

**MENINGKATKAN KONSEP DIRI MELALUI LAYANAN PENGUASAAN
KONTEN TEKNIK PERMAINAN KOTAK DADU****Dicky Novriansyah[✉], Heru Mugarso**Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang,
Indonesia**Info Artikel**

Sejarah Artikel:
Diterima Juni 2015
Disetujui Agustus 2015
Dipublikasikan
September 2015

Keywords:
self concept; content services;
kotak dadu games

Abstrak

Penelitian ini dilakukan berdasarkan fenomena yang terjadi pada siswa kelas VIII H SMP N 24 Semarang yang memiliki konsep diri negatif. Tujuan penelitian ini yaitu meningkatkan konsep diri siswa dalam layanan penguasaan konten teknik permainan kotak dadu. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan bimbingan dan konseling. Penelitian Bimbingan dan Konseling adalah tindakan yang dilakukan oleh konselor dalam memberikan layanan guna memperbaiki kualitas layanan. Penelitian ini dilakukan 2 siklus di kelas VIII H SMP N 24 Semarang, dengan subyek 29 siswa. metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala konsep diri dan observasi. Teknik analisis data menggunakan analisis data kuantitatif deskriptif presentase. Hasil penelitian menunjukkan konsep diri sebelum pemberian tindakan sebagian besar pada kategori *rendah* (76%). Selama tindakan, konsep diri siswa meningkat. Pada siklus I konsep diri siswa sebagian konsep diri siswa pada kategori *sedang* (66%). Hal ini menunjukkan konsep diri siswa mulai meningkat. Pada siklus II konsep diri atau setelah pemberian tindakan, konsep diri siswa sebagian besar pada kategori *tinggi* (58%). Hal tersebut menunjukkan konsep diri siswa dapat ditingkatkan dengan dalam layanan penguasaan konten teknik permainan kotak dadu.

Abstract

This research was conducted based on phenomena that occur in grade VIII H SMP N 24 Semarang that has negative self concept. The purpose of this research is to improving self concept in content services with kotak dadu games. This research is action research guidance and counseling. Research guidance and Counseling is an action carried out by the counsellors in providing services to improve the quality of service. The research was two cycle in class VIII H SMP N 24 Semarang, with 29 student subjects. Data collection methods used skala self concept and observation. Data analysis techniques using quantitative is descriptive percentages analysis. The results showed self concept of students before giving the action mostly on the low category (76%). During the action, self concept of students increased. In the first cycle self concept of students in enough categories (66%). The second cycle or after obtaining action, self concept of the students most high category (58%). It shows the self concept of students in the content service can be improved with the kotak dadu games.

© 2015 Universitas Negeri Semarang

[✉] Alamat korespondensi:
Gedung A2 Lantai 1 FIP Unnes
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229
E-mail: dicky.novriansyah@gmail.com

PENDAHULUAN

Tujuan pendidikan dalam UU No 20 Tahun 2003 sistem pendidikan nasional bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Maka diperlukan pengembangan diri pada siswa supaya dapat memahami potensi yang dimiliki. Untuk memahami diri tidak lepas dari kaitannya dengan konsep diri karena pengetahuan diri akan meningkatkan konsep diri.

Proses pembentukan konsep diri dianggap penentu utama dari setiap tingkah laku individu. Salah satu unsur dari pembentuk konsep diri adalah bagaimana cara individu memandang dan merasakan dirinya sendiri. Konsep diri dapat dibentuk melalui pandangan diri dan pengalaman yang positif, maka konsep merupakan aspek yang krusial dan dasar dari perilaku individu. Individu dengan konsep diri positif dapat berfungsi lebih efektif dapat dilihat dari kemampuan interpersonal, kemampuan intelektual, penguasaan lingkungan dan dapat mengembangkan potensi secara optimal sesuai dengan tahap perkembangannya.

Individu yang mempunyai konsep diri negatif akan mempunyai persepsi atau pandangan yang tidak dapat menerima dan memahami sejumlah fakta tentang dirinya. Jika konsep diri negatif ini lebih berkembang dari pada konsep diri positif maka pada akhirnya individu yang berkonsep diri negatif ini cenderung terhambat dalam proses perkembangan dan tidak dapat melaksanakan perkembangannya dengan baik. Suatu konsep diri yang negatif berasal dari keputusan, kehilangan kepercayaan diri, dan suatu keyakinan bahwa dia tidak mampu untuk berhasil (Lawrence dalam Burns, 1993).

Orang yang memiliki konsep diri negatif adalah orang yang tidak mengenal dirinya sendiri, penghargaan dirinya yang tidak realistis dan memiliki harga diri yang rendah (Sugiyono, 2005). Kelebihan yang dimiliki tidak diperdulikan karena individu tersebut pesimistis dengan kemampuan yang dimilikinya. Individu yang mempunyai konsep diri negatif akan cenderung menilai dan memandang dirinya secara negatif.

Seperti halnya yang terjadi di SMP N 24 Semarang diketahui bahwa siswa kelas VIII mempunyai konsep diri yang negatif dari hasil analisa DCM (Daftar Cek Masalah). Pada poin Sering merasa pesimis 17 siswa 53%, khawatir tidak mandiri 11 siswa 34%, sering terlambat sekolah 15 siswa 47%, tidak selalu memakai seragam lengkap 13 siswa 41%, sulit bergaul 18 siswa 56%, mudah marah 10 siswa 31%, takut bertanya pada guru 9 siswa 28%, pasif di kelas 10 siswa 31%, dan sering mencontek 18 siswa 56%. Perilaku tersebut sebagai bentuk nyata siswa belum mengenal dan mengetahui bahwa dirinya adalah seorang siswa yang harus mencerminkan dirinya sebagai peserta didik yang mempunyai konsep diri yang negatif. Jika fenomena yang terjadi dibiarkan terus menerus, maka berdampak pada perkembangan diri siswa, sehingga konsep diri siswa perlu ditingkatkan dan dikembangkan agar lebih baik. Untuk Bimbingan dan Konseling adalah pemberian bantuan yang dilakukan konselor sekolah kepada klien atau siswa yang dilakukan secara kontinyu dan sistematis yang bertujuan untuk mengembangkan potensi siswa.

Bimbingan dan konseling merupakan salah satu bagian yang terintegrasi dalam proses pendidikan untuk membantu tercapainya tujuan pendidikan yaitu perkembangan siswa secara optimal sesuai dengan kemampuan, minat, bakat, dan potensi masing-masing peserta didik. Keberadaan dan fungsi bimbingan konseling harus bisa dimanfaatkan sebaik mungkin, karena peserta didik dalam menempuh jenjang pendidikannya pastilah tidak berjalan lancar, namun terdapat masalah-masalah atau hambatan yang mungkin tidak bisa diselesaikan oleh individu itu sendiri, melainkan melalui peran serta bimbingan konseling lewat para konselor

yang profesional dan sudah terlatih dalam menangani masalah siswa.

Terdapat berbagai jenis layanan dalam bimbingan dan konseling untuk membantu siswanya dalam meningkatkan konsep diri positif salah satunya adalah layanan penguasaan konten. Layanan penguasaan konten (PKO) merupakan layanan bantuan kepada individu (sendiri-sendiri ataupun dalam kelompok) untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar (Prayitno dkk, 2004). Sesuai dengan tujuan umum layanan konten yaitu siswa dapat mengembangkan dan memahami sikap dari kebiasaan belajar. Salah satunya belajar dari lingkungan individu untuk mengenal diri dengan mengenal orang lain terlebih dahulu sehingga dapat memahami dan mengembangkan konsep dirinya. Namun proses pemberian layanan penguasaan konten di sekolah kurang begitu efektif dalam menangani konsep diri negatif.

Terdapat beberapa faktor yang mungkin dapat mempengaruhi proses terganggunya layanan bimbingan dan konseling di kelas VIII diantaranya konselor sekolah yang memberikan materi layanan dengan metode ceramah dan tanya jawab. Siswa kurang tertarik dengan metode ceramah tanya jawab karena dengan metode tersebut siswa akan merasa cepat bosan sehingga tujuan materi yang diberikan tidak tercapai dan pemberian layanan untuk meningkatkan konsep diri dirasa kurang jika hanya dilakukan satu kali pertemuan. Oleh karena itu perlunya perbaikan dalam pemberian layanan penguasaan konten agar siswa merasa tertarik mengikuti layanan penguasaan konten salah satunya dengan teknik permainan kotak dadu.

Permainan ialah suatu kegiatan yang menyenangkan yang dilaksanakan untuk kepentingan kegiatan itu sendiri (Santrock, 2002). Games bersifat sosial, melibatkan proses belajar, mematuhi peraturan, pemecahan masalah, disiplin diri dan control emosional dan adopsi peran-peran pemimpin dengan pengikut yang kesemuanya merupakan komponen penting dari sosialisasi Rusmana dalam Eliaza (2012). Permainan kotak dadu adalah jenis

permainan sosial yang mengharuskan berinteraksi dengan teman sebaya atau teman kelas dengan melemparkan dadu dan mengambil pertanyaan-pertanyaan yang tersedia dalam kotak yang harus dibacakan dan dijawab di depan kelas.

Permainan ini dapat dijadikan sebagai teknik dalam layanan bimbingan dan konseling. Melalui permainan sebagai teknik dalam layanan penguasaan konten, diharapkan dapat lebih menyenangkan dan membuat siswa tertarik dalam mengikuti layanan penguasaan konten. Sehingga siswa merasa senang dan nyaman maka diharapkan tujuan layanan akan tercapai. Tujuan penelitian ini yaitu meningkatkan konsep diri siswa di kelas VIII H SMP N 24 Semarang melalui layanan penguasaan konten teknik permainan kotak dadu dan mengetahui seberapa besar tingkat konsep diri siswa dalam proses kegiatan layanan penguasaan konten bimbingan dan konseling sebelum, selama proses dan sesudah dilakukan implementasi permainan kotak dadu.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan merupakan penelitian tindakan. Menurut Sukiman (2014) terdapat 3 komponen dalam Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling yaitu adanya tindakan, refleksi dan upaya perbaikan.

Penelitian tindakan ini dilakukan dalam dua siklus dengan 8 kali pertemuan. Tempat penelitian ini dilakukan di SMP N 24 Semarang, dengan subyek dikenai tindakan yaitu siswa kelas VIII H yang memiliki konsep diri rendah (76%). Alat pengumpulan data yang digunakan yaitu skala konsep diri dan observasi. Validitas alat pengumpulan data menggunakan rumus *product moment* dan reliabilitas dengan rumus *alpha*. Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis deskriptif presentase.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil skala konsep diri sebelum tindakan diketahui tingkat konsep diri

siswa 76% (22 orang) dalam kategori *rendah*, 24% (7 orang) dalam kategori sedang. Tingginya persentase pada kategori *rendah* menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki konsep diri

negatif. Kondisi konsep diri siswa sebelum tindakan disajikan dalam bentuk tabel berikut ini :

Tabel 1. presentase masing-masing kategori

Kategori	Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi
∑ siswa	0	22	7	0	0
%	0%	76%	24%	0%	0%

Dari hasil data tersebut perlu dilakukan suatu upaya untuk meningkatkan konsep diri siswa menggunakan layanan penguasaan konten teknik permainan kotak dadu. Kegiatan layanan penguasaan konten teknik permainan kotak dadu dilakukan sebanyak empat kali pertemuan. Berdasarkan pengamatan pada siklus I ditemukan bahwa pada indikator Karakteristik fisik, kesehatan dan kondisi fisik, intelektual dan kecerdasan, cara berpakaian dan model rambut, hubungan keluarga, kepemilikan benda, bakat dan kemampuan khusus, sikap dan hubungan sosial, olahraga hobi termasuk dalam kategori *sedang*. Untuk kategori ide, minat dan keyakinan religius, ciri kepribadian, dan kemandirian termasuk dalam kategori *tinggi*. Sedangkan secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa pada siklus I sebagian besar siswa kelas VIII H 66% (19 orang) dalam kategori *sedang*.

Evaluasi pada siklus I yaitu pada siklus ini siswa mengalami peningkatan konsep diri pada kategori *sedang* dan *tinggi* dan mengalami penurunan pada kategori *rendah*. Namun belum ada siswa yang termasuk dalam kategori *sangat tinggi* walaupun sudah tidak ada siswa yang memiliki konsep diri dalam kategori *rendah* ataupun *sangat rendah*.

Pelaksanaan tindakan siklus II didasarkan pada evaluasi dari siklus I. Siklus II dilakukan

sebanyak dua kali pertemuan dikarenakan sudah tercapainya siswa yang ada dalam kategori *rendah* dan *sangat rendah*, namun peningkatannya belum optimal sehingga belum ada siswa yang mengalami peningkatan pada kategori *sangat tinggi*. Serta yang membedakan siklus I dan siklus II adalah dilakukannya permainan kotak dadu agar peningkatan siswa lebih optimal karena dengan permainan kotak dadu siswa lebih mengeksplor kemampuan yang dimilikinya sehingga dapat meningkatkan konsep diri siswa.

Berdasarkan pengamatan pada siklus II ditemukan bahwa indikator, karakteristik fisik, kesehatan dan kondisi fisik, intelektual dan kecerdasan, cara berpakaian dan model rambut, hubungan keluarga, kepemilikan benda, bakat dan kemampuan khusus, sikap dan hubungan sosial, olahraga hobi masuk dalam kategori *tinggi*, sedangkan kategori ide, minat keyakinan religius, ciri kepribadian dan kemandirian masuk dalam kategori *sangat tinggi*. Sedangkan secara keseluruhan berdasarkan hasil skala konsep diri pada siklus II sebagian besar siswa 58% (17 orang) masuk dalam kategori *tinggi* dan 21% (6 orang) masuk dalam kategori *sangat tinggi* dan sisanya 21% (6 orang) masuk dalam kategori *sedang*. Untuk lebih jelas lihat tabel 2 perbandingan presentase masing-masing kategori dalam setiap siklus.

Tabel 2. Perbandingan presentase tiap siklus

Siklus	Kategori	Sangat Rendah	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi
Sblm	∑ siswa	0	22	7	0	0
	%	0%	76%	24%	0%	0%
Siklus I	∑ siswa	0	0	19	10	0
	%	0%	0%	66%	34%	0%
Siklus II	∑ siswa	0	0	6	17	6
	%	0%	0%	21%	58%	21%

Selama proses kegiatan pemberian tindakan pada siklus I, siswa di kelas VIII H mengalami peningkatan konsep diri. Peningkatan tersebut dapat diamati dari kategori *sangat rendah* yang stagnan hanya 0%, turunnya persentase pada siklus I pada kategori *rendah* menurun dari sebelum tindakan 76% yaitu 22 siswa menjadi 0% atau tidak ada siswa dalam kategori rendah, meningkatnya persentase pada kategori *Sedang* 24% 7 siswa menjadi 66% atau 19 siswa dan kategori *tinggi* dari 0% menjadi 34% menjadi 10 siswa dari kondisi sebelum diberikan tindakan. Dengan kata lain, sebagian besar siswa di kelas tersebut sudah berkembang ke arah kategori yang lebih baik.

Berdasarkan hasil rata-rata dari 29 siswa pada kelas VIII H sebelum tindakan diperoleh rata-rata 50% setelah diberikan tindakan siklus I rata-rata pada kelas VIII H naik menjadi 64% dalam kategori sedang. Pada proses pelaksanaan tindakan siklus II, konsep diri siswa kelas VIII H meningkat dari siklus I. Hal tersebut dapat diamati dari kembali stagnan kategori *sangat rendah* 0% dan kategori *rendah* 0%, menurunnya persentase pada kategori *Sedang* 66% siswa menjadi 21% menjadi 6 siswa, serta adanya peningkatan pada persentase kategori *Tinggi* 34% atau 10 siswa menjadi 58% atau 17 siswa dan meningkatnya kategori *Sangat Tinggi* dari tidak ada menjadi 21% yaitu 6 siswa.

Meningkatnya konsep diri siswa pada siklus II dari siklus I disebabkan karena siswa sudah baik dalam memahami diri sehingga lebih terbuka kepada orang lain dan memahami kelebihan serta kekurangan yang dimilikinya berdasarkan teori *Johari Window* dan permainan kotak dadu. Dengan teori dan permainan tersebut siswa diberikan kesempatan untuk bertanya, menjawab, menanggapi, dan maju kedepan kelas.

Selain itu, pada siklus II siswa sudah diberi bantuan untuk menuliskan dirinya berdasarkan teori membuka diri *Johari Window* sehingga siswa mengetahui apa yang belum diketahui tentang dirinya dari teman sebangkunya serta diberikannya permainan kotak dadu pada siswa kelas VIII H.

Berdasarkan hasil rata-rata dari 29 siswa pada kelas VIII H pada siklus I diperoleh rata-rata 64% dalam kategori sedang setelah diberikan tindakan pada siklus II rata-rata pada kelas VIII H naik menjadi 77% dalam kategori tinggi. Secara keseluruhan, konsep diri siswa dari sebelum pemberian tindakan sampai diberikan tindakan siklus I dan tindakan siklus II siswa mengalami peningkatan. Selama siklus I konsep diri siswa masih banyak yang termasuk dalam kategori, *Sedang*, dan *Tinggi* namun belum ada siswa yang termasuk dalam kategori konsep diri yang *sangat tinggi*.

Namun pada siklus II, konsep diri siswa pada kategori *sangat rendah* tidak ada dan yang paling banyak yaitu pada kategori *sedang* dan *Tinggi* akan tetapi pada siklus ini sudah ada beberapa siswa yang masuk dalam kategori *Sangat Tinggi* walaupun hanya 21% yaitu hanya 6 siswa. Peningkatan konsep diri pada masing-masing siswa berbeda meskipun materi yang diberikan sama. Perbedaan peningkatan masing-masing siswa disebabkan 2 faktor yaitu orang lain/teman sebaya, dan Grup atau kelompok. Hal ini sesuai dengan Rakhmat (2005) faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah faktor orang lain dan faktor kelompok rujukan (*reference group*).

Individu dapat mengetahui dan mengenal diri dengan mengenal orang lain atau teman di sekitarnya terlebih dahulu. Jika individu diterima, dihormati, dan disenangi karena keadaan diri kita, kita akan cenderung bersikap menghormati dan menerima diri kita. Sebaliknya, bila orang lain selalu meremehkan kita, menyalahkan kita dan menolak kita, kita akan cenderung tidak akan menyenangi diri kita (Sullivan dalam Rakhmat, 2005).

Begitu juga dengan faktor kelompok atau grup yang menjadikan individu menjadi anggota di dalamnya atau terbentuk dalam suatu kelas tertentu. Jika kelompok individu ini dianggap, dalam arti mereka dapat menilai dan bereaksi pada dirinya, hal ini akan menjadi kekuatan untuk menentukan konsep dirinya atau diterima dalam kelompoknya.

Konsep diri siswa dari sebelum sampai akhir pemberian tindakan mengalami

peningkatan yang signifikan. Sesuai dengan salah satu tujuan dalam penelitian yaitu mengetahui tingkat konsep diri siswa setelah dikenai tindakan layanan penguasaan konten dengan teknik permainan kotak dadu pada siswa kelas VIII H di SMP N 24 Semarang tahun ajaran 2014/2015.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diambil simpulan utama bahwa konsep diri dapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan penguasaan konten teknik permainan kotak dadu. Dengan kata lain, untuk meningkatkan konsep diri siswa, metode penyampaian layanan dapat dilakukan dengan memberikan tindakan berupa permainan kotak dadu. Berdasarkan simpulan utama di atas dapat dijabarkan menjadi tiga simpulan sebagai berikut:

Rata-rata konsep diri siswa sebelum diberikan tindakan yaitu 50% dengan rincian 76% (22 orang) dalam kategori *rendah* dan 24% (7 orang) dalam kategori *sedang*. Hal tersebut dikarenakan siswa belum memahami dengan benar apa yang dimaksud konsep diri. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa konsep diri siswa kelas VIII H SMP Negeri 24 Semarang sebelum diberikan tindakan kategori *rendah*.

Konsep diri siswa selama proses pemberian tindakan di kelas VIII H SMP Negeri 24 Semarang mengalami peningkatan. Hal tersebut ditunjukkan dengan meningkatnya rata-rata tingkat konsep diri siswa dari 50% menjadi 63% pada siklus 1 dengan rincian 66% (19 orang) dalam kategori *sedang* dan 34% (10 orang) dalam kategori *tinggi* serta meningkatnya rata-rata konsep diri siswa kelas VIII H pada siklus 2 dari 63% menjadi 76% dengan rincian 21% (6 orang) dalam kategori *sedang* dan 58% (17 orang) dalam

kategori *tinggi* dan 21% (10 orang) dalam kategori *sangat tinggi*. Dari pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa besar persentase konsep diri siswa selama proses pemberian tindakan berbeda besarnya antara siklus I dan II.

Rata-rata konsep diri siswa setelah diberikan tindakan (siklus 2) yaitu 76%. Peningkatan konsep diri siswa setelah tindakan ini terjadi karena dibantu dengan adanya pemberian materi-materi pada siklus 1 dan permainan kotak dadu pada siklus 2 dengan rincian 21% (6 orang) dalam kategori *sedang* dan 58% (17 orang) dalam kategori *tinggi* dan 21% (10 orang) dalam kategori *sangat tinggi*. Dari pemaparan tersebut dapat disimpulkan bahwa konsep diri siswa kelas VIII H SMP Negeri 24 Semarang setelah diberikan tindakan mengalami peningkatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Burns, R.B. 1993. Konsep Diri Teori, Pengukuran, dan Perilaku. Jakarta: Arcan.
- Eliasa, Eva, Imanina. 2012. (Games) Permainan dalam Bimbingan dan Konseling. MGBK Nasional.
- Rakhmat, Jalaludin. 2005. Psikologi Komunikasi. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Prayitno, Erman Amti. 2004. Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Rineka Cipta.
- Santrock, Jhohn. 2002. Life-Span Development Perkembangan Masa Hidup. Jakarta: Erlangga
- Sugiyono. 2005. Komunikasi Antar Pribadi. Semarang: UNNES Press.
- Sukiman. 2014. Penelitian Tindakan Kelas untuk Guru Pembimbing (Bimbingan dan Konseling). Yogyakarta: Paramitra Publishing.
- Republik Indonesia. UU No 20 Tahun 2003. Sistem Pendidikan Nasional. Depdiknas.