

PENGARUH PELATIHAN *SELF MANAGEMENT* TERHADAP KEMANDIRIAN PADA ANAK

Tesis
untuk memperoleh derajat Magister Psikologi
pada Program Pascasarjana
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



Oleh :
Veronika Mayangsari
(11.92.0052)

**Program Magister Sains Psikologi
Program Pascasarjana
Universitas Katolik Soegijapranata
SEMARANG
2017**

Halaman Pengesahan

PENGARUH PELATIHAN *SELF MANAGEMENT* TERHADAP KEMANDIRIAN PADA ANAK

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tesis
Program Magister Sains Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata
pada tanggal 28 Juli 2017



Mengetahui,
Ketua Program Studi,

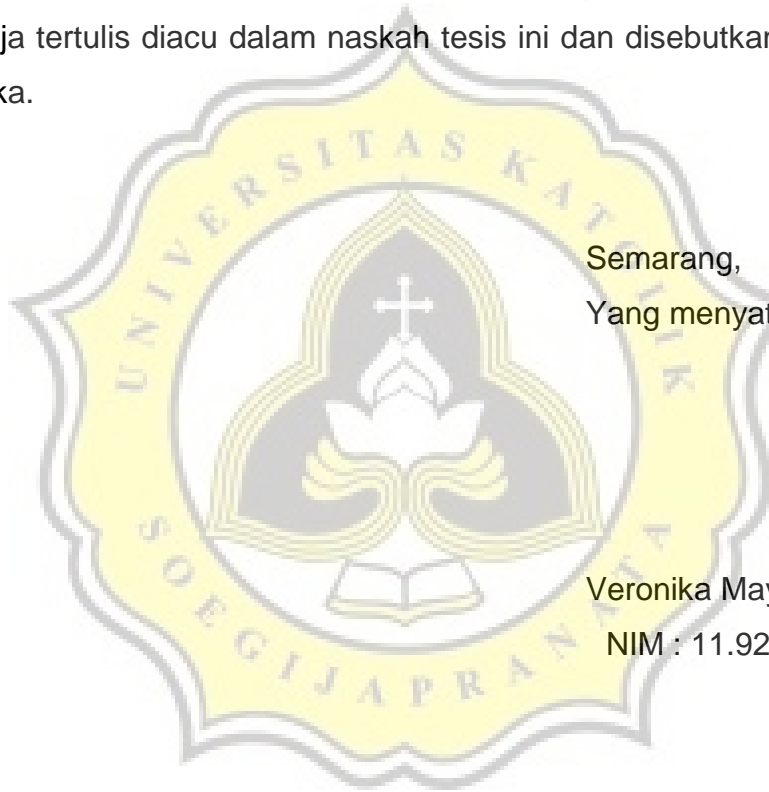
Pembimbing Utama

Dr.A.Rachmad Djati Winarno,MS

Dr.Endang Widyorini,MSi

Pernyataan

Saya dengan ini menyatakan bahwa di dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan tidak juga terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja tertulis diacu dalam naskah tesis ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.



Semarang, Juli 2017
Yang menyatakan,

Veronika Mayangsari
NIM : 11.92.0052

Persembahan

Tesis ini kupersembahkan

kepada Tuhan Yesus Kristus,

penolongku yang setia,

kepada Yayasan Sekolah Kristen Indonesia,

lembaga tempatku mengabdikan dan mendedikasikan diriku,

yang memberikan kesempatan padaku untuk menempuh

studi yang sungguh berharga ini,

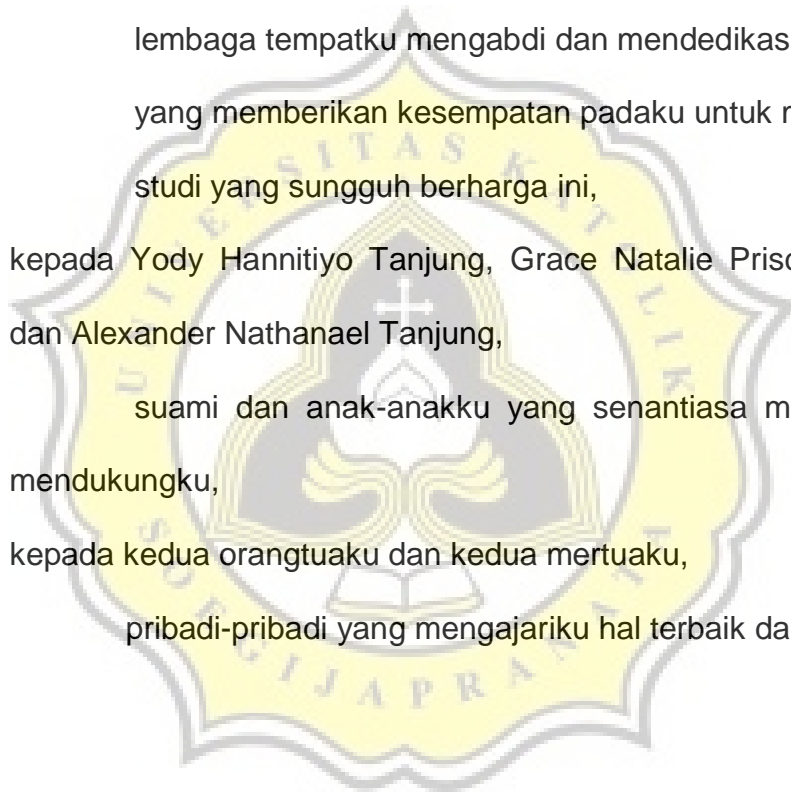
kepada Yody Hannitiyo Tanjung, Grace Natalie Priscilla Tanjung

dan Alexander Nathanael Tanjung,

suami dan anak-anakku yang senantiasa mencintai dan mendukungku,

kepada kedua orangtuaku dan kedua mertuaku,

pribadi-pribadi yang mengajarku hal terbaik dalam hidup.



Motto

Kita mungkin tidak bisa mempersiapkan masa depan anak-anak kita.
Namun setidaknya kita bisa mempersiapkan anak-anak kita agar mampu
menjalani masa depan mereka

(Franklin D. Roosevelt)

*“The ultimate goal of every developing human being is to become
autonomous, self-directed and self-reliant. If we are dependent on others,
we suffer.”*

(Alyson Scafer)

“Tak hanya anak-anak saja yang bertumbuh, demikian pula orangtua.
Saat kita menyaksikan anak-anak kita menjalani kehidupannya, mereka
juga menyaksikan bagaimana kita menjalani kehidupan kita. Saya tidak
bisa mengajari mereka cara meraih yang terbaik, yang bisa saya lakukan
berusaha untuk meraih yang terbaik dan biarkan mereka mengamati.

(Joyce Maynard)

Prakata

Puji syukur kepada Tuhan, atas kasih dan karuniaNya akhirnya penulis bisa menyelesaikan tesis ini. Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

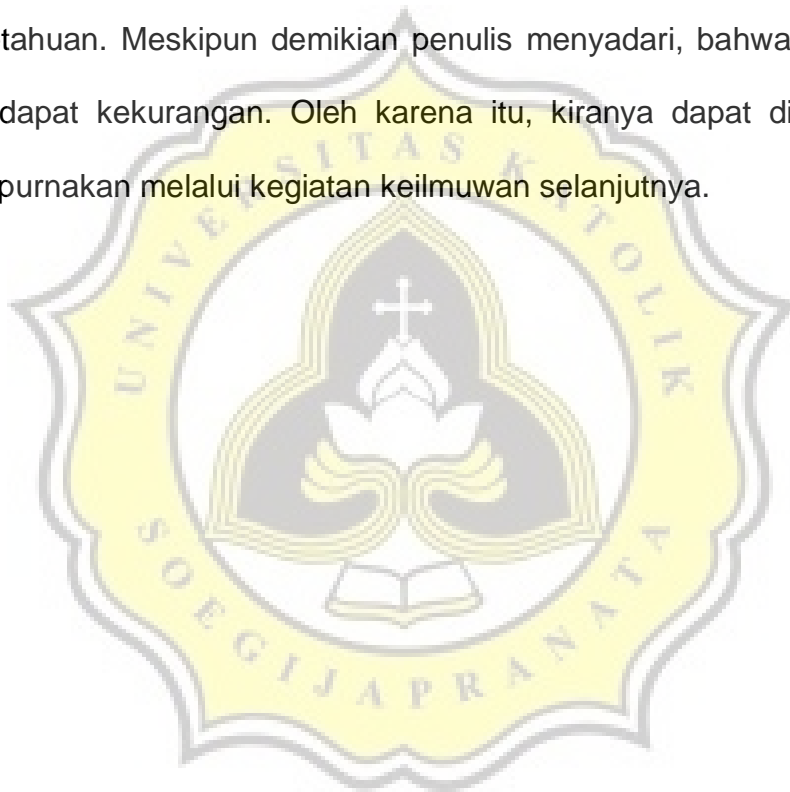
1. Dr. A. Rachmad Djati Winarno,MS, selaku Ketua Program Magister Sains Psikologi Pasca Sarjana Unika Soegijapranata, yang senantiasa memberikan semangat bagi penulis untuk menyelesaikan penelitian ini.
2. Dr. Endang Widyorini,M.Si, selaku dosen pembimbing yang senantiasa memotivasi, memberikan wawasan dan pengetahuan, dengan penuh kesabaran,
3. Lita Widyo Hastuti,S.Psi,M.Si, selaku dosen pembimbing yang senantiasa memotivasi, memberi semangat, memberikan wawasan dan pengetahuan, dengan penuh kesabaran,
4. Bapak dan Ibu penguji dan staf dosen pada Program Magister Sains Psikologi Pasca Sarjana Unika Soegijapranata, yang telah memberikan bekal wawasan, ilmu dan pengetahuan sedemikian dalam dan luas sehingga penulis termotivasi untuk tidak berhenti belajar,
5. Bapak Tri dan seluruh staf administrasi pada Program Magister Sains Psikologi Pasca Sarjana Unika Soegijapranata, yang melayani dengan ramah dan penuh semangat serta komunikatif,

6. Yayasan Sekolah Kristen Indonesia yang memberikan kesempatan dan biaya pada penulis untuk menempuh studi, terus belajar dan mengembangkan diri serta ijin yang diberikan untuk melakukan penelitian di SD Kristen 2 YSKI,
7. Drs.Thomas Indrajaja,MM, beserta seluruh jajaran managerial YSKI, yang selalu memberi pengaruh, memotivasi dan mengingatkan betapa pentingnya bagi penulis untuk menyelesaikan masa studi ini demi kemajuan bersama.
8. Bapak dan Ibu guru serta karyawan di Todd-PG-TK-SD Kristen 2 YSKI yang selalu memberikan dukungan, secara khusus ibu Dyah Ayu Pitaloka, yang bekerja keras dan cermat melakukan sesi pelatihan dan konseling pada subjek penelitian,
9. Sahabat-sahabat terbaik, khususnya Izza Himawanti yang menjadi teman curhat dan berdiskusi untuk penelitian ini, Lina Tampi, bu Yohana Woro, ms. Lidya Setiawati, bu Lisa Kokali, bu Ikaningtyas, pak Waluyo dan lain-lain yang tidak bisa disebutkan satu demi satu, yang menjadi teman baik untuk berdiskusi dan berbagi,
10. Yody Hannitiyo Tanjung,ST,MM, Grace Natalie Priscilla Tanjung dan Alexander Nathanael Tanjung, suami dan anak-anakku yang tak hanya selalu memotivasi, mendoakan, mendukung dan mencintaiku untuk menyelesaikan penelitian ini, namun juga memahami berkurangnya waktu dan perhatian untuk mereka sewaktu penulis menempuh studi,

11. Bapak Ibu Damianus Eddy Sutrisno, BA dan Bapak Ibu FX. Tedjo Miharso, SH orang tua dan mertuaku yang senantiasa menjadi *support system* yang luar biasa, serta tak hentinya selalu menaikkan doa untuk keberhasilanku,

12. Pihak-pihak lain yang tidak dapat penulis sebutkan.

Penulis berharap, tesis ini berguna untuk perkembangan ilmu dan pengetahuan. Meskipun demikian penulis menyadari, bahwa dalam tesis ini terdapat kekurangan. Oleh karena itu, kiranya dapat dipahami dan disempurnakan melalui kegiatan keilmuan selanjutnya.



DAFTAR ISI

	Hlm
Halaman Judul	i
Halaman Pengesahan	ii
Halaman Pernyataan	iii
Halaman Persembahan	iv
Halaman Motto	v
Halaman Prakata	vi
Daftar Isi	viii
Daftar Tabel	xi
Daftar Lampiran	xii
Abstrak	xiii
Abstract	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	14
C. Tujuan Penelitian	14
D. Manfaat Penelitian	14
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kemandirian	15
1. Pengertian Kemandirian	15
2. Aspek-aspek Kemandirian	21

3. Faktor-faktor Kemandirian	27
4. Ciri-ciri Kemandirian Anak	38
B. Pelatihan Self Management	41
1. Pengertian Self Management	41
2. Pengertian Pelatihan Self Management	41
3. Komponen Self Management	47
4. Langkah-langkah Self Management	51
C. Pengaruh Pelatihan Self Management Terhadap Kemandirian pada Anak	54
D. Hipotesis	61
 BAB III METODE PENELITIAN	
A. Metode Penelitian	63
B. Variabel Penelitian	64
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	64
1. Kemandirian	64
2. Pelatihan Self Management	65
D. Populasi dan Sampling	66
E. Rancangan Penelitian Eksperimen	67
F. Pengumpulan Data	69
G. Skala Kemandirian	69
H. Analisis Data	72
1. Uji Validitas Butir	72
2. Uji Validitas Isi	72

3. Uji Reliabilitas Alat Ukur	72
4. Uji Hipotesis	73

BAB IV PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN

A. Orientasi Kancah Penelitian	74
1. Profil SD Kristen 2 YSKI Semarang	74
2. Kelas 5	75
B. Persiapan Penelitian	75
1. Persiapan Administratif	75
2. Persiapan Alat Ukur	76
a. Persiapan Skala	76
b. Penyusunan Modul Self Management	78
c. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur	79
d. Daya Beda Butir, Validitas, dan Reliabilitas	80
3. Pelaksanaan Penelitian	84
a. Pelaksanaan Pretest	84
b. Pelaksanaan Kontrak Penelitian, Observasi dan Konseling	85
c. Pelaksanaan Pelatihan Self Management	86
d. Pelaksanaan Posttest	91

BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	93
1. Uji Asumsi	93
2. Uji Hipotesis	95

B. Pembahasan	97
---------------------	----

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	106
B. Saran	106
1. Bagi Subjek Penelitian	106
2. Bagi SD Kristen 2 YSKI	107
3. Bagi Sekolah Dasar lain	107
4. Bagi Peneliti Lain	107
DAFTAR PUSTAKA	108
LAMPIRAN-LAMPIRAN	111



Daftar Gambar

	Hlm
Gambar 1. Kerangka Pikir Penelitian	60
Gambar 2. Desain Penelitian	61



Daftar Tabel

		Hlm
Tabel 1	Rancangan Pelatihan Self Management	68
Tabel 2	Blue Print Skala Kemandirian	71
Tabel 3	Sebaran Butir Kemandirian	71
Tabel 4	Rancangan Distribusi Butir Skala Kemandirian untuk Uji Coba Skala	78
Tabel 5	Ringkasan Indeks Daya Beda Butir dan Reliabilitas Skala Kemandirian Sebelum dan Sesudah Dilakukan Seleksi Butir	82
Tabel 6	Distribusi Butir Valid dan Gugur Skala Kemandirian Setelah Disamakan Proporsinya	82
Tabel 7	Distribusi Butir Valid Skala Kemandirian untuk Penelitian	84
Tabel 8	Uji Normalitas	94
Tabel 9	Uji Hipotesis	95
Tabel 10	Hasil Uji-t Gain Skor	96

Daftar Lampiran

		Hlm
Lampiran A	Surat Ijin Penelitian	112
Lampiran B	Surat Pemberitahuan Ijin Penelitian.....	113
Lampiran C	Rancangan Modul Pelatihan Self Management	114
Lampiran D	Surat Kontrak Orangtua	117
Lampiran E	Surat Kontrak Anak	119
Lampiran F	Cheklis Harian Anak	120
Lampiran G	Angket dan Hasil Try Out	121
Lampiran H	Hasil Uji Reliabilitas dan Validitas	127
Lampiran I	Angket Penelitian	133
Lampiran J	Gain Skor	136
Lampiran K	Uji Normalitas	137
Lampiran L	Normal Q-Q Plot of Pre Test	138
Lampiran M	Normal Q-Q Plot of Post Test	140
Lampiran N	Anakova	142

Pengaruh Pelatihan *Self Management* terhadap Kemandirian pada Anak

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan perilaku kemandirian anak sebelum dan sesudah dilakukan pelatihan *self management*. Hipotesis penelitian ini yaitu ada pengaruh pelatihan *self management* terhadap kemandirian anak. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode eksperimental, dengan memakai tehnik modifikasi perilaku. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas lima SD Kristen 2 YSKI Semarang Tahun Pelajaran 2016/2017. Jumlah keseluruhan populasi adalah 75 anak yang terbagi dalam kelas VA, 25 siswa; VB, 25 siswa dan VC, 25 siswa. Dengan teknik pengambilan sampel cluster random, diperoleh sampel siswa VA. Hasil yang diperoleh dari uji hipotesis dengan teknik analisis *independent sampel t-test*. Perbedaan perubahan kemandirian yang signifikan ini terlihat pada taraf satu persen dengan nilai $t=5,455$ ($p<0.01$), dimana tingkat perubahan kemandirian pada kelompok eksperimen lebih tinggi 5,479 dibandingkan pada kelompok kontrol. Berdasarkan analisis lanjutan dengan teknik analisis kovarian (ANAKOVA), terdapat perbedaan *posttest* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang signifikan, dengan mengendalikan skor *pretest* ($F=37,721$; $p<0,01$). Dengan demikian pelatihan *self management* terbukti mampu meningkatkan kemandirian dalam kelompok eksperimen. Sumbangan pelatihan *self management* dalam peningkatan kemandirian berdasarkan nilai *partial eka squared* adalah 24,5 persen, sedangkan sisanya 75,5 persen dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Kata kunci : *kemandirian anak, self management, kelas 5 Sekolah Dasar.*

Self-management Training Influence on Child Self-reliance

Abstract

The purpose of this research is to identify the differences of child self-reliance behavior before and after self management training. The hypothesis of this research is the influence of the self-management training on child self-reliance. The method used in this research is experimental method, by applying behavioral modification technique. The research population is the fifth grade elementary students of SD Kristen 2 YSKI Semarang, academic year 2016/2017. Total amount of the population is 75 students and who are divided into 3 classes. They are VA class: 25 students, VB class: 25 students and VC class: 25 students. By applying cluster random sampling technique, VA students sample is obtained. The result obtained from hypothetical test by applying independent sample t-test, analysis technique. The difference of significant independent change is displayed in one percent level with score $t=5,455$ ($p<0.01$), that shows the level of independent change in the experimental group 5.479 higher than the controlled group. Based on advanced analysis by applying covariance analysis technique (ANCOVA), post test significant difference between experimental group and controlled group is obtained, by controlling pre test score ($F = 37, 721$; $p < 0,01$). Thus, self-management training is proven than it may increase independence in experimental group. The contribution of self-management training to self-reliance based on partial eta squared score is 24.5 percent, while the remaining 75.5 percent is influenced by other factors.

Keyword : child self-reliance, self-management, the fifth grade of elementary school.