

PENGEMBANGAN INSTRUMEN KENDALI DIRI (*SELF CONTROL*) REMAJA DI KABUPATEN MALANG

Titin Kholisna¹, & Siti Fatimah²

Universitas Islam Raden Rahmat Malang, Jl. Raya Mojosari 02 Kepanjen Malang
titin.kholisna@uniramalang.ac.id, vatea.muach@gmail.com

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan instrumen kendali diri (*self control*) yang memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang memadai. Lokasi penelitian bertempat di wilayah Kabupaten Malang dengan menggunakan tehnik *cluster random sampling*. Uji coba instrumen menggunakan analisis eksploratori dan konfirmatori dengan *loading factors* lebih dari 0,5 (≥ 0.5). Hasil dari pengembangan instrumen kendali diri remaja diperoleh 155 item. Dilakukan uji coba item pertama menghasilkan 91 item valid, dilanjutkan uji coba kedua dihasilkan 52 item valid dan uji coba ketiga diperoleh 26 item valid dengan korelasi ≥ 0.5 . Menghasilkan uji reliabilitas sebesar 0.852 yang berarti sangat tinggi. Berdasarkan analisis dihasilkan satu sub indikator baru dari lima sub indikator sebelumnya. Sehingga instrumen kendali diri remaja telah diperoleh 26 item valid dengan enam indikator dari dua variabel yaitu (1) mengendalikan emosi, dan (2) disiplin diri.

Kata kunci: Instrumen, Kendali diri

1 PENDAHULUAN

Maraknya peristiwa dan kasus tindak kekerasan seksual, tindak asusila sampai berujung pada pembunuhan terjadi pada tahun 2016. Bahkan diketahui yang menjadi korban dan pelaku dari peristiwa tersebut adalah remaja baik perseorangan ataupun kelompok. Umumnya yang menjadi korban adalah perempuan dan laki-laki menjadi pelakunya. Bentuk perilaku agresi yang dilakukan pelajar mulai dengan memukul, menendang dan menghina, melampar dengan batu bahkan sampai luka kritis dan meninggal dunia. Mengacu pada studi sebelumnya yang dilakukan oleh Center Public Mental Health (CPMH) Fakultas Psikologi UGM di 4 kota

besar yang tersebar di Solo, Semarang, Surabaya dan Malang mengungkapkan bahwa peserta didik SMA, SMK dan MA setidaknya 8% dalam setiap 6 bulan sekali mengalami kekerasan verbal dan non-verbal, dan sekitar 21.30% perilaku agresi dilakukan oleh peserta didik laki-laki. Kemudian terdapat 8.60% peserta didik yang secara langsung menyaksikan gurunya melakukan kekerasan kepada peserta didiknya di sekolah dan ditemukan pula bahwa sekitar 41.50% peserta didik memiliki emosi negatif di lingkungan sekolah (Natalia, 2012). Data bertambah 22 persen atau 85.000 pada tahun 2013 yaitu pelajar di Indonesia terlibat kasus narkoba sebanyak 3.247 diantaranya peserta didik yang

masih duduk dibangku SD (Prabowo, 2013). Sedangkan, kalangan pelajar dan mahasiswa di kota Malang yang kerap terjadi adalah kasus narkoba pengguna pil koplo, alih-alih harganya yang murah dan mudah untuk didapatkan (Afandi, 2013). Selanjutnya, studi penelitian dilakukan oleh mahasiswi uin Malang tentang adanya seks pranikah yang telah dilakukan pelajar SMA di kota Malang (Nihaya, 2007). Beberapa kasus tersebut membuktikan permasalahan dalam dunia pendidikan yang semakin mengkhawatirkan masa depan bangsa dan negara. Oleh karena itu, penting bagi pendidik untuk lebih mengupayakan tindakan baik bersifat *preventif* ataupun *kuratif*.

Malang dijuluki sebagai kota pendidikan dan santri karena banyak berdiri lembaga pendidikan dan pesantren yang dijadikan rujukan pelajar ataupun mahasiswa untuk menimba ilmu pengetahuan umum dan agama. Daerah Kabupaten Malang merupakan daerah Malang yang meliputi 33 kecamatan terbagi dalam empat bagian/daerah, yaitu kabupaten Malang daerah barat, daerah timur, daerah utara dan daerah selatan. Sebagai julukan kota pendidikan maka dalam rangka penguatan pendidikan karakter peserta didik, peneliti menyajikan instrumen kendali diri (*self control*) yang memadai guna mengidentifikasi permasalahan remaja untuk menjaring adanya kecenderungan-kecenderungan negatif dalam pribadi remaja. Hal ini selaras dengan tujuan pendidikan nasional dalam UU No 20 tahun 2003 yaitu mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan

bertakwa kepada Tuhan YME, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (SISDIKNAS, 2008).

Instrumen kendali diri remaja merupakan seperangkat pertanyaan/ Pernyataan untuk mengukur *traits* (kecenderungan) remaja usia 12-18 tahun. Aspek kendali diri yang diungkap meliputi beberapa indikator yang dikembangkan peneliti dengan merujuk pada teori dan melakukan uji coba dengan prosedur penyusunan instrumen. Sehingga tujuan dari penelitian ini adalah menghasilkan instrumen kendali diri yang memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang memadai.

2 METODE PENELITIAN

Model penelitian ini adalah pengembangan alat ukur psikologis, yaitu berupa skala kendali diri. Mengembangkan instrumen kendali diri dilakukan secara berurutan, langkah demi langkah sehingga dapat menghasilkan instrumen yang memadai. Prosedur penelitian pengembangan instrumen kendali diri yaitu (1) pengembangan spesifikasi alat ukur, (2) penulisan instrumen, (3) penelaahan instrumen, (4) perakitan instrumen, (5) uji coba pertama, (6) analisis hasil, (7) revisi dan penelaahan, (8) uji coba kedua, (9) analisis hasil, (10) revisi dan penelaahan, (11) uji coba ketiga, (12) analisis hasil, (13) revisi dan penelaahan, (14) analisis penyusunan norma, (15) panduan pengadministrasian, (16) produk instrumen

kendali diri. Adapun kisi-kisi instrumen kendali diri sebagai berikut.

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Kendali diri

Konstruk	Indikator	Sub-Indikator
Kendali diri (self-control)	Kendali emosi	1.1 Memahami emosi dan dampaknya
		1.2 Mampu mengelola emosi dari desakan-desakan hati yang merusak
		1.3 Mampu melihat suasana hati orang lain
	Disiplin diri	2.1 Mampu memodifikasi situasi atau keadaan
		2.2 Mampu memilih suatu tindakan berdasarkan keyakinan dan persetujuan

3 PEMBAHASAN

Hasil akhir analisis dari uji coba instrumen kendali diri remaja di kabupaten malang menjelaskan bahwa kendali diri merupakan konstruk yang dibangun dengan dua komponen/indikator, kemudian dengan beberapa langkah uji coba dan analisis menemukan satu sub-indikator baru dinamai dengan ‘mampu mengantisipasi keadaan secara objektif’. Konstruk kendali diri dengan indikator pertama yaitu kendali emosi dengan tiga sub-indikator terdapat 12 dukungan item. Indikator kedua yaitu disiplin diri dengan dua sub-indikator dan satu sub-indikator baru terdapat 14 item. Uji coba instrumen dilakukan

di SMP/MTs/MA/SMA/SMK sebanyak 33 sekolah.

Tahap awal penelitian yaitu perakitan item-item yang sesuai dengan konsep dan indikator dari konstruk kendali diri (*self-control*), yaitu terdiri atas 2 indikator dan 5 sub-indikator.

Hasil perakitan instrumen diperoleh 155 item yang terdiri atas sub-indikator 1.1 diperoleh 32 item, sub-indikator 1.2 diperoleh 22 item, sub-indikator 1.3 diperoleh 20 item, sub-indikator 2.1 diperoleh 43 item, dan sub-indikator 2.2 diperoleh 38 item. Selanjutnya dilakukan uji coba instrument pertama yang bertujuan untuk melihat sejauhmana skala item pernyataan yang sudah dirakit dapat terbaca secara jelas oleh peserta didik, kemudian dari data yang diperoleh tersebut dapat dianalisis untuk melihat validitas item dan selanjutnya dapat direvisi atau dirakit kembali.

Uji coba instrumen pertama dilakukan di tiga kecamatan, yaitu wilayah barat di kecamatan wonosari bertempat di 2 (dua) madrasah diperoleh 80 siswa, wilayah bagian timur di kecamatan Wajak bertempat di dua (2) madrasah diperoleh 115 siswa, dan wilayah bagian selatan di kecamatan Gondanglegi bertempat di dua (2) sekolah diperoleh 74 siswa, jumlah keseluruhan sebanyak 269 subjek. Hasil analisis item diperoleh sebanyak 91 item valid dengan reliabilitas yang sangat tinggi sebesar 0,939.

Uji coba instrumen kedua dilakukan kepada remaja sebanyak 562 subjek yang menyebar di 4 wilayah di 7 kecamatan dan di 9

sekolah. Kabupaten Malang barat terlaksana di 2 sekolah di kecamatan Sumberpucung, wilayah bagian timur dilaksanakan di 3 kecamatan masing-masing 1 sekolah, wilayah bagian selatan dilaksanakan di 2 kecamatan masing-masing 2 sekolah di kec. Kepanjen dan 1 sekolah di kec. Turen, wilayah bagian utara dilaksanakan di kecamatan Lawang di 1 sekolah. Analisis hasil uji instrumen ke-2 diperoleh item valid dengan kriteria loading $\geq 0,5$ sebanyak 52 item. Pada analisis ini tidak ada revisi sehingga dapat dilanjutkan untuk uji coba instrumen ke-3.

Uji coba instrumen ke-3 bertempat di limabelas sekolah yang mewakili dari sembilan kecamatan yang berada di empat wilayah Kabupaten Malang dengan jumlah keseluruhan subjek sebanyak 1043 peserta didik. Analisis uji coba instrumen ke-3 telah diperoleh 43 item dengan loading factors $\geq 0,5$ dari anti-image correlation dengan nilai Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy sebesar 0.931. Kemudian dilanjutkan dengan melihat kesesuaian item dengan komponen/indikator yang sudah dibentuk.

Hasil yang diperoleh dari analisis yaitu sebanyak 26 item yang memiliki loading $\geq 0,5$. Dengan menggunakan analisis konfirmatori terlihat dalam tabel masing-masing item menempati kesesuaian dengan indikator. Namun pada item 41, 39, 5, 37, 47 merupakan item yang tidak terdeteksi masuk pada kelompok indikator. Melihat hal ini peneliti menelaah dan merevisi kembali item, kemudian mengelompokkan menjadi satu sub indikator

baru yaitu **mampu mengantisipasi keadaan secara objektif**.

Uji reliabilitas instrumen kendali diri sebesar 0,852 yang berarti sangat tinggi.

Tabel.2 Reliabilitas instrumen

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,852	26

Penelitian serupa pernah dilakukan yaitu tentang pengembangan skala disiplin diri yang menggunakan sampel peserta didik Madrasah Tsanawiyah di Kota Malang. Populasi responden 1.241 peserta didik dari 28 Madrasah Tsanawiyah di Kota Malang. Sampel dalam penelitian tersebut sebanyak 288 peserta didik dari 14 Madrasah Tsanawiyah yang ada di Kota Malang. Sebanyak 16 item yang diperoleh dengan empat sub-variabel yang dikembangkan (Kholisna, 2015). Penelitian ini merupakan bagian pengembangan dari penelitian yang sudah dilakukan dengan menggunakan sampel yang lebih luas dan mengembangkan satu bagian indikatornya. Instrumen kendali diri remaja dapat digunakan sebagai alat ukur bagi para pendidik yang berada ditingkat menengah.

4 KESIMPULAN

Perakitan instrumen pertama diperoleh sebanyak 155 item dari dua indikator, yaitu (1) mengendalikan emosi, (2) disiplin diri. Uji coba instrumen telah dilakukan dengan mengacu pada prosedur yang dikembangkan. Tiga kali uji coba instrumen telah dilakukan

menghasilkan 26 item valid yang memenuhi koefisien korelasi lebih dari 0,5 ($\geq 0,5$) dan nilai reliabilitas sebesar 0,852 yang berarti sangat tinggi. Pengembangan instrumen kendali diri remaja diperoleh 2 indikator dengan enam sub-indikator. Dan instrumen yang sudah teruji coba layak untuk digunakan untuk melihat kecenderungan kendali diri remaja di kabupaten Malang. Instrumen kendali diri perlu dilakukan pengembangan konstruk yang mengingat bahwa *traits* dipengaruhi oleh berbagai faktor salah satunya adalah lingkungan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penelitian ini melibatkan beberapa Sekolah Tingkat Menengah Pertama/Madrasah Tsanawiyah dan Sekolah Menengah Atas di Kabupaten Malang. Kami selaku peneliti mengucapkan sebanyak-banyaknya atas perhatian dan kerja samanya. Dan semoga yang kami lakukan bermanfaat untuk perbaikan karakter remaja di kabupaten Malang. Instrumen kendali diri dapat digunakan pendidik untuk mengetahui kecenderungan kendali diri peserta didik.

DAFTAR PUSTAKA

- Afandi. Media center. S.A. 1 februari 2013. *Kota Malang Rawan Kasus Narkoba dalam* (<http://mediacenter.malangkota.go.id>), diakses 10 Mei 2016.
- Hurlock, Elisabeth. 1984. *Psikologi Perkembangan II*. Edisi lima. Jakarta: Erlangga
- Nihaya, Fajrin. 2007. *Sikap Permisif Siswa-Siswi SMKN 2 Malang*

Terhadap Seks PraNikah (Studi kasus di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 2 Malang Jl. Veteran No. 17 Malang). (<http://lib.uin-malang.ac.id>), diakses 10 Mei 2016.

Prabowo, Andika. 22 Agustus 2013 – 03:01 WIB. *22 persen pengguna narkoba adalah pelajar dalam* (<http://nasional.sindonews.com>), diakses 10 Mei 2016.

Undang-Undang R.I. No. 20 Tahun 2003 tentang SISDIKNAS dan Permen R.I. No. 47 Tahun 2008 tentang wajib belajar. Bandung: Citra Umbara.

