

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Remaja menghadapi serangkaian tantangan psikologis yang membutuhkan kemampuan kontrol diri yang tinggi pada masa perkembangannya. Transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa membawa kompleksitas perubahan hormonal, kognitif, dan sosial yang mempengaruhi kemampuan mereka dalam pengambilan keputusan dan regulasi emosi. Penelitian Runtukahu, Sinolungun, dan Opod (Arumsari, 2016) mengungkapkan bahwa remaja dengan kontrol diri rendah cenderung mengalami kesulitan fundamental dalam mengatur perilaku. Mereka lebih rentan terhadap pengaruh lingkungan negatif, mudah teralihkan dari fokus akademis, dan berpotensi terjerumus ke dalam kebiasaan yang merugikan diri sendiri.

Kontrol diri merupakan kemampuan fundamental dalam perkembangan psikologis remaja yang memainkan peran kritis dalam menentukan trajektori kehidupan mereka. Konsep ini tidak sekadar sebuah keterampilan sederhana, melainkan mekanisme psikologis kompleks yang memungkinkan individu untuk menavigasi berbagai tantangan dan godaan dalam lingkungan sosial yang dinamis. Menurut perspektif Lazarus (dalam Thalib, 2017), kontrol diri didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk membuat keputusan rasional dengan mempertimbangkan berbagai faktor eksternal dan internal. Melalui proses ini, remaja dapat mengendalikan perilaku, mengarahkan energi, dan secara sistematis mengupayakan pencapaian tujuan yang telah direncanakan.

Pemahaman merupakan proses mental yang terjadi dalam diri seseorang, yang melibatkan pemikiran, pengetahuan, serta penafsiran terhadap informasi yang diterima. Faktor ini berhubungan dengan kemampuan individu dalam memproses dan memahami informasi secara internal. Kemampuan ini seharusnya mulai dilatih sejak usia remaja. Ketika dorongan untuk bertindak menyimpang atau agresi semakin kuat, kontrol diri dapat membantu individu untuk menenangkan diri dan mempertimbangkan antara perilaku menyimpang tersebut dengan norma dan aturan sosial yang ada, sehingga individu akan lebih ragu untuk melanggar aturan yang berlaku (Denson dkk, dalam Maftuha & Agus, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Runtukahu, Sinolungun, dan Opod (Arumsari, 2016:2) menunjukkan bahwa remaja dengan kontrol diri yang rendah cenderung kesulitan dalam mengatur perilaku mereka, yang menyebabkan terjadinya tindakan yang tidak terkontrol seperti merokok. Perubahan dari remaja yang seharusnya fokus pada pembelajaran menjadi lebih tertarik pada kebiasaan merokok, sering kali disebabkan oleh kurangnya kemampuan untuk mengendalikan diri. Kontrol diri sendiri adalah kemampuan individu untuk mengatur tindakan, pikiran, dan keputusan mereka dalam menghadapi situasi, yang jika diterapkan dengan baik dapat menghasilkan dampak positif dan membantu remaja menghindari perilaku merugikan.

Siswa dengan pengendalian diri yang tinggi dapat mengubah situasi dan berperan penting dalam mengarahkan dan mengarahkan tindakan-tindakan penting yang mengarah pada hasil positif. Belajar merupakan pekerjaan utama seorang siswa. Siswa yang memiliki kemandirian tinggi mampu membimbing, mengarahkan, dan

mengatur perilakunya sendiri. Siswa mampu menafsirkan rangsangan, mempertimbangkan konsekuensi yang terkait, dan mengambil tindakan untuk mengurangi hasil yang tidak diinginkan. Mereka juga mempunyai kemampuan memodulasi rangsangan dan dapat menyesuaikan perilakunya dengan apa yang kondusif untuk belajar (Gufron, 2014)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rika Komala dan Akmal Rizki Gunawan (2022). Meskipun tidak berlaku untuk setiap siswa, tetapi setelah mendapatkan bimbingan, arahan, nasehat, motivasi, dan pembiasaan, beberapa siswa yang sebelumnya tidak memiliki kontrol diri menjadi memilikinya. Siswa akan dipandu untuk melakukan tindakan berdasarkan apa yang dikatakan dan dilakukan oleh guru. Artinya, guru juga berpengaruh pada kesuksesan siswa dalam meningkatkan kontrol diri dan kemandirian mereka sendiri.

Penyalahgunaan NAPZA telah berkembang menjadi salah satu ancaman terbesar bagi Negara Indonesia. Mafia pengedar NAPZA menggunakan millennial dan generasi Z sebagai sasaran utama untuk memasarkan dan menjual barang-barang mereka. Akibatnya, generasi muda menjadi sasaran yang rentan dalam masalah peredaran NAPZA. Semua jenis, bentuk, dan varian NAPZA mulai dari ganja, heroin, cocaine, extacy, alkohol, dan yang lainnya, memiliki potensi merusak generasi muda. Meskipun beberapa jenis NAPZA membantu kebutuhan medis dalam dosis tertentu, penggunaan berlebihan dari NAPZA juga dapat membahayakan kesehatan mental dan fisik pengguna dan pecandu. Dengan demikian, penggunaan NAPZA oleh remaja dapat membahayakan masa depan (Gilza,dkk. 2021).

Menurut Pasal 1 Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2009, NAPZA merupakan zat atau obat yang dapat berasal dari bahan alami, seperti tumbuhan, maupun bahan buatan yang dihasilkan melalui proses sintetis atau semisintetis. Zat ini memiliki sifat yang dapat memengaruhi tubuh, seperti menurunkan atau mengubah kesadaran, menghilangkan rasa, atau meredakan hingga menghilangkan nyeri. Selain itu, penggunaan NAPZA juga berisiko menimbulkan ketergantungan apabila tidak digunakan secara bijak. Untuk memastikan pengelompokan yang jelas, zat-zat ini diklasifikasikan ke dalam beberapa golongan sebagaimana diatur dalam Undang-Undang tersebut.

Siaran Pers Kinerja Tahun 2021 dari Badan Narkotika Nasional (BNN), bekerja sama dengan Badan Riset dan Inovasi Nasional (BRIN) dan Badan Pusat Statistik (BPS), mengungkap peningkatan signifikan dalam penyalahgunaan NAPZA di kalangan remaja Indonesia. Data menunjukkan bahwa pada kelompok usia 15–24 tahun, 82,4% merupakan pecandu, 47,1% terlibat sebagai pengedar, dan 31,4% bertindak sebagai kurir (BNN, 2022). Indonesia, yang sebelumnya hanya menjadi jalur transit perdagangan narkoba, kini telah menjadi tujuan utama, dengan barang bukti yang disita pada 2019 meliputi 112,2 ton ganja, 5,01 ton sabu, 1,3 juta butir ekstasi, dan 1,65 juta butir PCC dari 33.37 kasus. Selain itu, pelajar menjadi kelompok yang rentan terhadap penyalahgunaan narkoba, dengan ganja menjadi zat yang paling banyak digunakan, mencatatkan 565.598 pengguna di kalangan siswa (Pramesti et al., 2022). Situasi ini menuntut langkah konkret dalam pencegahan, edukasi, dan rehabilitasi untuk melindungi generasi muda dari bahaya narkoba.

Prevalensi penyalahgunaan NAPZA secara nasional menempatkan Provinsi Sumatera Utara sebagai wilayah dengan angka tertinggi. Dalam satu tahun terakhir, jumlah pengguna NAPZA di provinsi ini mencapai 1.585.941 orang, menjadikannya daerah dengan tingkat penyalahgunaan tertinggi di Indonesia. Berdasarkan data dari Laporan Obat Indonesia, Sumatera Utara juga memiliki jumlah kasus tindak pidana terkait NAPZA tertinggi, dengan total 7.353 kasus. Selain itu, Badan Narkotika Nasional (BNN) wilayah Pematangsiantar mencatat bahwa penyalahgunaan NAPZA telah menyasar berbagai kalangan, termasuk pemuda. Pada tahun 2019, sekitar 5.000 penduduk Kota Pematangsiantar terindikasi sebagai pengguna NAPZA. Data ini menunjukkan perlunya upaya serius dalam pencegahan dan penanganan masalah NAPZA di Sumatera Utara, terutama di kalangan generasi muda.

Berdasarkan Program Pengendalian Narkoba Dunia (UNDCP), diperkirakan sekitar 220 juta orang di seluruh dunia telah mengonsumsi NAPZA. Meskipun demikian, data dari United Nations Office on Drugs and Crime (UNODC) pada tahun 2015 mencatat bahwa sekitar 187.100 orang di seluruh dunia telah meninggal akibat penggunaan obat-obatan. Pada tahun 2018, laporan kembali mengungkapkan bahwa pengguna NAPZA, serta individu yang terlibat dalam penyalahgunaannya, sebagian besar berasal dari kalangan remaja, lebih banyak dibandingkan dengan orang dewasa. Sebagian besar hasil penyuluhan menunjukkan bahwa rentang usia remaja, mulai dari 12 hingga 17 tahun, merupakan periode kritis di mana penggunaan zat berbahaya sering dimulai (Nayoan, 2019).

Penyalahgunaan NAPZA yang semakin marak di kalangan remaja menunjukkan bahwa banyak di antara mereka kesulitan dalam mengendalikan perilaku dan membedakan antara tindakan yang baik dan buruk. Ini menunjukkan bahwa remaja membutuhkan dukungan atau sistem yang dapat membantu mereka dalam mengatur dan mengontrol perilaku mereka. Salah satu cara yang efektif untuk mencapai hal ini adalah dengan menerapkan kontrol diri. Lazarus (dalam Thalib, 2017) menjelaskan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk membuat keputusan dengan mempertimbangkan berbagai faktor secara rasional, sehingga mereka dapat mengendalikan perilaku dan mencapai tujuan yang diinginkan. Kontrol diri sangat penting bagi remaja untuk menghindari penyalahgunaan NAPZA dan memilih tindakan yang lebih positif dalam hidup mereka.

Karakteristik siswa dengan pengendalian diri tinggi mencakup kemampuan kompleks yang melampaui sekadar penolakan terhadap stimulus negatif. Mereka mampu membimbing dan mengarahkan perilaku sendiri, menafsirkan rangsangan secara kritis, mempertimbangkan konsekuensi tindakan, serta memodulasi rangsangan eksternal dengan strategi yang efektif. Penelitian mutakhir oleh Rika Komala dan Akmal Rizki Gunawan (2022) membuktikan bahwa kontrol diri bukanlah karakteristik statis melainkan kapasitas dinamis yang dapat dikembangkan. Melalui intervensi sistematis berupa bimbingan, arahan, motivasi, dan pembiasaan, siswa berpotensi mengembangkan kemampuan pengendalian diri yang lebih komprehensif.

Pemahaman terhadap situasi berisiko memainkan peran fundamental dalam pengembangan kontrol diri. Semakin komprehensif pemahaman siswa terhadap

konsekuensi penyalahgunaan NAPZA, semakin tinggi pula kapasitas mereka untuk membuat keputusan yang rasional, mengendalikan impuls, dan memilih trajektori kehidupan yang sehat.

Berdasarkan pemaparan dari penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa pemahaman terhadap situasi tertentu itu sangat berpengaruh terhadap kontrol diri siswa. Semakin tinggi tingkat pemahaman siswa terhadap bahaya pada situasi-situasi tertentu semakin tinggi juga tingkat kontrol diri siswa tersebut, maka penulis tertarik untuk mengangkat permasalahan dalam suatu bentuk penelitian ilmiah yang berjudul “Pengaruh Pemahaman Penyalahgunaan NAPZA Terhadap Kontrol Diri Siswa Kelas XII IPS MAN Pematang Siantar T.A 2024/2025”

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Transisi perkembangan remaja mempengaruhi mereka dalam membuat keputusan sehingga mereka cenderung sulit untuk mengontrol diri mereka.
2. Data dari BNN, BRIN, dan BPS (2022) menunjukkan peningkatan signifikan dalam penyalahgunaan NAPZA di kalangan remaja usia 15-24 tahun (82,4% pecandu, 47,1% pengedar, 31,4% kurir).
3. Sumatera Utara memiliki jumlah kasus penyalahgunaan NAPZA tertinggi di Indonesia (1.585.941 kasus), dengan Pematangsiantar tercatat memiliki 5.000 pengguna pada tahun 2019.

4. Upaya pencegahan yang dilakukan guru BK belum terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan remaja untuk mengontrol diri terutama dalam menyalahgunakan NAPZA.
5. Kurangnya penelitian tentang efektivitas intervensi edukasi dalam meningkatkan kontrol diri remaja sebagai langkah pencegahan penyalahgunaan NAPZA.

### **1.3 Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, peneliti mengidentifikasi permasalahan yang akan diteliti dalam studi ini. Untuk memberikan arah yang jelas pada penelitian, perlu dilakukan pembatasan masalah agar penelitian lebih terfokus pada tujuan yang ingin dicapai. Peneliti membatasi topik dalam penelitian ini pada pengaruh pemahaman tentang penyalahgunaan NAPZA terhadap kecenderungan kontrol diri siswa kelas XII IPS di MAN Pematangsiantar Tahun Ajaran 2024/2025.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah yang telah diuraikan di atas maka dapat ditemukan perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh pemahaman penyalahgunaan NAPZA terhadap kontrol diri siswa kelas XII IPS MAN Pematangsiantar T.A 2024/2025 ? “

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka yang jadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemahaman penyalahgunaan NAPZA terhadap kontrol diri siswa kelas XII IPS MAN Pematangsiantar T.A 2024/2025.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Dari hasil penelitian ini di harapkan mampu memberikan manfaat, baik dalam ranah akademik dan praktisi dalam dunia bimbingan dan konseling, dia antaranya adalah :

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian ini di harapkan dapat di jadikan pengembangan ilmu pengetahuan terkhusus dalam ranah bimbingan dan konseling yang membahas tentang Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif (NAPZA) terkhusus kepada para siswa.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi Sekolah**

Penelitian ini diharapkan menjadi acuan dan memberikan sumbangsih yang baik untuk dimanfaatkan sebagai sumbangan ilmu pemikiran dan informasi bagi pihak sekolah untuk mencegah penyalahgunaan NAPZA.

##### **b. Bagi Guru BK**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan bagi guru BK untuk melakukan layanan klasikal maupun informasi kepada siswa dalam rangka mencegah penyalahgunaan NAPZA dan meningkatkan control diri pada siswa.

c. Bagi Peserta Didik

Bagi peserta didik dapat meningkatkan kesadaran untuk tidak sekalipun mencoba-coba NAPZA dan sejenisnya serta semakin dapat mengontrol dirinya dari hal-hal yang tidak baik.

d. Bagi Peneliti

Menjadi sumber pengetahuan yang penting bagi peneliti yang akan menjadi guru BK dan sebagai sarana untuk memberikan pengalaman dan pengetahuan untuk mengaplikasikan ilmu yang telah didapatkan peneliti selama masa perkuliahan.

