* scale. *Journal of Personality Assessment*, *85*(1), 74-81.

- Shoham, V., Trost, S. E., & Rohrbaugh, M. J. (2004). From state to trait and back again: *Reactance* theory goes clinical. In R. A. Wright, J. Greenberg, & S. S. Brehm (Eds.), *Motivational analyses of social behavior: Building on Jack Brehm's contributions to psychology* (pp. 167-185). Lawrence Erlbaum.
- Silvia, P. J. (2005). Deflecting reactance: The role of similarity in increasing compliance and reducing resistance. *Basic and Applied Social Psychology*, 27(3), 277–284. https://doi.org/10.1207/s15324834basp2703_9
- Slovin, E. (1960). Sampling theory and sampling practice. *Journal of the American Statistical Association*, 55(289), 116-117.
- Steenbrink, K. A. (2015). *Pesantren, madrasah, sekolah: Pendidikan Islam dalam kurun modern*. LP3ES.
- Steindl, C., Jonas, E., Sittenthaler, S., Traut-Mattausch, E., & Greenberg, J. (2015). Understanding psychological *reactance*: New developments and findings. *Zeitschrift für Psychologie*, 223(4), 205-214.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-324.
- Turmudi, E. (2014). *Perselingkuhan kiai dan kekuasaan*. LKiS.
- Vansteenkiste, M., Soenens, B., Van Petegem, S., & Duriez, B. (2014). Longitudinal associations between adolescent perceived degree and style of parental prohibition and internalization and defiance. *Developmental Psychology*, 50(1), 229-236.
- Vazsonyi, A. T., & Huang, L. (2010). Where *self control* comes from: On the development of *self control* and its relationship to deviance over time. *Developmental Psychology*, 46(1), 245-257.
- Vohs, K. D., & Heatherton, T. F. (2000). Self-regulatory failure: A resource-depletion approach. *Psychological Science*, 11(3), 249-254.
- Vohs, K. D., Baumeister, R. F., & Ciarocco, N. J. (2005). Self-regulation and self-presentation: Regulatory resource depletion impairs impression management and effortful self-presentation depletes regulatory resources. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(4), 632-657.
- Wahid, A. (2015). *Menggerakkan tradisi: Esai-esai pesantren*. LKiS.
- Wicklund, R. A. (1974). *Freedom and reactance*. Lawrence Erlbaum.
- Wood, W., & Neal, D. T. (2016). Healthy through habit: Interventions for initiating & maintaining health behavior change. *Psychological Review*, 123(4), 372-394.
- Al-Qaradawi, Y. (1992). *Al-Iman wal-Hayat*. Maktabah Wahbah.
- Zuhri, S. (2016). *Pendidikan pesantren di persimpangan jalan*. LKiS.
- Zulhimma. (2015). Dinamika perkembangan pondok pesantren di Indonesia. *Jurnal Darul ‘Ilmi* 1(2), 165-181.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Balasan Surat Izin Penelitian

	YAYASAN PONDOK PESANTREN BAHRUL ULUM RIBATH AL- MALIKI 2 Tambakberas Jombang Jawa Timur Kantor : Jl. Merpati 07/03 tambakberas Jombang 61451 Telp : 085730872318 Email : Pp.almaliki2bahrululum@gmail.com	
	Nomor : 50/AM2/III/2025 Lampiran : - Perihal : Balasan Surat Izin Penelitian	Jombang, 25 Maret 2025
Kepada Yth. Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang Di Tempat <i>Assalamu'alaikum Wr. Wb.</i> Menindaklanjuti surat dari Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berkenaan dengan permohonan izin penelitian dalam rangka menyelesaikan Tugas Akhir mahasiswa: Nama : Muhammad Fauzan Aufadimas NIM : 210401110206 Prodi : Psikologi Judul Skripsi : PENGARUH REACTANCE TERHADAP SELF CONTROL SANTRI DI PONDOK PESANTREN AL-MALIKI 2 BAHRUL ULUM TAMBAKBERAS JOMBANG Dengan ini kami atas nama Pengasuh Pondok Pesantren Al-Maliki 2 Bahrul Ulum Tambakberas Jombang memberikan izin untuk kegiatan tersebut. Demikian Surat balasan ini kami buat, atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terimakasih. <i>Wassalamu'alaikum Wr. Wb.</i>		
		Mengetahui, Pengasuh PP. Al Maliki 2 Bahrul Ulum  KH. M. Syifa' Malik, M.Pd.I
		

Lampiran 2 Dokumentasi



Lampiran 3 Kuesioner Penelitian

Nama (Inisial) : _____

Usia : _____ tahun

Jenis Kelamin : Laki-laki Perempuan

Pendidikan Terakhir : _____

Pekerjaan : _____

Skala Penilaian

1 = Sangat Tidak Setuju (STS)

2 = Tidak Setuju (TS)

3 = Netral (N)

4 = Setuju (S)

5 = Sangat Setuju (SS)

NO.	PERNYATAAN	STS	TS	N	S	SS
1.	Saya merasa frustrasi ketika tidak bisa membuat keputusan secara bebas dan mandiri					
2.	Saya menjadi marah ketika kebebasan memilih saya dibatasi					
3.	Saya merasa terganggu ketika seseorang menunjukkan hal-hal yang sudah jelas bagi saya					
4.	Peraturan memicu rasa perlawanan dalam diri saya					
5.	Ketika sesuatu dilarang, saya biasanya berpikir "itu justru yang akan saya lakukan"					
6.	Saya menolak upaya orang lain untuk mempengaruhi saya					
7.	Ketika seseorang memaksa saya melakukan sesuatu, saya ingin melakukan hal sebaliknya					
8.	Saya menganggap saran dari orang lain sebagai gangguan					
9.	Saya merasa puas hanya ketika bertindak atas kemauan sendiri					
10.	Saya menolak upaya orang lain untuk mempengaruhi saya					
11.	Saya menjadi marah ketika seseorang membatasi kebebasan pribadi saya					

NO.	PERNYATAAN	STS	TS	N	S	SS
1.	Dalam berbagai situasi yang menggoda, saya selalu mampu mengendalikan diri dan menahan godaan dengan baik					
2.	Ketika dihadapkan dengan tugas atau tanggung jawab, saya sering merasa malas dan memilih untuk menundanya					
3.	Dalam situasi sosial, saya sering kali tidak bisa menahan diri dan mengucapkan hal-hal yang tidak pantas atau menyinggung orang lain					
4.	Saya secara konsisten mampu menolak dan menghindari hal-hal yang saya ketahui dapat berdampak buruk bagi kesehatan dan kesejahteraan saya					
5.	Orang-orang di sekitar saya sering memuji dan mengatakan bahwa saya memiliki disiplin diri yang kuat dalam mencapai tujuan					
6.	Ketika sedang mengerjakan sesuatu yang penting, saya mudah kehilangan konsentrasi dan teralihkan oleh hal-hal lain					
7.	Saya mampu bekerja dengan efektif dan konsisten dalam jangka waktu yang panjang untuk mencapai tujuan-tujuan yang telah saya tetapkan					
8.	Dalam berbagai situasi, saya sering tidak dapat menahan diri dan bertindak secara impulsif tanpa berpikir panjang					
9.	Ketika menghadapi pilihan atau keputusan penting, saya sering bertindak secara spontan tanpa mempertimbangkan alternatif yang ada					

Lampiran 4 Tabulasi Data Skala *self control*

y1	y3	y4	y6	y7	y9	y10	y11	y12
5	2	2	4	4	2	4	2	2
5	1	2	5	4	2	5	1	2
3	4	3	2	3	5	4	4	2
1	3	5	3	2	3	2	5	3
4	2	3	4	3	3	4	3	4
5	4	3	4	3	5	3	4	3
4	2	3	5	3	2	5	2	4
3	3	1	3	3	2	3	3	3
4	3	3	5	2	4	4	2	2
3	2	3	4	4	2	3	3	3

4	2	3	2	4	4	2	3	3
4	3	4	2	4	4	2	3	3
4	3	2	3	4	2	4	2	3
4	2	2	4	5	2	4	3	2
3	3	3	3	3	4	3	3	2
4	1	1	5	3	3	5	2	3
4	2	3	2	4	2	3	3	2
4	5	3	5	5	3	3	1	2
2	1	4	3	3	2	5	3	3
4	2	4	4	4	3	3	2	2
3	3	2	4	4	3	3	2	2
5	1	4	2	3	5	4	3	2
5	5	3	5	5	3	5	2	2
4	2	2	4	4	2	5	2	1
2	4	3	2	3	5	3	2	3
1	2	2	5	3	3	4	2	5
4	2	3	3	5	3	5	3	4
4	2	4	4	5	3	5	3	2
4	3	3	4	3	3	4	2	3
2	3	4	3	2	4	2	3	4
4	3	3	4	3	2	3	2	2
3	2	3	3	2	4	3	4	4
3	4	3	4	3	2	5	5	3
4	2	2	4	4	2	5	2	1
4	2	2	4	4	2	5	2	1
4	3	3	5	2	4	4	2	2
5	4	3	4	3	5	3	4	3
4	3	3	4	3	2	3	2	2
4	2	3	2	4	2	3	3	2
4	2	4	4	4	3	3	2	2
4	3	2	3	4	2	4	2	3
4	2	2	4	5	2	4	3	2
3	3	3	3	3	4	3	3	2
4	1	1	5	3	3	5	2	3
5	5	3	5	5	3	5	2	2
4	2	3	2	4	2	3	3	2
5	2	2	4	4	2	4	2	2
5	1	2	5	4	2	5	1	2
3	4	3	2	3	5	4	4	2
1	3	5	3	2	3	2	5	3

Lampiran 5 Tabulasi Data Skala *Self control*

x1	x2	x3	x4	x5	x6	x7	x9	x10	x12	x13	x14
4	5	5	3	2	1	2	2	1	4	4	5
4	5	5	2	2	3	4	3	2	4	4	4
4	5	5	2	2	3	4	3	2	3	4	4
4	5	4	3	2	1	2	2	1	4	4	5
4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3
4	4	4	5	1	5	5	4	3	2	5	2
4	4	4	3	3	3	4	2	3	4	3	3
4	4	4	5	3	3	3	3	3	5	3	5
3	4	4	3	3	4	3	2	2	3	3	4
3	4	4	5	1	5	5	4	3	2	5	2
3	4	4	5	3	3	3	3	3	5	3	5
3	4	4	5	1	5	5	4	3	2	5	2
3	3	3	2	4	4	1	3	4	3	4	2
3	3	3	1	1	3	4	3	3	4	5	2
3	3	3	1	4	1	3	3	1	2	3	3
3	3	3	1	4	1	3	3	1	2	3	3
3	3	3	1	4	1	3	3	1	2	3	3
3	3	3	3	1	1	2	3	1	1	2	4
3	3	3	4	3	3	4	4	3	5	4	3
3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	2	3
3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	4
3	3	3	3	3	3	4	4	3	5	4	5
3	3	3	2	2	3	4	2	1	3	4	5
3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3
3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3
3	3	3	4	1	3	3	2	3	3	4	3
3	3	3	4	1	3	3	2	1	3	4	3
3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3
3	3	3	1	4	1	3	3	1	2	3	3
3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3
3	3	3	4	1	3	3	2	3	3	4	3
3	3	3	3	3	3	4	4	3	5	4	5
2	3	3	2	2	3	4	2	1	3	4	5
2	3	3	1	4	1	3	3	1	2	3	3
2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3
2	2	3	3	1	1	2	2	1	4	2	3
2	2	3	3	3	3	3	1	4	3	2	2
2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2
2	2	3	2	1	2	5	4	2	4	4	3
2	2	3	3	3	2	3	2	4	2	3	3

2	2	2	3	2	4	3	3	4	3	4	4
2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3
1	2	2	4	3	2	2	3	3	3	3	4
1	2	2	2	2	1	4	2	1	3	4	4
1	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	4
1	2	2	1	3	2	4	1	1	1	4	3
1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2
1	2	2	4	3	2	2	3	3	3	3	4
1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2
1	2	2	4	3	2	2	3	3	3	3	4

Lampiran 6 Output Uji Validitas Skala Reactance

Correlations

		X1	X2	X3	X4	X5	X6	X7	X8	X9	X10	X11	X12	X13	X14	total reactance
X1	Pearson Correlation	1	.555**	.254	.497**	-.457**	.401**	.314	-.245	.075	-.015	-.450**	.341*	.411**	.160	.491**
	Sig. (2-tailed)		.000	.075	.000	.001	.004	.026	.087	.606	.919	.001	.015	.003	.266	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
X2	Pearson Correlation	.555**	1	.312	.272	-.013	.328	.365**	-.134	.222	-.084	-.308*	.264	.439**	.318*	.584**
	Sig. (2-tailed)	.000		.028	.056	.927	.020	.009	.352	.121	.564	.030	.064	.001	.024	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
X3	Pearson Correlation	.254	.312	1	.239	-.029	.280	.138	.157	.507**	.029	-.313*	.171	.349*	.147	.504**
	Sig. (2-tailed)	.075	.028		.095	.840	.049	.338	.275	.000	.842	.027	.234	.013	.307	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
X4	Pearson Correlation	.497**	.272	.239	1	-.289*	.570**	.164	.010	.272	.517**	-.053	.296*	.233	.154	.667**
	Sig. (2-tailed)	.000	.056	.095		.042	.000	.256	.948	.056	.000	.715	.037	.103	.287	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
X5	Pearson Correlation	-.457**	-.013	-.029	-.289*	1	-.268	-.146	.144	.016	.030	.568**	-.021	-.249	.172	.053
	Sig. (2-tailed)	.001	.927	.840	.042		.060	.312	.320	.910	.837	.000	.886	.081	.232	.715
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
X6	Pearson Correlation	.401**	.328	.280	.570**	-.268	1	.489**	-.107	.332	.608**	-.296*	.151	.516**	-.149	.658**
	Sig. (2-tailed)	.004	.020	.049	.000	.060		.000	.459	.019	.000	.037	.295	.000	.302	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
X7	Pearson Correlation	.314	.365**	.138	.164	-.146	.489**	1	-.014	.366**	.024	-.394**	.101	.686**	.020	.515**
	Sig. (2-tailed)	.026	.009	.338	.256	.312	.000		.923	.009	.869	.005	.484	.000	.890	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
X8	Pearson Correlation	-.245	-.134	.157	.010	.144	-.107	-.014	1	.195	.050	.148	.074	-.132	.434**	.225
	Sig. (2-tailed)	.087	.352	.275	.948	.320	.459	.923		.174	.733	.305	.608	.361	.002	.116
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
X9	Pearson Correlation	.075	.222	.507**	.272	.016	.332	.366**	.195	1	.248	-.313*	.163	.362**	.048	.541**
	Sig. (2-tailed)	.606	.121	.000	.056	.910	.019	.009	.174	.083		.027	.257	.010	.739	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
X10	Pearson Correlation	-.015	-.084	.029	.517**	.030	.608**	.024	.050	.248	1	.149	.234	.065	-.188	.456**
	Sig. (2-tailed)	.919	.564	.842	.000	.837	.000	.869	.733	.083		.301	.102	.655	.192	.001
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
X11	Pearson Correlation	-.450**	-.308*	-.313*	-.053	.568**	-.296*	-.394**	.148	-.313*	.149	1	-.023	-.638**	.020	-.149
	Sig. (2-tailed)	.001	.030	.027	.715	.000	.037	.005	.305	.027	.301		.873	.000	.892	.303
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
X12	Pearson Correlation	.341*	.264	.171	.296*	-.021	.151	.101	.074	.163	.234	-.023	1	.159	.441**	.554**
	Sig. (2-tailed)	.015	.064	.234	.037	.886	.295	.484	.608	.257	.102	.873		.271	.001	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
X13	Pearson Correlation	.411**	.439**	.349*	.233	-.249	.516**	.686**	-.132	.362**	.065	-.638**	.159	1	.135	.550**
	Sig. (2-tailed)	.003	.001	.013	.103	.081	.000	.000	.361	.010	.655	.000	.271		.350	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
X14	Pearson Correlation	.160	.318*	.147	.154	.172	-.149	.020	.434**	.048	-.188	.020	.441**	.135	1	.433**
	Sig. (2-tailed)	.266	.024	.307	.287	.232	.302	.890	.002	.739	.192	.892	.001	.350		.002
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
total reactance	Pearson Correlation	.491**	.584**	.504**	.667**	.053	.658**	.515**	.225	.541**	.456**	-.149	.554**	.550**	.433**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	.715	.000	.000	.116	.000	.001	.303	.000	.000	.002	.000
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Lampiran 7 Output Uji Validitas Skala *Self control*

		Correlations													TOTAL_Y
		Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	
Y1	Pearson Correlation	1													
	Sig. (2-tailed)														
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Y2	Pearson Correlation	-.016	1												
	Sig. (2-tailed)	.913													
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Y3	Pearson Correlation	.075	.215	1											
	Sig. (2-tailed)	.604	.134												
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Y4	Pearson Correlation	.342*	.181	.214	1										
	Sig. (2-tailed)	.015	.209	.135											
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Y5	Pearson Correlation	-.003	.228	.398**	-.011	1									
	Sig. (2-tailed)	.982	.111	.004	.941										
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Y6	Pearson Correlation	.300*	.237	.023	.356*	-.120	1								
	Sig. (2-tailed)	.034	.097	.875	.011	.407									
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Y7	Pearson Correlation	.507**	-.146	.013	.255	-.217	.120	1							
	Sig. (2-tailed)	.000	.311	.928	.074	.131	.405								
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Y8	Pearson Correlation	-.335*	.259	.382**	-.050	.703**	.026	-.157	1						
	Sig. (2-tailed)	.018	.069	.006	.729	.000	.859	.275							
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Y9	Pearson Correlation	.119	-.091	.385**	.350*	.158	.294*	.409**	.304*	1					
	Sig. (2-tailed)	.409	.530	.006	.013	.273	.038	.003	.032						
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Y10	Pearson Correlation	.382**	.054	.241	.468**	.054	.511**	.321*	-.010	.324*	1				
	Sig. (2-tailed)	.006	.710	.092	.001	.708	.000	.023	.944	.022					
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Y11	Pearson Correlation	.454**	-.008	.206	.485**	.028	.520**	.387**	.047	.340*	.375**	1			
	Sig. (2-tailed)	.001	.954	.150	.000	.849	.000	.005	.748	.016	.007				
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Y12	Pearson Correlation	.428**	.043	-.037	.114	.249	.039	.371**	.166	.176	.179	.275	1		
	Sig. (2-tailed)	.002	.789	.798	.431	.081	.788	.008	.248	.222	.214	.054			
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
Y13	Pearson Correlation	.066	.145	.081	.151	.048	-.043	.232	-.072	.248	.111	.246	.102	1	
	Sig. (2-tailed)	.646	.315	.577	.294	.743	.765	.105	.619	.082	.444	.085	.480		
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50
TOTAL_Y	Pearson Correlation	.590**	.291*	.486**	.624**	.334*	.531**	.504**	.236	.613**	.658**	.695**	.464**	.353*	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.041	.000	.000	.018	.000	.000	.099	.000	.000	.000	.001	.012	
	N	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).
 **. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 8 Output Uji Reliabilitas *Reactance*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.744	13

Lampiran 9 Output Uji Reliabilitas *Self control*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.677	14

Lampiran 10 Output Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		50
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	5,89336456
Most Extreme Differences	Absolute	,094
	Positive	,094
	Negative	-,069
Test Statistic		,094
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Lampiran 11 Output Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
TOTAL_Y * total_x	Between Groups	(Combined)	560,897	17	32,994	,906	,573
		Linearity	24,324	1	24,324	,668	,420
		Deviation from Linearity	536,572	16	33,536	,921	,555
	Within Groups		1165,283	32	36,415		
	Total		1726,180	49			

Lampiran 12 Output Uji Regresi

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	35,892	5,722		6,273	,000
	total_x	,119	,144	,119	,828	,412

a. Dependent Variable: TOTAL_Y

Lampiran 13 Output Uji Koefisien Determinasi

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,119 ^a	,014	-,006	5,95444

a. Predictors: (Constant), total_x