

PENGARUH KONSELING REALITA TERHADAP PEMBENTUKAN IDENTITAS DIRI SISWA PADA MTS AL-MUSLIMUN NW KEBON KONGOK

[The Influence of Reality Counseling On The Formation of Students' Self-Identity
at MTs Al-Muslimun NW Kebon Kongok]

Ripan Hariadi¹⁾, Reza Zulaifi²⁾*

Universitas Pendidikan Mandalika

rezazulaifi@undikma.ac.id (corresponden)

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh dari konseling realita dalam membentuk identitas diri siswa. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan menggunakan design penelitian *one group pre-test post-test only*. Hasil analisis data diperoleh sebesar 7.794 dan nilai t-tabel pada taraf signifikansi 5% dengan $dk=12$ adalah sebesar 1.782, ini menunjukkan bahwa t hitung lebih besar dari pada t tabel ($7.794 > 1.782$), yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima yang berbunyi: Ada pengaruh konseling realita terhadap pembentukan identitas diri siswa pada MTs Al-Muslimun NW Kebon Kongok

Kata kunci: *Konseling realita; identitas diri*

ABSTRACT

The purpose of this research is to see the influence of reality counseling in forming students' self-identity. The research method used in this research is an experimental method using a one group pre-test post-test only research design. The results of data analysis obtained were 7,794 and the t-table value at the 5% significance level with $dk=12$ was 1,782, this shows that the calculated t is greater than the t table ($7,794 > 1,782$), which means H_0 is rejected and H_a is accepted which reads : There is an influence of reality counseling on the formation of students' self-identity at MTs Al-Muslimun NW Kebon Kongok

Keywords: *reality counseling; self-identity*

PENDAHULUAN

Manusia adalah makhluk yang penuh dengan masalah. Tiada seorang pun hidup di dunia ini tanpa suatu masalah, baik dengan diri sendiri maupun orang lain. Manusia yang baik adalah manusia yang mampu keluar dari setiap permasalahan hidupnya. Manusia yang mampu menyesuaikan diri dengan realitas yang ada dan memiliki identitas adalah manusia yang dapat berkembang dengan baik dan sehat.

Menurut George dan Cristiani dalam (Latipun, 2010: 99) untuk membangun identitas keberhasilan, individu harus memiliki setidaknya dua kebutuhan dasar yang dijumpai, yaitu: (1) mengetahui bahwa setidaknya seseorang mencintainya dan dia mencintai setidaknya seseorang, dan (2) memandang dirinya sebagai orang yang berguna selain secara simulatan berkeyakinan bahwa orang lain melihatnya sebagai orang yang berguna. Menurut Glasser dalam (Latipun, 2010: 99) menjelaskan bahwa: Anak yang tidak terpenuhi kebutuhannya, dapat mencari jalan lain, misalnya dengan penarikan diri atau bertindak delinkuensi. Menurut Glaseer individu yang membangun identitas kegagalan tersebut pada dasarnya orang yang tidak bertanggung jawab karena mereka menolak realitas sosial, moral, dunia sekitarnya.

Namun demikian identitas kegagalan pada anak ini dapat diubah menjadi identitas keberhasilan asal anak dapat menemukan kebutuhannya.

Oleh karenanya konseling realita memiliki peranan yang cukup penting dalam membangun atau membentuk identitas siswa. Konseling terapi realita merupakan bagian dari bimbingan dan konseling yang merupakan salah satu komponen dari pendidikan, mengingat bahwa konseling Terapi realita adalah suatu sistem yang difokuskan kepada tingkah laku sekarang. Terapis berfungsi sebagai guru dan model serta mengkonfrontasikan klien dengan cara-cara yang bisa membantu menghadapi kenyataan dan memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar tanpa merugikan dirinya sendiri ataupun orang lain. Inti terapi realitas adalah penerimaan tanggung jawab pribadi, yang dipersamakan dengan kesehatan mental. Terapi realita yang menguraikan prinsip-prinsip dan prosedur-prosedur yang dirancang untuk membantu orang-orang dalam mencapai suatu “identitas keberhasilan” dapat diterapkan pada psikoterapi, konseling, pengajaran, kerja kelompok, pengelolaan lembaga dan perkembangan masyarakat. Hal ini sangat relevan jika dilihat dari perumusan bahwa pendidikan adalah merupakan suatu usaha sadar yang bertujuan untuk mengembangkan kepribadian dan potensi-potensinya, (bakat, minat, dan kemampuannya). Keperibadian menyangkut masalah perilaku dan kemampuannya meliputi masalah akademik dan keterampilan. Tingkat keperibadian dan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang.

Konseling realita pada dasarnya tidak mengatakan bahwa perilaku individu itu sebagai perilaku yang abnormal. Konsep perilaku menurut konseling realita lebih dihubungkan dengan berperilaku yang tepat atau dapat berperilaku tidak tepat. Menurut Glasser individu yang berperilaku tidak tepat itu disebabkan oleh ketidakmampuannya dalam memuaskan kebutuhannya, akibatnya kehilangan “sentuhan” dengan realitas objektif, dia tidak dapat melihat sesuatu sesuai dengan realitasnya, tidak dapat melakukan atas dasar kebenaran, tanggung jawab dan realitas.

Dari hasil observasi lapangan ditemukan bahwa konseling realita belum pernah diadakan dengan baik di MTs Al-Muslimun NW Kebon Kongok sehingga pembentukan identitas diri siswa belum baik atau dapat dikatakan masih banyaknya siswa atau siswi yang masih menunjukkan pembentukan identitasnya dengan perilaku yang negatif seperti: bolos sekolah, merokok, jarang masuk sekolah, tidak mengikuti kegiatan sekolah. Menyadari akan hal tersebut, maka peneliti merasa tertarik mengadakan penelitian tentang: pengaruh konseling realita terhadap pembentukan identitas diri siswa pada MTs Al-Muslimun NW Kebon Kongok.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian eksperiment, yang mana peneliti akan menguji suatu produk untuk dilihat bagaimana pengaruhnya terhadap sesuatu yang akan dirubah. Untuk melihat bagaimana perubahannya peneliti menggunakan design penelitian *one group pre-test post-test only* yang mana sebelum dibrikannya *treatment* kepada subjek penelitian, peneliti terlebih dahulu memberikan sebuah angket (*pre-test*) itu digunakan sebagai data awal. Setelah dihimpun dan ditarik kesimpulan dari data awal tersebut lalu peneliti memberikan *treatment* berupa konseling individu menggunakan teknik Realita, setelah diberikannya *treatment* tersebut peneliti kembali memberikan angket yang sama (*post-test*) untuk melihat perubahan yang dialami oleh subjek penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada penggunaan konseling realita terhadap pembentukan identitas diri siswa, hal tersebut dapat dibuktikan dengan melihat table dibawah:

Rekapitulasi Skor Identitas diri Sebelum dan Sesudah Pemberian Konseling Realita Kelas IX MTs Al-Muslimun NW Kebon Kongok

No Urut Subyek	Subyek	Skor Identitas Diri	
		Sebelum Pemberian Konseling Realita	Sesudah Pemberian Konseling Realita
(1)	(2)	(3)	(4)
1	SO	93	110
2	ZF	91	108
3	LHJ	93	116
4	PA	98	116
5	MU	87	104
6	HT	95	119
7	AR	90	103
8	FA	85	129
9	IH	97	141
10	MG	99	122
11	MHM	83	116
12	NU	94	107
(1)	(2)	(3)	(4)
13	YA	93	108
Jumlah		1198	1499

Table diatas menunjukkan bahwa adanya perubahan skor yang terjadi dimana sebelum pemberian treatment berupa konseling realita sekornya rata-rata dibawah 100 dan setelah diberikan treatment berupa konseling realita rata-rata sekornya diatas 100 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perubahan yang terjadi pada subjek penelitian dalam membentuk identitas dirinya.

Secara umum semua konseli mengalami peningkatan skor membentuk identitas diri. Salah satu penyebab mengapa ini terjadi karena faktor siswa itu sendiri (internal) yaitu kecenderungan minat yang tinggi untuk berubah dan mengendalikan diri dalam usahanya untuk mencapai kebutuhan dasar secara bertanggung jawab dan realistik. Hasil penelitian ini memperkuat penelitian terdahulu dari Glasser (2010) dimana ia melaporkan bahwa satu-satunya orang yang bisa anda kendalikan untuk mencapai kebutuhan dasar menurut terapi realitas adalah diri anda sendiri. Ini berarti bahwa individu sangat menentukan dalam hubungannya pencapaian kebutuhan dasar secara realistis dan bertanggung jawab.

Konseling realita adalah pendekatan yang didasarkan pada anggapan tentang adanya suatu kebutuhan psikologis pada seluruh kehidupannya; kebutuhan akan identitas diri, yaitu kebutuhan untuk merasa unik, terpisah dan berbeda dengan orang lain” (Latipun, 2010: 102). Pendapat lain mengatakan bahwa konseling realita lebih menekankan pada kekuatan pribadi, dan pada dasarnya merupakan jalan dimana konseli dapat belajar secara realistik dalam mencapai keberhasilan, Glaser (2010). Semua perilaku digerakan dari dalam diri individu sendiri dan masing-masing pribadi memiliki pilihan pada apa yang akan dilakukan. Konseling realita lebih menekankan kontrol diri individu itu sendiri agar mampu mengontrol dirinya dan mengontrol perilakunya yang kurang pantas.

Menurut Hidayah dan Huriati dalam Fransiska, dkk. (2021) identitas diri merupakan kesadaran diri seseorang dan penilaian terhadap dirinya sehingga ia menyadari bahwa dirinya berbeda dengan individu lainnya. Identitas yang dimiliki oleh seseorang dapat berasal dari lingkungan sosial tempat individu tumbuh dan berkembang seperti keluarga, tetangga, teman-teman sebaya (Erikson Fransiska, dkk. 2021). Proses pembentukan identitas diri remaja dapat dipengaruhi oleh pengamatan pada suatu obyek tertentu dilingkungannya serta sikap dan perilaku orang tua yang ditunjukkan dihadapan remaja tersebut (Santrock dalam Fransiska, dkk. 2021. Erikson dalam Fransiska, dkk. (2021) memiliki pandangan apabila seseorang sedang mencari identitas diri, mereka akan berusaha menjadi seseorang yang bersifat sentral, mandiri, unik, memiliki kesadaran akan batinnya, sekaligus dapat menjadi seseorang yang diakui dan diterima oleh banyak orang.

Erikson dalam Azhar, Dkk. (2021) menjelaskan proses pembentukan identitas (*identity formation*) merupakan tugas psikososial yang utama pada individu, identitas diri merupakan gambaran diri yang tersusun dari berbagai macam tipe identitas. Tipe identitas ini meliputi identitas agama, identitas etnik,

identitas politik, identitas hubungan dengan orang lain, identitas intelektual, identitas seksual, identitas karir, identitas minat, identitas kepribadian, dan identitas fisik. Pembentukan identitas diri ini tentu tidak mudah untuk dilakukan, namun hal ini sangatlah penting. Dalam pembentukan identitas ini dapat saja melalui berbagai konflik atau perdebatan. Erikson melihat bahwa kehidupan manusia dalam urutan konflik psikososial, dimana pembentukan identitas diri ini merupakan salah satu krisis yang terjadi pada masa remaja. Menurut Erikson pada perkembangan manusia tentu tidak terlepas dari stimulus sosial yang dialaminya. Stimulus sosial ini merupakan sebuah penggerak dinamika dalam kepribadian seseorang.

Sehingga dalam pendekatan realita, individu yang tidak dapat membentuk identitas dirinya dengan baik dipandang sebagai sesuatu yang bermasalah. Menurut pendekatan realitas manusia yang sehat adalah manusia yang mampu memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasar psikologinya. Dengan tidak terbentuknya identitas diri dengan baik cenderung mengarah pada kurang terpenuhinya kebutuhan dasar.

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan nilai “ t ” hitung lebih besar dari pada “ t ” tabel atau ($7.794 > 1.782$) maka, hipotesis nihil (H_0) yang berbunyi: Tidak ada pengaruh konseling realita terhadap pembentukan identitas diri siswa pada MTs Al-Muslimun NW Kebon Kongok dinyatakan “ditolak” sedangkan hipotesis alternatifnya (H_a) yang berbunyi: Ada pengaruh konseling realita terhadap pembentukan identitas diri siswa pada MTs Al-Muslimun NW Kebon Kongok Gerung dinyatakan “diterima”.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, konseling realita berpengaruh terhadap pembentukan identitas diri siswa MTs Al-Muslimun NW Kebon Kongok.

Saran

Berdasarkan simpulan yang diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat diajukan saran tindak lanjut sebagai berikut:

1. Bagi siswa agar selalu memperhatikan pemberian konseling realita dan pengaruhnya agar mampu memecahkan masalah yang di hadapi terutama bagi pembentukan identitas diri yang baik.
2. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan teknik yang lainnya dalam proses konseling dalam membantu menyelesaikan persoalan individu terutama dalam hal pembentukan identitas diri.
3. Karena dalam penelitian ini menggunakan layanan konseling kelompok untuk peneliti selanjutnya alangkah lebih baiknya menggunakan layanan konseling kelompok.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin. (2011). *Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azhar, Dkk. (2021). Pembentukan Identitas Diri Remaja Pecandu Hisap Lem. Vol. 2 No. 3. Hal : 449-460. ISSN: 2775 – 1929. Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)
- Fransiska, Dkk. (2021). Gambaran Gaya Hidup Dan Pembentukan Identitas Diri Remaja Yang Senang Mengunjungi Kafe. Volume 4, Number 2, November (2021), pp. 109-120. ISSN 2621-0614. Jurnal Selaras: Kajian Bimbingan dan Konseling serta Psikologi Pendidikan.
- Gibson & Mitchell. (2011), *Bimbingan dan konseling*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Latifun. (2010). *Psikologi Konseling*. Malang. UPT Universitas Muhammadiyah Malang