

Penerapan Strategi *Self Management* Dalam Meningkatkan Disiplin Anak Usia Dini (Studi Pada RA DWP UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak	ISSN Cetak : 2477-4715	Diterima : 12 September 2015
Vol. 1 (2), 2015,	ISSN Online : 2477-4189	Direvisi : 20 Oktober 2015
www.al-athfal.org	DOI	Disetujui : 10 Desember 2015

Penerapan Strategi *Self Management* Dalam Meningkatkan Disiplin Anak Usia Dini (Studi Pada RA DWP UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta)

Siti Zubaedah

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

Email: betyzubaedah@gmail.com

Abstract

Discipline is required for early childhood, especially in RA in the process of learning activities are implemented. A few problems related to discipline facing early childhood was difficulty to manage themselves in preparing themselves and their requirements in the preparation and learning activities. This research is Aimed to identify the increasing of discipline in the learning for early childhood after having been implemented self -management strategies. This research object is RA DWP Sunan Kalijaga. The Methods of data collecting are observation directly to the target object of study namely students of RA. Based on observations show that self-management strategies are given to students of RA can improve the discipline of children in the course.

KeyWord: *Discipline; Self Management*

Abstrak

Penanaman disiplin diperlukan pada anak usia dini khususnya di RA dalam proses kegiatan pembelajaran yang dilakukan. Beberapa permasalahan yang berkaitan dengan kedisiplinan yang dihadapi anak usia dini adalah kesulitan memanager diri mereka sendiri dalam menyiapkan diri dan keperluannya berkaitan dengan persiapan dan kegiatan belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi peningkatan disiplin dalam belajar pada anak usia dini setelah dilakukan strategi self management. Penelitian ini dilakukan di RA DWP Sunan Kalijaga Yogyakarta. Metode pengumpulan data yang dilakukan yaitu observasi langsung kepada objek penelitian yang dituju yaitu siswa RA. Berdasarkan observasi yang dilakukan menunjukkan

strategi self management yang diberikan kepada siswa RA dapat meningkatkan disiplin anak dalam mengikuti pelajaran.

Kata kunci : *Disiplin, Self Management.*

Pendahuluan

Kegiatan pembelajaran yang dilaksanakan pada anak usia dini di RA menggunakan pendekatan bermain. Montessori dalam Suyadi menyatakan bahwa semua anak belajar dengan bermain. Bermain dikalangan anak-anak sama dengan “kerja” pada orang tua atau belajar pada orang dewasa. Kegiatan pembelajaran yang dilakukan pun harus dalam situasi yang menyenangkan dan menarik perhatian sehingga anak tidak merasa bosan dan anak akan termotivasi untuk belajar. Setiap anak diharapkan dapat mengikuti kegiatan pembelajaran yang telah ditetapkan oleh seorang guru.

Menanamkan disiplin diperlukan pada anak usia dini khususnya di RA DWP UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dalam proses kegiatan pembelajaran yang dilakukan. Penanaman disiplin dapat mendorong anak didik untuk melakukan tugas dengan baik sesuai arahan oleh guru. Berkaitan dengan penanaman disiplin pada seorang anak akan dapat membuat seorang anak yang patuh dan taat untuk melakukan proses perubahan dari belum bisa menjadi bisa, belum tahu menjadi tahu, dari pengalaman, kebiasaan, dan latihan, dan bersifat menetap yang meliputi aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Dengan kata lain disiplin lebih mengarah pada aturan-aturan sistematis yang dibuat untuk kepentingan hidup bersama demi tercapai suatu tujuan.

Penerapan disiplin dalam belajar merupakan sebuah perilaku dalam kegiatan belajar yang mempengaruhi prestasi belajar, *self-management* merupakan suatu strategi perubahan tingkah laku yang diinginkan sehingga dalam penelitian ini menggunakan strategi *self-management*, karena strategi *self-management* dapat menjadi fasilitator anak didik untuk mengatur perilaku dari diri anak didik sendiri, sehingga anak didik akan sadar dan dapat merubah perilakunya untuk menjadi lebih baik.

Penerapan strategi *self-management* dapat meningkatkan disiplin belajar anak usia dini di RA DWP Sunan Kalijaga Yogyakarta. Sebagai pembuktian atas uraian tersebut, diperlukan penelitian tentang penerapan strategi *self-management* untuk meningkatkan disiplin belajar anak usia dini. Penelitian ini dilaksanakan dengan memodifikasi tahapan strategi *self-management* Cormier & Cormier disesuaikan dengan kondisi dan kemampuan anak usia dini.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen, yaitu penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari “sesuatu” yang dikenakan pada subyek selidik (Arikunto, 2010 : 208). Adapun jenis penelitian eksperimen yang digunakan adalah jenis penelitian eksperimen semu (*Quasi Experiment*) dengan menggunakan model *one group pre-test and post-test design*.

Penelitian ini dilaksanakan di lembaga pendidikan anak usia dini pada tingkat Raudlotul Athfal (RA). Adapun subjek penelitian adalah anak usia dini pada RA DWP UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penelitian yang akan dilakukan ini menggunakan suatu teknik pengumpulan data yaitu observasi. Adapun keuntungan observasi salah satunya adalah adanya akses langsung kepada proses sosial tepat ketika peristiwa itu tengah terjadi. Selain keuntungan terdapat juga beberapa kerugian dari observasi, diantaranya: a) hanya akan melihat apa yang ada di depan mata kita. b) ancaman terhadap validitas riset muncul sepanjang pengumpulan data. Jika partisipan menyadari bahwa dirinya tengah diamati, ada kemungkinan mereka akan bereaksi terhadap kehadiran observer dan berperilaku tidak wajar atau di luar karakter alamiahnya.

Menurut Suryabrata penelitian harus memastikan pola analisis mana yang akan digunakan, apakah analisis statistik ataukah analisis non-statistik. Pemilihan ini tergantung kepada jenis data yang dikumpulkan (Suryabrata, 1998:85). Pada penelitian ini diperlukan metode analisis data statistik, karena data yang dikumpulkan merupakan data kuantitatif. Metode analisis yang sesuai dengan rancangan dalam penelitian ini adalah statistik non parametrik, karena data yang dianalisis berasal dari sejumlah subyek penelitian yang relatif kecil. Sedangkan tes statistik yang digunakan untuk menganalisis data adalah dengan Uji Tanda.

Kajian Toeri

Kedisiplinan

Menurut pendapat Rachman (dalam Tu'u, 2004:32) mengartikan disiplin adalah upaya mengendalikan diri dan sikap mental individu atau masyarakat dalam mengembangkan kepatuhan dan ketaatan terhadap peraturan dan tata tertib berdasarkan dorongan dan kesadaran dan yang muncul dari dalam hatinya. Sedangkan (Charles, 2007:29) menjelaskan disiplin adalah sebuah proses pendidikan dan pelatihan diri yang membantu kita meningkatkan efektifitas dan kualitas seluruh pengalaman kita di dunia ini. Berdasarkan pendapat di atas dapat diketahui bahwa disiplin adalah sikap anak yang menunjukkan ketaatan, kepatuhan, peraturan dan tata tertib yang ada, berdasarkan kesadaran yang tercipta dalam diri anak dan melalui binaan keluarga, pendidikan, pengalaman serta latihan.

Disiplin mempunyai tujuan yaitu perilaku sedemikian rupa sehingga ia akan sesuai dengan peran-peran yang ditetapkan kelompok budaya, tempat individu itu diidentifikasi. Orang tua atau pun guru diharapkan dapat menerangkan terlebih dahulu apa kegunaan atau manfaat disiplin bagi anak sebelum mereka melakukan kegiatan pendisiplinan terhadap anak. Hal ini dilakukan supaya anak memahami maksud dan tujuan berdisiplin pada saat mereka menjalaninya. Dan pada akhirnya hal tersebut akan berbuah manfaat yang positif bagi perkembangan anak itu sendiri.

Bentuk-bentuk Disiplin

(Hurlock, 2005:93), menyatakan bahwa disiplin dapat dibagi menjadi tiga macam, antara lain: 1). Disiplin Otoriter, disiplin dalam belajar yang bersifat otoriter, orang tua atau guru menetapkan peraturan-peraturan dan memberitahukan anak bahwa ia harus mematuhi peraturan tersebut. Disiplin otoriter merupakan pengendalian tingkah laku belajar berdasarkan tekanan, dorongan, pemaksaan dari luar diri anak. Hukuman dan ancaman kerap kali dipakai untuk memaksa. Mendorong siswa agar mematuhi dan mentaati peraturan. Hukuman ini dianggap sebagai cara untuk mencegah pelanggaran peraturan dalam belajar. 2). Disiplin Permisif, disiplin ini membiarkan anak mencari dan menemukan sendiri tatacara yang memberinya batasan dari tingkah laku belajarnya, sehingga anak bebas mengatur dan menentukan sendiri apa yang dianggapnya baik dalam belajar. Anak yang melanggar aturan belajar di sekolah tidak diberi sanksi atau hukuman. 3). Disiplin Demokratis Pendekatan disiplin demokratis dilakukan dengan memberikan penjelasan, diskusi dan penalaran untuk membantu anak mengerti mengapa diharapkan untuk mematuhi peraturan dan jadwal belajar yang ada. Metode ini lebih menekankan aspek edukatif daripada aspek hukuman. Dalam disiplin belajar yang demokratis pemberian hukuman disesuaikan dengan pelanggaran yang dilakukan anak dalam belajar.

Faktor-faktor Pembentukan Disiplin Belajar

Menurut Tu'û (2004) terdapat faktor yang dapat berpengaruh pada pembentukan disiplin belajar, antara lain: a). Teladan perbuatan, perbuatan dan tindakan kerap kali lebih besar pengaruhnya dibandingkan kata-kata. Contoh dan teladan seorang guru serta keluarga sangat berpengaruh terhadap disiplin belajar siswa. Siswa lebih mudah meniru apa yang mereka lihat. Disini faktor teladan disiplin belajar sangat penting bagi disiplin belajar siswa. b). Lingkungan berdisiplin belajar, siswa dapat juga dipengaruhi oleh lingkungan. Bila siswa berada dalam lingkungan yang berdisiplin belajar baik, maka siswa dapat terbawa oleh kondisi tersebut. c). Latihan berdisiplin belajar, disiplin belajar dapat dicapai dan dibentuk melalui proses latihan dan kebiasaan. Artinya, melakukan disiplin belajar secara berulang-ulang dan membiasakannya dalam praktek-praktek kegiatan belajar sehari-hari. Dengan latihan dan membiasakan diri untuk belajar sesuai dengan jadwal, maka disiplin belajar siswa akan terbentuk dalam diri siswa, sehingga disiplin belajar siswa menjadi suatu kebiasaan siswa.

Self Management

Self-management is a process in which clients direct their own behavior change with any one therapeutic strategy or a combination of strategies (Cormier, 1985:519). Dalam bahasa Indonesia : *self-management* adalah suatu proses di mana klien mengubah perilaku mereka sendiri secara langsung dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi beberapa strategi.

Selanjutnya (Nursalim, dkk, 2005:146) menyatakan pengelolaan diri adalah suatu proses dimana klien mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri, dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi dan berdasarkan kamus

yang disusun (Mappiare, 2006:297) *self-management* adalah menunjuk pada suatu teknik dalam terapi kognitif behavioral berlandaskan pada teori belajar yang dirancang untuk membantu para klien mengontrol dan mengubah tingkah lakunya sendiri ke arah tingkah laku yang lebih efektif, sering dipadukan dengan ganjar diri (*self-reward*).

Dari beberapa pendapat di atas dijelaskan bahwa pengertian strategi *self-management* adalah suatu prosedur dimana klien diberikan kesempatan untuk mengarahkan dan mengatur perubahan tingkah laku mereka sendiri dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi.

Menurut (Cormier, 1985:520) tujuan *self-management* adalah: (1) Memberikan keterangan dan uraian kejadian pada klien, serta menggambarkan penggunaan enam komponen monitor diri untuk klien. (2) Mengajarkan seseorang bagaimana memonitor diri sebagai salah satu strategi perubahan tingkah laku. (3) Memberikan keterangan dan uraian kejadian pada klien, serta menggambarkan penggunaan stimulus kontrol (pengaturan lingkungan) sebagai metode pengawasan untuk mengurangi atau menambah standar tingkah laku. (4) Memberikan keterangan dan uraian kejadian pada klien serta menggambarkan penggunaan empat komponen untuk memberikan penguat pada diri klien. (5) Mengajarkan seseorang bagaimana menggunakan penguat pada diri klien.

Macam-macam Strategi *Self-Management*

Macam-macam strategi *self management* menurut (Cormier, 1985:524)

Self-Monitoring (pemantauan diri), *Self-Monitoring* adalah suatu proses dimana klien mengamati dan mencatat hal-hal tentang diri mereka dan interaksi mereka dengan situasi lingkungan. Adapun langkah-langkahnya adalah:

- a. Rasional, yaitu konselor memberi penjelasan tentang apa yang akan dimonitor dan mengapa, menekankan bahwa hal ini dapat dilakukan sendiri dan dapat dilakukan sesering mungkin
- b. Penentuan respon, pada tahap ini konselor perlu membantu klien menentukan usaha yang ditargetkan secara eksplisit.
- c. Mencatat respon, pada tahap ini konselor mengajarkan klien tentang waktu, metode dan alat-alat untuk mencatat.
- d. Membuat respon dan setiap minggu klien dapat menjumlahkan frekuensi dan membuat petanya.
- e. Memperlihatkan data, yaitu klien dapat menempelkan data di tempat yang dapat dilihat dan mendorong kemajuannya.

Stimulus-Control (pengendalian rangsangan)

(Cormier, 1985:524) mengemukakan dua prinsip penggunaan *stimulus control* yaitu dapat digunakan untuk mengurangi perilaku-perilaku yang tidak diinginkan dan meningkatkan perilaku-perilaku yang diinginkan.

Untuk mengurangi perilaku yaitu dengan mengecilkan frekuensi tindakan yang berhubungan dengan tingkah laku tersebut dalam bentuk:

- a. Mengatur tindakan yang membuat tempat itu menjadi penghambat dalam pengaturan tingkah laku
- b. Mengatur tindakan yang memungkinkan klien dapat dikontrol oleh orang lain
- c. Menghilangkan gejala atau menggantinya
- d. Menciptakan cara untuk menghilangkan gejala

Sedangkan untuk meningkatkan suatu perilaku yaitu dengan membuat tatanan awal tindakan yang berhubungan dengan respon dalam bentuk:

- a. Memunculkan tindakan yang diperhitungkan secara cermat untuk menampilkan tingkah laku yang diinginkan
- b. Memusatkan perilaku ketika dalam situasi tertentu
- c. Mengembangkan secara bertahap pada situasi
- d. Menyediakan situasi yang membantu, baik oleh orang lain maupun hal-hal yang bisa mengingatkan diri sendiri

Self-Reward (penghargaan diri).

Self-reward digunakan pada sasaran perilaku penguat ketika pelaksanaannya diikuti oleh respon yang ditargetkan (Cormier:539). *Self-reward* memiliki empat komponen yaitu:

- a. Pemilihan hadiah/ penghargaan
- b. Penyajian hadiah/ penghargaan
- c. Penentuan waktu pemberian hadiah/ penghargaan
- d. Perencanaan pemeliharaan perubahan diri

Pembahasan

Self-management is a process in which clients direct their own behavior change with any one therapeutic strategy or a combination of strategies (Cormier, 1985:519). Dalam bahasa Indonesia : *self-management* adalah suatu proses di mana klien mengubah perilaku mereka sendiri secara langsung dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi beberapa strategi.

Kombinasi strategi self management ini bisa berupa latihan *self-monitoring* (pemantauan diri), *stimulus-control* (pengendalian rangsangan) dan *self-reward* (penghargaan diri) supaya dia mampu mengelola atau mengendalikan dirinya sesuai dengan tujuan yang diinginkan. *Self-monitoring* adalah upaya konseli untuk mengamati diri sendiri, mencatat sendiri tingkah laku tertentu (pikiran, perasaan, tindakan) tentang dirinya dan interaksinya dengan peristiwa lingkungan. *Stimulus-control* adalah merancang sebelumnya antecedent atau isyarat pedoman/petunjuk untuk menambah atau mengurangi tingkah laku. *Self-reward* adalah pemberian hadiah pada diri sendiri setelah tercapainya tujuan yang diinginkan.

Self-monitoring. Self monitoring dilaksanakan dengan pencatatan menggunakan formulir yang telah dibuat untuk mencatat respon dan juga sebagai peta respon jumlah frekuensi keberhasilan anak dalam melaksanakan tugas yang diarahkan oleh para guru.

Stimulus control. Catatan pembelajaran dari hasil pengamatan yang dilakukan dalam hal disiplin belajar secara tidak langsung menjadi bahan evaluasi bagi peneliti

untuk mengingatkan apabila tidak muncul perilaku disiplin bejalar dan masih terlihatnya perilaku buruk yang kurang menunjang perilaku disiplin dalam belajar yang tercipta didalam kelas.

Self reward. Dalam pengamatan yang dilakukan peneliti melihat adanya pemberian hadiah atau self reward terhadap anak. Seorang anak yang melakukan kegiatan sebagaimana arahan yang diberikan oleh guru, maka guru akan memberikan hadiah kepada anak tersebut, hal ini akan menjadi pemicu yang positif akan terbentuknya perilaku disiplin belajar.

Pelaksanaan strategi self management dalam disiplin belajar anak usia dini di RA DWP UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta dilakukan dengan baik. Strategi pertama yang dilakukan yaitu pemantauan diri, dimana peneliti mengamati dan mencatat hal-hal tentang anak dan interaksi anak dalam pelaksanaan pembelajaran. Pengamatan yang dilakukan secara langsung kepada sekelompok anak didalam kelas.

Berdasarkan hasil pengukuran awal yang diperoleh melalui angket, diperoleh 2 kelompok anak didalam kelas yang termasuk dalam kategori memiliki disiplin dalam belajar yang rendah. Selanjutnya, sekelompok anak tersebut diberikan perlakuan konseling kelompok strategi pengelolaan diri sebanyak 2 x pertemuan. Setelah diberikan perlakuan dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan strategi self management selama 2 kali pertemuan, selanjutnya mengukur kembali tingkat kedisiplinan anak dalam belajar dengan menggunakan angket disiplin belajar yang sama seperti pada pengukuran awal. Tujuannya untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan kedisiplinan anak dalam belajar tersebut setelah memperoleh perlakuan layanan konseling kelompok dengan strategi self management.

Berdasarkan hasil pengukuran akhir diketahui bahwa sekelompok anak dalam kelas mengalami perubahan yang signifikan dari kurang disiplin menjadi disiplin. Hal itu menunjukkan bahwa disiplin dalam belajar meningkat setelah pemberian konseling kelompok dengan strategi pengelolaan diri. Perubahan disiplin dalam belajar terlihat pula dalam proses analisis data yang dilakukan dengan menggunakan uji tanda atau sign test menunjukkan bahwa nilai $\rho = 0,004$ lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima, artinya strategi self management dapat meningkatkan disiplin belajar anak usia dini RA DWP UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Dalam pelaksanaan penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu perlakuan strategi dalam konseling kelompok sebanyak 2 kali pertemuan. Sebaiknya dibutuhkan waktu yang lebih banyak dalam melaksanakan perlakuan sehingga memungkinkan tercapainya tujuan secara maksimal. Selain itu, lebih untuk memperhatikan faktor lain yang belum diamati dalam penelitian ini karena rasa malas manusia bisa disebabkan oleh berbagai faktor.

Kesimpulan

Disiplin dalam belajar pada anak usia dini merupakan pengajaran, dorongan dan bimbingan yang dilakukan oleh guru dalam dunia pendidikan khususnya di RA DWP UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penerapan disiplin dalam belajar pada anak usia dini perlu untuk diperhatikan karena harus disesuaikan dengan perkembangan anak.

Perilaku disiplin anak dalam pelaksanaan pembelajaran di RA DWP UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sudah dapat diarahkan oleh para guru. Hal ini terlihat ketika anak dapat mengikuti pembelajaran dan arahan yang disampaikan oleh para guru. Tidak semua anak terdapat perubahan pada disiplin dalam belajar anak setelah dilakukan penerapan strategi self management, hal ini menandakan diperlukan sistem yang lain dalam penerapan disiplin anak dalam belajar.

Perlu adanya strategi lainnya dalam penerapan disiplin anak dalam belajar di sekolah maupun di rumah. Ketika melaksanakan disiplin anak dalam belajar tidak merasa bahwa hal itu sebuah paksaan dari para guru maupun orang tua. Dalam penerapan disiplin anak dalam belajar dalam hal perilaku, perasaan dan pemikiran pada anak usia dini masih perlu bimbingan langsung oleh para guru di sekolah dan orang tua di lingkungan rumah.

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik (Edisi Revisi 2010)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Cormier, W.H and Coermier, LS. 1985. *Interviewing Strategies for Helpers Fundamental Skill and Kognitive Behavioural Intervariations*. Second edition. California books: Cole publishing.
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2008. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta
- Gie, Liang. 2000. *Cara Belajar yang Efisien edisi keempat*. Yogyakarta: Gajah Mada Unipress
- Hurlock, B. Elizabeth. 2005. *Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta: Gelora Aksara Pratama
- Hutabarat, E.P. 1995. *Cara Belajar Pedoman Praktis untuk Belajar Secara Efisien dan Efektif*. Jakarta: BDK Gunung Mulia.
- Kartono, Kartini. 1985. *Bimbingan dan Dasar-dasar Pelaksanaanya*. Jakarta. CV. Rajawali.
- Manz, C.Charles. 2007. *Management Emosi*. Yogyakarta: Think Press

- Mappiare, Andi. 2006. *Kamus Istilah Konseling dan Terapi*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada
- Nursalim, Mochamad. dkk. 2005. *Strategi Konseling*. Surabaya: Unesa University Press.
- Riduwan. 2002. *Skala Pengukuran Variabel-variabel Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Schaefer, Charles. 1994. *Cara Efektif Mendidik dan mendisiplinkan Anak*. Jakarta. Mitra Utama
- Suryabrata, Sumadi. 1998. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. 2006. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suyadi, 2011, *Management PAUD (TPA-KB-TK/RA)*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Syah, M. 2003. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Grafindo Persada.
- Tu' u, Tulus. 2004. *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Siswa*. Jakarta: Grasindo