

**HUBUNGAN *MINDFULNESS* (KESADARAN PENUH) DENGAN
KONFORMITAS PADA PELAKU KENAKALAN REMAJA
DI SMK NEGERI 1 PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama sebagai Salah Satu Syarat
dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)*



Oleh:

**NURUL HANIFA
NIM. 2115040035**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI IMAM BONJOL PADANG
2025 M / 1447 H**

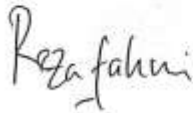
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul "**Hubungan *Mindfulness* (Kesadaran Penuh) dengan Konformitas pada Pelaku Kenakalan Remaja di SMK Negeri 1 Padang**" disusun oleh **Nurul Hanifa, NIM 2115040035**, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk dilanjutkan ke sidang munaqasah.

Padang, 23 Juni 2025

Disetujui oleh:

Pembimbing I



Dr. Reza Fahmi, S.Sos., M.A
NIP.196998292002121002

Pembimbing II



Rena Kiemara Arlotas, M.Psi Psikolog
NIP.198703202018012001

PERNYATAAN KEORSINILAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nurul Hanifa

NIM : 2115040035

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **“Hubungan *Mindfulness* (Kesadaran Penuh) dengan Konformitas pada Pelaku Kenakalan Remaja di SMK Negeri 1 Padang”** merupakan hasil karya saya sendiri dan dapat di publikasikan sepenuhnya oleh Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang. Adapun bagian-bagian dalam penulisan skripsi ini saya kutip dari hasil karya orang lain yang telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan kode etik penelitian ilmiah.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan penuh kesadaran.

Padang, 23 Juni 2025

Penulis



Nurul Hanifa

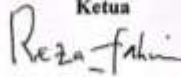
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi dengan judul "*Hubungan Mindfulness (Kesadaran Penuh) dengan Konformitas pada Pelaku Kenakalan Remaja di SMK Negeri 1 Padang*" yang disusun oleh Nurul Hanifa NIM. 2115040035, telah diuji dalam sidang munaqasyah Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, pada hari Selasa, 15 Juli 2025 telah dinyatakan lulus dan diterima sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar sarjana Program Strata Satu (S1) pada Program Studi Psikologi Islam.

Padang, 25 Juli 2025

Tim Penguji

Ketua



Dr. Reza Fahmi, S.Sos., M.A
NIP. 196908292002121002

Penguji I



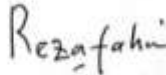
Winbaktianur, S.E., M.A
NIP. 197803272009121003

Penguji II



Mardenny, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 197403252023211005

Penguji III



Dr. Reza Fahmi, S.Sos., M.A
NIP. 196908292002121002

Penguji IV



Rena Kinnara Arlotas, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 198703202018012001

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang




Prof. Dr. Andri Ashadi, M.Ag
NIP. 197210081999031003

ABSTRAK

Skripsi ini berjudul **"Hubungan *Mindfulness* (Kesadaran Penuh) dengan Konformitas pada Pelaku Kenakalan Remaja di SMK Negeri 1 Padang"**. Disusun oleh Nurul Hanifa, 2115040035. Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang.

Beberapa tahun terakhir terjadi hal yang mengkhawatirkan tentang remaja, yakni meningkatnya kasus kenakalan remaja yang berkaitan dengan merokok, membolos, tawuran dan *bullying*. Kenakalan di kalangan remaja dapat terjadi dikarenakan adanya tekanan yang mengganggu kestabilan karkakter mereka, sehingga mendorong remaja terlibat dalam perilaku menyimpang. Pengaruh ini terkait dengan konformitas, di mana remaja menyesuaikan sikap dan tindakan agar diterima di kelompok. Namun, dalam situasi seperti ini individu cenderung melakukan konformitas tanpa adanya kesadaran penuh atau *mindfulness*. Jika individu memiliki *mindfulness* maka seharusnya individu tersebut mampu mengendalikan dirinya dalam berperilaku, dan mampu menghindari konformitas terhadap perilaku negatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *mindfulness* dengan konformitas pada pelaku kenakalan remaja.

Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori Myers (2012) yang membahas tentang konformitas dan teori Baer dkk., (2008) yang menjelaskan tentang *mindfulness*. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling*. Populasi penelitian berjumlah 422 siswa kelas XI dengan sampel sebanyak 205 siswa. Instrumen penelitian yang digunakan adalah skala *mindfulness* FFMQ (*Five Facet Mindfulness Questionnaire*) dan skala konformitas. Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*.

Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa tingkat *mindfulness* yang dominan berada pada kategorisasi sedang dengan persentase 93% dan tingkat konformitas yang dominan juga pada kategorisasi sedang dengan persentase 84%. Uji hipotesis penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *mindfulness* dengan konformitas pada pelaku kenakalan remaja di SMK Negeri 1 Padang, dengan nilai sig. (p) yaitu 0,501 dan nilai korelasi (r) sebesar -0,047. Nilai korelasi sebesar -0,047 mengindikasikan hubungan negatif yang sangat rendah (tidak ada) antara variabel *mindfulness* dengan konformitas karena hubungan tersebut tidak cukup dianggap signifikan dalam sudut pandang statistik. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *mindfulness* tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan konformitas, hasil ini mengindikasikan faktor lain yang berkemungkinan lebih berpengaruh terhadap konformitas.

Kata Kunci : *Mindfulness, Konformitas, Kenakalan Remaja*

ABSTRACT

This thesis is entitled ***“The Relationship between Mindfulness and Conformity in Juvenile Delinquents at SMK Negeri 1 Padang”***. Written by Nurul Hanifa, 2115040035. Department of Islamic Psychology, Faculty of Ushuluddin and Religious Studies, Imam Bonjol State Islamic University Padang.

The last few years have seen an alarming rise in juvenile delinquency cases related to smoking, truancy, brawls and bullying. Delinquency among adolescents can occur due to pressures that interfere with the stability of their character, thus encouraging adolescents to engage in deviant behavior. This influence is related to conformity, where adolescents adjust their attitudes and actions to be accepted in the group. However, in situations like this individuals tend to conform without full awareness or mindfulness. If individuals have mindfulness then they should be able to control themselves in behavior, and be able to avoid conformity to negative behavior. This study aims to determine the relationship between mindfulness and conformity in juvenile delinquents.

The theory used in this study is Myers' theory (2012) which discusses conformity and Baer et al.'s theory (2008) which explains mindfulness. This type of research is quantitative correlational with a sampling technique that is simple random sampling. The study population amounted to 422 grade XI students with a sample of 205 students. The research instruments used were the FFMQ (Five Facet Mindfulness Questionnaire) mindfulness scale and the conformity scale. The data that has been collected is then analyzed using the Pearson Product Moment correlation test.

This study shows the results that the dominant level of mindfulness is in the moderate categorization with a percentage of 93% and the dominant level of conformity is also in the moderate categorization with a percentage of 84%. This research hypothesis test shows that there is no significant relationship between mindfulness and conformity in juvenile delinquents at SMK Negeri 1 Padang, with a sig. (p) is 0.501 and the correlation value (r) is -0.047. The correlation value of -0.047 indicates a very low negative relationship (none) between the mindfulness variable and conformity because the relationship is not considered significant enough in a statistical point of view. Thus it can be concluded that mindfulness does not have a significant relationship with conformity, this result indicates other factors that are likely to be more influential on conformity.

Keywords : Mindfulness, Conformity, Juvenile Delinquency

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT atas rahmat, anugerah, dan karunia-Nya yang telah melimpahkan kekuatan, kesehatan, kemudahan dan petunjuk sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "**Hubungan Mindfulness (Kesadaran Penuh) dengan Konformitas pada Pelaku Kenakalan Remaja di SMK Negeri 1 Padang**". Shalawat dan salam semoga selalu tercurah kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa cahaya kebenaran dan menjadi teladan terbaik bagi seluruh umat manusia.

Penulis menyadari bahwa selama proses penulisan skripsi ini terdapat berbagai rintangan dan tantangan yang harus dihadapi. Namun, berkat semangat dan dukungan yang diperoleh baik secara emosional maupun finansial dari sejumlah pihak, sangat membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Imam Bonjol Padang, Bapak Prof. Dr. Andri Ashadi, M.Ag beserta Bapak/Ibu Wakil Dekan.
2. Bapak Dr. Reza Fahmi, M.A selaku Kepala Program Studi Psikologi Islam dan Ibu Indah Andika Octavia, M.A selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Islam UIN Imam Bonjol Padang.
3. Bapak Dr. Reza Fahmi, M.A selaku pembimbing I dan Ibu Rena Kinnara Arlotas, M.Psi., Psikolog selaku pembimbing II, yang sangat tulus dalam memberi bimbingan dan arahan, mencurahkan perhatian serta kesabaran, meluangkan

waktu, menginspirasi dan memotivasi penulis sepanjang proses penyusunan skripsi. Semoga Bapak dan Ibu selalu dalam keadaan sehat serta berada dalam lindungan Allah SWT.

4. Segenap dosen pengajar Program Studi Psikologi Islam dan Staff Akademik Kemahasiswaan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Imam Bonjol Padang.
5. Teristimewa untuk Papa tercinta dan Mama tersayang yang tak pernah lelah mendo'akan untuk kesuksesan penulis, memberikan dukungan moril dan materil, kasih sayang yang tiada batas, serta menjadi tempat untuk berkeluh kesah. Terimakasih juga kepada Kakak dan Abang tercinta yang selalu memberikan nasehat dan semangat kepada Adik bungsunya. Keluarga kecil yang selalu menjadi inspirasi dan sumber kekuatan terbesar bagi penulis.
6. Subjek penelitian yaitu siswa kelas XI beserta segenap Staff dan Guru SMK Negeri 1 Padang yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan izin untuk membantu kelancaran penelitian penulis.
7. Teman-teman terbaik penulis, Tiara Afiola, Al Fathun Nazilah Fatrah, dan Zikra Dwi Amanda yang telah meluangkan waktu, memberikan semangat dan bantuan, menjadi tempat bercerita dan bertukar pikiran, serta selalu mencoba untuk memahami setiap keadaan penulis. Terimakasih banyak karena telah menjadi pendukung terbaik dan memberikan kebaikan yang tak ternilai harganya.
8. Teman-teman "Wajib Kuat Sampai Tamat" serta segenap teman-teman seperjuangan, mahasiswa Psikologi Islam angkatan 2021 yang telah berbagi

informasi dan pengalaman, serta saling mendukung saat bimbingan dan mengerjakan skripsi.

9. Kepada pihak-pihak terkait yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terimakasih atas seluruh bantuannya.
10. Teruntuk penulis sendiri, terimakasih telah melewati proses panjang dalam penulisan skripsi ini. Terimakasih karena telah mengusahakan yang terbaik dan selalu yakin akan ada kemudahan yang membersamai setiap langkahmu. Semoga selalu diberikan kebahagiaan dan kesuksesan kedepannya, Aamiin.

Padang, 26 Juni 2025

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Nurul Hanifa'.

Nurul Hanifa

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
PERNYATAAN KEORISINILAN.....	ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI	iii
ABSTRAK	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	15
C. Batasan Masalah.....	15
D. Tujuan Penelitian.....	15
E. Manfaat Penelitian.....	16
F. Sistematika Penulisan.....	17
BAB II LANDASAN TEORI	19
A. Konformitas.....	19
1. Definisi Konformitas	19
2. Aspek-aspek Konformitas.....	21
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konformitas.....	22
4. Konformitas dalam Perpektif Islam.....	25
B. <i>Mindfulness</i>	27
1. Definisi <i>Mindfulness</i>	27
2. Aspek-aspek <i>Mindfulness</i>	29
3. <i>Mindfulness</i> dalam Perpektif Islam.....	31
C. Kenakalan Remaja.....	33
1. Definisi Kenakalan Remaja	33
2. Aspek-aspek Kenakalan Remaja	35
4. Kenakalan Remaja dalam Perpektif Islam.....	39

D. Dinamika Hubungan <i>Mindfulness</i> dengan Konformitas pada Pelaku Kenakalan Remaja	42
E. Penelitian Relevan	45
F. Kerangka Konseptual	53
G. Hipotesis Penelitian	56
BAB III METODE PENELITIAN	57
A. Jenis Penelitian	57
B. Identifikasi Variabel Penelitian	57
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	58
D. Populasi dan Sampel Penelitian	59
E. Instrumen Penelitian	61
F. Uji Validitas dan Reliabilitas	64
G. Teknik Analisis Data	66
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	70
A. Pelaksanaan Penelitian	70
B. Gambaran Subjek Penelitian	71
C. Hasil Penelitian.....	72
D. Pembahasan	81
BAB V PENUTUP.....	99
A. Kesimpulan.....	99
B. Saran	100
DAFTAR PUSTAKA.....	102
LAMPIRAN.....	112

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Penilaian Skala Likert Variabel <i>Mindfulness</i>	62
Tabel 3.2 Penilaian Skala Likert Variabel Konformitas	62
Tabel 3.3 <i>Blue-print</i> Skala <i>Mindfulness</i>	63
Tabel 3.4 <i>Blue-print</i> Skala Konformitas Sebelum Uji Coba	64
Tabel 3.5 <i>Blue-print</i> Skala Konformitas Setelah Uji Coba.....	65
Tabel 3.6 Uji Reliabilitas Skala Konformitas	66
Tabel 3.7 Rumus Tingkat Kategorisasi	67
Tabel 4.1 Rumus Tingkat Kategorisasi	73
Tabel 4.2 Kategorisasi <i>Mindfulness</i>	74
Tabel 4.3 Kategorisasi Konformitas	77
Tabel 4.4 Uji Normalitas Skala <i>Mindfulness</i> dengan Konformitas.....	78
Tabel 4.5 Uji Linearitas Skala <i>Mindfulness</i> dengan Konformitas	79
Tabel 4.6 Uji Hipotesis <i>Mindfulness</i> dengan Konformitas	80
Tabel 4.7 Gambaran Tingkat <i>Mindfulness</i> Subjek Berdasarkan Aspek.....	82
Tabel 4.8 Penelitian Terdahulu	90

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	55
Gambar 4.1 Data Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Padang yang Menjadi Subjek Penelitian.....	71

DAFTAR LAMPIRAN

1. SK Seminar Proposal	113
2. SK Pembimbing	114
3. Surat Izin Penelitian Data Awal	115
4. Surat Balasan Izin Penelitian Data Awal	116
5. Surat Izin Uji Coba Penelitian.....	117
6. Surat Balasan Izin Uji Coba Penelitian.....	118
7. Tabulasi Data Uji Coba Skala Konformitas.....	119
8. Uji Validitas Skala Konformitas	120
9. Uji Reliabilitas Skala Konformitas Sebelum Aitem Digugurkan	121
10. Uji Reliabilitas Skala Konformitas Setelah Aitem Digugurkan	122
11. Surat Izin Penelitian	123
12. Surat Balasan Izin Penelitian	124
13. Lembar <i>Informed Consent</i> Skala Penelitian	125
14. Uji Normalitas	135
15. Uji Linearitas.....	135
16. Uji Hipotesis	135
17. Tabulasi Data <i>Mindfulness</i>	136
18. Tabulasi Data Konformitas	144
19. Tabulasi Data <i>Mindfulness</i> Berdasarkan Aspek.....	150
20. Dokumentasi Izin Penggunaan Skala Adaptasi <i>Mindfulness</i>	177
21. Dokumentasi Izin Penggunaan Skala Konformitas	179
22. Bukti Bimbingan Skripsi.....	181
23. Surat Keterangan Turnitin.....	184