



EMPATI DAN KONTROL DIRI GURU DALAM MENGAJAR DI SEKOLAH DASAR

Yufiarti*

Iriani Indri Hapsari**

Ulfatul Annisaa***

* Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

** Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

*** Program Studi Psikologi, Universitas Negeri Jakarta

DOI: <https://doi.org/10.21009/JPPP.051.04>

Alamat Korespondensi:

yufiarti@unj.ac.id

irianiindrihapsari@unj.ac.id

ulfatun.annisaa@yahoo.com

ABSTRACT

This research was conducted to determine the role of empathy toward teacher's self-control in teaching at public elementary school. This research uses quantitative method. Adaptation from QCAE instruments (Cognitive and Affective Empathy Questionnaire) and self-control instruments were constructed based on Averill's theory is occupied as Empathy instruments. The sample of this research is 72 respondents, public elementary school teacher. The method used in this research is regression analysis. The result is positive influence. This shows the higher level of empathy teachers will have impact on the higher self-control. Presentation the influence result is 9,7% and rest influenced by other factors.

Keywords

empathy, self-control, primary school teacher

1. Pendahuluan

Pada dasarnya pendidikan adalah suatu interaksi antara pendidik dengan siswa untuk mencapai tujuan pendidikan yang sedang berlangsung. Menurut Poerbakawatja dan Harahap (1981) pendidikan merupakan usaha secara sengaja dari orang dewasa untuk meningkatkan tanggung jawab moral anak dari segala perbuatannya. Orang dewasa itu adalah orang tua atau orang tua yang atas dasar tugas dan kedudukannya mempunyai kewajiban untuk mendidik salah satunya guru (dalam Syah, 2011). Oleh karena itu, dalam pendidikan, guru merupakan salah satu komponen yang penting dalam sekolah yang memiliki pengaruh yang besar terhadap siswa.

Sekolah Dasar pada hakikatnya merupakan lingkungan pendidikan formal pertama yang di-

masukinya oleh anak-anak. Dalam lembaga pendidikan, fungsi Sekolah Dasar adalah mendidik anak-anak. Disamping itu, sekolah juga mempunyai fungsi untuk memberikan pengetahuan, keterampilan, dan sikap sebagai bekal untuk hidup di masyarakat.

Menurut Tyson dan Carol (1970), apabila interaksi antar-personal (guru dan siswa di dalam kelas terjadi dengan baik, maka kegiatan belajar akan terjadi. Sebaliknya, jika interaksi guru-siswa buruk maka, kegiatan belajar siswa pun tidak akan terjadi atau mungkin terjadi tetapi tidak sesuai dengan harapan (Syah, 2011).

Sering kita melihat kasus mengenai kekerasan yang terjadi dalam lingkungan pendidikan. Secara umum, tindakan kekerasan yaitu sebagai suatu tindakan yang merugikan orang lain, baik secara fisik maupun psikis. Tindakan kekerasan sering

dijumpai dalam kehidupan sehari-hari, baik yang terjadi dalam lingkungan, keluarga, masyarakat, atau sekolah. Dalam lingkungan sekolah, tindakan kekerasan ini bisa dilakukan oleh siapa saja, misalnya antara teman sekelas, kakak kelas dengan adik kelas, pemimpin sekolah terhadap stafnya, bahkan guru terhadap muridnya.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan UNICEF (2014) terdapat 45% anak mengalami kekerasan fisik terjadi di sekolah. Di beberapa daerah di Indonesia menunjukkan bahwa sekitar 80% tindakan kekerasan yang terjadi pada siswa dilakukan oleh guru, padahal guru sebagai orang tua para siswa di sekolah seharusnya menjadi seseorang yang mampu menciptakan suasana yang nyaman di lingkungan sekolah sebagai tempat yang aman dan terbaik untuk anak. Bahkan masyarakat masih ada yang berpendapat bahwa apa yang dilakukan oleh guru tersebut adalah salah satu bentuk pendidikan untuk memberikan dan menanamkan nilai disiplin kepada siswa. Padahal hukuman apa pun bentuknya akan memengaruhi konsentrasi, persepsi dan perilakunya, hingga kemungkinan anak menjadi malas belajar atau bahkan tidak mau pergi ke sekolah.

Kekerasan di lingkungan pendidikan di Jakarta, sekitar 80% siswa menjadi korban kekerasan, baik oleh guru maupun sesama siswa. Pendidik memberi tekanan terhadap siswa dengan alasan perintah otoritas sekolah atau tujuan untuk mendisiplinkan siswa (Kompas.com).

Jika individu mampu mengontrol perilakunya dengan baik maka dapat menjalani kehidupan dengan baik. Dengan mengontrol diri, individu dapat membedakan perilaku yang dapat diterima dan tidak dapat diterima (Hurriyati, 2013).

Menurut Guilford dan Merbaum (dalam Ghufroon & Risnawati, 2014) kontrol diri merupakan kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi positif.

Menurut Tangney, Baumeister, Boone (2004) seseorang dengan kontrol diri yang tinggi memiliki nilai-nilai yang lebih baik, dibandingkan dengan orang-orang dengan kontrol diri yang rendah. Cavanagh dan Justin (2002) orang yang kurang dalam mengendalikan diri telah gagal dalam dua tugas perkembangan. Dua tugas perkembangan tersebut adalah individu tidak bisa

mengatur dirinya sendiri dan individu mudah dikuasai atau terpengaruh oleh lingkungan (dalam Mukhtar, 2016).

Menurut Djuwariyah (2011) Guru yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya secara positif dan dapat mempertimbangkan konsekuensi yang akan dihadapi. Sebaliknya guru yang memiliki kontrol diri yang rendah kurang mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya secara positif dan mempertimbangkan konsekuensi yang akan dihadapi.

Kontrol diri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor yang mempengaruhi kontrol diri menurut Averill (1973) terdiri dari 2 yaitu, faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah keadaan emosi, kemampuan kognitif, kepribadian, minat, dan usia. Faktor eksternal adalah lingkungan keluarga dan lingkungan masyarakat. Berdasarkan faktor yang mempengaruhi kontrol diri menurut Averill (1973), salah satunya adalah usia. Saat guru ingin melakukan kekerasan dengan siswa, ia akan merasakan perbuatan tersebut seharusnya tidak boleh dilakukan sebagai seorang guru. Dari contoh tersebut guru memilih untuk mengontrol diri karena ia berempati terhadap siswanya di kelas.

Agar guru dapat mengendalikan diri dari segala perbuatan yang melanggar norma yang dapat dilakukan selama di kelas, maka guru harus memiliki rasa empati pada siswanya. Menurut Heinz Kohut, empati adalah kapasitas berpikir dan merasakan diri sendiri ke dalam kehidupan orang lain (Danim, 2015). Adanya rasa empati tersebut dapat membuat guru berperilaku positif atas segala hal yang terjadi di lingkungan kelas saat mengajar. Jika seseorang berempati, maka perilaku yang muncul di dalam kelas adalah positif, sebaliknya jika seseorang tidak berempati maka perilaku yang muncul di dalam kelas adalah negatif. Kontrol diri berkaitan dengan menahan diri dari dorongan melakukan sesuatu yang melanggar norma dan seorang guru berempati akan memiliki sifat moral yang baik pada dirinya, sehingga orang yang berempati akan berusaha untuk bersikap sesuai dengan norma yang ada. Menurut Baron dan Bryne (2005) seseorang yang memiliki empati menggambarkan diri sebagai bertanggung jawab, bersosialisasi menyenangkan,

toleran memiliki kontrol diri, dan termotivasi untuk membuat sesuatu yang baik. Dengan demikian dibutuhkan empati untuk dapat mengontrol diri dengan baik selama mengajar di kelas.

Menurut Kohlberg (dalam Gunarsa, 1983) empati yang berarti kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan orang lain menunjukkan bahwa seseorang sudah lebih tinggi perkembangannya daripada hanya sekedar egosentris. Individu akan mampu untuk merasakan apa yang dirasakan orang lain selama ia tidak memusatkan diri pada apa yang dirasakan oleh dirinya sendiri.

Berdasarkan penjelasan yang telah disebutkan, maka dapat disimpulkan kontrol diri dapat muncul ketika individu dapat berempati untuk tidak melakukan suatu hal yang dapat mengganggu individu lain. Seperti dalam hal guru di sekolah, guru yang bertindak agresif tidak akan melakukan tindakan tersebut kepada siswa di sekolah, hal ini sudah bisa dikatakan bahwa individu tersebut memiliki rasa empati. Dari fenomena di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh empati terhadap kontrol diri pada guru Sekolah Dasar.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah guru Sekolah Dasar Negeri di Jakarta. Teknik pengam-

bilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik sampel insidental. Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan Skala psikologis.. Skala yang dipakai peneliti untuk variabel empati adalah skala yang diadaptasi dari kuesioner The QCAE (*a Questionnaire of Cognitive and Affective Emphaty*) yang dibuat oleh Renate L. E. P. Reniers, Rhiannon Corcoran, Richard Drake, Nick M. Shryane, dan Birgit A. Völlm pada tahun 2011. Skala yang digunakan untuk variabel kontrol diri adalah skala yang dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan dimensi kontrol diri dari teori Averill yaitu dimensi kontrol kognitif, dimensi kontrol perilaku, dan dimensi kontrol keputusan.

3. Hasil Penelitian dan Diskusi

Dari perhitungan data variabel empati dan kontrol diri diperoleh rata-rata dan nilai simpangan baku tiap variabel. Adapun nilai tersebut yaitu: nilai rata-rata empati sebesar 0,62 dan nilai rata-rata kontrol diri yaitu sebesar 1,00. Nilai standar deviasi empati sebesar 0,37 sedangkan nilai standar deviasi kontrol diri sebesar 0,62. Dengan mengetahui nilai *mean* maka dapat diketahui tingkatan empati dan kontrol diri sebagai berikut:

Tabel 1. Kategorisasi Skor Empati

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$X \geq 0,62$ logit	39	54,2
Rendah	$X < 0,62$ logit	33	45,8
Total		72	100

Tabel 2. Kategorisasi Skor Kontrol Diri

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$X \geq 1,00$ logit	31	43,1
Rendah	$X < 1,00$ logit	41	56,9
Total		72	100

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat empati dari responden dalam penelitian ini didominasi oleh responden yang memiliki empati yang tinggi yaitu sebesar 54,2% sedangkan res-

ponden yang memiliki empati yang rendah yaitu sebesar 45,8%.

Untuk tingkat kontrol diri dari responden dalam penelitian ini didominasi oleh responden

yang memiliki kontrol diri yang tinggi sebesar 43,1% sedangkan responden yang memiliki kontrol diri yang rendah yaitu sebesar 56,9%.

Berdasarkan hasil dari pengujian hipotesis dengan menggunakan analisis regresi menunjukkan bahwa Hipotesis (H_0) ditolak dan Hipotesis alternatif (H_a) diterima, artinya terdapat pengaruh signifikan empati terhadap kontrol diri guru.

Pengaruh empati terhadap kontrol diri guru bersifat positif. Hal tersebut menunjukkan bahwa jika semakin tinggi empati seorang guru maka semakin tinggi juga kontrol diri guru tersebut. Sebaliknya apabila empati seorang guru rendah, maka semakin rendah juga kontrol diri guru tersebut. Persentase yang dihasilkan adalah sebesar 9,7% yang berarti bahwa empati seorang guru berpengaruh sebesar 9,7% terhadap kontrol diri, sisanya merupakan faktor-faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini. Meskipun empati hanya menyumbang 9,7% untuk kontrol diri seseorang, tetapi empati dapat menjadi salah satu faktor yang bisa mengurangi tingkat tindak kekerasan di sekolah. Karena adanya pengaruh antara empati dengan kontrol diri, maka empati yang tinggi pada guru juga akan menaikkan tingkat kontrol diri mereka, sehingga dengan demikian dapat membantu mengurangi tindakan-tindakan negatif yang mungkin dilakukan di sekolah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Lailatul Badriyah mengenai empati, kontrol diri, dan agresivitas remaja, salah satu kesimpulan diperoleh adalah semakin tinggi tingkat kontrol diri remaja maka akan semakin rendah tingkat agresivitas remaja.

Menurut Baron dan Byrne (2005) ditemukan bahwa individu yang berempati menggambarkan diri mereka sebagai bertanggung jawab, dapat bersosialisasi, menenangkan, bersikap toleran, memiliki kontrol diri dan termotivasi untuk membuat impresi yang baik.

Pada hasil *cross tabs* menunjukkan bahwa terdapat 19 subjek yang memiliki tingkat empati yang tinggi namun tingkat kontrol diri rendah.

Pada umumnya individu yang memiliki empati tinggi, kontrol dirinya tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa empati bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi individu untuk mengontrol diri. Selain empati, terdapat faktor lain yang berpengaruh dalam mengontrol diri seperti kepribadian, religiositas, dan disiplin diri.

Berdasarkan data yang diperoleh dari perhitungan kategorisasi skor pada variabel kontrol diri, diperoleh persentase kategorisasi skor rendah yang lebih besar dibandingkan dengan skor tinggi. Menurut Averill (1973) faktor-faktor yang memengaruhi kontrol diri seseorang terdiri dari faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang memengaruhi kontrol diri antara lain adalah kemampuan kognitif dan usia. Semakin tinggi usia dan tingkat pendidikan maka akan semakin tinggi pula tingkat kontrol diri seseorang. Sebaliknya rendahnya tingkat pendidikan, usia, dan kognitif seseorang juga akan menyebabkan rendahnya tingkat kontrol diri. Dari data demografi diketahui bahwa sebagian besar subjek memiliki tingkat pendidikan yang tinggi dan usia dewasa. Sebesar 95,8% subyek berpendidikan terakhir S1 dan sebanyak 8,3% subjek berusia 52 tahun.

Data kategorisasi skor pada variabel empati menunjukkan persentase kategori skor rendah juga lebih besar dibandingkan dengan persentase pada kategorisasi skor tinggi. Pada variabel empati sebanyak 54,2% subjek berada pada kategori skor rendah dan sebanyak 45,8% subyek berada pada kategori skor tinggi. Menurut Taufik (2014) salah satu faktor yang dapat memengaruhi empati seseorang adalah faktor kognitif. Semakin seseorang berpendidikan tinggi maka memungkinkan semakin tinggi berempati. Banyaknya subyek yang berpendidikan S1, dimana pada jenjang tersebut seharusnya memiliki empati yang lebih besar.

Tingkat kontrol diri yang tinggi mampu mengurangi munculnya perilaku-perilaku negatif yang terkadang terjadi di sekolah. Untuk meningkatkan kontrol diri tersebut maka empati dapat

dijadikan salah satu faktor untuk bisa meningkatkan kontrol diri guru. Jika guru berempati, maka sikap atau perilaku di sekolah adalah positif, sebaliknya jika mereka tidak berempati maka sikap atau perilaku di sekolah adalah negatif. Guru yang berempati akan bersikap sesuai dengan norma di sekolah dan berusaha untuk menghindari konflik dengan siswa. Dengan demikian salah satu hal yang dapat membantu untuk mengontrol dirinya adalah empati.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan empati terhadap kontrol diri guru dalam mengajar di sekolah dasar. Pengaruh yang dihasilkan bersifat positif, artinya semakin tinggi empati seorang guru, maka semakin tinggi kontrol diri guru tersebut. Presentasi pengaruh antara empati terhadap kontrol diri sebesar 9,7% dan 90,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain.

5. Daftar Pustaka

- Auliya, M. & Nurwidawati, D. (2014). Hubungan Kontrol Diri dengan Perilaku Agresi pada Siswa SMA Negeri 1 Padangan Bojonegoro. *Character*, 2(3).
- Averill, J. R. (1973). Personal Control Over Aversive Stimuli and Its Relationship to Stress. *Psychological Bulletin*, 80(4), 286-303.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Buchory. (2012). *Guru: Kunci Pendidikan Nasional*. Yogyakarta: Leutikaprio.
- Badriyah, L. (2013). Pengaruh Empati dan *Self-Control* terhadap Agresivitas Remaja SMA Negeri 3 Kota Tangerang Selatan.
- Chaplin, J. P (2000). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Creswell, J. W. (2010). *Research Design Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka.
- Danim, S. (2015). *Pengembangan Profesi Guru: Dari Pra-Jabatan, Induksi, ke Profesional Madani*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Departemen Pendidikan Nasional, Pusat Bahasa. (2014). *Kamus Bahasa Indonesia*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama Jakarta.
- Desmita. (2011). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Djuwariyah. (2011). Hubungan Kontrol Diri dengan Intensi Melakukan Kekerasan Terhadap Siswa. *Jurnal Pendidikan Islam*, 1(4).
- Feist, J. & Feist, G. 2010. *Teori Kepribadian: Theories of Personality II*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ghufron, M. & Rini R. (2014). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar Ruz Media.
- Gini, G., Albiero, P., Benelli, B, Altor, G. (2007). Does Empathy Predict Adolescents' Bullying and Defending Behavior?. *AGGRESSIVE BEHAVIOR.*, 33, 467- 476. DOI 10.1002/ab.
- Gunarsa, D., & Gunarsa, Y. (1983) *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Hurriyati, D. (2013). Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Perilaku Agresif pada Anggota Polisi Resort Pagar Alam. *Jurnal Ilmiah PYSICHE*. 7(2). 63-74.
- Khairunnisa, A. (2013). Hubungan Religiusitas dan Kontrol Diri dengan Perilaku Seksual Pranikah Remaja di MAN 1 Samarinda. *E-Journal Psikologi*, 1(2), 220-229.

- Mukhtar, B. A., & Yusuf, S. (2016). Program Layanan Bimbingan Klasikal untuk Meningkatkan *Self-Control* Siswa. *Psikopedagogia*, 5(1).
- Myers, D. (2012). *Psikologi Sosial Jilid 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Papalia, D. E., & Feldman, R. D. (2014). *Experience Human Development Menyelami Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Prasetyo, G. (2012). Siswa SD Negeri 23 Laporkan Kekerasan oleh Guru. Diakses dari: <http://edukasi.kompas.com/read/2012/09/05/01093622/Siswa.SD.Negeri.23.Lapor.kan.Kekerasan.oleh.Guru>.
- Putri, A. D. (2015). *Hubungan Empati dan Kontrol Diri pada Mahasiswa Perokok Aktif di Lingkungan Perokok Pasif* (Skripsi) Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Reniers, R. L. E. P., Corcoran, R., Drake, R., Shryane, N. M., & Völlm, B. A. (2011). The QCAE: a Questionnaire of Cognitive and Affective Emphaty. *Journal of Personality Assessment*, 93(1), 84-95. doi:10.1080/00223891.2010.528484.
- Rangkuti, A. A., & Wahyuni, L. D. (2016). *Modul: Analisis Data Penelitian Kuantitatif Berbasis Classical Test Theory dan Item Response Theory (Rasch Model)*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Satoto, P. G. (2014). *Hubungan antara Empati dengan Perilaku Altruistik pada Siswa SMK Bina Patria 2 Sukoharjo* (Skripsi) Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Soyomukti. (2010). *Teori-Teori Pendidikan*. Jogjakarta: Ar-Ruz Media.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumiyanto, B., & Widhiarso, W. (2014). *Aplikasi Model Rach untuk Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial*. Cimahi: Trim Komunikata Publishing House.
- Suryaratri, R. D., & Rangkuti, A. A. (2013). *Statistika Deskriptif dalam Psikologi dan Pendidikan*. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta.
- Syah, M. (2011). *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Tangney, J.P., Baumeister, R.F., & Boone, A.L.(2004). High Self Control Predicts Good Adjusment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Succes. *Journal of Personality*.72 (2). 271-322.
- Taufik. (2012). *Empati: Pendekatan Psikologi Sosial*. Jakarta : PT Rajawali.
- Unicef. (2014). Laporan Tahunan Indonesia 2014. *United for children*.
- Winarsunu. (2012). *Statistika dalam Penelitian Psikologi dan Pendidikan*. Malang: UMM Press.
- Yahya, Murip (2013). *Profesi Tenaga Kependidikan*. Bandung: Pustaka Setia.