

Hubungan *Self-Management* dalam Memperjelas *Self-Concept* Siswa Usia Dini Menggunakan Metode Bibliografi

Ardella Adawiyah¹, Irna Tri Aulia Harahap², Gusman Lesmana³

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Indonesia

Email: adawiyahardela@gmail.com¹, irmaatriiauliaahrp18@gmail.com²,
gusmanlesmana@umsu.ac.id³

Corresponding Author: Ardella Adawiyah

Abstrak

Anak merupakan makhluk unik dengan beragam potensi dan bakat yang harus dikembangkan lebih lanjut agar dapat tumbuh dengan sehat. Anak mempunyai ciri-ciri tertentu yang unik dan berbeda. Tujuan penelitian ini adalah untuk memperjelas hubungan antara pengendalian diri dan konsep diri pada anak usia dini. Melalui teknik bercerita, pelajari tentang faktor-faktor yang mendukung dan menghambat perkembangan kemampuan berbahasa pada anak usia 5 hingga 6 tahun. Jenis penelitian ini menjadi acuan. Ada dua jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini: data primer dan data sekunder. Data dari survei perpustakaan. Metode pengumpulan data yang digunakan peneliti ini adalah survei perpustakaan. Penelitian ini menganalisis data dengan metode analisis kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode narasi berperan sangat penting dalam mengembangkan potensi anak usia dini. Anak usia dini cenderung mengambil keputusan, sehingga sebagai seorang konselor diperlukan kemampuan untuk memberikan kesempatan kepada anak untuk menginvestasikan waktu dan pemahaman dirinya.

Kata Kunci: Anak Usia Dini, Metode Bibliografi, *Self-Concept*, *Self-Management*.

Abstract

Children are unique beings with a variety of potentials and talents that must be further developed to grow healthily. Children have certain characteristics that are unique and different. The purpose of this study is to clarify the relationship between self-control and self-concept in early childhood. Through storytelling techniques, learn about the factors that support and hinder the development of language skills in children aged 5 to 6 years. This type of research is a reference. There are two types of data collected in this study: primary data and secondary data. Data from a library survey. The data collection method used by this researcher is a library survey. This research analyzes the data with qualitative analysis method. The results showed that the narrative method plays a very important role in developing the potential of early childhood. Early childhood tends to make decisions, so as a counselor, the ability to provide opportunities for children to invest time and understand themselves is needed.

Keywords: Early Childhood, Bibliographic Method, *Self-Concept*, *Self-Management*.

PENDAHULUAN

Sangat penting untuk memiliki pendidikan agar masyarakat dapat hidup. Pendidikan sangat penting untuk kelangsungan hidup dan perkembangan sebuah komunitas. Tanpa pendidikan, masyarakat tidak akan dapat hidup dan berkembang dengan prinsip kemajuan, kesejahteraan, dan kebahagiaan. Secara sederhana, pendidikan adalah upaya sadar seseorang untuk meningkatkan potensi dan rasa percaya diri mereka secara lahir dan batin sesuai dengan nilai-nilai agama dan masyarakat mereka.

Dari sudut pandang pendidikan, mengembangkan konsep diri sangat membantu dalam memaksimalkan kemampuan individu dalam berinteraksi. Banyak remaja dan dewasa muda yang memiliki citra diri yang rendah, dan jika kita tidak dapat memperlakukan mereka dengan lebih baik, siswa dengan citra diri yang rendah tidak akan mencapai hasil belajar yang optimal. Gejala-gejala ini disebut konsep diri atau *self-concept* (Desmita, 2014).

Anak merupakan makhluk unik yang mempunyai beragam kemungkinan dan bakat, yang masih perlu dikembangkan agar dapat tumbuh dengan sehat. Anak-anak mempunyai ciri-ciri tertentu yang berbeda pada setiap orang dan berbeda dengan orang dewasa. Anak-anak selalu sangat aktif, mobile, antusias dan ingin tahu tentang apa yang mereka lihat, dengar dan rasakan. Mereka seakan tidak pernah berhenti meneliti dan belajar untuk memuaskan rasa ingin tahunya yang besar.

Menurut beberapa para ahli: Burns (1993) menyatakan bahwa konsep diri adalah kumpulan dari pemikiran, pendapat orang lain tentang diri kita, dan gambaran yang kita inginkan tentang diri kita. Pandangan seseorang tentang siapa diri mereka sendiri berasal dari informasi yang diberikan oleh orang lain tentang mereka. Menurut Rochman Natawidjaya (dalam Adiyanti 2006), konsep diri mencakup pemahaman seseorang tentang dirinya sendiri, hubungannya dengan orang lain, tabiat-tabiatnya, kemampuan dan ketidakmampuannya, dan harga dirinya.

Menurut Hurlock (1999), definisi konsep diri adalah pemahaman yang dimiliki seseorang tentang dirinya sendiri. Konsep diri ini merupakan gabungan dari keyakinan seseorang tentang mereka sendiri, yang mencakup karakteristik fisik, psikologis, sosial, emosional, aspirasi, dan prestasi. Konsep diri juga mengacu pada pemikiran, ide, perasaan, keyakinan, dan sikap yang dimiliki seseorang dalam interaksi dengan orang lain.

Manajemen diri adalah strategi perubahan sikap di mana klien menggunakan satu atau kombinasi metode pengobatan untuk mengubah perilakunya sendiri. Pengarahan diri mengacu pada upaya seseorang untuk merencanakan, mengarahkan perhatian, dan mengevaluasi aktivitas yang dilakukan. Kekuatan mental memberikan pedoman bagi individu agar mudah mengambil keputusan, memvalidasi keputusannya, dan mengambil keputusan secara meyakinkan.

Dengan demikian, dipahami bahwa manajemen diri adalah seperangkat prinsip atau prosedur yang mencakup pemeriksaan diri dan pemantauan diri, mendorong umpan balik (kepercayaan diri), mengakui diri sendiri (kontrak diri), kemampuan menyegarkan (meningkatkan kontrol), dan strategi mental dan perilaku. Perspektif dan Kerangka Kognisi, dan Prinsip Emosional Teknik Remediasi Sosial Informasi agar mengembangkan lebih lanjut keterampilan siswa dalam siklus pembelajaran yang diharapkan.

METODE PENELITIAN

Studi, metodologi penelitian, atau studi kepustakaan yang mencakup teori-teori yang relevan dengan masalah penelitian peneliti. Dalam penelitian, terutama penelitian akademis, di mana tujuan utamanya adalah mengembangkan aspek praktis, tinjauan pustaka merupakan kegiatan penting. Jenis penelitian ini merupakan acuan. Menurut Zed (2004), daftar pustaka berarti daftar informasi tentang buku-buku

karya penulis atau pakar di berbagai bidang, disiplin ilmu, atau penerbit tertentu. Peneliti menggunakan penelusuran literatur untuk mengumpulkan data terkait dengan judul penelitian. Selain itu, mereka menggunakan berbagai metode, seperti tinjauan literatur, tinjauan literatur, dan pencarian internet, untuk mendapatkan data untuk penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut Komalasari et al., (2016), Manajemen diri adalah upaya seseorang untuk mengontrol perilakunya sendiri. Metode ini melibatkan orang dalam beberapa atau seluruh komponen utama. Ini berarti menetapkan tujuan untuk perilaku, memantau perilaku tersebut, memilih prosedur yang diharapkan, menerapkan prosedur, dan mengevaluasi efektivitas prosedur (Sukadji, Komalasari, 2014). Permasalahan yang dapat dikelola dengan teknik *self-management* antara lain: (1) perbuatan yang menimbulkan kesusahan pada orang lain atau pada diri sendiri, padahal tidak ada hubungannya dengan orang lain. (2) Perilaku yang sering terjadi sehingga tidak dapat diprediksi kapan akan terjadi, dan tidak dapat dikendalikan secara efektif oleh orang lain. (3) Perilaku yang dimaksud dikomunikasikan secara lisan dan terkait dengan pengendalian diri dan evaluasi diri. (4) Untuk mengubah atau mempertahankan perilaku, klien bertanggung jawab.

Bila menggunakan teknik *self-management*, tanggung jawab keberhasilan nasehat ada di tangan pencari nasehat. Konsultan berperan sebagai pembangkit ide, fasilitator yang membantu merancang program, dan konsultan motivator (Sukadji dalam Kokulasari, et.al., 2014). Uno (Asrianti, 2016) menyatakan bahwa definisi konseptual manajemen diri adalah siswa bertanggung jawab dalam mengatur segala tindakannya, dengan tujuan menjadikan siswa lebih mandiri, mandiri, dan mampu memprediksi masa depan dengan lebih baik menunjukkan bahwa itu adalah tindakan siswa tertentu. Manajemen diri adalah pendekatan modern yang menerapkan perspektif perilaku dalam pembelajaran dan membantu siswa mengendalikan aktivitas belajar mereka. Pendekatan behavioral, menurut Hartono dan Boy (Asrianti, 2016), selalu berusaha mengubah perilaku manusia secara langsung dan ditunjukkan melalui metode yang digunakan.

Brooks (dalam Agustiani, 2006) mengatakan bahwa konsep diri tinggi (positif) dan konsep diri rendah (negatif) adalah dua jenis sifat. Seseorang yang memiliki konsep diri tinggi (positif) memiliki sifat-sifat seperti berikut: *pertama*, optimis tentang kemampuan untuk memecahkan masalah. Seseorang yang memiliki keyakinan pada dirinya bahwa dia mampu mengatasi masalah, tidak menyerah pada masalah, dan percaya bahwa ada jalan keluar untuk setiap masalah. *Kedua*, menganggap diri sendiri setara dengan orang lain mereka selalu menghargai orang lain, tidak sombong, mencela atau meremehkan orang lain. *Ketiga*, menerima pujian tanpa malu. *Keempat*, secara sadar memiliki sikap dan perilaku yang baik. *Kelima*, memiliki kemampuan untuk memperbaiki diri karena mereka dapat mengungkapkan aspek kepribadian yang tidak disukai dan berusaha mengubahnya. mampu mengintrospeksi dirinya sendiri sebelum mengintrospeksi orang lain, dan mampu mengubah dirinya untuk menjadi lebih baik agar dapat diterima di lingkungannya.

Mereka yang memiliki konsep diri rendah (negatif) biasanya memiliki ciri-ciri berikut: (1) Sensitif terhadap kritik, (2) bertindak responsif terhadap pujian; jangan berlebihan pada setiap orang karena masalah mereka, (3) memiliki kecenderungan untuk merasa tidak disukai orang lain. Perasaan yang sensitif bahwa orang lain di sekitarnya menganggap dirinya berperilaku buruk, (4) memiliki pandangan yang hiperkritik, dan (5) mengalami kesulitan saat berinteraksi dengan lingkungan sosialnya merasakan dirinya tidak mampu berinteraksi dengan orang lain.

Konsep Diri (Self Concept) Memiliki Dimensi

Calhoun-Acocella (Priyanti 2015: 17) membagi konsep diri menjadi tiga dimensi: *Pertama*, pengetahuan: dimensi ini mencakup pengetahuan dasar tentang diri kita sendiri, seperti usia, jenis kelamin, kewarganegaraan dan suku, bentuk tubuh, kejujuran, dan jenis kepribadian. *Kedua*, penilaian (penilaian): dimensi ini mencakup persepsi kita tentang diri kita sendiri berdasarkan apa yang kita anggap baik atau buruk tentang diri kita sendiri. Setiap hari kita melakukan evaluasi diri, menilai apakah kita memenuhi harapan atau tidak. Rasa harga diri, yaitu seberapa besar kita percaya pada diri kita sendiri, muncul sebagai hasil dari penilaian ini. *Ketiga*, harapan. Dimensi ketiga dari konsep diri adalah pikiran tentang apa yang mungkin terjadi di masa depan. Harapan setiap orang berbeda.

Tahap-tahap dalam *Self-Management* Pengelolaan diri biasanya dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah sebagai berikut: (1) **Tahap pengawasan diri atau observasi diri:** Pada tahap pertama, konselor dengan hati-hati mengamati dan mencatat tingkah lakunya sendiri. (2) **Tahap evaluasi diri:** Pada tahap ini, konseli membandingkan hasil pengamatan dengan tujuan tingkah laku. (3) **Tahap pemberian penguatan, penghapusan, dan hukuman:** Pada tahap ini, konseli mengatur dirinya sendiri; tahap ini membutuhkan komitmen kuat dari konseli untuk menerapkan program.

Rachmat (Erli Ernawati dan Indiryati E.P.) mengatakan konsep diri ialah cara seseorang melihat dan mengevaluasi dirinya sendiri. Ciri diri seseorang sangat penting untuk pandangan mereka tentang diri mereka sendiri. Tidak mampu mengevaluasi diri adalah alasan siswa kurang memahami diri mereka sendiri. Siswa seringkali tidak menyadari bahwa mereka memiliki kemampuan unik yang berbeda dari orang lain. Karena mereka merasa tidak mampu, minder, tidak dapat mengatasi kekurangannya, dan mengetahui kelemahannya, siswa menjadi tidak disiplin diri. Tanda-tanda kurangnya pemahaman diri termasuk merasa tidak berdaya, tidak berdaya, tidak mampu, tidak percaya diri, dan tidak mampu menerima diri sendiri.

Meskipun upaya telah dilakukan untuk mengatasi masalah yang memengaruhi konsep diri siswa, masalah ini belum dapat dihilangkan sepenuhnya. Untuk mengatasi kurangnya pemahaman diri ini, supervisor menggunakan strategi yang disebut manajemen diri untuk mengatasi masalah ini. Strategi manajemen diri membantu siswa menetapkan tujuan perilaku, memantau perilaku, mengevaluasi perilaku, dan mengembangkan rencana perubahan perilaku dengan tujuan menjadi orang yang lebih produktif yang menerima dan memahami dirinya sendiri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa konsep diri juga mengacu pada pemikiran, ide, perasaan, keyakinan, dan sikap yang dimiliki seseorang ketika berinteraksi dengan orang lain. Pemahaman diri berkembang secara bertahap dan dimulai sejak bayi mampu mengenali dan membedakan orang lain. Manajemen diri adalah strategi perubahan sikap di mana klien menggunakan satu atau kombinasi metode pengobatan untuk mengubah perilakunya sendiri. Pengarahan diri mengacu pada upaya seseorang untuk merencanakan, mengarahkan perhatian, dan mengevaluasi aktivitas yang dilakukan. Memiliki citra diri yang positif. Ia yakin akan kemampuannya mengatasi masalah, merasa setara dengan orang lain, menerima pujian tanpa rasa malu dan memperbaiki kesalahannya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa di bawah pengawasan orang tua dan guru, setiap anak memiliki konsep diri yang memungkinkan mereka mengatur waktu dengan caranya sendiri dan mengejar tujuan masa depan untuk mencapai kesuksesan.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. (2006). *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Apollo, A. (2007). *Hubungan antara Konsep Diri dengan Kecemasan Berkomunikasi secara Lisan pada Remaja. Manasa*. Vol 1, No 1, Juni 2007 (17-32)
- Asrianti. 2016. *Penerapan Teknik Self-Management untuk Mengurangi Kebiasaan Bermain Game Online pada Siswa di SMA Negeri 1 Tinggimoncong*. Skripsi (tidak diterbitkan). Makassar: Universitas Negeri Makassar.
- Burns, R. B. (1993). *Konsep Diri Teori, Pengukuran, Perkembangan dan Perilaku*. Alih Bahasa: Eddy. Jakarta: Penerbit: Arcan.
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Alih bahasa: Istiwidayati & Soedjarwo. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga
- Komalasari, G., Wahyuni, E., & Karsih. 2016. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Pudjijoyanti, C. R. (1999). *Konsep Diri dalam Pendidikan*. Jakarta: Arcan.
- Suwardani, Ni Pipi; Dharsana, I Ketut dan Suranata, Kadek. 2014. *Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Self-Management untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Kelas VIII B3 SMP Negeri Singaraja*. E-Journal Undiksa Jurusan Bimbingan dan Konseling Vol 2 No 1.
- Zed, M. (2004). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.