

# Efektivitas Pelatihan Metode Kurt Lewin Untuk Peningkatan Konsep Diri Siswa Peserta Kesetaraan Kejar Paket C di Denpasar Bali

Brigita Pujiwati<sup>1\*</sup>, Rahma Widyana<sup>1</sup>

[1] Magister Profesi Psikologi, Universitas Mercu Buana, Yogyakarta, Indonesia.

## Abstract

This study aims to create a program as an option for people who want to equalize education. Unfortunately, the stigma in the community regarding this program has not been so good. The result also impacts students who are participants in the package pursuit program who lack self-concept. Students need to have a self-concept so that they can achieve quality education. Through a good self-concept, one can absorb optimally any given subject. Based on this urgency, this study was presented to know the effectiveness of the Kurt Lewin training method to improve the self-concept of students participating in the package C equivalency pursuit in Denpasar Bali. This research uses observation and interview methods. The research was carried out directly on all ten students pursuing package C, totaling ten students. The intervention was carried out by applying the Force-Field Theory, which Kurt Lewin initiated. The implementation of this theory consists of three stages, namely (1) the unfreezing stage, (2) moving, and (3) refreezing. The results obtained after the intervention showed that both teachers and students internally desired to change for the better. Support from outside the school environment, in this case, the family, is also good. Constraints encountered are limited time and consistency of implementation in the long-term considering that self-concept is a process that requires consistency in its implementation.

## Keywords

training, Kurt Lewin method, student self-concept

## Abstrak

Program kejar paket menjadi pilihan bagi masyarakat yang ingin melakukan penyetaraan Pendidikan. Sayangnya, stigma yang ada di masyarakat terkait program ini belum begitu baik. Akibatnya juga berdampak pada siswa yang menjadi peserta program kejar paket yang kurang memiliki konsep diri. Konsep diri penting dimiliki siswa agar Pendidikan yang berkualitas dapat tercapai. Melalui konsep diri yang baik maka apapun materi yang diberikan dapat diserap dengan optimal. Didasarkan pada urgensi tersebut maka penelitian ini hadir dengan tujuan untuk mengetahui efektivitas pelatihan metode kurt lewin dalam upaya peningkatan konsep diri siswa peserta kesetaraan kejar paket C di Denpasar Bali. Penelitian ini menggunakan metode observasi serta wawancara. Penelitian dilaksanakan secara langsung terhadap keseluruhan anak didik kejar paket C yang berjumlah 10 siswa. Intervensi yang dilakukan dengan penerapan teori Force-Field Theory yang dicetuskan Kurt Lewin. Implementasi teori ini terdiri dari tiga tahap yaitu (1) tahap unfreezing, (2)

moving, (3) refreezing. Hasil yang diperoleh setelah dilakukan intervensi menunjukkan bahwa secara internal baik guru maupun siswa juga memiliki keinginan untuk berubah ke arah yang lebih baik. Dukungan dari luar lingkungan sekolah dalam hal ini pihak keluarga juga baik. Kendala yang ditemui adalah keterbatasan waktu serta konsistensi pelaksanaan dalam jangka panjang mengingat bahwa konsep diri merupakan proses yang membutuhkan konsisten dalam pelaksanaannya.

#### **Kata kunci**

pelatihan, metode kurt lewin, konsep diri siswa

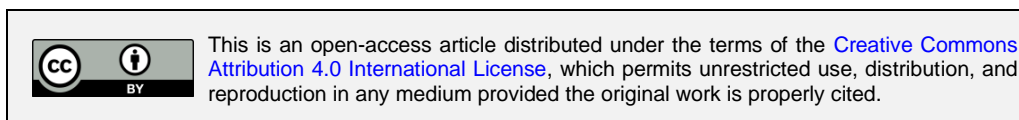
#### **Article Info**

Artikel History: Submitted: 2021-09-03 | Published: 2021-12-30

DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v11i3.4191>

Vol 11, No 3 (2021) Page: 206-221

(\* Corresponding Author: Brigita Pujiwati, Magister Profesi Psikologi, Universitas Mercu Buana, Yogyakarta, Indonesia, Email: [brigitapujiwati@gmail.com](mailto:brigitapujiwati@gmail.com)



## **PENDAHULUAN**

Pendidikan merupakan kunci pembangunan. Dengan pendidikan diharapkan dapat tercapai sumber daya manusia berkualitas, yaitu manusia yang mampu menghadapi tantangan dan perubahan pada masa sekarang dan akan datang. Pendidikan di Indonesia melalui tiga jalur yaitu, pendidikan formal, pendidikan non formal, dan pendidikan informal (Dewi & Primayana, 2019). Salah satu bentuk pelaksanaan Pendidikan non formal adalah Pendidikan kesetaraan yang meliputi program Paket A setara SD, Paket B setara SMP, dan Paket C setara SMA. Program ini ditujukan bagi peserta didik yang berasal dari masyarakat yang kurang beruntung, tidak sekolah, putus sekolah dan putus lanjut, serta usia produktif yang ingin meningkatkan pengetahuan dan kecakapan hidup (Nainggolan & Rohman, 2021).

Program Paket C setara SMA diselenggarakan sebagai pengganti pendidikan formal dalam rangka mendukung pendidikan sepanjang hayat dan pemerataan Pendidikan. Meskipun program ini termasuk fleksibel namun mutu Pendidikan yang diberikan tidak boleh disepelekan. Upaya peningkatan mutu pendidikan adalah bagian terpadu dari upaya peningkatan kualitas manusia, baik aspek kemampuan, kepribadian, maupun tanggung jawab sebagai warga negara. Agar upaya ini dapat terwujud maka penting bagi siswa untuk memiliki konsep diri (Wulandari & Sullam, 2020).

Konsep diri menjadikan seseorang bisa berkarakter dan membawa dampak pada sekitarnya. Konsep diri merupakan gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang diperoleh dari interaksi dengan lingkungan (Farah, Suharsono, & Prasetyaningrum, 2019). Konsep diri bukan merupakan faktor bawaan, melainkan berkembang dari pengalaman yang terus menerus. Konsep diri

remaja akan dapat menentukan sikap dan perilaku remaja yang diharapkan oleh lingkungan. Individu yang berperilaku negatif maka biasanya konsep diri yang dimiliki juga negatif, begitu juga sebaliknya (Sholiha & Aulia, 2020). Konsep diri terbentuk karena adanya interaksi dengan orang-orang sekitarnya. Pada lingkungan keluarga yang cenderung keras maka demikianpun pada konsep diri yang nantinya akan terbentuk.

Secara umum, alasan seseorang mengikuti pendidikan kejar paket ialah antara lain sibuk bekerja, berwirausaha, olahragawan, artis muda dan siswa yang tidak bisa berkonsentrasi di keramaian sekolah atau senang belajar mandiri, siswa yang tidak memiliki kompetensi standart pendidikan formal, serta siswa yang memiliki permasalahan dalam sistem pendidikan formal. Selain itu juga masalah biaya yang merupakan alasan yang paling banyak yang membuat seseorang harus memilih untuk mengikuti pendidikan kejar paket (Trisnantari, Mutohar, & Rindrayani, 2019)

Siswa yang merupakan peserta kejar paket umumnya masih dalam usia sekolah. Kebanyakan peserta didik mengikuti pendidikan kejar paket atau lumrah di sebut non-formal education ini karena tidak diterima untuk bersekolah di sekolah formal biasa karena keterbatasan mereka sebagai siswa penyandang cacat. Sedangkan beberapa memilih bersekolah di kejar paket C karena factor ekonomi dan kegagalan mereka di sekolah formal karena sakit (Anak et al., 2020).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan kepada pihak sekolah, ditemukan fakta di lapangan bahwa suka atau tidak suka, terdapat stigma di dalam masyarakat yang menilai bahwa murid kejar paket C merupakan anak-anak yang gagal secara akademik. Stigma ini tidak melihat secara khusus latar belakang beberapa anak yang memilih melanjutkan di paket C semata-mata bukan karena kemampuan akademik yang kurang. Para siswa kejar paket C kebanyakan merupakan usia remaja akhir dan dewasa awal, tentu stigma yang ditujukan kepada mereka sudah mereka pahami dan akhirnya mempengaruhi cara pandang mereka terhadap diri mereka dan lingkungan. Munculnya sikap diri tidak yakin pada siswa akan kemampuannya dalam menghadapi hambatan yang muncul selama proses belajar akan menular terhadap siswa lain. Menjadi sikap yang general bahwasanya mereka tidak memiliki kemampuan serta peluang akan sukses.

Para siswa mengabaikan potensi yang mereka miliki dan ketrampilan yang mereka dapatkan saat menempuh pendidikan, karena di dalam lembaga sendiri telah dibekali ketrampilan vokasional yang tepat guna sebagai bekal mereka di dalam dunia kerja. Belum lagi rendahnya keinginan mereka dalam belajar atau kegiatan berprestasi dapat menyebabkan tidak tuntasnya mereka menempuh pendidikan. Banyak dari siswa yang merasa bahwa sekolah hanya semata mendapatkan lembar ijazah. Padahal lebih dari itu potensi diri yang dimiliki dapat diasah dan memperoleh pengalaman berharga yang bisa diaplikasikan pada kehidupan nyata (Spiller & Tuten, 2019).

Sehingga diperlukan suatu intervensi psikologi terhadap kelompok siswa bagaimana menghadapi serta mengelola tekanan yang mereka alami baik berupa stigma negatif, pengalaman hidup yang buruk yang pernah dialami, keterbatasan yang mereka punya dan memunculkan potensi yang dimiliki, cara pandang yang lebih positif (Hasanah, Mulyati, & Tarma, 2019) serta kapasitas pikiran yang memungkinkan mencari pengalaman baru dan memandang potensi yang mereka miliki sebagai value untuk maju dalam kehidupan. Guna meningkatkan konsep diri pada siswa, perlu diberikan stimulus. Salah satu stimulus tersebut berupa pelatihan metode Kurt Lewin.

Penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan oleh Syed et al., (2019) menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan perilaku sosial. Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan dan adanya bukti empiris penelitian terdahulu maka penelitian ini hadir dengan judul “Efektivitas Pelatihan Metode Kurt Lewin Untuk Peningkatan Konsep Diri Siswa Peserta Kesetaraan Kejar Paket C Di Denpasar Bali”. Tujuan kerja praktek psikologi untuk kasus kelompok ini ialah mengembangkan cara pandang terhadap diri sendiri yang awalnya fokus pada keterpurukan, stigma negatif, keterbatasan fisik, kegagalan yang pernah dialami maupun kondisi yang dianggap kurang menguntungkan menjadi hal yang lebih positif bagi diri mereka sendiri sehingga para siswa kejar paket C dapat melihat potensi yang mereka miliki, aspirasi diri dan akademis, minat dan hobi untuk pengembangan diri mereka yang lebih baik.

## **Literature Review**

### **Siswa kesetaraan kejar paket C**

Menurut Shidiq and Imsiyah, (2018) pengertian untuk pendidikan kesetaraan adalah jalur pendidikan nonformal dengan standar kompetensi lulusan yang sama dengan sekolah formal. Namun konteks, konteks, metodologi, dan pendekatan untuk mencapai standar kompetensi lulusan tersebut lebih memberikan konsep terapan, tematik, induktif, yang terkait dengan permasalahan lingkungan dan melatih kecakapan hidup berorientasi kerja atau berusaha sendiri.

Salah satu program pendidikan kesetaraan adalah Kejar Program Paket C yang setara dengan Sekolah Menengah Atas dalam pendidikan formal dan bertujuan untuk memperluas akses pendidikan tinggi (Anggraini, 2018). Kriteria Kejar Paket C peserta didik adalah mereka yang : (1) Telah lulus dari Kejar Paket B Program atau SMP / MTs, (2) Tidak dapat melanjutkan atau menyelesaikan studinya di SMA / MA / SMK / MAK, (3) Tidak ingin belajar di pendidikan formal karena pilihan mereka sendiri, dan (4) Tidak bisa mendapatkan pendidikan di sekolah karena beberapa faktor (potensi, keterbatasan waktu, ekonomi, sosial dan hukum, dan keyakinan) (“PENGARUH MOTIVASI BELAJAR TERHADAP PRESTASI BELAJAR WARGA BELAJAR KEJAR PAKET C PADA KELAS XI (Studi Pada Sanggar Kegiatan Belajar (SKB) Comal Kabupaten Pematang),” 2016).

Dasar kebijakan adanya program kesetaraan kejar paket adalah Undang– Undang Dasar 1945 Pasal 28B Ayat 1 “Setiap orang berhak mengembangkan diri melalui pemenuhan kebutuhan dasarnya, berhak mendapatkan pendidikan dan mendapatkan manfaat dari ilmu pengetahuan dan teknologi, seni dan budaya demi meningkatkan kualitas hidupnya demi kesejahteraan umat manusia” (Ariyani, 2018). Dalam implementasinya diperkuat dengan Undang–Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 5; ayat (1 dan 5). 1) Setiap Warga Negara mempunyai hak yang sama untuk memperoleh pendidikan yang bermutu. 5) Setiap Warga Negara berhak mendapatkan kesempatan meningkatkan pendidikan sepanjang hayat.

### **Konsep diri**

Konsep diri telah ditemukan dan didefinisikan oleh beberapa tokoh, antara lain Kristiyani, (2016) yang mendefinisikan konsep diri yaitu persepsi diri seseorang yang dibentuk melalui pengalaman dan interpretasi dari lingkungannya. Konsep diri dipengaruhi khususnya oleh evaluasi atau penilaian dari orang-orang terdekat, penguatan dan atribusi terhadap tingkah laku seseorang.

Definisi lain diungkapkan pula oleh Reski et al., (2017) yang mengatakan bahwa konsep diri adalah gambaran seseorang mengenai dirinya, gambaran ini merupakan gabungan kepercayaan orang tersebut mengenai diri sendiri yang meliputi karakteristik fisik, psikologi, sosial emosi, aspirasi dan prestasi-prestasinya. Konsep diri sebenarnya adalah konsep seseorang tentang siapa dan apa dia itu. Konsep diri merupakan sesuatu yang bersifat unik dan subyektif. Konsep diri sangat dipengaruhi oleh pandangan, sikap, dan ide dari individu yang bersangkutan mengenai dirinya sendiri Cahyono, (2016)

### Karakteristik Konsep Diri

Berdasarkan Sirvant (dalam Sivernail, 1985), dapat disimpulkan beberapa karakteristik konsep diri yang positif dan negatif yaitu:

Tabel 1. Karakteristik konsep diri

No.	Konsep Diri Positif	Konsep Diri Negatif
1.	Tidak takut menghadapi situasi baru	1. Menunggu keputusan dari orang lain.
2.	Mampu mempunyai teman-teman baru	2. Jarang mengikuti aktivitas baru
3.	Mudah mengenal tugas-tugas baru	3. Selalu bertanya dalam menilaisesuatu
4.	Mudah menyesuaikan diri pada orang-orang asing.	4 Tidak spontan dan tidak percaya diri
5.	Dapat dan mudah bekerja sama	5. Kaku terhadap barang-barang miliknya.
6.	Dapat bertanggung jawab	6. Cenderung pendiam
7.	Kreatif	7. Menghindar dan nampak frustrasi dalam tugas.
8.	Berani mengemukakan pengalamannya.	8. Tidak mudah menemukan kelebihan dirinya.
9.	Mandiri	9. Sangat tergantung akan tindakan maupun pendapat orang lain.
10.	Penggembira	10. Cenderung tidak bersemangat terhadap suatu hal.

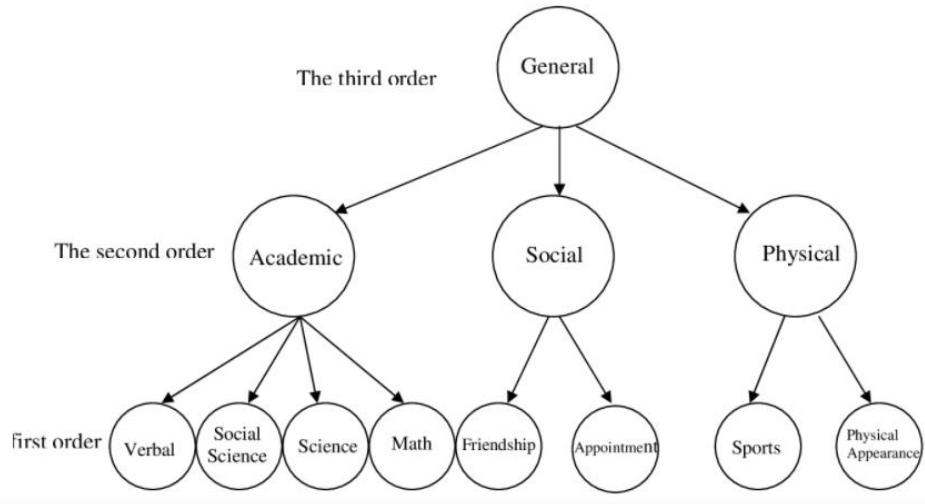
Bariyyah Hidayati, K., & . M. F. (2016) menyatakan bahwa penggunaan istilah ini dapat ditandai dengan dua elemen yang umum dari penelitian, keduanya sejalan dengan model yang diajukan oleh Shalveson. Pertama, konsep diri akademis merefleksikan aspek prestasi dan aspek aspirasi. Kedua, aspek konsep diri tersebut cenderung menekankan pada kompetensi skolastik daripada sikap seseorang.

Susanto, (2018) berpendapat bahwa konstruk konsep diri akademis dapat meningkat seiring usia. Konsep diri akademis ini juga bersifat multidimensional dimana terdapat beberapa dimensi yang menyusunnya, yaitu hal-hal yang dipelajari siswa di sekolah. Peneliti telah menemukan beragam dimensi dari konsep diri fisik, yang ditemukan meliputi penampilan fisik, performa fisik, dan tingkah laku mengontrol berat tubuh (Ranny et al., 2017). Ditambahkan pula bahwa anak dengan ketunaan sering memiliki konsep diri yang lebih rendah ("HUBUNGAN ANTARA KEHARMONISAN KELUARGA DENGAN KONSEP DIRI PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 DEMAK," 2019) mengemukakan bahwa konsep diri secara umum paling kuat berkaitan dengan persepsi diri terhadap

penampilan fisik. Seorang anak atau remaja yang merasa dirinya menarik atau sangat senang dengan penampilan fisiknya, juga memiliki konsep diri yang baik.

### Komponen Konsep Diri

Berikut penjelasan dari setiap komponen konsep diri menurut Shalveson, dkk (1976)



Bagan 1. Rangkuman komponen konsep diri menurut shalveson dalam Sari et al., (2020)

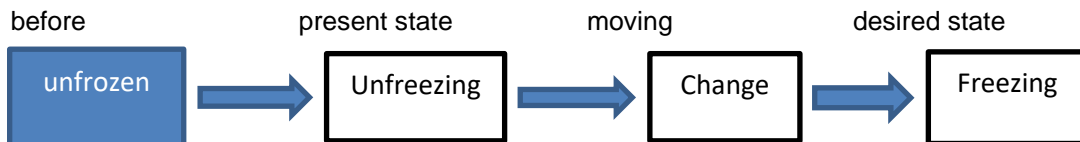
Hasil penelitian ("KONSEP DIRI, HARGA DIRI, DAN KEPERCAYAAN DIRI REMAJA," 2016) menyatakan bahwa korelasi dari konsep diri seseorang terhadap konsep dirinya secara umum bergantung pada pentingnya keberadaan dia untuk sukses di dalam kehidupan sosialnya. Orang yang memiliki konsep diri yang rendah, diartikan bahwa ia percaya ia tidak diterima oleh orang lain. Orang seperti ini memiliki asumsi bahwa orang lain bersikap negatif terhadap dirinya. Konsep diri sosial ini melibatkan kelompok teman sebaya dan kelompok sosial lainnya. Menurut (Mz, 2018) konsep diri psikis mencakup pikiran, perasaan dan perasaan yang sangat dipengaruhi oleh aspek konsep diri sosial dan sikap seseorang terhadap dirinya sendiri termasuk didalamnya cara pandang diri mereka terhadap fisik.

### Teori Intervensi

Evi, (2020) menyatakan bahwa dalam membentuk konsep diri yang lebih positif dapat dilakukan intervensi yang menerapkan dasar-dasar dari teori manajemen Lewin. Lewin dalam teorinya menyatakan bahwa jika ditemukan suatu masalah dalam performa yang menurun, maka masuk akal untuk menciptakan suatu intervensi yang menggoyahkan (unfreeze) pemikiran sebelumnya yang menimbulkan masalah, kemudian membuat perubahan, dan terakhir membentuk kembali pemikirannya (refreeze) hingga akhirnya melakukan perubahan (Pasmore et al., 2019)

Menurut (Cummings et al., 2016)), model freezing/unfreezing Lewin lebih dikenal dengan manajemen perubahan. Suatu proses perubahan terdiri dari tiga tahap, yaitu unfreezing, change dan freezing. Proses yang terjadi dimulai dari kondisi dimana seseorang mengalami masa unfrozen, kondisi stabil sebelum terjadinya perubahan.

Kemudian seseorang memasuki tahap unfreezing yang merupakan kondisi untuk menggoyahkan pengalaman pemikiran, atau pandangan sebelumnya dengan pandangan yang baru. Setelah selesai tahap unfreezing, individu mengalami proses moving hingga akhirnya menuju tahap change yang merupakan masa transisi hingga munculnya pemikiran baru sesuai target yang diinginkan. Setelah itu masuk ke tahap akhir, freezing, dimana pada tahap ini tingkah laku baru seseorang mulai menetap. Digambarkan dalam bagan berikut ini.



Bagan 2. Model Perubahan Kurt Lewis

Dengan demikian, berdasarkan teori metode perubahan Kurt Lewin maka praktikan di dalam intervensi yang akan diberikan berusaha mengajak subjek untuk melewati ketiga tahap perubahan tersebut. Saat memasuki tahap present state dimana subjek dalam fase unfreeze praktikan akan mengajak subjek untuk mengenali diri mereka sendiri dengan menggunakan metode self awareness dan self knowledge seperti yang dikemukakan Wehmeyer (dalam (McCain, 2015)). Pemahaman terhadap self awareness dan self knowledge merupakan langkah yang penting untuk intervensi yang bertujuan meningkatkan konsep diri karena individu harus memiliki pemahaman dasar mengenai kemampuan dan keterbatasannya serta pengetahuan yang baik untuk menggunakan atribusi-atribusi tersebut dalam mempengaruhi hidupnya (Prabhakar et al., 2016).

Selain itu, kemampuan self awareness dan self knowledge juga merupakan hal yang sangat mendasar dalam mempengaruhi konsep diri positif seorang anak (Fajri et al., 2017). Wehmeyer et al., (2017) mengungkapkan bahwa penting bagi anak dengan faktor yang kurang menguntungkan untuk menyadari secara realistis kelebihan dan kekurangan diri mereka masing-masing. Seseorang harus menyadari pengetahuan dan pemahamannya untuk menyadari kelebihan dan kelemahannya yang dapat membantu mereka meraih tujuan dan prioritas tertentu untuk meningkatkan kualitas hidupnya dan selanjutnya ikut mempengaruhi cara pandang lingkungan dan teman sebaya mereka juga lebih positif.

Self awareness mengacu pada kondisi dimana seseorang harus memiliki dasar pemahaman mengenai kelemahan, kelebihan, kemampuan, dan keterbatasannya sebaik pengetahuannya mengenai bagaimana hal-hal tersebut dapat mempengaruhi kualitas hidupnya (Susanto, 2016). Sementara itu self knowledge merupakan kunci seseorang dalam modifikasi dirinya. Seluruh tingkah laku yang berupa tindakan, pikiran, dan perasaan dalam situasi tertentu harus dapat diketahui dan diamati oleh diri mereka sendiri.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode wawancara serta observasi untuk memperoleh data yang dilakukan terhadap keseluruhan anak didik kejar paket C yang berjumlah 12 siswa, 7 berjenis kelamin perempuan dan 5 berjenis kelamin laki-laki (Suwendra, 2018). Observasi bertujuan untuk melihat bagaimana interaksi mereka satu sama lain, profile fisik secara

umum, perilaku mereka terhadap kegiatan belajar di dalam lingkungan sekolah. Observasi ini bertujuan untuk melihat secara khusus, perilaku mereka terhadap kegiatan belajar maupun perilaku dalam berinteraksi dengan siswa serta para guru. Sedangkan wawancara dilakukan dengan bertujuan untuk mengetahui pendapat serta tujuan mereka belajar di kejar paket C (yusuf, 2017).

FGD (focus group discussion) juga dilakukan sebagai salah satu bentuk metode pengambilan data. Bertujuan untuk lebih mendalami permasalahan serta kebutuhandalam bentuk interaksi diskusi secara berkelompok (, & Marsula, 2020). Selain itu FGD juga bertujuan untuk mempertimbangkan bahwa para subjek akan cenderung memilih jawaban yang normatif pada skala konsep diri. Sehingga hasil dari FGD sebagai pelengkap data asesmen yang lain. Asesmen dilaksanakan terjadwal meliputi wawancara, observasi dan FGD kepada objek (Khatun & Saadat, 2020)

Pemberian skala reliensi diri dilakukan pada seluruh siswa didik kejar paket C yang berjumlah 10 siswa. Skala konsep diri ini merupakan skala yang bersifat interval sehingga semakin tinggi skor yang dihasilkan subjek melalui skala tersebut, semakin tinggi pula tingkat konsep diri, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh subjek, maka semakin rendah pula tingkat konsep diri subjek (Mishra, 2016). Skor tertinggi yang didapatkan adalah 136 dan terendah 34, adapun skor rata-rata siswa dibawah 68. Rekapitulasi skor pretest, post test, follow up dan rekapitulasi skor hasil uji coba dapat dilihat pada lampiran 2. Sedangkan blue print skala dapat dilihat pada lampiran 3. Adapun hasil skor skala secara umum dapat dilihat sebagai berikut pada tabel 3:

Tabel 3. Hasil Skor Skala

No	Initial	Skor	Kategori
1	AA	63	Rendah
2	DW	68	Rendah
3	GL	67	Rendah
4	GK	65	Rendah
5	KA	66	Rendah
6	RS	98	Sedang
7	PS	65	Rendah
8	PG	68	Sedang
9	MK	67	Rendah
10	AP	101	Sedang

Selanjutnya data disajikan dalam bentuk persentase dengan pengkategorisasi skor (Azwar, 2012) dengan hasil dapat dilihat pada tabel 4 sedangkan pedoman kategorisasinya dapat dilihat pada lampiran 4.

Tabel 4. Kategorisasi Skor Konsep Diri Secara Umum

Skala	Skor	Frekuensi	Frekuensi Relatif (%)	Kategori
Konsep Diri	$X < M - 1SD : X < 68$	8	80	Rendah
	$M - 1SD < X < M + 1SD : 68 < X < 102$	3	20	Sedang
	$X > M + 1SD : X > 102$	0	0	Tinggi
Total		10	100	

Berdasarkan kategorisasi skor konsep diri secara umum, dapat diketahui bahwa 80 % siswa paket C PKBM DW memiliki konsep diri kategori rendah. Sedangkan siswa dengan prosentase 20 % termasuk dalam kategori sedang. Tidak ada siswa yang masuk dalam kategori tinggi. Prosentase tersebut dapat digambarkan ke dalam diagram lingkaran (pie chart) dalam diagram di bawah ini.

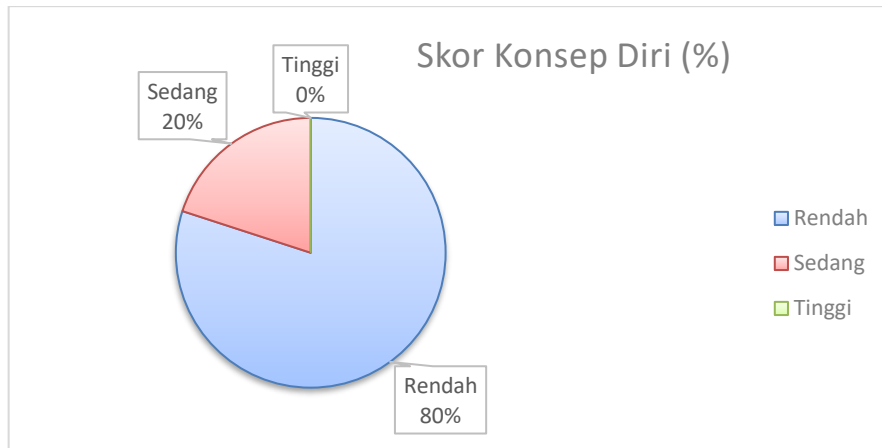


Diagram 1. Diagram Lingkaran (Pie Chart) Kategorisasi Skor Konsep Secara Umum

### Pemberian Treatment

Berdasarkan pada Force-Field Theory, pada tahap implementasi Lewin menyodorkan tiga tahap pembaharuan perilaku kelompok, yaitu (1) tahap unfreezing, (2) moving, (3) refreezing.

#### 1. Tahap Pertama

Tahap pertama ini berisi penyadaran untuk menggugah kesadaran siswa mengenai apa pentingnya konsep diri dan keuntungan apa yang akan diraih jika mereka memiliki konsep diri yang matang. Selain itu penyadaran ini juga berguna agar mereka mengetahui seperti apa konsep diri yang selama ini mereka miliki. Hal ini bisa dilakukan dengan pemberian sugesti berupa contoh permasalahan konkrit apabila tidak memiliki konsep diri yang matang, selanjutnya mempersilahkan mereka untuk bertanya dan memikirkan sendiri jawaban mengenai apakah mereka sudah paham dan mampu menerapkan konsep diri yang ideal menurut versinya masing-masing. Kesadaran ini penting untuk menciptakan situasi-situasi dimana siswa menginginkan perubahan. Semakin siswa merasa bahwa perlu perubahan, semakin mereka termotivasi untuk melakukan perubahan.

#### 2. Tahap Kedua

Tahap ini disebut juga tahap pergerakan, dengan mengubah cara pandang siswa. Perubahan adalah gerakan atau perjalanan batin dalam reaksi terhadap perubahan. Pada tahap ini siswa yang merasa tidak yakin atau bahkan takut memerlukan dukungan. Hal ini bisa diwujudkan dalam bentuk pelatihan, coaching, dan belajar dari kesalahan sebagai bagian dari proses.

#### 3. Tahap Ketiga

Setelah perubahan selesai, dan siswa telah memperoleh bagaimana gambaran konsep diri, dan penerapannya, maka perlu dilakukan penstabilan perilaku dengan upaya penguatan dampak dari perubahan, evaluasi hasil perubahan, dan terus memberikan materi mengenai konsep diri yang bersifat konstruktif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan kerja praktek psikologi untuk kasus kelompok ini ialah mengembangkan cara pandang terhadap diri sendiri yang awalnya fokus pada keterpurukan, stigma negatif, keterbatasan fisik, kegagalan yang pernah dialami maupun kondisi yang dianggap kurang menguntungkan menjadi hal yang lebih positif bagi diri mereka sendiri sehingga para siswa kejar paket C dapat melihat potensi yang mereka miliki, aspirasi diri dan akademis, minat dan hobi untuk pengembangan diri mereka yang lebih baik.

Dari hasil yang didapatkan berdasarkan hasil asesmen yang telah dilakukan, maka diperoleh permasalahan yang dihadapi oleh para siswa - siswi kejar paket C adalah kurangnya kemampuan atau kapasitas para siswa kejar paket C yang memungkinkan untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi yang tidak menyenangkan, atau mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi sesuatu yang wajar untuk diatasi dengan potensi diri yang mereka miliki. Dampak-dampak yang dimaksud salah satunya adalah stigma negatif dari masyarakat yang memandang mereka sebagai anak yang tidak memiliki masa depan yang baik, kekurangan mereka baik secara fisik, kemampuan intelektual maupun ekonomi. Selain itu pengalaman kegagalan mereka sebelumnya juga berdampak pada pola pikir terhadap memandang diri mereka sendiri.

Dalam membentuk konsep diri, seorang siswa harus mampu terlebih dahulu mepersepsikan secara positif seperti apa dirinya, mempersepsikan teman-teman yang berinteraksi dengannya secara fisik, sosial, dan akademik. Apa kelebihan dan kelemahannya dalam hal belajar, dan apa aspirasi dalam belajar. Oleh karena itu, dengan melatih aspek pengenalan dan pengetahuan diri dan kelompok diharapkan subjek mampu menyadari kondisi dirinya dan menerima kelebihan serta kelemahannya.

Setelah dilakukan intervensi, praktikan kembali mengukur tingkat konsep diri siswa kejar paket C pada tanggal 29 Mei 2019 untuk melihat hasil dari intervensi yang dilakukan. Setelah itu praktikan memberikan jeda 3 bulan dari pengukuran post test. Ini dilakukan agar melihat konsistensi dari hasil intervensi. Didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 5. Tabulasi data pre, post & follow up test skala konsep diri

No	Initial	Skor Pretest	Skor Post test	Skor Follow up test
1	AA	63	114 (tinggi)	116 (tinggi)
2	DW	68	120 (tinggi)	126 (tinggi)
3	GL	67	122 (tinggi)	122 (tinggi)
4	GK	65	116 (tinggi)	120 (tinggi)
5	KA	66	128 (tinggi)	132 (tinggi)
6	RS	98	130 (tinggi)	130 (tinggi)
7	PS	65	118 (tinggi)	120 (tinggi)
8	PG	68	120 (tinggi)	120 (tinggi)
9	MK	67	124 (tinggi)	126 (tinggi)
10	AP	101	132 (tinggi)	132 (tinggi)

Berdasarkan hasil kategorisasi tingkat konsep diri yang dialami anggota kelompok, dapat diketahui bahwa sebelum diberikan intervensi skor pretest pada anggota kelompok mengalami tingkat konsep diri dengan kategori rendah sebanyak 8 orang dan 2 orang

dengan kategori sedang. Setelah diberikan intervensi, diketahui bahwa adanya perubahan skor pada posttest. Diketahui semua subjek mengalami kenaikan skor dan berada dalam kategori tinggi. Diketahui semua subjek mengalami kenaikan skor. Ini mengindikasikan adanya kenaikan konsep diri pada siswa pada posttest. Pada follow up terdapat penurunan atau kenaikan skor antara 1-6 point. Setelah sengaja diberikan jeda selama 3 bulan dari pemberian skala post test. Berdasarkan hasil analisa statistik yang dilakukan terhadap skor pretest, posttest dan follow up didapat hasil perhitungan sebagai berikut:

Tabel 6. Hasil perhitungan data statistik (deskripsi data) pretest, posttest & follow up

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
pretest	10	109.00	22.438	63	101
posttest	10	193.17	31.095	114	132
followup	10	194.75	32.817	116	132

Tabel 7. Hasil Perhitungan Data Statistik

Test Statistics <sup>b</sup>		
	posttest - pretest	posstest - followup
Z	-2.204 <sup>a</sup>	-2.460 <sup>a</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.002	.026

a. Based on negative ranks.  
 b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Dari tabel hasil perhitungan di atas menunjukkan data pretest dan posttest diperoleh nilai  $Z = 2,204$  dengan  $p = 0,002 < 0,05$  yang berarti ada perbedaan tingkat konsep diri antara sebelum dan sesudah diberikan intervensi, dimana tingkat konsep diri setelah diberikan intervensi lebih tinggi dibandingkan dengan sebelum diberikan intervensi.

Pada hasil perhitungan data posttest dan follow up diketahui nilai  $Z = 2,460$  dengan  $p = 0,026 < 0,05$  yang artinya ada perbedaan tingkat konsep diri antara pretest dan follow up. Berdasarkan data tersebut diatas, siswa kejar paket C mengalami peningkatan konsep diri secara signifikan setelah diberi intervensi. Saat diberikan jeda selama tiga bulan, untuk kemudian diberikan follow up test kembali, konsep diri siswa kejar paket C masih tinggi. Maka dapat disimpulkan berdasarkan analisis data tersebut terdapat kenaikan konsep diri secara umum pada siswa serta memiliki hasil yang konsisten. Apabila dilihat masing-masing secara per-aspek dan dibandingkan dengan hasil pre test, post test dan follow up maka secara lebih jelasnya dapat tergambar dalam tabel 8.

Berdasarkan tabel perbandingan hasil konsep diri per-aspek antara pre test, post test dan follow up maka dapat dilihat juga perbandingan tersebut dengan diagram lingkaran (pie chart) agar mempermudah membaca perbandingan tersebut. Dapat dilihat pada diagram lingkaran di atas, bahwa setiap aspek dari konsep diri siswa naik apabila dibandingkan dengan pre test. Pada post test kenaikan tiap-tiap aspek apabila dibandingkan dengan pre test sangat kelihatan. Dimana pada saat pre test, kondisi sebelum intervensi, presentase tiap aspek konsep diri siswa berada pada kategori rendah dan sedang. Namun setelah post test dimana kondisi yang terjadi, siswa telah dikenakan intervensi maka dominasi tiap-tiap aspek berada pada kategori tinggi. Begitu juga setelah

diberikan jeda selama 3 bulan, dan kemudian diberikan follow test, skor yang didapatkan masih didominasi kategori tinggi untuk tiap aspek konsep diri.

Tabel 8. Perbandingan hasil konsep diri per-aspek antara pretest, posttest & follow up

No	Aspek Konsep Diri	Pre test	Post Test	Follow Up	Kategori
1.	Fisik	70	0	0	rendah $X < 10$
		20	10	10	Sedang $10 < X < 15$
		10	90	90	Tinggi $X > 15$
2.	Psikis	80	0	0	Rendah $X < 18$
		20	20	10	Sedang $18 < X < 25$
		0	80	90	Tinggi $X > 15$
3.	Sosial	50	0	0	Rendah $X < 16$
		40	20	10	Sedang $16 < X < 24$
		10	80	90	Tinggi $X > 24$
4.	Aspirasi	40	0	0	Rendah $X < 4$
		40	20	10	Sedang $4 < X < 6$
		20	80	90	Tinggi $X > 6$
5.	Prestasi	70	0	0	Rendah $X < 20$
		30	30	10	Sedang $20 < X < 30$
		0	70	90	Tinggi $X > 30$

Hal ini dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan konsep diri siswa pada tiap-tiap aspeknya setelah dilakukan intervensi. Terdapat juga konsistensi hasil setelah dilakukan jeda dari intervensi tersebut. Berdasarkan hasil intervensi yang dilakukan selama hampir 4 bulan yang melibatkan seluruh siswa kejar paket C, pihak sekolah maupun pihak keluarga didapatkan hasil perubahan dalam diri siswa baik secara kualitatif maupun kuantitatif. Secara kuantitatif dapat dilihat dalam tabulasi data perhitungan statistik skala konsep diri. Sedangkan secara kualitatif terukur melalui wawancara dan observasi. Para siswa kejar paket C menyadari bahwa mereka memiliki potensi dalam diri yang dapat mereka kembangkan, selain itu mereka juga menyadari bahwa stigma-stigma dalam masyarakat yang dulu mereka anggap sebagai cap yang tidak dapat berubah setelah intervensi dilakukan mereka memiliki pandangan bahwa hal tersebut dapat dijadikan cambuk pembuktian bahwa mereka dapat berhasil. Para siswa juga semakin memiliki motivasi dalam berprestasi karena merasa bahwa pihak sekolah dan orang tua mendukung mereka.

Interaksi antar siswa dan antar pihak sekolah juga lebih positif. Siswa lebih bisa bekerja sama dalam team, memiliki kebiasaan memberikan motivasi dan semangat ketika temannya memerlukan dan berkeinginan untuk berkembang bersama. Mereka juga menetapkan cita-cita sebagai visi secara pribadi maupun keberhasilan kelompok. Begitu juga interaksi dengan pihak sekolah dalam hal ini guru juga lebih baik. Guru lebih mengenali secara personal anak didiknya, baik bakat minat potensi maupun kelemahan. Murid juga lebih hormat dan menghargai guru sebagai salah satu sosok kunci pendukung keberhasilan mereka.

Perubahan perilaku tersebut dapat dilihat pada baseline dan behaviour check list sebelum dan sesudah perilaku. Baseline dan behaviour check list tersebut telah dikonsultasikan kepada profesional judgement yaitu ibu M. Harwanto Siregar, M.si., Mpd, yang telah memiliki pengalaman yang panjang dan mumpuni dalam dunia pendidikan sebagai konselor sekaligus sebagai praktisi sekolah berbasis inklusi. Berikut merupakan tabel baseline dan behaviour check listnya:

Tabel 9. Baseline perilaku dan behaviour check list sebelum dan sesudah intervensi

No.	Perilaku Sebelum Intervensi	Perilaku Sesudah Intervensi
1.	Masing-masing subjek tidak bisa mendeskripsikan dirinya secara positif. Sulit menemukan kelebihan diri.	Subjek sudah dapat mendeskripsikan diri lebih positif. Mereka sudah dapat menemukan kelebihan diri sendiri.
2.	Interaksi antar anggota kelompok tidak saling mendukung satu sama lain. Cenderung untuk mematahkan keinginan berprestasi.	Interaksi antar kelompok lebih suportif, saling mendukung satu sama lain.
3.	Belum dapat melihat minat, aspirasi, cita-cita diri sendiri dan tidak menginspirasi anggota yang lain.	Sudah dapat melihat bakat, minat dan cita-cita diri sendiri. Dapat saling menginspirasi satu sama lain.

## SIMPULAN

Pelaksanaan intervensi secara keseluruhan berlangsung dengan baik. Semua yang terlibat sangat aktif dalam menunjang proses intervensi ini. Secara internal baik guru maupun siswa juga memiliki keinginan untuk berubah ke arah yang lebih baik. Dukungan dari luar lingkungan sekolah dalam hal ini pihak keluarga juga baik. Kendala yang ditemui adalah keterbatasan waktu serta konsistensi pelaksanaan dalam jangka panjang mengingat bahwa konsep diri merupakan proses yang membutuhkan konsisten dalam pelaksanaannya.

## REFERENSI

- Saidiman & Marsula, H. (2020). MENINGKATKAN KEMAMPUAN BERBICARA MENGGUNAKAN METODE FGD (FOCUS GROUP DISCUSSION) SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 NAPABALANO KABUPATEN MUNA. *Jurnal Bastra (Bahasa Dan Sastra)*. <https://doi.org/10.36709/jb.v0i0.3139>
- A. Octavia, D. S. (2020). Motivasi Belajar Dalam Perkembangan Remaja. *Motivasi Belajar Dalam Perkembangan Remaja*.
- Anak, R., Yang Bersekolah, J., Rumah, D., Diponegoro, S., Sakwa, S., Bimbingan, K., ... Kalijaga, S. (2020). Resiliensi Anak Jalanan yang Bersekolah di Rumah Singgah Diponegoro Surabaya. In *Jurnal Mediakita : Jurnal Komunikasi dan Penyiaran Islam*.
- Anwaroti, I., & Humaisi, S. (2020). Meningkatkan Disiplin Belajar Melalui Konsep Diri Siswa. *ASANKA: Journal of Social Science And Education*. <https://doi.org/10.21154/asanka.v1i2.2204>
- Barut, M. E. O. B., Wijaya, A., & Retnawati, H. (2021). Hubungan pedagogical content knowledge guru matematika dan prestasi belajar siswa sekolah menengah pertama. *Pythagoras: Jurnal Pendidikan Matematika*. <https://doi.org/10.21831/pg.v15i2.35375>
- Cahyono, Y. B. (2016). Persepsi Tentang Metode Service Learning, Konsep Diri dan Perilaku Prososial Mahasiswa. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*. <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.727>
- Calhoun dan Acocella. (2019). Konsep Diri : definisi dan faktor. *COJournal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*.
- Cholid, N. (2019). Konsep Kepribadian Al-Ghozali Untuk Mencapai Hasil Konseling yang Maksimal. *MAWA'IZH: JURNAL DAKWAH DAN PENGEMBANGAN SOSIAL KEMANUSIAAN*. <https://doi.org/10.32923/maw.v9i1.716>
- Dewi, P. Y. A., & Primayana, K. H. (2019). PERANAN TOTAL QUALITY MANAGEMENT (TQM) DI SEKOLAH DASAR. *Jurnal Penjaminan Mutu*. <https://doi.org/10.25078/jpm.v5i2.827>
- Evi, T. (2020). MANFAAT BIMBINGAN DAN KONSELING BAGI SISWA SD. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v1i2.589>
- Farah, M., Suharsono, Y., & Prasetyaningrum, S. (2019). Konsep diri dengan regulasi diri dalam belajar pada siswa SMA. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. <https://doi.org/10.22219/jipt.v7i2.8243>
- Fathullah, S. A. Z. (2020). PENGGUNAAN MODEL PEMBELAJARAN BLENDED LEARNING PADA ERA REVOLUSI INDUSTRI 4.0. *Jurnal Socius*. <https://doi.org/10.20527/jurnalsocius.v9i1.7600>
- Hasanah, N., Mulyati, & Tarma. (2019). HUBUNGAN PARENTING SELF-EFFICACY DENGAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA IBU YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*. <https://doi.org/10.21009/jkkp.062.04>
- HUBUNGAN ANTARA KEHARMONISAN KELUARGA DENGAN KONSEP DIRI PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 DEMAK. (2019). *Empati*.
- Khatun, F., & Saadat, S. Y. (2020). Focus Group Discussion (FGD). In *Youth Employment in Bangladesh*. [https://doi.org/10.1007/978-981-15-1750-1\\_6](https://doi.org/10.1007/978-981-15-1750-1_6)
- Kreibich, A., Hennecke, M., & Brandstätter, V. (2020). The Effect of Self-awareness on the Identification of Goal-related Obstacles. *European Journal of Personality*. <https://doi.org/10.1002/per.2234>

- Masela, M. S. (2020). PENGARUH ANTARA KONSEP DIRI DAN KECERDASAN EMOSI TERHADAP PERILAKU PROSOSIAL PADA REMAJA. *PSIKOVIDYA*. <https://doi.org/10.37303/psikovidya.v23i2.149>
- Memon, F. A. (2020). Role of leadership communication in creating change readiness: revisiting Kurt Lewin's Model in telecommunication sector of Pakistan. *Indian Journal of Science and Technology*. <https://doi.org/10.17485/ijst/v13i26.933>
- Nainggolan, L. S., & Rohman, A. N. (2021). Penggunaan Google Form Sebagai Alat Evaluasi Pembelajaran Ujian Pendidikan Kesetaraan Paket C Secara Daring Di SPNF SKB Wilayah 1 Kota Padang. *Journal of Millennial Community*. <https://doi.org/10.24114/jmic.v3i1.25435>
- Nurfadhilla, N. (2020). Upaya Meningkatkan Efikasi Diri Melalui Layanan Bimbingan Konseling. *ENLIGHTEN (Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam)*. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v3i1.1495>
- Pasmore, W., Winby, S., Mohrman, S. A., & Vanasse, R. (2019). Reflections: Sociotechnical Systems Design and Organization Change. *Journal of Change Management*. <https://doi.org/10.1080/14697017.2018.1553761>
- Priyastutik, S., Suhendri, H., & Kasyadi, S. (2019). Pengaruh Kemandirian dan Konsep Diri terhadap Pemecahan Masalah Matematika Siswa. *JKPM (Jurnal Kajian Pendidikan Matematika)*. <https://doi.org/10.30998/jkpm.v4i1.2826>
- Saputro, D. A., Hendrawijaya, A. T., & Ariefianto, L. (2020). Peran Profesionalisme Tutor Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Warga Belajar Paket C Di PKBM Al-Muttaqin Desa Banjarsengon Kecamatan Patrang Kabupaten Jember. *Learning Community : Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*. <https://doi.org/10.19184/jlc.v3i2.16805>
- Sari, K. P., S, N., & Irdamurni, I. (2020). PENGEMBANGAN KREATIVITAS DAN KONSEP DIRI ANAK SD. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*. <https://doi.org/10.30659/pendas.7.1.44-50>
- Setiadi, T. A. A. (2019). Review Literatur : Konsep Diri Dan Motivasi Berprestasi Akademis Pada Remaja. *Prosiding Seminar Nasional & Call Paper Psikologi Pendidikan 2019*.
- Sholiha, S., & Aulia, L. A.-A. (2020). Hubungan Self Concept dan Self Confidence. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*. <https://doi.org/10.35891/jip.v7i1.1954>
- Spiller, L., & Tuten, T. (2019). Assessing the Pedagogical Value of Branded Digital Marketing Certification Programs. *Journal of Marketing Education*. <https://doi.org/10.1177/0273475318822686>
- Sururi, M., & Dacholfany, M. I. (2019). Implementation of total quality management in cheap packages education Program in Community Learning Activity Center (PKBM) Maju Jaya Mesuji district lampung Indonesia. *International Journal on Integrated Education*. <https://doi.org/10.31149/ijie.v2i5.126>
- Syed, M., Zurbriggen, E. L., Chemers, M. M., Goza, B. K., Bearman, S., Crosby, F. J., ... Morgan, E. M. (2019). The Role of Self-Efficacy and Identity in Mediating the Effects of STEM Support Experiences. *Analyses of Social Issues and Public Policy*. <https://doi.org/10.1111/asap.12170>
- Tamami, C. (2019). Pengelolaan Program Pendidikan Kesetaraan Paket B dan C di PKBM (Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat) Al Hikmah Kecamatan Sukodono Kabupaten Sidoarjo. *Journal of Chemical Information and Modeling*.
- Trisnantari, H. E., Mutohar, P. M., & Rindrayani, S. R. (2019). MANAJEMEN PENINGKATAN MUTU PENDIDIKAN BERBASIS KARAKTER BANGSA DENGAN SISTEM FDS (FULL DAY SCHOOL). *Jurnal Pendidikan Karakter*.

<https://doi.org/10.21831/jpk.v0i1.21947>

- Wehmeyer, M. L., Shogren, K. A., Little, T. D., & Lopez, S. J. (2017). Development of self-determination through the life-course. In *Development of Self-Determination Through the Life-Course*. <https://doi.org/10.1007/978-94-024-1042-6>
- WULANDARI, A. P. (2020). PENGEMBANGAN PANDUAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM PENINGKATAN DETERMINASI DIRI (SELF DETERMINATION) UNTUK PENCEGAHAN AGRESIVITAS SISWA SMK SWASTA KOTA PADANG.
- Wulandari, F., & Sullam, M. R. (2020). Penguatan Nilai-Nilai Keislaman pada Program Paket C Melalui Pendekatan Andragogi. *Prosiding Konferensi Integrasi Interkoneksi Islam Dan Sains*.
- Yuhana, A. N., & Aminy, F. A. (2019). Optimalisasi Peran Guru Pendidikan Agama Islam Sebagai Konselor dalam Mengatasi Masalah Belajar Siswa. *Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*. <https://doi.org/10.36667/jppi.v7i1.357>