

KONTROL DIRI ANAK USIA 5-6 TAHUN DITINJAU DARI JENIS KELAMIN

Dinna Islammeiliani¹, Dwi Anisa Faqumala², Raeh Niken Baghiroh³

Universitas Tangerang Raya, Tangerang, Indonesia

Email: dinnaislammeiliani@gmail.com¹, dfaqumala@gmail.com², raehniken94@gmail.com³

Sejarah Artikel:

Diterima **Oktober 2024**

Disetujui **Oktober 2024**

Dipublikasi **November**

2024

Kata Kunci:

Kontrol diri anak;

Jenis kelamin

Abstrak: Kontrol diri merupakan satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan yang berada disekitarnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah perbedaan kemampuan kontrol diri anak usia 5-6 tahun ditinjau dari jenis kelamin anak. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan survei. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 49 anak di kelompok B TK Tunas Bangsa 4. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis *Independent Sample t-Test*. Hasil perhitungan *Independent Sample t-Test* diperoleh hitung $t < t$ tabel yaitu $1,745 < 2,010$ dan $p \text{ value} < 0,05$ yaitu $0,087 < 0,05$, maka hipotesis ditolak. Hasil penelitian menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan kemampuan kontrol diri anak usia 5-6 tahun ditinjau dari jenis kelamin.

Abstract: Self control is one potential that can be developed and used by individuals during processes in life, including in dealing with conditions that exist in the environment around them. This study aims to determine whether there are differences in self-control abilities of children aged 5-6 years in terms of the sex of the child. Study uses quantitative methods with surveys. The subjects in this study were 49 children in TK Tunas Bangsa B group 4. The sampling technique in this study used purposive sampling technique. The data analysis technique used in this study was the analysis of the Independent Sample t-Test. The results of the calculation of the Independent Sample t-Test obtained t count $< t$ table which is $1.745 < 2.010$ and p value < 0.05 which is $0.087 < 0.05$, then the hypothesis is rejected. The results of the study stated that there was no difference in self-control abilities of children aged 5-6 years in terms of gender.

PENDAHULUAN

Berbagai permasalahan yang sering muncul dalam kehidupan ini banyak diakibatkan oleh ketidakmampuan seseorang dalam mengendalikan diri. Tawuran antar pelajar, mengambil hak milik orang lain (mencuri, merampok, korupsi), penyalahgunaan obat terlarang dan *free sex* merupakan contoh perilaku yang timbul karena ketidakmampuan dalam mengendalikan diri (*self control*). Setiap orang pada dasarnya memiliki kemampuan untuk mengendalikan diri (*self control*). Namun kemampuan ini sering tidak dikembangkan orangtua dengan maksimal sehingga anak tumbuh menjadi pribadi yang sulit mengontrol diri sendiri.

Kontrol diri merupakan satu potensi yang dapat dikembangkan dan digunakan individu selama proses-proses dalam kehidupan, termasuk dalam menghadapi kondisi yang terdapat di lingkungan yang berada disekitarnya, para ahli berpendapat bahwa kontrol diri dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif selain dapat mereduksi efek-efek psikologis yang negatif dari stressor-stresor lingkungan. Disamping itu kontrol diri memiliki makna sebagai suatu kecakapan individu dalam kepekaan membaca situasi diri dan lingkungannya serta kemampuan untuk mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi untuk menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi (Calhoun dan Acocela, 1990).

Dengan mengembangkan kemampuan mengendalikan diri sebaik-baiknya, maka anak akan dapat menjadi pribadi yang efektif, hidup lebih konstruktif, dapat menyusun tindakan yang berdimensi jangka panjang, mampu menerima diri sendiri dan diterima oleh masyarakat luas. Kemampuan mengendalikan diri menjadi sangat berarti untuk meminimalkan perilaku buruk yang selama ini banyak kita jumpai dalam kehidupan di masyarakat juga dalam tatanan pribadi. Para peneliti yang memimpin studi ini menemukan bahwa anak-anak dengan pengendalian diri yang tinggi biasanya lebih mampu memperhatikan atau bertahan dengan tugas-tugas yang sulit dan mengurangi perilaku yang tidak penting. Jauh lebih mungkin untuk menemukan dan mempertahankan pekerjaan saat menjadi orang dewasa, menghabiskan kurang dari 40 % menganggur daripada mereka yang memiliki kapasitas lebih rendah untuk pengendalian diri sebagai anak-anak.

KAJIAN TEORI

Kontrol Diri

Kontrol diri didefinisikan Roberts (Ghufron, 2011) sebagai suatu jalinan yang secara utuh atau terintegrasi antara individu dengan lingkungannya. Individu yang memiliki kontrol diri tinggi berusaha menemukan dan menerapkan cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Kontrol diri mempengaruhi individu untuk mengubah perilakunya sesuai dengan situasi sosial sehingga dapat mengatur kesan lebih responsif terhadap petunjuk situasional, fleksibel, dan bersikap hangat serta terbuka. Marvin R. Goldfried dan Michael Merbaum (Ghufron, 2011) berpendapat kontrol diri secara fungsional didefinisikan sebagai konsep dimana ada atau tidak adanya seseorang memiliki kemampuan untuk mengontrol tingkah lakunya yang tidak hanya ditentukan cara dan teknik yang digunakan melainkan berdasarkan konsekuensi dari apa yang mereka lakukan. Rodin (dalam Widiana dkk, 2004) mengungkapkan kontrol diri adalah perasaan bahwa seseorang dapat membuat keputusan dan mengambil tindakan yang efektif untuk menghasilkan akibat yang diinginkan dan menghindari akibat yang tidak diinginkan.

Hurlock (1990) mengatakan bahwa kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi dan dorongan-dorongan di dalam dirinya. Mengontrol emosi berarti mendekati suatu situasi dengan menggunakan sikap yang rasional untuk merespon situasi tersebut dan mencegah munculnya reaksi yang berlebihan (dalam Zulkarnain, 2002). Ada dua kriteria yang menentukan apakah kontrol emosi dapat diterima secara sosial atau tidak kontrol emosi dapat diterima bila reaksi masyarakat terhadap pengendalian emosi adalah positif. Namun reaksi positif saja tidaklah cukup karenanya perlu diperhatikan kriteria lain, yaitu efek yang muncul setelah mengontrol emosi terhadap kondisi fisik dan praktis, kontrol emosi seharusnya tidak membahayakan fisik, dan psikis individu. Artinya dengan mengontrol emosi kondisi fisik dan psikis individu harus membaik (Hurlock dalam Zulkarnain, 2002).

Averill (Ghufon, 2011) menggunakan istilah kontrol personal untuk menyebut kontrol diri. Kontrol personal mencakup 3 (tiga) jenis yaitu kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*), dan kontrol keputusan (*decisional control*). Ketiga jenis tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Kontrol perilaku (*behavior control*).
Kontrol perilaku menunjukkan kesiapan suatu respon yang secara langsung dapat mempengaruhi atau memodifikasi keadaan yang tidak menyenangkan. Kontrol perilaku dapat dibedakan menjadi dua yaitu:
 - a. Kemampuan mengatur pelaksanaan (*regulated administration*), yaitu kemampuan individu menentukan siapa yang mengendalikan situasi atau keadaan yaitu dirinya atau orang lain.
 - b. Kemampuan memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*), yaitu kemampuan individu mengetahui cara dan waktu menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki. Stimulus dapat dihadapi dengan menggunakan beberapa cara di antaranya adalah mencegah atau menjauhi stimulus, menemptatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang berlangsung, dan menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir serta membatasi intensitasnya.
2. Kontrol kognitif (*cognitive control*) Kontrol kognitif menunjukkan kemampuan individu mengolah informasi yang tidak dikehendaki dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis. Kontrol kognitif terdiri dari dua komponen yaitu:
 - a. Kemampuan memperoleh informasi (*information gain*), yaitu kemampuan individu mengantisipasi keadaan atau peristiwa baik atau buruk melalui pertimbangan yang objektif terhadap informasi yang diperoleh. Informasi mengenai keadaan yang tidak menyenangkan dapat membantu individu untuk mengantisipasi keadaan tersebut dengan berbagai pertimbangan.
 - b. Kemampuan melakukan penilaian (*appraisal*), yaitu kemampuan menilai dan menafsirkan keadaan atau peristiwa tertentu dengan memperhatikan segi-segi positif secara objektif.
3. Kontrol keputusan (*decisional control*) Kontrol keputusan menunjukkan kemampuan individu menentukan hasil atau tujuan yang diinginkan. Kontrol keputusan dapat berfungsi dengan baik apabila terdapat kesempatan dan kebebasan dalam diri individu untuk memiliki berbagai kemungkinan tindakan.

Mesina & Messina dalam Gunarsa (2008) menyatakan bahwa pengendalian diri memiliki beberapa fungsi yaitu:

- 1) Membatasi perhatian individu terhadap orang lain
- 2) Membatasi keinginan individu untuk mengendalikan orang lain di lingkungannya
- 3) Membatasi individu untuk bertingkah laku negatif
- 4) Membantu individu untuk memenuhi kebutuhan individu secara seimbang.

Sebagaimana faktor psikologis lainnya kontrol diri dipengaruhi beberapa faktor diantaranya adalah:

- 1) Faktor internal, faktor internal yang mempengaruhi kontrol diri seseorang adalah faktor usia dan kematangan, semakin bertambah usia, semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu.
- 2) Faktor eksternal, faktor eksternal meliputi keluarga (Hurlock, 2009), dalam lingkungan keluarga terutama orangtua akan menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang.

Jenis Kelamin

Menurut Hungu (2007) jenis kelamin (seks) adalah perbedaan antara perempuan dengan laki-laki secara biologis sejak seseorang lahir. Seks berkaitan dengan tubuh laki-laki dan perempuan, dimana laki-laki memproduksi sperma, sementara perempuan menghasilkan sel telur dan secara biologis mampu menstruasi, hamil dan menyusui. Perbedaan biologis dan fungsi biologis laki-laki dan perempuan tidak dapat dipertukarkan diantara keduanya, dan fungsinya tetap dengan laki-laki dan perempuan pada segala ras yang ada di muka bumi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan survei. Subyek dalam penelitian ini sebanyak 49 anak di kelompok B TK Tunas Bangsa 4. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Skala pengukuran jawaban dilakukan dengan menggunakan *skala likert*. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan *check-list*. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner yang disusun berdasarkan *skala likert* yaitu Skala Kontrol Diri dan Permendikbud nomor 137 Tahun 2014 mengenai sosial-emosional. Sedangkan analisis data menggunakan *Independent Sample t-Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Uji Normalitas

Berdasarkan hasil perhitungan statistik menunjukkan bahwa data berdistribusi normal, hal ini ditunjukkan dengan nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 ($\text{sig.} > 0,05$). Sesuai dengan kriteria pengujian dalam uji normalitas dengan kolmogorov smirnov menyatakan "jika $\text{sig.} > 0,05$ maka data normal dan jika nilai $\text{sig.} < 0,05$ maka data tidak normal". Sesuai dengan tabel diatas maka nilai signifikansi Kolmogorof Smirnof untuk skala kontrol diri anak ditinjau dari jenis kelamin laki-laki adalah 0,200 $> 0,05$. Nilai Signifikansi untuk skala kontrol diri anak ditinjau dari jenis kelamin perempuan adalah 0,200 $> 0,05$.

b. Uji Homogenitas

Tabel 1. Hasil Uji Homogenitas

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2,259	1	47	,140

Tabel di atas menunjukkan hasil nilai pengujian homogenitas menggunakan metode Levene Statistic. Hasil tes homogenitas yaitu 2,259 dengan signifikansi 0,067. Jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut homogen. Karena 0,140 $> 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa data dari sampel penelitian adalah homogen.

c. Uji Hipotesis

Kontrol Diri Anak	T	Sig. 2
Equal Variances Assumed	1,745	0,087

Pada perhitungan *Independent Sample t-Test* terdapat kriteria uji t yaitu apabila t hitung $> t$ tabel dan p value $< 0,05$ maka hipotesis diterima, apabila t hitung $< t$ tabel dan p value $> 0,05$ maka hipotesis ditolak. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat perbedaan kontrol diri anak usia 5-6 tahun ditinjau dari jenis kelamin. Pada tabel *Independent Sample t-Test* dapat dilihat bahwa t hitung adalah 1,745, sedangkan t tabel dapat dilihat pada tabel statistik dengan signifikansi 0,05 : 2 = 0,025 (uji 2 sisi) dengan derajat kebebasan (df) = 47. Hasil yang diperoleh untuk t tabel 2,010. Dari hasil analisis dapat disimpulkan bahwa t hitung $< t$ tabel yaitu 1,745 $< 2,010$ dan p value $< 0,05$ yaitu 0,087 $< 0,05$, maka hipotesis ditolak.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis penelitian kontrol diri anak usia 5-6 tahun ditinjau dari jenis kelamin dapat disimpulkan bahwa jenis kelamin tidak mempengaruhi kontrol diri anak usia 5-6 tahun. Ditunjukkan dengan hasil uji *Independent Sample t-Test* yaitu t hitung $< t$ tabel yaitu $1,745 < 2,010$ dan p value $> 0,05$ yaitu $0,087 > 0,05$, maka hipotesis ditolak. Hasil penelitian menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan kemampuan kontrol diri anak usia 5-6 tahun ditinjau dari jenis kelamin.

DAFTAR PUSTAKA

- Gufron, M. N. & Rini Risnawita. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruz Media.
- Gunarsa, S. D. (2008). *Psikologi Anak: Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hungu. (2007). *Demografi Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Grasindo
- Hurlock, E. B. (2009). *Perkembangan Anak dan Remaja Jilid I*. Jakarta: Erlangga.
- Permendikbud nomor 137 Tahun 2014.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Zulkarnain. (2002). *Kreativitas dan Kontrol Diri*. Yogyakarta: Ilmu Cendekia.