

HUBUNGAN PENDIDIKAN ORANG TUA TERHADAP REGULASI DIRI SISWA DALAM PERTEMANAN DI KELAS IV

Pricilla Bertha Amelia¹, Beatrix Paskalia Pakidi², Kintan Limiansih³, dan Agatha Ririn⁴

¹Pendidikan Guru Sekolah Dasar, FKIP, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta

²Pendidikan Guru Sekolah Dasar, FKIP, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta

³Pendidikan Guru Sekolah Dasar, FKIP, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta

⁴Kinderstation Primary School, Yogyakarta

Alamat e-mail : ¹pricilabertha@gmail.com, ²beatrixpaskalia@gmail.com,

³kintan@usd.ac.id, dan ⁴agatha.ririn@kinderstationschool.sch.id

ABSTRACT

This study is motivated by the researcher's observation of the diverse character of fourth grade students, with a special focus on aspects of self-regulation that appear to be less than optimal. Self-regulation, as an individual's ability to manage emotions, behavior, and motivation in the context of learning, is crucial in supporting students' academic and social development. The purpose of the study is to determine the impact of parental education at home on the character of self-regulation of fourth grade students of Kinderstation Primary School. This study is a semi-structured qualitative research using interviews and observations of three fourth grade students. The results of this study showed that all three children had strong emotional fortitude in waiting for satisfaction or resolution, despite being influenced by contexts such as parental limitations or family dynamics, reflecting contextualized adaptability. Restraint varied, with the first and second children showing limited emotional control by frustration with parents or siblings, while the third child showed error awareness despite impulsivity, indicating different developmental stages in emotion regulation.

Keywords: Self-regulation, character, emotional children.

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh observasi peneliti terhadap keberagaman karakter siswa kelas IV, dengan fokus khusus pada aspek regulasi diri yang tampak kurang optimal. Regulasi diri, sebagai kemampuan individu untuk mengelola emosi, perilaku, dan motivasi dalam konteks pembelajaran, menjadi krusial dalam mendukung perkembangan akademik dan sosial siswa. Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui dampak pendidikan orang tua di rumah terhadap karakter regulasi diri siswa kelas IV SD Cahaya Bangsa Utama. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif semi terstruktur dengan menggunakan wawancara dan hasil observasi terhadap tiga siswa kelas IV. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa

ketiga anak memiliki ketabahan emosional yang kuat dalam menanti kepuasan atau resolusi, meskipun dipengaruhi oleh konteks seperti keterbatasan orang tua atau dinamika keluarga, mencerminkan kemampuan adaptasi yang kontekstual. Menahan diri bervariasi, dengan anak pertama dan kedua menunjukkan pengendalian emosi yang terbatas oleh frustrasi terhadap orang tua atau saudara, sementara anak ketiga menunjukkan kesadaran kesalahan meskipun impulsif, mengindikasikan tahap perkembangan yang berbeda dalam regulasi emosi.

Kata Kunci: Regulasi diri, karakter, emosional anak.

A. Pendahuluan

Dalam tapestri perkembangan manusia, pendidikan karakter bagaikan benang emas yang merangkai integritas, moralitas, dan ketabahan jiwa, terutama pada anak-anak yang berada di persimpangan kritis perkembangan moral dan sosial. Di antara berbagai pilar karakter, regulasi diri menjulang sebagai mercusuar yang menuntun individu menuju kematangan emosional dan sosial. Regulasi adalah kapasitas individu untuk secara sadar mengelola emosi, pikiran, dan tindakan demi mencapai tujuan jangka panjang, menahan impuls yang kontraproduktif, serta beradaptasi dengan dinamika lingkungan sosial secara adaptif (Vohs & Baumeister, 2016). Kemampuan ini menjadi fondasi bagi pengambilan keputusan yang reflektif, ketahanan menghadapi tekanan, dan pembentukan hubungan interpersonal

yang harmonis. Tanpa pendidikan karakter yang sengaja ditanamkan sejak dini, anak-anak berisiko mengalami defisit dalam pengendalian diri, sebagaimana terindikasi dalam penelitian ini, yang mengungkap rendahnya kemampuan regulasi diri pada anak usia sekolah dasar berdasarkan sepuluh indikator, mulai dari kesabaran menunggu hingga kemampuan berpikir sebelum bertindak (Bandura, n.d.).

Fenomena kontemporer menyoroti urgensi penguatan regulasi diri di kalangan anak-anak, seiring dengan tantangan yang semakin kompleks dalam lanskap perkembangan mereka. Penelitian terkini mencatat peningkatan perilaku impulsif, seperti tantrum pada anak usia dini, yang mencerminkan keterbatasan dalam pengelolaan emosi (Graziano et al., 2015), serta menurunnya disiplin akademik yang

ditandai dengan rendahnya ketekunan dalam menghadapi tugas. Kemajuan teknologi, khususnya paparan berlebihan terhadap gawai, telah menambah sulit tantangan ini. Studi oleh (Twenge & Campbell, 2018) menunjukkan bahwa penggunaan layar yang tidak terkontrol berkorelasi dengan penurunan fokus, konsentrasi, dan interaksi sosial anak, melemahkan kemampuan mereka untuk menunda gratifikasi, sebuah elemen inti regulasi diri (Radesky et al., 2020)

Ketergantungan pada stimulasi instan dari teknologi digital sering kali menghambat pembentukan ketabahan emosional, menempatkan anak pada risiko tidak siap menghadapi tuntutan kehidupan yang kompleks. Realitas ini menegaskan perlunya intervensi pendidikan yang terarah untuk membekali anak dengan keterampilan regulasi diri yang kokoh.

Pendidikan karakter yang berfokus pada regulasi diri tidak hanya relevan dalam ranah keluarga, tetapi juga menuntut peran sentral dari institusi pendidikan formal. Sekolah, sebagai laboratorium pembentukan karakter, memiliki mandat untuk membimbing anak melalui pendekatan berbasis nilai,

pengalaman otentik, dan pembiasaan yang sistematis. Pendekatan ini, sebagaimana diadvokasikan (Berkowitz et al., 2017), menekankan pentingnya pengajaran nilai-nilai moral secara eksplisit, pemodelan perilaku oleh pendidik, dan penciptaan lingkungan yang mendukung refleksi etis serta pengambilan keputusan yang bertanggung jawab. Dengan melatih anak untuk menghadapi tantangan, mengelola emosi secara proporsional, dan memahami konsekuensi tindakan mereka, sekolah dapat menumbuhkan individu yang mandiri, resilien, dan berpikiran terbuka (Duckworth & Seligman, 2005). Namun, pendekatan ini harus kritis terhadap tantangan kontekstual, seperti heterogenitas latar belakang siswa dan pengaruh budaya digital yang meresap, yang dapat mempersulit internalisasi regulasi diri. Oleh karena itu, pendidikan karakter harus dirancang sebagai proses dinamis yang tidak hanya menanamkan nilai, tetapi juga membekali anak dengan alat untuk menavigasi tekanan eksternal dan internal dengan kepekaan dan keteguhan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi tingkat regulasi diri

pada anak usia sekolah dasar melalui sepuluh indikator, yaitu: 1) tidak menyela pembicaraan, 2) menunggu giliran, 3) menahan dorongan dari luar, 4) cepat tenang, 5) jarang marah, 6) menahan diri, 7) berpikir sebelum bertindak, 8) sabar menunggu, 9) sadar berperilaku baik, dan 10) sikap mudah bebas dalam situasi tertekan (Borba, 2008).

Kelas IV merupakan kelas *upper grade* pertama pada sekolah dasar. Siswa akan menghadapi materi yang lebih kompleks, serta menghadapi karakter teman-temannya yang semakin beragam. Karakter pada setiap individu berbeda-beda, khususnya pada anak sekolah dasar yang cenderung masih labil. Dengan beragamnya karakter pada anak, mereka harus belajar cara memahami setiap karakter pada temannya yang berbeda-beda. Salah satu karakter yang perlu dikuasai anak adalah karakter regulasi diri, karakter ini dapat mengajarkan siswa untuk mengontrol diri ketika menghadapi karakter teman-temannya yang beragam. Oleh karena itu, pendidikan karakter, khususnya dalam aspek regulasi diri, perlu mendapat perhatian yang lebih serius. Dengan membangun karakter ini sejak dini,

anak-anak diharapkan dapat tumbuh menjadi pribadi yang memiliki kontrol diri yang baik, mampu berpikir sebelum bertindak, serta dapat menyesuaikan diri dengan perubahan lingkungan secara positif.

Penelitian ini akan berfokus pada karakter kontrol diri pada anak-anak sekolah dasar, khususnya di SD Cahaya Bangsa Utama atau *Kinderstation Primary School*. Data yang digunakan didapatkan melalui kuesioner mendalam berdasarkan sepuluh indikator karakter kontrol diri dan interaksi antar peserta didik dengan orang tua.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain semi-terstruktur untuk mengeksplorasi hubungan antara pendidikan orang tua dan regulasi diri siswa dalam konteks pertemanan siswa kelas IV di SD Cahaya Bangsa Utama atau *Kindertation Primary School*. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memahami fenomena secara mendalam melalui sudut pandang partisipan, dengan fokus pada makna, konteks, dan proses yang terjadi dalam interaksi sosial siswa. Desain

penelitian semi-terstruktur digunakan untuk memberikan fleksibilitas dalam pengumpulan data, sekaligus menjaga fokus pada indikator-indikator yang relevan. Penelitian ini menggabungkan dua metode pengumpulan data utama, yaitu wawancara dan observasi, untuk memperoleh data yang komprehensif mengenai regulasi diri siswa dan hubungan mereka dengan orang tua. Observasi dilakukan dengan melakukan pengamatan selama tiga bulan saat peneliti magang di *Kinderstation Primary School*.

Wawancara semi-terstruktur dilakukan untuk menggali informasi mendalam tentang hubungan anak dengan orang tua di rumah, yang dianggap memengaruhi regulasi diri siswa. Wawancara melibatkan pertanyaan terbuka yang memungkinkan partisipan (siswa dan/atau orang tua) untuk berbagi pengalaman, pola komunikasi, dan dinamika keluarga yang relevan. Panduan wawancara disusun berdasarkan teori tentang peran pendidikan orang tua dalam perkembangan emosional dan sosial anak, dengan fleksibilitas untuk menyesuaikan pertanyaan sesuai respons partisipan. Partisipan

penelitian adalah siswa kelas IV di sebuah sekolah dasar yang dipilih melalui teknik *purposive* sampling, dengan kriteria siswa yang aktif dalam interaksi pertemanan di kelas.

Hasil wawancara dan observasi ditindak lanjuti dengan melakukan reduksi data, yaitu proses menyusun ringkasan dengan menyeleksi informasi penting, lalu mengidentifikasi pola serta tema yang muncul dari data tersebut. Selanjutnya data dapat disajikan dengan deskripsi ringkas, diagram, alur proses, atau bentuk visual lainnya.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini berdasarkan keadaan yang terjadi di lapangan, yaitu di SD Cahaya Bangsa Utama atau *Kinderstation Primary School*. Peneliti mengambil tema mengenai karakter regulasi diri pada anak dalam berteman di kelas. Penelitian ini menggunakan sepuluh indikator karakter regulasi diri dari Peterson dan Seligman, kemudian mendapatkan hasil *interview* dan observasi dari lapangan adalah sebagai berikut:

Sabar Menunggu

Sabar menunggu adalah kemampuan seseorang untuk mampu mengendalikan dirinya saat menginginkan sesuatu yang instan, serta fokus pada tujuan jangka panjang yang sudah atau akan direncanakan. Wawancara dengan anak pertama: "Saya selalu sabar menunggu Ibu saya selesai bekerja mengurus katering makanan selagi saya bermain sendirian. Saya sering kali bermain sendirian, karena Ayah saya sedang sakit dan Ibu saya bekerja hingga malam. Jadi saya sering bermain dan belajar sendiri di rumah, jika saya ingin bermain dan belajar bersama saya harus menunggu Ibu pulang terlebih dahulu dan saya tidak keberatan dengan hal tersebut."

Kemudian anak kedua menjawab: "Saya sabar menunggu Ayah dan Ibu untuk mengobrol dengan saya meskipun mereka sibuk, mereka selalu sibuk bermain HP ketika di rumah. Namun, saya tetap sabar menunggu mereka untuk mengobrol dengan saya, terkadang saya lebih sering menghabiskan waktu bersama Oma dari pada Ayah dan Ibu."

Selanjutnya anak ketiga menjawab: "Saya selalu sabar

menunggu adik saya meminta maaf ketika kami bertengkar meskipun pada akhirnya selalu saya yang pertama kali minta maaf."

Berdasarkan hasil wawancara pada ketiga narasumber, dapat ditarik kesimpulan bahwa ketiga anak tersebut menunjukkan kemampuan sabar menunggu yang kuat dalam menghadapi situasi yang menuntut kepuasan atau resolusi.

Menahan Diri

Menahan diri adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan emosi, impuls, atau keinginan dengan sadar untuk mencapai tujuan yang lebih besar. Anak pertama menjawab hasil wawancara dalam kemampuan menahan diri, yaitu: "Saya kadang kesal belajar dengan Ibu, karena Ibu tidak pintar seperti Ayah. Setiap kali saya tidak paham materi pelajaran, Ibu tidak bisa menjelaskannya ke saya. Sementara itu, Ayah sedang sakit, sehingga tidak bisa membantu saya belajar. Kadang saat saya benar-benar tidak paham materi pelajaran dan Ibu tidak bisa menjelaskannya saya marah dan memilih untuk belajar sendiri."

Kemudian anak kedua menjawab: "Saya tidak terlalu dekat dengan Kakak, ketika kami bertengkar saya tidak mau mengalah, sehingga saya jarang meminta maaf kepadanya, begitu pula sebaliknya. Kakak saya hampir tidak pernah mengatakan 'maaf', tapi ketika saya yang berbuat salah, terkadang saya mau meminta maaf terlebih dahulu. Saat saya sedang marah, saya akan menelepon teman dekat saya untuk menenangkan diri."

Selanjutnya anak ketiga menjawab: "Saya pernah kesal dengan adik saya karena dia meminta saya untuk mengambilkan sepatu untuknya, saya merasa kesal dan marah sampai tidak sengaja menjatuhkan piring kesukaan Ibu. Ibu saya pun marah besar ke saya karena memecahkan piring tersebut. Meskipun demikian, saya sadar saya salah, saya sempat diam terlebih dahulu karena saya kesal disalahkan, akhirnya saya meminta maaf kepada Ibu."

Jarang Marah

Jarang marah adalah kemampuan seseorang untuk menahan emosi ketika ada dalam situasi yang menantang atau memicu,

dapat diartikan bahwa seseorang mampu menenangkan diri dan menghindari reaksi impulsif seperti meledakkan amarah. Anak pertama menjawab hasil wawancara dalam indikator jarang marah, yaitu: Saya anak tunggal, jadi tidak ada teman bertengkar, paling kalau marah ke Ayah atau Ibu, jarang sekali marah ke Ayah, tapi kalau ke Ibu sesekali marah karena Ibu nggak bisa bantu untuk mengerjakan soal atau tugas sekolah yang belum saya pahami."

Kemudian anak kedua menjawab: "Saya kurang dekat dengan kakak, jadi saya sering bertengkar dengan kakak, hampir setiap hari bertengkar dan saya sering marah ke dia. Saya juga nggak dekat dengan Ibu, saya sering marah dengan Ibu karena dia jahat dan tidak pernah peduli dengan saya."

Selanjutnya dijawab oleh anak ketiga: "Saya lumayan sering bertengkar dengan adik saya, jadi lumayan sering marah juga ke dia. Setiap kali kami bertengkar dia jarang mau mengalah jadinya saya marah."

Berdasarkan hasil wawancara pada ketiga narasumber, dapat ditarik kesimpulan bahwa kemampuan mengelola amarah pada ketiga anak tersebut bervariasi. Anak pertama

menunjukkan indikator amarah yang kuat, serta memiliki kendali emosi yang baik. Sebaliknya pada anak yang kedua, anak kedua menunjukkan kemampuan regulasi diri yang lemah karena merasa tidak dekat dan kurang diperhatikan oleh ibunya, sehingga cenderung bereaksi impulsif. Sementara itu, anak ketiga menunjukkan regulasi diri yang kurang optimal, karena konflik yang berulang dan ketidakmampuan adiknya untuk mengalah.

Tidak Menyela Pembicaraan

Tidak menyela pembicaraan adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan impuls verbal dan emosional untuk menunjukkan rasa hormat dan perhatian kepada orang lain. Anak pertama menjawab hasil wawancara dalam indikator tidak menyela pembicaraan, yaitu: "Saat saya berbicara dengan orang tua atau teman kelas, saya cenderung mendengarkan mereka terlebih dahulu sebelum menjawab atau menanggapi mereka. Kadang kalau saya terlalu *excited* saya tidak sadar menyela pembicaraan mereka."

Kemudian anak kedua menjawab: "Kalau saya berbicara dengan teman-teman saya kadang

menyela pembicaraan mereka karena saya terlalu *excited*, tapi saya biasanya minta maaf kalau sadar sudah menyela pembicaraan mereka."

Selanjutnya anak ketiga menjawab: "Kalau sedang berbicara dengan teman saya cukup sering menyela pembicaraan mereka, karena saya tidak sabar."

Berdasarkan hasil wawancara pada ketiga narasumber, dapat ditarik kesimpulan bahwa sebagian anak sudah memiliki kemampuan dan pemahaman dasar mengenai pentingnya mendengarkan lawan berbicara dahulu sebelum menanggapi mereka. Secara keseluruhan, ketiga anak tersebut memperlihatkan bahwa kemampuan untuk tidak menyela pembicaraan masih berkembang dan perlu dibiasakan dalam berinteraksi dengan sesama.

Menahan Dorongan dari Luar

Menahan dorongan dari luar adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan respons terhadap tekanan, godaan, atau pengaruh dari orang lain atau hal lain. Anak pertama menjawab hasil wawancara dalam indikator menahan dorongan dari luar,

yaitu: “Ketika di dalam kelas saya sering kali terdistraksi oleh teman lain, khususnya pada saat pembelajaran. Saat teman saya mengajak mengobrol, saya akan terpengaruh dan menanggapi, sehingga mengabaikan guru yang menjelaskan materi.”

Kemudian anak kedua menjawab: “Saya tidak terlalu mudah terpengaruh oleh teman saya atau hal lain dari luar diri saya, khususnya saat pembelajaran di kelas. Saya lebih cenderung terdistraksi oleh diri saya sendiri, misalnya saat saya lelah, saya biasanya akan menidurkan kepala saya di meja dan mengabaikan guru yang menjelaskan materi.”

Selanjutnya dijawab oleh anak ketiga, yaitu: “Saya bisa menahan dorongan dari luar semampu saya, ketika ada teman yang menjauhi saya, saya akan menjaga jarak dan memberi dia ruang terlebih dahulu, baru setelahnya saya berbicara kembali dengannya.”

Berdasarkan hasil wawancara pada ketiga narasumber, dapat ditarik kesimpulan bahwa kemampuan menahan dorongan dari luar pada ketiga anak tersebut sangat bervariasi. Anak pertama menunjukkan kontrol diri yang lemah,

karena mudah terdistraksi oleh dorongan dari luar seperti teman. Sementara itu, anak kedua lebih mampu menahan dorongan eksternal, tetapi terhambat oleh faktor internal. Kemudian anak ketiga menunjukkan kontrol yang paling baik, khususnya dalam pertemanan. Anak ketiga memiliki kecenderungan terbaik untuk tidak mengganggu atau menyela interaksi karena kemampuannya mengelola dorongan eksternal. Sebaliknya, anak pertama dan kedua masih menunjukkan perilaku yang dapat mengganggu fokus, baik karena pengaruh eksternal dan internal.

Sikap Mudah Bebas dalam Situasi Tertekan

Sikap mudah bebas dalam situasi tertekan adalah sikap yang tidak terperangkap dalam kepanikan atau terburu-buru oleh dorongan sesaat, melainkan mampu mengatur emosinya dengan kelapangan jiwa, bagaikan danau yang tetap bening meski hujan mengguyur permukaannya. Ia berdiri di tengah hiruk pikuk dunia, namun pikirannya tetap jernih dan tindakannya tetap sadar. Dalam konteks pendidikan dan pembentukan karakter, indikator ini mencerminkan kemampuan anak

untuk tetap berpikir rasional, menanggapi tantangan secara proporsional, dan menjaga keseimbangan batin dalam menghadapi tekanan baik dari lingkungan sosial, akademik, maupun emosional.

Anak pertama menjawab hasil wawancara dalam indikator sikap mudah bebas dalam situasi tertekan, yaitu: "Saat saya tertekan di rumah karena tidak bisa belajar dengan Ayah biasanya saya akan masuk ke dalam kamar dan bermain untuk menenangkan diri saya. Sementara saat di sekolah, saya biasanya akan duduk sebentar dan menangkan diri saya.

Kemudian anak kedua menjawab: "Biasanya saat saya tertekan di rumah saya bermain dengan Nenek saya, main HP bareng, menonton film bersama, bahkan membuat video *TikTok* berdua. Kalau tidak ada Nenek biasanya saya main bersama anjing saya di rumah. Kalau di sekolah saya akan memilih untuk dibawa santai saja, karena tekanan itu pasti ada masanya."

Selanjutnya anak ketiga menjawab : "Kalau saya sedang dalam tekanan biasanya saya akan ikut marah juga, seperti kasus saya

diminta untuk mengambilkan sepatu, saya jadi meluapkan emosi saya hingga tidak sengaja memecahkan piring Ibu. Jadi saya kurang bisa menahan diri saya saat dalam kondisi tertekan."

Sikap mudah bebas dalam situasi tertekan, sebagai pilar resiliensi emosional, tampak sebagai mozaik yang kaya akan variasi di antara ketiga anak. Anak kedua menonjol sebagai maestro ketabahan, merangkai strategi yang kreatif dan kontekstual untuk membebaskan diri dari tekanan, mencerminkan kematangan yang melampaui usianya. Anak pertama, dengan pendekatan yang sederhana namun efektif, menunjukkan potensi resiliensi yang sedang bertumbuh, menanti penguatan melalui strategi yang lebih terstruktur. Anak ketiga, yang masih terperangkap dalam impulsivitas, menggambarkan tahap awal perkembangan emosional, dengan kebutuhan mendesak akan intervensi untuk mengarahkan emosinya ke saluran yang konstruktif. Variasi ini menggarisbawahi kompleksitas perkembangan anak, di mana strategi koping dipengaruhi oleh temperamen, ikatan sosial, dan pengalaman,

menciptakan tapestri ketabahan yang unik bagi setiap jiwa.

Sadar Berperilaku Baik

Sadar berperilaku baik adalah kemampuan seseorang untuk dapat menyadari tindakan dan perilaku yang secara sadar dikendalikan dalam dirinya. Anak pertama menjawab hasil wawancara dalam indikator sadar berperilaku baik, yaitu: "Saya selalu diajarkan oleh kedua orang tua saya untuk berperilaku baik di sekolah dan lingkungan masyarakat. Jadi ketika saya di sekolah, saya terus berusaha untuk menjaga perilaku saya dalam berteman, menghindari konflik dan berteman dengan semuanya. Meskipun saat dalam pembelajaran di kelas saya kurang berperilaku baik, karena mudah terdistraksi oleh teman."

Kemudian anak kedua menjawab: "Meskipun hubungan saya dengan kedua orang tua saya di rumah kurang baik, tapi saya sadar bahwa saya harus tetap berperilaku baik saat di sekolah dan di lingkungan masyarakat. Jadi, saya berusaha untuk tidak seperti kedua orang tua saya, saya mencoba untuk berperilaku baik versi diri saya sendiri."

Selanjutnya anak ketiga menjawab: "Saya sadar terkadang saya kurang berperilaku baik, khususnya saat bekerja dalam kelompok di kelas. Saya kadang malas membantu teman saya dan baru menyelesaikan bagian saya saat saya ingin menyelesaikannya. Meskipun demikian, saya juga sadar bahwa tindakan saya kurang benar, jadi saya berusaha mengubah kebiasaan tersebut."

Kesadaran berperilaku baik, sebagai tonggak perkembangan moral, tampak sebagai tapestri yang kaya akan variasi di antara ketiga anak. Anak kedua, dengan refleksi diri yang mendalam, menonjol sebagai pelopor otonomi moral, mampu merangkai kebajikan di tengah tantangan personal. Anak pertama, meskipun masih terhambat oleh distraksi eksternal, menunjukkan komitmen awal yang menjanjikan, menanti penguatan pengendalian diri. Anak ketiga, dengan kesadaran yang baru terbangun, mencerminkan potensi transformasi moral yang bergantung pada bimbingan terarah. Variasi ini menggarisbawahi kompleksitas perkembangan anak, di mana nilai yang ditanamkan, dinamika lingkungan, dan refleksi pribadi saling

berpadu, membentuk kapasitas untuk bertindak dengan penuh kesadaran moral.

Berpikir Sebelum Bertindak

Berpikir sebelum bertindak adalah menahan dorongan sesaat yang muncul dalam hati dan pikiran, serta mempertimbangkan konsekuensi dari dorongan sesaat tersebut sebelum benar-benar melakukannya. Anak pertama menjawab hasil wawancara dalam indikator berpikir sebelum bertindak, yaitu: "Kalau saya sedang belajar dan Ibu tidak bisa membantu saya menjawab pertanyaan atau menjelaskan materi biasanya saya akan marah, tapi saya juga mencoba untuk menahan amarah tersebut supaya tidak terlalu meluap amarah saya terhadap Ibu. Biasanya saya menahan amarah tersebut dengan masuk ke dalam kamar dan menenangkan diri, selanjutnya baru lanjut belajar lagi.

Kemudian anak kedua menjawab: "Sebelum saya melakukan sebuah tindakan, saya selalu memikirkannya terlebih dahulu, dengan memikirkan efek samping dari tindakan saya. Contohnya ketika saya sedang bertengkar dengan teman di

kelas, saya biasanya akan mempertimbangkan beberapa hal sebelum mengajaknya bicara lagi, supaya tidak mengganggu dia saat menginginkan ruang sendiri."

Selanjutnya anak ketiga menjawab: "Sebelum bertindak, kadang-kadang saya memikirkan konsekuensi dari tindakan saya, tapi terkadang saya juga impulsif. Misalkan saja saat saya marah dengan dik hingga tidak sengaja memecahkan piring kesukaan Ibu. Hal tersebut adalah salah satu tindakan impulsif saya, yaitu impulsif marah alih-alih membantu adik saya mengambil sepatunya.

Kemampuan berpikir sebelum bertindak, sebagai indikator kematangan kognitif dan emosional, tampak beragam di antara ketiga anak. Anak kedua, dengan pendekatan yang terencana dan penuh wawasan, menunjukkan superioritas dalam merangkai keputusan yang memperhitungkan dampak jangka panjang. Anak pertama, meskipun masih bergulat dengan respons reaktif, menyingkapkan potensi pengendalian diri yang dapat dipupuk lebih lanjut. Sebaliknya, anak ketiga, yang kerap terperangkap dalam impulsivitas,

mencerminkan kebutuhan akan intervensi yang terarah untuk membangun refleksi sebelum tindakan. Variasi ini menggarisbawahi kompleksitas perkembangan anak dalam mengelola dorongan dan merumuskan keputusan.

Cepat Tenang

Cepat tenang adalah kemampuan seseorang untuk mengatur emosi negatif, seperti marah, kecewa, atau frustrasi saat atau sesudah mengalami gangguan dan tekanan. Anak pertama menjawab hasil wawancara dalam indikator cepat tenang, yaitu: "Biasanya saat saya marah dengan Ibu saya sulit untuk mengendalikan emosi tersebut, tapi saya mencoba untuk belajar mengatasi emosi tersebut dengan cara masuk ke dalam kamar dan menenangkan emosi saya supaya tidak meluap berlebihan."

Kemudian anak kedua menjawab: "Saya jarang meluapkan marah, khususnya kepada teman-teman di kelas, tapi kalau di rumah saya selalu marah dengan Ibu karena Ibu saya selalu jahat dengan saya. Kalau di sekolah, saya sebisa mungkin untuk menghindari marah, biasanya kalau saya sedang kesal,

saya memilih untuk diam hingga perasaan saya lebih tenang, baru mulai mengobrol kembali dengan teman saya."

Selanjutnya anak ketiga menjawab: "Ketika saya dalam tekanan saya cukup bisa mengendalikan diri untuk cepat tenang, karena saya juga terbiasa bertengkar dengan adik. Maka dari itu, saya terbiasa untuk menangkan diri, khususnya saat di sekolah."

Kemampuan cepat tenang, sebagai pilar esensial dalam perkembangan emosional, tampak sebagai mozaik yang kaya akan variasi di antara ketiga anak. Anak ketiga, dengan ketangguhannya yang terlatih, berdiri sebagai paradigma pengendalian emosi yang konsisten, mampu menenangkan diri di bawah tekanan. Anak kedua, dengan pendekatan adaptifnya, menunjukkan kecakapan luar biasa dalam konteks sosial, meskipun dinamika rumah tangga masih menantang keseimbangannya. Anak pertama, yang masih meraba jalan menuju ketenangan, mencerminkan potensi yang menanti pengasuhan untuk berkembang menjadi pengelolaan emosi yang lebih terarah. Variasi ini menggarisbawahi kompleksitas

perkembangan anak, di mana konteks, pengalaman, dan hubungan *interpersonal* membentuk kapasitas mereka untuk merengkuh kedamaian batin.

Menunggu Giliran

Menunggu giliran bukan sekadar tindakan menanti, melainkan laku batin yang menggambarkan kedewasaan emosi, penundaan gratifikasi, dan pengakuan terhadap hak serta kehadiran orang lain. Anak pertama menjawab hasil wawancara dalam indikator menunggu giliran, yaitu: "Saya tipikal yang sabar saat menunggu giliran, karena pada akhirnya nanti juga saya akan kebagian giliran saya. Jadi saya hanya perlu sabar saja, meskipun kadang saya juga merasa kurang sabar."

Kemudian anak kedua menjawab: "Saya selalu sabar menunggu giliran saya, meskipun harus menunggu beberapa saat. Lebih baik saya menunggu giliran saya, dari pada harus merebut giliran orang lain dan meributkan hal tersebut."

Selanjutnya anak ketiga menjawab: "Saya bisa sabar menunggu giliran saya, tapi terkadang

saya terlalu *excited* sehingga membuat saya kurang sabar menunggu giliran saya, kadang saya menaikkan nada saat terlalu *excited*."

Dalam tapestri perkembangan emosional dan sosial anak, kesabaran menunggu giliran bagaikan melodi lembut yang menenun harmoni dalam interaksi. Indikator ini, yang mencerminkan kemampuan untuk menahan dorongan demi menghormati hak orang lain, menjadi cerminan pengendalian diri dan kesadaran sosial. Melalui wawancara dengan tiga anak, kita menyelami aliran jiwa mereka, menelusuri bagaimana kesabaran mereka terbentuk di tengah dinamika emosi dan konteks, mengukir puisi tentang ketabahan dan kemanusiaan.

Anak kedua, dengan keteguhan prinsip dan pengendalian diri yang luhur, berdiri sebagai paradigma kesabaran yang terpuji, mencerminkan kematangan yang melampaui usianya. Anak pertama, dengan kesabaran yang masih bergulat dengan tidak konsisten, menunjukkan potensi yang menjanjikan, menanti penguatan melalui pengalaman dan bimbingan. Anak ketiga, yang terhambat oleh semangat yang meluap,

menggambarkan perjalanan menuju kedewasaan emosional yang baru dimulai, dengan kesadaran diri sebagai fondasi transformasi. Variasi ini menggarisbawahi kompleksitas perkembangan anak, di mana kesabaran terbentuk melalui perpaduan antara temperamen, nilai yang ditanamkan, dan konteks sosial, menciptakan mozaik ketabahan yang unik bagi setiap jiwa.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan Bersama dengan anak-anak, peran pola asuh orang tua di rumah berhubungan dengan regulasi diri pada anak di sekolah. Regulasi diri memiliki sepuluh indikator, yaitu 1) sabar menunggu, 2) menahan diri, 3) jarang marah, 4) tidak menyela pembicaraan, 5) menahan dorongan dari luar, 6) sikap mudah bebas dalam situasi tertekan, 7) sadar berperilaku baik, 8) berpikir sebelum bertindak, 9) cepat tenang, dan 10) menunggu giliran. Dari wawancara yang dilakukan bersama anak-anak, mereka menghabiskan waktu bersama orang tua kurang dari lima jam dalam satu hari. Hal tersebut dikarenakan orang tua sibuk bekerja, beberapa di antaranya tidak terlalu memedulikan anak dan sibuk dengan dunia mereka sendiri, bahkan lebih

memilih untuk pergi bersama teman dari pada menghabiskan waktu bersama anak. Hasil wawancara dengan anak berdasarkan indikator pertama, yaitu sabar menunggu menunjukkan bahwa anak mampu menahan diri mereka untuk mendapatkan sesuatu, anak-anak menyatakan bahwa mereka akan memilih untuk sabar menunggu emosi mereka mereda sebelum meminta maaf saat berbuat salah. Sementara itu, salah satu anak menyatakan bahwa ia akan sabar menunggu orang tuanya untuk membelikan sebuah barang, dari pada memohon dan marah kepada orang tuanya. Kemudian pada indikator kedua, yaitu menahan diri, salah satu anak menyatakan bahwa cara ia menahan diri saat marah kepada orang tua adalah dengan cara menghitung satu sampai sepuluh hingga ia merasa tenang, lalu meminta maaf kepada orang tuanya. Sementara itu, salah satu anak menyatakan bahwa ia kurang sabar menunggu ibunya, karena ibunya kurang memahami materi Pelajaran yang sedang dipelajari. Sehingga anak tersebut akan marah kepada ibunya, akan tetapi ia akan mencoba untuk menenangkan diri dan segera

meminta maaf kepada Ibunya. Indikator ketiga, yaitu jarang marah, anak-anak menyatakan bahwa mereka cukup sering marah kepada orang tua ataupun sebaliknya. Salah satu anak menyatakan bahwa ia marah kepada Ibunya karena ia tidak sengaja memecahkan piring kesayangan Ibunya, hingga Ibunya marah besar, berakhir ia marah kembali kepada Ibunya.

D. Kesimpulan

Kesimpulan penelitian berdasarkan indikator regulasi diri anak. Penelitian ini mengungkap variasi yang signifikan dalam perkembangan emosional dan sosial anak melalui analisis sembilan indikator berdasarkan wawancara. Sabar menunggu menunjukkan bahwa ketiga anak memiliki ketabahan emosional yang kuat dalam menanti kepuasan atau resolusi, meskipun dipengaruhi oleh konteks seperti keterbatasan orang tua atau dinamika keluarga, mencerminkan kemampuan adaptasi yang kontekstual. Menahan diri bervariasi, dengan anak pertama dan kedua menunjukkan pengendalian emosi yang terbatas oleh frustrasi terhadap orang tua atau saudara,

sementara anak ketiga menunjukkan kesadaran kesalahan meskipun impulsif, mengindikasikan tahap perkembangan yang berbeda dalam regulasi emosi. Jarang marah mengungkapkan bahwa anak pertama memiliki pengendalian amarah yang baik, sedangkan anak kedua dan ketiga cenderung impulsif akibat hubungan keluarga yang tegang, menyoroiti pengaruh dinamika relasional terhadap regulasi emosi. Tidak menyela pembicaraan menunjukkan pemahaman dasar ketiga anak tentang pentingnya mendengarkan, namun kecenderungan menyela akibat kegembiraan menandakan bahwa kemampuan ini masih memerlukan pembiasaan untuk mencapai konsistensi. Menahan dorongan dari luar bervariasi, dengan anak ketiga unggul dalam mengelola tekanan eksternal, anak pertama mudah terdistraksi oleh teman, dan anak kedua terhambat oleh faktor internal seperti kelelahan, mencerminkan spektrum pengendalian diri yang dipengaruhi oleh sumber distraksi. Sikap mudah bebas dalam situasi tertekan menonjolkan anak kedua sebagai model resiliensi dengan strategi koping kreatif, anak pertama

dengan pendekatan sederhana namun efektif, dan anak ketiga yang memerlukan bimbingan untuk mengatasi impulsivitas, menggambarkan keragaman dalam ketabahan emosional. Sadar berperilaku baik mengungkapkan anak kedua sebagai pelopor otonomi moral, anak pertama dengan komitmen yang terhambat distraksi, dan anak ketiga dengan kesadaran awal untuk perubahan, menunjukkan perkembangan moral yang dipengaruhi oleh nilai dan lingkungan. Berpikir sebelum bertindak menempatkan anak kedua sebagai yang terencana, anak pertama dengan potensi pengendalian diri, dan anak ketiga yang impulsif, mencerminkan gradasi kematangan kognitif. Cepat tenang menunjukkan anak ketiga dengan ketangguhan terlatih, anak kedua adaptif secara sosial, dan anak pertama yang masih bergulat dengan pengendalian emosi, menggarisbawahi pengaruh pengalaman terhadap pengelolaan ketenangan. Menunggu giliran mengindikasikan anak kedua dengan kesabaran konsisten, anak pertama dengan potensi yang tidak konsisten, dan anak ketiga yang terhambat oleh kegembiraan, mencerminkan variasi

dalam pengendalian impuls. Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan kompleksitas perkembangan emosional dan sosial anak, yang dipengaruhi oleh faktor individual, relasional, dan kontekstual, serta menekankan perlunya intervensi yang disesuaikan untuk mendukung pertumbuhan holistik.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (n.d.). Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 2(20), 248–287.
- Berkowitz, M. W., Bier, M. C., & McCauley, B. (2017). Toward a Science of Character Education: Frameworks for Identifying and Implementing Effective Practices. *Journal of Character Education*, 1(13), 1–16.
- Borba, M. (2008). *Membangun Kecerdasan Moral: Tujuh Kebajikan Utama untuk Membentuk Anak Bermoral Tinggi*. Gramedia Pustaka Utama.
- Duckworth, A. L., & Seligman, M. E. P. (2005). Self-discipline outdoes IQ in predicting academic performance of adolescents. *Psychological Science*, 12(16), 939–944.

- Graziano, P. A., Slavec, J., Hart, K., Garcia, A., & elham, W. E. (2015). Improving School Readiness in Preschoolers with Behavior Problems: Results from a Randomized Controlled Trial of a Self-Regulation Intervention. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 10*(56), 1127–1136.
- Radesky, J. S., Schumacher, J., & Zuckerman, B. (2020). Mobile and Interactive Media Use by Young Children: The Good, The Bad, and The Unknown. *Pediatrics, 1*(145).
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2018). Associations between screen time and lower psychological well-being among children and adolescents: Evidence from a population-based study. *Preventive Medicine Reports, 12*, 271–283.
- Vohs, K. D., & Baumeister, R. F. (2016). *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications*. Guilford Press.