

---

## Keefektifan Teknik Model Simbolis untuk Mengembangkan Konsep Diri Peserta Didik SMP

Intan Permatasari, Siti Sutarmi Fadhilah, Mudaris Muslim

Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Sebelas Maret

email: intancahayapelangi@gmail.com

---

**Abstract:** The purpose of this research was to experiment the effectiveness of behavioral counseling using symbolic model technique to develop students self concept in junior high school students. The research method in this study was experiment. The research plan used quasi experimental design with nonequivalent control group design. The subject of this research were sixteen students from grade VII Junior High School who was divided into two groups, those were experiment group and control group. The technique of collecting data was instrumental questionnaire, observation oriented, and interview oriented. The technique of analysis data was using Mann Whitney Test by SPSS 20.0 and to support the hypothesis test, will be done a clinical analysis. The results of the study showed that the results of the Mann Whitney test known coefficient  $p$  (Exact. Sig) = 0.021 < 0.05, so that  $H_a$  accepted and  $H_o$  rejected. From the explanation above, it could be concluded that behavioral counseling using symbolic model technique was effective to develop students' self-concept.

---

**Keywords:** behavioral counseling, symbolic model, self-concept.

---

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk menguji keefektifan konseling behavioral dengan teknik model simbolis untuk mengembangkan konsep diri peserta didik kelas SMP. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen. Rancangan penelitian menggunakan eksperimental semu (*quasi experimental design*) dengan jenis rancangan *nonequivalent control group design*. Subjek Penelitian adalah peserta didik kelas SMP yang berjumlah enam belas anak yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen angket, pedoman observasi, dan pedoman wawancara. Teknik analisis data yang digunakan adalah Uji *Mann Whitney* dan untuk mendukung hasil pengujian hipotesis, akan dilakukan analisis klinis. Hasil uji Mann Whitney diketahui bahwa koefisien  $p$  (Exact.Sig) = 0,021 < 0,05, sehingga  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Simpulan penelitian ini adalah konseling behavioral dengan teknik model simbolis efektif untuk mengembangkan konsep diri peserta didik SMP.

---

**Kata Kunci :** konseling behavioral, model simbolis, konsep diri

---

### PENDAHULUAN

Pandangan remaja terhadap dirinya sendiri disebut dengan konsep diri. Konsep diri adalah pandangan dan keyakinan seseorang dalam menilai keadaan dirinya. Dipertegas oleh Harlock (Ghufron, 2010:13) menyatakan, "Konsep diri merupakan gambaran seseorang mengenai diri sendiri yang merupakan gabungan dari keyakinan fisik, psikologis, sosial, emosional aspiratif, dan prestasi yang mereka capai". Ditambahkan oleh Rogers (Surna, 2014:140) berpendapat, "Konsep diri tidak dapat dipisahkan antara diri pribadi dengan bagaimana ia menghayati dunianya yang didasarkan pada bagaimana pribadi berpengalaman dengan dunia lingkungannya dan merupakan suatu keutuhan yang membentuk *self* atau *self-concept*".

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah pandangan dan penilaian seseorang tentang dirinya sendiri yang merupakan gabungan dari keyakinan fisik, psikologis, sosial, emosional dan prestasi, yang diperoleh dari pengalaman individu dalam interaksinya dengan orang lain.

Lingkungan sangat berpengaruh terhadap pembentukan konsep diri individu, karena lingkungan adalah tempat dimana individu mendapatkan pengalaman-pengalaman dalam hubungannya dengan orang lain. Perlakuan tertentu dari orang tua, teman sebaya, guru, atau orang dewasa lainnya akan mempengaruhi perkembangan konsep diri individu. Jika seorang anak mengalami perlakuan negatif seperti sering diremehkan, diacuhkan, ditolak, diperlakukan tidak

---



manusiawi dan perilaku negatif lainnya maka hal tersebut akan membuat anak mengkonsepkan dirinya secara negatif. Anak akan menganggap dirinya buruk, tidak berharga serta tidak berguna. Sebaliknya, anak yang mendapat perlakuan manusiawi, dihargai sesuai potensi dan keberadaannya, dan diterima dalam lingkungannya akan cenderung memiliki konsep diri yang positif. Perlakuan positif dari lingkungan tersebut membuat anak memiliki sikap optimis dan percaya diri dalam menjalani kehidupan.

Pandangan seseorang mengenai dirinya sendiri akan tampak dari perilaku yang dilakukan. Seseorang yang memandang dirinya secara positif akan mempunyai tingkah laku yang baik dan percaya diri yang tinggi. Jiang (Thalib, 2010:122) mengemukakan bahwa seseorang yang memiliki konsep diri positif akan mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, mudah bergaul, dan mampu mengikuti aturan dan norma-norma yang berlaku. Taylor (Thalib, 2010:122) menyatakan, "Siswa yang mempunyai konsep diri positif secara nyata mampu mengatasi problem dalam kehidupan keseharian, cenderung lebih independen, percaya diri dan bebas dari karakteristik yang tidak diinginkan seperti kecemasan, kegelisahan, perasaan takut yang berlebihan, dan perasaan kesepian".

Seseorang yang memandang dirinya secara negatif akan cenderung melakukan tingkah laku yang negatif. Rendahnya konsep diri merupakan keadaan dimana seseorang memandang dan menilai dirinya sendiri secara negatif, hal tersebut menimbulkan permasalahan berupa perilaku rendah diri, tidak percaya diri, putus asa, dan penyesalan terhadap diri. Musbikin (2013:105) menyatakan, "Remaja yang mengalami kegagalan dalam pencapaian konsep diri yang mantap karena ketidakmampuan dirinya berperilaku yang bertanggungjawab dapat membawanya jatuh pada perbuatan nakal".

Secara luas hasil penelitian mengungkapkan bahwa rendahnya konsep diri berkaitan dengan rendahnya motivasi belajar, kurang inisiatif dan tanggungjawab sosial. Secara empiris dilaporkan bahwa rendahnya konsep diri berkorelasi positif terhadap perilaku kekerasan, prasangka, kecemasan, dan gangguan mental lainnya. Rendahnya konsep diri merupakan salah satu faktor utama yang mempengaruhi kualitas fungsi individu dalam masyarakat (Kaplan et al., dalam Thalib, 2010:125).

Musbikin (2013:124) menyatakan bahwa peserta didik yang memiliki konsep diri positif mempunyai penilaian yang realistis dan menghargai keberadaannya di sekolah. Hal ini akan membantu peserta didik dalam memfilter pengaruh negatif dari lingkungan. Namun, peserta didik yang memiliki konsep diri negatif akan lebih dahulu memberi penilaian negatif terhadap dirinya, apabila didukung oleh lingkungan yang kurang kondusif dan sifat kepribadian yang kurang matang akan menjadi pemicu timbulnya berbagai penyimpangan perilaku yang melanggar aturan dan norma yang ada di masyarakat yang biasa disebut dengan kenakalan remaja.

Untuk mengetahui gambaran umum mengenai konsep diri peserta didik, maka dilakukan studi pendahuluan dengan menyebarkan angket pada peserta didik kelas VII di sekolah tempat penelitian. Berdasarkan hasil angket studi pendahuluan diperoleh data bahwa peserta didik sebanyak 34,4% berada dalam kategori konsep diri tinggi, 36% berada pada kategori sedang, dan 29,6% berada pada kategori rendah.

Pernyataan di atas diperkuat dengan observasi kelas dan wawancara dengan guru BK dan koordinator BK di sekolah tempat penelitian bahwa pada umumnya peserta didik kelas VII masih dalam tahap penyesuaian dengan lingkungan baru, sehingga perilaku peserta didik masih labil dan sulit diatur. Beberapa perilaku peserta didik yang mengindikasikan memiliki konsep diri negatif seperti motivasi belajar rendah, kurang bertanggungjawab dalam melaksanakan tugas, kurang mematuhi tata tertib sekolah, dan prestasi belajar rendah. Rendahnya konsep diri yang berkembang dalam diri peserta didik, menunjukkan kurangnya peran keluarga, sekolah, dan lingkungan masyarakat dalam membentuk dan mengembangkan konsep diri anak. Rendahnya konsep diri merupakan kegagalan peserta didik di usia remaja dalam mencapai perkembangan kepribadian yang sehat.

Bimbingan dan konseling merupakan bagian dari sistem pendidikan sekolah untuk membantu peserta didik dalam menghadapi permasalahan yang meliputi bidang pribadi, sosial, belajar, dan karir (Depdiknas, 2007). Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang dapat di

---

uji cobakan untuk mengembangkan konsep diri peserta didik yaitu dengan memberikan layanan konseling behavioral dengan teknik model simbolis.

Konseling adalah proses pemberian bantuan oleh konselor kepada klien yang bermuara pada teratasinya masalah klien. Corey (2005:195) menyatakan, "Behaviorisme adalah suatu pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia. Dalil dasarnya adalah bahwa tingkah laku itu tertib dan bahwa eksperimen yang dikendalikan dengan cermat akan menyiapkan hukum-hukum yang mengendalikan tingkah laku". Hal tersebut bermakna bahwa tingkah laku diperoleh melalui proses belajar, tingkah laku dapat dibentuk dengan memberikan rangsangan-rangsangan yang tepat sehingga perilaku yang diinginkan dapat muncul. Model simbolis merupakan salah satu teknik dalam konseling behavioral. Pery dan Furukawa (Nursalim, 2013:12) menyatakan bahwa *modeling* merupakan proses dimana tingkah laku individu atau kelompok (contoh) bertindak sebagai stimulus yang mempengaruhi pikiran, sikap, dan tingkah laku pengamat (konseli).

Nursalim (2013:123) menyatakan, "Dalam *modeling* simbolis, model disajikan melalui bahan-bahan tertulis, audio, video, film atau *slide*". Konseling behavioral dengan teknik model simbolis akan membantu peserta didik untuk mengembangkan konsep diri menjadi lebih positif dengan mengamati model yang ditampilkan melalui media film, video, audio ataupun *slide*. Sehingga peserta didik dapat belajar dari sikap, pikiran dan tingkah laku dari model yang ditampilkan. Berdasarkan uraian di atas, secara teoritis konseling behavioral dengan teknik model simbolis mampu mengembangkan konsep diri positif peserta didik. Namun perlu diadakan uji coba apakah secara praktik hal tersebut bisa diimplementasikan secara maksimal.

#### **METODE PENELITIAN**

Rancangan penelitian menggunakan eksperimental semu (*quasi experimental design*) dengan jenis rancangan *nonequivalent control group design*. Tempat penelitian adalah di SMP Negeri 6 Sragen. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen angket, pedoman observasi, dan pedoman wawancara. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VII yang berjumlah 16 (enam belas) orang. Subjek akan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan masing-masing kelompok berjumlah 8 orang. Teknik analisis akan dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif. Teknik analisis data yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah atau menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah uji *Mann Whitney*. Uji *Mann Whitney* merupakan teknik analisis data statistik non parametrik. Statistik non parametrik digunakan untuk  $\leq 30$  subjek. Uji *Mann Whitney* adalah uji untuk mengetahui signifikansi perbedaan *gain score* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

#### **HASIL**

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dengan menggunakan uji *Mann Whitney*. Uji *Mann Whitney* digunakan untuk membandingkan *gain score pretest* dan *posttest*. Tabel 1 merupakan tabel skor *pretest* dan *posttest* konsep diri. Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan *gain skor* konsep diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Rata-rata *gain skor* konsep diri kelompok eksperimen 9,125 dan rata-rata *gain skor* konsep diri kelompok kontrol 0.

Hasil hitung uji *Mann Whitney* menunjukkan nilai U pada skor 10,5, dan *exact signifikan* pada skor 0,021 yang artinya derajat kesalahan hipotesis dibawah batas yang diijinkan yaitu 5% (0,05). Sehingga hipotesis dinyatakan diterima, ada perbedaan skor peningkatan konsep diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hal ini diperkuat dengan hasil analisis klinis berdasarkan pengamatan dari peneliti dan observer terhadap hasil dari angket, observasi dan wawancara terhadap kelompok eksperimen. Hasil analisis klinis menunjukkan bahwa *treatment* konseling behavioral dengan teknik model simbolis mampu mengembangkan konsep diri peserta didik dilihat dari perubahan perilaku yang mereka lakukan.

**Tabel 1. Peningkatan Skor *Pretest* dan *Posttest* Konsep Diri**

Kelompok eksperimen	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Score</i>	Peningkatan (%)
AFM	121	122	1	0,59%
APS	119	127	8	4,76%
MF	110	126	16	9,52%
NO	120	130	10	5,95%
PSA	118	124	6	3,57%
RA	119	145	26	15,47%
TFK	109	111	2	1,19%
WS	121	125	4	2,38%
<b>Rata-rata</b>			9,125	
Kelompok Kontrol	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>Gain Score</i>	Peningkatan (%)
ABP	124	128	4	2,38%
AR	126	122	-4	-2,38%
BF	118	131	13	7,73%
FBS	115	116	1	0,59%
IK	124	117	-7	-4,16%
KAN	115	117	2	1,19%
RDS	126	123	-3	-1,78%
SPY	123	117	-6	-3,57%
<b>Rata-rata</b>			0	

Hasil analisis Uji *Mann Whitney* disajikan dalam Tabel 2 berikut:

**Tabel 2. Hasil Uji *Mann Whitney***

	Peningkatan Skor
Mann-Whitney U	10.5
Wilcoxon W	46.5
Z	-2.263
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.024
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	0.021 <sup>a</sup>

## PEMBAHASAN

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang bertujuan untuk menguji keefektifan konseling behavioral dengan teknik model simbolis untuk mengembangkan konsep diri peserta didik SMP. Penelitian menggunakan rancangan penelitian eksperimental semu (*quasi experimental design*) dengan jenis rancangan *nonequivalent control group design*.

Subjek dalam penelitian ini berjumlah enam belas orang yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberikan *treatment* konseling behavioral dengan teknik model simbolis sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan brosur mengenai konsep diri. Pemberian *posttest* dilakukan setelah kelompok eksperimen mendapatkan perlakuan dan kelompok kontrol juga diberikan *posttest* dengan menggunakan angket yang sama seperti angket *pretest*.

Hasil uji hipotesis menggunakan Uji *Mann Whitney* menunjukkan nilai U pada skor 10,5, dan *exact signifikan* pada skor 0,021. Nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ( $0,021 < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor peningkatan konsep diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berdasarkan skor rata-rata/*mean* dapat diketahui rata-rata *gain score* kelompok eksperimen lebih tinggi daripada kelompok kontrol. Perolehan nilai rata-rata *gain score* kelompok eksperimen yaitu 9,125 sedangkan nilai rata-rata *gain score* kelompok kontrol yaitu 0. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan konsep diri peserta didik setelah diberikan *treatment* konseling behavioral dengan teknik model simbolis.

Berdasarkan hasil penelitian diatas, diketahui terjadi peningkatan antara sebelum dan sesudah diberikan *treatment*, yang berarti konsep diri peserta didik mengalami perkembangan dan menuju ke arah konsep diri yang lebih positif. Kondisi awal peserta didik yang menjadi subjek eksperimen, memiliki permasalahan seperti menunjukkan perilaku rendah diri, pesimis, tidak

mudah bergaul, kurang peduli, dan egois. Kondisi tersebut kemudian berubah setelah diberikan layanan konseling behavioral dengan teknik model simbolis. Konsep diri mereka berkembang menjadi lebih positif yang ditunjukkan dengan perubahan perilaku dan peningkatan dalam skor *posttest*. Mereka mulai menunjukkan sikap kepedulian terhadap orang lain, menerima kelebihan dan kekurangan dalam diri, dan membangun hubungan yang baik dengan orang lain. Pemberian layanan konseling behavioral dengan teknik model simbolis adalah agar peserta didik dapat belajar dari tingkah laku yang ditampilkan model dalam film, yaitu mengambil nilai-nilai positif yang bisa dijadikan contoh dalam bertingkah laku. Di dalam konseling kelompok juga terdapat dinamika kelompok yang dapat membuat peserta didik bersikap aktif sehingga timbul suatu komunikasi dukungan positif antar anggota kelompok.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Albert Bandura dan Frederick J. McDonald (1963) yang meneliti tentang Pengaruh Penguatan Sosial dan Perilaku Model dalam Membentuk Penilaian Moral Anak. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa *treatment* eksperimen menghasilkan perubahan substansial anak-anak dalam menanggapi penilaian moral. Pemodelan terbukti lebih efektif daripada prosedur pengkondisian operan.

Penelitian juga dilakukan oleh Ejikeh, C. dan Omede, A.A (2014) tentang bagaimana teknik pemodelan dapat digunakan untuk meningkatkan kinerja akademik siswa berbakat di kegiatan ekstrakurikuler. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa teknik pemodelan konseling sangat membantu dalam meningkatkan kinerja akademik siswa berbakat dalam kegiatan ekstrakurikuler.

Turut diperkuat pula oleh penelitian yang dilakukan oleh Ni Luh Gede Menda Marta Yani, I Ketut Dharsana, Kadek Suranata (2014) yang berjudul Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Proaktif Siswa Kelas XBB Negeri 2 Singaraja. Subjek penelitian ini sebanyak 30 orang peserta didik kelas X BB SMA Negeri 2 Singaraja. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling behavioral dengan teknik modeling dapat meningkatkan proaktif siswa kelas X BB SMA Negeri 2 Singaraja.

Dari penelitian yang dilakukan peneliti dan beberapa penelitian tersebut di atas dapat dimaknai bahwa pemberian konseling dengan teknik modeling dapat memodifikasi perilaku peserta didik sesuai model yang ditampilkan. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa konseling behavioral dengan teknik model simbolis efektif untuk mengembangkan konsep diri peserta didik.

### SIMPULAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian eksperimental semu (*quasi experimental design*) dengan jenis rancangan *nonequivalent control group design*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah enam belas orang yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. *Pretest* diberikan kepada kedua kelompok untuk mengetahui keadaan awal konsep diri. Kelompok eksperimen diberikan *treatment* konseling behavioral dengan teknik model simbolis sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan brosur mengenai konsep diri. *Posttest* diberikan untuk mengetahui konsep diri kedua kelompok, setelah kelompok eksperimen mendapatkan perlakuan.

Berdasarkan hasil analisis non parametrik (Uji *Mann Whitney*) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan skor peningkatan konsep diri antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Didukung pula dengan analisis klinis yang dilakukan peneliti sehingga terlihat perubahan perilaku peserta didik antara sebelum dan sesudah diberikan *treatment*, yang berarti konsep diri peserta didik mengalami perkembangan dan menuju ke arah konsep diri yang lebih positif.

Kondisi awal peserta didik yang menjadi subjek eksperimen, memiliki permasalahan seperti menunjukkan perilaku rendah diri, pesimis, tidak mudah bergaul, kurang peduli, dan egois. Kondisi tersebut kemudian berubah setelah diberikan layanan konseling behavioral dengan teknik model simbolis. Konsep diri mereka berkembang menjadi lebih positif yang ditunjukkan dengan perubahan perilaku dan peningkatan dalam skor *posttest*. Mereka mulai menunjukkan sikap kepedulian terhadap orang lain, menerima kelebihan dan kekurangan dalam diri, dan membangun hubungan yang baik dengan orang lain.

---

#### DAFTAR PUSTAKA

- Bandura Albert & Mcdonald, F.J (1963). Influence of Social Reinforcement and the Behaviour of Models in Shaping Children's Moral Judgments. *Journal of Abnormal and Social Psychology*. Vol. 67 No. 3, 274-281
- C,Ejikeh. & A,Omede.A (2014). Application of Modelling Technique of Counselling in Improving the Academic Performance of Students Talented in Extracurricular Activities. *African Journal of Education and Information Management*. Vol.15 No.1&2
- Corey, Gerald. (2005). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Terj. E. Koswara. Bandung: PT Refika Aditama
- Depdiknas. (2007). *Rambu-Rambu Penyelenggaraan BK dalam Jalur Pendidikan Formal*. Jakarta: Ditjen PMPTK Depdiknas
- Ghufron, M.N. & Risnawita, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar Ruzz Media
- Musbikin, I. (2013). *Mengatasi Kenakalan Siswa Remaja*. Riau: Zanafa Publishing
- Nursalim, M. (2013). *Strategi dan Intervensi Konseling*. Jakarta: Akademia
- Surna, I.M. (2014). *Psikologi Pendidikan 1*. Jakarta: Erlangga
- Thalib, S.B. (2010). *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Yani, N.L.G.M.M., Dharsana, I.K., Suranata, K. (2014). Penerapan Konseling Behavioral dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Proaktif Siswa Kelas X BB SMA Negeri 2 Singaraja. *E-journal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling*. Vol 2 No 1