



---

**Psychometric Evaluation of Tangney's The 10-Item Brief Self-Control Scale: Evidence from Indonesian Adolescence**

Nanda Alfian Kurniawan<sup>1</sup>, Destanika Dhiffa Ralianti<sup>2</sup>, Syarifudin<sup>3</sup>, Muhaimin Abdillah<sup>4</sup>, Kmas M. Eka Fhitrah<sup>5</sup>, Aisyi Salsabila Hanum<sup>6</sup>

<sup>1,3,4,5,6</sup>Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Mulawarman, Indonesia

Jl. Banggeris No.89, Karang Anyar, Kec. Sungai Kunjang, Kota Samarinda,

<sup>2</sup>Sekolah Menengah Atas Negeri 4 Malang, Indonesia

Jl. Tugu No.1, Klojen, Kec. Klojen, Kota Malang, Jawa Timur 65111

Email: [nandaalfankurniawan@fkip.unmul.ac.id](mailto:nandaalfankurniawan@fkip.unmul.ac.id)

**Abstrak**

Kontrol diri merupakan keterampilan psikologis kunci yang berpengaruh terhadap keberhasilan akademik, kesehatan mental, dan penyesuaian diri remaja. *Brief Self-Control Scale* (BSCS) banyak digunakan secara internasional, namun belum memiliki bukti psikometrik yang kuat dalam konteks Indonesia. Variasi bahasa, norma sosial, dan pola regulasi diri pada remaja Indonesia berpotensi memengaruhi akurasi pengukuran, sehingga uji validitas dan reliabilitas ulang menjadi penting untuk memastikan kesesuaian instrumen bagi penelitian dan asesmen berbasis bukti. Penelitian ini bertujuan mengevaluasi validitas dan reliabilitas BSCS 10 item pada 97 siswa Sekolah Menengah Atas menggunakan analisis korelasi item-total dan *Cronbach's Alpha*. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar item memenuhi kriteria validitas, sementara satu item menunjukkan performa lemah. Reliabilitas keseluruhan berada pada  $\alpha = 0,669$ , yang memadai untuk penelitian eksploratif. Temuan ini memberikan dasar empiris bahwa BSCS dapat digunakan dalam studi kontrol diri pada populasi Indonesia, namun diperlukan penyempurnaan dan pengujian lanjutan untuk penerapan yang lebih akurat dalam pendidikan karakter, promosi kesehatan mental, serta program intervensi yang selaras dengan tujuan SDG 3 dan SDG 4.

**Kata Kunci:** Pendidikan, Kontrol Diri, Psikometri, Remaja, Kesehatan Mental

---

**PENDAHULUAN**

Kontrol diri merupakan kemampuan individu dalam mengelola pikiran, emosi, dan perilaku agar selaras dengan tujuan jangka Panjang (A. Duckworth, 2011; A. L. Duckworth & Steinberg, 2015; Werner & Ford, 2023). Kemampuan ini memainkan peran fundamental dalam proses regulasi diri yakni dimulai dari menahan impuls, mempertimbangkan konsekuensi, hingga mengambil keputusan yang adaptif dalam situasi kompleks. Dalam literatur psikologi modern, kontrol diri dikaitkan dengan kesejahteraan psikologis, keberhasilan akademik, kualitas relasi interpersonal, serta kesehatan mental jangka panjang (A. L. Duckworth et al., 2019; Orkibi & Ronen, 2017;

Rivkin et al., 2015). Individu yang memiliki kontrol diri tinggi cenderung lebih mampu menunda gratifikasi, mempertahankan fokus, dan menghindari tindakan berisiko yang tidak membantu (Baumeister et al., 2007).

Dalam bidang pendidikan, kontrol diri dipahami sebagai komponen inti kompetensi sosial-emosional yang mendukung motivasi belajar, manajemen tugas, dan disiplin akademik. Penelitian menunjukkan bahwa regulasi diri memiliki hubungan kuat dengan capaian akademik, ketahanan belajar, dan keterlibatan siswa dalam aktivitas sekolah (Dadjoo & Gharibzadeh, 2022; A. Duckworth, 2011; Kuhnle et al., 2012). Pada saat yang sama, dalam ranah kesehatan remaja, kontrol diri berfungsi sebagai faktor protektif terhadap berbagai perilaku berbahaya seperti penyalahgunaan zat, penggunaan gawai secara kompulsif, perilaku agresif, hingga gangguan kesehatan mental (Mathes et al., 2017; Rawn & Vohs, 2011). Remaja dengan kontrol diri rendah lebih rentan mengalami stres, kecemasan, dan impulsivitas tinggi (A. L. Duckworth et al., 2013; A. L. Duckworth & Steinberg, 2015; Hofmann et al., 2014).

Urgensi pengukuran kontrol diri meningkat seiring berkembangnya kebijakan pendidikan berbasis *evidence* yang menekankan asesmen akurat terhadap kompetensi nonkognitif dan kesehatan mental (Arora et al., 2016; Upreti et al., 2024). Salah satu instrumen yang paling banyak digunakan adalah *Brief Self-Control Scale* (BSCS) yang dikembangkan oleh Tangney, Baumeister, dan Boone (Tangney et al., 2018). Meskipun BSCS terbukti reliabel di berbagai negara, penelitian terbaru menunjukkan bahwa struktur faktor dan kualitas item skala kontrol diri dapat bervariasi antarbudaya. Berbagai studi melaporkan inkonsistensi reliabilitas, perbedaan performa item, serta kemungkinan perubahan struktur faktor dari satu populasi ke populasi lain, terutama pada masyarakat non-Barat yang memiliki nilai kolektivistik dan norma sosial berbeda (García-Castro et al., 2024; Haktanir et al., 2024; Roth et al., 2024).

Konvergensi temuan tersebut menegaskan bahwa instrumen yang dikembangkan di konteks Barat tidak dapat langsung dianggap sesuai untuk digunakan di Indonesia tanpa melalui proses validasi ulang. Faktor bahasa, interpretasi emosi, norma sosial, serta pola regulasi diri yang dipengaruhi budaya dapat mengubah cara responden memahami item BSCS (Hidayah et al., 2020; Kurniawan et al., 2021; Messer et al., 2025). Dalam konteks remaja dan dewasa muda Indonesia, dinamika perkembangan psikologis, paparan teknologi digital, dan perubahan gaya hidup turut menciptakan pola kontrol diri

yang berbeda dibandingkan karakteristik populasi asal tempat BSCS dikembangkan dua dekade lalu.

Dengan mempertimbangkan perubahan konteks sosial dan perkembangan teori regulasi diri, pengujian validitas dan reliabilitas BSCS menjadi langkah metodologis yang esensial. Evaluasi ulang diperlukan untuk memastikan bahwa setiap item instrumen merepresentasikan konstruk kontrol diri secara tepat pada populasi Indonesia, sekaligus menghasilkan alat ukur yang layak digunakan dalam asesmen pendidikan, penelitian karakter, dan program kesehatan mental berbasis bukti.

Berdasarkan kebutuhan tersebut, penelitian ini bertujuan menguji validitas dan reliabilitas BSCS versi 10 item pada populasi remaja Indonesia. Hasil penelitian diharapkan memberikan dasar ilmiah bagi penggunaan BSCS dalam riset psikologi, asesmen sekolah, serta intervensi kesehatan mental remaja, sekaligus membuka ruang pengembangan instrumen yang lebih sensitif terhadap konteks sosial-budaya Indonesia.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *psychometric evaluation* yang berfokus pada uji validitas dan reliabilitas instrumen Brief Self-Control Scale (BSCS) versi 10 item (Karimian & Chahartangi, 2024; Pouralizadeh et al., 2025). Desain ini dipilih karena pengukuran konstruk kontrol diri memerlukan bukti empiris yang kuat untuk memastikan bahwa instrumen bekerja secara konsisten dan akurat pada konteks Indonesia, terutama ketika digunakan pada populasi remaja dalam lingkungan pendidikan dan kesehatan mental Indonesia.

### ***Instrumen Penelitian***

Instrumen utama (tabel.1) dalam penelitian ini adalah BSCS 10 item yang dikembangkan oleh Tangney et al. (2018). Skala ini terdiri dari pernyataan mengenai perilaku pengendalian diri, dengan respons menggunakan skala Likert 5 poin (1 = sangat tidak sesuai sampai 5 = sangat sesuai). Instrumen ini dipilih karena penggunaannya yang luas dalam penelitian pendidikan, psikologi perkembangan, dan kesehatan remaja, serta karena formatnya yang ringkas memudahkan administrasi dalam konteks asesmen sekolah maupun penelitian populasi (García-Castro et al., 2024; Tangney et al., 2018).

Tabel 1 Instrumen BSCS

Nomor Item	Item
item_1	Saya sulit menghentikan kebiasaan buruk.
item_2	Saya mudah terdistraksi (berubah fokus dan perhatian)
item_3	Saya mengatakan hal-hal yang tidak pantas.
item_4	Saya menolak hal yang buruk bagi saya, meskipun hal tersebut menyenangkan.
item_5	Saya pandai menahan godaan
item_6	Orang akan mengatakan saya memiliki disiplin diri yang kuat.
item_7	Kesenangan dan hiburan kadang membuat saya menunda pekerjaan.
item_8	Saya melakukan hal yang menyenangkan saat itu tapi menyesal kemudian.
item_9	Kadang saya tidak bisa menghentikan diri melakukan sesuatu, meskipun tahu itu salah.
item_10	Saya sering bertindak tanpa memikirkan semua alternatifnya terlebih dahulu.

Tabel 1 menyajikan susunan item *Brief Self-Control Scale* (BSCS) yang telah digunakan pada tahun 2018. Sebelum digunakan, seluruh item diterjemahkan dan diadaptasi secara konseptual mengikuti prinsip adaptasi budaya dalam penelitian psikologi lintas budaya, termasuk proses *translation-back translation* dan pemeriksaan kesesuaian konteks bahasa. Proses ini dilakukan untuk meminimalkan bias pemahaman bahasa yang dapat memengaruhi akurasi respons.

### **Subyek Penelitian**

Sebanyak 97 remaja (usia 18–25 tahun) terlibat dalam penelitian ini melalui teknik *convenience sampling*. Kelompok usia ini dipilih karena masa transisi menuju dewasa awal merupakan periode kritis perkembangan kontrol diri yang berhubungan dengan kesehatan mental dan tuntutan akademik. Jumlah sampel dinilai memadai untuk uji validitas internal berdasarkan kriteria minimal 5–10 responden per item dalam studi psikometrik (Obohwemu, 2025).

### **Prosedur Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner *online*. Prosedur daring dipilih untuk meningkatkan aksesibilitas dan jangkauan responden dalam konteks penelitian yang menargetkan remaja yang terbiasa dengan penggunaan teknologi digital.

### **Teknik Analisis Data**

Uji validitas item dilakukan menggunakan korelasi *Corrected Item-Total Correlation*. Nilai r-tabel dihitung berdasarkan derajat kebebasan ( $df=97$ ) pada taraf signifikansi 0,05, yaitu sebesar 0,202. Item dinyatakan valid apabila memiliki koefisien korelasi melebihi nilai r-tabel, yang mengindikasikan bahwa item berkontribusi secara signifikan terhadap konstruk kontrol diri yang diukur. Sedangkan, uji reliabilitas dilakukan menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha* untuk menilai konsistensi internal skala. Nilai  $\alpha \geq 0,60$  dipertimbangkan memadai untuk penelitian eksploratif pendidikan dan Kesehatan mental.

Analisis dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik SPSS, mencakup perhitungan statistik deskriptif, validitas item, serta reliabilitas skala. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel untuk memudahkan interpretasi ilmiah serta menjadi dasar diskusi pengembangan instrumen pada konteks Indonesia.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Hasil uji validitas instrument *Brief Self-Control Scale* (BSCS) disajikan pada tabel 2.

Tabel 2 Hasil Uji Validitas BSCS

<b>Nomor Item</b>	<b>Nilai r Hitung</b>	<b>Nilai r Tabel</b>	<b>Keterangan</b>
item_1	0.000	0.202	Valid
item_2	0.000	0.202	Valid
item_3	0.000	0.202	Valid
item_4	0.313	0.202	Tidak Valid
item_5	0.034	0.202	Valid
item_6	0.128	0.202	Valid
item_7	0.000	0.202	Valid
item_8	0.000	0.202	Valid
item_9	0.000	0.202	Valid
item_10	0.000	0.202	Valid

\* $\Sigma$  Responden 97 dengan tingkat signifikansi  $\alpha=0.05$

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar item instrument BSCS memenuhi kriteria valid menggunakan tingkat signifikansi 0,05 diperoleh r hitung < tabel 0,202 dari total 97 responden. Sementara itu, Item 4 menunjukkan nilai korelasi paling rendah (-0,013), sehingga dianggap tidak valid dalam konteks pengukuran.

Tabel 3 Item-Total Statistic

<b>Number of Item</b>	<b>Scale Mean if Item Deleted</b>	<b>Scale Variance if Item Deleted</b>	<b>Corrected Item-Total Correlation</b>	<b>Cronbach's Alpha if Item Deleted</b>
Item_1	62.54	67.897	.577	.622
Item_2	62.26	68.672	.546	.626
Item_3	63.05	71.362	.329	.649
Item_4	62.23	78.323	-.013	.686
Item_5	62.47	83.564	-.311	.710
Item_6	62.84	77.368	.041	.680
Item_7	62.03	69.864	.504	.633
Item_8	62.57	66.998	.590	.617
Item_9	62.94	68.454	.559	.625
Item_10	63.30	71.191	.332	.648
<b>Total_Skor</b>	<b>32.96</b>	<b>19.790</b>	<b>1.000</b>	<b>.479</b>

Tabel 3 menunjukkan hasil analisis Item-Total Statistics yang digunakan untuk menilai kontribusi setiap item terhadap konsistensi internal skala BSCS. Empat indikator utama ditampilkan: *Scale Mean if Item Deleted*, *Scale Variance if Item Deleted*, *Corrected Item-Total Correlation*, dan *Cronbach's Alpha if Item Deleted*. Pada kolom *Corrected Item-Total Correlation*, sebagian besar item menunjukkan korelasi positif dan berada pada kisaran yang dapat diterima, menandakan bahwa item tersebut bergerak searah dengan total skor dan memberikan kontribusi pada pengukuran konstruk kontrol diri. Nilai korelasi yang lebih tinggi menggambarkan item yang lebih representatif terhadap keseluruhan skala. Namun, beberapa item menunjukkan performa yang lemah, bahkan memiliki korelasi negatif. Kondisi ini mengindikasikan bahwa item tersebut tidak mengukur konstruk yang sama dengan item lainnya, sehingga menurunkan konsistensi internal instrumen.

Tabel 4 Hasil uji reliabilitas

<b>Cronbach's Alpha</b>	<b>N of Items</b>
.669	10

Tabel 4 Tabel reliabilitas menampilkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,669 untuk keseluruhan 10 item yang dianalisis. Nilai ini menunjukkan bahwa skala memiliki konsistensi internal yang berada pada kategori "cukup" dan masih dapat diterima untuk tujuan penelitian eksploratif. Dalam konteks pengukuran psikologi, nilai alpha antara 0,60–0,70 sering dianggap memadai untuk tahap awal evaluasi instrumen, terutama

ketika skala digunakan pada populasi baru atau konteks budaya yang berbeda dari tempat instrumen tersebut dikembangkan (Cronbach, 1949, 1951).

Keterkaitan tabel 3 dan 4 tampak jelas melalui pola *Corrected Item-Total Correlation* dan *Cronbach's Alpha if Item Deleted*. Beberapa item yang memiliki korelasi negatif atau sangat rendah terbukti berkontribusi terhadap turunnya konsistensi internal skala. Nilai alpha 0,669 menunjukkan bahwa sebagian besar item bekerja secara konsisten, namun beberapa item melemahkan koherensi skala. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa item tertentu tidak berfungsi optimal pada responden Indonesia dan berpotensi perlu direvisi atau disesuaikan secara kultural.

Data tabel 3 dan 4 mengonfirmasi bahwa BSCS versi 10 item masih layak digunakan sebagai alat ukur penelitian dasar, namun penyempurnaan instrumen dan pengujian lanjutan diperlukan agar skala memiliki reliabilitas yang lebih kuat untuk asesmen yang lebih kritis, seperti pendidikan karakter atau pemetaan kesehatan mental remaja

## **Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Brief Self-Control Scale* (BSCS) versi 10 item memiliki karakteristik psikometrik yang cukup memadai ketika digunakan pada populasi dewasa muda Indonesia. Sebagian besar item berada pada kategori valid, kecuali item 4 yang menunjukkan korelasi negatif dan tidak memenuhi kriteria. Nilai reliabilitas  $\alpha = 0,669$  juga menempatkan instrumen ini pada kategori konsistensi internal "cukup", yang dapat diterima untuk keperluan penelitian dasar.

Temuan mengenai item dengan performa lemah dapat dijelaskan melalui perbedaan budaya dalam menafsirkan perilaku pengendalian diri (Hidayah et al., 2020; Li et al., 2025). Pada masyarakat Indonesia yang cenderung kolektivistik, konsep kontrol diri sering dikaitkan dengan kepatuhan, harmoni sosial, dan menjaga citra di hadapan kelompok (Kurniawan et al., 2024, 2026). Sementara itu, BSCS dirancang dalam konteks budaya Barat yang lebih menekankan ekspresi diri dan pengaturan impuls secara individualistic, sehingga terjadinya perbedaan konteks filosofis ini dapat memengaruhi cara responden memahami butir pernyataan, terutama yang bersifat abstrak seperti kemampuan menolak hal menyenangkan namun tidak sehat.

Kualitas psikometrik yang moderat ini menjadi penting ketika dikaitkan dengan penggunaan BSCS dalam dunia pendidikan dan kesehatan remaja (Batterham et al.,

2024). Kontrol diri merupakan salah satu aspek inti dalam *education-based evidence*, yaitu pendekatan pendidikan yang didasarkan pada bukti empiris, bukan asumsi atau tradisi (Bozkuş & Canoğulları, 2025; Saxena, 2024). Pendidikan karakter yang efektif hari ini bukan sekadar menanamkan nilai moral, tetapi memberikan strategi regulasi diri yang terbukti ilmiah, terukur, dan sensitif budaya. Instrumen seperti BSCS berperan sebagai alat asesmen untuk memetakan kebutuhan siswa secara lebih objektif sebelum intervensi dilakukan.

Dalam kerangka *evidence-based character education*, kontrol diri merupakan komponen utama dari *self-regulation skills* yaitu kompetensi yang berkaitan dengan kemampuan menetapkan tujuan, memonitor perilaku, mengatur emosi, serta mengelola dorongan impulsif (Purwaningsih, 2024). Kemampuan ini terbukti memiliki dampak langsung terhadap konsistensi belajar, pencapaian akademik, kualitas hubungan sosial, dan kemampuan menyelesaikan tugas yang menantang. Ketika BSCS digunakan dalam asesmen karakter siswa, kualitas item menjadi kunci untuk memastikan bahwa pengukuran benar-benar menggambarkan kondisi regulasi diri yang relevan dengan kebutuhan pendidikan Indonesia.

Temuan penelitian ini juga memiliki relevansi langsung terhadap agenda *Sustainable Development Goals* (SDGs). Dalam konteks SDG 4 (*Quality Education*), kemampuan kontrol diri termasuk dalam domain *social and emotional learning (SEL)*, yang menjadi bagian penting dari pendidikan berkualitas abad ke-21 (Ezzatibabi et al., 2024; J. Zhang et al., 2025). Kedalaman pengukuran kontrol diri melalui instrumen yang valid mendukung perencanaan intervensi mandat SDG 4.7, yaitu penguatan kompetensi nonkognitif dan karakter siswa.

Sementara itu, dari perspektif SDG 3 (*Good Health and Well-being*), kontrol diri berperan sebagai faktor protektif terhadap berbagai perilaku berisiko pada remaja, seperti penyalahgunaan zat, perilaku impulsif, kecanduan gawai, dan tindakan agresif (S. Zhang et al., 2024). Kemampuan mengelola impuls dan emosi merupakan fondasi pencegahan primer yang sangat efektif, dan keberhasilan program promosi kesehatan mental memerlukan asesmen awal yang akurat. BSCS yang telah diuji secara psikometrik dapat menjadi instrumen dasar untuk program *mental health screening*, konseling sekolah, maupun intervensi berbasis komunitas.

Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya menilai kelayakan BSCS sebagai alat ukur, tetapi juga memberikan kontribusi pada upaya nasional untuk menyelaraskan pendidikan karakter dengan bukti ilmiah dan agenda pembangunan global. Penguatan instrumen pengukuran seperti ini akan membantu sekolah, konselor, dan praktisi kesehatan merancang program intervensi yang lebih tepat sasaran, terukur, dan relevan dengan kehidupan remaja Indonesia masa kini. Penelitian lanjutan seperti *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) dan uji validitas eksternal pada variabel akademik dan kesehatan mental dapat memperkuat landasan empiris BSCS dalam konteks pendidikan dan kesehatan remaja.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa kontrol diri merupakan kompetensi universal yang relevan dalam pendidikan karakter dan pengembangan kesehatan remaja, namun pengukurannya tetap perlu disesuaikan secara budaya. Dengan adaptasi dan pengujian lanjutan, BSCS berpotensi menjadi salah satu instrumen kunci dalam mendukung pencapaian SDG 3 dan SDG 4 melalui pendekatan berbasis bukti di sekolah dan komunitas.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini menegaskan bahwa *Brief Self-Control Scale* (BSCS) versi 10 item memiliki kualitas psikometrik yang cukup memadai untuk digunakan pada populasi dewasa muda Indonesia. Temuan konsistensi internal dan validitas item yang dominan menunjukkan bahwa instrumen ini mampu menggambarkan konstruk kontrol diri secara umum dalam konteks Indonesia. Kekuatan utama penelitian ini terletak pada relevansinya dengan kebutuhan asesmen psikologis berbasis bukti di bidang pendidikan dan kesehatan mental, serta pada upaya adaptasi instrumen budaya barat ke dalam konteks sosial-budaya lokal yang terus berkembang.

Secara implementatif, BSCS dapat digunakan sebagai alat ukur awal dalam penelitian dasar, asesmen pendidikan karakter, pemetaan regulasi diri remaja, serta program promosi kesehatan mental. Instrumen ini berpotensi mendukung pengambilan keputusan berbasis data di sekolah, layanan konseling, maupun intervensi komunitas yang menargetkan penguatan kontrol diri sebagai keterampilan penting perkembangan remaja dan dewasa muda.

Riset mendatang disarankan untuk melakukan analisis struktural seperti *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) guna menguji stabilitas model faktor, mengevaluasi

ulang item yang kurang berfungsi optimal, serta mengembangkan versi adaptasi yang lebih adaptif dalam konteks Indonesia. Penelitian lanjutan juga perlu mempertimbangkan sampel yang lebih besar dan lebih beragam, baik secara geografis maupun demografis, serta menguji validitas eksternal melalui hubungan instrumen ini dengan variabel akademik, perilaku berisiko, dan indikator kesehatan mental.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arora, P. G., Connors, E. H., George, M. W., Lyon, A. R., Wolk, C. B., & Weist, M. D. (2016). Advancing evidence-based assessment in school mental health: Key priorities for an applied research agenda. *Clinical Child and Family Psychology Review, 19*(4), 271–284.
- Batterham, P. J., Werner-Seidler, A., O’Dea, B., Calear, A. L., Maston, K., Mackinnon, A., & Christensen, H. (2024). Psychometric properties of the Distress Questionnaire-5 (DQ5) for measuring psychological distress in adolescents. *Journal of Psychiatric Research, 169*, 58–63.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., & Tice, D. M. (2007). The Strength Model of Self-Control. *Current Directions in Psychological Science, 16*(6), 351–355. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2007.00534.x>
- Bozkuş, K., & Canoğulları, Ö. (2025). Exploring the mediating roles of self-control, management, and meaningful learning self-awareness in the relationship between academic self-discipline and GAI acceptance. *Education and Information Technologies, 1–21*.
- Cronbach, L. J. (1949). *Essentials of psychological testing*.
- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika, 16*(3), 297–334.
- Dadjoo, M., & Gharibzadeh, S. (2022). Prediction of self-control based on cognitive intelligence and socio-emotional behavior assessments in early childhood. *Frontiers in Biomedical Technologies, 9*(1), 21–28.
- Duckworth, A. (2011). The significance of self-control. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America, 108*, 2639–2640. <https://doi.org/10.1073/pnas.1019725108>
- Duckworth, A. L., Kim, B., & Tsukayama, E. (2013). Life stress impairs self-control in early adolescence. *Frontiers in Psychology, 3*, 608.
- Duckworth, A. L., & Steinberg, L. (2015). Unpacking self-control. *Child Development Perspectives, 9*(1), 32–37.
- Duckworth, A. L., Taxer, J. L., Eskreis-Winkler, L., Galla, B. M., & Gross, J. J. (2019). Self-control and academic achievement. *Annual Review of Psychology, 70*(1), 373–399.
- Ezzatibabi, M., Narimani, M., Mikaeili, N., & Aghajani, S. (2024). The effectiveness of emotional regulation training on improving self-control and social anxiety in students with learning disabilities. *Journal of Learning Disabilities, 13*(3), 44–57.
- García-Castro, F. J., Bendayan, R., & Blanca, M. J. (2024). Validity evidence for the brief self-control scale in the Spanish Adult Population: a systematic study. *Journal of Personality Assessment, 106*(2), 208–217.
- Haktanir, A., Kurnaz, M. F., & Şimşir Gökalp, Z. (2024). Reliability generalization meta-analysis of the Brief Self-Control Scale (BSCS): Reliability evidence across age groups

- and languages. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 57(2), 162–172.
- Hidayah, N., Ramli, M., Mappiare, A., Hanafi, H., Yuliana, A. T., Kurniawan, N. A., & Eva, N. (2020). Developing Critical Thinking Skills Test In Indonesia. *PalArch's Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology*, 17(3), 815–826.
- Hofmann, W., Luhmann, M., Fisher, R. R., Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2014). Yes, but are they happy? Effects of trait self-control on affective well-being and life satisfaction. *Journal of Personality*, 82(4), 265–277.
- Karimian, Z., & Chahartangi, F. (2024). Development and validation of a questionnaire to measure educational agility: a psychometric assessment using exploratory factor analysis. *BMC Medical Education*, 24(1), 1284.
- Kuhnle, C., Hofer, M., & Kilian, B. (2012). Self-control as predictor of school grades, life balance, and flow in adolescents. *British Journal of Educational Psychology*, 82(4), 533–548.
- Kurniawan, N. A., Christiana, R., Hanafi, H., & Saputra, R. (2024). Positive Psychology and Post Truth: Alleviating the Non-Clinical Impact of the Pandemic. *PROCEEDING SERIES OF PSYCHOLOGY*, 2(1), 222–226.
- Kurniawan, N. A., Hidayah, N., & Rahman, D. H. (2021). *Analisis Kemampuan Berpikir Kritis Siswa SMK*. State University of Malang.
- Kurniawan, N. A., Ralianti, D. D., Hanafi, H., Widyatmoko, W., & Pambudi, P. R. (2026). Pendidikan Kedamaian sebagai Fondasi Konseling Karier: Studi Literatur tentang Etika Konselor dan Pengambilan Keputusan Siswa. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pandohop*, 6(1), 45–59.
- Li, J., Gillebaart, M., van Timmeren, T., & De Ridder, D. (2025). Everything everywhere all at once: mapping lay beliefs about self-control. *Frontiers in Psychology*, 16, 1593089.
- Mathes, E. W., Lane, D. J., Helmers, B. R., Jamnik, M. R., Hendrickson, M., & Aleshire, B. (2017). The dark side of self-control: High self-control leads to better outcomes when engaging in bad behaviors. *Personality and Individual Differences*, 105, 326–329.
- Messer, E. J. E., Roome, H. E., & Legare, C. H. (2025). Learning to control through culture: Explaining variation in the development of self-regulation. *Psychological Review*.
- Obohwemu, K. O. (2025). Theory and psychometric development of a survey to measure attitudes towards self-comforting behaviours: The self-comforting attitude scale (SCAS). *Mental Health & Prevention*, 38, 200425.
- Orkibi, H., & Ronen, T. (2017). Basic psychological needs satisfaction mediates the association between self-control skills and subjective well-being. *Frontiers in Psychology*, 8, 936.
- Pouralizadeh, M., Ebadi, A., Leyli, E. K., & Bazzi, A. (2025). Designing and psychometric evaluation of the nursing instructors clinical leadership style scale (CLSS): a sequential exploratory mixed-methods design. *BMC Nursing*, 24(1), 1040.
- Purwaningsih, E. (2024). The role of metacognition in character education: A case study on students' moral and ethical formation strategies. *Society*, 12(1), 1–13.
- Rawn, C. D., & Vohs, K. D. (2011). People use self-control to risk personal harm: An intra-interpersonal dilemma. *Personality and Social Psychology Review*, 15(3), 267–289.
- Rivkin, W., Diestel, S., & Schmidt, K.-H. (2015). Affective commitment as a moderator of the adverse relationships between day-specific self-control demands and psychological well-being. *Journal of Vocational Behavior*, 88, 185–194.
- Roth, L. H. O., Jankowski, J. M., Meindl, D., Clay, G., Mlynski, C., Freiman, O., Nordmann, A.

*Psychometric Evaluation of Tangney's The 10-Item Brief Self-Control Scale: Evidence from Indonesian Adolescence*

Nanda Alfian Kurniawan<sup>1</sup>, Destanika Dhiffa Ralianti<sup>2</sup>, Syarifudin<sup>3</sup>, Muhaimin Abdillah<sup>4</sup>, Kmas M. Eka Fhitrah<sup>5</sup>, Aisyi Salsabila Hanum<sup>6</sup>

- L., Stenzel, L.-C., & Wagner, V. (2024). Registered Report: Self-Control Beyond Inhibition—German Translation and Quality Assessment of the Self-Control Strategy Scale (SCSS). *Collabra: Psychology, 10*(1), 125242.
- Saxena, M. (2024). Burnout and attention failure in STEM: The role of self-control and the buffer of mindfulness. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 21*(8), 1000.
- Tangney, J. P., Boone, A. L., & Baumeister, R. F. (2018). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. In *Self-regulation and self-control* (pp. 173–212). Routledge.
- Upreti, K., Kushwah, V. S., Vats, P., Alam, M. S., Singhai, R., Jain, D., & Tiwari, A. (2024). A SWOT analysis of integrating cognitive and non-cognitive learning strategies in education. *European Journal of Education, 59*(2), e12614.
- Werner, K. M., & Ford, B. Q. (2023). Self-control: An integrative framework. *Social and Personality Psychology Compass, 17*(5), e12738.
- Zhang, J., Wang, F., & King, R. B. (2025). Beyond intelligence: Exploring the role of growth mindsets in the domain of social-emotional skills. *British Journal of Educational Psychology*.
- Zhang, S., Chang, T., & Li, Z. (2024). Parental psychological control and college students' negative risk-taking behaviors: The chain-mediating of autonomy and self-control. *Psychology Research and Behavior Management, 2687–2699*.