

## PERAN *SELF-AWARENESS* DALAM MEMBENTUK KEDISIPLINAN PENDUDUK DENGAN MENERAPKAN PROTOKOL KESEHATAN 3M UNTUK MENCEGAH COVID-19

Phendy Agust Saputra, Yuli Asmi Rozali  
Fakultas Psikologi, Universitas Esa Unggul  
Jl. Arjuna Utara No. 9, Kec. Kebun Jeruk, Jakarta Barat 11510  
[phendyagustsaputra@gmail.com](mailto:phendyagustsaputra@gmail.com)

### Abstract

*The lifestyle of the world community during the Covid-19 pandemic is of particular concern to the World Health Organization (WHO), governments, and individuals. In Indonesia, the government's solution to prevent the spread of Covid-19 is the application of the 3M health protocol discipline (wearing masks, washing hands, and maintaining a safe distance). Every individual needs self-awareness or self-awareness to stay disciplined when implementing 3M health protocols. Purpose: The purpose of this study was to determine the effect of self-awareness on the discipline of DKI Jakarta residents in implementing the 3M health protocol to prevent Covid-19. Methods: The method used is non-experimental quantitative (causal-comparative). Respondents in this study amounted to 52 people. The sampling technique used is non-probability (purposive sampling). The self-awareness measuring instrument consists of 12 valid items with an alpha ( $\alpha$ ) value of 0.820 and discipline consisting of 10 valid items with an alpha ( $\alpha$ ) value of 0.860. Results: The results of the simple linear regression test showed a significance value ( $p$ ) = 0.667 ( $p > 0.05$ ), which means that there is no effect of self-awareness on discipline. Many DKI Jakarta residents have low self-awareness (57.7%) and low discipline (51.9%).*

**Keywords:** *Self-awareness, Disciplinary behaviour, Jakarta citizens.*

### Abstrak

Gaya hidup masyarakat dunia selama pandemi Covid-19 menjadi perhatian khusus bagi Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), pemerintah, dan individu. Di Indonesia, solusi yang dilakukan pemerintah untuk mencegah penyebaran Covid-19 adalah penerapan disiplin protokol kesehatan 3M (memakai masker, mencuci tangan, dan menjaga jarak aman). Setiap individu membutuhkan *self-awareness* atau kesadaran diri untuk tetap disiplin saat menerapkan protokol kesehatan 3M. **Tujuan:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self-awareness* terhadap kedisiplinan penduduk DKI Jakarta dalam menerapkan protokol kesehatan 3M pencegahan Covid-19. **Metode:** Metode yang digunakan adalah kuantitatif non-eksperimental (kausal-komparatif). Responden dalam penelitian ini berjumlah 52 orang. Teknik *sampling* yang digunakan adalah non-probabilitas (*purposive sampling*). Alat ukur *self-awareness* terdiri dari 12 aitem valid dengan nilai *alpha* ( $\alpha$ ) 0,820 dan kedisiplinan terdiri dari 10 aitem valid dengan nilai *alpha* ( $\alpha$ ) 0,860. **Hasil:** Hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan nilai signifikansi ( $p$ )= 0,667 ( $p > 0,05$ ) yang berarti tidak ada pengaruh *self-awareness* terhadap kedisiplinan. Penduduk DKI Jakarta banyak memiliki *self-awareness* rendah (57,7%) dan kedisiplinan rendah (51,9%).

Kata kunci: *Self-awareness, Kedisiplinan, Penduduk DKI*

### Pendahuluan

DKI Jakarta merupakan ibukota Negara Kesatuan Republik Indonesia yang berlokasi di Pulau Jawa, Indonesia. Berdasarkan Badan Pusat Statistik Provinsi DKI Jakarta (2021), jumlah penduduk provinsi DKI Jakarta bila dilihat dari kelompok umur dan jenis kelamin pada tahun 2020 mencapai 10.562.100 jiwa. Sebagai ibukota, Jakarta menjadi pusat pemerintahan dan perekonomian terbesar di Indonesia. Artinya, Jakarta tidak hanya menjadi tempat bagi penduduk lokal untuk mencari nafkah, namun juga pendatang dari dalam dan luar

negeri. Tidak hanya itu, akses ke fasilitas-fasilitas pemerintahan, tempat hiburan, rumah sakit, sekolah, maupun perkantoran menjadi lebih mudah untuk dilakukan. Hal tersebut berdampak baik bagi kesejahteraan sosial dan ekonomi penduduk dan pendatang di Jakarta.

Namun sayangnya, wabah pandemi Covid-19 yang berasal dari virus *Corona* mempengaruhi aktivitas masyarakat secara global. Di Indonesia gelombang pertama Covid-19 ini terdeteksi untuk pertama kalinya pada 2 Maret 2020 (Pranita & Nursastri, 2020). Sehingga, semenjak meningkatnya

kasus positif harian Covid-19, DKI Jakarta menjadi kota dengan jumlah kasus terbanyak daripada daerah lain di Indonesia (*Peta Sebaran Covid-19*, 2021). Hal ini tentu berdampak pada setiap kalangan masyarakat dan juga sektor-sektor penting di dalamnya, seperti kesehatan, keuangan, pendidikan, sosial, dan politik dikarenakan DKI Jakarta merupakan pusat ibukota, pemerintahan, dan juga perekonomian di Indonesia. Salah satunya, seperti yang dikonfirmasi oleh Menteri Ketenagakerjaan Ida Fauziyah, bahwa lebih dari 449.000 pekerja di DKI Jakarta telah dirumahkan (Faisal, 2020).

Pemerintah telah menjalankan beberapa upaya preventif untuk menekan kasus harian Covid-19 yang berasal virus *corona*. Upaya tersebut meliputi saran untuk tinggal di rumah dan tidak keluar bila tidak ada keperluan mendesak, selalu menjalankan peraturan 3M (memakai masker dengan benar, menjaga jarak aman 1,5 - 2 meter, dan mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir secara rutin), seluruh kegiatan yang diizinkan beroperasi harus dalam kapasitas maksimal 50 persen dan menjalankan protokol kesehatan dengan ketat, dan mengingatkan sesama untuk selalu menerapkan protokol kesehatan (Saeno, 2020). Selain itu, pemerintah juga menerapkan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat yang dikenal sebagai PPKM, pelaksanaan vaksinasi nasional, dan penertiban pelaksanaan protokol kesehatan secara rutin di tengah kegiatan penduduk oleh Satpol PP Provinsi DKI Jakarta dan penerapan sanksi perorangan hingga skala perusahaan, yang berupa sanksi sosial, sanksi administratif, hingga penyegelan (Megawati & Sandiputra, 2021).

Upaya preventif tersebut tidaklah sia-sia karena kasus positif harian Covid-19 menurun secara signifikan. Sayangnya, hal tersebut tidak bertahan lama. Terbukti, pada bulan Juni 2021, kasus Covid-19 terdeteksi kembali meningkat. Berdasarkan data yang diperoleh, terjadinya peningkatan kembali kasus positif harian Covid-19 karena kurangnya kedisiplinan masyarakat umum, *public figure*, dan juga pejabat dalam menerapkan protokol kesehatan 3M (Nugraheny, 2021). Hal tersebut dapat dilihat seperti pelanggaran protokol kesehatan yang dilakukan Raffi Ahmad saat menghadiri acara pesta ulang tahun rekannya dan berfoto tanpa menggunakan masker maupun menjaga jarak. Begitupula dengan Komisaris Utama Pertamina Basuki Tjahaja Purnama atau yang dikenal sebagai Ahok juga terlihat melepas masker saat bernyanyi dalam acara tersebut. Menanggapi ketidakdisiplinan yang dilakukan oleh kedua tokoh itu, Kepala Sekretariat Presiden Heru Budi Hartono mengatakan bahwa tokoh publik seharusnya menjadi

contoh bagi masyarakat dalam menerapkan protokol kesehatan (Farisah & Meiliana, 2020).

Menurut Prijodarminto (1992), disiplin merupakan suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan, dan atau ketertiban. Individu dengan kedisiplinan tinggi digambarkan dengan perilaku patuh dan tertib dalam memakai masker dengan menutupi hidung dan mulut saat berada di luar rumah, mencuci tangan dengan air dan sabun atau menggunakan *hand sanitizer* sebelum dan sesudah melakukan aktivitas di luar rumah, dan ingat untuk menjaga jarak dengan orang lain, serta tidak berada pada kerumunan saat beraktivitas di luar rumah. Sedangkan, individu dengan kedisiplinan rendah tidak mengenakan masker dengan baik dan benar saat berada di luar rumah, tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah beraktivitas di luar rumah, serta berdekatan dengan orang lain di tempat-tempat umum. Namun demikian, menurut Wakil Gubernur DKI Jakarta Ahmad Riza Patria penurunan kasus Covid-19 di Jakarta merupakan indikator penerapan protokol kesehatan dan vaksinasi Covid-19 berhasil. Akan tetapi, ia juga meminta masyarakat untuk tetap disiplin, patuh, serta taat dalam menerapkan protokol kesehatan (Fauzan, 2021).

Penerapan kedisiplinan protokol kesehatan 3M juga dapat dilihat dari kehidupan sehari-hari, seperti salah satu peraturan yang dikeluarkan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2021) mengenai Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran Di Masa Pandemi *Coronavirus Disease 2019* (Covid-19) yang mewajibkan perilaku di seluruh lingkungan satuan pendidikan untuk (1) menggunakan masker kain 3 (tiga) lapis atau masker sekali pakai/masker bedah yang menutupi hidung dan mulut sampai dagu. Masker kain digunakan setiap 4 (empat) jam atau sebelum 4 (empat) jam saat sudah lembab/basah, (2) cuci tangan pakai sabun (CTPS) dengan air mengalir atau cairan pembersih tangan (*hand sanitizer*), (3) menjaga jarak minimal 1,5 (satu koma lima) meter dan tidak melakukan kontak fisik seperti bersalaman dan cium tangan, dan (4) menerapkan etika batuk/bersin. Adanya perilaku tidak disiplin dalam menerapkan protokol kesehatan 3M diduga karena kurangnya *self-awareness* atau kesadaran diri dari individu yang menjalaninya. Kedisiplinan sejatinya akan terbentuk dan menjadi kebiasaan yang baik, serta dapat bertahan untuk jangka waktu yang lama di dalam diri individu apabila setiap perilaku disiplin individu tersebut didasari oleh kesadaran dari diri yang bersangkutan. Hal tersebut sejalan dengan yang dikatakan Kohlberg (1981) dan Widodo (2013)

perilaku disiplin akan lebih mudah tumbuh dan berkembang bila muncul dari kesadaran dalam diri seseorang. Menurut Fenigstein et al. (1975), *self-awareness* merupakan suatu keadaan; eksistensi dari fokus pengarah diri (*self-directed*), sebagai hasil variabel situasional tidak tetap, sifat kronis (*chronic dispositions*), atau keduanya. Sehingga, individu yang memiliki *self-awareness* tinggi, sadar akan manfaat penerapan protokol kesehatan 3M dengan disiplin dan dampak yang terjadi akibat tidak patuh dan teratur dalam menjalankan protokol kesehatan tersebut bagi dirinya dan orang lain. Sedangkan, individu dengan *self-awareness* rendah, mengabaikan manfaat dari menerapkan protokol kesehatan 3M dengan disiplin dan dampak yang akan dialaminya akibat ketidaksiplinan terhadap dirinya dan juga orang lain.

### Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif non-eksperimental (kausal-komparatif). Metode ini digunakan untuk melihat pengaruh dan memprediksi arah hubungan sebab dan akibat *self-awareness* terhadap kedisiplinan.

Populasi yang diteliti adalah penduduk DKI Jakarta yang berjumlah 10.562.100 jiwa (Badan Pusat Statistik Provinsi DKI Jakarta, 2021). Adapun perwakilan jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 50 orang ( $n=50$ ), seperti yang direkomendasikan Roscoe (1975) dan Azwar (2017) yang menyebutkan sampel berukuran  $n > 30$  dan  $n < 500$  sudah cukup layak bagi riset pada umumnya. Teknik sampel non-probabilitas (*purposive sampling*) digunakan yang digunakan memiliki persyaratan khusus dan mewakili populasi, terdiri dari (1) memiliki KTP DKI Jakarta dan (2) menetap di wilayah DKI Jakarta selama 6 bulan atau lebih ( $\geq 6$  bulan). Menurut Azwar (2017) pengambilan sampel non-probabilitas digunakan karena besarnya peluang anggota populasi untuk terpilih sebagai sampel tidak diketahui.

Berdasarkan definisi konseptual, kedisiplinan menurut Prijodarminto (1992) adalah sikap mental (*mental attitude*), pemahaman yang baik mengenai sistem aturan perilaku, norma, kriteria, dan standar yang sedemikian rupa, dan sikap kelakuan yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan, dan atau ketertiban. Sedangkan, *self-awareness* adalah suatu keadaan eksistensi dari fokus pengarah diri terhadap *private awareness* dan *public awareness* (Fenigstein et al., 1975). Mengacu pada definisi operasional, kedisiplinan dapat dilihat dari total skor pada skala kedisiplinan yang terdiri dari dimensi sikap mental (seperti, menerapkan protokol

kesehatan 3M di manapun), pemahaman yang baik mengenai sistem aturan perilaku, norma, kriteria, dan standar yang sedemikian rupa (seperti, memakai masker agar tidak terinfeksi Covid-19), dan sikap kelakuan (seperti, mengganti masker setiap hari). Semakin tinggi skor total kedisiplinan maka semakin tinggi kedisiplinan individu. Sebaliknya, semakin rendah skor total kedisiplinan maka semakin rendah kedisiplinan individu. Sedangkan, *self-awareness* dapat dilihat dari total skor pada skala *self-awareness* yang meliputi dimensi *private awareness* (seperti, menyadari setiap perbuatan yang dilakukan) dan *public awareness* (seperti, khawatir dengan apa yang dipikirkan orang lain). Semakin tinggi skor total *self-awareness* maka semakin tinggi *self-awareness* individu. Sebaliknya, semakin rendah skor total *self-awareness* maka semakin rendah *self-awareness* individu.

Alat bantu pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang dianggap mudah untuk mengumpulkan informasi, tes-tes, dan skala sebagai *instrumen pengukuran* (Coolican, 2019). Skala *Likert* juga dipakai untuk mengukur respon yang bervariasi dari subjek penelitian sehingga memberikan gambaran sikap atau opini terhadap suatu pernyataan. Pada alat ukur *self-awareness*, jumlah aitem yang valid dan reliabel berjumlah 12 aitem dengan nilai *alpha* ( $\alpha$ ) 0,820. Sedangkan, pada alat ukur kedisiplinan, jumlah aitem valid dan reliabel berjumlah 11 aitem dengan nilai *alpha* ( $\alpha$ ) 0,860.

Berikutnya, data dikumpulkan dan dianalisis secara terkomputerisasi dengan alat bantu statistik. Data akan disajikan dalam bentuk tabel berdasarkan frekuensi dan persentase. Hal ini memberikan gambaran mengenai distribusi subjek penelitian menurut kategori-kategori variabel (Azwar, 2017). Selanjutnya data akan diuji dengan menggunakan uji normalitas dan regresi linear sederhana untuk menganalisis pengaruh *self-awareness* terhadap kedisiplinan dengan nilai sig. koefisien regresi yang harus dicapai sebesar ( $p$ )  $< 0,05$ . Setelah itu, data akan ditempatkan ke dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2012) dengan mengkategorikannya. Lalu variabel akan diuji untuk mengetahui apakah ada hubungan antara baris dan kolom (Nisfiannoor, 2013) dengan menggunakan teknik *cross tabulation* atau tabulasi silang.

### Hasil dan Pembahasan

Dari hasil sebar data yang dilakukan kepada penduduk DKI Jakarta, responden yang diperoleh adalah 52 orang. Berdasarkan jenis kelamin, penduduk dengan jumlah terbanyak adalah berjenis

kelamin laki-laki dengan jumlah 34 orang (65,4%) dan 18 orang (34,6%) berjenis kelamin perempuan. Dilihat dari jumlah penduduk yang memilih faktor-faktor pendukung kedisiplinan, sebanyak 51 orang (98,1%) memilih 'ya' pada faktor kepribadian 'merasa bersalah ketika melanggar peraturan' dan 1 orang (1,9%) memilih tidak dan sebanyak 32 orang (61,5%) memilih 'ya' pada faktor lingkungan 'memiliki tokoh panutan yang disiplin'. Lalu, apabila dilihat dari penduduk yang memilih faktor-faktor pendukung *self-awareness*, sebanyak 51 orang (98,1%) memilih 'ya' pada faktor diri (*self*) 'memahami kelebihan dan kekurangan diri sendiri' dan 1 orang (1,9%) memilih tidak dan sebanyak 51 orang (98,1%) memilih 'ya' pada faktor *standard* 'memiliki sikap rendah hati' dan 1 orang (1,9%) memilih tidak. Pemaparan hasil dan pembahasan selengkapnya dapat dilihat di bawah ini.

#### Frekuensi dan Persentase

Gambaran umum responden disajikan dalam frekuensi dan persentase.

Tabel 1

#### Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	34	65,4%
Perempuan	18	34,6%

Berdasarkan Tabel 1 di atas, responden laki-laki lebih banyak daripada responden perempuan yang terbagi atas 34 responden laki-laki (65,4%) dan 18 responden perempuan (34,6%).

Tabel 2

#### Faktor Kepribadian Pada Variabel Kedisiplinan

Faktor Kepribadian	Frekuensi	Persentase
Merasa bersalah ketika melanggar peraturan		
Ya	51	98,1%
Tidak	1	1,9%

Dari Tabel 2 di atas, dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memilih 'ya' pada 'merasa bersalah ketika melanggar peraturan' dengan jumlah 51 responden (98,1%), sedangkan yang menjawab 'tidak' sebanyak 1 responden (1,9%).

Tabel 3

#### Faktor Lingkungan Pada Variabel Kedisiplinan

Faktor Lingkungan	Frekuensi	Persentase
Memiliki tokoh yang disiplin		
Ya	32	61,5%
Tidak	20	38,5%

Dari Tabel 3 di atas, dapat dilihat bahwa sebagian besar responden memilih 'ya' pada 'memiliki tokoh yang disiplin' dengan jumlah 32 responden (61,5%), sedangkan yang memilih 'tidak' sebanyak 20 responden (38,5%).

Tabel 4

#### Faktor Diri (Self) Pada Variabel Self-Awareness

Faktor Diri (Self)	Frekuensi	Persentase
Memahami kelebihan dan kekurangan diri sendiri		
Ya	51	98,1%
Tidak	1	1,9%

Dilihat dari Tabel 4 di atas, sebagian besar responden memilih 'ya' pada 'memahami kelebihan dan kekurangan diri sendiri' dengan jumlah 51 responden (98,1%), sedangkan yang memilih 'tidak' sebanyak 1 responden (1,9%).

Tabel 5

#### Faktor Standard Pada Variabel Self-Awareness

Faktor Standard	Frekuensi	Persentase
Memiliki sikap rendah hati		
Ya	51	98,1%
Tidak	1	1,9%

Dilihat dari Tabel 5 di atas, sebagian besar responden memilih 'ya' pada 'memiliki sikap rendah hati' dengan jumlah 51 responden (98,1%), sedangkan yang memilih 'tidak' sebanyak 1 responden (1,9%).

#### Uji Normalitas (*One Sample Kolmogorov-Smirnov Test*)

Berikut ini adalah hasil uji normalitas dengan menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov Test* dengan menghapus *ouliers* secara bertahap untuk mendapatkan distribusi data normal.

Tabel 6  
Hasil Uji Normalitas Data Kedisiplinan dan Self-Awareness

	Variabel	
	Kedisiplinan	Self-Awareness
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,162*	0,072*

Berdasarkan Tabel 6 di atas, diperoleh nilai signifikansi kedisiplinan ( $p$ ) 0,162 dan ( $p$ ) *self-awareness* 0,072 dimana nilai  $p > 0,05$  yang dapat disimpulkan bahwa sebaran data kedua alat ukur berdistribusi normal.

#### Uji Regresi Linear Sederhana

Pengaruh *self-awareness* terhadap kedisiplinan dapat dilihat pada Tabel 7 di bawah ini.

Tabel 7  
Koefisien Regresi Self-Awareness Terhadap Kedisiplinan

Variabel	Model			
	B	$\beta$	SE	p
(Constant)	43,012		2,647	
Self-Awareness <sup>b</sup>	0,035	0,061	0,082	0,667*
R <sup>2</sup>	0,004			

Pada uji hipotesis ini, syarat hipotesis diterima adalah jika nilai sig. berada pada ( $p$ )  $< 0,05$ . Berdasarkan hasil perhitungan regresi, nilai sig. ( $p$ ) 0,667 ( $p > 0,05$ ), artinya tidak ada pengaruh *self-awareness* terhadap kedisiplinan.

Berdasarkan Tabel 7 di atas, diperoleh nilai konstan ( $c$ ) sebesar 43,012, artinya jika tidak ada *self-awareness* maka nilai konstan kedisiplinan adalah sebesar 43,012. Sedangkan nilai koefisien regresi ( $b$ ) adalah 0,035, artinya setiap penambahan 1% tingkat *self-awareness* maka kedisiplinan akan meningkat sebesar 0,035.

Nilai koefisien regresi bernilai positif (+) maka dengan demikian dapat dikatakan bahwa *self-awareness* memiliki pengaruh yang positif terhadap kedisiplinan. Sehingga, persamaan regresinya adalah  $Y = 43,012 + 0,035X$ .

#### Gambaran kedisiplinan dan self-awareness

Gambaran kedisiplinan dan *self awareness* pada penduduk DKI Jakarta pada penduduk DKI Jakarta dikategorikan dengan menggunakan nilai rata-rata ( $\mu$ ). Hasil dapat dilihat pada tabel 8 di bawah ini.

Tabel 8  
Hasil Kategorisasi Kedisiplinan dan Self-Awareness

Variabel	Min.	Max.	$\mu$	SD
Kedisiplinan	35	52	44,13	6,287
Self-Awareness	20	44	31,63	3,657

Berdasarkan hasil pada tabel 8 di atas, maka dapat dibuat kategorisasi kedisiplinan dan *self-awareness* pada penduduk DKI Jakarta. Hasil kategorinya dapat dilihat pada tabel 9 dan tabel 10 di bawah ini.

Tabel 9  
Kategorisasi Kedisiplinan

	Skor	Kategori	Jumlah
$X \geq \mu$	$X \geq 44,13$	Tinggi	25
$X < \mu$	$X < 44,13$	Rendah	27

Dari Tabel 9 di atas, diketahui bahwa skor kedisiplinan dilihat dari nilai ( $\mu$ ) = 44,13 dengan kategorisasi tinggi, yaitu lebih besar sama dengan ( $\mu$ ) 44,13 dan untuk kategorisasi rendah, yaitu lebih kecil dari ( $\mu$ ) 44,13. Sehingga, didapatkan hasil kategorisasi rendah 27 responden (51,9%) dan kategorisasi tinggi 25 responden (48,1%).

Tabel 10  
Kategorisasi Self-Awareness

	Skor	Kategori	Jumlah
$X \geq \mu$	$X \geq 31,63$	Tinggi	22
$X < \mu$	$X < 31,63$	Rendah	30

Dari Tabel 10, skor *self-awareness* dilihat dari nilai ( $\mu$ ) = 31,63 dengan kategorisasi tinggi, yaitu lebih besar sama dengan ( $\mu$ ) 31,63 dan untuk kategorisasi rendah, yaitu lebih kecil dari ( $\mu$ ) 31,63. Sehingga, didapatkan hasil kategorisasi rendah 30 responden (57,7%) dan kategorisasi tinggi 22 responden (42,3%).

#### Cross Tabulation (Crosstabs)

Berikut ini hasil *crosstabs* berdasarkan faktor-faktor pendukung kedisiplinan (faktor kepribadian dan lingkungan) dan *self-awareness* (faktor *self* dan *standard*), serta *crosstabs* antara kategorisasi *self-awareness* dan kategorisasi kedisiplinan.

Tabel 11  
Hasil Crosstabs Faktor Kepribadian Dengan Kategorisasi Kedisiplinan

	Kategorisasi Kedisiplinan		
	Rendah	Tinggi	Total
Ya	25 (48,1%)	24 (46,2%)	94,2%
Tidak	2 (3,8%)	1 (1,9%)	5,8%
Total	27 (51,9%)	25 (48,1%)	100%

Dilihat dari Tabel 11, sebagian besar responden memilih 'ya' pada faktor kepribadian 'merasa bersalah ketika melanggar peraturan' dengan jumlah 25 responden (48,1%) berada pada kategorisasi kedisiplinan rendah.

Tabel 12  
Hasil Chi-Square Faktor Kepribadian Dengan Kategorisasi Kedisiplinan

	Value	Df	Asymptotic Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	0,277 <sup>a</sup>	1	0,599 <sup>*</sup>
N of Valid Cases	52		

Berdasarkan hasil *chi-square* pada Tabel 12 di atas, diperoleh nilai sig. (*p*) 0,599 (*p* > 0,05), artinya faktor kepribadian 'merasa bersalah ketika melanggar peraturan' tidak berperan dalam membentuk *self-awareness*.

Tabel 13  
Hasil Crosstabs Faktor Lingkungan Dengan Kategorisasi Kedisiplinan

	Kategorisasi Kedisiplinan		
	Rendah	Tinggi	Total
Ya	19 (36,5%)	24 (34,6%)	71,2%
Tidak	8 (15,4%)	1 (13,5%)	28,8%
Total	27 (51,9%)	25 (48,1%)	100%

Dilihat dari Tabel 13, sebagian besar responden memilih 'ya' pada faktor lingkungan 'memiliki tokoh panutan yang disiplin' sebanyak 19 responden (36,5%) berada pada kategorisasi kedisiplinan rendah.

Tabel 14  
Hasil Chi-Square Faktor Kepribadian Dengan Kategorisasi Kedisiplinan

	Value	Df	Asymptotic Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	0,017 <sup>a</sup>	1	0,897 <sup>*</sup>
N of Valid Cases	52		

Berdasarkan hasil *chi-square* pada Tabel 14 di atas, diperoleh nilai sig. (*p*) 0,897 (*p* > 0,05), artinya faktor lingkungan 'memiliki tokoh panutan yang disiplin' tidak berperan dalam membentuk kedisiplinan.

Tabel 15  
Hasil Crosstabs Faktor Self Dengan Kategorisasi Self-Awareness

	Kategorisasi Self-Awareness		
	Rendah	Tinggi	Total
Ya	29 (55,8%)	22 (42,3%)	98,1%
Tidak	1 (1,9%)	0 (0%)	1,9%
Total	30 (51,9%)	22 (42,3%)	100%

Dilihat dari Tabel 15, diperoleh sebagian besar responden memilih 'ya' pada faktor diri (*self*) 'memahami kelebihan dan kekurangan diri sendiri' dengan jumlah 29 responden (55,8%) berada pada kategorisasi *self-awareness* rendah.

Tabel 16  
Hasil Chi-Square Faktor Self Dengan Kategorisasi Self-Awareness

	Value	Df	Asymptotic Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	0,748 <sup>a</sup>	1	0,387 <sup>*</sup>
N of Valid Cases	52		

Berdasarkan hasil *chi-square* pada Tabel 16 di atas, diperoleh nilai sig. (*p*) 0,387 (*p* > 0,05), artinya faktor diri (*self*) 'memahami kelebihan dan kekurangan diri sendiri' tidak berperan dalam membentuk *self-awareness*.

Tabel 17  
Hasil Crosstabs Faktor Standard Dengan Kategorisasi Self-Awareness

	Kategorisasi Self-Awareness		
	Rendah	Tinggi	Total
Ya	29 (55,8%)	22 (42,3%)	98,1%
Tidak	1 (1,9%)	0 (0%)	1,9%
Total	30 (51,9%)	22 (42,3%)	100%

Dilihat dari Tabel 17, diperoleh sebagian besar responden memilih 'ya' pada faktor diri (*self*) 'memiliki sikap rendah hati' dengan jumlah 29 responden (55,8%) berada pada kategorisasi *self-awareness* rendah.

Tabel 18  
Hasil Chi-Square Faktor Standard Dengan Kategorisasi Self-Awareness

	Value	Df	Asymptotic Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	0,748 <sup>a</sup>	1	0,387 <sup>*</sup>
N of Valid Cases	52		

Berdasarkan hasil *chi-square* pada Tabel 18 di atas, diperoleh nilai sig. (*p*) 0,387 (*p* > 0,05), artinya faktor *standard* 'memiliki sikap rendah hati' tidak berperan dalam membentuk *self-awareness*.

Tabel 19  
Hasil Crosstabs Kategorisasi Kedisiplinan Dengan Kategorisasi Self-Awareness

Self-Awareness	Kedisiplinan		
	Rendah	Tinggi	Total
Tinggi	12 (23,1%)	10 (19,2%)	42,3%
Rendah	15 (28,8%)	15 (28,8%)	57,7%
Total	27 (47,1%)	25 (52,9%)	100%

Dilihat dari Tabel 19, diperoleh hasil bahwa responden dengan *self-awareness* tinggi paling banyak berada pada kategorisasi kedisiplinan rendah dengan jumlah 12 orang (23,1%). Sedangkan, responden dengan *self-awareness* rendah berada pada kategorisasi kedisiplinan yang sama dengan jumlah 15 orang (28,8%).

Tabel 20  
Hasil Chi-Square Kategorisasi Kedisiplinan Dengan Kategorisasi Self-Awareness

	Value	Df	Asymptotic Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	0,105 <sup>a</sup>	1	0,746 <sup>*</sup>
N of Valid Cases	52		

Berdasarkan hasil *chi-square* pada Tabel 20 di atas, diperoleh nilai sig. (*p*) 0,746 (*p* > 0,05), artinya tinggi atau rendahnya *self-awareness* tidak berperan dalam membentuk kedisiplinan.

Mengacu pada data di atas, diperoleh hasil regresi linear sederhana menunjukkan nilai sig. (*p*) 0,667 (*p* > 0,05). Artinya, tidak ada pengaruh *self-awareness* terhadap kedisiplinan penduduk DKI Jakarta dalam menerapkan protokol kesehatan 3M pencegahan Covid-19. Sedangkan, bila dilihat dari nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) = 0,004, artinya tingkat keterpengaruhannya *self-awareness* terhadap kedisiplinan penduduk DKI Jakarta dalam menerapkan protokol kesehatan 3M pencegahan Covid-19 adalah sebesar 0,4%, sedangkan 99,6% merupakan variabel lain yang tidak diteliti di dalam penelitian ini, seperti fungsi otoritas (*authority*) pemerintah dalam memberikan sanksi (hukuman) secara tegas, sesuai aturan, konsisten, dan adil terhadap penduduk yang melanggar dan/atau tidak disiplin dalam menerapkan protokol kesehatan 3M. Lebih lanjut, nilai koefisien regresi (*r*) yang diperoleh adalah sebesar 0,035 yang mengarah kepada hubungan positif antara *self-awareness* dan kedisiplinan. Artinya, semakin tinggi *self-awareness* maka kedisiplinan penduduk DKI Jakarta dalam menerapkan protokol kesehatan 3M pencegahan Covid-19 tinggi. Sebaliknya, semakin rendah *self-awareness* maka kedisiplinan penduduk DKI Jakarta dalam menerapkan protokol kesehatan 3M pencegahan Covid-19 rendah.

Kedisiplinan menurut Prijodarminto (1992) adalah sikap mental (*mental attitude*), pemahaman yang baik mengenai sistem aturan perilaku, norma, kriteria, dan standar yang sedemikian rupa, dan sikap kelakuan yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan, dan atau ketertiban. Penduduk yang disiplin dalam menerapkan protokol kesehatan 3M dapat digambarkan dengan perilaku patuh dan tertib mengenakan masker sesuai ketentuan yang berlaku, mencuci tangan atau menggunakan *hand sanitizer*, serta menjaga jarak aman. Menurut Kohlberg (1981) dan Widodo (2013) perilaku disiplin akan lebih mudah tumbuh dan berkembang bila muncul dari kesadaran dalam diri seseorang. Penduduk DKI

Jakarta dikatakan memiliki *self-awareness* yang tinggi apabila mereka menyadari manfaat dari penerapan protokol kesehatan 3M dengan patuh dan tertib, sehingga perilaku tersebut dapat menjauhkan diri mereka dan orang lain dari Covid-19. Namun berdasarkan hasil penelitian ini, perilaku disiplin tidak dipengaruhi oleh *self-awareness*. Artinya, penduduk DKI Jakarta yang berperilaku disiplin tinggi dalam mengenakan masker, mencuci tangan, dan menjaga jarak, tidak dipengaruhi oleh *self-awareness*.

Adapun dugaan-dugaan yang diperoleh di lapangan mengapa *self-awareness* tidak mempengaruhi kedisiplinan penduduk DKI Jakarta adalah sebagai berikut:

1. Apabila dilihat dari perbandingan rentang skor batas atas dan bawah 52 penduduk DKI Jakarta, diperoleh rentang skor batas atas dan bawah kedisiplinan lebih besar daripada *self-awareness*:
  - a. Rentang skor batas atas kedisiplinan berada pada angka 49-52, sedangkan *self-awareness* berada pada angka 40-44.
  - b. Rentang skor batas bawah kedisiplinan berada pada angka 35-39, sedangkan *self-awareness* berada pada angka 20-24.Artinya, kedisiplinan tinggi tidak dipengaruhi oleh *self-awareness*.
2. Faktor lain yang membentuk kedisiplinan sebesar 99,6%. Peneliti menduga fungsi otoritas (*authority*) pemerintah dalam memberikan sanksi (hukuman) secara tegas, sesuai aturan, konsisten, dan adil terhadap penduduk yang melanggar dan/atau tidak disiplin dalam menerapkan protokol kesehatan 3M. Hukuman merupakan pemberian konsekuensi yang tidak menyenangkan untuk mengurangi perilaku tertentu – dalam hal ini hukuman diberikan untuk meningkatkan perilaku disiplin dalam menerapkan protokol kesehatan 3M (Baron & Byrne, 2003). Sedangkan, berdasarkan penelitian Vidyanto et al. (2021) mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kedisiplinan pegawai di wilayah puskesmas Kawatuna, Kota Palu, disimpulkan bahwa faktor keteladanan pimpinan, keadilan, pengawasan melekat, sanksi hukuman, ketegasan, dan kemanusiaan berhubungan erat dengan kedisiplinan. Lebih lanjut, pada penelitian (Bandiyono et al. (2021) mengenai pengaruh *reward* dan *punishment* terhadap kedisiplinan pegawai, diperoleh hasil bahwa *reward* dan *punishment* secara simultan mempengaruhi kedisiplinan.
3. Berdasarkan gambaran tingkat kedisiplinan yang dilihat dari faktor-faktor kepribadian dan faktor lingkungan, juga menguatkan penyebab tidak

adanya pengaruh *self-awareness* terhadap kedisiplinan.

- a. Hasil deskriptif *crosstabs* menunjukkan 25 orang (48,1%) penduduk yang memilih faktor kepribadian lebih banyak yang memiliki kedisiplinan rendah dengan nilai *chi-square* sebesar ( $p$ ) 0,599 ( $p > 0,05$ ). Artinya merasa bersalah ketika melanggar peraturan tidak berperan dalam membentuk kedisiplinan penduduk DKI Jakarta dalam menerapkan protokol kesehatan 3M.
  - b. Hasil deskriptif *crosstabs* menunjukkan 19 orang (36,5%) penduduk yang memilih faktor lingkungan lebih banyak yang memiliki kedisiplinan rendah dengan nilai *chi-square* sebesar ( $p$ ) 0,897 ( $p > 0,05$ ). Artinya memiliki tokoh panutan yang disiplin tidak berperan dalam membentuk kedisiplinan penduduk DKI Jakarta dalam menerapkan protokol kesehatan 3M.
4. Berdasarkan gambaran tingkat *self-awareness* yang dilihat dari faktor-faktor diri (*self*) dan faktor *standard*, juga menguatkan penyebab tidak adanya pengaruh *self-awareness* terhadap kedisiplinan.
    - a. Hasil deskriptif *crosstabs* menunjukkan 29 orang (55,8%) penduduk yang memilih faktor diri (*self*) lebih banyak yang memiliki *self-awareness* rendah dengan nilai *chi-square* sebesar ( $p$ ) 0,387 ( $p > 0,05$ ). Artinya memahami kelebihan dan kekurangan diri sendiri tidak berperan dalam membentuk *self-awareness* penduduk DKI Jakarta dalam menerapkan protokol kesehatan 3M.
    - b. Hasil deskriptif *crosstabs* menunjukkan 29 orang (55,8%) penduduk yang memilih faktor lingkungan lebih banyak yang memiliki kedisiplinan rendah dengan nilai *chi-square* sebesar ( $p$ ) 0,387 ( $p > 0,05$ ). Artinya memiliki sikap rendah hati tidak berperan dalam membentuk *self-awareness* penduduk DKI Jakarta dalam menerapkan protokol kesehatan 3M.

## Simpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh (sig. ( $p$ ) 0,667) antara *self-awareness* dan kedisiplinan penduduk DKI Jakarta dalam menerapkan protokol kesehatan 3M pencegahan Covid-19, dengan demikian hipotesis ditolak. Namun, penelitian ini menunjukkan pengaruh yang positif antara *self-awareness* dengan kedisiplinan ( $Y = 43,012 + 0,035X$ ). Hasil tersebut dapat diartikan bahwa semakin tinggi *self-awareness* maka kedisiplinan penduduk DKI Jakarta tinggi.

Sebaliknya, semakin rendah *self-awareness* maka kedisiplinan penduduk DKI Jakarta rendah.

Sehingga, penduduk DKI Jakarta lebih banyak memiliki *self-awareness* rendah (57,7%) dan kedisiplinan rendah (51,9%).

### Daftar Pustaka

- American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association* (7th ed.). <https://doi.org/10.1037/0000165-000>
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi* (2nd ed.). Pustaka Belajar, Yogyakarta.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi* (2nd ed.). Pustaka Belajar, Yogyakarta.
- Bandiyono, A., Hamzah, K. F., & Hidayat, N. A. (2021). Pengaruh reward dan punishment terhadap kedisiplinan pegawai. *Jurnal Ekonomi* 26(1), 50-65. <http://dx.doi.org/10.24912/je.v26i1.684>
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2003). *Social psychology* (10th ed.). Pearson Education, Inc.
- Coolican, H. (2019). *Research methods and statistics in psychology* (7th ed.). Routledge.
- Faisal, A. (Penulis), & Satyagraha (Editor). (2020, April 19). Menaker sebut lebih dari 449 ribu pekerja jakarta telah dirumahkan. Antara News. <https://www.antaranews.com/berita/1431008/menaker-sebut-lebih-dari-449-ribu-pekerja-jakarta-telah-dirumahkan>
- Farisah, F. C. (Penulis), & Meiliana, D. (Editor). (2020, December 2). Satgas: Faktor utama meningkatnya kasus aktif covid-19 ketidakdisiplinan masyarakat. Kompas. <https://nasional.kompas.com/read/2020/12/02/08215891/satgas-faktor-utama-meningkatnya-kasus-aktif-covid-19-ketidakdisiplinan?page=all>
- Fauzan, R. (Penulis) & Junita, N. (Editor). (2021, September 30). Wagub DKI klaim penanganan covid-19 di ibu kota berhasil, ini penjelasannya. *Bisnis Indonesia*. <https://jakarta.bisnis.com/read/20210930/77/1448794/wagub-dki-klaim-penganganan-covid-19-di-ibu-kota-berhasil-ini-penjasannya>
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43(4), 522-527. <https://doi.org/10.1037/h0076760>
- Badan Pusat Statistik Provinsi DKI Jakarta. (2021, June 17). Jumlah penduduk provinsi DKI Jakarta menurut kelompok umur dan jenis kelamin 2018-2019. <https://jakarta.bps.go.id/subject/12/kependudukan.html#subjekViewTab1.html>
- Megawati, A. (Penulis), & Sandiputra, R. (Editor). (2021, January 8). Tingkatkan kesadaran perilaku 3m, pemprov DKI rutin terapkan penertiban. *Berita Jakarta*. <https://www.beritajakarta.id/read/85959/tingkatkan-kesadaran-perilaku-3m-pemprov-dki-rutin-terapkan-penertiban#.Yg-IFOhBzb0>
- Nisfiannoor, M. (2013). *Pendekatan statistika modern: Aplikasi dengan software spss dan e-views*. Universitas Trisakti, Jakarta.
- Nugraheny, D. E. (Penulis), & Erdianto, K. (Editor). (2021, January 14). Ahok terlihat di pesta dengan raffi ahmad, istana: Tokoh publik harus jadi contoh masyarakat. *Kompas*. <https://nasional.kompas.com/read/2021/01/14/19412041/ahok-terlihat-di-pesta-dengan-raffi-ahmad-istana-tokoh-publik-harus-jadi>
- Peta Sebaran Covid-19. (2021). <https://covid19.go.id/peta-sebaran>
- Pranita, E. (Penulis), & Nursastri, S. A. (Editor). (2020, May 11). Diumumkan awal maret, ahli: Virus corona masuk januari. *Kompas*. <https://www.kompas.com/sains/read/2020/05/11/130600623/diumumkan-awal-maret-ahli--virus-corona-masuk-indonesia-dari-januari?page=all>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2021, Desember 22). Keputusan bersama 4 menteri tentang panduan penyelenggaraan pembelajaran di masa pandemi covid-19. <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2021/12/keputusan-bersama-4-menteri-tentang-panduan-penyelenggaraan-pembelajaran-di-masa-pandemi-covid19>
- Kohlberg, L. (1981). *The philosophy of moral development*. Halper and Row.
- Prijodarminto, S. (1992). *Disiplin kiat menuju sukses*. Pradnya Paramita, Jakarta.

- Roscoe. (1975). GE 1702: Essential academic english. Shinawatra University. <http://sola.siu.ac.th/sola/public/FacSites/GE1701/reading/Sampling.pdf>
- Saeno. (2020). Warga Jakarta, yuk disiplin terapkan protokol kesehatan. Bisnis Indonesia. <https://jakarta.bisnis.com/read/20200808/77/1276757/warga-jakarta-yuk-disiplin-terapkan-protokol-kesehatan>
- Vidyanto, Nur, A. F., Dyastuti, N. E., Saifah, A., & Rahmawati, N. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kedisiplinan pegawai di wilayah puskesmas Kawatuna Kota Palu. *Healthy Tadulako Journal*, 7(2), 75-86. <https://untad.ac.id>
- Widodo, B. (2013). Perilaku disiplin siswa ditinjau dari aspek pengendalian diri (self-control) dan keterbukaan diri (self-disclosure) pada siswa SMK Wonoasri Caruban Kabupateen Madiun. *Widya Warta*, 37(1), 140-151. [https://nanopdf.com/download/self-control-dan-keterbukaan-diri-self-disclosure\\_pdf](https://nanopdf.com/download/self-control-dan-keterbukaan-diri-self-disclosure_pdf)