Published by *Jurnal IMAGE* ***Vol. 01 No 1, 2021***
Universitas AKI Semarang ***Page 137 - 150***

HUBUNGAN ANTARA KECERDASAN EMOSI DENGAN KONTROL DIRI PADA ANGGOTA DIT SAMAPTA POLDA JATENG KALISARI SEMARANG

Alice Zellawati [1], Siraj Bugar Adhetian[2], Brigitan Argasiam[3]
Fakultas Psikologi Universitas AKI
alice.zellawati@unaki.ac.id

Abstract

This research aims to determine the relationship between emotional intelligence and self-control felt by members of the Dit Samapta Polda Tengah Jateng Kalisari Semarang. The population in this study were members of the Dit Samapta Polda Kalisari Semarang, Central Java, totaling 140 people. The number of samples used in this research was 120 people. The sampling technique used is incidental sampling. This research uses a psychological scale data collection method in the form of a Likert scale which consists of two scales, namely, an emotional intelligence scale of 40 items (α = 0.907) and a self-control scale of 10 items (α = 0.887). Based on the hypothesis proposed in this research, namely: "There is a positive relationship between emotional intelligence and self-control in members of the Dit Ssmapta Polda Tengah Kalisari Semarang", indicating that the hypothesis can be accepted. This is shown by the value of rs = 0.740 with p = 0.000 (p < 1%) meaning "Emotional intelligence influences self-control in members of the Directorate of Samapta, Central Java Regional Police, Kalisari Semarang
Keywords: justice self-control emotional intelligence

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *kecerdasan emosi* dengan kontrol diri yang dirasakan oleh anggota Dit Samapta Polda Jateng Kalisari Semarang. Populasi dalam penelitian ini adalah anggota Dit Samapta Polda Jateng Kalisari Semarang yang berjumlah 140 orang. Adapun jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 120 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *incidental sampling*. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data skala psikologi berupa skala *likert* yang terdiri atas dua skala yaitu, skala *kecerdasan emosi* 40 butir aitem (α = 0,907) dan kontrol diri 10 butir aitem (α = 0,887). Berdasarkan hipotesis yang diajukan pada penelitian ini yaitu : "Terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan kontrol diri pada anggota Dit Ssmapta Polda Jateng Kalisari Semarang", menunjukkan bahwa hipotesis dapat **diterima**. Hal ini ditunjukkan dari nilai r_s= 0,740 dengan p = 0,000 (p < 1%) berarti "Kecerdasan emosi mempengaruhi kontrol diri pada Anggota Dit Samapta Polda Jateng Kalisari Semarang
Kata kunci: kontrol diri, kecerdasan emosi

PENDAHULUAN

Peran Polri diatur dalam Undang-undang No.2 Tahun 2002, yaitu menetapkan peran Polri selaku pemelihara Keamanan dan Ketertiban Masyarakat (Kamtibmas), penegak hukum, pelindung dan pengayom serta pelayanan masyarakat merupakan acuan dalam mewujudkan jati diri, profesionalisme dan modernisasi Polri sebagai pengayom, pelindung dan pelayan masyarakat.

Aparat Kepolisian Negara Republik Indonesia (POLRI) pada masa sekarang ini mempunyai peran dan fungsi sangat penting. Kehadiran Polri dirasa sangatlah penting dalam setiap ruang lingkup kehidupan masyarakat untuk selalu menciptakan rasa aman dan nyaman dalam segala situasi. Polri sebagai aparatur negara hendaknya bisa memberikan pelayanan kepada masyarakat dengan baik dan cepat sehingga masyarakat benar-benar dapat merasakan profesionalitas . Seleksi yang ketat diharapkan dapat menghasilkan polisi yang siap mengabdi kepada Negara Kesatuan Republik Indonesia. Kepolisian memiliki beberapa bagian, diantaranya bagian lalu lintas, bagian criminal, bagian intelejen, samapta (polisi pengemban tugas umum) serta bagian lainnya. Setiap bagian memiliki tugas dan fungsi masing-masing.

Samapta dapat disebut sebagai garis pertama pertahanan masyarakat terhadap pelaku kejahatan. Selain tugas polisi secara umum, Samapta juga memiliki tugas khusus, yaitu kendali satwa anjing pelacak dan satwa kuda yang diemban oleh sub unit K-9. Tugas Sanapta sebagai anggota polisi yang secara langsung berhubungan dengan masyarakat diharapkan dan dituntut untuk memiliki pengendalian diri yang baik. Saat seorang anggota polisi tidak dapat mengendalikan diri, maka akan berdampak pada masalah yang lebih rumit, seperti yang dikemukakan oleh Praptiani (2013) bahwa saat kontrol diri pada seseorang individu rendah maka individu tersebut akan sulit dalam mengendalikan emosi yang dapat mengakibatkan permasalahan. (Tangney, J.P., Baumeister, R.F., Boone, 2004), mengemukakan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai dan aturan dimasyarakat agar mengarah pada perilaku positif. Individu yang memiliki kontrol diri rendah lebih cendrung untuk melakukan perilaku kriminal tanpa mempertimbangkan konsekuensi yang akan terjadi. Pada

Vol. 01 No 1, 2021
Page 137 - 150

dasarnya kontrol diri berperan dalam penyesuaian diri, sehingga ketika kontrol diri kurang baik membuat perilaku yang ditimbulkan cenderung menyimpang.

Didalam Kamus Psikologi, kontrol diri adalah mengendalikan diri sendiri. Istilah ini umumnya diberikan pada kemampuan mengendalikan impulsivitas dengan menghambat hasrat-hasrat jangka pendek yang muncul spontan; konotasi dominannya adalah merepresi atau menghambat (Riber & Reber, 2010). Didalam kamus lengkap psikologi juga dijelaskan mengenai kontrol diri merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri; kemampuan untuk menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif (Chaplin, 2009). Jensen-Campbell et al. (2007) mengemukakan bahwa individu yang memiliki kemampuan kontrol diri tinggi dengan cara mengalihkan dan memfokuskan perhatian mereka kemungkinan kecil untuk mudah agresif saat marah dibandingkan mereka yang memiliki kontrol diri rendah.

Sidang etik Polri memutuskan Inspektur Jenderal Ferdy Sambo diberhentikan secara tidak hormat atau dipecat pada Jumat (26/8/2022). Mantan Kepala Divisi Propam Polri itu dinyatakan terbukti melanggar kode etik korps Bhayangkara. Komisaris Jenderal Ahmad Dofiri selaku pimpinan siding. memaparkan ada tujuh kode etik yang dilanggar Sambo dalam perkara kasus pembunuhan berencana terhadap Brigadir Yoshua (Brigadir J). Ketujuh kode etik itu merujuk pada aturan yang tertuang dalam Peraturan Pemerintah Nomor 1 Tahun 2003 tentang Pemberhentian Anggota Kepolisian RI dan Peraturan Kepolisian Nomor 7 Tahun 2022 tentang Kode Etik Profesi dan Komisi Kode Etik Kepolisian Negara Republik Indonesia. (https://nasional.kompas.com/read/2022/08/26/0254525/7-pelanggaran_-etik-yang-buat-ferdy-sambo-dipecat-dari-polri).

Puluhan polisi diduga melanggar kode etik Polri saat terjadinya tragedi kerusuhan di Stadion Kanjuruhan, Malang, Jawa Timur. Tiga polisi juga telah menjadi tersangka setelah tragedi Kanjuruhan yang menewaskan 131 suporter Arema Malang. Hal ini tentu saja sangat berkaitan dengan kontrol diri pada anggota polisi yang kurang optimal sehingga terjadilah tragedi di Kanjuruan, Malang

(https://nasional.kontan.co.id/news/20-polisi-langgar-etik-di-tragedi-kanjuruhan-apa-saja-larangan-kode-etik-polri).

Dalam penekananya, Wakapolda Kalbar menyampaikan Anev dari posko mencatatkan hasil peningkatan kepercayaan masyarakat terhadap Polri namun masih belum mencapai proyeksi di bulan Desember 2022 (65,6%), serta masih cukup jauh dari angka tertinggi yang pernah diraih yaitu 80,2% (Nov 2021). Mengembalikan kepercayaan publik membutuhkan upaya maksimal dan kerja keras semua baik dari pusat hingga daerah. Sekecil apapun pelanggaran oleh personel Polri (maupun keluarganya) berpotensi menurunkan kepercayaan masyarakat terhadap institusi, Tiap-tiap insan Polri harus menguatkan sense of crisis dan kepedulian terhadap marwah organisas Polri. (https://humas.polri.go.id/2022/12/29/kabagops-hadiri-zoom-meeting-polri-belajar-polda-kalbar/)

Anggota Polres Belu, Brigpol RBS telah menjalani sidang Komisi Kode Etik Profesi Polri terkait insiden penembakan terhadap warga sipil yang berstatus DPO Novarius Dersonaris Lau hingga meninggal dunia. Terhadap Terduga Pelanggar diberikan sanksi ditempatkan di tempat khusus selama 30 (tiga puluh) hari kerja di Rutan Direktorat Tahanan dan Barang Bukti (Tahti) Polda NTT dan Dimutasikan secara demosi selama lima tahun. (https://kupang.tribunnews.com 2023/01/02/ anggota-polres-belu-penembak-warga-sipil-dapat-sanksi-etik-dan-mutasi-demosi

Penelitian pada jurnal sebelumnya adalah Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Intensi Perilaku Organisasional Devian Pada Anggota Kepolisian Reserse Kriminal, menunjukkan hasil bahwa semakin tinggi kemampuan kontrol diri yang dimiliki oleh polisi, maka intensi POD akan semakin rendah. Begitu sebaliknya, semakin rendah kemampuan kontrol diri yang dimiliki oleh polisi, maka intensi POD akan semakin tinggi (Putri dkk, 2009). Perilaku devian dapat digambarkan antara lain adalah penyalahgunaan cuti sakit, kegagalan untuk menyelidiki kemungkinan terjadinya kejahatan selagi bebas tugas, menerima komisi suatu kejahatan, mengancam orang lain dengan kekerasan fisik, meninggalkan tugas untuk melakukan keperluan pribadi, pemakaian senjata api di luar tugas, kegagalan menyelesaikan laporan, penyalahgunaan senjata api, bertindak curang dan beberapa jenis perilaku

devian lain (Barker dan Carter, 1999; Schultz dan Schultz, 2002; Brown dan Campbell, 1994; dalam Putri dkk, 2009) mengemukakan bahwa polisi merupakan salah satu tipe pekerjaan yang penuh dengan tekanan. Spector (2006) dalam Putri dkk (2009) mengatakan bahwa kondisi penuh tekanan dan ketidakadilan mempengaruhi emosi negatif yang akan membawa seseorang ke arah perilaku-perilaku negatif dan destruktif dalam bekerja, seperti perilaku organisasional devian (POD). Tinggi atau rendahnya kontrol diri mempunyai pengaruh yang sangat besar.

Berbagai permasalahan yang sering muncul diakibatkan oleh ketidakmampuan individu dalam mengendalikan diri, berdasarkan kejadian yang sering peneliti temui secara langsung yaitu masih ada anggota Samapta khususnya Bintara Remaja yang mudah terpancing amarah saat kegiatan mengamankan unjuk rasa hingga melakukan tindak kekerasan terhadap mereka, hilang kendali dan bertindak sendiri – sendiri di luar perintah atasan saat menanggulangi huru - hara dan masih banyak lagi. Kejadian yang lainnya pernah terjadi ketika ada perselisihan paham sesama Bintara remaja, mereka saling baku hantam dan luka-luka ringan. Ada juga yang pernah membantah seniornya sehingga terjadi keributan verbal, dan saling tidak menyapa.

Beberapa anggota Bintara Remaja seringkali marah-marah yang tidak jelas penyebabnya, sehingga rekan-rekan yang lain tidak berani mendekatinya. Secara umum, anggota Bintara Remaja yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan mampu mengendalikan perilakunya dengan tepat. Apabila anggota Bintara Remaja yang memiliki kontrol diri yang tinggi, yang mempunyai kewajiban untuk melindungi, melayani, dan mengayomi masyarakat, mereka akan mampu memandu dan mengarahkan, dan mengatur perilaku. Mereka mampu mengatur stimulus sehingga dapat menyesuaikan perilaku kepada hal-hal yang lebih menunjang kinerja mereka. Dengan demikian, anggota Bintara Remaja akan tetap dapat bekerja dengan baik dan tidak berperilaku buruk. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kontrol diri seseorang adalah kecerdasan emosi yang dimilikinya.

Menurut (Cahyani dan Siswati, 2020) dalam penelitiannya juga mengemukakan bahwa adanya hubungan yang positif antara kecerdasan emosional dengan kontrol diri pada remaja, kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam

mengendalikan tingkah laku, menahan keinginan yang muncul dari dalam diri sehingga mampu mengambil tindakan untuk mencapai hasil yang diinginkan dan menghindari akibat yang tidak diinginkan. Salah satu faktor yang diduga penting terhadap kontrol diri adalah kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, memotivasi diri sendiri untuk mengelola emosi sehingga dapat berinteraksi sosial.

Didalam penelitian Baharrudin, dkk (2019) menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara kecerdasan emosi dengan stres kerja. Semakin tinggi kecerdasan emosi maka semakin rendah stres kerja. Begitupun sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosi maka semakin tinggi stres kerja. Penelitian ini menunjukkan bahwa stres kerja pada anggota kepolisian masih sering terjadi, sehingga dibutuhkan tindakan pemberian pelatihan tentang pengelolaan stres dalam bekerja, preventif, dan edukatif bagi instansi kepolisian sehingga membantu meningkatkan kualitas anggota kepolisian.

METODE PENELITIAN

Adapun variabel – variabel yang digunakan pada penelitian ini adalah kontrol diri sebagai variabel tergantung (Y) Kontrol diri akan di ukur dengan menggunakan skala *likert* yang disusun berdasarkan aspek-aspek kontrol diri menurut (De Ridder et al., 2018) yang terbagi menjadi 2 aspek yaitu *inhibition* dan *initiation* berjumlah 10 item. Sedangkan untuk variabel bebas (X) yaitu kecerdasan emosi yang akan diukur menggunakan skala *likert*, yang disusun berdasarkan aspek-aspek kecerdasan emosi menurut Goleman (1998) yang terdiri dari lima dimensi seperti kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial, dimana dari lima dimensi tersebut dibagi menjadi dua sub konstruk yaitu kecakapan pribadi dan kecakapan social yang berjumlah 40 item. Populasi dalam penelitian ini adalah anggota Dit Samapta Polda Jateng Kalisari Semarang yang berjumlah 140 orang. Adapun jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 120 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *incidental sampling*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi Spearman. Pada penelitian ini perhitungan uji daya

beda dan reliabilitas menggunakan alat bantu computer *Ststistical Packages for Social Sciences (SPSS)* V22.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil perhitungan uji daya deskriminasi skala control diri diperoleh hasil uji korelasi item total berkisar antara 0,508 – 0,716. Berdasarkan 10 aitem yang ada, semua aitem valid. Koefisien reliabilitas dengan formulasi *Alpha Cronbach* sebesar 0,887. Karena nilai reliabilitas dari skala kontrol diri > 0,6, maka reliabilitas pada skala kontrol diri termasuk kategori sangat reliabel

Uji korelasi item total berkisar antara 0,313 – 0,744. Berdasarkan 40 aitem yang ada, 9 aitem diantaranya gugur yaitu nomor 2, 3, 4, 13, 23, 27, 36, 38, 40. Koefisien reliabilitas dengan formulasi *Alpha Cronbach* sebesar 0,907. Karena nilai reliabilitas dari skala kepribadian kecerdasan emosi > 0,6, maka reliabilitas pada skala kepribadian kecerdasan emosi termasuk kategori sangat reliabel.

Uji Normalitas pada penelitian ini diperoleh hasil pada variabel kontrol diri nilai K-SZ sebesar 0,309 dengan signifikansi 0, 000 (p <5%) yang berarti distribusi data pada variabel kontrol diri bersifat **tidak normal** dan pada variabel kecerdasan emosi nilai K-SZ sebesar 0,223 dengan signifikansi 0,000 (p < 5%) yang berarti distribusi data bersifat **tidak normal.**

Berdasarkan hasil uji linearitas penelitian ini diperoleh nilai F = 82,459 dengan signifikansi = 0,000 (p < 5%) yang berarti hubungan antara dua variabel bersifat **linear.** Adapun sumbangan efektif dari variabel kecerdasan emosi terhadap kontrol diri secara keseluruhan adalah 41,1 % dan sisanya 58,9 % dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Berdasarkan hipotesis yang diajukan pada penelitian ini yaitu : “Terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan kontrol diri pada anggota Dit Ssmapta Polda Jateng Kalisari Semarang”, menunjukkan bahwa hipotesis dapat **diterima**. Hal ini ditunjukkan dari nilai r_s= 0,740 dengan p = 0,000 (p < 1%) berarti “Kecerdasan emosi mempengaruhi kontrol diri pada Anggota Dit Samapta Polda Jateng Kalisari Semarang”.

Pembahasan

Berdasarkan hipotesis yang diajukan pada penelitian ini yaitu "Terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan kontrol diri pada anggota Dit Samapta Polda Jateng Kalisari Semarang", menunjukkan bahwa hipotesis dapat diterima yang ditunjukkan dari nilai rs= 0,740 dengan p = 0,000 (p < 5%) berarti "Kecerdasan emosi mempengaruhi kontrol diri pada Anggota Dit Samapta Polda Jateng Kalisari Semarang". Hasil penelitian ini telah sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya dari Cahyani dan Siswati (2020) menunjukkan bahwa kecerdasan emosional merupakan faktor yang mempengaruhi kontrol diri pada remaja. Penelitian Partido dan Owen (2020) menyatakan kecerdasan emosi berpengaruh terhadap kontrol diri individu terutama pada saat mengalami tekanan. Demikian juga hasil penelitian Vasudevan (2013), menyatakan seseorang dengan kecerdasan emosional yang tinggi mampu melakukan kontrol diri terhadap dirinya, maka semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki maka individuakan semakin mampu mengontrol dirinya sendiri.

Hasil penelitian menunjukkan 100% atau 120 orang anggota Samapta, semua yang menjadi responden dalam penelitian ini memiliki kontrol diri tinggi, hal ini berarti anggota Samapta telah mampu mengendalikan perilakunya dengan tepat. Tekad dan latihan sebagai anggota Samapta sehingga membentuk pribadi yang menampilkan sikap disiplin, dapat diandalkan, bekerja keras, dan sifat-sifat lain yang dibutuhkan dalam bertugas sebagai anggota POLRI. Memiliki kontrol diri yang tinggi, maka anggota Samapta akan mampu untuk melindungi, melayani, dan mengayomi masyarakat, memandu dan mengarahkan, dan mengatur perilaku. Anggota Samapta mampu mengatur stimulus sehingga dapat menyesuaikan perilaku kepada hal-hal yang lebih menunjang kinerja mereka. Perilaku kontrol diri yang tinggi ditunjukkan oleh anggota Sampta dengan perilaku yang tidak impulsif artinya bagaimana mereka tetap tenang ketika menghadapi para demontran yang seringkali memancing emosi. Kontrol diri menurut Snyder dan Gangestad (dalam Ghufron & Risnawita, 2016), berkaitan dengan hubungan antara pribadi dengan lingkungan

masyarakat dalam mengatur kesan masyarakat agar sesuai dengan aturan dalam bersikap dan berpendirian yang efektif.

Menurut Aroma (2012) menjelaskan bahwa individu dengan kontrol diri yang tinggi akan sangat sadar akan konsekuensi dari tindakannya, sehingga dari hasil penelitian ini juga dapat diasumsikan bahwa anggota Samapta Polda Jateng Kalisari Semarang selama bertugas menunjukkan perilaku yang sangat berhati-hati dalam bertindak terutama pada saaat menghadapi situasi yang penuh dengan konflik.

Hasil penelitian Maulana (2016) menunjukkan terdapat korelasi positif antara kestabilan emosi dengan kontrol diri pada atlet beladiri. Kemampuan individu untuk secara efektif dalam menghadapi dan mengatasi masalah tergantung pada kemampuan mereka untuk mengatur emosi (Aldea & Rice, 2006). Individu yang menunjukkan EI (Emotional Intelligence) tinggi juga tampaknya lebih mahir dalam manajemen stres, pengambilan keputusan dan suasana hati yang lebih cepat pulih setelah pengalaman yang mengganggu dan menegangkan (Bar-On, 2001; Bar-On & Parker, 2000; Mayer, Salovey, & Caruso, 2000).

Hasil penelitian ini menunjukkan 95% atau 114 orang anggota pada kategori tinggi tingkat kecerdasan emosinya, dan 5% atau 6 orang pada kategori sedang. Anggota Samapta yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dan sedang dapat mengenali emosi dirinya dan emosi orang lain, sehingga seharusnya mampu beradaptasi di lingkungan baru. Anggota Samapta ini berarti memiliki kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi diri, empati dan ketrampilan sosial yang sangat baik. Kecerdasan emosi yang dimiliki oleh anggota Dit Samapta dikaitkan dengan tingkat kontrol diri pada dirinya yang semakin efektif, artinya individu tersebut memiliki motivasi dalam bekerja dan dalam menyelesaikan masalahnya, mampu bekerjasama dengan orang lain dengan berusaha memahami orang lain guna keselarasan dalam suatu interaksi sosial. Selain itu, individu yang menunjukkan kecerdasan emosi tinggi juga menunjukkan kemampuan untuk bertahan menghadapi frustasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati dan berdoa (Uno, 2012).

Kelemahan dalam penelitian ini adalah masih adanya kecenderungan anggota Dit Samapta yang mengisi skala tidak dalam kondisi yang sebenarnya atau disebut dengan social desirability, yaitu adanya keinginan seseorang untuk memenuhi harapan sosial, dengan cara menampilkan perilaku-perilaku yang dianggap sesuai atau dapat diterima dalam masyarakat.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hipotesis yang diajukan pada penelitian ini yaitu : "Terdapat hubungan positif antara kecerdasan emosi dengan kontrol diri pada anggota Dit Samapta Polda Jateng Kalisari Semarang", menunjukkan bahwa hipotesis dapat diterima. Hal ini ditunjukkan dari nilai r_s= 0,740 dengan p = 0,000 (p < 5%) berarti "Kecerdasan emosi mempengaruhi kontrol diri pada Anggota Dit Samapta Polda Jateng Kalisari Semarang".

Sumbangan efektif dari variabel kecerdasan emosi terhadap kontrol diri secara keseluruhan adalah 41,1 % dan sisanya 58,9 % dipengaruhi oleh faktor lainnya, yaitu faktor internal yang terdiri dari usia, pengetahuan dan fakor eksternal yang terdiri dari lingkungan individu.

Saran

Saran bagi Institusi dapat memperbanyak kegiatan-kegiatan yang dapat meningkatkan kecerdasan emosi seperti training ESQ, acara gathering antara atasan dan bawahan, serta pelatihan-pelatihan yang lebih fokus pada kegiatan pengendalian diri individu.

Bagi Anggota diharapkan setiap anggota dapat tetap berusaha menjaga kontrol diri dalam melaksanakan tugas-tugasnya, dengan tetap konsisten dalam pelaksanaan tugas meskipun dalam tekanan atau stress kerja.

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengawasi secara langsung dan fokus saat pengambilan data penelitian sehingga subjek yang kurang mengerti mengenai aitem pertanyaan dapat ditanyakan secara langsung serta meneliti faktor lainnya yang dapat memberikan pengaruh di luar variabel yang peneliti teliti saat ini,

seperti : faktor internal yang terdiri dari usia, pengetahuan dan fakor eksternal yang terdiri dari lingkungan individu.

DAFTAR RUJUKAN

Achtziger, A., Hubert, M., Kenning, P., Raab, G., & Reisch, L. (2015). Debt out of control: The links between self-control, compulsive buying, and real debts. *Journal of Economic Psychology*, *49*. https://doi.org/10.1016/j.joep.2015.04.003

Andrei, F., Mancini, G., Trombini, E., Baldaro, B., & Russo, P. M. (2014). Testing the incremental validity of trait emotional intelligence: Evidence from an italian sample of adolescents. *Personality and Individual Differences*, *64*. https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.02.007

Arifin, H. H., & Milla, M. N. (2020). Adaptasi dan properti psikometrik skala kontrol diri ringkas versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, *18*(2). https://doi.org/10.7454/jps.2020.18

Aroma, I. &. (2012). Hubungan antara tingkat kontrol diri dengan kecenderungan perilaku kenakalan remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkem-bangan, 1(2)*, 1-6.

Averill, J. R. (1973). Personal control over aversive stimuli and its relationship to stress. *Psychological Bulletin*, *80*(4). https://doi.org/10.1037/h0034845

Azwar, S. (2011). Reliabilitas Dan Validitas. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.

Bazzy, J. D., Woehr, D. J., & Borns, J. (2017). An Examination of the Role of Self-Control and Impact of Ego Depletion on Integrity Testing. *Basic and Applied Social Psychology*, *39*(2). https://doi.org/10.1080/01973533.2017.1283502

Baharuddin , Muhammad Jufri , Andi Nasrawati Hamid. (2019). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan stres kerja pada anggota kepolisian satuan lalu lintas Polrestabes Makasar. *Jurnal Psikologi Talenta.* Volume 5 no 1, September 2019. p-ISSN : 2460-8750 e-ISSN : 2615-1731. https://doi.org/10.26858/talenta.v5i1.10633

Blackhart, G. C., Nelson, B. C., Winter, A., & Rockney, A. (2011). Self-control in relation to feelings of belonging and acceptance. *Self and Identity*, *10*(2). https://doi.org/10.1080/15298861003696410

Cahyani dan Siswati. (2020). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan kontrol diri pada remaja pria atlet sepak bola di kota Pati. *Jurnal Empati*, Volume 9 (Nomor 5), Oktober 2020, halaman 423-430

De Bruin, G. P., & Rudnick, H. (2007). Examining the cheats: The role of conscientiousness and excitement seeking in academic dishonesty. *South*

African Journal of Psychology, *37*(1). https://doi.org/10.1177/008124630703700111

De Ridder, D. T. D., Lensvelt-Mulders, G., Finkenauer, C., Stok, F. M., & Baumeister, R. F. (2018). Taking stock of self-control: A meta-analysis of how trait self-control relates to a wide range of behaviors. In *Self-Regulation and Self-Control: Selected Works of Roy F. Baumeister*. https://doi.org/10.4324/9781315175775

Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam

----------. (1998). *Working with emotion intelligence*. New York : Bantam Books

Hurlock, E. (2008). *Psikologi perkembangan : Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan.* Jakarta: Erlangga.

Inzlicht, M., & Legault, L. (2014). No pain, no gain: How distress underlies effective self-control (and unites diverse social psychological phenomena). In *Motivation and Its Regulation: The Control Within*. https://doi.org/10.4324/9781315795263-15

Jensen-Campbell, L. A., Knack, J. M., Waldrip, A. M., & Campbell, S. D. (2007). Do Big Five personality traits associated with self-control influence the regulation of anger and aggression? *Journal of Research in Personality*, *41*(2). https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.05.001

John W. Cresswell, & Cresswell, J. D. (2013). Reserach Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches 5th ed. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).

Kurniawan, D., & Yusuf, A. M. (2021). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Dukungan Sosial Orangtua Dengan Keberhasilan Keluarga Pada Pernikahan Usia Dini Di Kota Padang. *EDUKATIF : JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, *3*(4).

Maulana, M. Y. A. (2016). Hubungan antara kestabilan emosi dengan kontrol diri pada atlet beladiri [*Skripsi tidak diterbitkan]*. Universitas Muhammadiyah Surakarta

M. Rusdi, Z. (2017). The Influence of Self-Control and Mindfulness on Counterproductive Academic Behavior. *AFEBI Management and Business Review*, *2*(1). https://doi.org/10.47312/ambr.v2i1.53

McLaughlin, E., & Newburn, T. (2010). The SAGE handbook of criminological theory. In *The SAGE Handbook of Criminological Theory*. https://doi.org/10.4135/9781446200926

Partido, B,B & Owen, J. (2020). Relationship between emotional intelligence, stress, and burnout among dental hygiene students. *Journal of Dental Education* . **https://doi.org/10.1002/jdd.12172**

Praptiani, S. (2013). Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Agresivitas Remaja dalam Menghadapi Konflik Sebaya dan Pemaknaan Gender. *Jurnal Sains Dan Praktik Psikologi*, *I*(1).

Provorova, Y. M., Ivakhnenko, T. P., Oliinyk, N. A., Tamarkina, O. L., & Atroshchenko, T. O. (2021). Development of the emotional stability seen as a personal leadership quality using the acmeological approach in the master's students. *European Journal of Educational Research*, *10*(1). https://doi.org/10.12973/EU-JER.10.1.275

Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2008). P*erilaku organisas*i Jilid II. Salemba Empat.

Robbins, S. P., & Mary Coulter. (2012). Management. In *Angewandte Chemie International Edition*.

Roberts, B. W., Chernyshenko, O. S., Stark, S., & Goldberg, L. R. (2005). The structure of conscientiousness: An empirical investigation based on seven major personality questionnaires. *Personnel Psychology*, *58*(1). https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2005.00301.x

Sarafino, E. &. (2012). *Health psychology : biopsychosocial interactions.* New Jersey: John Wiley & amp; Sons.

Sobur, A. (2013). *Psikologi umum* (Dalam Lintas Sejarah). In Bandung: CV Pustaka Setia.

Sugiyono. (2012). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D.Bandung:Alfabeta. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D.Bandung:Alfabeta.* https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004

Susanti, E., & Nurwidawati, D. (2014). Hubungan Antara Kontrol Diri Dan Konformitas Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Psikologi UNESA. *Character*, *02*(3).

Tangney, J.P., Baumeister, R.F., Boone, A. L. (2004). 10-Item self-scoring self-control scale. *Journal of Personality*, *5*.

Tangney, J. P., Boone, A. L., & Baumeister, R. F. (2018). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. In *Self-Regulation and Self-Control: Selected Works of Roy F. Baumeister*. https://doi.org/10.4324/9781315175775

Uno, Hamzah B. (2012). *Orientasi baru dalam psikologi pembelajaran.* Jakarta: Bumi Aksara.

Vasudevan. (2013). The influence of emotional intelligence and creativity on employee's work commitment and performance. *International Journal.* Managing Business, 3(3), 233-255

Zhang, G., Chen, X., Xiao, L., & Rost, D. H. (2019). The relationship between big five and self-control in boxers: A mediating model. *Frontiers in Psychology*, *10*(JULY). https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01690

Zhang, R. P. (2016). Positive Affect and Self-Efficacy as Mediators Between Personality and Life Satisfaction in Chinese College Freshmen. *Journal of Happiness Studies*, *17*(5). https://doi.org/10.1007/s10902-015-9682-0