E-ISSN: 3025-0994
Halaman 3415-3432
Volume 4 Nomor 4 Tahun 2026

Gambaran Regulasi Diri Siswa Asrama Yang Melakukan Kenakalan Remaja di SMA Katolik Fides Quaerens Intellectum

Maria Hendrina Sait[1], Marleny Purnamasary Panis[2], Rizky Pradita Manafe[3], Dian Lestari Anakaka[4]

[1,2,3,4] Program Studi Pendidikan Psikologi, Universitas Nusa Cendana
e-mail: hendrinapsikologiundana@gmail.com,
marleny_panis@yahoo.ac.id,rizky.manafe@staf.undana.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran regulasi diri pada siswa asrama yang melakukan kenakalan remaja di SMA Katolik Fides Quaerens Intellectum, meliputi penetapan standar dan tujuan, observasi diri, evaluasi diri, reaksi diri, refleksi diri, serta faktor penghambat regulasi diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik purposive sampling. Sebanyak 77 siswa mengikuti skrining awal, kemudian partisipan dipilih berdasarkan skor kenakalan remaja yang tinggi. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur dan dianalisis menggunakan analisis tematik. Keabsahan data dilakukan melalui member checking dan triangulasi sumber. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi diri partisipan belum berkembang secara optimal dan belum stabil. Kemampuan observasi diri dan refleksi diri tergolong kuat, sedangkan penetapan standar dan tujuan, evaluasi diri, serta reaksi diri masih lemah. Partisipan mampu menyadari perilaku yang melanggar aturan, tetapi kesadaran tersebut belum selalu diikuti perubahan perilaku yang konsisten. Faktor penghambat regulasi diri meliputi dorongan internal, impulsivitas, rasa malas, kebosanan, pengaruh teman sebaya, serta lemahnya pengawasan eksternal. Sementara itu, konsekuensi yang melibatkan orang tua dapat mendorong refleksi diri dan upaya perbaikan perilaku. Dengan demikian, pengembangan regulasi diri membutuhkan tujuan yang jelas, kesadaran pribadi, dan dukungan lingkungan yang konsisten.

Kata Kunci: Regulasi Diri, Kenakalan Remaja, Siswa Asrama, Kontrol Diri.

Abstract

This study aimed to describe self-regulation among boarding students involved in juvenile delinquency at SMA Katolik Fides Quaerens Intellectum, focusing on standard and goal setting, self-observation, self-evaluation, self-reaction, self-reflection, and factors inhibiting self-regulation. This research employed a descriptive qualitative approach with purposive sampling. A total of 77 students participated in the initial screening, and participants were selected based on their high juvenile delinquency scores. Data were collected through semi-structured interviews and analyzed using thematic analysis. Data trustworthiness was established through member checking and source triangulation. The findings revealed that participants' self-regulation had not developed optimally and remained unstable. Self-observation and self-reflection were relatively strong, whereas standard and goal setting, self-evaluation, and self-reaction remained weak. Participants were able to recognize behaviors that violated boarding school rules, but this awareness did not consistently lead to behavioral changes. Factors inhibiting self-regulation included internal urges, impulsivity, laziness, boredom, peer influence, and inadequate external supervision. Meanwhile, consequences involving parents encouraged

self-reflection and behavioral improvement. These findings indicate that strengthening self-regulation requires clear personal goals, greater self-awareness, and consistent environmental support to help students control their behavior and develop more responsible habits.

Keywords: Self-Regulation, Juvenile Delinquency, Boarding Students, Self-Control.

LATAR BELAKANG

Dewasa ini, kesadaran masyarakat Indonesia tentang pendidikan sudah semakin meningkat. Hal ini terlihat dari tingginya minat orang tua yang menginginkan anaknya menempuh pendidikan pada sekolah unggulan yang tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga pembentukan karakter. (Rohimah dkk., 2016). Salah satu alternatif pendidikan yang diminati oleh orang tua, untuk menghasilkan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas adalah sekolah berasrama (Anjani dkk., 2024). Sekolah berasrama (boarding school) merupakan lembaga pendidikan yang menyediakan suasana belajar berbeda dengan sekolah pada umumnya, karena siswa boarding school diwajibkan untuk menetap dalam asrama dengan melakukan berbagai aktivitas atau kegiatan serta hidup terpisah dari keluarganya (Nur'aini & Hamzah, 2023). Selain sebagai tempat pembelajaran akademik, sekolah berasrama juga berperan dalam pembentukan karakter yang menanamkan nilai-nilai disiplin, tanggung jawab, dan kemandirian. Sekolah berasrama memiliki sistem pengawasan dan aturan ketat dalam mengatur kehidupan siswanya, agar siswa tidak mudah terkontaminasi oleh hal-hal yang tidak sesuai dengan sistem pendidikan atau dengan ciri khas suatu sekolah berasrama (Aliyah dkk, 2023).

Mayoritas siswa yang menempuh pendidikan di sekolah dengan sistem asrama (boarding school) berada pada usia remaja. Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, yang ditandai dengan berbagai perubahan, baik fisik, emosional, dan sosial (Lubis dkk., 2024). Pada fase ini, masa remja juga dihadapkan pada berbagai tantangan dalam kehidupan modern yang dapat menimbulkan kebingungan dan konflik internal (Suri dkk., 2022). Apabila remaja kurang mampu untuk menyikapi kondisi tersebut, maka berpotensi munculnya perilaku negatif yang melanggar norma dan dapat berkembang menjadi perilaku menyimpang yang dikenal dengan istilah kenakalan remaja (Nuzul & Amin, 2021). Kenakalan remaja (juvenile delinquency) merupakan bentuk perilaku menyimpang, yang mencerminkan gejala patologis sosial pada remaja akibat pengabaian sosial. Perilaku ini dapat berupa pelanggaran terhadap norma sosial, norma agama dan norma hukum (Rahmadani & Okfrima, 2022).

Data Badan Pusat Statistik (BPS), menunjukkan jumlah kasus kenakalan yang disebabkan oleh remaja di Indonesia pada tahun 2023 sebanyak 584.991 kasus, meningkat dari tahun 2022 yang tercatat sebanyak 372.965 kasus kenakalan yang disebabkan oleh remaja. Laporan Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) tahun 2022-2024, mencatat jenis kenakalan yang sering terjadi seperti tawuran, penyalahgunaan narkoba, pelecehan seksual dan eksploitasi (Febrianty & Suhesty, 2025). Sejalan dengan hal tersebut, data dari Pusat Informasi Kriminal Nasional (Pusiknas) Bareskrim Polri menunjukkan bahwa dalam periode 1 Januari hingga 20 Februari 2025, terdapat ratusan pelajar yang terlibat dalam berbagai aksi kenakalan. Tercatat Sebanyak 437 pelajar terlibat dalam kasus pencurian, 460 pelajar dalam kasus penganiayaan dan pengeroyokan, serta 349 pelajar dalam kasus narkoba. Data ini menunjukkan bahwa kenakalan remaja yang melibatkan anak usia sekolah tidak hanya berupa pelanggaran ringan seperti tawuran, tetapi juga telah berkembang menjadi tindakan kriminal yang lebih serius seperti kekerasan, pencurian, dan penyalahgunaan narkoba (Pusiknas, 2025).

Masalah kenakalan remaja yang terjadi di kalangan pelajar, juga terjadi dalam lingkungan sekolah berasrama, yang dikenal dengan sistem pengawasan dan aturan yang

ketat. Sekolah berasrama memiliki karakteristik yang berbeda dibandingkan sekolah non-asrama, dimana siswa tidak hanya belajar di kelas tetapi juga tinggal di lingkungan sekolah dengan aturan yang terstruktur dan jadwal kegiatan yang padat. Kondisi ini menjadikan sekolah berasrama sebagai lingkungan yang diharapkan mampu membentuk perilaku positif siswa secara optimal. Namun demikian, pada kenyataannya, keberadaan sistem aturan yang ketat tidak sepenuhnya mampu mencegah munculnya perilaku menyimpang pada siswa (Anjila dkk., 2025).

SMA Katolik Fides Quaerens Intellectum merupakan sekolah yang menerapkan sistem sekolah berasrama dengan aturan yang sangat ketat, namun masih ditemukan kasus kenakalan yang dilakukan oleh para siswa. Berdasarkan data yang dikutip dari buku kasus siswa tahun pelajaran 2024/2025 periode Agustus 2024 - September 2025 ditemukan sekitar 20 siswa yang melakukan pelanggaran dari total 142 siswa, dengan persentasenya sebesar 14%. Perilaku kenakalan yang terjadi seperti, bolos mengikuti misa pagi, bolos pada saat jam pelajaran di sekolah, bolos dari asrama, merokok di waktu sekolah, tidak menghargai guru dengan makan pada saat jam pelajaran, dan berpacaran di lingkungan sekolah. Selain itu berdasarkan wawancara singkat bersama bersama guru bimbingan konseling (BK), diketahui kenakalan remaja di lingkungan asrama masih juga ditemukan. Pada asrama putri pelanggaran yang sering terjadi seperti bolos, menyembunyikan alat elektronik (hp dan laptop) serta memanipulasi izin keluar, senioritas, kurang disiplin, tidak menghormati pembina asrama, memesan maka dari luar. Sedangkan pada asrama putra ditemukan perilaku seperti, merokok secara sembunyi-sembunyi dalam lingkungan asrama dan bullying secara verbal yang memicu konflik antar siswa. Dalam satu semester tercatat 5- 10 kasus pelanggaran yang terjadi dalam lingkungan asrama dengan perilaku yang paling sering muncul adalah terkait dengan kedisiplinan seperti, tidak mematuhi aturan dengan menyembunyikan alat elektronik, terlambat ke sekolah maupun kegiatan lainnya, senioritas, tidak menghormati guru, merokok serta bolos dari asrama. Hal ini menunjukkan bahwa pelanggaran tidak hanya terjadi sekali, tetapi cukup sering sehingga perlu ditangani secara terus-menerus. Pihak sekolah maupun asrama telah melakukan berbagai upaya penanganan seperti melakukan pembinaan di asrama dan penanganan oleh guru BK di sekolah, baik secara individu maupun kelompok. Untuk pelanggaran yang terjadi berulang kali, sekolah memberikan sanksi yang lebih tegas, seperti pemanggilan orang tua dan pemulangan siswa kepada orang tua sebagai pembinaan lanjutan.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmatullah (2022), menjelaskan bahwa perilaku kenakalan remaja dapat muncul karena adanya dinamika sosial di antara siswa, tekanan aturan, serta proses penyesuaian diri terhadap kehidupan asrama. Temuan ini menunjukkan bahwa lingkungan asrama yang mempertemukan siswa dalam interaksi yang terus-menerus dapat meningkatkan potensi konflik sosial. Apabila perilaku kenakalan ini tidak ditangani dengan baik, maka dapat menimbulkan berbagai konsekuensi. Secara individu, kenakalan dapat berdampak pada menurunnya prestasi akademik, meningkatnya stres dan kecemasan, serta kesulitan dalam penyesuaian sosial (Ola-Williams dkk., 2024). Sementara itu, bagi lingkungan sekolah, kenakalan dapat mengganggu proses pembelajaran serta menurunkan kualitas dan citra institusi pendidikan.

Dalam menjelaskan pemahaman mengenai bagaimana merespons perilaku tersebut, dapat dilihat melalui kajian regulasi diri sebagai kemampuan dalam mengendalikan diri. Brown (dikutip dari, Neal & Carey 2015) menjelaskan bahwa regulasi diri merupakan proses dalam diri yang penting bagi manusia untuk merencanakan, mengarahkan, dan memonitor perilaku dengan melibatkan unsur fisik, kognitif, emosional dan sosial, Bandura (dikutip dari Alwisol, 2012) menyebutkan bahwa manusia sebagai pribadi memiliki kemampuan untuk dapat mengatur diri sendiri (meregulasi diri). Kemampuan tersebut penting untuk dimiliki agar seseorang dapat mengembangkan dirinya untuk mencapai keadaan yang diinginkan, serta

mampu menghadapi berbagai peristiwa yang terjadi, baik yang menyenangkan maupun yang tidak menyenangkan.

Pada siswa asrama yang melakukan pkenakalan remaja, kemampuan regulasi diri sangat dibutuhkan karena berpotensi mempengaruhi perilaku siswa dalam kehidupan dalam kehidupan yang penuh dengan aturan dan dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan atau keadaan (Lars dkk.., 2025). Apabila kemampuan pengendalian diri kurang berkembang, maka remaja lebih rentan melakukan kenakalan yang melanggar aturan seperti membolos, melanggar tata tertib, atau bentuk kenakalan remaja lainnya. Kondisi ini menjelaskan bahwa memiliki regulasi diri yang baik merupakan hal yang cukup sulit bagi remaja dengan beberapa kondisi tertentu serta menjadi tantangan bagi mereka dalam mengendalikan emosi, dorongan, maupun perilaku mereka sehari-hari

Regulasi diri memiliki pengaruh yang cukup signifikan dalam munculnya kenakalan remaja. Seperti yang dijelaskan oleh Nuzul dan Amin (2021) serta Putri dan Ansyah (2025) dalam penelitiannya bahwa regulasi diri memiliki pengaruh yang cukup signifikan terhadap perilaku kenakalan remaja dimana remaja, dimana remaja dengan regulasi diri yang tinggi mampu untuk mengontrol dorongan perilaku negatif, mempertimbangkan konsekuensi dari tindakannya, serta menyesuaikan dengan norma dan aturan yang berlaku. Sebaliknya remaja dengan regulasi diri yang rendah cenderung lebih mudah terlibat dalam perilaku menyimpang.

Dalam berbagai konteks penelitian baik lokal maupun internasional kenakalan remaja dipandang sebagai perilaku menyimpang yang muncul akibat interaksi berbagai faktor, baik faktor internal dalam diri remaja maupun faktor eksternal dari lingkungan sosialnya. Seperti kajian penelitian yang dilakukan oleh Rasyid dan Normillah (2022) menyatakan bahwa perilaku kenakalan remaja terjadi karena adanya keterlibatan orang tua dan rendahnya kemampuan dalam mengontrol diri. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Abdillah dkk., (2025) menegaskan kembali bahwa pola asuh orang tua yang autoritatif dan regulasi diri menjadi faktor utama yang dapat menyebabkan munculnya perilaku agresif pada remaja. Sedangkan penelitian yang dilakukan di luar Indonesia oleh Rezaei dkk., (2019) menyatakan bahwa persepsi gaya pengasuhan, kemampuan pengendalian diri dan pengaturan diri afektif memiliki pengaruh yang cukup signifikan pada remaja sehingga berdampak memunculkan perilaku kenakalan. Temuan-temuan dalam penelitian ini membuktikan bahwa regulasi diri menjadi salah satu faktor internal yang berperan dalam membantu remaja mengontrol perilaku dan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan sosialnya.

Penelitian memiliki kebaruan karena fokusnya untuk melihat bagaimana gambaran regulasi diri pada siswa asrama yang melakukan kenakalan remaja khususnya pada siswa SMA Katolik Fides Quaerens Intellectum. Penelitian ini tidak hanya mendeskripsikan kenakalan remaja sebagai perilaku menyimpang, tetapi bagaimana upaya memahami kemampuan regulasi diri siswa dalam menghadapi tuntutan, aturan, dan kehidupan lingkungan asrama. Selain itu pendekatan dalam penelitian ini menggunakan kualitatif deskriptif sehingga memungkinkan peneliti memperoleh gambaran yang lebih mendalam mengenai regulasi diri pada siswa asrama yang melakukan kanakalan remaja. Berdasarkan uraian diatas yang sudah dijelaskan sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Regulasi Diri pada Siswa Asrama yang Melakukan Kenakalan Remaja di SMA Katolik Fides Quaerens Intellectum”

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif. Pendekatan pada penelitian ini adalah pendekatan kualitatif deskriptif. Penentuan partisipan dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling. Partisipan penelitian ini merupakan siswa SMA Katolik Fides Quaerens Intellectum yang berjumlah 77 orang dan telah mengikuti screening awal. Total partisipan penelitian yang dipilih dalam penelitian ini adalah

siswa yang menunjukkan skor kenakalan remaja yang tinggi dibandingkan responden lainnya. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu wawancara. Struktur wawancara yang dipakai yaitu wawancara semi-terstruktur, dimana peneliti menggunakan pedoman pertanyaan yang bersifat terbuka dan fleksibel, sehingga memungkinkan peneliti mengeksplorasi jawaban partisipan secara lebih mendalam untuk memahami pengalaman dan perspektif mereka terhadap suatu fenomena. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis tematik sebagaimana dikemukakan oleh Braun dan Clarke, (2006). Keabsahan data yang digunakan penulis dalam penelitian ini yaitu member check dan triangulasi sumber.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

1. Deskripsi Hasil Penelitian

Data yang telah diperoleh dari hasil wawancara kemudian dilakukan analisis oleh peneliti menggunakan metode analisis tematik. Data kemudian diklasifikasikan menjadi 6 tema utama yaitu : Penetapan standar dan Tujuan, Observasi Diri, Evaluasi Diri, Reaksi Diri terhadap perilaku kenakalan, Refleksi Diri, dan Faktor Penghambat Regulasi Diri.

2. Menetapkan Standar dan Tujuan

Standar Perilaku

Partisipan mengungkapkan sebagai siswa asrama mereka wajib untuk menaati aturan baik di asrama maupun di sekolah.

Tujuan Diri

Partisipan SK dan DM memiliki tujuan untuk lebih fokus belajar, disiplin, serta mengubah diri. Berbeda dengan SK dan DM, partsipan BS belum memiliki tujuan yang jelas selain menyelesaikan pendidikan di sekolah tersebut.

3. Observasi Diri (Self Observation)

Kesadaran Diri (Self Awareness)

Sub tema ini menggambarkan kesadaran diri partisipan, yaitu kemampuan partisipan mengakui bahwa dirinya melakukan kenakalan. Partisipan menyadari bahwa kenakalan yang dilakukan tidak hanya terjadi sekali, tetapi sudah berulang kali.

Pemantauan Diri

Sub tema ini menggambarkan cara partisipan memperhatikan perilakunya sehari-hari selama tinggal di asrama. Partisipan KN, SK, dan BS mampu mengenali bahwa perilakunya belum sepenuhnya sesuai dengan aturan.

4. Evaluasi Diri (Self Evaluation)

Evaluasi Negatif

Sub tema ini menggambarkan penilaian partisipan ketika membandingkan kenakalan yang dilakukannya dengan standar yang berlaku. Penilaian tersebut muncul dalam 2 bentuk, yaitu menyadari bahwa perilaku yang dilakukan merupakan suatu bentuk kesalahan dan memberikan penilaian negatif terhadap diri sendiri.

Normalisasi Perilaku

Sub tema ini menggambarkan kecenderungan partisipan menilai dan menganggap tindakannya sebagai sesuatu yang wajar atau biasa.

5. Reaksi Diri

Tema ini menggambarkan reaksi diri partisipan terhadap perilaku kenakalan yang dilakukan dan konsekuensi yang diterima. Reaksi tersebut terlihat dalam tiga bentuk. Pertama, respons emosional berupa perasaan senang, puas, takut, malu, atau menyesal setelah melakukan kenakalan maupun menerima hukuman. Kedua, perilaku menghindar, yaitu upaya partisipan untuk menghindari kewajiban atau menyembunyikan pelanggaran agar tidak diketahui pembina asrama. Ketiga, habituasi, yaitu kecenderungan menganggap kenakalan dan hukuman sebagai

hal yang biasa setelah mengalaminya secara berulang, sehingga hukuman tidak lagi menimbulkan efek jera.

Respons Emosional

Sub tema ini menggambarkan perasaan yang muncul pada partisipan terhadap perilaku kenakalan yang dilakukannya dan hukuman yang diterima.

Perilaku Menghindar

Partisipan berusaha agar tindakannya tidak diketahui oleh pembina asrama.

Habituasi

Karena partisipan sudah sering melakukan kenakalan dan menerima hukuman, rasa takut dan rasa bersalah yang sebelumnya muncul semakin berkurang hingga terasa biasa, sehingga kenakalan tidak lagi dirasakan sebagai sesuatu yang salah dan hukuman tidak lagi menimbulkan efek jera.

6. Refleksi Diri (Self Reflection)

Penyesuaian Tujuan Diri

Sub tema ini menggambarkan cara partisipan merefleksikan dan menyesuaikan tujuan dirinya setelah meninjau kembali kemampuannya dalam mengendalikan diri dari kenakalan. Partisipan SM mengungkapkan bahwa refleksi terhadap kemampuannya mengendalikan diri muncul setelah menerima konsekuensi berupa sanksi. Konsekuensi tersebut menjadi titik awal bagi SM untuk mengubah perilakunya.

Upaya Pengendalian Diri

Sub tema ini menggambarkan upaya yang dilakukan partisipan untuk mengendalikan diri agar tidak kembali melakukan pelanggaran, beserta perubahan perilaku yang mulai dirasakan dari upaya tersebut. Partisipan SM mulai memperbaiki diri dengan bangun tepat waktu, datang lebih awal untuk berdoa, dan tidak membolos lagi.

7. Faktor Penghambat Regulasi Diri

Tema ini menggambarkan berbagi kondisi yang menghambat kemampuan partisipan dalam meregulasi dirinya baik yang berkaitan bersumber dari dirinya maupun yang berkaitan dengan lingkungan sosial di asrama.

Dorongan Internal

Sub tema ini menggambarkan dorongan yang berasal dari dalam diri partisipan yang menghambat regulasi dirinya, sehingga partisipan sulit mengendalikan diri ketika muncul dorongan untuk melakukan kenakalan. Dorongan tersebut berupa keinginan pribadi, kesulitan menahan diri, impulsivitas, rasa malas, rasa bosan, rasa ingin tahu, serta keinginan untuk mendapatkan perhatian.

Konformitas Teman Sebaya

Konformitas teman sebaya menjadi salah satu faktor eksternal yang mempengaruhi kemampuan partisipan dalam mengatur dan mengendalikan perilakunya. Keinginan untuk mengikuti teman atau meniru perilaku kakak kelas dapat membuat partisipan kesulitan mempertahankan keputusan untuk menaati aturan, terutama ketika perilaku yang melanggar dianggap biasa dalam kelompoknya.

Lemahnya Kontrol Eksternal

Sub tema ini menggambarkan lemahnya kontrol eksternal yang dialami partisipan selama tinggal di asrama. Lemahnya kontrol eksternal dalam penelitian ini terlihat dari dua hal, yaitu kurangnya ketegasan pembina serta kurangnya pengawasan. Kondisi tersebut membuat partisipan sulit mengendalikan dirinya ketika tidak diawasi, sehingga regulasi dirinya melemah dan kenakalan menjadi lebih mudah dilakukan.

PEMBAHASAN

Masa remaja merupakan periode ketika individu mulai dituntut untuk mengatur perilakunya sendiri, dan tuntutan tersebut menjadi lebih besar bagi siswa yang tinggal di asrama

karena siswa harus menjalankan aturan secara mandiri dan jauh dari pengawasan orang tua. Kemampuan untuk mengatur diri tersebut dikenal sebagai regulasi diri, yaitu kemampuan individu untuk mengatur pikiran, perasaan, dan tindakannya agar sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Zimmerman (2000) menjelaskan bahwa regulasi diri melibatkan tiga aspek utama, yaitu metakognitif, motivasi, dan perilaku. Ketiga aspek tersebut tampak dalam kemampuan individu untuk menetapkan standar dan tujuan, mengamati dirinya, menilai dirinya, bereaksi terhadap perilakunya, dan merefleksikan dirinya. Berdasarkan kerangka tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran regulasi diri pada siswa asrama yang melakukan kenakalan remaja di SMA Katolik Fides Quaerens Intellectum, yang meliputi gambaran penetapan standar dan tujuan, observasi diri, evaluasi diri, reaksi diri, refleksi diri, serta faktor-faktor yang menghambat regulasi diri. Pembahasan berikut menjelaskan setiap tujuan tersebut secara berurutan, kemudian ditutup dengan gambaran regulasi diri partisipan secara keseluruhan.

Secara umum, hasil penelitian menggambarkan bahwa regulasi diri partisipan belum berkembang secara optimal dan belum stabil, sehingga partisipan belum mampu mengatur dirinya secara konsisten. Kelima kemampuan regulasi diri sudah muncul pada partisipan, tetapi kekuatannya tidak sama pada setiap kemampuan. Observasi diri dan refleksi diri sudah tergolong kuat, sedangkan kemampuan menetapkan standar dan tujuan, evaluasi diri, dan reaksi diri masih lemah. Partisipan belum memiliki standar perilaku sendiri, tujuan dirinya masih bersifat umum, penilaian terhadap dirinya masih mudah bergeser, dan reaksi dirinya belum mendorong perubahan. Gambaran ini perlu dipahami dengan melihat regulasi diri sebagai siklus yang terdiri atas tahap perencanaan, pelaksanaan, dan refleksi diri (Panadero, 2017), sehingga kekuatan atau kelemahan pada satu kemampuan akan memengaruhi kemampuan lainnya. Oleh karena itu, pembahasan dimulai dari kemampuan menetapkan standar dan tujuan sebagai dasar bagi kemampuan regulasi diri lainnya.

Menetapkan standar dan tujuan merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilaku yang ingin dilakukan serta hal yang ingin dicapai sebelum bertindak, sehingga individu memiliki acuan dalam mengatur perilakunya. Dalam penelitian ini, partisipan memahami kewajiban sebagai siswa asrama, mampu merumuskan kriteria siswa asrama yang baik, serta mengetahui larangan beserta konsekuensinya. Namun, pemahaman tersebut belum menunjukkan bahwa partisipan memiliki standar perilaku sendiri. Menetapkan standar berarti individu menentukan sendiri kriteria perilaku yang ingin dilakukannya, sedangkan standar yang dipahami partisipan hanya sebatas aturan asrama dan lebih dipahami sebagai tuntutan yang harus diikuti daripada sebagai nilai yang diyakini secara pribadi. Temuan ini dapat dijelaskan melalui teori determinasi diri yang dikemukakan oleh Deci dan Ryan (2000). Teori ini membedakan regulasi yang dikendalikan dari luar, yaitu perilaku yang dijalankan karena aturan, tekanan, atau rasa takut terhadap hukuman, dengan regulasi yang otonom, yaitu perilaku yang dijalankan karena individu memahami dan menerima nilai dari perilaku tersebut. Standar yang dipahami partisipan lebih dekat dengan bentuk pertama, sehingga mudah melemah ketika tekanan dari luar berkurang.

Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Aelterman dkk. (2019) yang menemukan bahwa siswa yang menerima aturan sebagai bagian dari dirinya cenderung menjalankan aturan secara sukarela, sedangkan siswa yang menjalankan aturan karena tekanan lebih mudah menunjukkan perlawanan. Sama halnya dengan temuan tersebut, partisipan dalam penelitian ini mengetahui aturan dengan baik, tetapi karena aturan tersebut belum diterima sebagai bagian dari dirinya, pengetahuan tersebut belum cukup untuk mengarahkan perilaku. Asadin (2023), dalam penelitiannya pada remaja laki-laki di lingkungan berasrama, juga menemukan bahwa individu yang telah menjadikan aturan sebagai pegangan pribadi memiliki kemampuan mengendalikan diri yang lebih baik. Hal ini berbeda dengan partisipan dalam penelitian ini, yang mengetahui aturan tetapi belum menjadikannya pegangan pribadi, sehingga kemampuan

mengendalikan dirinya masih lemah. Standar yang belum menjadi pegangan pribadi ini membuat partisipan membutuhkan tujuan yang jelas sebagai alasan untuk tetap menaati aturan, tetapi tujuan tersebut juga belum terbentuk dengan kuat.

Tujuan diri partisipan masih bersifat umum, seperti ingin lebih fokus belajar, disiplin, mengubah diri, atau menyelesaikan pendidikan, dan belum disertai langkah yang jelas untuk mencapainya. Partisipan BS bahkan belum memiliki tujuan lain selain menyelesaikan pendidikan. Tujuan yang spesifik pada dasarnya memberikan arah sekaligus motivasi bagi individu untuk mengatur perilakunya, karena tujuan tersebut menjadi pembanding yang jelas antara perilaku saat ini dan hasil yang ingin dicapai. Tanpa tujuan yang spesifik, individu tidak memiliki alasan yang cukup kuat untuk menunda kesenangan sesaat demi hasil jangka panjang. Temuan ini sejalan dengan penelitian Carroll dkk. (2013) pada remaja yang terlibat kenakalan, yang menemukan bahwa remaja tersebut memiliki tujuan yang lebih sedikit dan kurang menantang, serta keyakinan yang lebih rendah terhadap kemampuannya dalam mengatur diri. Sebaliknya, temuan ini berbeda dengan Lestari dkk. (2024), yang menemukan bahwa kemampuan menetapkan standar dan tujuan pada remaja sudah terpenuhi karena tujuan yang dimiliki bersifat spesifik, yaitu melanjutkan kuliah pada jurusan tertentu. Perbedaan ini menunjukkan bahwa kejelasan tujuan merupakan hal yang membedakan regulasi diri yang terarah dengan regulasi diri yang mudah goyah. Dengan demikian, kemampuan menetapkan standar dan tujuan pada partisipan masih lemah, karena partisipan belum memiliki standar perilaku sendiri dan tujuan dirinya masih bersifat umum. Meskipun demikian, pemahaman partisipan terhadap aturan asrama tetap memberi dasar bagi partisipan untuk memperhatikan perilakunya sendiri, sehingga partisipan dapat menyadari ketika perilakunya tidak sesuai dengan aturan.

Kemampuan menyadari perilaku tersebut tampak pada observasi diri. Observasi diri merupakan kemampuan individu untuk memperhatikan dan memantau perilakunya sendiri, termasuk mengenali perilaku yang sudah baik dan yang masih perlu diperbaiki. Dalam penelitian ini, observasi diri merupakan salah satu kemampuan yang paling kuat. Partisipan mengetahui perilaku yang sering diulang dan mampu membedakan perilaku yang sudah sesuai dengan aturan dan yang belum sesuai. Partisipan BS bahkan mampu membedakan perilaku yang sudah baik, seperti mengerjakan tugas dan mengikuti misa, dengan perilaku yang masih perlu diperbaiki. Temuan ini berbeda dengan penelitian Hu dkk. (2023) pada remaja yang terlibat kenakalan, yang menemukan bahwa remaja tersebut memiliki kemampuan memantau diri yang lebih rendah dibandingkan remaja lainnya. Perbedaan ini terjadi karena partisipan dalam penelitian ini tinggal di asrama, sehingga perilakunya selalu berada dalam pengawasan dan mendapat tanggapan secara terus-menerus melalui teguran, sistem poin, dan surat pernyataan. Kondisi tersebut membuat partisipan terus memperoleh informasi tentang perilakunya sendiri, sehingga partisipan lebih mudah menyadari perilaku mana yang sudah sesuai dan yang belum sesuai dengan aturan. Dengan demikian, kemampuan memantau diri partisipan dapat berkembang, meskipun belum sepenuhnya tumbuh dari kesadaran pribadi. Namun, kesadaran yang terbentuk melalui umpan balik dari luar tersebut belum selalu berlanjut menjadi pengendalian diri.

Partisipan tetap mengulangi perilaku yang telah disadarinya, dan pengendalian diri melemah ketika pengawasan tidak ada. Pengamatan terhadap diri baru bermanfaat bagi regulasi diri apabila hasilnya digunakan untuk menyesuaikan perilaku. Dalam penelitian ini, hasil pengamatan tersebut lebih banyak berhenti pada tingkat mengetahui dan belum digunakan untuk mengubah tindakan. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan memantau diri yang dibantu oleh umpan balik dari luar akan berfungsi selama umpan balik tersebut hadir, tetapi melemah ketika umpan balik tidak ada. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Li dkk. (2021), yang menemukan bahwa disiplin sekolah berkaitan dengan kontrol diri siswa dari jenjang prasekolah hingga sekolah menengah. Sama halnya dengan temuan tersebut, kemampuan partisipan untuk

mengendalikan diri dalam penelitian ini masih sangat dipengaruhi oleh kehadiran disiplin dan pengawasan dari pihak asrama. Dengan demikian, observasi diri sudah terpenuhi pada partisipan, meskipun hasilnya belum selalu digunakan untuk mengendalikan perilaku. Selain digunakan untuk mengenali perilaku, hasil observasi diri juga menjadi dasar bagi partisipan dalam menilai perilakunya.

Evaluasi diri merupakan kemampuan individu untuk menilai perilakunya sendiri dengan membandingkannya dengan standar yang dimiliki. Dalam penelitian ini, evaluasi diri partisipan muncul dalam dua arah yang berbeda. Ketika perilaku dibandingkan dengan aturan asrama dan harapan dirinya, partisipan menilai perilakunya salah dan memberikan penilaian negatif terhadap dirinya. Namun, ketika pembandingnya adalah perilaku teman dan kakak kelas, partisipan menilai perilaku yang sama sebagai hal yang wajar. Temuan ini dapat dijelaskan melalui teori kognitif sosial Bandura (1991), yang menyatakan bahwa penilaian terhadap diri sangat bergantung pada standar yang digunakan sebagai pembanding, dan individu dapat melemahkan penilaian negatif terhadap dirinya dengan memandang perilakunya sebagai hal yang juga dilakukan oleh banyak orang. Pandangan ini menjelaskan bahwa perbedaan arah penilaian partisipan bukan disebabkan oleh ketidakmampuan menilai diri, tetapi oleh berubahnya standar pembanding yang digunakan. Karena partisipan belum memiliki standar pribadi, teman sebaya menjadi acuan yang paling dekat dan paling mudah digunakan.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Rohmah (2022) pada remaja di lingkungan berasrama, yang menemukan bahwa makna kenakalan dibentuk dan dipertahankan melalui interaksi di dalam kelompok. Sama halnya dengan temuan tersebut, penilaian partisipan terhadap perilakunya dalam penelitian ini juga dibentuk oleh pandangan yang berlaku di dalam kelompok pertemanannya. Umam (2021) juga menemukan bahwa norma kelompok pertemanan berperan dalam membentuk cara remaja menilai perilakunya di sekolah. Kedua temuan tersebut memperkuat bahwa pergeseran penilaian partisipan berasal dari pandangan kelompok, bukan dari ketidaktahuan partisipan terhadap aturan. Dengan demikian, evaluasi diri partisipan masih lemah dan belum stabil. Partisipan mampu menilai perilakunya sebagai kesalahan, tetapi hasil penilaian tersebut masih mudah bergeser mengikuti lingkungan pertemanannya. Penilaian yang mudah bergeser ini membuat penilaian negatif tidak cukup kuat untuk menimbulkan reaksi yang mendorong perubahan, sehingga berdampak langsung pada reaksi diri partisipan.

Reaksi diri merupakan tanggapan individu terhadap perilakunya sendiri setelah menilai perilaku tersebut, yang berfungsi sebagai penguatan bagi dirinya. Individu memberikan penguatan positif, seperti rasa bangga, ketika perilakunya sesuai dengan standar, dan memberikan hukuman terhadap dirinya, seperti rasa menyesal, ketika perilakunya tidak sesuai dengan standar. Melalui penguatan tersebut, individu terdorong untuk mempertahankan perilaku yang baik dan menghentikan perilaku yang tidak baik. Zimmerman (2000) membedakan reaksi diri yang adaptif, yaitu reaksi yang mendorong individu untuk memperbaiki dirinya, dengan reaksi diri yang defensif, yaitu reaksi yang melindungi individu dari rasa tidak nyaman tanpa menghasilkan perubahan. Dalam penelitian ini, reaksi diri partisipan tampak dalam dua bentuk, yaitu respons emosional dan perilaku menghindar, yang lebih banyak menunjukkan reaksi diri yang defensif.

Respons emosional partisipan menunjukkan bahwa penguatan terhadap diri belum berjalan sesuai dengan fungsinya. Perasaan senang dan puas muncul segera setelah partisipan berperilaku tidak sesuai aturan. Perasaan tersebut merupakan penguatan positif, tetapi diberikan pada perilaku yang salah, sehingga justru memperkuat kenakalan. Sebaliknya, perasaan malu, takut, dan menyesal, yang seharusnya berfungsi sebagai hukuman terhadap diri, baru muncul setelah perilakunya diketahui atau setelah menerima hukuman, dan tidak bertahan lama. Hukuman terhadap diri tersebut muncul karena konsekuensi dari luar, bukan karena partisipan menilai perilakunya tidak sesuai dengan standar pribadinya, sehingga reaksi diri lebih banyak bersifat defensif dan belum mendorong perubahan. Temuan ini sejalan dengan

penelitian Rezaei dkk. (2019) pada remaja yang terlibat kenakalan, yang menemukan keterbatasan dalam kontrol diri dan pengaturan emosi. Sama halnya dengan temuan tersebut, partisipan dalam penelitian ini juga belum mampu mengelola perasaan senang sesaat agar tidak mengarahkan tindakannya. Pola emosi tersebut tidak dapat dilepaskan dari perkembangan emosional partisipan sebagai remaja.

Santrock (2016) menjelaskan bahwa masa remaja ditandai oleh emosi yang lebih kuat dan mudah berubah, sedangkan kemampuan untuk mengelola emosi masih berkembang. Emosi dan perilaku remaja yang belum stabil membuat remaja mudah mengikuti dorongan sesaat (Mahardika dkk., 2024). Pandangan tersebut menjelaskan mengapa rasa senang yang muncul segera memiliki pengaruh yang lebih kuat terhadap tindakan partisipan daripada rasa menyesal yang baru muncul kemudian. Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Septiawan dkk. (2020) pada siswa sekolah menengah pertama, yang menemukan bahwa regulasi emosi berpengaruh terhadap kenakalan remaja. Sama halnya dengan temuan tersebut, kemampuan partisipan dalam mengelola emosi turut menentukan kuat atau lemahnya reaksi diri. Hal ini menunjukkan bahwa lemahnya reaksi diri partisipan tidak hanya berkaitan dengan aturan dan hukuman, tetapi juga dengan kemampuan mengelola emosi yang masih berkembang sesuai dengan tahap usianya. Selain melalui perasaan, reaksi diri partisipan juga tampak dalam bentuk tindakan, yaitu perilaku menghindar.

Perilaku menghindar menunjukkan bahwa ketika berhadapan dengan kemungkinan hukuman, partisipan tidak bereaksi dengan memperbaiki perilakunya, tetapi dengan berusaha agar perilakunya tidak diketahui. Partisipan beralasan sakit untuk menghindari kewajiban, memilih waktu ketika pembina tidak ada, dan melakukan pelanggaran secara diam-diam. Reaksi tersebut termasuk reaksi diri yang defensif, karena yang dihindari adalah hukuman dari luar, bukan perilaku yang tidak sesuai dengan standar. Setiap kali partisipan berhasil tidak ketahuan, keberhasilan tersebut justru menjadi penguatan yang membuat kenakalan diulang, sehingga yang diperkuat adalah cara menghindar, bukan perilaku yang sesuai aturan. Dalam reaksi ini, partisipan sebenarnya menunjukkan kemampuan merencanakan waktu, membaca situasi, dan menyiapkan alasan, yang merupakan bagian dari regulasi diri. Namun, kemampuan tersebut tidak digunakan untuk mengendalikan perilaku, melainkan untuk menghindari konsekuensi. Hal ini menunjukkan bahwa arah reaksi diri ditentukan oleh standar yang dipegang individu. Karena partisipan belum memiliki standar perilaku sendiri, yang dijadikan acuan adalah agar tidak ketahuan dan tidak dihukum. Reaksi yang berorientasi pada hukuman tersebut, ditambah rasa puas yang terus muncul dan rasa menyesal yang cepat hilang, membuat kenakalan mudah diulang hingga dirasakan sebagai hal yang biasa.

Respons emosional partisipan juga tampak melemah terhadap kenakalan dan hukuman yang dialami secara berulang. Kenakalan terasa biasa karena sudah sering dilakukan, dan hukuman tidak lagi menimbulkan efek jera, bahkan partisipan BS merasa sudah kebal terhadap hukuman. Kondisi ini dapat dijelaskan melalui konsep habituasi, yaitu menurunnya respons individu terhadap sesuatu yang dialami secara berulang (Rankin dkk., 2009). Pada partisipan, kenakalan dan hukuman yang terus berulang membuat rasa takut dan rasa bersalah semakin berkurang hingga terasa biasa. Bandura (1991) menjelaskan bahwa reaksi diri, seperti rasa bersalah dan rasa tidak puas terhadap diri sendiri, berfungsi sebagai pengendali yang membuat individu menahan diri dari perilaku yang tidak sesuai dengan standar. Hukuman dari luar seharusnya memicu hukuman terhadap diri, seperti rasa bersalah dan rasa takut untuk mengulangi. Namun, ketika hukuman sudah dirasakan sebagai hal yang biasa, hukuman terhadap diri tersebut tidak lagi muncul, sehingga fungsi reaksi diri sebagai pengendali perilaku menjadi hilang. Temuan ini sejalan dengan penelitian Mulyati dan Uyun (2024) mengenai persepsi siswa terhadap hukuman di sekolah, yang menemukan bahwa hukuman tidak otomatis membentuk kedisiplinan apabila siswa tidak memahami tujuannya. Sama halnya dengan temuan tersebut, hukuman yang diterima partisipan secara berulang tidak menghasilkan

perubahan, karena partisipan memandangnya sebagai hal yang harus dijalani, bukan sebagai bahan untuk menilai diri. Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Lestari dkk. (2024) pada remaja dari keluarga broken home, yang menemukan bahwa reaksi diri remaja masih kurang. Namun, pada penelitian tersebut remaja masih merasa gagal dan kecewa terhadap dirinya ketika tidak mencapai tujuan, sedangkan pada partisipan dalam penelitian ini hukuman terhadap diri justru melemah karena kenakalan dan hukuman sudah terasa biasa. Dengan demikian, reaksi diri merupakan kemampuan regulasi diri yang paling lemah pada partisipan, karena penguatan positif muncul pada perilaku yang salah, sedangkan hukuman terhadap diri semakin melemah. Meskipun demikian, regulasi diri partisipan tidak berhenti pada tahap tersebut, karena partisipan masih mampu meninjau kembali dirinya.

Refleksi diri merupakan kemampuan regulasi diri untuk meninjau kembali pengalaman, keberhasilan, dan kegagalannya, kemudian mempertimbangkan kembali tujuan dan perilakunya sesuai dengan keyakinan akan kemampuan dirinya. Dalam penelitian ini, refleksi diri merupakan salah satu kemampuan regulasi diri partisipan yang paling kuat. Partisipan mampu meninjau kembali pengalamannya, terutama setelah menerima sanksi dipulangkan, kemudian menilai bahwa perilakunya salah dan merumuskan tujuan baru, seperti tidak mengulangi perilaku yang sama, tidak meniru perilaku kakak kelas, dan memilih teman yang tidak suka membuat masalah. Tujuan baru tersebut lebih spesifik dibandingkan tujuan awal partisipan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Zemel dkk. (2016) pada remaja berisiko, yang menemukan bahwa masa krisis dapat menjadi kesempatan bagi remaja untuk merenungkan dirinya, dan perenungan tersebut membantu remaja menjauhi perilaku kenakalan. Sama halnya dengan temuan tersebut, sanksi dipulangkan dalam penelitian ini menjadi saat bagi partisipan untuk merenungkan kembali perilakunya, sehingga regulasi dirinya mulai bergerak ke arah perubahan. Pada sebagian partisipan juga mulai tampak kemampuan menahan kesenangan sesaat, misalnya tidak lagi ingin ikut merokok meskipun melihat teman merokok. Romer dkk. (2010) menemukan bahwa kemampuan remaja untuk menunda kepuasan berhubungan dengan berkurangnya perilaku berisiko, seperti merokok dan minum minuman beralkohol. Kemampuan menahan kesenangan sesaat tersebut menunjukkan bahwa regulasi diri partisipan mulai berfungsi untuk mengendalikan perilaku. Namun, keyakinan partisipan terhadap kemampuannya untuk berubah belum sepenuhnya kuat, sebagaimana tampak pada partisipan SK yang menilai keinginannya untuk berubah baru sekitar 60 persen karena merasa belum mampu mengatur dirinya. Hal ini perlu diperhatikan karena penelitian Budiman dkk. (2026) pada siswa madrasah aliyah menemukan bahwa efikasi diri berhubungan dengan kenakalan remaja. Keyakinan diri yang belum kuat ini membuat regulasi diri partisipan belum stabil. Panadero (2017) menjelaskan bahwa hasil refleksi pada satu siklus menjadi dasar bagi perencanaan pada siklus berikutnya. Hal ini menunjukkan bahwa refleksi diri berfungsi memperbaiki kelemahan yang sebelumnya terdapat pada tahap penetapan tujuan, sehingga siklus regulasi diri partisipan mulai bergerak ke arah yang lebih baik. Refleksi diri tersebut tidak muncul dengan sendirinya, tetapi sebagian besar dipicu oleh konsekuensi dan peran orang tua.

Refleksi diri partisipan banyak muncul setelah menerima sanksi dipulangkan dan setelah mempertimbangkan harapan orang tua. Partisipan SM mulai berubah setelah dipulangkan dan dimarahi orang tua, sedangkan partisipan DM berubah karena tidak ingin mengecewakan ibunya. Dorongan ini masih berasal dari luar diri partisipan, tetapi berbeda dengan hukuman biasa karena didasari oleh hubungan dengan orang yang bermakna. Deci dan Ryan (2000) menjelaskan bahwa hubungan yang dekat dengan orang lain membantu individu menerima nilai dari suatu perilaku sebagai milik dirinya sendiri. Temuan ini sejalan dengan penelitian Rasyid dan Normillah (2022) pada siswa sekolah menengah atas, yang menemukan bahwa keterlibatan orang tua dan regulasi diri bersama-sama berpengaruh terhadap kenakalan remaja. Zare dkk. (2023) juga menemukan bahwa hubungan yang baik dengan orang tua merupakan faktor pelindung terhadap kenakalan remaja. Abdillah dkk. (2025) pada siswa sekolah menengah atas

juga menemukan bahwa pengasuhan orang tua yang otoritatif bersama regulasi diri berperan dalam menekan agresivitas remaja. Sama halnya dengan ketiga temuan tersebut, orang tua dalam penelitian ini menjadi pihak yang paling berpengaruh dalam mendorong partisipan untuk meninjau kembali dirinya. Sanksi dipulangkan dalam penelitian ini menjadi awal munculnya refleksi diri karena sanksi tersebut melibatkan orang tua secara langsung, sehingga partisipan berhadapan dengan reaksi dan harapan orang tuanya. Hasil refleksi diri tersebut kemudian diwujudkan dalam upaya pengendalian diri.

Sebagai hasil dari refleksi diri, regulasi diri partisipan mulai tampak dalam upaya pengendalian diri, yaitu mematuhi aturan, menjauhi teman yang mengajak berperilaku tidak sesuai aturan, dan menolak ajakan teman. Pada sebagian partisipan, upaya tersebut sudah menghasilkan perubahan perilaku yang lebih disiplin. Temuan ini sejalan dengan penelitian Taruh dkk. (2024) pada siswa sekolah menengah kejuruan, yang menemukan bahwa siswa mengatur kontrol dirinya dengan memilih teman dan kegiatan yang positif serta mengandalkan bimbingan orang tua. Ratri dan Kushartati (2020) juga menemukan bahwa remaja putri yang pernah mengalami eksploitasi mampu mengatur dirinya dengan menjauhi pelaku dan menolak ajakan yang merugikan dirinya, yang didorong oleh motivasi dari dalam diri. Namun, berbeda dengan subjek dalam kedua penelitian tersebut yang mampu menghindari perilaku berisiko atas kesadarannya sendiri, penolakan partisipan terhadap ajakan teman dalam penelitian ini sebagian masih didasari oleh rasa takut ketahuan atau keinginan untuk terhindar dari hukuman. Perubahan yang didorong oleh tekanan dari luar cenderung kurang bertahan dibandingkan perubahan yang muncul dari kesadaran dalam diri. Kondisi ini juga berbeda dengan penelitian Husna dkk. (2014) pada mahasiswa berprestasi, yang menemukan bahwa refleksi diri yang muncul dari kesadaran dalam diri menghasilkan tekad yang kuat untuk memperbaiki diri. Dengan demikian, refleksi diri sudah terpenuhi pada partisipan, meskipun sebagian besar masih dipicu oleh konsekuensi dan peran orang tua. Meskipun upaya tersebut sudah muncul, perubahan yang dilakukan partisipan belum selalu bertahan karena adanya faktor-faktor yang menghambat regulasi diri.

Faktor penghambat regulasi diri merupakan hal-hal yang membuat individu kesulitan dalam mengatur dan mengendalikan perilakunya. Zimmerman (sebagaimana dikutip dalam Pratiwi & Wahyuni, 2019) menjelaskan bahwa regulasi diri dipengaruhi oleh faktor individu, perilaku, dan lingkungan. Dalam penelitian ini, ketiga faktor tersebut tampak sebagai penghambat. Dari faktor individu, hambatan muncul dalam bentuk keinginan sendiri, kesulitan menahan diri, impulsivitas, rasa bosan, rasa ingin tahu, dan keinginan memperoleh perhatian. Dorongan-dorongan tersebut menjadi kuat karena belum diimbangi oleh tujuan pribadi yang jelas. Temuan ini sejalan dengan penelitian Widiyanti dan Affandi (2025) pada siswa sekolah berasrama, yang menemukan hubungan antara regulasi diri dan rasa bosan dalam belajar. Sama halnya dengan temuan tersebut, rasa bosan dalam penelitian ini juga melemahkan kemampuan partisipan dalam mengatur dirinya. Sementara itu, keinginan memperoleh perhatian sejalan dengan penelitian Syahrani dan Palila (2024) pada remaja akhir, yang menemukan bahwa perilaku mencari perhatian merupakan bentuk kebutuhan remaja untuk diakui oleh lingkungannya. Dalam penelitian ini, kebutuhan tersebut dipenuhi melalui perilaku yang tidak sesuai aturan, sehingga ikut melemahkan regulasi diri partisipan. Impulsivitas tampak ketika partisipan langsung bertindak mengikuti dorongan sesaat tanpa mempertimbangkan akibatnya, meskipun mengetahui aturan dan sanksi yang berlaku. Temuan ini sejalan dengan penelitian Srinivasan dkk. (2022) pada remaja laki-laki yang terlibat kenakalan, yang menemukan bahwa impulsivitas berkaitan dengan lemahnya kemampuan remaja dalam mengendalikan diri. Sama halnya dengan temuan tersebut, partisipan dalam penelitian ini juga bertindak mengikuti dorongan sesaat meskipun mengetahui sanksi yang akan diterima. Sikap tidak memedulikan akibat yang menyertai impulsivitas tersebut juga sejalan dengan penelitian Krisnila dan Putra (2017) pada peserta didik sekolah menengah kejuruan, yang menemukan

adanya sikap apatis atau acuh terhadap akibat dari perilaku yang dilakukan. Dari faktor perilaku, rasa malas menunjukkan rendahnya usaha untuk menjalankan kewajiban, padahal semakin besar usaha yang dikerahkan individu, semakin baik pula regulasi dirinya (Pratiwi & Wahyuni, 2019). Dorongan dari dalam diri tersebut semakin sulit dikendalikan ketika lingkungan di sekitar partisipan juga mendukungnya.

Dari faktor lingkungan, teman sebaya merupakan hambatan yang paling kuat. Kecenderungan mengikuti ajakan teman tampak pada sebagian besar partisipan. Hal ini menunjukkan bahwa teman sebaya tidak hanya melemahkan kemampuan partisipan dalam menahan diri, tetapi bersama kebiasaan kakak kelas juga menjadi standar pembanding dalam menilai perilaku, sebagaimana telah dijelaskan pada kemampuan evaluasi diri. Temuan ini sejalan dengan penelitian Ganta dan Soetjiningsih (2022) pada remaja laki-laki, yang menemukan hubungan antara konformitas teman sebaya dan kecenderungan kenakalan remaja. Ragan dkk. (2023), melalui penelitian jaringan pertemanan remaja, juga menemukan bahwa impulsivitas dan pengaruh teman yang melakukan kenakalan saling menguatkan. Sama halnya dengan kedua temuan tersebut, dorongan sesaat partisipan menjadi semakin kuat ketika berada di tengah kelompok yang memiliki perilaku serupa. Pengaruh teman sebaya tersebut semakin kuat ketika kontrol dari lingkungan asrama tidak hadir secara konsisten.

Lemahnya kontrol eksternal tampak dari penilaian partisipan bahwa pembina asrama kurang tegas dan dari melemahnya kemampuan partisipan dalam menahan diri ketika pengawasan berkurang. Hal ini menunjukkan bahwa pengendalian diri partisipan masih bergantung pada kehadiran pengawasan. Hal ini sesuai dengan penjelasan sebelumnya bahwa regulasi yang dikendalikan dari luar cenderung melemah ketika tekanan dari luar berkurang. Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Merdović dkk. (2024), yang menemukan bahwa pengawasan dan kontrol orang tua berhubungan dengan kenakalan remaja. Sama halnya dengan temuan tersebut, berkurangnya pengawasan pembina asrama dalam penelitian ini membuka kesempatan bagi partisipan untuk tidak mengendalikan dirinya. Faktor diri, perilaku, dan lingkungan tersebut saling memengaruhi secara timbal balik. Dalam penelitian ini, dorongan dari dalam diri menjadi kuat karena tujuan yang belum jelas, dorongan tersebut semakin mudah diikuti karena didukung oleh teman sebaya, dan kemampuan untuk menahan dorongan tersebut semakin melemah ketika pengawasan berkurang. Dengan demikian, faktor individu, perilaku, dan lingkungan saling berkaitan dalam menghambat regulasi diri partisipan. Keterkaitan faktor-faktor tersebut juga dipengaruhi oleh tahap perkembangan partisipan sebagai remaja.

Kemampuan memantau dan mengendalikan diri masih terus berkembang sepanjang masa remaja. Santrock (2016) menjelaskan bahwa kemampuan berpikir remaja semakin berkembang, tetapi pengambilan keputusan masih mudah dipengaruhi oleh emosi dan kehadiran teman sebaya. Temuan penelitian ini sesuai dengan gambaran tersebut. Partisipan sudah mampu memantau, menilai, dan merefleksikan dirinya, yang menunjukkan bahwa kemampuan berpikir tentang diri sendiri sudah berkembang, tetapi masih kesulitan mengendalikan diri ketika dorongan sesaat dan ajakan teman muncul. Meskipun demikian, lemahnya regulasi diri partisipan tidak hanya dapat dijelaskan oleh faktor usia, karena kelemahan tersebut juga diperkuat oleh standar yang bersumber dari luar, kebiasaan, dan pengawasan yang tidak konsisten. Sebaliknya, perubahan yang ditunjukkan oleh sebagian partisipan memperlihatkan bahwa regulasi diri pada masa remaja masih dapat berkembang apabila didukung oleh lingkungan yang tepat. Selain dipengaruhi oleh tahap perkembangan, regulasi diri partisipan juga menunjukkan perbedaan antar individu.

Perbedaan regulasi diri antarpartisipan terutama tampak pada sumber dorongan dan kemampuan yang paling berkembang. Regulasi diri partisipan SM menunjukkan perkembangan paling baik, karena refleksi diri setelah menerima sanksi dipulangkan menghasilkan tujuan baru yang spesifik dan perubahan perilaku yang nyata. Regulasi diri partisipan DM juga berkembang, terutama karena didorong oleh pertimbangan masa depan dan harapan ibunya. Pada partisipan

KN, kemampuan merencanakan tindakan sudah cukup baik, tetapi lebih banyak diarahkan untuk menghindari konsekuensi, meskipun refleksi diri yang bersumber dari penilaian terhadap dirinya sendiri mulai muncul. Regulasi diri partisipan SK paling jelas menunjukkan ketergantungan pada kendali dari luar, karena pengendalian dirinya sangat dipengaruhi oleh ketegasan aturan dan pengawasan. Adapun regulasi diri partisipan BS merupakan yang paling lemah, terutama pada kemampuan tujuan diri dan reaksi diri, meskipun kemampuan observasi dirinya cukup baik. Perbedaan ini sesuai dengan pandangan bahwa regulasi diri dipengaruhi oleh faktor individu, perilaku, dan lingkungan, sebagaimana telah dijelaskan pada faktor penghambat, sehingga perbedaan tujuan, kebiasaan, dan dukungan yang dimiliki setiap partisipan menghasilkan gambaran regulasi diri yang berbeda pula. Temuan ini sejalan dengan penelitian Yayan dkk. (2016) pada remaja yang melakukan kenakalan, yang menemukan bahwa regulasi diri setiap subjek berbeda-beda, terutama dalam menentukan tujuan, memantau diri, mengevaluasi diri, dan memberikan konsekuensi terhadap perilakunya. Perbedaan juga tampak antara partisipan perempuan dan laki-laki.

Partisipan perempuan cenderung masih memperhatikan penilaian pembina, sedangkan partisipan laki-laki cenderung merasa kebal terhadap konsekuensi, yang menunjukkan reaksi diri yang lebih lemah. Kecenderungan ini sejalan dengan penelitian Oliveira dkk. (2025) pada remaja, yang menemukan adanya perbedaan kontrol diri dan kenakalan antara remaja laki-laki dan perempuan. Mengingat jumlah partisipan yang terbatas, perbedaan ini perlu dipahami sebagai kecenderungan pada partisipan penelitian ini saja. Berbagai perbedaan tersebut menunjukkan bahwa regulasi diri partisipan dibentuk oleh pengalaman dan lingkungan yang berbeda. Gambaran tersebut akan lebih jelas apabila dibandingkan dengan regulasi diri remaja yang tidak terlibat kenakalan.

Carroll dkk. (2013) membandingkan remaja yang terlibat kenakalan dengan remaja yang tidak berisiko dan menemukan bahwa remaja yang tidak berisiko menetapkan tujuan yang lebih banyak dan lebih menantang, serta memiliki keyakinan yang lebih tinggi terhadap kemampuannya untuk mencapai tujuan tersebut. Husna dkk. (2014) juga menunjukkan bahwa pada mahasiswa berprestasi, regulasi diri tampak sebagai pikiran, perasaan, dan tindakan yang terpadu, berkelanjutan, dan terarah pada tujuan. Dibandingkan dengan gambaran tersebut, regulasi diri partisipan dalam penelitian ini berbeda terutama pada tiga hal, yaitu tujuan yang belum spesifik, dorongan yang lebih banyak berasal dari luar diri, serta pengetahuan dan kesadaran yang belum diikuti oleh tindakan secara konsisten. Namun, partisipan tidak sepenuhnya berbeda dari remaja pada umumnya. Hu dkk. (2023) menemukan bahwa remaja yang terlibat kenakalan memiliki kemampuan memantau diri yang lebih rendah dibandingkan remaja lainnya, sedangkan partisipan dalam penelitian ini justru memiliki observasi diri dan refleksi diri yang cukup kuat. Temuan ini juga berbeda dengan penelitian Bahadorikhosroshahi dan Habibi-Kaleybar (2017) pada remaja di pusat rehabilitasi, yang menemukan bahwa remaja delinkuen memiliki kontrol diri dan metakognisi yang lebih rendah dibandingkan remaja normal. Pada partisipan dalam penelitian ini, regulasi diri pada aspek metakognitif sudah berkembang, sedangkan kemampuan mengendalikan dirinya masih lemah. Hal ini menunjukkan bahwa perbedaan regulasi diri partisipan dengan remaja yang tidak terlibat kenakalan lebih terletak pada kemampuan menggunakan kesadaran tersebut untuk mengendalikan perilaku, bukan pada kemampuan menyadari perilaku itu sendiri. Perbedaan tersebut berkaitan erat dengan cara regulasi diri partisipan muncul.

Regulasi diri pada siswa asrama yang melakukan kenakalan remaja terbentuk melalui hubungan antara diri partisipan, perilakunya, dan lingkungan asrama. Faktor yang paling mendorong munculnya regulasi diri partisipan adalah konsekuensi yang melibatkan orang tua, sedangkan faktor yang paling melemahkannya adalah teman sebaya. Pada kemampuan menetapkan standar dan tujuan, partisipan belum memiliki standar perilaku sendiri karena standar yang dipahami masih sebatas aturan asrama, dan tujuan yang dimiliki masih bersifat

umum. Pada kemampuan observasi diri, partisipan sudah mampu menyadari kenakalan yang dilakukannya serta memperhatikan kapan dirinya mematuhi aturan dan kapan masih melanggar. Pada kemampuan evaluasi diri, partisipan mampu menilai perilakunya sebagai kesalahan, tetapi penilaian tersebut masih mudah bergeser menjadi wajar ketika dibandingkan dengan teman dan kakak kelas. Pada kemampuan reaksi diri, partisipan belum mampu memberikan penguatan dan hukuman terhadap dirinya secara tepat, karena rasa senang justru muncul setelah melakukan kenakalan, sedangkan rasa menyesal hanya muncul sebentar dan hukuman tidak lagi menimbulkan efek jera. Namun, pada kemampuan refleksi diri, partisipan sudah mampu meninjau kembali dirinya dan menyusun tujuan baru, terutama setelah menerima sanksi dipulangkan dan berhadapan dengan harapan orang tua. Kelemahan pada satu kemampuan juga memengaruhi kemampuan lainnya.

Tujuan yang belum jelas membuat penilaian terhadap diri mudah bergeser, dan penilaian yang mudah bergeser membuat reaksi diri tidak cukup kuat untuk mendorong perubahan. Kondisi tersebut semakin diperkuat oleh dorongan sesaat, rasa malas, kebiasaan yang terus diulang, pengaruh teman sebaya, serta pengawasan yang tidak konsisten. Secara keseluruhan, regulasi diri partisipan belum berkembang secara optimal dan belum stabil, sehingga partisipan belum mampu mengatur dirinya secara konsisten. Jika dikaitkan dengan tiga aspek utama regulasi diri yang telah dijelaskan pada awal pembahasan, aspek metakognitif partisipan sudah berkembang, terlihat dari kemampuan memahami aturan, mengamati, menilai, dan merefleksikan diri, meskipun perencanaan melalui standar dan tujuan pribadi masih lemah. Aspek motivasi masih didominasi oleh dorongan dari luar, seperti aturan, hukuman, dan harapan orang tua, sedangkan motivasi yang tumbuh dari dalam diri baru mulai muncul pada sebagian partisipan. Adapun aspek perilaku masih menjadi bagian yang paling lemah, karena usaha partisipan untuk memilih lingkungan dan mengendalikan tindakannya belum konsisten, meskipun mulai tampak melalui upaya menjauhi teman yang mengajak berperilaku tidak sesuai aturan. Walaupun demikian, regulasi diri partisipan perlu dipahami sebagai kemampuan yang sedang berkembang, sehingga penguatannya perlu diarahkan agar partisipan mampu mengatur dirinya karena kesadaran dari dalam diri, bukan semata-mata karena adanya pengawasan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, regulasi diri pada siswa asrama yang melakukan kenakalan remaja di SMA Katolik Fides Quaerens Intellectum belum berkembang secara optimal dan belum stabil. Kemampuan observasi diri dan refleksi diri tergolong kuat, sedangkan penetapan standar dan tujuan, evaluasi diri, serta reaksi diri masih lemah. Faktor penghambat meliputi dorongan internal, impulsivitas, rasa malas, kebosanan, pengaruh teman sebaya, dan lemahnya pengawasan. Konsekuensi yang melibatkan orang tua dapat mendorong refleksi diri dan perubahan perilaku. Oleh karena itu, pengembangan regulasi diri memerlukan tujuan yang jelas, kesadaran pribadi, pengendalian diri, serta dukungan lingkungan yang konsisten.

DAFTAR PUSTAKA

Al-Mamun, F., Al Habib, A., Almerab, M. M., Soraci, P., & Mamun, M. A. (2025). Adverse Childhood Experiences And Mental Health: The Mediating Role Of Perceived Social Support And Coping Strategies. Bmc Psychiatry, 25, 836.

Anggadewi. (2020). Dampak Psikologis Trauma Masa Kanak-Kanak Pada Remaja. 2018, 1–7.

Arulsamy, K., Effendy, E., Mardhiyah, S., Amin, M. M., Husada, M. S., Camellia, V., Stona, A., & Finkelstein, E. A. (2025). Prevalence And Associations Of Adverse Childhood Experiences With Anxiety And Depressive Symptoms In Indonesia. December, 1–12. Https://Doi.Org/10.3389/Fpubh.2025.1714676

Brehmer, L. A. (2025). Adverse Childhood Experiences And Academic Achievement.

Cahyo, E. D., Ikashaum, F., & Pratama, Y. P. (2020). Kekerasan Verbal (Verbal Abuse) Dan Pendidikan Karakter. 3(2), 247–255.

Cooper, S., & Endacott, R. (2007). Generic Qualitative Research: A Design For Qualitative Research In Emergency Care ? 816–819. Https://Doi.Org/10.1136/Emj.2007.050641

Crouch, E., Probst, J. C., Radcliff, E., Bennett, K. J., & Hunt, S. (2019). Child Abuse & Neglect Prevalence Of Adverse Childhood Experiences (Aces) Among Us Children. 92(January), 209–218.

Dube, S. R., Anda, R. F., Felitti, V. J., Chapman, D. P., Williamson, D. F., Giles,

Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., Koss, M. P., & Marks, J. S. (1998). Household Dysfunction To Many Of The Leading Causes Of Death In Adults The Adverse Childhood Experiences (Ace) Study. 14(4), 245–258.

Gazelle, H., Shafer Lundin, J. K., Lei, H., Cao, H., & Litchfield, M. (2024). Child And Adolescent Social Withdrawal Predict Adult Psychosocial Adjustment: A Meta-Analysis. Frontiers In Developmental Psychology, 2, 1408166.

Gomis-Pomares, A., Lacomba-Trejo, L., & Villanueva, L. (2025). Using Avoidant Emotion-Focused Coping And Being A Woman With Adverse Childhood Experiences As The Worst-Case Scenario For Internalising Problems. Journal Of Child & Adolescent Trauma.

Hawes, D. J., & Allen, J. L. (2023). A Developmental Psychopathology Perspective On Adverse Childhood Experiences (Aces): Introduction To The Special Issue. 1715–1723.

Ho, G. W. K., Leung, D. Y. L., Chan, A. C. Y., Bressington, D. T., & Karatzias, T. (2025). How Do You Become Resilient ? A Critical Realist Explanation Of The Youth Resilience Process. Adversity And Resilience Science, 6(2), 105–121. Https://Doi.Org/10.1007/S42844-024-00154-Z

Huanhuan, J., Gabriel, W., Sarah, J. M., Jesseca, M. K., Huckaby, P. L., Pascarella, L. A., Blake, C. L., Gomez, M. D., Smith, N. D. W., & Blake, C. L. (2024). Peer Relations Of Adolescents With Adverse Childhood Experiences : A Systematic Literature Review Of Two Decades. In Adolescent Research Review (Vol. 9, Nomor 3). Springer International Publishing. Https://Doi.Org/10.1007/S40894-023-00226-8

Islami, A., & Padang, U. N. (2024). Hubungan Adverse Childhood Experience (Ace) Dengan Psychological Distress Pada Mahasiswa Universitas Negeri Padang. 4, 957–965.

Jane, M., & Simanjuntak, T. (2023). Perbedaan Distress Disclosure Dan Self-Control Pada Remaja Dengan Low , Intermediate , High Risk Adverse Childhood Experiences. 147–156.

Khairani, A., & Hildayani, R. (2012). Hubungan Antara Attachment Orangtua-Anak Dan Hubungan Antarsaudara Kandung Pada Remaja Awal. Jurnal Ilmiah Psikologi Mind Set, 4(01), 19–28.

Lam, Fairweather, L., Undugoda, Dickerson, & Gilbody, W. (2024). The Association Between Adverse Childhood Experiences And Mental Health , Behaviour , And Educational Performance In Adolescence : A Systematic Scoping Review. 1–30. Https://Doi.Org/10.1371/Journal.Pmen.0000165

Merrin, G. J., Huanhuan, J., Sarah, W., Jesseca, M. K., Pascarella, L. A., Huckaby, P. L., Blake, C. L., Gomez, M. D., & Smith, N. D. W. (2024). Adverse Childhood Experiences And Bullying During Adolescence : A Systematic Literature Review Of Two Decades. Adolescent Research Review, 9(3), 513–541. Https://Doi.Org/10.1007/S40894-023-00229-5

Ndoloe, C. P. S., & Triyanti, N. (2025). Strategi Dinas Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak (Dp3a) Dalam Penanganan Kasus Kekerasan Terhadap Anak Di Kota Kupang Provinsi Nusa Tenggara Timur, 1–13.

Paramita, A. D., Faradiba, A. T., & Mustofa, K. S. (2020). Adverse Childhood Experience Dan Deliberate Self-Harm Pada Remaja Di Indonesia. 9(1).

Ramaiya, A., H, P., Choiriyyah, I., Ph, D., Heise, L., Ph, D., Pulerwitz, J., Sc, D., Sc, M., Blum, R. W., Ph, D., Levtov, R., Ph, D., Lundgren, R., Ph, D., Richardson, L., Ph, D., Moreau, C., & Ph, D. (2021). Understanding The Relationship Between Adverse Childhood Experiences , Peer-Violence Perpetration , And Gender Norms Among Very Young Adolescents In

Ristyanda, T. A., Wicaksana, B. S., & Syakarofath, N. A. (2024). Comparative Study Of Adverse Childhood Experiences Of Adolescents In Indonesia Studi Komparatif Adverse Childhood Experience Remaja Di Indonesia. 29, 213–228. Https://Doi.Org/10.20885/Psikologika.Vol29.Iss2.Art3

Setyani, N. &. (2021). Trauma Masa Anak-Anak Dan Perilaku Agresi 1,2. 2(3), 164–174.Cooper, S., & Endacott, R. (2007). Generic Qualitative Research: A Design For Qualitative Research In Emergency Care ? 816–819. Https://Doi.Org/10.1136/Emj.2007.050641

Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., Koss, M. P., & Marks, J. S. (1998). Household Dysfunction To Many Of The Leading Causes Of Death In Adults The Adverse Childhood Experiences (Ace) Study. 14(4), 245–258.

Hawes, D. J., & Allen, J. L. (2023). A Developmental Psychopathology Perspective On Adverse Childhood Experiences (Aces): Introduction To The Special Issue. 1715–1723.

Ho, G. W. K., Leung, D. Y. L., Chan, A. C. Y., Bressington, D. T., & Karatzias, T. (2025). How Do You Become Resilient ? A Critical Realist Explanation Of The Youth Resilience Process. Adversity And Resilience Science, 6(2), 105–121. Https://Doi.Org/10.1007/S42844-024-00154-Z

Lam, Fairweather, L., Undugoda, Dickerson, & Gilbody, W. (2024). The Association Between Adverse Childhood Experiences And Mental Health , Behaviour , And Educational Performance In Adolescence : A Systematic Scoping Review. 1–30. Https://Doi.Org/10.1371/Journal.Pmen.0000165

Malterud, K., Siersma, V. D., & Guassora, A. D. (2015). Sample Size In Qualitative Interview Studies : Guided By Information Power. Https://Doi.Org/10.1177/1049732315617444

Ticknor, I. L., Digangi, M. J., Sarfan, L. D., & Negriff, S. (2026). Barriers And Facilitators To Behavioral Health Follow-Up In Children Screened And Referred For Adverse Childhood Experiences (Aces). 7.

Tironi, M., Bizzi, F., Charpentier Mora, S., Cavanna, D., & Milani, L. (2024). Adverse Childhood Experiences And Psychological Maladjustment In Adolescence: The Protective Role Of Epistemic Trust, Mentalized Affectivity, And Reflective Functioning. Journal Of Clinical Psychology.

Tullius, J. M., De Kroon, M. L. A., Almansa, J., & Reijneveld, S. A. (2022). Adolescents' Mental Health Problems Increase After Parental Divorce, Not Before, And Persist Until Adulthood: A Longitudinal Trails Study. European Child & Adolescent Psychiatry, 31(6), 969–978.

Unger, J. A. M., & De Luca, R. V. (2014). The Relationship Between Childhood Physical Abuse And Adult Attachment Styles. Journal Of Family Violence, 29(3), 223–234.

Wan, Y., Chen, R., Ma, S., Mcfeeters, D., Sun, Y., Hao, J., & Tao, F. (2019). Associations Of Adverse Childhood Experiences And Social Support With Self-Injurious Behaviour And Suicidality In Adolescents. The British Journal Of Psychiatry, 214(3), 146–152.

W. H., & Page, P. (2001). Childhood Abuse , Household Dysfunction , And The Risk Of Attempted Suicide Findings From The Adverse Childhood Experiences Study. 286(24), 3089–3096.

Wang, F., & Ma, X. (2025). Perceived Teacher Support Moderate The Relationships Between Adverse Childhood Experiences And Social Adjustment Among Migrant Children: A Latent Profile Analysis. Bmc Psychiatry, 25, 951.

Wahdah, N. S., & Akbar, R. F. (2025). Pengaruh Adverse Childhood Experiences Dan Perceived Social Support Terhadap Regulasi Emosi Remaja Pelaku Self Injury Di Sekolah Menengah Atas X Di Kota Bandung. 9(1), 57–70.

Widjaja, G. N., & Tarumanagara, U. (2025). Peran Adverse Childhood Experiences (Aces) Terhadap Fear Of Compassion Pada Wanita Dewasa Awal. 13(2), 155–168. Https://Doi.Org/10.18592/Jsi.V13i2.18690cooper, S., & Endacott, R. (2007). Generic Qualitative Research: A Design For Qualitative Research In Emergency Care ? 816–819. Https://Doi.Org/10.1136/Emj.2007.050641

Felitti, V. J., Anda, R. F., Nordenberg, D., Williamson, D. F., Spitz, A. M., Edwards, V., Koss, M. P., & Marks, J. S. (1998). Household Dysfunction To Many Of The Leading Causes Of Death In Adults The Adverse Childhood Experiences (Ace) Study. 14(4), 245–258.

Hawes, D. J., & Allen, J. L. (2023). A Developmental Psychopathology Perspective On Adverse Childhood Experiences (Aces): Introduction To The Special Issue. 1715–1723.

Ho, G. W. K., Leung, D. Y. L., Chan, A. C. Y., Bressington, D. T., & Karatzias, T. (2025). How Do You Become Resilient ? A Critical Realist Explanation Of The Youth Resilience Process. Adversity And Resilience Science, 6(2), 105–121. Https://Doi.Org/10.1007/S42844-024-00154-Z

Lam, Fairweather, L., Undugoda, Dickerson, & Gilbody, W. (2024). The Association Between Adverse Childhood Experiences And Mental Health , Behaviour , And Educational Performance In Adolescence : A Systematic Scoping Review. 1–30. Https://Doi.Org/10.1371/Journal.Pmen.0000165

Malterud, K., Siersma, V. D., & Guassora, A. D. (2015). Sample Size In Qualitative Interview Studies : Guided By Information Power. Https://Doi.Org/10.1177/1049732315617444

Ticknor, I. L., Digangi, M. J., Sarfan, L. D., & Negriff, S. (2026). Barriers And Facilitators To Behavioral Health Follow-Up In Children Screened And Referred For Adverse Childhood Experiences (Aces). 7.

Zaw, A. M. M., Win, N. Z., & Thepthien, B. (2022). Adolescents' Academic Achievement, Mental Health, And Adverse Behaviors: Understanding The Role Of Resilience And Adverse Childhood Experiences. Journal Of Child Health Careindonesia : A Cross-Sectional Study. Journal Of Adolescent Health, 69(1), S56–S63. Https://Doi.Org/10.1016/J.Jadohealth.2021.01.025