

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Kontrol Diri

2.1.1. Pengertian

Goldfried dan Merbaum (1973) menjelaskan bahwa kontrol diri sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu kearah konsekuensi positif. Kontrol diri juga menggambarkan keputusan individu yang melalui pertimbangan kognitif untuk menyatukan perilaku yang telah disusun untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu seperti yang diinginkan.

Menurut Carlson (1987), kontrol diri adalah kemampuan seseorang dalam merespon sesuatu. Sementara itu Acocella dan Calhoun (1990) mendefinisikan kontrol diri sebagai pengaturan proses-proses fisik, psikologis dan perilaku seseorang, dengan kata lain serangkaian proses yang membentuk dirinya sendiri sedangkan Skinner (Alwisol, 2009), mengatakan bahwa kontrol diri merupakan tindakan diri dalam mengontrol variabel-variabel luar yang menentukan tingkah laku.

Chaplin (2011), menerangkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri dalam artian kemampuan seseorang untuk menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impuls. Kontrol diri menyangkut seberapa kuat seseorang memegang nilai dan kepercayaan untuk dijadikan acuan ketika bertindak atau mengambil suatu keputusan. Individu

dengan kontrol diri yang tinggi sangat memerhatikan cara-cara tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Individu cenderung akan mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat perilakunya lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, bersikap hangat dan terbuka.

Dari beberapa pendapat diatas berkaitan dengan kontrol diri dapat disimpulkan bahwa kontrol diri adalah kemampuan diri seseorang untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilakunya untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu kearah yang lebih baik seperti yang diinginkannya dengan memerhatikan dampak atau konsekuensi yang akan terjadi.

2.1.2. Aspek - aspek dan Dimensi Kontrol Diri

Calhoun & Acocella (1990), menyebutkan bahwa terdapat tiga aspek kontrol diri, yaitu :

a. Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)

Merupakan kesiapan atau kemampuan seseorang untuk memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. Kemampuan mengontrol perilaku dalam hal ini berupa kemampuan untuk menentukan siapa yang mengendalikan situasi, dirinya, orang lain, dan sesuatu di luar dirinya. Ada beberapa cara yang dapat digunakan, yaitu mencegah atau menjauhi stimulus, menempatkan tenggang waktu diantara rangkaian stimulus yang sedang

berlangsung, menghentikan stimulus sebelum waktunya berakhir dan membatasi intensitasnya.

b. Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Kemampuan individu untuk mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau memadukan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi dan melakukan penilaian.

c. Mengontrol Keputusan (*Decisional Control*)

Mengontrol keputusan merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Menurut Block dan Block (Ghufroon & Risnawita, 2011), ada tiga jenis kualitas kontrol diri, yaitu:

- a. *Over Control* yaitu kontrol diri yang dilakukan oleh individu secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri beraksi terhadap stimulus.
- a. *Under Control* yaitu suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impuls dengan bebas tanpa perhitungan yang masak.
- b. *Appropriate Control* yaitu kontrol individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat.

Menurut Tangney, dkk (2004), terdapat lima dimensi kontrol diri, yaitu :

1. Disiplin diri (*Self discipline*)

Disiplin diri mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri, seperti tindakan mengikuti peraturan yang ada di lingkungan sosialnya.

2. Tindakan atau aksi yang tidak impulsif (*Deliberate/Non impulsive*)

Menilai tentang kecenderungan individu untuk melakukan tindakan yang tidak impulsif (memberikan respon kepada stimulus dengan pemikiran yang matang)

3. Kebiasaan baik (*Healthy habits*)

Kebiasaan baik merupakan kemampuan individu dalam mengatur pola perilaku menjadi sebuah kebiasaan yang pada akhirnya menyehatkan. Biasanya individu yang memiliki kebiasaan baik akan menolak sesuatu yang dapat menimbulkan dampak buruk walaupun hal tersebut menyenangkan baginya.

4. Etika kerja (*Work Etic*)

Etika kerja berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi dirinya dalam layanan etika kerja. Biasanya individu mampu memberikan perhatian penuh pada pekerjaan yang dilakukan. Kemampuan mengatur diri individu tersebut di dalam layanan etika.

5. Keterandalan atau keajegan (*Reliability*)

Keterandalan atau keajegan merupakan dimensi yang terkait dengan penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam pelaksanaan

rancangan jangka panjang untuk pencapaian tertentu. Biasanya individu secara konsisten akan mengatur perilaku untuk mewujudkan setiap perencanaannya.

Berdasarkan uraian diatas, dalam penelitian ini peneliti menggunakan aspek-aspek kontrol diri menurut Calhoun & Acocella (1990) yang menyebutkan bahwa aspek kontrol diri tersebut terdiri atas kontrol perilaku (*behavior control*), kontrol kognitif (*cognitive control*) dan kontrol keputusan (*decision control*)

2.1.3. Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Kontrol diri

Secara garis besarnya faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri terdiri dari faktor internal (dari diri individu) dan faktor eksternal (lingkungan individu), (Ghufron & Risnawati, 2011)

a. Faktor internal

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Semakin bertambah usia seseorang, maka semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu.

a. Faktor eksternal

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan. Lingkungan keluarga terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang.

Semium (2006), menyebutkan ada tiga faktor yang mempengaruhi kontrol diri, yaitu:

1. Diri sendiri

Dalam hal ini individu akan menyadari apa yang ia perbuat dan bertanggung jawab atas kebutuhan-kebutuhan batin dengan kenyataan hidup.

2. Keluarga

Individu dalam kehidupannya, tidak lepas dari pengaruh individu lainnya, mereka saling berinteraksi dan membutuhkan satu sama lain. Khusus dalam kehidupan, anak tidak lepas dari pengaruh orang tua. Setiap anak akan percaya dan meniru orang tua secara bertahap. Begitu dalam hal perilaku, mereka cenderung mengikuti orang tuanya, karena menganggap orang tua adalah teladan yang tepat.

3. Pengalaman

Individu menciptakan kepribadiannya sendiri dari bahan dasar hereditas dan pengalaman. Tujuan dan siksap hidupnya menentukan bagaimana ia akan melakukan ini.

Faktor - Faktor yang mempengaruhi kontrol diri, menurut Dayakisni (2003) :

1. Kepribadian

Kepribadian mempengaruhi kontrol diri dalam konteks bagaimana seseorang dengan tipikal tertentu bereaksi dengan tekanan yang dihadapinya dan berpengaruh pada hasil yang akan diperolehnya.

2. Situasi

Situasi merupakan faktor yang berperan dalam proses kontrol diri. Setiap orang mempunyai strategi yang berbeda pada situasi tertentu, dimana strategi tersebut memiliki karakteristik yang unik. Situasi yang dihadapi akan dipersepsi berbeda oleh setiap orang, bahkan terkadang situasi yang sama dapat dipersepsi yang berbeda pula sehingga akan mempengaruhi cara memberikan reaksi terhadap situasi tersebut. Setiap situasi mempunyai karakteristik tertentu yang dapat mempengaruhi pola reaksi yang akan dilakukan seseorang.

3. Etnis

Etnis atau budaya mempengaruhi kontrol diri dalam bentuk keyakinan atau pemikiran, dimana setiap kebudayaan tertentu memiliki keyakinan atau nilai yang membentuk cara seseorang berhubungan atau bereaksi dengan lingkungan. Budaya telah mengajarkan nilai-nilai yang akan menjadi salah satu penentu terbentuknya perilaku seseorang, sehingga seseorang yang hidup dalam budaya yang berbeda akan menampilkan reaksi yang berbeda dalam menghadapi situasi yang menekan, begitu pula strategi yang digunakan.

4. Pengalaman

Pengalaman akan membentuk proses pembelajaran pada diri seseorang. Pengalaman yang positif akan mendorong seseorang untuk bertindak yang sama, sedangkan pengalaman yang negatif akan dapat merubah pola reaksi terhadap situasi tersebut.

5. Usia

Bertambahnya usai pada dasarnya akan diikuti dengan bertambahnya kematangan dalam berpikir dan bertindak. Hal ini dikarenakan pengalaman hidup yang telah dilalui lebih banyak dan bervariasi, sehingga akan sangat membantu dalam memberikan reaksi terhadap situasi yang dihadapi. Orang yang lebih tua cenderung memiliki kontrol diri yang lebih baik dibanding dengan yang lebih muda.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kontrol diri yaitu: ada faktor internal (dari diri individu), dan faktor eksternal (dari luar individu).

2.1.4. Dampak Kontrol Diri

Berbagai penelitian telah menunjukkan peran kontrol diri dalam kehidupan sehari-hari. Seseorang yang memiliki kontrol diri yang tinggi atau baik akan berdampak pada peningkatan performansi kerja, pengendalian impuls yang baik, penyesuaian dan stabilitas harga diri, hubungan interpersonal yang baik, dan kurangnya perilaku agresi. Pada sisi lain kontrol diri yang rendah atau kurang akan berdampak pada penurunan performansi kerja impulsivitas, ketidakmampuan melakukan penyesuaian psikologis, stabilitas harga diri yang rendah, kurangnya hubungan interpersonal, dan meningkatnya perilaku agresi.

1. Peningkatan performansi

Penelitian yang dilakukan Tangney, Baumeister dan Boone (2004), menunjukkan bahwa seseorang yang memiliki kontrol diri yang tinggi juga memiliki IPK yang

lebih baik daripada seseorang yang memiliki kontrol diri yang rendah. Hal itu terjadi karena kontrol diri membuat seseorang memiliki kedisiplinan diri dan menghindari prokrastinasi, sehingga berdampak pada peningkatan performansi akademis maupun performansi kerja.

2. Pengendalian Impuls

Kontrol diri juga memiliki kontribusi terhadap pengendalian impuls. Seseorang yang memiliki kontrol diri yang rendah akan mudah berperilaku impulsif dan disfungsional. Hasil penelitian Tochkof (2010) menyebutkan bahwa kurangnya kontrol diri ini disebut impulsifitas, yaitu ketidaksabaran seseorang untuk memuaskan keinginannya. Seseorang yang impulsif akan lebih memilih penghargaan yang kecil namun langsung dapat diterima daripada penghargaan yang besar namun tidak langsung diberikan. Kurangnya kontrol diri menyebabkan berbagai perilaku bermasalah.

3. Penyesuaian Psikologis

Seseorang yang memiliki kontrol diri akan mampu melakukan penyesuaian psikologis, memiliki harga diri, dan stabilitas harga diri. Kontrol diri yang rendah berhubungan dengan kecemasan, permusuhan, kemarahan, ketakutan dan pikiran paranoid. Kontrol diri juga berhubungan dengan penghargaan diri dan kemampuan untuk mempertahankan diri (Tangney, Baumeister dan Boone, 2004)

4. Hubungan Interpersonal

Kontrol diri yang tinggi juga berkorelasi dengan hubungan interpersonal yang lebih baik dibandingkan seseorang dengan kontrol diri rendah. Hal ini terindikasi dari keakraban keluarga yang tinggi dan konflik keluarga yang rendah pada orang

dengan kontrol diri tinggi. Selain itu, orang dengan kontrol diri tinggi lebih memiliki kelekatan aman dan tingkat empati yang optimal (Tangney, Baumeister dan Boone, 2004).

5. Pereda Agresivitas

Penelitian yang dilakukan oleh Denson, Dewart, dan Finkel 2012, menunjukkan bahwa kontrol diri menjadi salah satu yang menghambat perilaku agresi. Penelitian tersebut mengulas hasil penelitian-penelitian sebelumnya tentang mekanisme kontrol diri dan hubungannya dengan agresi. Dari hasil ulasan tersebut dapat disimpulkan bahwa mengurangi kontrol diri akan meningkatkan agresi, dan meningkatkan kontrol diri akan mengurangi agresi.

Menurut Logue (1995) individu yang memiliki kontrol diri yang baik akan menunjukkan karakteristik khusus dalam merespon segala hal, yakni : (1) tetap bertahan mengerjakan tugas walaupun terdapat hambatan atau gangguan (2) dapat berperilaku sesuai dengan aturan dan norma yang berlaku (3) mampu mengendalikan emosi negatifnya (4) toleransi terhadap stimulus yang tidak diharapkan.

2.2. PERSAUDARAAN SETIA HATI TERATE (PSHT)

2.2.1. Sejarah dan Perkembangan PSHT

Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) atau yang dikenal SH Terate adalah suatu persaudaraan “perguruan” silat yang bertujuan mendidik dan membentuk manusia berbudi luhur, tahu benar dan salah, bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, mengajarkan kesetiaan pada hati sanubari sendiri serta mengutamakan

persaudaraan antar warga (anggota) dan berbentuk sebuah organisasi yang merupakan rumpun/aliran Persaudaraan Setia Hati (PSH). SH Terate termasuk salah satu dari 10 perguruan silat yang turut mendirikan Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) pada konggres pencak silat tanggal 28 Mei 1948 di Surakarta. Cabang SH Terate tersebar di 200 kota/kabupaten di Indonesiadan komisariat luar negeri di Malaysia, Belanda, Rusia, Timor Leste, Hongkong, Korea selatan, Jepang, Belgia dan Perancis, dengan keanggotaan (disebut warga) mencapai 8 jutaan orang.

Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) didirikan oleh Ki Hadjar Oetomo di Indonesia tepatnya Desa Pilangbango, kecamatan Kartoharjo, Madiun pada tahun 1922. Pada tahun 1903 di kampoeng Tambak Gringsing, Surabaya, Ki Ageng Soero Dwiryo meletakkan dasar bagi gaya Pencak Silat Setia Hati. Sebelum disebut Setia Hati, latihan fisik/Gerakan pencak silat itu disebut “Djoyo Gendilo Tjipto Muljo” dan untuk ajaran kerokhanian dan spiritual Setia Hati disebut “Sedulur Tunggal Ketjer” disingkat STK. Pada tahun 1917 Ki Ageng Soerodiwirjo pindah ke Madiun, membangun dan mendirikan persaudaraan “perguruan” silat bernama Persaudaraan Setia Hati di desa Winongo Madiun. Pada saat itu PSH belum mejadi organisasi , Setia Hati adalah persaudaraan (kadang) saja diantara siswa, karena pada saat itu organisasi pencak silat tidak diijinkan oleh Kolonial Belanda. “Setia Hati” berarti setia pada hati (diri) sendiri. Soerodiwirjo lahir dari keluarga bangsawan di daerah Gresik (versi lain di Madiun) Jawa Timur, Indonesia, pada kuartal terakhir abad ke-19. dia dijuluki sebagai “*Ngabei*” sebuah gelar bangsawan eksklusif yang diberikan oleh Sultan dan hanya

untuk mereka yang telah membuktikan dirinya layak secara rohani. Dia tinggal dan bekerja diberbagai lokasi di pulau Jawa dan Sumatra dan belajar gaya pencak silat dari berbagai aliran. Di Sumatra juga belajar kerohanian (kebatinan) pada seorang guru spiritual. Kombinasi ajaran spiritual dan gaya pencak silat yang terbaik dari berbagai aliran ini menjadi dasar untuk silat Setia Hati. Ki Ageng Hadji Soerodiwirjo meninggal pada 10 November 1944 di Madiun.

Pada tahun 1922, KI Hardjo Oetomo (pahlawan perintis kemerdekaan 1883-1952), salah satu kadang Setia Hati, meminta izin kepada Ki Ageng Soerodiwirjo untuk mendirikan latihan Setia Hati bagi generasi muda dan diijinkan oleh Ki Ageng Soerodiwirjo, tetapi harus dalam nama berbeda. Maka Ki Hardjo Oetomo mendirikan Setia Hati “Pemuda Sport Club” yang berupa sebuah organisasi. Organisasi ini kemudian disebut Persaudaraan Setia Hati Terate atau PSHT pada tahun 1948 dalam kongres pertama di Madiun. Setelah Perang Dunia kedua, PSHT terus menyebar ke seluruh Indonesia. Seorang tokoh penting dibalik populernya PSHT adalah Mas Irsjad yang merupakan siswa pertama Ki Hdjar Hardjo Oetomo. Mas Irsjad ini juga menciptakan 90 senam dasar (*Basic Exercise*), jurus belati (jurus dengan pisau), dan jurus Toya (Jurus dengan tangkat panjang) yang membedakan dengan setia hati Winongo. Salah satu siswa Mas Irsjad adalah Mas Imam Koesoepangat (1939-1987) pemimpin spiritual dari PSHT yang turut berjasa membesarkan PSHT. Penggantinya, Mas Tarmadji Boedi Harsono (1987-2014), saat ini dewan pusat organisasi PSHT dipimpin oleh Kolonel inf (purn) Mas Richard Simorangkir sampai pada Parapatan Luhur digelar tahun 2014.

2.2.2. Tujuan, Visi dan Misi Persaudaraan Setia Hati Terate

a. Tujuan

“Mendidik manusia yang berbudi luhur yang mampu membedakan yang benar dan salah serta bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa yang dilandasi dengan persaudaraan yang kekal dan abadi”.

b. Visi

“Mendidik manusia yang intelektual dalam mengamalkan ilmu setia hati pada sesama manusia”.

c. Misi

1. Mengedepankan disiplin dalam pelaksanaan latihan.
2. Membentuk sistem latihan yang sinergis dan sesuai dengan kebutuhan masyarakat.
3. Mempererat tali persaudaraan antar anggota PSHT

2.2.3. Falsafah dan Ajaran Setia Hati

Falsafah dan ajaran yang utama dari SH Terate adalah manusia dapat dimatikan (dibunuh) tetapi manusia tidak dapat dikalahkan selama manusia itu setia pada hatinya sendiri atau ber-SH pada diri sendiri. Tidak ada kekuatan apapun diatas manusia yang bisa mengalahkan manusia kecuali kekuatan yang dimiliki oleh Tuhan Yang Maha Esa. Ajaran tersebut telah menjadi keyakinan bagi semua warga SH Terate sehingga menjadi kekuatan tersendiri bagi anggota secara pribadi maupun persaudaraan. Tidak ada yang ditakuti warga SH Terate baik dari bangsa manusia maupun yang lain (jin, makhluk halus dan lain-lain) kecuali ketakutan (takwa) pada Tuhan Yang Maha Esa. Selain dan falsafah dan

ajaran sebagaimana tersebut diatas, SH Terate juga mengajarkan calon anggota persaudaraan dengan Seni Bela Diri Pencak Silat. Menurut SH Terate setiap seni bela diri timur didasarkan pada filosofi dengan kode etik terkait. Hal ini juga berlaku untuk pencak silat. Praktek seni bela diri memiliki tujuan membantu siswa mengembangkan karakter jujur, terbuka dengan hidup sesuai dengan noram-norma dasar dan nilai-nilai seni. Siswa berusaha untuk menjaga keseimbangan (harmoni) dalam jasmani dan rohani, dalam kecerdasan dan juga emosi.

Persaudaraan Setia Hati Terate adalah cara hidup, jalan hidup. Unsur olah raga hanya aspek kecil, salah satu dari banyak batu yang jalan PSHT beraspal. Dengan pendekatan yang lebih luas ini, persaudaraan Setia Hati Terate bukan olah raga pertempuran tetapi seni pertempuran. Sebuah olahraga pertempuran adalah perjuangan dengan yang lain. Sebuah seni pertempuran adalah perjuangan dengan diri sendiri. Falsafah dan ajaran SH Terate tersebut telah menjadi prinsip dasar Setia Hati Terate, untuk mencapai keseimbangan dalam tubuh (jasmani) dan pikiran (rohani). Persaudaraan Setia Hati Terate didirikan pada lima prinsip dasar (Mustakim, 2017):

1. Persaudaraan

Persaudaraan adalah suatu yang diutamakan bagi warga dan siswanya, memberi kekuatan hidup dan membimbingnya dalam memperoleh kesejahteraan dan kebahagiaan lahir dan batin. Persaudaraan ditanamkan pertama kali pada siswa sejak siswa mengecap pelajaran SH. Dengan persaudaraan manusia diperlakukan dan diakui sesuai harkat dan martabatnya sebagai makhluk Tuhan

Yang Maha Esa, yang sama derajatnya yang sama hak dan kewajibannya tanpa membedakan suku, keturunan, agama, kepercayaan, jenis kelamin, dan lain sebagainya.

2. Olah raga

Pengertian olah raga dalam pencak silat adalah mengolah raga dengan gerakan-gerakan pencak silat yang ada pada Persaudaraan Setia Hati Terate. Adapun manfaat yang didapatkan dalam gerakan olah raga pencak silat, yaitu: memperbaiki suasana hati, mengurangi gangguan jiwa, membantu jantung tetap sehat, tidak memperburuk otot serta dapat membantu menghilangkan lemak yang tidak diinginkan

3. Bela diri

Persaudaraan Setia Hati Terate juga mengajarkan seni bela diri yang berfungsi sebagai alat atau senjata untuk membela diri atau untuk mempertahankan kehormatan dan melayani seseorang apabila keadaan memang terpaksa dan diperlukan.

4. Seni budaya

Seni budaya merupakan salah satu aspek dalam Persaudaraan Setia Hati Terate yang perlu untuk dikembangkan dan dilestarikan.

5. Kerohanian ke SH-an (pengembangan Spiritual).

Merupakan tujuan akhir dari pelajaran persaudaraan setia hati, mental kerohanian/ ke-SH an berpedoman pada “mengenal diri sendiri sebaik-baiknya”. Mental kerohanian/ ke-SH an bersumberkan asas Ketuhanan Yang Maha Esa. Tujuan dari pelajaran Persaudaraan Setia Hati Terate adalah mendidik manusia

dalam menempuh kehidupan ini memperoleh kebahagiaan dan kesejahteraan dunia dan akhirat. Filosofi lengkap dari Persaudaraan Setia Hati Terate dapat dilihat pada simbol-simbol lambang PSHT.

2.2.4. Makna Lambang PSHT



Gambar 2.1

Berikut ini menjelaskan berbagai konsep dan simbol lambang PSHT.

1. Segi Empat, segi empat panjang dalam lambang SH terate adalah bermakna perisai, bisa berarti benteng atau pertahanan diri. Seorang warga SH Terate harus bisa membentengi diri sendiri dari segala bentuk ancaman jasmani maupun rohani. Segi empat ini juga melambangkan 4 mata atah angin dan ditambah satu sebagai porosnya.
2. Warna Hitam, sebagai dasar melambangkan kekal dan abadi. Sesuai semboyannya selama matahari bersinar, selama bumi masih dihuni oleh manusia, semoga Setia Hati tetap jaya, kekal dan abadi selama-lamanya.
3. Persaudaraan, konsep persaudaraan ini dapat diterjemahkan sebagai “persaudaraan” kepada semua, mengungkapkan visi dan misi bahwa semua orang adalah saudara dan saudari. “Saudara diterjemahkan baik sebagai “saudara” dan “adik” : perempuan juga merupakan bagian dari “persaudaraan”. Ini berarti saling

menghormati, solidaritas dan kerjasama. Persaudaraan menggantikan budaya, ras, kepercayaan dan afiliasi politik. Persaudaraan kepada semua adalah selain persaudaraan dengan warga SH Terate juga termasuk persaudaraan dengan sesama umat manusia.

4. Setia Hati

Setia Hati dapat diterjemahkan sebagai “setia pada hati” nya sendiri. Ini menyiratkan bahwa kita harus selalu jujur pada hati seseorang (perasaan emosional) dalam semua keputusan hidup. Emosi-emosi ini, bagaimanapun harus selaras dengan kognisi rasional seseorang. Apa yang dalam hati sanubari dirasakan dan menjadi pemikiran harus menjadi dasar bagi perkataan maupun tindakan nyata atau perilaku sehari-hari. Jika dua unsur tidak harmonis, maka setiap keputusan yang diambil salah.

5. Hati Bersinar

Hati bersinar digambarkan dalam lambang, sinar yang berasal dari hati ini adalah representasi simbolis dari konsep persaudaraan. Putih melambangkan cinta dan kebersihan batin. Garis merah di sekitar hati adalah simbol pertahanan diri.

6. Terate

Ini melambangkan tekad, ketahanan dan kemampuan untuk beradaptasi. Bunga ini dapat berkembang di segala kondisi. Warga PSHT juga sama yaitu harus mampu beradaptasi dan mengatasi keadaan yang sulit. Meskipun ada pengaruh negatif dari lingkungan, siswa PSHT sebisa mungkin mempertahankan kebersihan batinnya. Terate bisa hidup dan mekar di lumpur dengan tetap mempertahankan keindahan dan kemurniannya.

7. Garis Merah Tegak

Sebuah garis merah vertikal ditemukan di sisi kiri lambang, diapit pada setiap sisi menjadi garis putih. Ini adalah “jalan yang lurus”, melambangkan pertumbuhan mental dan spiritual siswa dan warga PSHT yang lurus dan menegakkan kebenaran. Saat pengesahan menjadi warga pertama, calon warga membuat sumpah untuk mengikuti jalan ini dan sesuai dengan aturan-aturan yang berlaku. Apabila melakukan pelanggaran ada konsekuensi yang diterima.

8. Senjata

Pada bagian bawah sejumlah senjata berwarna kuning digambarkan pada lambang ini, melambangkan jalur fisik bahwa seseorang harus mengikuti untuk akhirnya mencapai pertumbuhan rohani dalam keimanan.

2.3. Kontrol Diri Pada Anggota Persaudaraan Setia Hati Terate Siswi

SMAN Colomadu

Sekolah merupakan tempat siswa mendapatkan pendidikan formal dan juga non formal untuk membantu pengembangan kemampuan, minat dan bakatnya. SMAN Colomadu merupakan salah satu sekolah yang selain menyelenggarakan pendidikan formal juga menyelenggarakan kegiatan non formal yaitu kegiatan ekstra kurikuler, seperti pramuka, futsal, basket, menari, bela diri dan lain-lain. Namun selain mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah ada beberapa siswa ikut serta menjadi anggota Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) dengan tujuan untuk dapat menambah saudara, bela diri dan kerohanian. Jumlah siswa SMAN Colomadu yang ikut dalam kegiatan PSHT ini

ada sekitar 28 siswa, yang terdiri dari 9 siswa putri dan 19 siswa putra. Kegiatan PSHT dilakukan pada malam hari. Siswi mengikuti kegiatan PSHT pada waktu malam hari bahkan sampai pagi hari. Hal ini berpengaruh pada kegiatan belajar siswa di sekolah, seperti siswa bangun kesiangan dan terlambat masuk sekolah, mengantuk di kelas, dan penyelesaian tugas sekolah tidak tepat waktu, ditambah lagi mereka sebagai anak perempuan yang keluar malam dan pulang sampai pagi, orang tua merasa khawatir akan keselamatan mereka dan juga merasakan kasihan.

Hal ini menurut pandangan masyarakat menjadi larangan bagi perempuan untuk keluar malam karena hal ini dapat mendatangkan fitnah. Senada dengan pendapat Magdalena (2011) yang menyatakan pada dasarnya adanya larangan perempuan keluar malam untuk menghindari adanya dua fitnah, yaitu pertama fitnah keamanan, dan yang kedua adalah fitnah khalwat dengan lawan jenis. Melihat kondisi seperti itu, maka siswi anggota PSHT khususnya harus mempunyai suatu mekanisme yang dapat membantu mengatur dan mengarahkan perilaku dengan baik yaitu dengan kontrol diri.

Kontrol diri menurut Goldfried dan Merbaum (1973) adalah kemampuan diri seseorang untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilakunya untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu kearah yang lebih baik seperti yang diinginkannya dengan memperhatikan dampak atau konsekuensi yang akan terjadi. Kontrol diri pada setiap individu berbeda-beda. Kurangnya kontrol diri akan membawa efek atau pengaruh yang kurang baik pada individu. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Wulandari (2018) bahwa individu yang kontrol dirinya kurang, tidak mampu mengendalikan perilakunya

kerap berbuat negatif yang mengarah pada tindakan kriminal, tidak bertanggung jawab dengan apa yang mereka putuskan. Mereka tidak memikirkan akibat jangka panjang atas perbuatan yang mereka lakukan dan tidak siap menghadapi konsekuensi perbuatan negatif yang mereka lakukan.

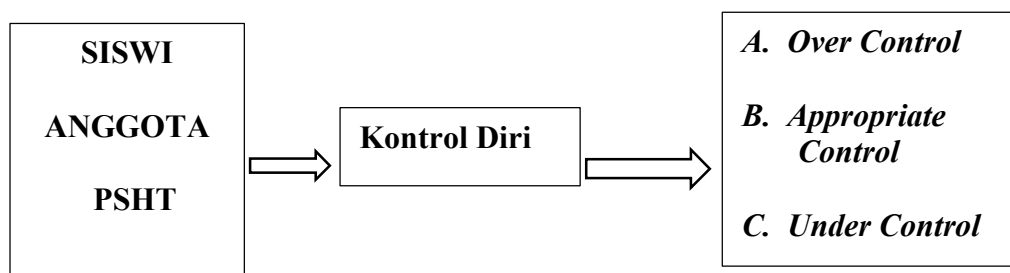
Ternyata pada siswi anggota PSHT sangat dibutuhkan untuk memiliki kontrol diri yang baik agar dapat mengendalikan impuls-impulsnya secara tepat. Serta dengan kontrol diri yang baik akan mampu membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilakunya untuk meningkatkan hasil dan tujuan tertentu kearah yang lebih baik.

Kontrol diri ini meliputi kontrol perilaku (*behavioral control*), yang berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam mengontrol dirinya dan mengendalikan situasi atau keadaan. Dengan adanya kontrol perilaku siswi anggota PSHT akan mampu mengontrol perilakunya dan tidak melakukan hal-hal yang akan bertentangan dengan aturan-aturan yang berlaku. Kontrol kognitif (*cognitif control*), berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam menilai dan menafsirkan suatu keadaan dengan cara memperhatikan segi-segi positif secara subyektif. Kontrol kognitif pada siswi anggota PSHT akan mampu menilai dan menafsirkan keadaan-keadaan yang dihadapinya. Kontrol keputusan (*Decisional Control*) merupakan kemampuan seseorang untuk memilih hasil atau suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Adanya kontrol keputusan siswi anggota PSHT akan mampu mempertimbangkan dan mengambil keputusan dengan baik. Kualitas kontrol diri seseorang terbagi dalam tiga jenis yaitu *Over Control* yaitu kontrol diri yang dilakukan oleh individu

secara berlebihan yang menyebabkan individu banyak menahan diri beraksi terhadap stimulus, *Under Control* yaitu suatu kecenderungan individu untuk melepaskan impuls dengan bebas tanpa perhitungan yang masak dan *Appropriate Control* yaitu kontrol individu dalam upaya mengendalikan impuls secara tepat. Hal ini sesuai dengan pendapat Block dan Block (Ghufron & Risnawita, 2011).

2.4. Kerangka Berpikir

Berdasarkan uraian di atas untuk lebih jelasnya dibuatlah kerangka berpikir seperti di bawah ini:



Gambar 2.2

Kerangka Berpikir

2.5. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan uraian diatas, maka pertanyaan penelitian adalah: Bagaimana kontrol diri pada anggota Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) siswi SMAN Colomadu Karanganyar?

