

Religiositas Dan Kontrol Diri Pada Mahasiswa Rantau di Salatiga

Margeljeunita Taneo^{1*}, Arthur Huwae²

^{1,2} Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

Email: margeljeunitataneo@gmail.com^{1*}, arthur.huwae@uksw.edu²

Abstrak

Menjalani kehidupan sebagai mahasiswa di perantauan, nampaknya memberikan berbagai macam dinamika hidup yang tidak mudah. Banyak tantangan yang harus dihadapi, sehingga apabila mahasiswa rantau tidak dapat mengendalikan diri dengan baik akan berisiko pada kehidupannya secara menyeluruh. Nilai-nilai religiositas yang dimiliki harus menjadi panduan hidup agar mahasiswa dapat menghindari perilaku-perilaku berisiko selama di perantauan dan berpengaruh pada kontrol diri yang dibangun pada diri mahasiswa itu sendiri. Beranjak dari hal tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiositas dengan kontrol diri pada mahasiswa rantau di Salatiga. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan penelitian ini adalah 59 mahasiswa rantau dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Pengukuran menggunakan *Religious Commitment Inventory* ($\alpha = 0,941$) dan Skala Kontrol Diri ($\alpha = 0,840$). Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif signifikan antara religiositas dengan kontrol diri pada mahasiswa rantau di Salatiga ($r = 0,524$ dan $\text{sig.} = 0,000$). Hal ini mengindikasikan bahwa religiositas menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan kontrol diri mahasiswa rantau di Salatiga. Implementasi penelitian, diharapkan agar mahasiswa tetap memperdalam ajaran-ajaran agama yang menjadi panduan hidup agar dapat membentuk kontrol diri yang tetap tinggi guna menghindari perilaku-perilaku yang berisiko dan merusak selama menjalani kehidupan mahasiswa di perantauan.

Kata Kunci: *Religiositas, Kontrol Diri, Mahasiswa Rantau*

Abstract

Living life as a student abroad seems to provide various kinds of life dynamics that are not easy. Many challenges must be faced so that if overseas students cannot control themselves properly, they will risk their life as a whole. Religiosity values possessed must be a life guide so that students can avoid risky behaviors while abroad and affect self-control that is built in the students themselves. Moving on from this, this study aims to determine the relationship between religiosity and self-control in wander students in Salatiga. The method used is quantitative with a correlational design. The participants in this study were 59 overseas students using the accidental sampling technique. The measurements used the Religious Commitment Inventory ($\alpha = 0.941$) and the Self-Control Scale ($\alpha = 0.840$). The results showed that there was a significant positive relationship between religiosity and self-control in wander students in Salatiga ($r = 0.524$ and $\text{sig.} = 0.000$). This indicates that religiosity is one of the factors related to the self-control of wander students in Salatiga. In the implementation of the research, it is expected that students will continue to deepen the teachings of religion which are life guides so that they can form self-control that remains high to avoid risky and damaging behaviors while living a student life abroad.

Keywords: *Religiosity, Self-Control, Overseas Students Wandering*

PENDAHULUAN

Menurut Suryana, Wulandari, Sagita, dan Harto (2022) ada masa remaja akhir (*adolescence*) yang dialami pada usia 18 sampai 22 tahun dimana individu sudah dapat menguasai emosinya sendiri, bahkan memiliki keberanian untuk mewujudkan cita-citanya. Perkembangan ini ditandai dengan perubahan pada fisik dan psikis individu (Diananda, 2019). Perkembangan remaja dapat diamati dari bagaimana remaja berinteraksi pada setiap kondisi di lingkungan sekitarnya. Besar kecilnya hambatan yang yang dialami pada tahap perkembangannya ditentukan oleh faktor-faktor di lingkungan tempatnya tinggal dan dibesarkan (Endarwati, Rahmawaty, & Arif, 2016). Pada usia inilah, pada umumnya remaja akhir sementara menempuh pendidikan jenjang perguruan tinggi. Dewi (2021) menjelaskan, remaja pada fase ini mulai memasuki tahap konsolidasi menuju periode dewasa awal yang dianggap proses pematangan konsep diri dengan mematangkan cita-cita atau karirnya. Oleh karena itu, yang dimaksud dengan mahasiswa perantau adalah orang yang meninggalkan tempat asalnya untuk tinggal di daerah baru sebagai bentuk kemandirian (Hediati & Nawangsari, 2019). Perkembangan ilmu pengetahuan semakin maju dan makin mendorong usaha-usaha perbaikan terhadap proses atau jalannya pembelajaran.

Budaya merantau yang dilakukan oleh remaja ke jenjang yang lebih tinggi dianggap adalah hal baik guna memperluas wawasan seseorang terlebih ditempat rantau dengan budaya yang berbeda (Marta, 2014). Nusi, Murdiana, dan Siswanti (2022) mengatakan alasan individu merantau adalah mendapatkan pendidikan yang layak untuk mencapai cita-citanya dengan mulai hidup mandiri. Selain itu, individu mulai memantapkan langkah untuk menata masa depan yang lebih realistis. Data dari Kemenristekdikti (2018), bagi perantau pulau Jawa menjadi tujuan utama untuk melanjutkan pendidikan. Ahdiat (2022) mengabarkan jumlah Mahasiswa di 34 Provinsi Indonesia Jawa Tengah berada pada posisi kelima dengan jumlah Universitas Negeri sebanyak 181.958 dan Universitas Swasta sebanyak 419.660. Wijaya (2021) mengabarkan bahwa kota Salatiga diklaim sebagai zona nyaman bagi mahasiswa perantau. Menurut PDDIKTI tahun 2021 jumlah mahasiswa di Universitas Kristen Satya Wacana sebanyak 15.474. Oleh karena itu, Prihatini (2022) mengabarkan perihal predikat Indonesia Mini yang dimiliki Universitas Kristen Satya Wacana salah satu Universitas Swasta di Jawa Tengah yang memiliki sebagian besar diantaranya memiliki mahasiswa dari banyak etnis dan ragam di Indonesia yang ditandai dengan seringnya menampilkan peragaan budaya pada acara tahunan ataupun acara besar kampus.

Dalam wawancara yang dilakukan peneliti pada tanggal 4-5 Juni dan 3 Agustus 2022 terhadap 17 orang informan, sebagian besar diantara mereka memilih untuk merantau karena ingin memiliki pengetahuan yang lebih luas dengan sudut pandang yang berbeda, memiliki relasi yang luas, mendapat pekerjaan untuk meringankan ekonomi keluarga, berlatih mandiri. Para calon mahasiswa perantau yang memilih untuk indekos sangat diharapkan dapat bekerja sama dalam lingkungan sosial. Merantau artinya mahasiswa memilih untuk tinggal jauh dari rumah dan menghadapi berbagai kondisi tertentu. Dengan latar belakang budaya yang berbeda, mahasiswa akan berinteraksi dengan mahasiswa lainnya.

Sesuai dengan yang dikemukakan Endarwati, Rahmawaty dan Wibowo (2016), sedikit atau tidaknya permasalahan dapat memengaruhi proses belajar mengajar serta interaksi di lingkungannya. Hasil lainnya dari wawancara tersebut mengenai bagaimana kehidupan mahasiswa perantau di Salatiga, informan mengatakan ada hal-hal positif seperti adanya perubahan signifikan secara pluralitas di tengah masyarakat yang awalnya hanya satu suku bertambah dan makin dikenal keberagaman suku lain. Serta didukung oleh adanya acara kebudayaan seperti IICF (*Indonesia International Culture Festival*) yang diadakan setiap tahun oleh Universitas Satya Wacana dengan tujuan terwujudnya indonesia mini yang memiliki mahasiswa dengan etnis yang berbeda sebagai sarana memperkaya wawasan dan relasi dengan mahasiswa-mahasiswa lain yang memiliki latar belakang budaya yang berbeda. Informan juga mengatakan adanya mahasiswa perantau berdampak baik bagi pendapatan masyarakat lokal.

Terlepas dari keuntungan adanya mahasiswa perantau, terdapat etika-etika dalam bermasyarakat yang diharapkan. Norma yang berlaku di masyarakat diharapkan agar mahasiswa pendatang dapat beradaptasi menciptakan keharmonisan. Diperlukan tata krama yang baik guna menghormati dan menghargai di lingkungan Salatiga. Namun, ada sejumlah perilaku mahasiswa yang merugikan warga, seperti mabuk-mabukan di beberapa tempat hingga menimbulkan keributan pada acara-acara besar kampus. Tanggapan terhadap perilaku buruk terhadap mahasiswa rantau agar kebiasaan buruk yang dilakukan belum tentu

diterima oleh masyarakat sekitar, hal tersebut menunjukkan ketidakdewasaan secara sikap. Ada baiknya untuk beradaptasi dan mengintrospeksi diri agar menjadi contoh baik ketika di tempat rantau.

Berdasarkan hasil wawancara di atas maka dapat disimpulkan bahwa fenomena perilaku buruk di kalangan mahasiswa rantau karena kurangnya adaptasi diri terhadap norma-norma sosial. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Da Costa (2010), yang menunjukkan dahulu kawasan ini (Margosari) sering menjadi sasaran berpotensi konflik mahasiswa UKSW. Da Costa juga menjelaskan adanya perbedaan kesantunan mahasiswa dahulu dan sekarang. Mahasiswa yang sekarang sangat apatis dan sewenang-wenang hingga ketegangan antar etnis pendatang di kampus dan sekitarnya tinggi.

Fenomena lain yang terjadi di Kabupaten Salatiga yang dikabarkan mahasiswa meninggal karena keracunan setelah pesta miras dan dipulangkan ke asalnya (Mukti, 2021). Permasalahan lainnya terjadi pada mahasiswa yang melakukan bentrok dengan warga di Kopeng, karena kecewa saat apa yang diinginkan tidak terpenuhi karena minimarket sudah ditutup sehingga menimbulkan kegaduhan dan berakibat empat warga lokal mengalami luka-luka. Masalah demikian, tentu membuat remaja perantau menunjukkan adanya kontrol diri yang rendah. Maka, sangat penting bagi mahasiswa perantau yang berkuliah di Salatiga agar dapat memiliki kontrol diri yang baik.

Kontrol diri menurut Inzlicht, Schmeichel dan Macrae (2014) dikonsepsikan sebagai proses mental yang memungkinkan orang untuk mengesampingkan pikiran dan emosi, sehingga memungkinkan perilaku bervariasi secara adaptif dari waktu ke waktu. Aspek-aspek dalam kontrol diri meliputi kemampuan individu memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan dimana remaja dengan kontrol diri baik akan mampu mengatur perilaku dalam kapasitasnya sendiri. Sebaliknya, jika remaja tidak mampu maka dapat menggunakan sumber eksternal untuk mengatasinya. Kontrol kognitif diperlukan remaja untuk memungkinkan mereka memproses informasi yang tidak diinginkan dengan cara menafsirkan, mengevaluasi, dan mengintegrasikannya ke dalam kerangka kognitif seperti regulasi psikologis atau mengurangi tekanan, dan aspek lainnya pada bagaimana pengambilan keputusan untuk memilih suatu tindakan berdasarkan hal yang diyakini atau disetujui (Harahap, 2017).

Kontrol diri yang rendah memungkinkan individu dapat melanggar aturan tanpa melihat efek jangka panjang yang ditimbulkan dan tidak mampu menahan dorongan-dorongan dari dirinya dalam bentuk perilaku agresi (Saputro, 2022). Kontrol diri individu yang rendah dapat disebabkan karena kurangnya mengendalikan situasi sehingga berdampak pada emosinya (Kurniawan & Dwiyantri, 2013). Sedangkan karakteristik individu dengan kontrol diri tinggi dapat bertekun pada apa yang bersifat positif meskipun memiliki banyak rintangan, individu dapat mengubah perilaku sesuai dengan aturan dan norma yang berlaku di sekitarnya, dan tidak menampilkan perilaku emosional atau eksplosif, serta mampu bersikap toleran dalam beradaptasi dengan situasi maladaptif (Aviyah & Farid, 2014). Sebagaimana faktor psikologis lainnya yang memengaruhi kontrol diri remaja berasal situasi dan kondisi sekitarnya (Rahmadani & Okfrima, 2022). Lingkungan dimana individu berada secara garis besar memiliki aturan dan nilai yang diaplikasikan dalam perilaku sehari-hari (Sianturi & Dewi, 2021). Individu yang tidak mampu membentuk religiositas yang baik maka akan berdampak terhadap diri individu tersebut (Mardiana & Hurriyati, 2021).

Religiositas merupakan sikap batin atau pribadi individu kepada Tuhan yang pada umumnya memiliki aturan atau kewajiban yang harus dijalankan oleh pemeluknya untuk mengikat individu atau kelompok dengan Tuhan, sesama manusia, dan alam sekitarnya (Glock dan Stark, 1968). Dengan demikian mengandung pengertian bahwa religi atau agama pada umumnya memiliki aturan dan kewajiban yang harus ditaati dan dipatuhi oleh pemeluknya (Khairunnisa, 2013)

Glock dan Stark (1968), menjelaskan bahwa ada lima aspek religiositas yaitu aspek eksperiensial atau tingkatan seseorang dalam merasakan dan mengalami perasaan atau pengalaman agama, aspek ritualistik atau kepatuhan seseorang mengerjakan kewajiban ritualnya sebagaimana yang diperintahkan dalam agamanya, aspek ideologi yang berkaitan dengan tingkatan seseorang dalam meyakini ajaran agamanya, aspek intelektual yang berkaitan dengan tingkat pengetahuan seseorang terhadap agamanya, dan aspek konsekuensial yang mengukur sejauh mana perilaku seseorang dimotivasi oleh ajaran agamanya. Individu yang memiliki tingkat pemahaman tinggi mengenai ajaran saja tanpa menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari maka akan memiliki tingkat religiositas yang rendah. Sebaliknya, religiositas individu akan tinggi apabila diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Azizah, 2015).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Kadri, Zulkefly, dan Baharudin (2019) menunjukkan bahwa remaja dengan religiositas yang tinggi lebih memungkinkan untuk memiliki kontrol diri yang tinggi juga agar dapat mengurangi timbulnya perilaku eksternalisasi. Sedangkan penelitian lain yang dilakukan Kurniawan dan Dwiyantri (2013), menunjukkan adanya hasil signifikan antara religiositas dengan kontrol diri pada anggota intelkam di Polres Cilacap. Berdasarkan penelitian terdahulu masih menghasilkan data yang menunjukkan hubungan antara religiositas dan kontrol diri, maka yang akan menjadi kekhasan dalam penelitian ini adalah peneliti mencoba mengkaji lebih lanjut mengenai hubungan antara religiositas dengan kontrol diri pada mahasiswa rantau di Salatiga yang artinya bagaimana mahasiswa mampu menyeimbangkan kontrol diri dan religiositas dalam kesehariannya dalam mengatasi kesulitannya menyesuaikan diri dilingkungan baru, dituntut untuk mengurus segala sesuatu tanpa bantuan keluarga juga mampu menyesuaikan diri dengan perbedaan budaya yang terkait dengan norma dalam masyarakat (Hasibuan, Anindhita, Maulid, & Nashori, 2018).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara religiositas dengan kontrol diri pada mahasiswa rantau di Salatiga. Kemudian, hipotesis yang diajukan yaitu ada hubungan positif antara religiositas dengan kontrol diri pada mahasiswa rantau di Salatiga.

METODE

Jenis dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif dengan desain korelasional guna untuk melihat hubungan atau korelasi antara variabel bebas (religiositas) dengan variabel terikat (kontrol diri) khususnya pada karyawan produksi di CV yang bergerak di bidang karoseri bis.

Partisipan Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan teknik *accidental sampling* yang siapa saja secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel jika yang ditemui itu cocok sebagai sumber data (Sugiyono, 2017). Dengan begitu, partisipan dalam penelitian ini adalah 59 mahasiswa dari beberapa wilayah Indonesia yang merantau di Salatiga. Semua Data demografi partisipan, disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Data Demografi Partisipan

Karakteristik Partisipan		Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	21 orang	35,5%
	Perempuan	38 orang	64,4%
	Total	59 Orang	100%
Usia	18-19 Tahun	9 orang	15,25%
	20-21 Tahun	24 orang	40,67%
	22-23 Tahun	26 orang	44,06%
	18-19 Tahun	9 orang	15,25%
	Total	59 Orang	100%
Asal Daerah	Papua	6 orang	10,16%
	Maluku	13 orang	22,03%
	NTT	21 orang	35,59%
	NTB	3 orang	5,08%
	Sumatera	7 orang	11,86%
	Kalimantan	3 orang	5,08%
	Sulawesi	6 orang	10,16%
	Total	59 Orang	100%
Angkatan Kuliah	2022	5 orang	8,47%
	2021	8 orang	13,55%
	2020	17 orang	28,81%
	2019	32 orang	54,23%
	Total	59 Orang	100%

Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua skala psikologi yang masing-masing mengukur religiositas dan kontrol diri. Metode pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dalam bentuk *google form* yang disebarluaskan melalui email student ke masing-masing email mahasiswa rantau di Salatiga. Religiositas diukur menggunakan *Religious Commitment Inventory* berdasarkan teori Glock dan Stark. Skala religiositas terdiri dari 25 item yang kemudian diterjemahkan oleh peneliti ke dalam bahasa Indonesia dan dilakukan validasi oleh *expert judgement*. Skala religiositas disusun dengan jenis pernyataan *favorable* dan *unfavorable* yang menggunakan 5 pilihan jawaban skala Likert yaitu, Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Netral (N), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS). Dari hasil uji daya diskriminasi item, diperoleh semua item lolos dengan nilai item total korelasi berkisar antara 0,367-0,823 dan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,941 yang tergolong sangat reliabel.

Kontrol diri dalam penelitian ini diukur menggunakan Skala Kontrol Diri yang disusun oleh Abdul berdasarkan teori kontrol diri dari Averill (1973). Skala kontrol diri terdiri dari 12 item yang disusun dengan 2 jenis pernyataan yaitu *favorable* dan *unfavorable* yang menggunakan 5 pilihan jawaban dari skala Likert yaitu, Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Netral (N), Setuju (S), dan Sangat Setuju (SS). Dari hasil uji daya diskriminasi item, diperoleh semua item lolos dengan nilai item total korelasi berkisar antara 0,314-0,695 dan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,840 yang tergolong sangat reliabel.

Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian menggunakan uji korelasi *product moment* dari *Karl Pearson*. Pengujian seluruh data penelitian dilakukan menggunakan bantuan program komputer *IBM SPSS Statistic seri 25 for windows*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Deskriptif

Pada Tabel 2, skor religiositas yang diperoleh oleh sebagian besar partisipan berada pada kategori tinggi dengan persentase 55,9% (rata-rata 98,00 dan standar deviasi 16,056). Kemudian, skor kontrol diri yang diperoleh oleh sebagian besar partisipan berada pada kategori tinggi dengan persentase 40,7% (rata-rata 43,80 dan standar deviasi 8,666).

Tabel 2. Kategorisasi Variabel Penelitian

Variabel	Rata-rata	SD	Persentase	Keterangan
Religiositas	98,00	16,056	55,9%	Tinggi
Kontrol Diri	43,80	8,666	40,7%	Tinggi

Uji Asumsi Normalitas

Dari hasil uji normalitas pada Tabel 3, diperoleh nilai K-S-Z variabel religiositas sebesar 0,668 dengan sig. 0,764 ($p > 0,05$), dan nilai K-S-Z variabel kontrol diri sebesar 1,236 dengan sig. 0,094 ($p > 0,05$). Nilai signifikansi masing-masing variabel yang lebih dari 0,05, menunjukkan bahwa data variabel religiositas dan kontrol diri berdistribusi normal.

Tabel 3. Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov-Z

Variabel	K-S-Z	Sig.	Keterangan
Religiositas	0,668	0,764	Normal
Kontrol Diri	1,236	0,094	Normal

Uji Asumsi Linieritas

Dari hasil uji linieritas pada Tabel 4, diperoleh nilai F_{hitung} sebesar 25,485 dengan sig. 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan hubungan antara religiositas dan kontrol diri mahasiswa rantau di Salatiga adalah linier.

Tabel 4. Uji Linieritas ANOVA

	F	Sig	Keterangan
Linearity	25,485	0,000	Linier

Uji Hipotesis

Dari perhitungan uji korelasi *Karl Pearson* pada Tabel 5, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,524 dengan sig. 0,000 ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif signifikan antara religiositas dengan kontrol diri pada mahasiswa rantau di Salatiga. Artinya, semakin tinggi religiositas yang dimiliki, maka kontrol diri yang ditunjukkan oleh mahasiswa rantau di Salatiga akan semakin tinggi pula. Sumbangan yang diberikan oleh religiositas terhadap variabel kontrol diri sebesar 27,5% (r^2), artinya religiositas menjadi salah satu faktor yang berhubungan dengan kontrol diri mahasiswa rantau di Salatiga.

Tabel 5. Uji Korelasi *Karl Pearson*

Variabel	<i>r</i>	<i>Sig.</i>	Keterangan
Religiositas dan Kontrol Diri	0,524**	0,000	Hipotesis Diterima

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima, dimana terdapat hubungan positif signifikan antara religiositas terhadap kontrol diri pada mahasiswa perantau di Salatiga dengan $r = 0,524$ dan sig. = 0,000 ($p < 0,01$). Artinya, semakin tinggi religiositas yang dimiliki individu, maka akan semakin tinggi kontrol diri yang dicapai. Hasil penelitian ini sejalan dengan yang ditemukan oleh Kadri dkk (2019), dimana peningkatan religiositas lebih mengakibatkan peningkatan individu pada kontrol dirinya, dengan religiositas membantu membuat individu mengurangi perilaku eksternalisasi, termasuk pada aktivitas kriminal, perilaku seksual berisiko, ataupun penggunaan narkoba. Marcus dan McCulloch (2021) menyatakan bahwa religiositas memiliki keterhubungan dengan kontrol diri, melalui bagaimana perilaku keagamaan yang dilakukan individu setiap hari dan melakukan ritual ibadah yang mendorong individu untuk mempertimbangkan kembali perilakunya.

Averill (1973) menyatakan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam membaca situasi dan lingkungannya sendiri, serta memampukan individu mengelola dan mengendalikan diri dalam lingkungan sosialnya. Mahasiswa perantau di Salatiga sebagian besar berada pada kategori tinggi, dengan begitu kontrol diri yang tinggi inilah membuat mahasiswa perantau di Salatiga memiliki kemampuan untuk memahami aturan dengan melakukan pertimbangan dengan mengelola informasi dan memodifikasi perilaku sehingga menghasilkan tindakan-tindakan positif untuk mencapai tujuan yang diinginkan sesuai dengan norma-norma yang berlaku di masyarakat.

Ditemukannya kontrol diri yang tinggi sebesar 40,7% pada mahasiswa perantau di Salatiga membuat para mahasiswa memiliki kontrol perilaku yang baik kontrol perilaku yang baik mampu membuat para mahasiswa mampu mengontrol perilaku dengan regulasi dan modifikasi stimulus. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zahrani dan Ambarini (2019) dimana dengan melatih kontrol diri secara efektif dapat membantu individu mengatasi impuls agresifnya. Penelitian yang ditemukan oleh Wijianti, Retno, dan Grahani (2020), menemukan bahwa individu akan memiliki kontrol diri ketika memfokuskan dirinya pada kondisi yang dapat dikontrol dengan tindakannya sendiri ketika merasa yakin untuk berperilaku baik yang diinginkan oleh lingkungannya.

Tercapainya kontrol diri pada mahasiswa perantau di Salatiga didukung dengan adanya kontrol kognitif yang baik sebagai penerima dan penilaian tentang situasi yang dihadapi secara positif. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Apriani, Asmadi, dan Mawaddah (2022) dimana meliputi pengendalian diri dalam kemampuan individu untuk membimbing perilakunya berdasarkan sesuatu yang diyakini. Proses membimbing perilaku ini memberikan hasil evaluasi yang positif, sebagaimana yang ditemukan Salmi, Hariko, dan Afdal (2018) dimana kontrol kognitif berpengaruh pada bentuk usaha individu dalam menilai suatu kondisi dengan positif.

Dimensi terakhir dari kontrol diri adalah mengontrol keputusan, dengan para mahasiswa perantau di Salatiga memiliki pengambilan keputusan membuat mahasiswa mampu memilih tindakan yang diyakini atau disetujui dalam lingkungannya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Juliawati, Yandri, dan Afrifadela (2020), ditemukan bahwa individu dapat mengambil keputusan yang baik apabila mampu mengendalikan emosi negatifnya sehingga mencegah adanya perilaku eksternal. Sebagaimana yang ditemukan oleh Damayanti dan

Ilyas (2019) disaat individu memiliki kemampuan mengambil keputusan maka akan berfungsi dengan baik ketika adanya kebebasan, kesempatan, atau banyaknya kemungkinan dalam memilih tindakan.

Kontrol diri yang baik dapat terbentuk disaat individu menjalani hidupnya sesuai dengan ajaran agama yang dianutnya ataupun norma-norma yang berlaku dalam bermasyarakat. Religiositas pada individu berperan untuk memperkuat kontrol diri individu melalui kemampuan penghayatan kualitas diri individu sebagai pembimbing perilaku sesuai keyakinan keagamaannya. Dengan begitu religiositas dapat menjadi suatu faktor dalam pembentukan kontrol diri, sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Aulia, Maputra, Afriyeni, dan Sari (2022) yang menjelaskan bahwa religiositas dapat menstabilkan perilaku, memberi rasa aman dan nilai moral pada individu.

Religiositas menurut Glock dan Stark (1968), terdiri dari lima komponen yaitu keyakinan, praktik agama, pengalaman, pengetahuan agama, dan konsekuensi. Religiositas yang baik pada mahasiswa perantau di Salatiga tercapai akibat adanya keyakinan atau harapan terhadap pandangan teologis tertentu dan mengakui kebenarannya sebagai umat yang beragama. Adanya keyakinan yang baik mampu membuat mahasiswa perantau memilah perilaku baik dan buruk selama menjalani masa perkuliahan. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Hakiki dan Cahyono (2015) dimana individu dengan keyakinan yang baik akan mampu memiliki kesungguhan dalam berkomitmen dan memegang teguh ajaran agamanya. Hasil penelitian lain oleh Siagian dan Abia (2022), menemukan bahwa individu yang memiliki keyakinan akan mampu memiliki sikap positif dan tidak akan melakukan hal-hal yang bertentangan dengan norma masyarakat ataupun ajaran agamanya.

Terdapatnya komponen praktik agama pada mahasiswa perantau di Salatiga mengakibatkan tercapainya religiositas yang baik, dengan mahasiswa melakukan praktik agama, membuat mahasiswa memiliki ketaatan untuk menunjukkan komitmen terhadap agamanya. Sejalan dengan yang ditemukan oleh Fitriyah dan Wahyuni (2020) bahwa dengan melakukan praktik keagamaan mampu membuat individu mengembangkan sikap-sikap yang sesuai dengan norma agama sehingga secara perlahan dapat menghasilkan tindakan-tindakan baik di lingkungan masyarakat. Karunia dan Ninin (2022) menjelaskan dalam perjalanan hidup, individu terus meningkatkan kualitas keagamaan dengan melakukan praktik agama sesuai dengan skema lingkungan yang mempengaruhinya.

Tercapainya religiositas pada mahasiswa perantau di Salatiga diakibatkan oleh adanya pengetahuan agama yang mengacu pada harapan dengan memiliki sedikitnya pengetahuan tentang kepercayaan, ritual, kitab suci, ataupun tradisi keagamaan. Sesuai dengan penelitian Krisnandita dan Christanti (2022) bahwa dengan menjadikan ajaran agama sebagai patokan untuk mencari solusi permasalahan dan menggunakan keyakinannya pada komitmen untuk mengelola stres saat menghadapi masalah. Ditemukannya religiositas yang tinggi sebesar 55,9% pada mahasiswa perantau di Salatiga membuat mahasiswa menerapkan konsep konsekuensi sebagai penentu dari keyakinan, praktik, pengalaman, dan pengetahuan agama dalam kesehariannya. Kecenderungan mahasiswa dalam menjaga perilakunya membutuhkan kontrol diri agar memiliki kesadaran sebelum memilih tindakannya agar tidak menimbulkan perilaku negatif di lingkungannya. Meskipun peneliti memberikan gambaran yang positif, namun tidak terlepas dari keterbatasan penelitian. Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu, terdapat berbagai distraksi yang tidak dapat dicegah oleh peneliti saat pengumpulan data berlangsung dan kemungkinan terjadinya bias karena dalam pengisian skala tidak diawasi secara langsung. Meskipun hasil penelitian menunjukkan hubungan positif, namun kontrol diri pada mahasiswa perantau di salatiga tetap perlu dilatih melalui peningkatan religiositas. Religiositas mahasiswa yang masih terbilang kurang juga perlu dimaksimalkan, sehingga diharapkan agar dengan adanya pelatihan dalam meningkatkan kontrol diri dapat mendorong kontrol diri menjadi lebih baik pula bagi para mahasiswa perantau di Salatiga

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara religiositas dengan kontrol diri pada mahasiswa perantau di Salatiga. Skor religiositas berada pada kategori tinggi, dan skor kontrol diri berada pada kategori tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa tingginya kontrol diri pada mahasiswa perantau di Salatiga dipengaruhi oleh salah satu faktor, yaitu religiositas. Religiositas memberikan sumbangan efektif terhadap meningkatnya religiositas mahasiswa

perantau di Salatiga sebesar 27,5%.

Berdasarkan hasil penelitian, maka dari itu peneliti memiliki beberapa saran yang dapat diberikan bagi mahasiswa perantau, dapat disarankan untuk tetap meningkatkan religiositas yang dimilikinya agar tercapainya kontrol diri yang lebih baik. Mahasiswa perantau dapat meningkatkan religiositas dengan memiliki keyakinan, melakukan praktik agama, pengalaman keagamaan, menambah pengetahuan agama, dan penerapan konsekuensi. Bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti tentang religiositas dan kontrol diri, dapat melakukannya pada populasi yang sama dengan jumlah yang lebih banyak namun terperinci pada jangkauan pengambilan data yang lebih luas dengan dilakukannya pengisian di ruangan khusus, juga kepada populasi yang memiliki pola hidup yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahdiat, A. (2022). Jumlah Mahasiswa di Indonesia, dari Aceh sampai Papua. *Databoks*. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/09/05/jumlah-mahasiswa-di-indonesia-dari-aceh-sampai-papua>.
- Apriani, C. (2022). *Kecanduan Game Online Pada Remaja Karangkencana Tahun 2022 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan*.
- Aulia, W., Maputra, Y., Afriyeni, N., & Sari, L. (2022). Hubungan religiositas dengan kontrol diri dalam penggunaan TikTok pada remaja. *9(1)*, 118–129. <https://doi.org/10.24843/JPU/2022.v09.i02.p02>
- Averill, J.R. 1973. *Personal Control Over Asersive Stimuli and It's Relationship to Stress*. *Psychological Bulletin*, No.80
- Aviyah, E., & Farid, M. (2014). Religiusitas, Kontrol Diri dan Kenakalan Remaja. *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia*, *3(02)*, 126–129. <https://doi.org/10.30996/persona.v3i02.376>
- Azizah, N. (2015). Perilaku Moral dan Religiusitas Siswa Berlatar Belakang Pendidikan Umum dan Agama. *Jurnal Psikologi*, *33(2)*, 1–16.
- Da Costa, E. F. (2010). Keadaan/Kondisi Pemandokan dan Keberadaan Mahasiswa di Pemandokan Margosari. *Universidade Federal De Juiz De Fora Curso*, *33(2005)*, 1–12.
- Damayanti, N., & Ilyas, A. (2019). Self-control profile of students in implementing discipline in school. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, *3(2)*, 103. <https://doi.org/10.29210/02276jpgi0005>
- Dewi, F. N. R. (2021). Konsep Diri pada Masa Remaja Akhir dalam Kematangan Karir Siswa. *Konseling Edukasi "Journal of Guidance and Counseling,"* *5(1)*, 46–62. <https://doi.org/10.21043/konseling.v5i1.9746>.
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, *1(1)*, 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Endarwati, L. M., Rahmawaty, P., & Wibowo, A. (2016). The Quality Of Student Life (Kualitas Hidup Mahasiswa) Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Yogyakarta. *Journal Article*, 38–50.
- Fitriyah, L., & Wahyuni, E. F. (2020). Handling Spiritualism Sebagai Kontrol Diri Pada Remaja Di Pondok Pesantren. *Jurnal Islam Nusantara*, *04(01)*, 1–16. <https://doi.org/10.33852/jurnalin.v4i1.182>
- Hakiki, T., & Cahyono, R. (2015). Komitmen Beragama pada Muallaf (Studi Kasus pada Muallaf Usia Dewasa). *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, *4(1)*, 20–28. <http://journal.unair.ac.id/filerPDF/jpkk8d6c54d882full.pdf>
- Harahap, J. Y. (2017). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Ketergantungan Internet Di Pustaka Digital Perpustakaan Daerah Medan. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, *3(2)*, 131. <https://doi.org/10.22373/je.v3i2.3091>
- Hasibuan, M. A. I., Anindhita, N., Maulida, N. H., & Nashori, F. (2018). Hubungan antara amanah dan dukungan sosial dengan kesejahteraan subjektif mahasiswa perantau. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, *3(1)*, 101-116.
- Hediati, H. D., Ainy, N., & Nawangsari, F. (2019). *Perilaku Adaptif Mahasiswa Rantau Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Adaptive Behavior of Regional Students of Faculty of Psychology , Airlangga University. 2014*.
- Inzlicht, M., Schmeichel, B. J., & Macrae, C. N. (2014). Why self-control seems (but may not be) limited. *Trends in Cognitive Sciences*, *18(3)*, 127–133. <https://doi.org/10.1016/j.tics.2013.12.009>
- Juliawati, D., Yandri, H., & Afrifadela, N. (2020). Self Control Belajar Siswa di Sekolah dalam Menghadapi Era Revolusi Industri 4.0. *Tarbawi: Jurnal Ilmu Pendidikan*, *16(1)*, 71–80. <https://doi.org/10.32939/tarbawi.v16i01.557>
- Kadri, N. M., Zulkefly, N. S., & Baharudin, R. (2019). Structural Relations amongst Religiosity, Self-control, and Externalizing Problems of Juveniles in Malaysia. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, *15(April)*, 68–75.
- Karunia, A., & Ninin, R. (2022). *Studi Religiusitas Pada Anak-Anak*. *14(1)*, 13–24.

- Kemenristekdikti. (2018). *Selamat! 110.946 siswa lolos snmptn 2018*. Ristekdikti. <https://ristekdikti.go.id/kabar/selamat-110-946-siswa-lolos-snmptn-2018-2/>.
- Khairunnisa, A. (2013). Hubungan Religiusitas dan Kontrol Diri dengan Perilaku Seksual Pranikah Remaja di MAN 1 Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(3), 126–131. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i3.3322>
- Krisnandita, G. O., & Christanti, D. (2022). *Jurnal Pendidikan dan Konseling*. 4, 3362–3371
- Kurniawan, F., & Dwiyantri, R. (2013). Hubungan religiusitas dengan kontrol diri pada anggota intelkam polres cilacap. *Jurnal Psikologi*, 54–60
- Marcus, Z. J., & McCullough, M. E. (2021). Does religion make people more self-controlled? A review of research from the lab and life. *Current opinion in psychology*, 40, 167-170. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2020.12.001>
- Mardiana, D. H. Hubungan antara *Self-Control* dengan Penyesuaian Diri dalam Pembelajaran Daring pada Remaja di RT. 33-34 Sekip Bendung
- Marta, S. (2014). Stereotip dan Penolakan Indekos Mahasiswa Asal Papua di Salatiga, Jawa Tengah. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 2(1), 27. <https://doi.org/10.24198/jkk.v2i1.6048>
- Mukti, akbar hari. (2021). *Mahasiswa di Salatiga Meninggal Keracunan Usai Pesta Miras Oplosan*. Detik.Com. <https://news.detik.com/berita-jawa-tengah/d-5491209/3-mahasiswa-di-salatiga-meninggal-keracunan-usai-pesta-miras-oplosan>
- Nusi, P., Murdiana, S., & Siswanti, D. N. (2022). *Homesickness Ditinjau dari Gaya Kelekatan Secure dan Insecure pada Mahasiswa Rantau*. 2(1), 1–10.
- Rahmadani, S., & Okfrima, R. (2022). Hubungan Kontrol Diri Dengan Kenakalan Remaja. *Psyche 165 Journal*, 15(2), 74–79. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i2.164>
- Salmi, S., Hariko, R., & Afdal, A. (2018). Hubungan kontrol diri dengan perilaku bullying siswa. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 88. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v8i2.2693>.
- Saputro, A. Y. (2022). Tingkat Kecerdasan Emosional dan Kontrol Diri Remaja Sekolah Teknik di Jakarta Terhadap Tingkat Agresivitas. *PSIMPHONI*, 1(2), 53-63
- Siagian, I. O., & Abia, M. A. (2022). *Hubungan Tingkat Religiusitas Dengan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Immanuel Bandung The Relationship of The Level of Religiosity and The Level of Depression in Dormitory Nursing Students in Immanuel Bandung High School of Health Sciences*. 1(2), 1–11.
- Sianturi, Y. R. U., & Dewi, D. A. (2021). Penerapan Nilai Nilai Pancasila Dalam Kehidupan Sehari Hari Dan Sebagai Pendidikan Karakter. *Jurnal Kewarganegaraan*, 5(1), 222–231. <https://doi.org/10.31316/jk.v5i1.1452>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Suryana, E., Wulandari, S., Sagita, E., & Harto, K. (2022). Perkembangan Masa Remaja Akhir. Suryana, E., Wulandari, S., Sagita, E., & Harto, K. (2022). Perkembangan Masa Remaja Akhir (Tugas, Fisik, Intelektual, Emosi, Sosial dan Agama) dan Implikasinya pada Pendidikan. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(6), 1956–. *JIIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(6), 1956–1963. <https://doi.org/10.54371/jiip.v5i6.664>
- Stark, R. & Glock, C. Y. (1968). *American piety: The nature religious comitment*. University of California perss: London
- Wijianti, D. K.A., Retno, D. P., & Grahani, F. O. Kontrol Diri dengan Perilaku Agresif pada Generasi Millennial. *Prosiding Temu Ilmiah Nasional Fakultas Psikologi Universitas Hang Tuah "Peran Psikologi dalam Menyiapkan SDM Bidang Maritim pada Era New Normal"*, 93.
- Zahrani, Z., & Ambarini, T. K. (2019). Pelatihan Kontrol Diri untuk Menurunkan Perilaku Agresif Siswa. *Analitika*, 11(2), 104. <https://doi.org/10.31289/analitika.v11i2.2798>.