

Konseling Naratif untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa

Widya Juwita Sari¹ ✉, Edy Purwanto¹ & Muhammad Japar²

¹ Prodi Bimbingan Konseling, Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

² Prodi Bimbingan Konseling, FKIP, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel

Diterima:

Oktober 2016

Disetujui:

November 2016

Dipublikasikan:

Juni 2017

Keywords:

narrative counseling,

self-concept

Abstrak

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui profil konsep diri di MAN Kembangawit dan menguji efektivitas konseling naratif untuk meningkatkan konsep diri siswa di MAN Kembangawit Kabupaten Madiun. Jenis penelitian yang dipakai dalam penelitian ini adalah eksperimen dengan desain “*randomize pre-test post-test control group design*” yang melibatkan subjek penelitian 10 siswa dengan konsep diri rendah dan status sosial ekonomi yang rendah. Mereka dibagi menjadi kelompok eksperimen berjumlah 5 siswa dan kelompok kontrol berjumlah 5 siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa profil konsep diri siswa MAN Kembangawit mempunyai kecenderungan konsep diri kategori sedang dan ada perbedaan yang signifikan pada skor konsep diri siswa antara sebelum dan sesudah penerapan konseling naratif. Dengan demikian, konseling naratif efektif untuk meningkatkan konsep diri siswa di MAN Kembangawit Kabupaten Madiun.

Abstract

The aim of this research was to describe the profile of the self concept in MAN Kembangawit and to test the effect of counseling narrative on students' self-concept of MAN Kembangawit Madiun district. A randomize pre-test post-test control group design was implemented with involving 10 students who have low self-concept and low socio-economic status. They were divided into two groups: 5 students in the experimental group and 5 students in the control group. The results of the study showed the profile of students' self-concept of MAN Kembangawit were in medium category and the narrative counseling was effective to develop students' self-concept in MAN Kembangawit Madiun district.

© 2017 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:

Kampus Unnes Kelud Utara III, Semarang, 50237

E-mail: widyajuwitasari23@gmail.com

[p-ISSN 2252-6889](https://doi.org/10.24054/jubk.v6i1.12345)

[e-ISSN 2502-4450](https://doi.org/10.24054/jubk.v6i1.12345)

PENDAHULUAN

Konsep diri adalah salah satu konstruk tertua dan paling penting dalam ilmu-ilmu sosial. Konsep diri juga merupakan jantung dari revolusi psikologi positif yang berfokus bagaimana individu yang sehat, normal, dan luar biasa mendapatkan yang terbaik dari kehidupan (Zanden, 2015). Slaninova & Stainerova (2015) memahami konsep diri sebagai persepsi diri yang terbentuk melalui pengalaman dengan lingkungan dan dipengaruhi terutama oleh lingkungan dan lain-lain yang signifikan. Konsep diri merupakan salah satu hal yang sangat menentukan perkembangan sosial individu. Artinya, konsep diri memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap pola komunikasi dan hubungan interpersonal individu, dimana individu akan cenderung bersikap dan berperilaku sesuai dengan konsep diri yang ia miliki.

Calhoun & Acocella (1995) mengemukakan bahwa konsep diri negatif memiliki dua tipe. Tipe pertama, ditandai dengan pandangan seseorang tentang dirinya sendiri benar-benar tidak teratur: dia tidak memiliki perasaan kestabilan dan keutuhan diri, tidak tahu kekuatan dan kelemahannya atau apa yang dia hargai dalam hidupnya. Sedangkan tipe yang kedua, konsep diri digambarkan teralalu stabil dan teralalu teratur atau kaku. Individu menciptakan citra diri yang tidak mengizinkan adanya penyimpangan dari seperangkat hukum besi yang dalam pikirannya merupakan cara hidup yang paling tepat. Menurut Sternke (2010) pentingnya bagi remaja untuk mengembangkan konsep diri dan harga diri yang tinggi positif dalam rangka untuk mendapatkan peluang lebih banyak kepada mereka untuk menjadi dewasa yang bahagia dan memuaskan. Sedangkan ketika siswa memiliki konsep diri yang negatif dan harga diri yang rendah, kesejahteraan emosional mereka menderita. Selain itu Wang (2007) menyebutkan bahwa konsep diri positif dapat membantu meningkatkan prestasi siswa secara bersamaan.

Berdasarkan proses wawancara dalam studi pendahuluan yang dilakukan kepada guru

BK MAN Kembangawit Kabupaten Madiun, diperoleh hasil bahwa permasalahan umum yang banyak dialami siswa adalah permasalahan-permasalahan seperti mencontek, minder, cenderung tidak bisa menerima dirinya, cemas dan takut menghadapi kegagalan, tidak mampu mengevaluasi diri dan bersikap pesimis. Permasalahan-permasalahan seperti itu adalah permasalahan yang erat hubungannya dengan konsep diri.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi pada siswa saat studi pendahuluan, diperoleh hasil bahwa hal paling mendasar yang menjadi indikasi siswa memiliki konsep diri negatif adalah adanya kecenderungan dalam diri siswa untuk memberikan pandangan atau penilaian yang negatif tentang arti hidup, bahkan tentang dirinya sendiri. Akibat yang ditimbulkan dari adanya konsep diri negatif tersebut adalah siswa cenderung diam dan sering merasa minder hampir dalam setiap kesehariannya di sekolah, bahkan beberapa diantara mereka ada yang akhirnya lebih memilih untuk membolos sekolah karena mereka merasa kehilangan/tidak ada motivasi dan/atau malu dengan teman-temannya. Beberapa siswa juga menuturkan ketidakpercayaan terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi ujian sehingga kebanyakan siswa melakukan tindakan mencontek saat ujian. Ada juga siswa yang lebih memilih untuk menyendiri atau menjauh dari teman-temannya karena mereka merasa tidak pantas untuk dekat dengan teman-teman yang menurut mereka jauh lebih baik atau lebih beruntung daripada dirinya. Disisi lain, ada juga siswa yang akhirnya memilih untuk menarik dan menutup diri karena ia memiliki masalah yang ada hubungannya dengan kondisi fisik/pribadi. Padahal jika dilihat dari segi akademik, ia tergolong siswa yang pintar.

Seperti yang dikemukakan oleh hasil penelitian-penelitian terdahulu, bahwa akar dari permasalahan tersebut berasal dari konsep diri siswa yang negatif. Bette (2013) mengungkapkan ada hubungan yang signifikan antara konsep diri akademik siswa dengan kecenderungan mencontek. Hal tersebut mengungkapkan bahwa perilaku mencontek dipengaruhi oleh konsep diri

negatif siswa. Begitu juga dengan keterampilan komunikasi interpersonal ini erat hubungannya dengan konsep diri, hal ini ditunjukkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yahaya (2009) yang menunjukkan bahwa konsep diri ditemukan berkorelasi cukup signifikan dengan keterampilan komunikasi interpersonal. Sedangkan komunikasi interpersonal ini berhubungan dengan bagaimana individu dapat membangun hubungan dengan orang lain.

Siswa Madrasah Aliyah merupakan siswa yang masuk dalam kategori masa remaja. Masa remaja berlangsung pada usia tiga belas atau empat belas sampai delapan belas tahun (Hurlock, 1980). Menurut Burn (1993) dalam teori perkembangan Erikson, inti dari pendekatannya adalah suatu perhatian terhadap identitas khususnya perhatian terhadap cara dimana remaja tersebut mempersepsikan dirinya. Tugas masa remaja dilihat sebagai sebuah usaha yang mengamankan sebuah identitas yang teguh dan menghindari difusi identitas. Disinilah letak pentingnya remaja memiliki konsep diri yang positif dalam mengamankan identitas diri yang teguh dan menghindari difusi identitas.

Konseling naratif memiliki pengikut internasional yang cukup besar (Murdock, 2009). Walaupun pengikutnya cukup besar di dunia internasional namun di Indonesia sendiri konseling tersebut belum banyak yang menggunakannya. Menurut Worden (dalam Gladding, 2012) dalam konseling naratif, menekankan bahwa pengetahuan atau arti dibentuk melalui interaksi sosial. Manusia dipandang sebagai makhluk yang menilai dan menginternalisasi diri sendiri dengan menceritakan cerita kehidupannya. Kebanyakan cerita menyoroti kualitas negatif mengenai individu ataupun situasi kehidupan mereka dan sangat mengganggu dan membuat depresi. Melalui perawatan, klien dapat menulis kembali kehidupannya dan mengubah pandangannya dalam cara yang positif.

Friedman & Combs (dalam Roberts & Greene, 2008) menjelaskan bahwa konselor dianjurkan untuk membangun pendekatan kolaboratif dengan minat khusus pada klien dengan mendengarkan cerita-cerita untuk

mencari tahu dalam kehidupan klien. Pendekatan naratif menggunakan pertanyaan sebagai cara untuk melibatkan klien dan memfasilitasi mereka melakukan eksplorasi diri, menghindari diagnosis dan pelabelan klien atau menerima sepenuhnya berdasarkan deskripsi masalah; membantu klien dalam pemetaan pengaruh masalah yang dimiliki dalam kehidupan mereka; dan membantu klien memisahkan diri dari cerita-cerita yang dominan yang telah diinternalisasi sehingga hati/pikiran yang sering kali disebut sebagai ruang dapat dibuka untuk menciptakan kisah kehidupan alternatif.

Penelitian ini diberlakukan variabel kontrol. Variabel kontrol merupakan variabel yang dikendalikan atau dibuat konstan sehingga pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat tidak dipengaruhi oleh faktor luar yang tidak diteliti. Penggunaan variabel kontrol ini bermanfaat karena hasil analisis penelitian nantinya lebih menjelaskan fenomena dengan optimal karena variabel-variabel lain yang juga mempengaruhi variabel terikat, pengaruhnya menjadi terputus. Selain itu, analisis akan memiliki kekuatan statistik (*power*) yang lebih tinggi. Dalam penelitian ini variabel kontrol yang digunakan adalah status sosial ekonomi siswa. Menurut hasil penelitian status sosial ekonomi mempengaruhi konsep diri individu.

Sesuai dengan hal-hal yang telah dipaparkan diatas, untuk meyakinkan hal tersebut, perlu dilakukan sebuah penelitian mengenai efektivitas konseling naratif untuk meningkatkan konsep diri di MAN Kembangawit Kabupaten Madiun.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimental atau percobaan (*eksperimental research*) dengan menggunakan desain *Randomized pretest – posttest control group design*". Langkahnya yaitu melakukan asesmen terhadap konsep diri siswa, sehingga diketahui tingkatan konsep diri tinggi, sedang dan rendah. Karena dalam penelitian ini menggunakan

variable kontrol status sosial ekonomi, maka dari subjek kategori rendah dipilih yang mempunyai status sosial ekonomi yang rendah, kemudian dilakukan *random assignment* terhadap subyek untuk dibentuk dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Setelah itu dilakukanlah pretest terhadap subyek kelompok eksperimen dan kontrol, lalu diberikan intervensi dan terakhir *posttest*. Penelitian dilakukan terhadap siswa MAN Kembangawit. Alat pengumpul data mengadopsi skala Skala *Tennessee Self Concept Scale* (TSCS) yang dikembangkan oleh William H. Fitts dan telah diadaptasi dan dikembangkan oleh Sri Rahayu Partosuwido di Indonesia pada tahun 1979.

Penetapan teknik analisis data ini digunakan untuk pengujian hipotesis data yang terkumpul yaitu nilai tes awal (*pretest*) dan nilai tes akhir (*posttest*) melalui skala konsep diri, kemudian dibandingkan untuk menganalisis hipotesis yang ditetapkan. Jenis dalam penelitian ini adalah data non parametrik. Untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan konsep diri siswa sebelum dan sesudah perlakuan baik kelompok eksperimen maupun kontrol, teknik analisis yang akan digunakan adalah Uji *U Mann Whitney* menggunakan *software SPSS 16 for Windows*. Dalam penelitian ini untuk menguji hipotesis ditetapkan taraf nyata $\alpha = 0,05$, kemudian dibandingkan hasil pada tabel, Jika hasil perhitungan lebih kecil atau sama dengan daftar nyata yang dipilih maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Jika hasil perhitungan lebih besar atau sama dengan dari daftar berdasarkan taraf nyata yang dipilih maka H_0 diterima dan H_1 ditolak.

Selain itu untuk mengetahui perubahan level narasi, analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis perubahan cerita *innovatie moments coding system* (IMCS) Pendekatan ini berguna untuk menjelaskan perkembangan level narasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Profil Konsep Diri Siswa MAN Kembangawit Kabupaten Madiun

Data profil konsep diri diperoleh dari hasil penyebaran skala konsep diri yaitu *Tennessee Self*

Concept Scale (TSCS) terhadap subjek penelitian. Dari data yang diperoleh, diperoleh profil konsep diri dan data masing-masing dimensi dalam konsep diri. Hasil pengumpulan data tersebut kemudian diolah dan dijadikan bahan pertimbangan dalam mengembangkan program intervensi konseling naratif untuk meningkatkan konsep diri positif siswa. Hasil data penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 17,56% siswa masuk dalam kategori siswa yang mempunyai konsep diri rendah, 64,36% siswa masuk dalam kategori konsep diri sedang dan 18,08% masuk dalam kategori konsep diri tinggi.

Efek Konseling Naratif untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa

Untuk mengetahui efektivitas konseling naratif, digunakan data hasil TSCS *pre-test* dan *post-test* kelompok kontrol dan eksperimen. Data perbedaan skor skala TSCS antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol disusun dan kemudian dianalisis dengan menggunakan *Two Independent Sample Test U Mann Whitney* untuk membandingkan dua buah sampel bebas yang berasal dari populasi yang sama guna melihat signifikansi perbedaan tingkat konsep diri siswa sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Data yang menunjukkan perbedaan tingkat konsep diri sebelum dan sesudah intervensi pada semua konseli baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol dapat dilihat pada tabel 1.

Pengecekan terhadap data pretes mengindikasikan bahwa kelompok eksperimen dan kontrol memiliki tingkat konsep diri yang sama ($z = -1,160$, $p > 0,05$). Dengan demikian kondisi awal kedua kelompok bersifat setara sehingga kelompok eksperimen dapat diberi perlakuan konseling naratif untuk meningkatkan konsep diri siswa.

Selanjutnya dilakukan pengujian terhadap data *post-test* skala TSCS kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan uji *U Mann Whitney*. Hasilnya menunjukkan bahwa ada perbedaan keefektifan perlakuan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, artinya konseling naratif efektif untuk meningkatkan konsep diri siswa ($z = 2,611$, $p < 0,01$).

Tabel 1. Perbedaan Tingkat Konsep Diri Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Skor <i>Pre-Test</i>		Skor <i>Post-test</i>	
Eksperimen	Kontrol	Eksperimen	Kontrol
298	293	324	293
297	297	309	295
299	293	323	294
296	299	333	302
294	283	353	281

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil hasil skala *Tennessee Self Concept Scale (TSCS)* menunjukkan bahwa profil konsep diri siswa MAN Kembangawit, mempunyai kecenderungan konsep diri kategori kategori rendah sebesar 18,62%, konsep diri kategori sedang sebesar 62,76%, dan kategori tinggi sebesar 18,62%. Data tersebut menunjukkan bahwa konsep diri siswa di MAN Kembangawit ini rata-rata mempunyai konsep diri di level kategori sedang.

Hasil penelitian membuktikan bahwa intervensi yang telah dilakukan cukup efektif untuk meningkatkan konsep diri siswa. Hasil penelitian tersebut berdasarkan hasil skor skala konsep diri subjek yang mempunyai kecenderungan peningkatan skor dan terbukti dari perhitungan menggunakan uji *U Mann Whitney* antara *pre-test* dan *post-test*. Data menunjukkan bahwa data *pretest* tidak signifikan karena skor skor *Asymp. Sig. (2-tailed)* lebih besar dari 0,05 ($0,310 > 0,05$) yang menandakan bahwa sampel yang digunakan dalam penelitian bersifat homogen karena belum mendapatkan perlakuan dalam meningkatkan konsep diri. Sedangkan data *posttest* signifikan karena skor *Asymp. Sig. (2-tailed)* lebih kecil dari 0,05 ($0,008 < 0,05$) yang berarti bahwa perlakuan yang diberikan pada kelompok eksperimen efektif untuk meningkatkan konsep diri siswa. Perlakuan tersebut yakni konseling naratif.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa profil konsep diri siswa MAN Kembangawit, mempunyai kecenderungan konsep diri kategori sedang. Hasil penelitian juga membuktikan bahwa intervensi yang telah dilakukan cukup

efektif untuk meningkatkan konsep diri siswa. Hal ini berdasarkan hasil skor skala konsep diri subjek yang mempunyai kecenderungan peningkatan skor.

DAFTAR PUSTAKA

- Bette, D.E. 2013. Predictive Influence of Academic Self-Concept and Motivational Arousal in Examination Cheating Tendency among Students in Cross River State-Nigeria. *British Journal of Education, Society & Behavioral Science*, 4(3): 383-391.
- Burn, R.B. 1993. *Konsep Diri (Teori, Pengukuran, Perkembangan dan Perilaku)*. terjemahan Eddy. Jakarta: Arcan
- Calhoun, J.F. & Acocella, J.R. 1995. *Psikologi tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. terjemahan Satmoko. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Gladding, T.S. 2012. *Konseling Profesi yang Menyeluruh*. terjemahan Winarno & Yuwono. Jakarta: Indeks
- Hurlock, E.B. 1980. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Edisi Kelima*. terjemahan Istiwidayanti & Soejarwo. Jakarta: Erlangga.
- Murdock, N.L. 2009. *Theories of Counseling and Psychotherapy: A Case Approach, 2/E*. New York: Pearson.
- Robert, A.R., & Greene, G.J. 2008. *Buku Pintar Pekerja Sosial*. Jakarta: Gunung Mulya
- Slaninova, G., & Stainerova, M. 2015. The Self Concept of Students Formation and its Changes. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*. (171): 257-262.
- Sternke, J.C. 2010. Self Concept and Self Esteem in Adolescents with Learning Disabilities. *American Psychological Association, 5th edition*.
- Wang, J. 2007. A Trend Study of Self Concept and Mathematics Achievement in a Cross-Cultural Context. *Mathematics Education Research Journal*. 19(3), 33-47.
- Yahaya, A. 2009. The Relationship between Self-Concept and Communication Skills toward Academic Achievement among Secondary School Students in Johor Bahru. *International Journal of Psychological Studies*. 1(2).
- Zanden V.B., et., al. 2015. Self Concept: from Unidimensional to Multidimensional and Beyond. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Science*, (2nd ed.) Volume 21.