

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Profil PPRSAR Mulia

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Anak Remaja Mulia Satria atau yang sering disebut PPRSAR Mulia Satria berada di Jl. Ahmad Yani Km. 27,500 Kelurahan Landasan Ulin Timur Kecamatan Landasan Ulin Kota Banjarbaru. Provinsi Kalimantan Selatan. Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Anak dan Remaja (PPRSAR) Mulia Satria merupakan gabungan antara Panti Sosial Asuhan Anak (PSAA) Budi Mulia dengan Panti Sosial Bina Remaja (PSBR) Budi Satria. PPRSAR Mulia Satria memiliki sasaran pelayanan meliputi anak balita terlantar, anak terlantar, anak yang berhadapan dengan hukum, anak yang memerlukan perlindungan khusus, remaja terlantar dan juga anak korban tindak kekerasan. PPRSAR Mulia Satria membagi dua kategori layanan yaitu bagian remaja dan anak-anak, pada bagian remaja yaitu berisi anakanak remaja yang akan dibina dan diberi keterampilan selama enam bulan. Sedangkan pada bagian anak-anak mereka akan menetap di panti hingga mereka lulus sekolah menengah atas, tak lupa panti juga memberikan keterampilan dan pembinaan khusus kepada klien anak-anak.

2. Visi dan Misi PPRSAR Mulia Satria

a. Visi

Terwujudnya kembang anak secara wajar dan mandiri dan berperan aktif dalam kehidupan Masyarakat

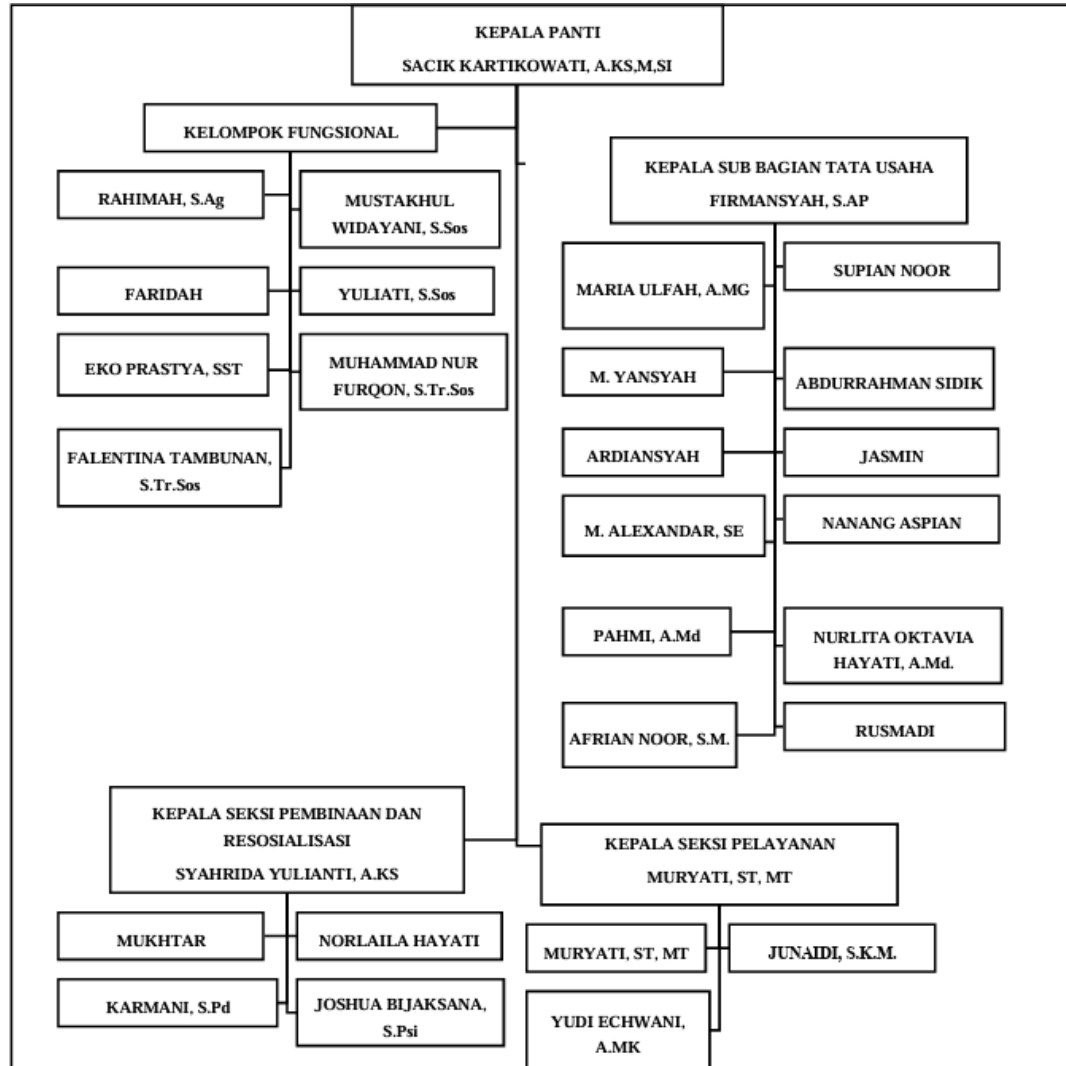
b. Misi

- 1) Menyelenggarakan perlindungan pengasuhan dan perawatan berbasis Praktek Pekerjaan Sosial;
- 2) Menyelenggarakan, bimbingan pengetahuan dasar Pendidikan, fisik, mental, sosial keagamaan dan keterampilan
- 3) Menyelenggarakan resosialisasi pembinaan lanjut dan pelayanan rujukan,
- 4) Meningkatkan kualitas SDM petugas,
- 5) Meningkatkan sarana dan prasarana.
- 6) Meningkatkan koordinasi dengan instansi terkait.

3. Struktur Organisasi

Berikut ini adalah struktur organisasi Panti Perlindungan Rehabilitasi Sosial Anak dan Remaja Mulia Satria Banjarbaru Tahun 2024 berdasarkan Surat Keputusan Kepala Dinas Sosial Provinsi Kalimantan Selatan.

Gambar 4.1 Struktur PPRSAR Mulia Satria



4. Data Anak yang Berkonflik dengan Hukum

Salah satu program yang dilaksanakan di Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Anak dan Remaja (PPRSAR) Mulia Satria adalah program rehabilitasi sosial bagi remaja, termasuk bagi Anak yang Berhadapan dengan Hukum (ABH). Program ini bertujuan untuk memberikan pembinaan, pendampingan, serta rehabilitasi sosial agar anak dapat kembali berfungsi secara sosial di masyarakat.

Berdasarkan data yang diperoleh dari pihak PPRSAR Mulia Satria Banjarbaru, pada bulan November tahun 2025 terdapat sekitar 7 (tujuh) anak yang berhadapan dengan hukum yang sedang menjalani proses rehabilitasi di panti tersebut. Jumlah ini menunjukkan bahwa PPRSAR Mulia Satria masih menjadi salah satu lembaga rujukan dalam penanganan kasus anak yang berhadapan dengan hukum di wilayah Kalimantan Selatan.

Namun demikian, dalam penelitian ini peneliti tidak mengambil seluruh jumlah anak sebagai subjek penelitian. Peneliti hanya mengambil sebagian dari jumlah tersebut sebagai informan penelitian, dengan mempertimbangkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan sesuai dengan kebutuhan penelitian.

Tabel 4.1 Identitas Subjek Penelitian pada PPRSAR Mulia Satria

| No | Nama (Inisial) | Usia (Tahun) | Jenis Kelamin | Kasus dan pasal yang dilanggar |
|----|----------------|--------------|---------------|--|
| 1 | ZD | 18 Tahun | Laki-laki | Melanggar Pasal 114 ayat (2) jo Pasal 132 Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2009 tentang Narkotika |
| 2 | MA | 18 Tahun | Laki-laki | Melanggar Pasal 81 ayat (2) jo Pasal 76D Undang-Undang Nomor 1 Tahun 2016 tentang Perubahan Kedua atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak |

B. Alur Penelitian

Berikut merupakan prosedur dari pelaksanaan penelitian agar dapat diketahui bagaimana alur penelitian dalam melakukan penelitian.

Tabel 4.2 Alur Pelaksanaan Penelitian di PPRSAR Mulia Satria

| No | Tanggal | Kegiatan | Keterangan |
|-----------|--------------------------|---|--|
| 1 | Rabu, 5 November 2025 | Observasi | Datang ke PPRSAR Mulia Satria Banjarbaru |
| 2 | Senin, 10 November 2025 | Mencari subjek remaja yang akan diteliti | Konsultasi dengan pegsos di PPRSAR Mulia Satria Banjarbaru |
| 3 | Senin, 24 November 2025 | Wawancara pertama dengan subjek ZD sebagai narasumber | <i>Interview</i> secara luring |
| 4 | Selasa, 25 November 2025 | Wawancara ke 2 dengan subjek MA sebagai narasumber | <i>Interview</i> secara luring |

C. Hubungan Peneliti dengan Subjek

Kedudukan peneliti di sini adalah sebagai seorang peneliti (researcher). Sebelumnya peneliti pernah melaksanakan kuliah magang di PPRSAR Mulia Satria, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di lembaga tersebut. Proses mendapatkan kedua subjek dilakukan melalui rekomendasi dari para pekerja sosial di PPRSAR Mulia Satria. Peneliti menyampaikan kriteria subjek yang dibutuhkan (anak bermasalah dengan hukum yang sedang menjalani rehabilitasi dan telah berada di panti minimal 3 bulan). Berdasarkan rekomendasi tersebut, pekerja sosial menunjuk dua orang klien ABH, yaitu Zd dan MA, sebagai subjek penelitian.

Hubungan peneliti dengan subjek sebelum penelitian dimulai adalah tidak saling kenal. Peneliti belum pernah berinteraksi dengan Zd maupun MA sebelumnya. Pertemuan pertama terjadi saat penelitian dimulai, setelah Zd dan MA ditempatkan di PPRSAR Mulia Satria untuk menjalani program rehabilitasi sosial. Dengan demikian, tidak ada hubungan personal atau kekeluargaan sebelumnya yang dapat memengaruhi objektivitas penelitian.

D. Penyajian Data

1. Identitas Subjek

Subjek pada penelitian ini berjumlah 2 orang dengan 2 kasus, adapun deskripsi subjek penelitian sebagai berikut:

Tabel 4.3 Identitas Subjek Penelitian pada PPRSAR Mulia Satria

| No. | Inisial | Umur | Jenis Kelamin | Kasus |
|-----|---------|------|---------------|---|
| 1 | ZD | 18 | Laki-laki | Melanggar pasal 114 ayat 2 jo pasal 132 Undang-undang nomor 35 2009 tentang Narkotika |
| 2 | MA | 18 | Laki-laki | Melanggar pasal 81 ayat 2 jo pasal 76D Undang-undang Nomor 1 Tahun 2016 tentang perubahan kedua atas UU Nomor 23 2002 tentang peradilan anak. |

2. Hasil Observasi

Dalam penelitian ini peneliti akan memaparkan data-data hasil penelitian yang diperoleh dari hasil observasi dan wawancara terhadap kedua subjek yang berinisial ZD dan MA. Data-data yang sudah di dapat kemudian dikelompokkan ke dalam aspek-

aspek untuk memenuhi dan menggambarkan penyesuaian ABH di PPRSAR Mulia Satria.

a. Profil subjek ZD

Subjek ZD lahir di Banjarmasin pada tanggal 24 Februari 2007 dan merupakan anak keempat dari enam bersaudara. ZD menjalani masa penempatan di Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Anak dan Remaja (PPRSAR) Mulia Satria Banjarbaru selama 12 bulan, terhitung sejak tanggal 5 Maret 2025 hingga 5 Maret 2026. ZD terjerat kasus hukum terkait tindak pidana narkotika sebagaimana diatur dalam Pasal 114 ayat (2) jo Pasal 132 ayat (1) Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2009 tentang Narkotika.

Latar belakang keluarga ZD menunjukkan dinamika relasi yang kurang harmonis. ZD mengungkapkan bahwa sejak usia 7 hingga 10 tahun ia tinggal bersama ibu dan neneknya akibat perpisahan sementara antara kedua orang tuanya. ZD merasa lebih dekat secara emosional dengan ibunya dibandingkan anggota keluarga lainnya, sementara hubungannya dengan ayah cenderung menyisakan luka emosional karena ayah kerap menyakiti ibu dan terlibat perselingkuhan. ZD juga pernah tinggal di lingkungan yang rentan terhadap penyalahgunaan narkoba, meskipun ia menegaskan tidak pernah mengonsumsi narkotika, hal ini diperkuat dengan hasil tes urine yang menunjukkan hasil negatif.

Kasus yang menjerat ZD bermula dari pengakuannya bahwa ia dijebak oleh temannya sendiri, yang sebelumnya dianggap sebagai keluarga. ZD mengaku diminta mengantarkan barang berupa pil ekstasi tanpa mengetahui secara pasti isi barang tersebut. Ia mengungkapkan bahwa perbuatan tersebut terjadi atas perintah kakaknya dan telah dilakukan sebanyak dua kali, dengan imbalan berupa pil yang diklaim dapat menambah tenaga. Pil tersebut kemudian dijual oleh ZD kepada temannya dengan harga Rp50.000 untuk membeli kebutuhan sehari-hari. Atas peristiwa tersebut, ZD merasa sangat menyesal karena telah mengecewakan ibunya dan menyusahkan keluarganya. Meskipun demikian, ZD menunjukkan sikap penerimaan dan berupaya fokus mengikuti seluruh kegiatan pembinaan di panti. Dalam kesehariannya, ZD

cenderung memendam masalah pribadi karena pengalaman dikhianati, sehingga enggan berbagi cerita dengan orang lain.

Berdasarkan hasil asesmen psikologis yang dilakukan oleh pekerja sosial, ZD memiliki kapasitas intelektual pada taraf rata-rata bawah dengan skor IQ sebesar 91. ZD menunjukkan minat dan bakat yang baik dalam menjalin relasi sosial serta mampu berperan aktif dalam kerja tim. Oleh karena itu, pekerja sosial merekomendasikan ZD untuk mengikuti pelatihan keterampilan barista sebagai bagian dari program pembinaan dan pelatihan kerja. Secara psikologis, ZD tampak mengalami tekanan emosional akibat kasus yang menjeratnya, terutama ketika membahas kondisi ibunya, hingga sempat menunjukkan respons emosional berupa menangis. ZD juga memperlihatkan penyesalan yang mendalam dan memiliki keinginan kuat untuk berubah serta memperbaiki kehidupannya ke arah yang lebih positif. Dengan mempertimbangkan kondisi dan kebutuhan klien, ZD diputuskan untuk menjalani program pembinaan selama enam bulan dan pelatihan kerja selama satu tahun di PPRSAR Mulia Satria Banjarbaru.

b. Profil subjek MA

Subjek MA merupakan anak laki-laki yang lahir di Talio pada tanggal 23 April 2007 dan merupakan anak pertama dari tiga bersaudara. Secara fisik, MA memiliki tinggi badan sekitar 160 cm dengan berat badan sekitar 47 kg. MA telah menyelesaikan pendidikan Sekolah Menengah Atas pada tahun 2024 dan saat ini menjalani penempatan di Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Anak dan Remaja (PPRSAR) selama kurang lebih satu tahun dua bulan, terhitung sejak tanggal 12 Juni 2025.

Berdasarkan putusan hakim tanggal 30 April 2025, MA dinyatakan terbukti secara sah dan meyakinkan melakukan tindak pidana dengan menggunakan tipu muslihat terhadap anak untuk melakukan persetubuhan dengannya sebagaimana tercantum dalam dakwaan alternatif pertama. Atas perbuatannya tersebut, MA terbukti melanggar Pasal 81 ayat (2) jo Pasal 76D Undang-Undang Nomor 1 Tahun 2016 tentang Perubahan Kedua atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 tentang

Perlindungan Anak. Berdasarkan hasil asesmen pekerja sosial, diketahui bahwa perkenalan MA dengan korban bermula melalui media sosial TikTok saat MA masih duduk di kelas XII SMA. Komunikasi kemudian berlanjut melalui Instagram selama kurang lebih dua minggu dan selanjutnya berpindah ke aplikasi WhatsApp. Setelah menjalin pendekatan selama beberapa minggu, MA dan korban sepakat untuk bertemu di sebuah taman yang berada di dekat rumah MA, dan setelah kurang lebih tiga bulan menjalin kedekatan, keduanya memutuskan untuk berpacaran.

Selama menjalani hubungan tersebut, MA mengaku telah melakukan hubungan layaknya suami istri dengan korban sebanyak lima kali, yang terjadi di rumah MA dan di rumah korban. Peristiwa ini terungkap ketika MA tertangkap oleh ayah korban saat sedang berjalan bersama korban pada hari Minggu, yang kemudian berujung pada pelaporan kepada pihak kepolisian. Dari latar belakang keluarga, MA berasal dari keluarga dengan ayah yang bekerja sebagai pegawai swasta dan ibu sebagai ibu rumah tangga. MA mengaku mendapatkan perhatian yang cukup besar dari orang tuanya, namun dalam pergaulan sehari-hari ia cenderung bebas, termasuk kebiasaan merokok, bergaul dengan teman sebaya, serta pernah mengonsumsi minuman keras dan menyalahgunakan obat batuk karena rasa penasaran. MA juga memiliki minat dan bakat di bidang musik dan bernyanyi.

Berdasarkan hasil asesmen psikologis, MA memiliki kapasitas intelektual dalam kategori rata-rata dengan skor IQ sebesar 97. MA memiliki kemampuan berpikir logis yang cukup baik untuk memahami permasalahan yang dihadapi dengan daya tangkap pada tingkat sedang. Namun demikian, MA menunjukkan tingkat motivasi yang relatif rendah, khususnya dalam hal membangun komitmen dan tanggung jawab, sehingga memerlukan pendampingan dan pembinaan berkelanjutan dalam proses rehabilitasi sosial yang sedang dijalaninya.

E. Hasil Penelitian

1. Subjek ZD

a. *Self Monitoring*

Berdasarkan hasil wawancara, subjek ZD menunjukkan adanya kesadaran dan keteraturan dalam memantau aktivitas hariannya selama berada di PPRSAR Mulia Satria Banjarbaru. ZD mampu menjelaskan secara runtut rangkaian kegiatan yang dijalani sejak bangun pagi hingga malam hari. Aktivitas dimulai dari bangun pada waktu subuh, dilanjutkan dengan salat subuh berjamaah, wirid, serta apel kaplingan sebagai bentuk kedisiplinan awal hari.

Setelah rangkaian ibadah pagi, ZD melanjutkan kegiatan dengan mengikuti kelas umum sebagai bagian dari pembelajaran formal di panti. Pada waktu siang hingga sore hari, ZD mengikuti kegiatan keterampilan yang berlangsung hingga hari Kamis, sedangkan pada hari Sabtu kegiatan berakhir lebih awal. Setelah waktu istirahat siang, aktivitas kembali dilanjutkan dengan ibadah berjamaah, dzikir, serta kegiatan keagamaan lainnya hingga malam hari. Setelah salat Isya, ZD mengisi waktu dengan kegiatan santai seperti menonton televisi sebelum beristirahat.

Keteraturan dan kemampuan ZD dalam menjelaskan jadwal kegiatan harian tersebut menunjukkan adanya proses pemantauan perilaku diri secara berkelanjutan. Hal ini tampak dari kesadarannya terhadap urutan aktivitas yang harus dijalani setiap hari, sebagaimana diungkapkan:

“Biasanya bangun subuh, terus sholat subuh berjamaah, wirid selesai wirid apel kaplingan.” (P, ZD, B49–50)

ZD juga menegaskan bahwa setelah kegiatan pagi ia mengikuti pembelajaran di kelas umum, sebagaimana pernyataannya:

“Pagi biasanya masuk kelas umum.” (P, ZD, B54)

Lebih lanjut, ZD menjelaskan secara rinci rangkaian kegiatan dari siang hingga malam hari yang mencakup pelatihan keterampilan, waktu istirahat, ibadah berjamaah, hingga aktivitas santai sebelum tidur:

“Keterampilan sampai hari Kamis, biasanya sampai jam setengah empat, untuk hari Sabtu sampai jam dua belas saja, siangnya istirahat, lalu sore balik

lagi sholat berjamaah, dzikir, habis itu sholat magrib berjamaah sampai isya, kegiatan baca-baca Al-Qur'an, habis isya balik nonton TV lalu tidur.” (P, ZD, B56–63)

Selain memantau aktivitas harian, subjek ZD juga menunjukkan kemampuan dalam memantau kondisi emosionalnya selama menjalani pembinaan di panti. ZD menyadari adanya perubahan perasaan yang dialami sejak awal masuk hingga terbiasa dengan rutinitas yang ada. Pada fase awal, ZD merasakan kelelahan karena belum terbiasa dengan pola kegiatan yang terstruktur. Namun seiring waktu, perasaan tersebut berubah menjadi lebih netral bahkan positif.

Rutinitas yang disertai kegiatan keagamaan, seperti pengajian, dipersepsikan sebagai aktivitas yang menyenangkan dan membantu ZD merasa lebih nyaman dalam menjalani kehidupan di panti. Hal ini menunjukkan bahwa ZD tidak hanya mengikuti kegiatan secara fisik, tetapi juga mampu mengevaluasi respons emosionalnya terhadap lingkungan pembinaan.

Perubahan perasaan tersebut diungkapkan secara langsung oleh ZD sebagai berikut:

“Biasa aja sih kak, soalnya sudah terbiasa juga, apalagi ada pengajian kan senang bisa ada rutinitas seperti ini. Kalau dulu awal masuk memang capek kak karena tidak terbiasa.” (P, ZD, B78–82)

Dalam proses pemantauan perilaku diri, ZD tidak melakukan pencatatan secara tertulis, namun mengandalkan kebiasaan dan rutinitas yang telah terbentuk selama berada di panti. ZD menyatakan bahwa ia mengikuti seluruh kegiatan sesuai dengan kemampuannya dan menjadikan jadwal yang ada sebagai bagian dari kebiasaan sehari-hari. Hal ini menunjukkan bahwa self-monitoring pada ZD berkembang melalui pembiasaan perilaku yang berulang sehingga tidak lagi memerlukan pengawasan formal dalam bentuk catatan pribadi.

ZD mengungkapkan bahwa keteraturan aktivitas tersebut telah menjadi rutinitas yang secara otomatis diikuti dalam kesehariannya. Pernyataan ini mencerminkan adanya internalisasi pola perilaku yang terstruktur sebagai bagian dari pengendalian diri.

Hal tersebut diungkapkan ZD sebagai berikut:

“Untuk mencatat kada sih kak. Ya ulun ikuti semampunya saja kak, mau tidak mau lagi, Lagian ini sudah jadi kebiasaan rutinitas di sini juga kak.” (P, ZD, B86–89)

Selain kesadaran pribadi yang terbentuk melalui kebiasaan, proses self-monitoring ZD juga diperkuat oleh dukungan faktor eksternal dari pembina. Pembina berperan aktif dalam mengingatkan jadwal kegiatan serta menanamkan kedisiplinan kepada ZD. Dukungan ini membantu ZD untuk tetap konsisten dalam menjalani rutinitas harian dan memantau perilakunya secara berkelanjutan.

Peran pembina tersebut disampaikan sebagai berikut:

“Dukungan pembina penting sekali kak, beliau sering mengingatkan ulun agar disiplin dan tidak lupa jadwal.” (P, ZD, B93–95)

Pada tahap identifikasi perilaku, subjek ZD menunjukkan kemampuan untuk menilai tindakan yang dilakukan serta menyadari konsekuensi dari pelanggaran aturan. ZD memahami bahwa perilaku yang tidak sesuai dengan ketentuan panti merupakan bentuk kesalahan yang berpotensi menimbulkan hukuman. Kesadaran ini menjadi dasar dalam mengontrol perilaku agar tetap berada dalam batas yang diperbolehkan.

Selain memahami aturan secara kognitif, ZD juga melibatkan aspek emosional dalam proses pemantauan diri. Perasaan bersalah serta ingatan terhadap ibunya menjadi faktor internal yang mendorong ZD untuk lebih berhati-hati dalam bertindak. Dorongan emosional tersebut berfungsi sebagai pengingat moral yang membantu ZD menghindari perilaku melanggar aturan.

Hal ini diungkapkan ZD sebagai berikut:

“Benar kak, saya salah bila saya dihukum dan juga apabila tidak mengikuti aturan panti sini. Alhamdulillah saya tidak pernah kena hukuman apalagi melanggar aturan kak, soalnya ingat ibu, kasihan takut bikin kecewa lagi.” (P, ZD, B100–105)

Pada tahap pemantauan yang lebih mendalam, subjek ZD menunjukkan kemampuan refleksi diri yang tidak hanya berfokus pada kepatuhan terhadap aturan, tetapi juga pada dampak perilaku terhadap orang lain. ZD menyadari bahwa kesalahan yang dilakukan di masa lalu telah mengecewakan ibu dan keluarganya, sehingga menimbulkan perasaan bersalah yang menjadi dasar perubahan perilaku.

Selain itu, ZD juga mampu mengidentifikasi kesalahan dalam interaksi sosial sehari-hari. Ketika candaan atau perkataannya menyebabkan teman menjauh, ZD secara spontan melakukan evaluasi diri dengan menyimpulkan bahwa terdapat perilaku yang tidak tepat. Proses ini menunjukkan adanya pemantauan diri yang aktif terhadap respons sosial di lingkungan panti.

Self-monitoring ZD semakin diperkuat melalui arahan pembina yang memberikan evaluasi serta motivasi secara berkala. Melalui bimbingan tersebut, ZD menjadi lebih memahami bentuk-bentuk perilaku yang perlu diperbaiki dan dikembangkan.

Hal tersebut diungkapkan ZD sebagai berikut:

“Saya menyadari kesalahan saya kak, karena sudah bikin ibu dan keluarga kecewa. Kalau di panti saya menyadari kesalahan saya kak, kalau ada omongan atau candaan saya ke teman bikin dia menjauh, berarti saya ada yang salah tadi seperti itu kak. Dan juga biasanya ada arahan pembina tentang evaluasi dan motivasi jadi saya bisa lebih tahu kesalahan saya apa saja yang harus dirubah.” (P, ZD, B109–117)

Proses self-monitoring ZD berkembang melalui dorongan faktor internal berupa kesadaran moral, kemampuan refleksi sosial terhadap respons lingkungan, serta penguatan eksternal melalui evaluasi dan motivasi pembina.

faktor eksternal dalam proses self-monitoring ZD semakin diperkuat melalui peran aktif pembina dalam membentuk perilaku sosial dan kedisiplinan. Pembina tidak hanya berfungsi sebagai pengawas, tetapi juga sebagai pendidik yang memberikan arahan langsung terkait cara berinteraksi secara sopan dengan orang yang lebih dewasa serta pentingnya menjalankan kedisiplinan dalam kehidupan sehari-hari.

Melalui pembelajaran nilai-nilai perilaku tersebut, ZD memperoleh standar sosial yang jelas untuk dijadikan acuan dalam memantau dan mengevaluasi tindakannya sendiri. Arahan ini membantu ZD memahami perilaku mana yang sesuai dan mana yang perlu diperbaiki dalam interaksi sosial maupun dalam menjalani rutinitas di panti.

Peran pembina tersebut diungkapkan oleh ZD sebagai berikut:

“Iya kak, seperti mengajari sopan santun berbicara dengan orang yang lebih dewasa, mengajarkan kedisiplinan juga.” (P, ZD, B121–123)

Pada tahap pemantauan diri, subjek ZD menunjukkan kemampuan untuk mengamati secara langsung dampak perilaku yang ditampilkan dalam interaksi sosial. ZD memperhatikan respons teman terhadap candaan atau perkataannya, kemudian menggunakan respons tersebut sebagai indikator untuk mengevaluasi perilaku dirinya sendiri.

Ketika ZD menyadari bahwa temannya menjauh setelah adanya candaan tertentu, ia segera menyimpulkan bahwa terdapat kesalahan dalam perilaku yang telah dilakukan. Proses ini menunjukkan adanya hubungan sebab-akibat yang dipahami secara sadar oleh ZD, yang menjadi dasar dalam mengontrol dan memperbaiki perilaku selanjutnya.

Hal tersebut diungkapkan ZD sebagai berikut:

“Saya kak, kalau ada omongan atau candaan saya ke teman bikin dia menjauh, berarti saya ada yang salah tadi seperti itu kak.” (P, ZD, B111–114)

Dalam proses pemantauan diri, subjek ZD tidak hanya mengamati perilaku sehari-hari, tetapi juga merefleksikan pengalaman masa lalu yang menjadi titik balik perubahan dirinya. ZD mengingat secara jelas peristiwa ketika ia dikhianati oleh temannya sendiri yang menjebakinya dalam kasus narkoba. Pengalaman tersebut menimbulkan perasaan sedih, kecewa, serta kesadaran mendalam akan dampak buruk dari pergaulan yang salah.

Refleksi terhadap kejadian tersebut mendorong ZD untuk mengevaluasi diri secara emosional dan moral, terutama karena merasa telah mengecewakan ibu dan keluarganya. Kesadaran ini menjadi motivasi internal yang kuat untuk memperbaiki perilaku dan menjalani kehidupan yang lebih baik selama berada di panti.

Perasaan dan refleksi tersebut diungkapkan ZD sebagai berikut:

“Yang paling membuat saya down kejadian ketika saya dikhianati oleh teman saya sendiri... Saya merasa benar-benar ditusuk dari belakang.” (P, ZD, B207–215)

“Sampai sekarang saya masih sedih karena kejadian itu. Saya merasa sudah mengecewakan ibu... Yang saya inginkan sekarang hanya memperbaiki diri dan membuat ibu bangga lagi.” (P, ZD, B217–224)

Kesadaran reflektif tersebut kemudian diwujudkan dalam pemantauan perilaku sehari-hari melalui kepatuhan terhadap aturan dan kegiatan panti. ZD berupaya menjalani seluruh aktivitas secara disiplin sebagai bentuk pengendalian diri yang berkelanjutan.

Hal ini disampaikan ZD sebagai berikut:

“Intinya mengikuti kegiatan panti dan aturan panti dengan baik dan benar kak.” (P, ZD, B234–235)

ZD juga secara rinci memantau keterlibatannya dalam kegiatan keagamaan dan pembinaan keterampilan, seperti mengikuti salat berjamaah, dzikir, serta kelas barista tanpa bolos. Selain itu, ZD berusaha menjaga tutur kata yang sopan, konsisten dalam kedisiplinan, serta aktif dalam gotong royong dan menjaga kebersihan lingkungan panti. Pemantauan perilaku ini menunjukkan adanya kontrol diri yang terstruktur dalam kehidupan sehari-hari.

Sebagaimana diungkapkan ZD:

“Saya mengikuti kelas barista tidak bolos dan lebih disiplin... konsisten bertutur kata sopan dengan orang yang lebih tua... gotong royong dan menjaga kebersihan wisma bersama.” (P, ZD, B237–247)

Selain faktor internal berupa kesadaran moral dan refleksi pengalaman, faktor eksternal berupa lingkungan sosial panti turut memperkuat proses self-monitoring ZD. Interaksi dengan teman sebaya serta suasana lingkungan pembinaan yang kondusif membantu ZD mempertahankan perubahan perilaku ke arah yang lebih positif.

Hal tersebut diungkapkan sebagai berikut:

*“Kalau tidak ada mereka mungkin susah juga saya berubah jadi lebih baik kak, apalagi di sini ramai bekawan dan lingkungannya beda.”
Dengan lingkungan yang dulu, kadang saya diingatkan teman juga bila ada hal-hal yang kemungkinan bisa cenderung membawa ke jalan yang salah.” (P, ZD, B250–256)*

Peran lingkungan sosial di panti tidak hanya bersifat sebagai tempat interaksi, tetapi juga berfungsi sebagai sistem penguatan perilaku positif dalam proses self-monitoring ZD. Selain mendapatkan arahan dari pembina, ZD juga menerima pengingat langsung dari teman sebaya ketika terdapat perilaku yang berpotensi mengarah pada tindakan yang menyimpang.

Pengingat dari teman tersebut membantu ZD untuk lebih waspada terhadap kecenderungan perilaku negatif dan mendorongnya untuk tetap berada pada jalur perubahan yang positif. Mekanisme ini menunjukkan adanya kontrol sosial yang konstruktif dalam lingkungan pembinaan, yang memperkuat kemampuan ZD dalam memantau dan mengendalikan perilakunya sendiri.

Kesadaran kesalahan, subjek ZD menunjukkan refleksi mendalam terhadap pengalaman masa lalu yang menjadi titik balik dalam kehidupannya. ZD mengingat secara jelas peristiwa ketika ia dikhianati oleh temannya sendiri yang menjebakinya dalam kasus narkoba. Peristiwa tersebut menimbulkan perasaan hancur, kecewa, dan menjadi pengalaman emosional yang kuat dalam membentuk kesadaran diri ZD terhadap kesalahan yang telah terjadi.

Refleksi tersebut tidak berhenti pada ingatan peristiwa, tetapi berkembang menjadi evaluasi emosional dan moral. ZD mengungkapkan perasaan sedih yang berkepanjangan karena merasa telah mengecewakan ibu dan keluarganya. Kesadaran ini memunculkan keinginan yang kuat untuk memperbaiki diri dan mengembalikan kepercayaan keluarga sebagai motivasi utama dalam perubahan perilaku.

Hal ini diungkapkan ZD sebagai berikut:

“Yang paling membuat saya down kejadian ketika saya dikhianati oleh teman saya sendiri... Saya merasa benar-benar ditusuk dari belakang.” (P, ZD, B207–215)

“Sampai sekarang saya masih sedih karena kejadian itu. Saya merasa sudah mengecewakan ibu... Yang saya inginkan sekarang hanya memperbaiki diri dan membuat ibu bangga lagi.” (P, ZD, B217–224)

Kesadaran akan kesalahan tersebut kemudian diwujudkan dalam perubahan perilaku yang konkret selama berada di panti. ZD berupaya menjalani seluruh kegiatan dan aturan panti dengan disiplin sebagai bentuk tanggung jawab atas perbaikan diri. ZD mengikuti kelas barista tanpa bolos, menjaga kedisiplinan, konsisten bertutur kata sopan kepada pembina dan petugas panti, serta aktif dalam kegiatan gotong royong dan menjaga kebersihan lingkungan wisma.

Sebagaimana diungkapkan ZD:

“Intinya mengikuti kegiatan panti dan aturan panti dengan baik dan benar kak.” (P, ZD, B234–235)

“Saya mengikuti kelas barista tidak bolos dan lebih disiplin... konsisten bertutur kata sopan... gotong royong dan menjaga kebersihan wisma bersama.” (P, ZD, B237–247)

Selain dorongan internal berupa kesadaran moral dan keinginan memperbaiki diri, faktor eksternal berupa lingkungan sosial yang kondusif turut memperkuat perubahan perilaku ZD. Interaksi dengan teman sebaya di panti memberikan dukungan sekaligus pengingat ketika terdapat kecenderungan perilaku yang berpotensi mengarah pada kesalahan.

ZD mengakui bahwa secara umum ia berusaha patuh terhadap seluruh kegiatan dan ketentuan panti, meskipun masih terdapat pelanggaran kecil yang bersifat ringan, seperti kesulitan bangun pada waktu subuh. Pengakuan ini menunjukkan adanya kesadaran diri terhadap keterbatasan dalam mengendalikan impuls tertentu.

Meskipun demikian, seiring dengan terbentuknya kebiasaan dan rutinitas harian, ZD merasakan bahwa aktivitas di panti menjadi lebih mudah dijalani dan bahkan menimbulkan perasaan nyaman, terutama melalui kegiatan keagamaan seperti pengajian. Proses adaptasi ini membantu ZD dalam menekan dorongan negatif dan memperkuat kedisiplinan diri.

Hal tersebut diungkapkan ZD sebagai berikut:

“Patuh kak, tapi ada saja sih melanggar hal kecil seperti susah bangun subuh.” (P, ZD, B73–74)

“Biasa saja sih kak, soalnya sudah terbiasa juga, apalagi ada pengajian kan senang bisa ada rutinitas seperti ini. Kalau dulu awal masuk memang capek karena tidak terbiasa.” (P, ZD, B78–82)

subjek ZD menunjukkan kebiasaan melakukan peninjauan diri terhadap pengalaman emosional, aktivitas keagamaan, serta perilaku yang dijalani selama berada di panti. ZD mengungkapkan bahwa waktu malam sering digunakan untuk merenung, terutama terkait kerinduan terhadap keluarga serta pemaknaan terhadap kegiatan pengajian dan membaca Al-Qur’an. Refleksi ini menjadi sarana bagi ZD untuk menenangkan diri sekaligus mengamati perkembangan dirinya secara emosional dan spiritual.

Meskipun ZD tidak melakukan pencatatan tertulis, proses refleksi tetap berlangsung melalui aktivitas membaca Al-Qur'an dan beristigfar sebagai bentuk introspeksi diri. Kegiatan spiritual tersebut membantu ZD menyadari kesalahan serta memperkuat komitmen untuk menjalani perubahan perilaku yang lebih positif.

Hal ini diungkapkan ZD sebagai berikut:

“Kalau merenung ada sih kak, ingin pulang cepat ke rumah, dan paling merenungi pengajian kak dan baca Al-Qur'an, Kalau menulis atau mencatat tidak ada kak, cuma membaca Al-Qur'an dan beristigfar.” .” (P, ZD, B130–134)

Refleksi harian ZD juga mencakup evaluasi moral terhadap pengalaman masa lalu. ZD mengungkapkan perasaan senang ketika dapat memimpin teman dalam kegiatan positif di kelas barista, sekaligus menunjukkan penyesalan terhadap perilaku negatif sebelumnya. Kesadaran ini mendorong ZD untuk merencanakan masa depan yang lebih baik melalui pilihan usaha yang halal dan bermanfaat.

Sebagaimana diungkapkan ZD:

“Saya senang bisa membantu memimpin teman dalam kebaikan di kelas barista... kalau keburukan seperti masa lalu saya menyesal kak, lebih baik buka usaha kopi yang halal.” (P, ZD, B316–321)

Selain refleksi pribadi, faktor eksternal berupa dukungan profesional turut memperkuat proses regulasi diri ZD. Keberadaan psikolog di panti memberikan ruang bagi ZD untuk mengungkapkan perasaan, memperoleh motivasi, serta menerima arahan dalam menghadapi permasalahan emosional.

Hal tersebut disampaikan sebagai berikut:

“Biasanya ada psikolog juga kak, kalau kita mau cerita mereka mendengarkan dan memberi motivasi serta arahan.” (P, ZD, B144–147)

b. *Self Evaluation*

Lebih lanjut, keberhasilan ZD dalam mengembangkan keterampilan juga menjadi bagian dari evaluasi dirinya. ZD mengungkapkan bahwa dirinya telah dipercaya oleh instruktur untuk memimpin kelas barista serta membantu teman yang baru belajar. Kepercayaan tersebut dipandang sebagai bukti konkret atas peningkatan kompetensi dan tanggung jawab yang dimilikinya.

Sebagaimana disampaikan ZD:

"Membantu banget kak, seperti ulun udah lebih ngerti kan tentang materi pelayanan ,nah saya pernah di suruh instruktur kelas untuk megang kelas barista kak,saya yang handel waktu itu dari kasir sampai membantu teman yang baru saya ajari." (P, ZD, B307-312).

Selain penilaian perilaku, ZD juga mengevaluasi kondisi emosionalnya terhadap rutinitas pembinaan. ZD menyatakan bahwa kegiatan di panti kini terasa lebih ringan dan menyenangkan karena telah menjadi kebiasaan, berbeda dengan kondisi awal masuk yang terasa melelahkan. Perubahan perasaan ini menjadi indikator adaptasi positif yang digunakan ZD untuk menilai keberhasilannya dalam menyesuaikan diri.

Hal ini diungkapkan sebagai berikut:

"biasa aja sih kak soalnya udah terbiasa jua ,apalagi ada pengajian kan senang sih bisa ada rutinitas seperti ini,kalo dulu awal masuk emang capek kak karna kada tebiasa ulun..." (P, ZD, 78-82)

ZD mengungkapkan bahwa ketika melihat teman telah mampu membedakan jenis-jenis biji kopi, ia terdorong untuk memiliki kemampuan yang sama. Perasaan malu secara positif muncul sebagai motivasi untuk belajar lebih giat agar tidak tertinggal dalam penguasaan keterampilan barista. Mekanisme ini menunjukkan bahwa ZD menggunakan perbandingan sosial sebagai alat evaluasi diri yang konstruktif.

Hal tersebut diungkapkan ZD sebagai berikut:

"Pernah kak apalagi dalam konteks kebaikan" (P, ZD, B296) *Ya seperti teman udah bisa membedakan jenis jenis biji bijian kopi ,nah saya harus juga bisa* (P, ZD, B298-299)

Selain membandingkan diri dengan kemampuan teman, ZD juga melakukan perbandingan afirmatif terhadap pencapaiannya sendiri. ZD menyadari keberhasilannya dalam memimpin teman di kelas serta memperoleh pujian dari pembina atas kecepatan belajar yang dimilikinya. Pengakuan ini memperkuat kepercayaan diri dan menjadi indikator bahwa dirinya mampu berkembang secara positif.

Sebagaimana diungkapkan ZD:

"Ya saya berhasil dalam memimpin teman di kelas kak,dan juga saya bangga banget kak karena Pembina memuji skil saya kak kataya saya bisa lebih cepat di banding teman saya di kelas barista." (P, ZD, B355-359)

Kepercayaan dan tanggung jawab yang diberikan oleh instruktur untuk mengelola kegiatan kelas barista semakin menguatkan penilaian positif ZD terhadap perkembangan dirinya. Pengalaman ini menjadi bukti konkret atas peningkatan kompetensi yang ia capai selama pembinaan.

Sebagaimana disampaikan:

"Membantu banget kak, seperti ulun udah lebih ngerti kan tentang materi pelayanan, nah saya pernah di suruh instruktur kelas untuk megang kelas barista kak, saya yang handel waktu itu dari kasir sampai membantu teman yang baru saya ajari" (P, ZD, B307-312)

ZD juga mampu merasakan dampak positif dari perubahan perilakunya selama berada di panti. Keberhasilan memimpin teman dalam kegiatan kelas barista, memperoleh penghargaan dari instruktur, serta mendapatkan pengakuan dari teman sebaya menimbulkan perasaan senang dan bangga. Pengalaman positif ini menjadi bukti nyata bahwa perilaku adaptif membawa hasil yang konstruktif.

Hal ini diungkapkan ZD sebagai berikut:

"Ya saya senang bisa bantu memimpin teman saya kak, itu dalam kebaikan di kelas barista ini, tapi kalo keburukan seperti masa lalu saya kak menyesal kak, dan saya jualan seperti itu haram mending saya jualan buka usaha kopi shop kek gini kak mumpung saya udah bisa juga" (P, ZD, B316-321)

"Ya saya sedih sih kak, dan mengecewakan ibu, kalo sekarang seperti saya udah bisa memimpin di kelas barista rasanya senang banget kak, dapat penghargaan dari instruktur kelas dan juga teman teman di kelas" (P, ZD, B325-329)

Sebagai bentuk antisipasi terhadap dampak buruk tersebut, ZD merencanakan untuk fokus membangun usaha yang halal bersama keluarganya di daerah lain. Keterampilan barista yang telah diperolehnya di panti dimaknai sebagai modal utama untuk membuka usaha kopi sebagai alternatif kehidupan yang lebih baik dan produktif.

Hal ini diungkapkan ZD sebagai berikut:

"Pertama saya pindah dari teman itu kak, soal kan mau di ajak keluarga ke kota tanjung atau kota madura kak, buka usaha disana. fokus buka usaha yang halal kak" (P, ZD, B332-335).

"buka usaha kopi shop kek gini kak mumpung saya udah bisa juga" (P, ZD, B320-321)

Selain keputusan pribadi tersebut, proses perubahan perilaku ZD juga diperkuat oleh peran pembina yang memberikan arahan dan motivasi secara berkelanjutan. Dukungan eksternal ini membantu ZD mempertahankan komitmen untuk menjauhi perilaku negatif dan mengarahkan dirinya pada pilihan hidup yang lebih konstruktif.

Sebagaimana disampaikan ZD:

"Inggih kak menolong banar pang dalam hal mengarahkan dan memotivasi saya kak"(P, ZD, B349-350)

ZD secara sadar menetapkan tujuan untuk mendekati diri kepada agama sebagai upaya pencegahan agar tidak kembali terjerumus dalam pergaulan yang salah. Penguatan spiritual dipersepsikan sebagai fondasi moral yang mampu membantu ZD mengontrol diri serta mempertahankan perilaku positif dalam jangka panjang.

Selain aspek spiritual, ZD juga memfokuskan tujuan pribadinya pada pengembangan keterampilan barista. Keaktifan dalam mengikuti kelas, rajin bertanya, serta berusaha memahami materi pembelajaran dipandang sebagai langkah konkret untuk mencapai kemandirian ekonomi melalui usaha yang halal di masa depan.

Hal tersebut diungkapkan ZD sebagai berikut:

"Tujuan saya kak, untuk menjadi pribadi yang disiplin dan mempunyai skil untuk bekal saya Ketika udah gak di panti lagi kak dan juga membiasakan untuk lebih bisa dekat dengan agama kak, agar tidak terjerumus lagi ke pergaulan yang salah dan semoga dengan ilmu yang saya punya saya bisa kuat mengontrol diri tetap menjadi prbadi yang baik tidak mudah ter bawa arus lingkugan yang buruk seperti dulu kak"(P, ZD, B273-282)

"Dengan sering ikut pengajian di panti dan juga selalu patuh dengan aturan panti, menghormati yang lebih tua dan bertuturka yang sopan. rajin dan selalu bertanya saat di kelas barista kak, supaya lebih bisa paham lagi dan banyak mendapatkan ilmu tentang barista dunia perkopian kak".(P, ZD, B285-291)

Selain itu, ZD juga menilai adanya perubahan positif dalam pola hidupnya. ZD kini lebih disiplin dalam bangun pagi, menjalani aktivitas yang teratur seperti olahraga dan pengajian, berbeda dengan kehidupannya sebelum masuk panti yang cenderung tidak terstruktur. hal tersebut diungkapkan ZD sebagai berikut:

"Ya dalam hal ilmu barista ulun udah lebih jago dari yang lain kak contohnya ulun juga udah di percaya jaga kasir, dan untuk kedisipilan dan bangun pagi

lebih teratur di bandingkan dengan hidup di luar panti dulu kak, dan untuk kegiatan juga udah teratur kak seperti olahraga dan pengajian dulu jangankan olahraga justru malah tidak teratur hidup saya” (P, ZD, B339-346)

ZD juga menunjukkan kebanggaan atas kemampuannya mengendalikan perilaku negatif dengan tidak pernah menerima hukuman akibat pelanggaran berat seperti merokok maupun tindakan lain yang bertentangan dengan aturan panti. Hal ini mencerminkan keberhasilan dalam mengontrol diri dan mempertahankan perubahan perilaku adaptif. hal tersebut diungkapkan ZD sebagai berikut:

“Bangga tidak pernah di hukum kak dalam melanggar aturan panti seperti merokok dan lainnya-lainnya yang merupakan kesalahan besar lah.” (P, ZD, B362-365).

ZD mengungkapkan bahwa sistem pengawasan di panti tergolong ketat, seperti keberadaan CCTV di berbagai titik serta patroli petugas pada malam hari. Pengawasan ini membantu mencegah terjadinya perilaku menyimpang, khususnya konflik fisik, sekaligus memperkuat kepatuhan terhadap aturan panti. Selain itu, pembina secara berkala memberikan motivasi dan evaluasi kepada anak binaan di masing-masing wisma, termasuk wisma ZD, sebagai bentuk penguatan perilaku positif. Hal tersebut diungkapkan ZD sebagai berikut:

”Nahh, kalo kelahi gak pernah sih kak, cuman dalam mengontrol yang lainnya seperti kedisiplinan itu Pembina mengator banget kak, apalgi ketat banget disini kak, cctv dimana-mana, petugas keliling malam-malam juga ada kak, dan sesekali memberikan motivasi dan evaluasi ke beberapa wisma disini kak termasuk wisma saya kak” (P, ZD, B387-394)

Meskipun ZD sempat merasakan kebosanan akibat keterbatasan ruang gerak di lingkungan panti, ia menyadari bahwa pembatasan tersebut bertujuan untuk kebaikan dirinya dan teman-temannya. Kesadaran ini menunjukkan adanya penerimaan terhadap sistem pembinaan sebagai bagian dari proses perubahan perilaku. Hal tersebut diungkapkan ZD sebagai berikut:

” Yaa..., udah biasa sih kak dan agak bosan juga soalnya gak bisa kemana mana hanya di lingkungan panti saja kak, tapi itu buat kebaikan saya jua sih lawan teman teman jua” (P, ZD, B400-403)

ZD mengungkapkan bahwa ketika melihat teman menjaga kebersihan kamar dan rajin menjalankan ibadah, ia terdorong untuk melakukan hal yang sama. Perilaku

positif teman sebaya ini menjadi standar sosial yang memotivasi ZD untuk tetap patuh terhadap aturan panti dan mempertahankan kedisiplinan dalam kehidupan sehari-hari. Hal tersebut diungkapkan ZD sebagai berikut:

“Kada sih kak kalo untuk kebaikan iya terpengaruh contohnya kak lahh, Kawan bersih kamarnya saya juga harus bersih kamarnya dan kawan rajin ibadah saya juga. Harus rajin kak selama itu aturan panti saya ikuti kak. cuman teman teman main bola nahhh, saya gak kak soal takut cedera lagi tangan” (P, ZD, B416-423)

Selain sebagai model perilaku, lingkungan pertemanan juga memberikan rasa aman dan ketenangan emosional bagi ZD. ZD merasa lebih tenang ketika mengikuti aturan panti, sementara muncul perasaan cemas dan tidak nyaman ketika membayangkan kemungkinan melakukan pelanggaran. Respons emosional ini menunjukkan bahwa norma sosial dalam kelompok sebaya telah terinternalisasi sebagai pengendali perilaku. Hal tersebut diungkapkan ZD sebagai berikut:

”Ulun merasa tenang dan kada khawatir dan cemas kak” (P, ZD, B427-428).

”Yaa kalo buruk, pasti deg -degkan, kurang tenang jua kak baik saya ikuti aturan sih kak” (P, ZD, B430-431)

”Kawan bersih kamarnya saya juga harus bersih kamarnya dan kawan rajin ibadah saya juga. harus rajin kak selama itu aturan panti saya ikuti kak.cuman teman teman main bola nahhh, saya gak kak soal takut cedera lagi tangan” (P, ZD, B416-423)

”Yaa membantu saling membantu aja kami kak, apalagi masalah tugas di kelas atau aturan kerja sama kebersihan wisma kak soalnya ada picket kelas jua dan arahan kerja bakti kebersihan lingkungan panti”. (P, ZD, B434-438)

Teman sebaya juga berperan dalam membangun kerja sama sosial, terutama dalam pelaksanaan tugas kelas dan kebersihan wisma. Kegiatan piket dan kerja bakti yang dilakukan bersama memperkuat rasa tanggung jawab kolektif serta membantu ZD mempertahankan keteraturan lingkungan.

ZD mengungkapkan bahwa perasaan bangga dan puas tersebut berdampak positif terhadap suasana hati serta semangat dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Penguatan emosional ini tidak diekspresikan secara berlebihan, melainkan dinikmati secara personal sebagai bentuk penghargaan diri atas usaha yang telah dilakukan.

Hal tersebut diungkapkan ZD sebagai berikut:

"Ya saya berhasil dalam memimpin teman di kelas kak dan juga saya bangga banget kak karena Pembina memuji skil saya kak kataya saya bisa lebih cepat di banding teman saya di kelas barista."(P, ZD, B355-359)

"senang banar pang kak aii..puas lah di hati gitu lah mood juga seharian lebih baik dan lebih bisa menjalankan hari hari lebih ceria dan semangat kak"(P, ZD, B368-371)

"Yaa diam aii kak, senyum sendiri aja kak cukup nikmati dengan dalam hati aja kak".(P, ZD, B374-375)

Selain penghargaan emosional internal, self-reinforcement ZD juga diperkuat oleh pengakuan eksternal berupa kepercayaan dari instruktur kelas barista yang memberikan tanggung jawab untuk mengelola kegiatan kelas serta membantu teman yang baru belajar. Kepercayaan ini memperkuat rasa kompeten dan tanggung jawab diri ZD.

Lebih lanjut, harapan dan dukungan dari keluarga turut menjadi sumber penguatan jangka panjang bagi ZD. Komunikasi dengan ibu dan keluarga memberikan motivasi untuk menyelesaikan pembinaan serta merencanakan masa depan yang lebih baik melalui kerja dan usaha yang halal.

Sebagaimana diungkapkan ZD:

"nah saya pernah di suruh instruktur kelas untuk megang kelas barista kak, saya yang handel waktu itu dari kasir sampai membantu teman yang baru saya ajari."(P, ZD, B308-312).

"Udah pernah waktu itu, pas nelpon ibu ,terus di sambungkan juga dengan keluarga yang di tanjung,kata keluarga kalo dah lulus bisa ikut beliau kerja buka usaha disana atau di ajak ke madura kak,seperti ituu."(P, ZD, B264-268)

"kalo ada modal nanti buka usaha sendiri".(P, ZD, B270-271)

c. faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi regulasi diri ABH

Berdasarkan keseluruhan hasil wawancara, regulasi diri subjek ZD terbentuk melalui perpaduan antara faktor internal dan faktor eksternal yang saling berinteraksi dalam mendukung perubahan perilaku. Faktor internal berperan sebagai penggerak utama dari dalam diri ZD, sedangkan faktor eksternal berfungsi sebagai penguat dan pengendali lingkungan yang menjaga konsistensi perubahan tersebut.

Faktor internal pada ZD tampak melalui kesadaran moral yang kuat terhadap kesalahan masa lalu, khususnya perasaan bersalah karena telah mengecewakan ibu dan

keluarga. Kesadaran ini berkembang menjadi motivasi intrinsik untuk berubah, yang diwujudkan melalui keinginan menjadi pribadi yang lebih disiplin, menjauhi perilaku negatif, serta menjalani kehidupan yang halal dan bermanfaat. ZD juga menetapkan standar keberhasilan pribadi, seperti tidak membuat masalah, mematuhi aturan panti, serta terus mengembangkan keterampilan yang dimiliki sebagai bekal masa depan.

Selain itu, proses regulasi diri ZD diperkuat oleh kebiasaan refleksi diri yang dilakukan secara rutin, baik melalui perenungan pribadi maupun praktik spiritual seperti membaca Al-Qur'an dan beristigfar. Refleksi ini membantu ZD mengevaluasi perilaku serta memperkuat komitmen perubahan diri. Emosi positif yang muncul dari keberhasilan, seperti rasa bangga, senang, dan puas atas pencapaian diri, turut berfungsi sebagai penguatan internal yang menjaga motivasi untuk terus berkembang. Dorongan untuk tidak tertinggal dari teman sebaya juga menjadi pemicu positif dalam meningkatkan keterampilan dan kedisiplinan.

Di sisi lain, faktor eksternal memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan regulasi diri ZD. Pembina panti menjadi figur utama dalam membentuk kedisiplinan melalui pengawasan yang ketat, pemberian motivasi, evaluasi rutin, serta pembinaan karakter seperti sopan santun dan tanggung jawab. Aturan panti yang terstruktur, didukung oleh sistem pengawasan seperti CCTV dan patroli petugas, membantu membatasi peluang terjadinya perilaku menyimpang.

Lingkungan teman sebaya turut berperan sebagai sumber keteladanan perilaku positif, di mana ZD terdorong untuk mengikuti kebiasaan baik seperti menjaga kebersihan, rajin beribadah, serta bekerja sama dalam kegiatan sosial. Kegiatan pembinaan yang terstruktur, seperti pengajian, olahraga, dan kelas keterampilan barista, memberikan ruang bagi ZD untuk mengembangkan disiplin dan kompetensi diri secara konsisten. Selain itu, instruktur kelas keterampilan memberikan penguatan melalui pujian dan kepercayaan untuk memimpin kegiatan, yang semakin meningkatkan rasa percaya diri dan tanggung jawab ZD. Dukungan keluarga juga menjadi sumber motivasi jangka panjang, terutama melalui harapan agar ZD dapat membangun kehidupan yang lebih baik setelah keluar dari panti.

Secara keseluruhan, regulasi diri ZD tidak terbentuk secara tunggal, melainkan melalui sinergi antara dorongan internal berupa kesadaran diri, motivasi perubahan, refleksi, dan penguatan emosi positif, serta dukungan eksternal berupa sistem pembinaan panti, lingkungan sosial yang kondusif, dan penguatan dari pembina, instruktur, serta keluarga.

2. Subjek MA

a. *Self Monitoring*

Setiap pagi, MA memulai aktivitas dengan bangun subuh untuk mengantar tempat nasi, kemudian melaksanakan salat dan wirid, dilanjutkan dengan apel kaplingan. Setelah itu, MA mengikuti kelas umum pada pagi hari. Pada siang hingga sore hari, MA mengikuti kegiatan keterampilan hingga hari Kamis, biasanya berlangsung sampai sekitar pukul setengah empat sore, sementara pada hari Sabtu kegiatan keterampilan hanya berlangsung hingga siang hari.

Setelah kegiatan siang, MA melanjutkan aktivitas dengan istirahat, kemudian kembali melaksanakan salat asar, wirid, dan kegiatan keagamaan hingga magrib dan isya secara berjamaah. Pada malam hari, MA mengikuti kegiatan membaca sebelum akhirnya beristirahat kembali.

Pola aktivitas yang teratur dan kemampuan MA dalam mengingat serta menguraikan rangkaian kegiatan harian menunjukkan adanya proses self monitoring, di mana subjek secara sadar memantau perilaku, waktu, dan kewajiban yang dijalani selama berada di lingkungan pembinaan.

Proses self monitoring tersebut tampak melalui kemampuannya menguraikan secara rinci urutan kegiatan yang dilakukan sejak pagi hingga malam hari. Hal ini diungkapkan MA sebagai berikut:

"Biasanya bangun subuh langsung mengantar tempat nasi, terus sembayang, wirid selesai wirid apel kaplingan" (P, MA. B46-48)

"Pagi biasanya masuk kelas umum" (P, MA. B52)

"Keterampilan sampai hari kamis ,biasanya sampai jam setengah empat untuk hari sabtu tuh biasanya sampai jam dua belas aja siangnya guring, amun sabtu asar balik lagi sholat lagi baca wirit lagi habistu santai aii lagi sholat magbrib"

berjamaah sampai isya kegiatan baca-baca, habis isa balik nonton tv guring lagi." (P, MA. B-54-B61)

Subjek MA mampu menjelaskan secara runtut aktivitas hariannya di PPSAR Mulia Satria Banjarbaru, mulai dari bangun tidur pada waktu subuh, pelaksanaan ibadah, apel pagi, kegiatan belajar, hingga kegiatan malam hari. MA mengungkapkan bahwa ia mengingat aktivitas tersebut tanpa menggunakan catatan tertulis, melainkan berdasarkan kebiasaan dan jadwal yang telah ditetapkan oleh panti

Selain memantau aktivitas harian, MA juga menunjukkan kesadaran terhadap kondisi fisik dan emosional yang dialaminya selama menjalani kegiatan pembinaan. MA menyadari bahwa aktivitas yang padat menimbulkan rasa lelah, namun tetap memaknainya sebagai proses yang bermanfaat bagi dirinya. Hal tersebut diungkapkan MA sebagai berikut:

"Senang sih kak, cuman capek banget aja sih kak,tapi ya bagaimana lagi Namanya juga buat kebaikan ulun kak." (P, MA. B77-B79)

Selain itu, MA mengungkapkan bahwa dirinya tidak melakukan pencatatan kegiatan secara tertulis, namun tetap berupaya mengikuti seluruh aktivitas yang telah dijadwalkan semampunya. MA menyadari bahwa kepatuhan terhadap kegiatan awalnya dilakukan karena tuntutan lingkungan, namun seiring waktu telah menjadi kebiasaan dan rutinitas sehari-hari. Hal tersebut diungkapkan MA sebagai berikut:

"Untuk mencatat kda sih kak ya ulun ikuti semampu nya ja sih kak mau gak mau aii lagi. lagian ini udah jadi kebiasaan rutinitas disini juga kaka." (P, MA. B86-B89)

Proses self monitoring MA juga dipengaruhi oleh dukungan eksternal, khususnya peran pembina dalam mengingatkan dan mengawasi kedisiplinan aktivitas sehari-hari. MA memandang pembina sebagai pihak yang membantu dirinya tetap konsisten menjalani jadwal dan aturan yang telah ditetapkan. Hal tersebut diungkapkan MA sebagai berikut:

"Dukungan pembina penting banar kak aii, sidin sering mengingatkan ulun agar disiplin dan tidak lupa jadwal" (P, MA. B88-B90)

Selain pengingat, pembina juga menerapkan konsekuensi terhadap pelanggaran aturan sebagai bentuk penguatan perilaku. MA menyadari bahwa hukuman diberikan ketika dirinya tidak mematuhi peraturan yang berlaku di panti. MA mengungkapkan:

"Inggih kak, ulun salah bila ulun di hukum dan juga apabila kada mengikuti aturan panti sini.contohnya seperti ulun ketahuan merokok ulun di hukum oleh pengurus atau Pembina di panti ini kak ." (P, MA. B95-B99)

Pernyataan tersebut menunjukkan faktor eksternal bahwa dukungan pembina tidak hanya berupa arahan, tetapi juga pengawasan dan pemberian konsekuensi, yang berperan penting dalam membantu MA memantau perilaku serta mempertahankan kedisiplinan selama proses pembinaan.

Dukungan dan kontrol eksternal dari pembina menjadi faktor penting dalam memperkuat proses self monitoring, terutama pada tahap awal pembentukan regulasi diri.

Selain memantau aktivitas harian, MA juga menunjukkan kemampuan dalam mengidentifikasi dan menyadari perilaku yang melanggar aturan. MA mampu mengenali kesalahan yang dilakukan serta memahami bahwa setiap pelanggaran memiliki konsekuensi berupa hukuman dari pengurus atau pembina. Kesadaran tersebut diungkapkan MA sebagai berikut:

"Inggih kak, ulun salah bila ulun di hukum dan juga apabila kada mengikuti aturan panti sini.contohnya seperti ulun ketahuan merokok ulun di hukum oleh pengurus atau Pembina di panti ini kak." (P, MA. B95-B99)

MA mengungkapkan bahwa ia mengetahui suatu perilaku dianggap salah ketika mendapatkan teguran atau hukuman dari pembina, khususnya terkait pelanggaran aturan seperti merokok di lingkungan panti.

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa MA telah memiliki kesadaran terhadap perilaku yang tidak sesuai dengan aturan serta mampu mengaitkan tindakan tersebut dengan dampak yang diterima, yang menjadi bagian penting dalam proses self monitoring dan pembentukan regulasi diri.

MA tidak hanya mampu mengenali kesalahan yang dilakukan, tetapi juga menunjukkan respons reflektif terhadap hukuman yang diterima. MA menerima konsekuensi tersebut dengan sikap penyesalan dan menjadikannya sebagai pelajaran untuk tidak mengulangi perilaku yang sama di kemudian hari. MA memaknai pengawasan yang semakin ketat dari pembina sebagai upaya pembinaan demi kebaikan bersama. Hal ini diungkapkan MA sebagai berikut:

"Pertama ulun menerima hukumannya kak imbah tuh nyesal dan kada berani lagi pang mengulangi kesalahan yang sama, karena juga Pembina akan semakin ketat mengawasi kami kak dan itu Langkah buhan sidin jua pang untuk ke baikan kami semua. contohnya kak lah cctv sudah di pasang di mana mana di berbagai sudut wisma kami dan buhan sidin juga ada informan dari orang lain ya, paling kakawanan kami disini jua informannya kak." (W. S. MA. B102-B111)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa MA mampu merefleksikan perilaku yang salah, menerima konsekuensi dengan kesadaran, serta mengubah sikap menjadi lebih berhati-hati, yang mencerminkan perkembangan self monitoring dan regulasi diri yang semakin matang.

Faktor eksternal berperan sebagai pemicu awal perubahan perilaku, namun perubahan menjadi bertahan karena telah disertai kesadaran dan penerimaan dari dalam diri subjek.

Pandangan positif MA terhadap peran pembina semakin memperkuat proses pembinaan regulasi diri yang dialaminya. MA tidak memaknai pengawasan dan hukuman semata sebagai bentuk kontrol, melainkan sebagai bantuan untuk memperbaiki perilaku dan menjaga kedisiplinan. Hal ini diungkapkan MA secara singkat sebagai berikut:

"Inggih kak, Pembina membantu ulun" (P, MA. B115)

Proses self monitoring MA juga diperkuat melalui pemantauan diri dan refleksi harian yang difasilitasi oleh pembina. Setiap pelanggaran tidak hanya diikuti dengan hukuman, tetapi juga menjadi bahan evaluasi dan pembelajaran bagi MA untuk memahami kesalahan yang dilakukan. MA mengungkapkan bahwa ketika melakukan pelanggaran, seperti merokok, dirinya menerima konsekuensi dari pengurus atau pembina. Hal ini diucapkan MA sebagai berikut:

"...contohnya seperti ulun ketahuan merokok ulun di hukum oleh pengurus atau Pembina di panti ini kak." (P, MA B97-B99)

Selain itu, MA juga mengikuti sesi evaluasi dan curhat yang biasanya dilakukan pada malam hari bersama pembina piket. Dalam sesi tersebut, MA dan teman-temannya diberikan kesempatan untuk merefleksikan perilaku dan menyampaikan perasaan yang dialami. Hal ini diucapkan MA sebagai berikut:

"...biasanya ulun guring aii atau bekawanan, tapi biasanya ada aii kak buhan petugas pembina piket malam nah disitu ada biasanya sesi evaluasi atau curhat kaitu kak, pernah aii ikut bila kaitu kak" (P, MA. B123-B127)

MA juga menyebutkan bahwa dalam beberapa kesempatan kegiatan refleksi tersebut melibatkan psikolog sebagai pendamping profesional. Hal ini diucapkan MA sebagai berikut:

"Pernah kak biasanya juga ada psikolog nya juga kak..." (P, MA B134)

Berdasarkan hasil wawancara, subjek MA menunjukkan adanya proses pengendalian impuls dalam menjalani kehidupan di lingkungan pembinaan. MA mengungkapkan bahwa meskipun secara umum jarang melakukan pelanggaran, terdapat dorongan tertentu yang dirasakan cukup sulit untuk ditahan, khususnya keinginan untuk merokok. MA menyatakan sebagai berikut:

"Kada jua pang kaka aii ada aii melanggar dikit terlalu banyak ka ai terus yang paling gak tahan ngerokok kak, itu aja sih merasa terkekan gitu nah. Pertama ulun menerima hukumannya kak imbah tuh nyesal dan kada berani lagi pang mengulangi kesalahan yang sama, karena juga Pembina akan semakin ketat mengawasi kami kak dan itu Langkah buhan sidin jua pang untuk ke baikan kami semua. Contohnya kak lah cctv sudah di pasang di mana mana di bebagai sudut wisma kami dan buhan sidin juga ada informan dari orang lain ya, paling kakawanan kami disini jua informannya kak".(P, MA B70-B84)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa MA tidak hanya menyadari dorongan yang dimilikinya, tetapi juga belajar mengendalikannya melalui penerimaan konsekuensi, pengawasan lingkungan, serta pemahaman bahwa proses tersebut bertujuan untuk memperbaiki perilaku.

b. *Self Evaluation*

Berdasarkan hasil wawancara, subjek MA menunjukkan kemampuan self evaluation melalui penilaian diri terhadap perkembangan keterampilan dan kepatuhan terhadap aturan selama menjalani pembinaan. MA menetapkan keberhasilan tidak hanya dari sisi perilaku disiplin, tetapi juga dari pencapaian kemampuan teknis yang diperoleh dalam kelas keterampilan. MA mengungkapkan bahwa dirinya merasa berhasil 89etika mampu mengikuti kelas otomotif dengan baik serta menguasai beberapa keterampilan praktis. MA menyatakan:

Ya ulun bisa ikut kelas otomotif dan bisa mengikuti aturan panti kak, contohnya kak seperti ulun bisa bongkar mesin di kelas otomotif dan ulun lebih jago dikit dari yang lain ulun merasa baik dan, apalagi ulun sudah bisa jua ngukur blok selinder mesin itu kebanggaan ulun sih kak". (P, MA, B 169-173).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa MA memiliki standar keberhasilan pribadi yang didasarkan pada peningkatan keterampilan, kedisiplinan, serta rasa bangga terhadap pencapaian yang diperoleh, yang mencerminkan proses self evaluation yang positif dalam regulasi diri.

Selain menilai keberhasilan berdasarkan pencapaian keterampilan dan kedisiplinan, MA juga menunjukkan proses self evaluation melalui respons emosional terhadap hasil yang diperoleh. MA merasakan kebanggaan dan kepuasan ketika berhasil mencapai target yang ditetapkan, serta perasaan kecewa ketika tidak mampu mencapainya. Hal ini diungkapkan MA sebagai berikut:

"Ya..., seperti yang ulun jelaskan tadi pang kak aii, bila ulun berhasil ulun bangga senang tapi bila tidak berhasil kecewa pang". (P, MA, B 178-180).

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa MA menggunakan keberhasilan dan kegagalan sebagai tolok ukur dalam menilai dirinya, di mana emosi positif dan negatif berfungsi sebagai umpan balik untuk mempertahankan atau memperbaiki perilaku di masa selanjutnya.

Proses self evaluation MA tidak berhenti pada penilaian keberhasilan dan kegagalan, tetapi juga mendorong munculnya fokus perbaikan diri yang lebih terarah. Berdasarkan refleksi terhadap pengalaman yang dijalani, MA menetapkan kepatuhan terhadap aturan panti serta keterlibatan dalam kegiatan keagamaan sebagai standar penting dalam memperbaiki dirinya. Hal tersebut diungkapkan MA sebagai berikut:

"fokus perbaikan diri mengikuti aturan panti kak dan kegiatan ke agamaan disini". (P, MA, B165-166).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MA menggunakan hasil evaluasi diri sebagai dasar untuk menetapkan tujuan perilaku yang lebih positif, yang mencerminkan perkembangan regulasi diri yang berorientasi pada perubahan dan peningkatan kualitas diri. Evaluasi diri yang diikuti dengan penetapan fokus perbaikan

menunjukkan bahwa individu tidak hanya merefleksikan masa lalu, tetapi juga mengarahkan perilaku masa depan.

Dalam proses self evaluation, MA juga menetapkan standar keberhasilan yang berorientasi pada perubahan jangka panjang. Bagi MA, keberhasilan tidak hanya diukur dari kepatuhan harian terhadap aturan panti, tetapi juga dari kemampuannya menyelesaikan masa rehabilitasi dengan baik serta membawa bekal keterampilan baru sebagai persiapan hidup setelah kembali ke masyarakat. Hal ini diungkapkan MA sebagai berikut: Selain menilai diri berdasarkan capaian pribadi, MA juga melakukan self evaluation melalui perbandingan diri dengan teman sebaya dalam kegiatan keterampilan. MA menyadari adanya perbedaan kemampuan yang dimiliki dibandingkan dengan rekan-rekannya di kelas otomotif, yang kemudian mendorongnya untuk berusaha mengejar ketertinggalan tersebut. Hal ini diungkapkan MA sebagai berikut:

“Yaa ...,bisa mengikuti aturan panti sampai selesai masa rehab ulun kak,dan saat pulang Kembali bebas bisa bawa ilmu yang baru,soalnya kan dulu ulun SMA kan kak jadi kada pernah belajar otomotif nah kebetulan disini ikut kelas pelatihan itu.”(P, MA, B194-199).

Pernah sih kak, waktu itu pas di kelas otomotif kan ulun belum bisa nyetil clip Kawan Kawan udah pada bisa, jadi ulun harus bisa jua ,malu kalo ketinggalan kak”. (P, MA, B244-247)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa MA memiliki standar keberhasilan yang mencakup kedisiplinan, penyelesaian proses pembinaan, serta peningkatan keterampilan sebagai bekal masa depan, yang mencerminkan evaluasi diri yang matang dan berorientasi perkembangan.

Selain menetapkan standar keberhasilan yang bersifat jangka panjang, MA juga mengevaluasi pentingnya peran pengawasan dan konsekuensi dalam menjaga perilaku tetap sesuai dengan aturan. MA menyadari bahwa perilakunya sebagai remaja terkadang mengalami naik turun, sehingga membutuhkan arahan, teguran, dan hukuman sebagai bentuk koreksi diri. MA mengungkapkan hal tersebut sebagai berikut:

” Penting banget sih kak ,soal apa apa disini selalu dalam pengawasan Pembina dan bila menyalahi aturan pasti di tegur ujung ujungnya juga di berikan hukuman ,nah itu membantu banar pang untuk ulun nih yaa..,Namanya juga anak muda yalo kak kadang naik turun juga prilaku ulun,kalo ”(P, MA, B183-189)

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MA secara sadar mengevaluasi kebutuhan akan faktor eksternal sebagai bagian dari upaya mempertahankan standar perilaku yang telah ditetapkan, sehingga proses self evaluation berfungsi sebagai mekanisme perbaikan diri yang berkelanjutan.

Dalam proses self evaluation, MA juga melakukan perbandingan diri dengan teman sebaya sebagai tolok ukur perkembangan kemampuan. Ketika menyadari bahwa rekan-rekannya telah menguasai keterampilan tertentu di kelas otomotif sementara dirinya belum mampu, MA merasakan ketertinggalan yang kemudian mendorongnya untuk berusaha lebih keras. Hal ini diungkapkan MA sebagai berikut:

” Pernah sih kak, waktu itu pas di kelas otomotif kan ulun belum bisa nyetil clip Kawan Kawan udah pada bisa, jadi ulun harus bisa jua, malu kalo ketinggalan kak ”. (P, MA, B244-247)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa perbandingan sosial berfungsi sebagai mekanisme evaluasi diri yang memotivasi MA untuk meningkatkan keterampilan, bukan sebagai faktor yang melemahkan kepercayaan diri.

Proses perbandingan diri yang dilakukan MA juga disertai dengan respons emosional yang menjadi bagian dari evaluasi diri. Ketika melihat teman sebaya telah mampu menguasai keterampilan tertentu sementara dirinya belum mampu, MA merasakan rasa malu sebagai bentuk kesadaran akan ketertinggalan. MA mengungkapkan:

”Inggih kak malu aja masa dia bisa kita gak bisa? ”.(P, MA, B251-252).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa perbandingan diri tidak melemahkan MA, melainkan berfungsi sebagai mekanisme evaluasi diri yang mendorong peningkatan keterampilan dan motivasi untuk mencapai standar keberhasilan yang ditetapkan. Respons emosional seperti rasa malu dapat berperan sebagai sinyal evaluatif yang memicu perubahan perilaku secara konstruktif.

Dalam proses self evaluation, MA juga menunjukkan kesadaran yang mendalam terhadap akibat dari perilaku menyimpang yang pernah dilakukannya di masa lalu. MA tidak hanya menilai kesalahan dari sisi pelanggaran aturan, tetapi juga dari dampak yang ditimbulkan terhadap dirinya sendiri, orang tua, serta pihak korban dan keluarganya. Kesadaran tersebut diungkapkan MA sebagai berikut:

“Bila ulun mengulangi kesalahan seperti kasus ulun yang dulu nyata aiii kak ulun merugikan orang tua ulun dan diri ulun sendiri, dan merugikan pihak korban dan keluarga korban”. (P, MA, B260-263).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa MA telah mampu merefleksikan konsekuensi sosial dan moral dari tindakannya, yang menjadi dasar penting dalam proses evaluasi diri dan penguatan regulasi diri agar tidak mengulangi perilaku yang sama di masa depan. Kesadaran MA terhadap akibat perilaku masa lalu tidak hanya bersifat kognitif, tetapi juga disertai dengan respons emosional yang kuat. Setelah menyadari bahwa perbuatannya telah merugikan orang tua, korban, serta dirinya sendiri, MA merasakan kesedihan dan kekecewaan sebagai bentuk refleksi diri. Hal ini diungkapkan MA sebagai berikut:

“Sedih dan kecewa sih kak, karena udah merugikan mereka semua termasuk ulun sendiri.” (P, MA, B267–268)

Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa MA telah menginternalisasi dampak dari perilaku menyimpang yang pernah dilakukan, sehingga evaluasi diri tidak hanya berupa kesadaran logis, tetapi juga pengalaman emosional yang mendorong perubahan perilaku ke arah yang lebih positif.

Proses self evaluation MA juga tercermin dalam munculnya rencana perubahan perilaku sebagai respons atas kesadaran terhadap dampak kesalahan masa lalu. MA menyadari bahwa lingkungan pergaulan sebelumnya berpotensi membawa dirinya kembali pada perilaku menyimpang, sehingga bertekad untuk menjaga jarak dari teman-teman lama dan mengarahkan fokus pada aktivitas yang lebih produktif, seperti membangun usaha serta bersikap lebih hati-hati dalam hubungan sosial. Hal ini diungkapkan MA sebagai berikut:

“Kalo bisa nanti udah keluar dari panti ini ulun jaga jarak dengan teman teman ulun yang dulu, dan ulun ingin fokus bangun bisnis aja sih kak, untuk berteman dengan lawan jenis ulun lebih hati hati lagi kak”.(P, MA, B271-275)

Selain itu, MA menilai bahwa dukungan pembina melalui kelas umum berupa motivasi dan arahan turut membantu dirinya dalam memperkuat niat perubahan tersebut. MA menyatakan:

“Inggih kak, membantu dan juga Pembina sering memeberikan kelas umum yaitu motivasi dan arahan yang lebih baik.”(P, MA, B278-280).

Pernyataan ini menunjukkan bahwa kesadaran akibat tidak hanya menghasilkan penyesalan, tetapi berkembang menjadi perencanaan perilaku yang didukung oleh bimbingan lingkungan pembinaan, sehingga memperkuat proses evaluasi diri dan regulasi diri MA secara berkelanjutan.

Berdasarkan hasil wawancara, subjek MA menunjukkan adanya tujuan pribadi yang berorientasi pada perbaikan diri selama menjalani pembinaan di panti. MA memaknai keberadaannya di panti sebagai kesempatan untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik, bahkan merasa lebih beruntung mendapatkan pembinaan dibandingkan harus menjalani hukuman di penjara. MA mengungkapkan bahwa meskipun awalnya berada di panti karena putusan hakim, seiring waktu dirinya mulai menyadari pentingnya menjalani proses tersebut dengan sungguh-sungguh. MA menyatakan:

“Untuk menjadi pribadi yang lebih baik sih kak, dan juga beruntung masuk panti ini dari pada di penjara seperti sebelum di panti ini sih kak, untuk tujuan awalnya emang kada kepikiran aja sampai disini, ulun di panti ini karena putusan hakim jua kak”.(P, MA, B211-216)

Dalam upaya mencapai tujuan tersebut, MA berkomitmen untuk rajin mengikuti kelas keterampilan serta mematuhi aturan panti dengan lebih berhati-hati agar tidak mengulangi kesalahan yang sama. MA menyatakan:

“Ya..intinya ulun rajin mengikuti kelas dan juga aturan panti ulu lebih berhati hati lagi kak agar tidak mengulangi kesalahan lagi”(P, MA, B203-205)

MA juga menggunakan perasaan bangga ketika berhasil dan kecewa ketika gagal sebagai tolok ukur dalam mengevaluasi kemajuan dirinya. Selain itu, MA menetapkan keberhasilan sebagai kemampuan menyelesaikan masa rehabilitasi dengan

baik serta membawa ilmu baru, khususnya keterampilan otomotif, sebagai bekal setelah kembali ke masyarakat. MA mengungkapkan:

“Bila ulun berhasil ulun bangga senang, tapi bila tidak berhasil kecewa pang.”
(P, MA, B178–180)

“Bisa mengikuti aturan panti sampai selesai masa rehab ulun kak, dan saat pulang kembali bebas bisa bawa ilmu yang baru, soalnya kan dulu ulun SMA kak jadi kada pernah belajar otomotif, nah kebetulan di sini ikut kelas pelatihan itu.” (P, MA, B194–199)

MA juga menyadari pentingnya peran pengawasan pembina dalam menjaga konsistensi perilakunya, mengingat dirinya masih berada dalam fase perkembangan yang terkadang mengalami fluktuasi perilaku. MA menyatakan:

“Penting banget sih kak, soal apa-apa di sini selalu dalam pengawasan pembina dan bila menyalahi aturan pasti ditegur, ujung-ujungnya juga diberikan hukuman, nah itu membantu banar pang untuk ulun nih yaa. Namanya juga anak muda kak, kadang naik turun juga perilaku ulun.” (P, MA, B183–189)

Rangkaian pernyataan tersebut menunjukkan bahwa MA telah memiliki tujuan pribadi yang jelas untuk memperbaiki diri, yang didukung oleh kedisiplinan, evaluasi diri, serta bimbingan lingkungan pembinaan sebagai faktor penguat regulasi diri. Tujuan pribadi yang terinternalisasi membantu MA mempertahankan perilaku positif dan meminimalkan risiko pengulangan kesalahan di masa depan.

Refleksi evaluasi MA terlihat melalui kemampuannya menilai perkembangan diri berdasarkan perubahan perilaku serta peningkatan keterampilan yang diperoleh selama proses pembinaan. MA memandang berkurangnya teguran dan tidak adanya panggilan dari pembina atau petugas sosial dalam jangka waktu tertentu sebagai indikator bahwa dirinya mengalami perkembangan positif. MA mengungkapkan:

“Dengan melihat selama absen atau selama ulun seminggu nih tidak ada panggilan dari pegsos atau pembina lainnya atau teguran apapun itu, berarti ulun rasa ulun sudah berkembang.” (P, MA, B284–288)

Selain dari sisi perilaku, MA juga merefleksikan kemajuan berdasarkan peningkatan keterampilan teknis di kelas otomotif. Ketika sebelumnya belum mampu mengukur blok silinder mesin, namun pada minggu berikutnya telah memahami caranya, MA menilai hal tersebut sebagai bentuk perkembangan diri. MA menyatakan:

“Misalnya kan ulun di kelas minggu kemarin belum bisa ngukur blok silinder, nah pas minggu ini ulun udah ngerti caranya itu menurut ulun berkembang pang sudah.” (P, MA, B291–294)

Refleksi MA juga disertai dengan respons emosional terhadap keberhasilan dan kegagalan sebagai bentuk evaluasi diri yang aktif. Ketika belum mampu menguasai materi meskipun telah berusaha belajar, MA merasakan kejangkelan, sementara keberhasilan memberikan rasa senang dan kepuasan. MA mengungkapkan:

“Kalo misalnya ulun dalam seminggu kada bisa lo kak padahal ulun sudah belajar mendengarkan benar-benar materi kelas tapi tetap jua kada bisa itu ulun jengkel banar kak, tapi bila bisa lebih cepat pasti ulun senang banar pang.” (P, MA, B297–302)

MA juga menegaskan bahwa peran pembina sangat membantu dalam proses refleksi dan perkembangan dirinya selama pembinaan. MA menyatakan:

“Inggih kak, menolong banar pang pembina.” (P, MA, B305)

Rangkaian pernyataan tersebut menunjukkan bahwa MA secara aktif merefleksikan perkembangan diri melalui indikator perilaku, keterampilan, serta emosi, dengan dukungan pembina sebagai faktor penguat dalam proses evaluasi diri dan regulasi diri.

Berdasarkan hasil wawancara, subjek MA menunjukkan adanya proses reinforcement melalui penghargaan atas usaha dan kepuasan diri setelah melakukan perilaku positif. MA merasakan kebanggaan ketika mampu membantu teman sebaya dalam kegiatan keterampilan, khususnya saat mengajarkan cara mengemudi mobil di lingkungan panti. Bagi MA, kemampuan berbagi ilmu dan memberikan manfaat bagi orang lain menjadi sumber kepuasan tersendiri. MA mengungkapkan:

“Pernah kak waktu itu ulun bisa mengajari kakawanan belajar bawa mobil di panti, rasanya bangga banar kak, bisa bantu teman dan bisa saling berbagi ilmu.” (P, MA, B310–313)

Rasa bangga tersebut disertai dengan perasaan senang dan puas secara emosional sebagai bentuk penghargaan diri atas usaha yang telah dilakukan. MA menyatakan:

“Senang banar pang kak aii, puas lah di hati gitu lah.” (P, MA, B320)

MA juga mengekspresikan kepuasan tersebut secara sederhana melalui senyuman sebagai bentuk apresiasi personal terhadap dirinya sendiri. MA mengungkapkan:

“Yaa diam aii kak, senyum sendiri aja kak, cukup nikmati dengan dalam hati aja kak.” (P, MA, B324–325)

Selain reinforcement dari dalam diri, MA juga memperoleh penguatan sosial berupa kebanggaan dari instruktur kelas keterampilan atas kemampuan yang ditunjukkannya, meskipun tidak semua pembina mengetahui hal tersebut. MA menyatakan:

“Kalo instruktur kelas tahu aja kak, beliau bangga aja kak, untuk pembina yang lain mungkin tidak tahu kak.” (P, MA, B328–330)

Rangkaian pernyataan ini menunjukkan bahwa perilaku positif MA diperkuat melalui kepuasan diri serta apresiasi sosial, yang berperan penting dalam mempertahankan dan meningkatkan motivasi untuk terus berperilaku baik.

Dalam konteks sosial-emosional, peran pembina menjadi faktor penting dalam membantu MA mengatur perilaku dan mempertahankan kedisiplinan selama proses pembinaan. MA memandang pembina sebagai pihak yang aktif mengingatkan, mengarahkan, serta memberikan teguran atau hukuman ketika terjadi pelanggaran, yang semuanya dimaknai sebagai upaya untuk membawa dirinya kembali ke jalan yang benar. MA mengungkapkan:

” Hmmm,peran Pembina yaa mengingatkan dan mengarahkan lagi ke jalan benar kak walaupun ya di beri hukuman dulu,atau teguran tapi itu penting banget kak. Apalagi kan disini tuh juga Pembina kerja sama dengan anggota tantara kak yang mana mereka tuh kadang melakukan sidak malam yang tidak menentu, tiba tiba aja ada Razia atau pemerisaan di malam malam tertentu kaitu nah kak, jadi kami semua takut jua aneh aneh di kamar atau wisma kami masing masing kak jadi kami yaa cari aman aja dengan mengikuti aturan walaupun sih kak susah heheh,dan capek” (P, MA, B334-346).

Secara emosional, MA mengakui bahwa proses tersebut terkadang menimbulkan rasa lelah dan kesal, namun tetap dipahami sebagai bentuk perhatian dan kebaikan bagi dirinya serta teman-temannya. MA menyatakan:

” Yaa...,capek sih kak dan agak kesal juga sih,tapi itu buat kebaikan ulun jua sih lawan teman teman jua” (P, MA, B349-351)

Dalam merespons arahan pembina, MA berusaha menerapkan perilaku disiplin dengan menaati aturan dan menghindari kebiasaan lama yang menyimpang, seperti merokok. MA mengungkapkan:

“Menaati aturan kak, mengusahakan tidak melanggar lagi seperti yang dulu-dulu ketahuan merokok.” (P, MA, B359–361)

MA juga menerapkan strategi pribadi untuk mengalihkan dorongan negatif dengan menyibukkan diri pada kegiatan positif, seperti membaca buku atau beristirahat setelah salat isya. MA menyatakan:

“Menyibukkan diri biar gak kepikiran merokok kak, bila malam habis salat isya langsung aja ke kamar ulun membaca buku atau langsung tidur kak.” (P, MA, B363–364)

Rangkaian pernyataan tersebut menunjukkan bahwa dukungan pembina tidak hanya bersifat pengawasan, tetapi juga membentuk lingkungan emosional yang mendorong MA untuk mengembangkan kebiasaan positif dan mengendalikan perilaku menyimpang. Lingkungan yang terstruktur dengan arahan, konsekuensi, dan dukungan emosional berperan besar dalam memperkuat regulasi diri individu.

Selain dukungan pembina, konteks sosial-emosional MA juga dipengaruhi oleh peran teman sebaya di lingkungan panti. MA menilai bahwa pergaulan di panti jauh lebih terarah dibandingkan dengan lingkungan pertemanan sebelumnya di luar panti, yang cenderung membawa pada perilaku menyimpang. Kondisi panti yang ketat turut membentuk interaksi sosial yang lebih terkontrol dan positif. MA mengungkapkan:

“Lebih baik lah dari teman-teman ulun yang di luar panti dulu kak, soalnya di sini kami lebih terarah sih karena kondisi panti yang ketat juga sih kak. Kalo di luar kada tau bisa aja sama nakalnya kami kak.” (P, MA, B370–374)

MA juga menyadari bahwa meniru perilaku buruk dari teman sebaya di lingkungan panti tetap membawa konsekuensi, yang justru memperkuat kesadarannya untuk menjaga perilaku. Pengalaman menerima hukuman karena meniru kebiasaan merokok menjadi pembelajaran penting bagi MA. MA menyatakan:

“Kalo ulun meniru yang buruk ya ulun rasakan juga hukumannya kak, contohnya ulun merokok waktu itu karena ada teman di panti merokok maka kami kena hukum kak, rasanya menyesal sih kak, susah jadi disiplin dengan aturan.” (P, MA, B377–381)

Di sisi lain, interaksi dengan teman sebaya juga memberikan dukungan positif melalui kerja sama dalam kegiatan kelas maupun kebersihan lingkungan wisma. MA mengungkapkan:

“Membantu saling membantu aja kami kak, apalagi masalah tugas di kelas atau aturan kerja sama kebersihan wisma kak.” (P, MA, B384–386)

Rangkaian pernyataan tersebut menunjukkan bahwa teman sebaya berperan sebagai faktor sosial yang membentuk perilaku MA, baik melalui pembelajaran dari konsekuensi perilaku negatif maupun melalui dukungan positif dalam aktivitas sehari-hari, sehingga turut memperkuat regulasi diri.

Lingkungan teman sebaya yang terarah dapat menjadi sumber faktor eksternal dalam pembelajaran sosial yang memperkuat perilaku baik dan menekan kecenderungan menyimpang.

c. Faktor Internal dan Eksternal yang mempengaruhi regulasi diri ABH

Berdasarkan hasil wawancara, regulasi diri subjek MA dipengaruhi oleh berbagai faktor internal yang berasal dari kesadaran, motivasi, serta proses evaluasi diri yang berkembang selama menjalani pembinaan. MA menunjukkan kesadaran yang mendalam terhadap kesalahan yang pernah dilakukan di masa lalu serta dampak negatif yang ditimbulkannya, baik bagi dirinya sendiri, orang tua, maupun pihak korban. Kesadaran ini disertai dengan perasaan sedih dan kecewa yang menjadi pemicu munculnya keinginan kuat untuk berubah menjadi pribadi yang lebih baik.

Selain kesadaran moral, MA juga memiliki tujuan pribadi yang jelas untuk memperbaiki diri, yaitu dengan menaati aturan panti, mengikuti kegiatan pembinaan secara disiplin, serta mempersiapkan masa depan melalui penguasaan keterampilan

otomotif. Proses evaluasi diri yang dilakukan MA tampak melalui kemampuannya menilai keberhasilan dan kegagalan, di mana rasa bangga muncul saat berhasil mencapai target, sementara kekecewaan dirasakan ketika belum mampu menguasai materi atau perilaku yang diharapkan. Respons emosional tersebut berfungsi sebagai umpan balik bagi MA dalam memperbaiki perilaku dan meningkatkan usaha belajar.

Motivasi MA untuk berkembang juga diperkuat melalui perbandingan diri dengan teman sebaya, yang mendorongnya untuk tidak tertinggal dalam penguasaan keterampilan. Rasa malu ketika belum mampu melakukan sesuatu sebagaimana teman-temannya menjadi pendorong untuk berusaha lebih giat. Di samping itu, MA menunjukkan kemampuan pengendalian impuls, khususnya dalam menahan dorongan merokok serta mengalihkan perhatian pada kegiatan positif seperti membaca dan beristirahat. Keseluruhan faktor internal ini menunjukkan bahwa MA telah mengembangkan regulasi diri yang didorong oleh kesadaran pribadi, motivasi perubahan, serta evaluasi diri yang berkelanjutan.

Selain faktor internal, regulasi diri MA juga dipengaruhi secara signifikan oleh faktor eksternal yang berasal dari lingkungan pembinaan. Peran pembina menjadi faktor utama dalam membentuk kedisiplinan dan perilaku positif MA. Pembina secara aktif memberikan arahan, pengingat, teguran, serta hukuman ketika terjadi pelanggaran aturan. Meskipun proses tersebut terkadang menimbulkan rasa lelah dan kesal, MA memaknainya sebagai bentuk perhatian dan upaya untuk memperbaiki dirinya.

Lingkungan panti yang terstruktur dengan sistem pengawasan ketat, seperti razia malam, sidak mendadak, serta pemasangan CCTV, turut mencegah munculnya

perilaku menyimpang dan mendorong MA untuk mematuhi aturan. Selain itu, kegiatan evaluasi rutin, sesi refleksi, serta pendampingan psikolog memberikan ruang bagi MA untuk memahami kesalahan dan mengelola emosi secara lebih sehat.

Faktor eksternal lainnya berasal dari teman sebaya yang berada dalam lingkungan pembinaan. MA merasakan bahwa pergaulan di panti lebih terarah dibandingkan lingkungan sebelumnya, sehingga membentuk kebiasaan positif melalui kerja sama dalam tugas kelas dan kebersihan wisma. Meskipun pengaruh negatif dari teman sebaya tetap ada, konsekuensi yang diterima justru menjadi pembelajaran sosial yang memperkuat kesadaran MA untuk menjaga perilaku.

Selain itu, program keterampilan seperti kelas otomotif serta kegiatan keagamaan berperan sebagai sarana pengembangan diri yang memperkuat motivasi MA untuk berubah. Keseluruhan faktor eksternal ini menciptakan lingkungan yang mendukung, terstruktur, dan kondusif bagi terbentuknya regulasi diri yang lebih stabil dan berkelanjutan pada diri MA.

Regulasi diri subjek MA terbentuk melalui interaksi antara faktor internal berupa kesadaran diri, motivasi perubahan, evaluasi diri, serta pengendalian impuls, dan faktor eksternal berupa dukungan pembina, sistem lingkungan yang terstruktur, pengawasan, serta dukungan sosial dari teman sebaya dan program pembinaan.

F. Pembahasan

1. Self-Monitoring ABH

Hasil wawancara menunjukkan bahwa regulasi diri pada kedua subjek diawali oleh berkembangnya kesadaran terhadap perilaku menyimpang serta situasi pemicunya. Subjek ZD mulai menyadari kesalahan perilaku sosialnya setelah menerima respons negatif dari teman sebaya akibat kebiasaan bercanda berlebihan. Respons tersebut mendorong ZD untuk mengatur ucapan dan sikap agar relasi sosial tetap terjaga. Arahan pembina turut memperkuat kesadaran ZD terhadap perilaku yang perlu dikendalikan.

Pada subjek MA, kesadaran perilaku muncul melalui pengalaman menerima hukuman akibat pelanggaran aturan, khususnya kebiasaan merokok. Hukuman tersebut menimbulkan rasa bersalah dan penyesalan yang mendorong MA untuk lebih berhati-hati dalam bertindak. Selain itu, sistem pengawasan yang ketat menciptakan kesadaran berkelanjutan sehingga MA mampu menahan dorongan melanggar aturan.

Secara prosedural, pola kesadaran perilaku ini mencerminkan fase *performance control* dalam model regulasi diri Zimmerman, yakni tahap ketika individu secara aktif memantau dan mengendalikan perilaku dalam situasi nyata. Pada tahap ini, individu menerapkan strategi yang telah direncanakan, mengawasi kemajuan, dan melakukan penyesuaian ketika menghadapi hambatan atau kesalahan. Fase *performance control* dalam *Self-Regulated Learning* pada anak berhadapan dengan hukum merupakan kemampuan individu untuk mengelola dan mengendalikan aktivitasnya dari aspek kognitif, sikap, dan perilaku, serta memantau penerapan strategi yang digunakan

selama menjalani proses pembinaan.¹ Proses *monitoring* memungkinkan individu tetap berada pada jalur yang benar untuk mencapai tujuan, sekaligus memberikan umpan balik internal yang bersifat segera.

Dalam perspektif Bandura, konsekuensi ini secara bertahap terinternalisasi menjadi kontrol diri yang lebih stabil.² Pengalaman hukuman yang dialami MA berfungsi sebagai mekanisme *punishment* dalam teori operant conditioning Skinner, yang secara sistematis menekan munculnya perilaku menyimpang melalui konsekuensi negatif.

Dalam perspektif teori operant conditioning yang dikemukakan oleh Skinner, punishment dipahami sebagai konsekuensi yang diberikan setelah munculnya suatu perilaku dengan tujuan menurunkan frekuensi perilaku tersebut di masa mendatang. Hukuman bukan dimaksudkan sebagai bentuk pembalasan, melainkan sebagai mekanisme pengendalian perilaku melalui pengalaman tidak menyenangkan yang membuat individu belajar menghindari tindakan yang melanggar aturan. Dalam konteks pembinaan yang dialami MA, teguran dan sanksi disiplin berfungsi sebagai stimulus negatif yang menekan kecenderungan untuk mengulangi perilaku menyimpang. Melalui pengalaman tersebut, MA menjadi lebih berhati-hati dalam

¹ Eni Rahmawati, dkk. "Penguatan Profil Pelajar Pancasila Melalui *Self-Regulated Learning (SRL)* Pada Siswa Sekolah Luar Biasa (SLB)" *Jurnal Educatio (Jurnal Pendidikan Indonesia)* Vol. 10 No. 2 (2024) Hlm. 202

² Shofa Dzakiah & Pratiwi Widyasari, *Regulasi diri sebagai mediator interaksi mindfulness dan prokrastinasi akademik, Persona: Jurnal Psikologi Indonesia* 10(1) (2025).hlm 49

bersikap dan mulai menyesuaikan tindakannya dengan tuntutan lingkungan pembinaan.

Namun, Skinner menekankan bahwa punishment hanya efektif dalam menghentikan perilaku bermasalah secara langsung dan tidak cukup untuk membangun perilaku positif yang berkelanjutan. Oleh karena itu, punishment perlu diiringi dengan reinforcement terhadap perilaku adaptif agar perubahan perilaku menjadi lebih stabil. Pola ini tampak pada pengalaman MA, di mana hukuman menekan pelanggaran sementara kepercayaan pembina dan berkurangnya teguran memperkuat kepatuhan. Dengan demikian, punishment berperan sebagai pemicu awal pengendalian perilaku, yang kemudian berkembang menjadi regulasi diri yang lebih matang ketika didukung oleh penguatan sosial yang konsisten.³

Dalam perspektif teori operant conditioning yang dikemukakan oleh Skinner, punishment dipahami sebagai konsekuensi yang diberikan setelah munculnya suatu perilaku dengan tujuan menurunkan frekuensi perilaku tersebut di masa mendatang. Hukuman bukan dimaksudkan sebagai bentuk pembalasan, melainkan sebagai mekanisme pengendalian perilaku melalui pengalaman tidak menyenangkan yang membuat individu belajar menghindari tindakan yang melanggar aturan. Dalam konteks pembinaan yang dialami MA, teguran dan sanksi disiplin berfungsi sebagai stimulus negatif yang menekan kecenderungan untuk mengulangi perilaku

³ Andri Antoni, "Implementasi Teori Operant Conditioning B.F. Skinner dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam," *Counselia: Jurnal Bimbingan Konseling Pendidikan Islam*, hlm. 184.

menyimpang sehingga MA menjadi lebih berhati-hati dalam bersikap dan menyesuaikan tindakannya dengan tuntutan lingkungan pembinaan.

Namun, sebagaimana ditegaskan Skinner, punishment hanya efektif dalam menghentikan perilaku bermasalah secara langsung dan tidak cukup untuk membangun perilaku positif yang berkelanjutan. Oleh karena itu, perubahan perilaku yang lebih stabil membutuhkan penguatan (*reinforcement*) terhadap perilaku adaptif, seperti kepercayaan pembina dan berkurangnya teguran yang dialami MA, yang secara konsisten memperkuat kepatuhan dan disiplin.

Proses perubahan ini dapat dipahami lebih komprehensif melalui kerangka *Social Cognitive Theory* Bandura, yang menyatakan bahwa individu belajar tidak hanya dari konsekuensi langsung perilaku, tetapi juga melalui proses kognitif berupa perhatian terhadap lingkungan, penyimpanan pengalaman, reproduksi perilaku, serta motivasi untuk mempertahankan tindakan yang dinilai positif. Regulasi diri dalam pandangan Bandura terbentuk melalui interaksi dinamis antara faktor personal, perilaku, dan lingkungan. Dalam pengalaman MA, lingkungan pembinaan menyediakan konsekuensi dan dukungan sosial, perilaku MA dan ZD berubah melalui kepatuhan dan pengendalian diri, sementara faktor personal berkembang dalam bentuk kehati-hatian, motivasi untuk memperbaiki diri, serta kesadaran akan dampak tindakan. Dengan demikian, punishment berfungsi sebagai pemicu awal perubahan perilaku, reinforcement memperkuat kebiasaan adaptif, dan proses kognitif menurut Bandura

menginternalisasi pengalaman tersebut menjadi regulasi diri yang lebih stabil dan mandiri.⁴

2. *self evaluation*

Setelah berkembangnya self-monitoring, kedua subjek secara konsisten melakukan evaluasi terhadap perilaku yang dijalani. Subjek ZD menilai perubahan perilakunya berdasarkan keinginan membanggakan keluarga dan memperbaiki kesalahan masa lalu. Keberhasilan menjaga kedisiplinan memunculkan rasa bangga yang memperkuat komitmen mempertahankan perilaku positif.

Subjek MA menunjukkan evaluasi diri melalui rasa penyesalan setelah menerima hukuman serta kesadaran akan dampak perilakunya terhadap orang tua. Penyesalan tersebut berfungsi sebagai pengendali impuls yang mencegah pengulangan pelanggaran.

Proses evaluasi dan reaksi emosional ini mencerminkan fase *self-reflection* dalam model Zimmerman Fase refleksi diri (*self-reflection phase*) dalam *Self-Regulated Learning* pada anak berhadapan dengan hukum merupakan tahap di mana individu menilai dan mengevaluasi kinerja serta perilaku yang telah dilakukan selama menjalani proses pembinaan. Fase ini mencakup dua aspek utama yaitu penilaian diri dan reaksi diri⁵. Dalam kerangka Bandura, mekanisme tersebut dikenal sebagai

⁴ Albert Bandura, *Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory* (Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1986), hlm. 335.

⁵ Chusna Aprilia,dkk. "Menumbuh-Kembangkan Minat, Efikasi Diri, dan Regulasi Diri pada Anak" *Journal Buah Hati* Vol. 9 No. 1 (2021) hlm. 40

judgment dan *self-reaction* yang membentuk penguatan internal, sehingga regulasi diri tidak lagi bergantung sepenuhnya pada kontrol eksternal. Kedua, *Self-judgment* adalah proses evaluasi diri terhadap perilaku yang diamati, termasuk membandingkan perilaku dengan standar internal atau eksternal.⁶ Penilaian diri ini memungkinkan ZD dan MA menilai apakah tindakan mereka efektif dan sesuai dengan nilai-nilai yang diyakini. Proses *self-reflection* atau evaluasi diri yang berkaitan dengan dampak perilaku setelah menjalani pembinaan tampak jelas pada kedua subjek, baik ZD maupun MA. Setelah melalui tahapan pengendalian perilaku, keduanya tidak hanya mematuhi aturan secara pasif, tetapi secara aktif menilai perubahan yang terjadi serta konsekuensi dari perilaku yang dijalani.

Pada subjek ZD, evaluasi diri muncul ketika ia merefleksikan keberhasilannya dalam menjaga kedisiplinan dan memperbaiki hubungan sosial. Dampak positif berupa membaiknya relasi dengan teman sebaya serta rasa bangga terhadap diri sendiri menjadi indikator bahwa ZD menilai perubahan perilakunya sebagai pencapaian yang bermakna. Respon emosional tersebut mendorongnya untuk mempertahankan perilaku positif sekaligus mempersiapkan diri agar tidak mengulangi kesalahan masa lalu.

Sementara itu, subjek MA melakukan evaluasi diri melalui refleksi atas dampak negatif dari pelanggaran sebelumnya serta manfaat yang dirasakan setelah mampu mengendalikan diri.

⁶ Yulianto, S., "Penilaian Diri dalam Pengembangan Regulasi Diri Siswa," *Jurnal Psikologi Pendidikan* 6, no. 3 (2018): 48.

Berdasarkan keseluruhan temuan lapangan, self-evaluation atau self-reflection menjadi tahapan kunci dalam model regulasi diri yang dijalani oleh kedua subjek sebagaimana dijelaskan dalam kerangka operasional Zimmerman. Setelah melalui fase pengendalian perilaku (*performance control*), ZD dan MA secara aktif menilai dampak perilaku yang mereka jalani, baik dalam bentuk keberhasilan mempertahankan kedisiplinan maupun kesalahan yang memunculkan penyesalan. Proses refleksi ini menunjukkan bahwa perubahan perilaku tidak berhenti pada kepatuhan sesaat, tetapi berkembang menjadi evaluasi diri yang berkelanjutan sebagaimana ditegaskan dalam fase *self-reflection* Zimmerman.

Pada subjek ZD, keberhasilan mengelola perilaku sosial dan menjaga kedisiplinan menghasilkan rasa bangga yang memperkuat komitmen mempertahankan perubahan positif. Sementara itu, subjek MA memaknai pengalaman hukuman dan dampaknya terhadap orang tua sebagai bahan refleksi yang mengoreksi impuls perilaku menyimpang. Kedua bentuk evaluasi ini menjadi dasar pembelajaran perilaku yang mendorong perbaikan tindakan selanjutnya.

Dalam kerangka operasional Zimmerman, self-evaluation tersebut kemudian berkembang menjadi self-reinforcement, di mana respons emosional atas keberhasilan maupun kegagalan berfungsi sebagai penguat internal yang memperkuat regulasi diri. Rasa bangga, kepuasan batin, serta meningkatnya motivasi internal menjadikan perubahan perilaku semakin stabil dan tidak lagi bergantung sepenuhnya pada kontrol eksternal.

3. Faktor internal dan eksternal

Regulasi diri yang berkembang pada kedua subjek dipengaruhi oleh kombinasi faktor internal dan faktor eksternal yang saling berinteraksi selama proses pembinaan. Faktor internal menjadi fondasi utama yang memungkinkan ZD dan MA mengendalikan perilaku secara sadar, sementara faktor eksternal berperan membentuk standar perilaku serta memperkuat perubahan yang terjadi.

Pada aspek internal, kedua subjek menunjukkan kemampuan observasi diri (*self-observation*) yang semakin matang, yaitu kesadaran untuk memantau perilaku serta mengenali apakah tindakan yang dilakukan telah sesuai dengan aturan dan norma yang berlaku. ZD mulai mengontrol ucapan dan sikap sosialnya setelah menyadari dampak negatif dari perilaku bercanda berlebihan, sedangkan MA menjadi lebih berhati-hati dalam bertindak setelah mengalami hukuman atas pelanggaran aturan. Kesadaran ini menunjukkan bahwa kedua subjek telah mampu mengamati perilaku mereka sendiri sebagai dasar perubahan diri.

Selanjutnya, proses penilaian diri (*judgmental process*) Judgemental process merupakan tahap penilaian diri di mana individu mengevaluasi perilaku yang dilakukan dengan membandingkannya terhadap standar pribadi, norma yang berlaku, serta perilaku orang lain, sekaligus menilai pentingnya suatu aktivitas sebagai dasar dalam menentukan kualitas dan arah perilaku selanjutnya⁷. tampak ketika ZD dan MA membandingkan perilaku aktual dengan standar pribadi serta norma lingkungan. ZD menilai keberhasilan perubahan perilakunya berdasarkan tujuan membanggakan

⁷ Dinda Mutiarachmah & Anastasia Sri Maryatmi, "Hubungan antara Regulasi Diri dan Psychological Well-Being" *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, Vol. 3 No. 3, November 2019, hlm. 7.

keluarga dan memperbaiki masa depan, sementara MA merefleksikan perilakunya melalui rasa penyesalan atas dampak kesalahan terhadap orang tua dan kehidupan di panti. Proses perbandingan ini membantu kedua subjek menentukan apakah tindakan yang dilakukan sudah sesuai dengan nilai yang mereka anut.

Hasil dari penilaian tersebut memunculkan reaksi diri afektif (*self-reaction*) yang berperan penting dalam mengarahkan perilaku selanjutnya. ZD merasakan kebanggaan dan kepuasan ketika berhasil menjaga kedisiplinan dan hubungan sosial, yang memperkuat komitmennya mempertahankan perilaku positif. Sebaliknya, MA mengalami penyesalan korektif ketika mengingat pelanggaran masa lalu, yang berfungsi sebagai pengendali impuls agar tidak mengulangi kesalahan. Reaksi emosional ini menjadi bentuk penguatan internal yang mendorong keberlanjutan regulasi diri.⁸

Di sisi eksternal, faktor lingkungan membentuk regulasi diri melalui pembentukan standar pribadi dan pemberian umpan balik perilaku. Standar pribadi yang digunakan ZD dan MA dalam mengevaluasi diri tidak muncul secara tiba-tiba, tetapi berkembang melalui interaksi dengan pembina, teman sebaya, serta sistem aturan dipinti. Proses regulasi diri yang dialami subjek MA dan ZD menunjukkan keterkaitan antara faktor kognitif dan lingkungan sebagaimana dijelaskan dalam Teori Kognitif Sosial Bandura melalui konsep hubungan timbal balik antara individu, perilaku, dan

⁸ Annisa Chientya, "Pengaruh Regulasi Diri Siswa Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas VIII pada Mata Pelajaran IPS" *Research and Development Journal of Education*, Vol. 7 No. 1 (April 2021) hlm. 138

lingkungan. Lingkungan panti berperan membentuk standar pribadi subjek melalui interaksi dengan pembina, teman sebaya, serta sistem aturan yang berlaku.

Di sisi lain, perubahan perilaku subjek juga diperkuat melalui mekanisme penguatan eksternal sebagaimana dijelaskan oleh Skinner, berupa pemberian hukuman ketika melanggar aturan dan penghargaan atau pujian ketika menunjukkan perilaku positif. Penguatan tersebut mendorong subjek untuk mempertahankan perilaku disiplin dan menghindari pengulangan kesalahan. Dengan demikian, regulasi diri subjek terbentuk melalui kombinasi proses kognitif internal dan penguatan lingkungan eksternal yang saling melengkapi. Melalui pengalaman menerima hukuman, teguran, kepercayaan, dan pengakuan sosial, kedua subjek secara bertahap menginternalisasi nilai-nilai perilaku yang dianggap dapat diterima. Nilai eksternal tersebut kemudian berubah menjadi pedoman internal dalam mengarahkan tindakan sehari-hari.

Dalam konteks regulasi diri, standar pribadi ini berfungsi sebagai acuan utama ketika kedua subjek menilai keberhasilan atau kegagalan perilaku mereka. ZD dan MA membandingkan tindakan aktual dengan standar tersebut untuk menentukan apakah perlu mempertahankan perilaku adaptif atau melakukan perbaikan. Hasil evaluasi kemudian memengaruhi reaksi emosional berupa kepuasan, rasa bersalah, atau dorongan memperbaiki diri, yang selanjutnya memperkuat proses regulasi diri secara berkelanjutan.

Dengan demikian, regulasi diri pada kedua subjek terbentuk melalui integrasi faktor internal berupa observasi diri, penilaian diri, dan reaksi afektif, serta faktor eksternal berupa pembentukan standar perilaku melalui interaksi sosial. Interaksi kedua

faktor ini memungkinkan ZD dan MA tidak hanya menyesuaikan perilaku karena kontrol lingkungan, tetapi juga mengembangkan kontrol diri internal yang sadar, adaptif, dan berkelanjutan.⁹

G. Temuan Penelitian

1. Menunjukkan bahwa hukuman tidak cukup
Perubahan yang bertahan bukan karena hukuman, tapi karena kesadaran diri.
2. Regulasi diri bisa tumbuh di lingkungan terbatas
Meskipun berada di panti dengan aturan ketat, individu tetap mampu mengembangkan kontrol diri secara internal.
3. Data menunjukkan “suara subjek”
Penelitian ini mengangkat pengalaman subjektif, bukan hanya penilaian dari pihak luar

H. Keterbatasan Penelitian

Pada sebuah penelitian ilmiah sangat mungkin ditemui kelemahan-kelemahan yang ada, termasuk pada penelitian ini. Oleh karena itu peneliti kemudian menggambarkan beberapa keterbatasan yang ditemui oleh peneliti dalam penelitian ini, adapun keterbatasan-keterbatasan yang ada, sebagai berikut:

1. Teori regulasi diri yang ada dalam penelitian ini masih belum merujuk langsung kepada buku teori aslinya.
2. Wawancara dirasa masih belum mendalam sehingga mungkin terdapat variabel-variabel lain yang mempengaruhi regulasi diri narasumber.

⁹ Ika wahyu P & Sri Wahyuni, " Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self Regulation* Remaja dalam Bersosialisasi" JP3SDM, Vol. 8. No. 1 (2019) Hlm. 5

3. Beberapa kali masih terjadi bias antara pertanyaan peneliti dengan pernyataan narasumber.
4. Tidak adanya informan menyebabkan hasil penelitian ini belum sepenuhnya menggambarkan variasi kemampuan regulasi diri secara menyeluruh, sehingga temuan penelitian masih bersifat kontekstual dan terbatas pada subjek yang diteliti