



THE RELATIONSHIP OF MINDFULNESS AND SELF-CONTROL IN BARESKRIM MEMBERS WHO OBTAIN FIREARM FACILITIES

HUBUNGAN MINDFULNESS DENGAN SELF-CONTROL PADA ANGGOTA BARESKRIM YANG MEMPEROLEH FASILITAS SENJATA API

Nadya Aprisca Dewi¹, Agoes Dariyo²

¹ Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara Jakarta

² Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara Jakarta

E-mail: nadya.705200111@stu.untar.ac.id¹, agoesd@psi.untar.ac.id²

ARTICLE INFO

Correspondent

Nadya Aprisca Dewi
nadya.705200111@stu.untar.ac.id

Key words:

mindfulness, self-control, firearms, bareskrim polri members

Website:

<https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER>

Page: 1746 - 1756

ABSTRACT

Members of the National Police Criminal Investigation Unit who are provided with firearms facilities are expected to maintain their self-control, so that unwanted incidents do not occur in the community. This study aims to evaluate the relationship between mindfulness and self-control abilities of members of the National Police Headquarters Criminal Investigation Unit who are equipped with firearms, with a focus on understanding the extent to which mindfulness plays a role in increasing the self-control of police officers responsible for firearms. This research method uses a quantitative approach through the use of questionnaires about mindfulness and self-control. A total of 109 members of the National Police Headquarters Criminal Investigation Unit met the requirements to become research participants. The results of the research show that there is a positive correlation between the level of mindfulness and the ability to control oneself, indicating that the higher the level of mindfulness, members of the National Police Criminal Investigation Unit tend to have better self-control over the firearms they own. The data analysis process uses the Spearman correlation analysis method, which produces a correlation coefficient of 0.828 with a significance level of $0.000 < 0.05$. Thus, it can be concluded that the mindfulness variable has a significant positive relationship with the self-control variable in the members of the National Police Criminal Investigation Unit who were involved in this research.

Copyright © 2023 JSER. All rights reserved.

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
<p>Koresponden</p> <p>Nadya Aprisca Dewi <i>nadya.705200111@stu.untar.ac.id</i></p> <p>Kata kunci: kewaspadaan, pengendalian diri, senjata api, bareskrim anggota polri</p> <p>Website: https://idm.or.id/JSER/index.php/JSER</p> <p>Hal: 1746 - 1756</p>	<p>Anggota Bareskrim Polri yang diberikan fasilitas senjata api diharapkan dapat menjaga kendali diri mereka, sehingga tidak terjadi insiden yang tidak diinginkan di tengah masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi hubungan mindfulness dengan kemampuan pengendalian diri anggota Bareskrim yang dilengkapi dengan senjata api, dengan fokus pada pemahaman sejauh mana mindfulness berperan dalam meningkatkan kontrol diri polisi yang bertanggung jawab terhadap senjata api. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif melalui penggunaan kuesioner tentang mindfulness dan pengendalian diri. Sejumlah 109 anggota Bareskrim Mabes Polri yang memenuhi syarat menjadi peserta penelitian. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi positif antara tingkat mindfulness dan kemampuan pengendalian diri, menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat mindfulness, anggota Bareskrim Polri cenderung memiliki kontrol diri yang lebih baik terhadap senjata api yang mereka miliki. Proses analisis data menggunakan metode analisis korelasi Spearman, yang menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,828 dengan tingkat signifikansi $0,000 < 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa variabel mindfulness memiliki hubungan positif yang signifikan terhadap variabel pengendalian diri pada anggota Bareskrim Polri yang dilibatkan dalam penelitian ini.</p> <p style="text-align: right;"><i>Copyright © 2023 JSER. All rights reserved.</i></p>

PENDAHULUAN

X merupakan salah satu lembaga pemerintahan yang memiliki peran utama sebagai aparat penegak keamanan dan ketertiban masyarakat. Dengan tanggung jawab sebagai pelindung dan penegak keadilan, X bertujuan untuk memberikan perlindungan serta menciptakan ketertiban di dalam masyarakat, menjadikannya penjaga keamanan dalam negeri. Sebagai bagian integral dari tugasnya, anggota X diharapkan tidak hanya memberikan rasa aman kepada masyarakat, tetapi juga meningkatkan hak asasi manusia (Asnal STMIK Amik Riau, 2019). X terdiri dari berbagai satuan tugas, salah satunya adalah Badan Reserse Kriminal yang memiliki peran khusus dalam mengumpulkan informasi-informasi yang bersifat rahasia.

Menurut Andi (2007), Satuan Reserse Kriminal (Satreskrim) memiliki peran penting dalam melakukan penyelidikan dan penyidikan terhadap kejahatan, serta mengawasi proses penyelidikan, mengelola identifikasi dan laboratorium forensik, serta mengelola informasi kriminal guna menegakkan hukum dan keadilan. Sesuai dengan Undang-Undang Nomor 2 Tahun 2002, X memiliki peran yang signifikan sebagai penegak hukum, pelindung, pembina, dan pengayom bagi masyarakat, terutama dalam memastikan keamanan serta kepatuhan dan ketaatan terhadap hukum yang berlaku.

Dalam menjalankan tugasnya, anggota X, khususnya bagian Reserse Kriminal, menghadapi risiko-risiko yang serius, seperti kegelisahan atau kecemasan yang muncul akibat tekanan dari organisasi atau kondisi lapangan, yang dapat menimbulkan konflik terkait penggunaan senjata api dalam menghadapi pelaku kejahatan yang menentang petugas. Secara prinsip, setiap individu memiliki hak untuk melindungi diri sendiri dan aset-asetnya, terutama ketika dihadapkan pada ancaman dari pihak asing (Wartono, 2020). Hak untuk hidup juga dijamin sesuai dengan Pasal 9 ayat (1) Undang-Undang Nomor 39 Tahun 1999 tentang Hak Asasi Manusia. Oleh karena itu, setiap individu berhak menggunakan metode dan alat tertentu untuk membela diri, termasuk kepemilikan atau penggunaan senjata api, asalkan dilakukan sesuai dengan ketentuan yang berlaku (Latifah, 2017).

Senjata api merujuk pada segala perangkat pertahanan yang memanfaatkan bahan peledak, seperti senapan, pistol, atau perlengkapan sejenisnya (Poerwadarminta, 2012: 917). Senjata api adalah perangkat yang menggunakan bahan peledak untuk melepaskan satu atau lebih proyektil (Skep Kapolri No.82/II/2004:11). Selanjutnya, senjata tersebut dapat melepaskan proyektil dengan cara didorong pada kecepatan yang signifikan oleh gas yang dihasilkan dari pembakaran propelan (Temarwud *et al.*, 2022).

Senjata api hanya diperbolehkan digunakan oleh individu yang memegang izin resmi saat melaksanakan tugasnya atau sesuai dengan ketentuan dan peraturan yang berlaku. Awalnya, senjata api diciptakan semata-mata untuk keperluan pertempuran. Namun, seiring berjalannya waktu, penggunaannya telah meluas untuk mencakup berbagai fungsi lainnya (Bangalore & Franz 2013). Kini, senjata api diaplikasikan sebagai alat bantu bagi aparat keamanan dalam menjaga ketertiban umum dan memelihara keamanan sesuai dengan norma-norma yang telah disepakati. Selain itu, senjata api berperan sebagai alat pendukung untuk mendukung tugas X sebagai pelindung dan pelayan masyarakat. Pemilikan senjata api diperuntukkan bagi anggota X yang memiliki tingkat profesionalisme tinggi dalam menjalankan tugasnya, karena kepemilikan senjata api membawa tanggung jawab besar dan risiko yang signifikan (Moniharapon *et.al.*, 2021).

Self-control adalah sebuah kemampuan seorang pribadi atau individu untuk menahan diri serta dapat mengendalikan pikiran dan dirinya untuk hal-hal yang tidak menyimpang atau juga dapat mengarahkan dirinya untuk menjauhi godaan-godaan yang muncul dari luar dirinya (Hoffman, Baumeister *et.al*, 2012). Self-control merupakan sebuah kemampuan untuk tidak merespons atau menahan keinginannya (Ventresca *et al.*, 2022). Self-control berguna agar dapat mencegah perilaku-perilaku yang tidak diharapkan individu dan juga dapat membantu individu untuk mengurangi beberapa konsekuensi psikologis yang merugikan akibat tekanan dari lingkungan (Permana *et al.*, 2019). Salah satu teknik penyadaran atau resolusi *self-control* yang efisien adalah dengan berlatih *mindfulness*. *Mindfulness* melatih setiap individu agar dapat menahan diri dan tidak melakukan penilaian spontan atau penilaian otomatis terhadap peristiwa yang sedang dialami. Kemudian penilaian tersebut dapat menimbulkan penilaian secara tidak objektif, kemudian berakibatkan sebuah respons yang tidak tepat dan tidak efektif (Syafira & Paramastri, 2018).

Mindfulness merupakan aktivitas individu memusatkan kesadarannya pada situasi tertentu, melampirkan dada serta tidak menilai dengan kesadaran penuh terhadap situasi baik atau buruk yang sedang dihadapi baik didalam ataupun diluar dirinya (Baer, 2003). Mindfulness juga bentuk kondisi dimana individu tersebut muncul dalam suatu kondisi tertentu (Kabat-Zinn, 2003; Wood, 2013). Mengenai penguasaan diri terhadap senjata api. Seorang individu anggota X tentu juga harus memiliki kesadaran (mindfulness) atas dirinya sendiri, sebab peran self control dan juga mindfulness saling berkaitan agar dapat tercapainya individu seorang polisi agar dapat menyampingkan respon atau gangguan terhadap perilaku yang tidak diharapkan (Tangney, Baumeister, *et.al*, 2004)

METODE

Subjek Penelitian

Populasi yang menjadi fokus penelitian ini adalah anggota Bareskrim di Markas Besar Kepolisian Republik Indonesia yang dilengkapi dengan senjata api, dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 109 orang. Peneliti memilih anggota Bareskrim sebagai subjek penelitian karena, sesuai dengan penjelasan (Andi, 2017), Satuan Reserse Kriminal (Satreskrim) memiliki tanggung jawab yang berat terkait penanganan kasus-kasus yang menonjol, sebagaimana tercermin dalam pelaksanaan dan evaluasi tugas Reskrim. Tugas-tugas yang diemban oleh Satuan Reserse Kriminal menimbulkan tekanan dan ancaman yang signifikan dari berbagai pihak yang tidak bertanggung jawab, seperti yang diungkapkan oleh Bayuwega, Wahyuni, dan Kurniawan (2016).

Karakteristik subjek penelitian ini mencakup beberapa aspek, yaitu: (1) merupakan anggota Bareskrim yang menggunakan senjata api; (2) memiliki rentang usia antara 22 hingga 45 tahun; dan (3) dapat berjenis kelamin perempuan atau laki-laki.

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, sebagaimana diuraikan oleh Wahidwarni (2017), yang merupakan pendekatan untuk menjawab pertanyaan penelitian yang diajukan. Dalam pelaksanaannya, penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang melibatkan pengumpulan data numerik dan perangkat lunak statistik SPSS. Menurut Sugiyono (2017), pendekatan kuantitatif merujuk pada metode ilmiah yang berusaha untuk menentukan korelasi antara dua variabel, menguji teori, dan mengidentifikasi generalisasi yang dapat digunakan untuk keperluan prediksi. Pendekatan ini dianggap kuantitatif karena melibatkan penggunaan data berupa angka dan analisis statistik.

Teknik Sampling

Metode pengambilan sampel dalam menetapkan partisipan penelitian ini adalah melalui penggunaan teknik *purposive sampling*, yang merupakan pendekatan di mana peneliti secara sengaja memilih partisipan yang memenuhi kriteria tertentu (Lenaini & Artikel, 2021). Purposive sampling merupakan salah satu metode pengambilan sampel non-acak di mana peneliti mengumpulkan sampel yang memenuhi kriteria yang relevan dengan fokus penelitian. Dalam pandangan Arikunto (2006), purposive sampling dijelaskan sebagai strategi pengumpulan data yang disengaja, yang melibatkan pemilihan partisipan berdasarkan kriteria tertentu, bukan dengan cara acak, dengan tujuan mencapai tujuan penelitian tertentu. Notoatmodjo (2010) menyatakan bahwa teknik purposive sampling digunakan oleh peneliti untuk

memilih partisipan berdasarkan perhatian khusus terhadap populasi, seperti sifat dan ciri-cirinya. Pendekatan purposive sampling adalah suatu metode pengambilan sampel yang memungkinkan peneliti untuk memilih target tertentu berdasarkan fitur-fitur yang relevan dengan tujuan penelitian, sebagaimana disampaikan oleh Dana P. Turner (2020).

Teknik Pengumpulan Data

a. Alat Ukur Penelitian

Metode pengambilan data menggunakan kuesioner melibatkan evaluasi terhadap tingkat kesadaran (*mindfulness*) dan pengendalian diri (*self-control*) dengan menggunakan skala Likert. Sugiyono (2017) mendefinisikan skala Likert sebagai instrumen yang digunakan untuk menilai sikap, pandangan, dan persepsi individu atau kelompok terhadap suatu peristiwa tertentu. Variabel yang akan diukur dan dijelaskan disusun dalam bentuk item-item pada skala Likert.

Skala *mindfulness* yang digunakan dikembangkan berdasarkan kerangka teoritis dan dimensi yang diajukan oleh Baer et al (2008). Dimensi tersebut secara khusus mencakup kemampuan mengamati, mendeskripsikan, bertindak dengan kesadaran, menahan diri dari mengevaluasi fenomena internal, dan tidak bereaksi terhadap pengalaman internal. Skala ini terdiri dari 24 item yang terbagi menjadi 5 komponen berbeda. Di samping itu, skala pengendalian diri yang digunakan terdiri dari 13 komponen. Konsep pengendalian diri mencakup berbagai komponen yang dapat diklasifikasikan ke dalam empat domain utama: pengendalian emosi, pengendalian kognitif, pengendalian impuls, dan pengendalian kinerja (Baumeister, Heatherton & Tice, 1994).

Penilaian skala dilakukan dengan memberikan skor 4 untuk jawaban sangat sesuai (SS), skor 3 untuk jawaban sesuai (S), skor 2 untuk jawaban tidak sesuai (TS), dan skor 1 untuk jawaban sangat tidak sesuai (STS). Skor item yang baik ditentukan berdasarkan kesesuaian jawaban, dengan skor 1 diberikan untuk jawaban sangat sesuai (SS), skor 2 untuk jawaban sesuai (S), skor 3 untuk jawaban tidak sesuai (TS), dan skor 4 untuk jawaban sangat tidak sesuai (STS).

b. Uji Validitas

Validitas merujuk pada tingkat kebenaran antara data yang dikumpulkan dan peristiwa atau fenomena sebenarnya yang terjadi pada subjek penelitian. Hal ini ditentukan oleh kemampuan peneliti dalam menyampaikan hasil dengan akurat (Sugiyono, 2017). Sebuah instrumen pengukuran dianggap valid jika hasilnya sesuai dengan niat dan tujuan pengukuran.

c. Uji Reliabilitas

Keandalan merupakan evaluasi yang menyangkut sejauh mana konsistensi dan kestabilan data atau temuan penelitian. Data dianggap dapat diandalkan apabila dapat direproduksi oleh sejumlah peneliti dalam waktu yang berlainan (Sugiyono, 2017).

d. Uji Normalitas

Pengujian normalitas adalah suatu metode yang digunakan untuk menilai apakah data mengikuti distribusi normal atau tidak (Periantalo, 2016). Jika hasil data tidak menunjukkan kecenderungan normal, maka analisis terhadap data tersebut menjadi tidak dapat diandalkan. Untuk melakukan pengujian normalitas, penulis menerapkan teknik uji Statistik One Sample Kolmogorov Smirnov. Jika nilai

probabilitas lebih besar dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa distribusi dari model regresi bersifat normal, sedangkan jika nilai probabilitas kurang dari 0,05, dapat dianggap bahwa distribusi dari model regresi bersifat tidak normal (Santoso, 2017).

e. Uji Linearitas

Uji linearitas adalah suatu metode evaluasi yang dipakai untuk menentukan apakah terdapat hubungan linier yang signifikan antara kedua variabel atau tidak. Hubungan antara kedua variabel dianggap dapat direpresentasikan secara linear apabila nilai signifikansi pada uji linearitas melebihi 0,05 (Priyanto, 2011).

f. Uji Hipotesis

Metode yang diterapkan dalam pengujian hipotesis melibatkan penggunaan teknik statistik korelasi. Hasil yang diambil berupa keputusan yang berakar pada analisis data, dengan tujuan untuk menentukan apakah terdapat korelasi atau hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Variabel Penelitian

Peneliti mengevaluasi variabel Mindfulness dengan menggunakan kuesioner Assessment of Mindfulness by Self-Report yang dikembangkan oleh Baer dan kolega pada tahun 2008, yang terdiri dari 24 pernyataan. Tim peneliti melakukan penyesuaian terhadap kuesioner tersebut. Sementara itu, variabel pengendalian diri diukur menggunakan skala Pengendalian Diri yang dirancang oleh Tagney, Baumester, dan Boone pada tahun 2004, yang terdiri dari 13 item yang telah disingkat. Hasil penelitian mengungkapkan nilai mean empiris sebesar 3,784, dengan skor minimum mencapai 1,29 dan skor maksimum sebesar 4,62. Detail penjelasan dapat ditemukan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Gambaran Variabel Mindfulness

Model	N	Mean	Minimum	Maximum
Total_MF	109	3.784	1.29	4.29

Berikutnya, peneliti melakukan analisis terhadap deskripsi variabel self-control. Hasil yang dihasilkan menunjukkan nilai rata-rata empiris sebesar 10,453, dengan skor minimum mencapai 3,62 dan skor maksimum mencapai 12,00. Tabel penjelasannya dapat ditemukan di bawah ini.

Tabel 2. Gambaran Variabel Self-Control

Model	N	Mean	Minimum	Maximum
Total_SC	109	10.453	3.62	12.00

Pengukuran dan Uji

Penilaian kesadaran menggunakan skala Self-Report oleh Baer et al. (2008) dipergunakan untuk menilai tingkat kesadaran (mindfulness). Terdapat 24 item dalam skala ini, yang mengukur sejauh mana individu menunjukkan kesadaran dan perhatian penuh terhadap pengalaman saat ini.

Skala kontrol diri, yang disusun berdasarkan konsep Self Control oleh Tangney, Baumeister, dan Boone (2004), terdiri dari 13 item menggunakan formulir singkat. Konsep ini membagi pola perilaku menjadi empat domain utama: pengendalian emosi, pengendalian kognitif, pengendalian impulsif, dan pengendalian kinerja (Baumeister, Heatherton, & Tice, 1994). Skala tersebut bertujuan untuk mengevaluasi kemampuan responden dalam mengelola impuls, menahan diri, dan membuat keputusan yang rasional. Kontrol diri merujuk pada keterampilan seseorang dalam mengelola dan mengontrol tindakan mereka sendiri. Menurut Vonny dan Ira (2018), penerapan teknik kesadaran diri diakui sebagai metode yang efektif dalam mengelola kontrol diri. Skala ini mencakup aspek-aspek khusus dari kontrol diri, dengan setiap item memberikan gambaran tentang tingkat kemampuan responden dalam mengelola perilaku mereka.

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item pada variabel kesadaran diri (*mindfulness*) dan kontrol diri dinyatakan valid. Livia et al. (2019) menjelaskan bahwa uji validitas digunakan untuk mengukur tingkat ketelitian kuesioner. Dalam uji ini, koefisien korelasi (*R* hitung) dari semua item lebih besar dari nilai *r* tabel yang ditentukan (0.188), dan nilai signifikansi (*p*-value) lebih kecil dari 0.05. Sebagai contoh, pada variabel kesadaran diri (MF1.1 - MF.24), semua nilai *R* hitung di atas 0.188, menunjukkan validitas. Demikian pula, pada variabel kontrol diri (SC2.1 - SC2.13), semua nilai *R* hitung juga melebihi nilai *r* tabel yang ditentukan.

Uji reliabilitas digunakan untuk memverifikasi sejauh mana konsistensi suatu instrumen pengukur ketika diterapkan pada objek yang sama secara berulang. Menurut Darma (2021), tujuan dari uji reliabilitas instrumen adalah untuk mengevaluasi keandalan atau ketangguhan data yang dihasilkan. Secara esensial, uji reliabilitas berusaha untuk menunjukkan tingkat konsistensi hasil pengukuran ketika pengukuran tersebut diulang beberapa kali. Tingkat keandalan di bawah 0,6 dianggap rendah, sementara nilai 0,7 dianggap memadai, dan nilai di atas 0,8 dianggap tinggi. Hasil penelitian ini menghasilkan penilaian terhadap koefisien reliabilitas berdasarkan perhitungan menggunakan rumus Cronbach's Alpha dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 26.

Tabel 3. Hasil Uji Reliabilitas Variabel Mindfulness

Reliability Statistics	
N	Cronbach's Alpha
24	0.956

Berdasarkan informasi yang disajikan di atas, dapat disimpulkan bahwa seluruh pernyataan variabel menunjukkan tingkat reliabilitas yang dapat diterima, karena nilai-nilainya melebihi nilai alpha Cronbach sebesar 0,6. Uji reliabilitas yang menggunakan Koefisien Alpha Cronbach menegaskan bahwa reliabilitas skala kesadaran diri mencapai 0,956, sedangkan skala Pengendalian Diri mencapai 0,901. Temuan ini mengindikasikan bahwa kedua variabel tersebut dapat dianggap dapat diandalkan sebagai instrumen pengukuran yang valid untuk menggambarkan tingkat kesadaran diri dan pengendalian diri pada responden. Hasil ini juga memverifikasi bahwa instrumen penelitian yang digunakan telah terbukti valid dalam mengukur kedua variabel tersebut. Berikut adalah tabel uji reliabilitas untuk variabel pengendalian diri.

Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas *Self-Control*

Reliability Statistics	
N	Cronbach's Alpha
13	0.901

Analisis Data

Data yang terhimpun diperoleh melalui penggunaan skala mindfulness dan self-control perilaku, kemudian dianalisis dengan menggunakan uji korelasi. Sebelum menjalankan uji korelasi, langkah awalnya adalah melakukan uji asumsi klasik, termasuk uji normalitas dan linearitas. Uji asumsi klasik memastikan bahwa data penelitian memenuhi asumsi normalitas dan menunjukkan adanya hubungan linear antar variabel.

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa terdapat sedikit perbedaan antara jumlah individu yang dikategorikan sebagai memiliki tingkat kesadaran diri rendah dan tinggi dalam skala mindfulness. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Della dkk. (2020), yang menyatakan bahwa analisis statistik deskriptif menunjukkan perbedaan minimal antara individu yang memiliki tingkat pengendalian diri rendah dibandingkan dengan mereka yang memiliki tingkat pengendalian diri tinggi. Meskipun demikian, dapat disimpulkan bahwa peserta penelitian umumnya menunjukkan tingkat kesadaran diri dan pengendalian diri yang di atas rata-rata.

a. Uji Normalitas

Pengujian normalitas data bertujuan untuk menilai apakah distribusi data yang digunakan bersifat normal atau tidak. Uji normalitas data menggunakan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov. Menurut Ghozali (2016), dasar pengambilan keputusan dapat didasarkan pada probabilitas (signifikansi asimptotik), dengan kriteria sebagai berikut: 1) jika probabilitas $> 0,05$, maka data dianggap memiliki distribusi normal, dan 2) jika probabilitas $< 0,05$, maka data dianggap tidak memiliki distribusi normal (Santoso, 2017). Hasil uji menunjukkan bahwa data cenderung tidak memiliki distribusi normal karena signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$.

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas

Kolmogorov-Smirnov		
	Statistic	Sig.
Total_MF	0.348	0.000
Total_SC	0.365	0.000

b. Uji Linearitas

Hubungan antara mindfulness dan self-control bersifat sejajar. Keterkaitan linier antara mindfulness dan self-control menunjukkan bahwa perubahan dalam tingkat mindfulness sejalan secara proporsional dengan perubahan dalam tingkat self-control. Pendekatan yang digunakan untuk menguji linieritas adalah dengan memeriksa signifikansi pada Deviation from Linearity. Jika nilai signifikansinya lebih besar dari $0,05$, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kedua variabel

tersebut bersifat linier; sebaliknya, jika nilainya kurang dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut tidak bersifat linier.

Tabel 6. Hasil uji Linearitas

Variabel	<i>Deviation from Linearity Sig.</i>	<i>Linearity Sig.</i>	Keterangan
Total_MF-Total_SC	0.166	0.000	Linear

c. Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil uji asumsi, ditemukan bahwa data menunjukkan sifat linear, meskipun terdapat ketidaknormalan dalam distribusi data. Oleh karena itu, untuk menilai hubungan antara mindfulness dan self-control, dilakukan uji korelasi Spearman. Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0.828 dengan tingkat signifikansi sebesar 0.000, yang kurang dari 0.05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara variabel mindfulness dan variabel self-control pada anggota Bareskrim X yang menggunakan fasilitas senjata api. Rincian lebih lanjut dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 7. Hasil uji kolerasi spearman

Variabel	<i>Correlation Coefficient</i>	<i>Sig.</i>
Total_MF-Total_SC	0.828	0.000

SIMPULAN

Berdasarkan analisis yang dilakukan terhadap 109 anggota X yang dilengkapi dengan senjata api dan bertugas di Markas Besar X, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi positif antara kesadaran (mindfulness) dan pengendalian diri (self-control). Kesimpulan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kesadaran, maka semakin tinggi pula kemampuan pengendalian diri yang diterapkan oleh anggota X yang menggunakan senjata api. Lebih lanjut, dapat diamati bahwa kesadaran dan pengendalian diri memiliki hubungan positif yang signifikan. Implikasi positif dari temuan ini adalah kemungkinan pengembangan program-program pemberdayaan diri yang fokus pada peningkatan kesadaran dan pengendalian diri bagi anggota X yang dilengkapi senjata api di masa depan. Hal ini diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang lebih aman dan terkendali. Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki korelasi yang kuat.

Bagi anggota X, terutama anggota Bareskrim yang dilengkapi dengan senjata api, diharapkan untuk lebih menyadari pentingnya kesadaran diri dan memperkuat kestabilan mental guna mengontrol diri dalam situasi mendesak, sehingga kekerasan tidak menjadi solusi. Anggota Bareskrim dapat melakukan upaya seperti mengintegrasikan latihan mindfulness, seperti meditasi atau teknik relaksasi, serta secara rutin mengevaluasi diri terkait emosi mereka. Selain itu, mereka dapat terlibat dalam pelatihan khusus yang menggabungkan aspek psikologis dengan penggunaan senjata api, serta teknik pengendalian diri untuk meningkatkan keterampilan kesadaran diri dan kontrol diri. Pemimpin satuan juga disarankan untuk

menerapkan program pelatihan yang mengembangkan peran mindfulness dan self-control untuk anggota yang menggunakan senjata api.

Untuk peneliti berikutnya, diharapkan untuk mengembangkan penelitian dengan memperluas cakupan studi dan lebih mendalam pada aspek-aspek psikologis alternatif atau pendekatan lain, seperti psikologi kognitif atau psikologi sosial. Penelitian selanjutnya dapat mengeksplor efektivitas program pelatihan khusus atau paradigma berpikir bagi anggota, serta intervensi psikologis yang dapat secara khusus memberikan kontribusi berharga terhadap keamanan dan kesejahteraan menyeluruh anggota X. Selain itu, penelitian dapat mengeksplor lebih lanjut tentang dampak konteks organisasi, faktor-faktor lingkungan, dan pengalaman lapangan terhadap penggunaan senjata api, serta menggali lebih dalam terkait pengembangan strategi yang efektif dalam tugas mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdika, Y., Arham, M. A., & Sudirman, S. (2019). Pengaruh Metode Tanya Jawab Terhadap Hasil Belajar Siswa. *Jambura Economic Education Journal*, 1(2).
- Amanda, L., Yanuar, F., & Devianto, D. (2019). Uji Validitas dan Reliabilitas Tingkat Partisipasi Politik Masyarakat Kota Padang. *Jurnal Matematika UNAND*, 8(1), 179-188.
- Arifin, H. H., & Milla, M. N. (2020). Adaptasi dan Properti Psikometrik Skala Kontrol diri Ringkas Versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 179-195.
- Asnal, H. (2019). Sistem Pakar dengan Metode *Forward Chaining* untuk Mendiagnosa Kondisi Psikologi Anggota Polri dalam Mendapatkan Senjata Api. *INOVTEK Polbeng-Seri Informatika*, 4(1), 45-54.
- Duri, R. (2021). Perbedaan Kontrol Diri (Self Control) Siswa Ditinjau dari Perlakuan Orang Tua (Otoriter). *At-Taujih: Bimbingan dan Konseling Islam*, 4(2), 70-80.
- Fadhilatunisa, D., Fakhri, M. M., & Rosidah, R. (2020). Pengaruh *Blended Learning* Terhadap Aktivitas Belajar Dan Hasil Belajar Mahasiswa Akuntansi. *Jurnal Pendidikan Akuntansi Indonesia*, 18(2), 93-106.
- Hasibuan, E. S. (2023). Analisis Penggunaan Senjata Api di Tubuh Polri: Peraturan, Penyimpangan, dan Perubahan. *KRTHA BHAYANGKARA*, 17(1), 51-60.
- Langkameng, V. M., Igon, S. S., & Payong, Y. (2021). Layanan Tes Psikologi Pengambilan Senjata Api Dinas Berbasis Daring pada Kepolisian Daerah Nusa Tenggara Timur. *Just TI (Jurnal Sains Terapan Teknologi Informasi)*, 13(2), 94-102.
- Maulinda, D., & Rahayu, M. S. (2021). Pengaruh Mindfulness terhadap Stres Akademik pada Siswa SMAN X Cianjur di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Riset Psikologi*, 100-108.
- Muttaqin, A. (2023). Implementasi Pembelajaran Berdiferensiasi Mata Pelajaran IPS SMP Kelas 7 Materi Keberagaman Lingkungan Sekitar. *Proceedings Series on Social Sciences & Humanities*, 10, 18-24.
- Natasya, C., Yusuf, V., & Malkisedek, M. H. (2022). *Leap Community Engagement Pemanfaatan Mindfulness-Based Art Therapy* Bagi Anak SMP Di Panti Asuhan Tarekat Maria Mediatrix Surabaya. *Jurnal DKV Adiwarna*, 1, 9.

- Nur'aeni, E. (2022). Peran Guru Aqidah Dalam Meningkatkan *Self Control* Remaja (Study Kasus di MTs Al Khairiyah Kalodran Serang). *Jurnal Inovasi Penelitian*, 3(1), 4509-4520.
- Nurida, U., & Widyasari, P. (2020). Impulsivitas Siswa Sekolah Menengah: Peran Mindfulness dan Self-Control. *Jurnal Psikologi Insight*, 4(1), 1-14.
- Parengkuan, R., Antouw, D., & Pongkorung, F. (2022). Penegakan Hukum oleh Kepolisian Republik Indonesia Terhadap Penyalahgunaan Kepemilikan Ilegal Senjata Api. *Lex Crimen*, 11(4).
- Pramesthi, K. G., & Hakim, S. N. (2023). Hubungan Kematangan Emosi dan Kontrol Diri dengan Agresivitas Remaja Akhir Anggota Persaudaraan Setia Hati Terate (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Rahman, A. A., Permana, L., & Hidayat, I. N. (2019). Peran *Mindfulness* dalam Meningkatkan *Behavioral Self Control* pada Remaja. *Jurnal Ilmu Perilaku*, 3(2), 110-117.
- Saradina. (2021). Hubungan antara Mindfulness dengan *Psychological Well-Being* pada Ibu yang Bekerja di Banda Aceh [Skripsi sarjana]. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
- Sarraf, M. & Bruneau, M. (1998). Ductile seismic retrofit of steel deck-truss bridges, II: Design applications. *J. Struct. Engrg.*, 124(11), 1263-1271.
- Septiana, A. C., & Muhid, A. (2022). Efektivitas *Mindfulness Therapy* dalam Meningkatkan *Self Acceptance* Remaja Broken Home: Literature Review. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*, 3(1), 14-24.
- Sutanto, S. H., & Immanuela, G. Mengenal Mindfulness Bagi Siswa SMA (Understanding Mindfulness for High School Students).
- Syafira, V., & Paramastri, I. (2018). Efektivitas Pelatihan Mindfulness untuk Menurunkan Ego Depletion pada Mahasiswa Baru. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 4(1), 1-12.
- Temarwud, S. H., Qamar, N., & Muhdar, M. Z. (2022). Penegakan Hukum Terhadap Kepemilikan Senjata Api Tanpa Izin Pada Suku Atam: Studi Pada Kepolisian Resor Manokwari Selatan. *Journal of Lex Philosophy (JLP)*, 3(2), 347-356.
- Wartono, N. E. (2019). Pengawasan penggunaan senjata api legal di wilayah hukum Kepolisian Daerah Metro Jaya. *Jurnal Sosiologi Dialektika*, 14(1), 1-8.
- Wehrt, W., Casper, A., & Sonnentag, S. (2020). *Beyond Depletion: Daily Self-Control Motivation as an Explanation of Self-Control Failure At Work*. *Journal of Organizational Behavior*, 41(9), 931-947.
- Yunita, M. M., & Lesmana, T. (2019). Mindfulness dan Vigor Dengan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa di Universitas X. *Jurnal Proyeksi*, 14.
- Yurliani, R., Yusuf, E. A., & Nazriani, D. (2020). *Correlation Between Mindfulness and Death Anxiety Among The Elderly*: Hubungan antara mindfulness dengan kecemasan terhadap kematian pada lanjut usia. *Psikologia: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 15(2), 55-61.