

MENEMUKAN IDENTITAS DIRI SISWA MA HIDAYATUSSIBYAN NW SENGKERANG MELALUI LAYANAN KONSELING REBT

Abdul Gani¹⁾

¹⁾Dosen Pendidikan Islam Anak Usia Dini STIT Palapa Nusantara Lombok NTB
e-mail: abganaja@gmail.com; HP 081999219138

ABSTRACT

This research is aimed to discover REBT consoling service to overcome the difficulty of finding out self identity for the tenth grade students of MA Hidayatussibyan NW Sengkerang in the school year 2018/2019. The type of this research is experimental research methodology which designs one-group pretest-posttest design. The population of this research is all tenth grade students of MA Hidayatussibyan NW Sengkerang, central Lombok, in the school year 2018/2019. The sample of this research is decided with proportional sample technique. The frame of the research used is one group pretest-posttest design. The data collecting technique used self identity scale. The data is analyzed by using T-test. The result of hypothesis testing indicates that $T\text{-calculation} > T\text{-table}$ is $(1.927 > 1,860)$ meant accepted. Therefore, it can be concluded that there is the effect of REBT consoling to overcome the difficulty of finding out self identity for the tenth grade students of MA Hidayatussibyan NW Sengkerang in the school year 2018/2019.

Keywords: REBT consoling, self identity

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling REBT untuk mengatasi kesulitan mencari identitas diri pada siswa MA Hidayatussibyan NW Sengkerang Tahun Pelajaran 2018/2019. Jenis penelitian yang dilakukan ini adalah eksperimen dengan desain one-group pretest-posttest design. Populasi penelitian ini adalah: semua siswa MA Hidayatussibyan NW Sengkerang, Kabupaten Lombok Tengah Tahun Pelajaran 2018/2019. Sampel penelitian ini ditentukan dengan teknik sampel proporsional. Rancangan penelitian yang digunakan adalah one group pretest-postes design. Teknik pengumpulan data menggunakan tes skala identitas diri. Data dianalisis menggunakan uji-t. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$ yaitu $(1,927 > 1,860)$ yang berarti hipotesis diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh konseling REBT untuk mengatasi kesulitan mencari identitas diri pada siswa MA Hidayatussibyan NW Sengkerang Tahun Pelajaran 2018/2019.

Kata-kata kunci: Konseling REBT, Identitas Diri

I. PENDAHULUAN

Siswa SMA/MA menurut teoritik termasuk usia remaja. Penggolongan remaja menurut Thornburg “terbagi menjadi tiga tahap, yaitu (a) remaja awal (usia 13-14 tahun), (b) remaja tengah (usia 15-17 tahun), (c) remaja akhir (usia 18-21 tahun)”. Masa remaja awal umumnya individu telah memasuki pendidikan dibangku sekolah menengah tingkat pertama (SLTP/MTs), sedangkan masa remaja tengah individu sudah duduk di sekolah menengah atas (SMA/MA)¹.

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak ke dewasa yang ditandai dengan perkembangan biologis, psikologis, moral, dan agama². Remaja merupakan suatu taraf perkembangan dalam kehidupan manusia, dimana seseorang sudah tidak dapat disebut anak kecil lagi dan juga belum dapat disebut orang dewasa yang pada usia tersebut merupakan fase mencari identitas diri. Pada masa ini remaja tumbuh untuk mencapai suatu kematangan yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik³. “Tugas terpenting bagi remaja adalah mencapai identitas diri yang lebih mantap melalui pencarian dan eksplorasi terhadap diri dan lingkungan sosial”⁴.

Remaja mengalami krisis identitas diri karena merasa sudah terlalu besar untuk dikategorikan anak-anak, namun belum bisa dikategorikan dalam kelompok dewasa. Krisis identitas diri pada remaja menyebabkan banyak terjadi demoralisasi seperti kekerasan di kalangan remaja, bahasa dan kata-kata yang memburuk, meningkatnya perilaku merusak diri, menurunnya rasa hormat pada orang tua dan guru.

Pentingnya pencapaian identitas diri pada remaja adalah untuk menetapkan langkah atau sebagai pijakan kuat bagi remaja dalam menjalani periode masanya untuk menjadi individu yang bertanggung jawab dan

¹ Thornburg. (1982). *Perkembangan Anak*. Edisi VI (Terjemahan Oleh Weitasari Tjandrasa) (Jakarta: Erlangga).

² Sarwono, & Sarlito W. (2012). *Psikologi Remaja* (Jakarta: Rajawali Pres).

³ Ali, M. & Asrori, M. (2008). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta didik* (Jakarta: PT. Bumi Aksara)

⁴ Hurlock, Elisabeth, B. (1993). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. (Alih Bahasa: Istiwidayani dan Soedjarwo) (Jakarta : Erlangga)

berkarakter sesuai dengan apa yang diyakininya benar⁵. Pemikiran-pemikiran jangka panjang yang menyangkut perannya di masyarakat dan di kemudian hari, masa depan dan pekerjaannya serta dirinya sendiri ini juga menjadi salah satu hal yang membawa remaja untuk mencapai identitas diri. Pada dasarnya identitas diri pada remaja merupakan penjelasan tentang diri remaja itu sendiri yang menyangkut konsep diri, pekerjaan, dan perannya di masyarakat yang menjadikan keunikan seseorang, keinginan untuk menjadi orang yang berarti dan mendapatkan pengakuan dari lingkungan masyarakat.

Identitas diri diperlukan individu karena identitas diartikan sebagai cara hidup tertentu yang sudah dibentuk pada masa-masa sebelumnya dan menentukan peran sosial yang harus dijalankan. Seseorang akan mengevaluasi kembali pemahaman tentang sifat seseorang dengan melihat apa yang sebenarnya penting untuk seseorang berkaitan dengan identitas diri⁶. Adanya anak-anak remaja usia sekolah yang terjerumus pada pergaulan bebas atau bahkan seks bebas, pemakai dan pengedar narkoba, terlibat dalam kasus-kasus kriminal, seperti pencurian, perampokan dan pemerkosaan. Hal ini menurut Arkan (2006) menyatakan bahwa betapa kondisi anak-anak remaja usia sekolah pada saat ini berada dalam masalah besar.

Hasil observasi yang dilakukan di MA Hidayatussibyan NW Sengkerang ditemukan bahwa sebanyak 20 siswa mempunyai identitas diri yang tergolong rendah yaitu 6 (30%) siswa laki-laki, 14 (70%) siswa perempuan kemudian sebanyak 10 siswa yang mempunyai identitas diri tergolong tinggi, terdiri dari 7 (70%) siswa laki-laki, 3 (30%) siswa perempuan, hal tersebut menunjukkan bahwa identitas diri siswa MA Hidayatussibyan NW Sengkerang masih tergolong rendah. Selain itu, perilaku siswa yang menunjukkan identitas dirinya buruk, diantaranya perilaku konsumtif yang sering dilakukan oleh siswa putri, siswa membolos sekolah yang berupa tidak masuk sekolah atau meninggalkan sekolah sebelum jam sekolah berakhir, merokok di sekolah,

⁵ Rumini, Sri. dan Sundari, Siti. (2004). *Perkembangan Anak dan Remaja* (Jakarta: PT. Rineka Cipta)

⁶ Lizza, John P. (1993). Multiple Personality and Personal Identity Revisited. *The British Journal for the Philosophy of Science*, Volume 44, halaman 263- 174

minum minuman keras, dan menggoda lawan jenis yang dianggap tidak menjaga norma kesopanan. Ditemukan pula remaja lebih banyak berada di luar rumah bersama dengan teman-teman sebaya sebagai kelompok, maka dapat dipahami bahwa pengaruh teman sebaya dalam bersikap, berbicara, minat, penampilan dan perilaku, lebih besar daripada pengaruh keluarga. Sebagai contoh, remaja mengetahui bahwa bila remaja memakai model pakaian yang sama dengan anggota kelompok yang populer, maka kesempatan untuk diterima oleh kelompok menjadi lebih besar. Perilaku tersebut sudah dapat dikatakan sebagai kenakalan remaja yang dapat membuat identitas diri siswa menjadi negatif.

Mengingat kondisi tersebut, perlu untuk menerapkan beberapa jenis layanan konseling guna mencari identitas diri siswa, salah satu yang dapat mengatasi permasalahan tersebut adalah dengan menggunakan layanan konsling REBT. Konseling rasional emotif behavior therapy (REBT) adalah salah satu bentuk konseling aktif-direktif yang menyerupai proses pendidikan (education) dan pengajaran (teaching) dengan mempertahankan dimensi pikiran daripada perasaan⁷. Perkembangan dan modifikasi selalu terjadi, semula ia menekankan unsur rasional-kognitif, kemudian diperluas dengan memasukkan unsur perilaku.

Selanjutnya Ellis tertarik dengan teori belajar (conditioning) dan berupaya menerapkannya agar klien secara langsung bisa mengubah perilakunya sendiri (deconditioning), yang akhirnya REBT banyak memakai teknik-teknik konseling behavioral seperti: relaksasi, didaktik, reduksi, berkhayal, konfrontasi. Ancangan ini telah mengalami evolusi sehingga menjelma menjadi ancangan yang komprehensif dan eklektif yang menekankan unsur-unsur berfikir, menilai, menimbang, menganalisis, memutuskan, dan melakukan.

Berdasarkan hal yang telah diuraikan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul pengaruh konsling REBT untuk

⁷ Corey, & Gerald. (1982). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterpi* (Bandung: PT. Eresco)

mengatasi kesulitan mencari identitas diri pada siswa MA Hidayatussibyan NW Sengkerang Tahun Pelajaran 2018/2019.

II. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dilakukan ini adalah metode eksperimen dengan desain one-group pretest-posttest design. Dalam desain ini observasi dilakukan dua kali yaitu sebelum eksperimen disebut pre-test (O1) dan sesudah eksperimen disebut post-test (O2). Desain tersebut dapat digambarkan sebagai berikut:

Desain Penelitian

Pretest	Perlakuan	Posttest
O1	X	O2

Keterangan:

X : Perlakuan dengan menggunakan layanan konseling REBT

O₁: nilai pretest identitas diri sebelum mengikuti layanan konseling REBT

O₂ : nilai posttest identitas diri setelah mengikuti layanan konseling REBT

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik validasi, dan teknik angket.

Data yang diperoleh dalam penelitian ini dianalisis dengan beberapa teknik berikut:

1. Analisis Validitas

Validitas instrumen identitas diri dalam penelitian ini akan diukur menggunakan pendekatan validitas konstruk, karena untuk mengukur sejauh mana identitas diri mengungkap konsep teoritik yang ingin diukur. Allen & Yen (dalam Riyanto, 2001) mengatakan bahwa validitas konstruk adalah tipe validitas yang menunjukkan sejauh mana tes mengungkap suatu trait atau konstruk teoritik yang hendak diukurnya.

Analisis validasi data yang meliputi validasi angket kuisioner identitas diri dilakukakn dengan merata-rata skor masing-masing komponen yang

diperoleh dari validator. Hasil skor rata-rata tersebut dideskripsikan sebagai berikut

Interval	Kategori	Keterangan
$1,0 \leq s/d \leq 1,5$	Tidak valid	Belum dapat digunakan, memerlukan konsultasi
$1,6 \leq s/d \leq 2,5$	Kurang valid	Dapat digunakan dengan banyak revisi
$2,6 \leq s/d \leq 3,5$	valid	Dapat digunakan dengan sedikit revisi
$3,6 \leq s/d \leq 4,0$	sangat valid	Dapat digunakan, tanpa revisi

8

2. Uji Reabilitas

Reabilitas bermakna keterpercayaan, keterandalan, keajegan, kestabilan, atau konsistensi, dapat diartikan sejauhmana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya dan konsisten. Reliabilitas instrumen ditentukan berdasarkan data penilaian dari validator. Tingkat reabilitas dihitung menggunakan rumus sebagai berikut:

$$R = \left(1 - \frac{A-B}{A+B}\right) \times 100\%$$

Keterangan:

R = Persentase reliabilitas instrumen

A = Rata-rata skor yang lebih tinggi dari validator

B = Rata-rata jumlah skor yang lebih rendah dari validator

Instrumen dikatakan reliabel bila memiliki nilai reliabilitas $\geq 0,75$ atau 75%⁹.

3. Uji Hipotesis Penelitian

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan uji “t” jika hasil uji normalitas normal. Tes t adalah tes yang dipergunakan untuk menguji kebenaran atau kepalsuan hipotesis nihil yang menyatakan bahwa diantara

⁹ Ratumanan, T.G. dan Laurens, T. (2011). *Penilaian hasil belajar pada tingkat satuan pendidikan edisi 2* (Surabaya: UNESA University Press)

dua buah *mean sampel* yang diambil secara random dari populasi yang sama tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Untuk mencari perbedaan hasil belajar antara *pretest* dengan *posttest* digunakan rumus sebagai berikut:

$$t_o = \frac{MD}{SE MD}$$

dengan

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

$$SE MD = \frac{SDD}{\sqrt{N-1}}$$

$$SDD = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \frac{(\sum D)^2}{N}}$$

Keterangan:

To : Nilai t hitung

MD : Nilai rerata gain

N : jumlah subjek yang diteliti

SEMD : standar kesalahan

SDD : Standar deviasi

$\sum D$: selisih nilai posttest dengan pretest

Kriteria pengujian

- Jika $t_{hit} \geq t_{tab}$ maka hipotesis diterima, yang berarti ada pengaruh konseling REBT untuk mengatasi kesulitan mencari identitas diri siswa.
- Jika $t_{hit} \leq t_{tab}$ maka hipotesis ditolak, yang berarti tidak ada pengaruh konseling REBT untuk mengatasi kesulitan mencari identitas diri siswa.

III. HASIL DAN DISKUSI

A. Hasil Validasi Angket Kuisisioner Identitas Diri Siswa

Angket kuisisioner identitas diri siswa merupakan instrumen penelitian yang digunakan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling REBT terhadap kesulitan mencari identitas diri siswa. Angket kuisisioner ini terdiri dari 55 pernyataan. Selanjutnya, angket kuisisioner identitas diri siswa divalidasi oleh pakar yang hasilnya pada tabel 1. berikut.

Tabel 1

Data Hasil Validasi Kuisisioner Identitas Diri Siswa

No. Butir Pertanyaan	Nilai		Rata-rata	Keterangan
	V ₁	V ₂		
1	4	3	3,5	Valid
2	4	3	3,5	Valid
3	4	3	3,5	Valid
4	4	3	3,5	Valid
5	4	3	3,5	Valid
6	4	3	3,5	Valid
7	3	4	3,5	Valid
8	4	4	4	Valid
9	3	4	3,5	Valid
10	4	4	4	Valid
11	3	4	3,5	Valid
12	4	3	3,5	Valid
13	4	4	4	Valid
14	4	3	3,5	Valid
15	4	3	3,5	Valid
16	4	3	3,5	Valid
17	4	4	4	Valid
18	4	4	4	Valid
19	3	4	3,5	Valid

No. Butir Pertanyaan	Nilai		Rata-rata	Keterangan
	V ₁	V ₂		
20	3	4	3,5	Valid
21	4	4	4	Valid
22	3	4	3,5	Valid
23	4	4	4	Valid
24	3	4	3,5	Valid
26	3	4	3,5	Valid
27	3	4	3,5	Valid
28	4	4	4	Valid
29	4	3	3,5	Valid
30	4	4	4	Valid
31	4	3	3,5	Valid
32	3	4	3,5	Valid
33	3	4	3,5	Valid
34	4	4	4	Valid
35	4	4	4	Valid
Jumlah	125	124	124,5	
Rata-rata	3,6	3,5	3,6	
Reabilitas	0,99 atau 99%			Reliabel

Keterangan:V₁ : Validator 1V₂ = Validator 2

4 = valid

3 = valid dengan revisi

2 = tidak valid

Saran : A = Perbaiki pada rumusan pernyataan

Tabel 1 menunjukkan bahwa validator memberikan penilaian terhadap angket kuisioner identitas diri siswa yang berkategori valid (3,7) dan reliabel (0,99 atau 99%) dengan sedikit revisi. Setelah dilakukan revisi sesuai dengan saran yang diberikan oleh validator, maka dapat disimpulkan bahwa angket

kuisisioner identitas diri siswa layak digunakan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling REBT untuk mengatasi kesulitan mencari identitas diri siswa.

B. Analisis Hasil Identitas diri Siswa

Tabel 2.

Hasil Analisis Data Identitas Diri Siswa

No	Nama Siswa	<i>Pre Test</i>	Kategori	<i>Post Test</i>	Kategori
		Skor		Skor	
1	M. Feri Andriawan	77	Rendah	133	Sedang
2	Muh. Hariadi	103	Rendah	145	Sedang
3	Anjas Kurniawan	93	Rendah	137	Sedang
4	Basriadi	87	Rendah	142	Sedang
5	Baiq Rahayu	90	Rendah	133	Sedang
6	Resti Paice	115	Rendah	134	Sedang
7	Sonia Maelani	100	Rendah	134	Sedang
8	Wan Azizah	107	Rendah	137	Sedang
Jumlah		772		1095	

Pada tabel 2 diatas terlihat bahwa terjadi peningkatan skor identitas diri siswa yaitu jumlah skor *post test* lebih tinggi dibandingkan dengan jumlah skor *Pre test*. Sehingga dapat dikatakan bahwa konseling REBT memiliki pengaruh dalam mengatasi kesulitan siswa MA Hidayatussibyan NW Sengkerang dalam mencari identitas dirinya.

C. Uji Hipotesis

1. Uji persyaratan analisis

a. Uji Normalitas

Uji normalitas data dimaksudkan untuk memperlihatkan bahwa data sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Ada beberapa teknik yang dapat digunakan untuk menguji normalitas data, antara lain uji Chi-Kuadrat, uji Lilliefors, dan uji Kolmogorov-Smirnov. Untuk menguji normalitas peneliti menggunakan program komputer yaitu SPSS versi 24 tahun 2017 yang perdasarkan pengujiann uji Kolmogorov-Smirnov. Adapun data yang diperoleh sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a		
	Statistic	Df	Sig.
Pre-test	0,150	26	0,136
Post-test	0,163	26	0,075

Normalitas suatu data terpenuhi jika hasil uji signifikan untuk suatu taraf signifikasi. Sebaliknya, jika hasil uji tidak signifikan maka normalitas tidak terpenuhi. Cara mengetahui signifikan atau tidak signifikan hasil uji normalitas adalah dengan memperhatikan bilangan pada kolom signifikansi (Sig.). Untuk menetapkan kenormalan, kriteria yang berlaku adalah sebagai berikut:

- Jika signifikansi yang diperoleh $>$ taraf signifikan, maka sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal
- Jika signifikansi yang diperoleh $<$ taraf signifikan, maka sampel bukan berasal dari populasi yang berdistribusi normal

- Dengan menggunakan taraf signifikansi 0,01, perolehan taraf signifikansi pada tabel diperoleh 0,136, maka pre-test dan post-test data berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dimaksudkan untuk memperlihatkan bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki variansi yang sama. Pada analisis regresi, persyaratan analisis yang dibutuhkan adalah bahwa alat regresi untuk setiap pengelompokan berdasarkan variabel terikatnya memiliki variansi yang sama. Untuk lebih memudahkan, peneliti menggunakan alat bantu SPSS Versi 24 tahun 2017 dan mendapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

Etika pergaulan

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
3.183	1	50	.056

Kehomogenan dipenuhi jika hasil uji tidak signifikan untuk suatu taraf signifikansi. Sebaliknya, jika hasil uji signifikan maka kenormalan tidak dipenuhi. Sama seperti untuk uji normalitas, pada kolom Sig terdapat bilangan yang menunjukkan taraf signifikansi yang diperoleh. Untuk menetapkan homogenitas digunakan pedoman sebagai berikut:

- Jika signifikansi yang diperoleh $> \alpha$, maka variansi setiap sampel sama (homogen)
- Jika signifikansi yang diperoleh $< \alpha$, maka variansi setiap sampel tidak sama (tidak homogen)

Dengan menggunakan taraf signifikansi (α) 0,05. Berdasarkan statistik diperoleh signifikansi 0.056, melebihi 0,05. Dengan demikian data penelitian di atas homogen.

2. Uji Hipotesis

Setelah dipenuhi uji persyaratan uji analisis maka dapat dilakukan untuk uji hipotesis. Uji Hipotesis dilakukan dengan uji-t. Uji-t bertujuan untuk menganalisis hasil tes penentuan prestasi siswa, serta untuk membuktikan hipotesis yang telah diajukan. Berdasarkan hasil perhitungan uji-t diperoleh t_{hitung} sebesar 1,927, sedangkan t_{tabel} pada taraf signifikan 5% untuk $n = 8$ sebesar 1,860. Sehingga t_{hitung} lebih besar dibandingkan dengan t_{tabel} ($1,927 > 1,860$), maka dapat dikatakan bahwa ada pengaruh konseling REBT untuk mengatasi kesulitan mencari identitas diri siswa.

Jadi, berdasarkan hal tersebut, diperoleh kesimpulan bahwa hipotesis diterima yang berarti ada pengaruh konseling REBT untuk mengatasi kesulitan mencari identitas diri siswa MA Hidayatussibyan NW Sengkerang Tahun Pelajaran 2018/2019.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. & Asrori, M. (2008). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta didik*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Corey, & Gerald. (1982). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterpi*. Bandung: PT. Eresco.
- Hurlock, Elisabeth, B. (1993). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. (Alih Bahasa: Istiwidayani dan Soedjarwo). Jakarta : Erlangga
- Lizza, John P. (1993). Multiple Personality and Personal Identity Revisited. *The British Journal for the Philosophy of Science*, Volume 44, halaman 263-174.
- Ratumanan, T.G. dan Laurens, T. (2011). *Penilaian hasil belajar pada tingkat satuan pendidikan edisi 2*. Surabaya: UNESA University Press.
- Rumini, Sri. dan Sundari, Siti. (2004). *Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Thornburg. (1982). *Perkembangan Anak*. Edisi VI (Terjemahan Oleh Weitasari Tjandrasa). Jakarta: Erlangga.