

Peranan kesadaran diri dan motivasi dalam pengaruh ego depletion terhadap kontrol diri = The role of self awareness and motivation on the effect of ego depletion on self control

Chandra Rila Putra, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20431034&lokasi=lokal>

Abstrak

Dalam kehidupan sehari-hari, manusia seringkali dituntut untuk melakukan kontrol diri. Berbagai masalah seperti penyalahgunaan obat-obatan, prokrastinasi, atau konsumsi alkohol berlebihan melibatkan faktor kegagalan dalam melakukan kontrol diri. Ketika individu melakukan kontrol diri pada suatu tugas, maka ia tidak lagi mampu untuk beroperasi dengan optimal sehingga memiliki kinerja yang rendah pada tugas kontrol diri berikutnya. Hal inilah yang disebut dengan ego depletion. Penelitian ini melihat pengaruh keadaan ego depletion itu terhadap performa kontrol diri pada 132 mahasiswa S1 Universitas Indonesia. Penelitian ini juga menggali bagaimana kesadaran diri dan motivasi berperan dalam pengaruh ego depletion terhadap kontrol diri tersebut. Studi ini menemukan bahwa berbeda dari penelitian sebelumnya (Alberts, Martijn, & Vries, 2011), kesadaran diri tidak dapat memoderasi pengaruh ego depletion terhadap kontrol diri. Ego depletion dan kesadaran diri dapat memprediksi tingkat motivasi intrinsik secara independen dalam hubungan positif, sedangkan motivasi intrinsik dapat memprediksi kontrol diri secara negatif. Penelitian ini menggambarkan model moderated mediation dengan kesadaran diri sebagai moderator dan motivasi sebagai mediator untuk menjelaskan pengaruh ego depletion terhadap kontrol diri.

.....In everyday life, people are expected to control themselves. Many problems such as drugs abuse, procrastination, or excess consumption of alcohol are related to self-control failure. Exerting self-control on a particular task caused individuals not to be able to perform optimally on a subsequent self-control task, resulting in poorer performance. This is what has been known as ego depletion. The present research examines the effect of ego depletion on self-control performance among 132 undergraduates in University of Indonesia, as well as exploring the role of self-awareness and motivation. Inconsistent with previous study (Alberts, Martijn, & Vries, 2011), self-awareness fails to moderate the effect of ego depletion on self-control. Ego depletion and self-awareness are able to independently predict the level of intrinsic motivation, whereas intrinsic motivation is able to predict self-control performance. The present research analyses moderated mediation effect with self-awareness as a moderator and motivation as a mediator in its effort to explain how ego depletion affects self-control performance.