

**PENGEMBANGAN KONSELING KELOMPOK DENGAN  
 TEKNIK BEHAVIOR UNTUK MENINGKATKAN  
 KONSEP DIRI SISWA ETNIS DAYAK SMU  
 PONTIANAK KALIMANTAN BARAT**

**Yenni Rizal<sup>1</sup>, Uray Herlina<sup>2</sup>**

Program Studi Bimbingan dan Konseling IKIP-PGRI Pontianak  
 Jalan Ampera No. 88 Pontianak 78116  
 e-mail:rizalyenni@yahoo.co.id

**Abstrak**

Secara umum tujuan penelitian ini adalah Pengembangan konseling kelompok dengan teknik behavior untuk meningkatkan konsep diri siswa etnis Dayak, dan pengembangan perangkat pendukung layanan bimbingan dan konseling meliputi: program, silabus, satuan layanan (satlan), lembar observasi, dan tes kemampuan konsep diri siswa. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian dan pengembangan (*research and development/R&D*). Jenis penelitian *R&D* adalah jenis penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifan produk tersebut. Berdasarkan temuan hasil penelitian dan pembahasan mengenai konsep diri siswa SMU Negeri 5 Pontianak. Maka dibuatlah kesimpulannya secara umum konsep diri siswa SMU Negeri 5 Pontianak sudah cukup baik namun masih perlu di tingkatkan melalui rancangan desain pengembangan teknik behavioral dalam konseling kelompok dalam meningkatkan konsep diri siswa pada SMU negri 5 Pontianak beserta prototype yang telah di susun dan terkonsep secara baik yang sarannya meliputi aspek perceptual (*physical self-concept*), aspek konseptual (*psychological self-concept*), aspek attitudinal.

**Kata Kunci:** Konseling kelompok, Teknik Behavior, konsep diri.

**Abstract**

*The general objective of this research is the development of group counseling with behavioral techniques to improve students 'self-concept ethnic Dayak, and supporting software development guidance and counseling services include: program, syllabus, service unit (satlan), observation sheets, and test students' ability to self-concept. This type of research used in this study is the kind of research and development (research and development / R & D). This type of research R & D is the type of research that is used to produce a particular product and test the effectiveness of these products. Based on the findings of the research and discussion about the concept of self-siawa SMU 5 Pontianak. So they make a general conclusion self-concept of students SMU 5 Pontianak is quite good but still needs to be improved through the design of the design development of behavioral techniques in the group counseling boost the self-concept of students in high school and their country Pontianak 5 prototype has been collated and are drafted in both the targets include perceptual aspects (physical self-concept), conceptual aspects (psychological self-concept), attitudinal aspects.*

**Keyword:** Group Counseling, Mechanical Behavior, Sself-concept.

**PENDAHULUAN**

Remaja merupakan bagian dari kelompok masyarakat dan merupakan kelompok manusia yang penuh potensi, Persepsi tentang diri yang ada pada remaja

akan berkembang sesuai dengan tahapan, sejalan dengan pendapat Symonds (Hendriati Agustiani, 2006:143) mengatakan bahwa persepsi tentang diri tidak langsung muncul pada saat kelahiran, tetapi mulai berkembang secara bertahap dengan munculnya kemampuan perseptif, namun fenomena-fenomena yang terjadi dilapangan berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa masih banyak remaja yang menampakkan konsep diri negatif data yang di peroleh (Yenni Rizal:2009) menunjukkan konsep diri remaja di salah satu sekolah di Kalimantan Barat masih menunjukkan kelemahan di dukung dengan penelitian lanjutan (Yenni Rizal:2012) di Sekolah Menengah Umum sekota Pontianak Kalimantan Barat juga masih menunjukkan tingkat konsep diri remaja yang masih belum optimal. Amaryllia Puspasari (2007:6) menyatakan “seseorang yang memiliki tingkat percaya diri yang tinggi adalah orang yang dapat menerima dirinya dan akan sanggup mengevaluasi dirinya secara positif”. Penilaian diri merupakan bagian dari konsep diri. Konsep diri negatif yang ditampakkan remaja secara global adalah semakin meningkatnya kenakalan remaja dari tahun ke tahun. Berdasarkan data yang di peroleh dari Departemen Sosial Kalimantan Barat bagian Rehabiliatasi Sosial.

Adanya kenakalan remaja yang terjadi secara global, permasalahan pribadi pada remaja yang terjadi antara lain dalam menghadapi konflik remaja sulit mengakui bahwa ia salah, sulit menerima kritikan orang lain seperti kritikan dalam bersikap dan bertingkah laku tidak sesuai dengan norma budaya daerah yang ada di masyarakat, cenderung merasa tidak diperhatikan dan tidak disenangi oleh orang lain yang berbeda budaya karena itulah ia bereaksi pada orang lain yang berbeda budaya sebagai musuh, sehingga tidak dapat melahirkan kehangatan dan keakraban persahabatan antar budaya, bersikap pesimis terhadap bentuk persaingan dalam membuat prestasi, cenderung membuat kelompok sendiri atau berteman dengan satu etnis atau kelompok yang sama, dan merasa kurang percaya diri karena berasal dari etnis tertentu. Konsep diri berbeda dalam setiap budaya, Sejalan dengan pendapat Matsumoto (Tri Dayakisni, 2003:118) menyatakan “.. apa yang dimaksud dan dipahami sebagai diri dan konsep diri adalah berbeda dalam setiap budaya”.

Guna mewujudkan optimalisasi konsep diri positif pada diri remaja, diperlukan suatu upaya peningkatan dalam bentuk kegiatan layanan dalam bimbingan dan

konseling yaitu dalam bentuk konseling kelompok yang pada hakekatnya adalah proses membantu individu melalui adegan kelompok, untuk menangani permasalahan yang ada pada remaja bantuan penanganannya tidak cukup hanya secara individual, melainkan diperlukan keterlibatan kelompok secara kondusif, sedangkan pengembangan konseling kelompok dengan teknik behavior ini adalah lebih menekankan pada proses, pengalaman dan perubahan tindakan-tindakan yang menyimpang berkenaan dengan konsep diri remaja. Pada pelaksanaan tindakan ini teknik-teknik yang akan di terapkan akan sesuai dengan prosedur, konkret, pragmatis dan sistimatis disesuaikan dengan kebutuhan dan fakta yang ada pada diri individu.

Masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimanakah pengembangan konseling kelompok dengan teknik behavior untuk meningkatkan konsep diri siswa etnis dayak di Kalimantan Barat?”. Melalui penelitian ini diharapkan konsep diri positif remaja dapat lebih optimal, sehingga remaja memiliki rasa percaya diri, dapat menerima dirinya dan tentu akan mengevaluasi dirinya secara positif. Dengan demikian remaja mampu membangun persepsi diri, mengenal dan memahami diri sendiri maupun orang serta mampu menghargai orang lain, dan mempunyai sikap optimis terhadap kehidupan dengan lingkungan.

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian dan pengembangan (*research and development/R&D*). Sejalan dengan pendapat Sugiyono (2007:207 jenis penelitian dan pengembangan (*research and development/R&D*) adalah jenis penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifan produk tersebut. Produk dalam penelitian ini adalah pengembangan kondeling kelompok dengan teknik behavior untuk meningkatkan konsep diri siswa.

Teknik analisis data dalam penelitian ini untuk mengidentifikasi subyek kasus menggunakan statistik deskriptif. Statistik deskriptif yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya dengan membuat kesimpulan yang berlaku

untuk umum atau generalisasi. Statistik deskriptif dalam penelitian ini menyajikan data melalui perhitungan persentase, yaitu:

$$X\% = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Ket: X% = Hasil Porsentase

$n$  = Jumlah Skor Aktual

$N$  = Jumlah Skor Maksimal Ideal (*M. Ali, 2011*)

Untuk menentukan kategori hasil penelitian baik keseluruhan atau setiap aspek maka dibuatlah rentangan skor untuk menentukan kategori “tinggi”, “sedang”, dan “rendah”. Adapun cara menentukan kategorinya dengan menggunakan perhitungan dari Popham J.W dan Sirotnik K.A, yaitu:

- a. Mencari skor maksimal ideal dengan jumlah siswa (responden) x skor tertinggi item, yaitu:  
 $33 \text{ siswa} \times 3 = 99$
- b. Mencari rata-rata ideal dengan cara skor ideal : 2  
 $99 : 2 = 49,5$  (skor ideal)
- c. Mencari standar deviasi ideal dengan cara di bagi 3  
 $49,5 : 3 = 16,5$  (standar deviasi)
- d. Mencari Z untuk daerah  $34,13\% = 1,00$
- e. Mencari X ideal – (Z ideal x S ideal) sampai dengan X ideal + (Z ideal x S ideal) adalah:  
 $49,5 - (1,00 \times 16,5)$  sampai dengan  $49,5 + (1,00 \times 16,5)$   
 $49,5 - 16,5$  sampai  $49,5 + 16,5$   
33 sampai dengan 66 adalah rentangan katagori “sedang”
- f. Mencari rentangan skor untuk kategori “tinggi” adalah di atas rentangan kategori “sedang” yaitu 67 – 99
- g. Mencari rentangan skor untuk kategori “rendah” adalah di bawah rentangan kategori “sedang” yaitu 0 – 33

**Tabel 1. Tolok Ukur Konsep Diri Siswa**

Rentangan Skor	Kategori
0 – 33	Rendah
34 – 66	Sedang
67 – 99	Tinggi

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Gambaran Umum Tingkat Konsep Diri Siswa

Hasil perhitungan menunjukkan bahwa secara umum konsep diri siswa multietnis baik aspek perceptual (*physical self-concept*), aspek konseptual (*psychological self-concept*), dan aspek attitudinal di SMA Negeri Pontianak, adalah sebagai berikut:

**Tabel 2. Gambaran Umum Konsep Diri Siswa**

NO	Aspek	Presentase %	Kategori
1	<i>Perceptual (physical self-concept)</i>	70,22%	Tinggi
2	<i>Konseptual (Psychological self-concept)</i>	65,24%	Sedang
3	<i>Attitudinal</i>	58,40%	Sedang
<b>Konsep Diri</b>		<b>64,9%</b>	<b>Sedang</b>

Berdasarkan hasil perhitungan dari penelitian yang telah di lakukan maka diperoleh hasil keseluruhan konsep diri siswa SMA Negeri 5 Pontianak dengan jumlah skor aktual 574 dan skor maksimal ideal 884 dengan prosentase sebesar 64,9% tergolong “sedang”. Untuk interpretasi secara khusus dari aspek konsep diri siswa berdasarkan tabel di atas menunjukkan, 1) aspek Perceptual (*physical self-concept*) dari 70,22% 2) aspek Konseptual (*psychological self-concept*) 65,24%, 3) aspek Attitudinal dari 58,40%.

Aspek konsep diri siswa multietnis yang pertama adalah perceptual (*physical self-concept*). Pada aspek ini, siswa menunjukkan konsep diri 70,22% tergolong “tinggi” artinya, siswa telah mempunyai deskripsi diri yang sudah baik terhadap kesehatan, memiliki rasa puas terhadap bagian-bagian tubuh seperti postur tubuh, mampu menilai kemampuan fisik yang dimiliki, serta mempunyai kepercayaan diri yang baik terhadap penampilan.

Konsep diri siswa multietnis dalam aspek yang ke dua yaitu Konseptual (*psychological self-concept*) 65,24% tergolong “sedang” dengan indikator kebebasan, kehangatan, kepercayaan diri dan keberanian yang cukup baik namun belum maksimal.

Konsep diri siswa multietnis dalam aspek yang ketiga yaitu attitudinal dengan 58,40% kategori “sedang”, dengan indikator kemampuan dalam menghargai diri sendiri, kemampuan dalam mengolah perasaan, keyakinan dan tindakan atau perilaku yang masih perlu di tingkatkan.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan temuan hasil penelitian dan pembahasan mengenai konsep diri siswa SMU Negeri 5 Pontianak. Maka disimpulkan bahwa secara umum konsep diri siswa SMU Negeri 5 Pontianak sudah cukup baik, namun masih perlu di tingkatkan yaitu melalui rancangan desain pengembangan teknik behavioral dalam konseling kelompok untuk meningkatkan konsep diri siswa pada SMU negeri 5 Pontianak beserta prototype yang telah di susun dan terkonsep secara baik dengan sasaran meliputi aspek perceptual (*physical self-concept*), aspek konseptual (*psychological self-concept*), aspek attitudinal.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Dayakisni, T. dan Salis, Y. (2003) *Psikologi Lintas Budaya*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang
- Hendriati, A. (2006) *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja*. Refika Aditama.
- Puspasari, A. (2007) *Mengukur Konsep Diri Anak*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Rizal, Yenni. (2009) *Program Bimbingan dan Konseling dalam Mengembangkan Konsep Diri Remaja Multietnis pada Siswa SMU N. 5 Pontianak*. Bandung: PPS UPI (tidak dipublikasikan).
- Sugiono (2007) *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta