

Peningkatan Kompetensi Intrapersonal Siswa SMK melalui Model Konseling Sebaya

ERHAMWILDA

Fakultas Tarbiyah, Universitas Islam Bandung. Jl. Rangka Gading No.8 Bandung 40116.
email: erham_wilda@yahoo.co.id

Abstract. The objective of this research is finding models of peer counseling to improve the intrapersonal competence of vocational students. In particular, this study aims to obtain information concerning: (1) intrapersonal competency profile of SMKN 1 Bandung students; (2) effectiveness model of peer counseling to enhance student's intrapersonal competence. Sample is taken from student of class XI in the school. The research employs a R & D approach combined with quasi-experimental method and pre-test/post-test control groups design. Data collection is carried out by interviews, questionnaires, problem identification instrument, and students intrapersonal competency inventory. At the end, this research shows that peer counseling model is proved to be effective in enhancing students intrapersonal competence in a vocational school environment.

Kata Kunci: peer counseling, intrapersonal competency, vocational students

Abstrak. Riset ini bertujuan menemukan model-model konseling sebaya untuk memperbaiki kompetensi interpersonal siswa sekolah kejuruan (SMK). Khususnya, kajian ini bermaksud memperoleh informasi mengenai: (1) profil kompetensi intrapersonal siswa SMKN 1 Bandung; (2) efektivitas model konseling sebaya untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa. Sampel diambil dari siswa kelas XI SMKN 1 Bandung. Riset menggunakan pendekatan R & D yang dikombinasikan dengan metode kuasi-eksperimental dengan disain kelompok kontrol pre-test/post-test. Teknik pengambilan data menggunakan wawancara, angket, instrumen identifikasi permasalahan, dan inventori kompetensi intrapersonal siswa. Riset menyimpulkan efektivitas model konseling sebaya dalam meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa di lingkungan sekolah kejuruan.

Kata Kunci: Pesantren, Lembaga Pendidikan, Kader

Pendahuluan

Berbagai penelitian menunjukkan kompleksnya masalah perilaku remaja. Nurhayati (1998) mengungkapkan sebuah penelitian terhadap 37 remaja berusia 16-20 tahun di Jatinangor, Kabupaten Sumedang, Provinsi Jawa Barat pada tahun 1998, menunjukkan bahwa sekitar 80% telah melakukan perilaku seksual *necking*; 70% pernah melakukan *petting*; dan 65% pernah melakukan *premarital intercourse*. Sementara hasil penelitian *Synovate Research (www.situs.deskespro.info)* tentang perilaku seksual remaja di 4 kota dengan 450 responden, yaitu Jakarta, Bandung, Surabaya, dan Medan. 44% responden mengaku mereka sudah pernah punya pengalaman seks di usia 16 sampai 18 tahun. Sementara 16% lainnya mengaku pengalaman seks itu sudah mereka dapat antara usia 13 sampai 15 tahun.

Kasus Narkoba di Indonesia berdasarkan laporan Badan Nasional Anti Narkoba, pada tahun 2007 ditemui sekitar 22.630 kasus. Di Jawa Barat sendiri, kasus narkoba masuk sebagai peringkat ke IV dengan 1.086 kasus (BNN, 2007 dalam Syamsu Yusuf, 2008). Selanjutnya, diungkapkan bahwa: para pelaku tawuran di Jakarta 50 % pecandu narkoba.

Penelitian Departemen Kesehatan RI (Pikiran Rakyat; 21 Desember 2008) terhadap para siswa di 18 provinsi, terdapat satu dari enam siswa mengalami tindakan kekerasan di sekolah dengan cara dilukai, diberikan ancaman, diciptakan teror, dan ditunjukkan sikap permusuhan sehingga menimbulkan dampak seperti stress (76%), hilang konsentrasi (71%), gangguan tidur (71%), paranoid (60%), sakit kepala (55%), dan obsesi (52%).

Memertimbangkan berbagai permasalahan, tantangan, dan tuntutan yang harus dihadapi remaja, agar remaja terhindar dari masalah dan mampu mengaktualisasikan dirinya ditengah besarnya godaan lingkungan, seorang remaja harus memiliki kepribadian sehat, dengan daya tahan yang tinggi. Daya tahan yang penting dalam diri manusia adalah daya tahan psikologis (*psychological strength*).

Mengacu pada pandangan Michael E. Cavanagh (1982) *Psychological strength* atau daya psikologis meliputi tiga dimensi yaitu *need fulfillment* (pemuahan kebutuhan), *intrapersonal competences* (kompetensi intrapribadi), dan *interpersonal competences* (kompetensi interpersonal). Daya tahan psikologis merupakan kekuatan yang diperlukan individu untuk menghadapi berbagai tantangan dalam keseluruhan hidupnya termasuk menyelesaikan berbagai masalah yang dihadapinya.

Upaya memerkuat daya tahan psikologis seorang siswa dapat dilakukan melalui layanan konseling sebagai layanan inti bimbingan konseling di sekolah dan merupakan bagian penting dari upaya pendidikan. Dalam UU No 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1, dinyatakan pembentukan kepribadian, kemampuan mengendalikan diri merupakan bagian penting yang harus dicapai melalui pendidikan.

Layanan konseling yang menjadi tumpuan dalam membantu siswa mengatasi masalah, pada intinya berupaya memerkuat daya tahan psikologis siswa. Orang yang masuk ke dalam konseling pada dasarnya karena mengalami kekurangan *psychological strength* (M. Surya, 2003: 45).

Kompetensi intrapersonal merupakan satu dimensi *psychological strength* yang memiliki posisi strategis dalam mempengaruhi berkembangnya dua dimensi *psychological strength* lainnya. Terbangunnya kekuatan intrapersonal pada diri siswa, akan memudahkannya dalam menyadari kebutuhannya sehingga bisa menjadi wahana dalam memenuhi kebutuhannya. Di sisi lain dengan kemampuan intrapersonal yang kuat akan berdampak pada kompetensi interpersonal.

Pada tataran aplikatif perwujudan layanan konseling untuk peningkatan kompetensi intrapersonal siswa masih perlu diuji, dengan mempertimbangkan kenyataan layanan konseling yang ada di lapangan.

Sampai saat ini kuantitas dan kualitas pelaksanaan layanan konseling masih belum sesuai yang diharapkan. Masih banyak penyimpangan perilaku siswa yang tidak tertangani, siswa bermasalah banyak yang enggan minta bantuan guru BK, layanan bimbingan konseling di sekolah cenderung bersifat informatif dan adjustif, sementara konseling yang bersifat terapeutik amat sedikit.

Hasil survei secara acak terhadap 100 siswa SMA di Bandung Raya (Erhamwilda, 2007) tentang pihak mana yang siswa mintai bantuan jika mengalami masalah pribadi, menunjukkan bahwa 78 % siswa menyatakan cenderung minta bantuan pada teman sekolah, teman luar sekolah, atau teman dekat, 19% (sebagian kecil) siswa menjawab minta bantuan orang tua, 3 % (sangat sedikit) yang menjawab minta bantuan guru yang dirasa dekat, dan 0% (tidak ada) yang menjawab minta bantuan guru BK, serta 0 % (tidak ada) juga yang menjawab minta bantuan wali kelas.

Survei berikutnya yang dilakukan pada 30 siswa SMK Kota Bandung, menunjukkan bahwa 70% siswa menyatakan kalau punya masalah cenderung berkonsultasi pada teman sekolah, teman luar sekolah, atau teman dekat, sedangkan 26,7 % cenderung konsultasi pada orang tua, dan hanya 3,33% (1 orang) yang menyatakan berkonsultasi pada guru BK (Erhamwilda, 2007).

Mencermati fakta tersebut, maka perlu dikembangkan layanan konseling yang dilakukan oleh tenaga non-profesional (siswa) di bawah pengawasan konselor profesional. Untuk hal ini Suwarjo (2008:8) menyatakan, dalam terminologi konseling, kegiatan saling bantu dan saling dukung di antara sesama teman sebaya dalam menghadapi berbagai persoalan hidup dan atau dalam mengembangkan potensi diri disebut dengan konseling sebaya (*peer counseling*).

Konseling sebaya belum lazim diselenggarakan di SMK di Indonesia sementara model ini telah coba diterapkan di dalam berbagai setting oleh para profesional di negara lain dan menunjukkan hasil efektif untuk berbagai masalah. Salah satunya adalah yang dilaporkan Judy A. Tindall & Dean Gray (1985).

Teori dan fakta tersebut di atas menunjukkan pentingnya dilakukan penelitian dalam menguji efektivitas model konseling sebaya untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa. Secara umum tujuan penelitian ini adalah mengembangkan model konseling sebaya untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa SMK. Pengembangan model dilakukan di SMKN 1 Bandung. Secara khusus penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi tentang (1) permasalahan siswa SMK N 1 Bandung dan peluang penyelenggaraan konseling teman sebaya; (2) profil kompetensi intrapersonal siswa SMKN 1 Bandung; (3) model hipotetik konseling sebaya untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa kelas XI SMKN 1 Bandung; (4) efektivitas model konseling sebaya untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa SMKN 1 Bandung.

Secara teoritis penelitian ini bermanfaat sebagai salah satu rujukan ilmiah dalam pengembangan konsep layanan bimbingan konseling di sekolah. Secara praktis hasil penelitian

Tabel 1
Quasi-Eksperimental Design

Kelompok	Pra tes	Perlakuan	Pasca tes
Eksperimen	O	X	O
Kontrol	O	-	O

ini dapat memberikan in-put bagi para guru BK di SMK, para ahli BK dan praktisi BK pada umumnya.

Penelitian ini menggunakan rancangan *research and development (R & D)*. Penelitian pengembangan diarahkan sebagai *a process used to develop and validate educational product* (Borg and Gall, 1989). Produk yang dimaksud adalah model konseling sebaya untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa. Dalam penelitian ini, pendekatan kuantitatif dan kualitatif digunakan secara bersama-sama. Menurut Cresswell (1994), terdapat tiga model pendekatan kualitatif-kuantitatif, yaitu *two-phase design*, *dominant-less dominant design*, dan *mixed methodology design*.

Pada tingkat aplikasi digunakan metoda penelitian deskriptif analisis dan metoda partisipatif kolaboratif. Metode deskriptif analisis digunakan untuk penyanderaan secara sistematis, faktual, akurat, mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat yang terkait dengan substansi penelitian. Dalam hal ini dilakukan analisis terhadap tingkat kompetensi intrapersonal siswa dan peluang implementasi program konseling sebaya. Metode partisipatif kolaboratif dalam proses uji kelayakan model hipotetik konseling sebaya untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa. Uji kelayakan model dilaksanakan dengan uji rasional, uji keterbacaan, uji kepraktisan, dan uji coba terbatas. Uji rasional dengan pakar bimbingan dan konseling, uji keterbacaan dengan guru dan siswa SMK, sedangkan uji kepraktisan dilakukan dengan berdiskusi bersama guru BK (konselor) di SMK. Selanjutnya uji terbatas efektivitas model konseling sebaya untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa SMK dilakukan dengan rancangan *Quasi-Eksperimental Design* dengan bentuk Tabel 1.

Untuk memperoleh data dikembangkan instrumen-instrumen penelitian, yaitu: (1). inventori kompetensi intrapersonal; (2) pedoman wawancara; (3) instrumen identifikasi masalah siswa dan kebutuhan layanan konseling sebaya; (4) skala penilaian untuk kualitas model konseling sebaya dan panduan aplikasi konseling sebaya.

Kompetensi Intrapersonal

Intrapersonal competencies are learned abilities that help people relate well with themselves. The

purpose of intrapersonal competencies is to increase the quantity and quality of the person's need fulfillment (M. E. Cavanagh, 1982: 43).

Peningkatan kompetensi intrapersonal akan meningkatkan kualitas dan kuantitas pemenuhan kebutuhan seseorang. Cara seseorang berelasi dengan orang lain, sama dengan cara seseorang berelasi dengan dirinya sendiri. Apabila orang mampu berhubungan dengan dirinya secara efektif, maka efektif pula dalam hubungan dengan orang lain. Sebaliknya kegagalan dalam hubungan dengan diri sendiri dapat menimbulkan kegagalan dalam berhubungan dengan orang lain (Moh Surya, 2009: 49).

Intrapersonal relationships deal with three competencies: self knowledge, self direction, and self esteem (M. E. Cavanagh, 1982: 44).

Self-knowledge is a term used in psychology to describe the information that an individual draws upon when finding an answer to the question "what am I like?" (Wikipedia Free Encyclopedia, 2008).

Orang yang datang ke konseling seringkali karena tidak memiliki pengetahuan tentang dirinya yang meliputi: kekuatan, kelemahan, kebutuhan, perasaan, dan motif-motif dirinya (Michael E. Cavanagh, 1982).

Ada beberapa masalah yang umumnya dialami orang ketika ia kurang tepat dalam *self-knowledge* antara lain: (1) asing dengan diri sendiri, seperti dua atau lebih orang yang hidup dalam diri yang satu; (2) prinsip-prinsip yang tidak diakui atau tidak dikenal secara signifikan mempengaruhi perilakunya; (3) membuat keputusan tanpa banyak pertimbangan; (4) persepsinya dinodai oleh prinsip-prinsip tertentu yang tidak dikenalnya; (5) menghindari situasi yang dapat menunjukkan padanya prinsip-prinsip diri yang tidak diakuinya; (6) memanipulasi orang atau dimanipulasi sesuai prinsip yang tidak diakuinya; (7) memproyeksikan area-area yang tidak dikenali pada orang lain dalam usahanya menolak kehadiran dari area ini dalam dirinya sendiri (M. E. Cavanagh, 1982).

Ada tiga sumber informasi yang tersedia bagi individu untuk mencari pengetahuan tentang dirinya: (a) dunia fisik; (b) dunia sosial; dan (c) dunia psikologis (Wikipedia Free Encyclopedia, 2008).

Self Direction

Self direction atau pengarahan diri merupakan kemampuan individu mengarahkan kehidupannya dan bertanggung jawab penuh untuk konsekuensi dari setiap perilakunya. Semakin mampu orang mengarahkan perilakunya sendiri, semakin ia hidup menurut sifat dasarnya dan menghindari situasi yang akan mengubah sifat dasarnya (M. E. Cavanagh, 1982).

Orang yang mencari konseling seringkali kurang tepat dalam *self-direction* dan mungkin memanifestasikannya pada satu atau lebih tingkah laku berikut: (1) *self-confidence*; (2) *self-reliance*; (3) *self control* (M. E. Cavanagh, 1982).

Self-confidence. Ada dua hal pokok yang berkontribusi pada *self-confidence* yaitu: (1) *self-efficacy* dan (2) *self-esteem* (James Manktelow & Amy Carlson, 2009).

Secara umum kepercayaan diri dapat dipengaruhi: (1) faktor internal meliputi: *self concept* (Centi, 1995), kondisi fisik (Anthony, 1992), dan pengalaman hidup (Lauster, 1997), (2) faktor eksternal, meliputi: pendidikan, pekerjaan, lingkungan dan pengalaman hidup.

Self-Reliance

Emerson discusses two factors that discourage people from trusting themselves: societal disapproval and foolish consistency. "For nonconformity the world whips you with its displeasure," he writes. He quickly dismisses public censure as a "trifle." To the second factor, foolish consistency, Emerson gives more attention (<http://www.enotes.com/self-reliance>).

Self-control

A.W.Logue (1995) menjelaskan bahwa beberapa ahli psikologi perkembangan memandang kemampuan *self-control* sebagai tujuan dan titik akhir dari perkembangan yang normal, sehingga impulsif selalu dipandang buruk (tidak matang) sebaliknya *self-control* selalu baik (matang).

Self-esteem

Self-esteem adalah kemampuan orang merasakan dirinya sendiri sebagai orang yang berguna, mampu, dan penuh kebaikan. *Self esteem* berkembang dari cara orang berperilaku yang sesuai dengan nilai-nilai yang baik menurut mereka. *Self esteem* mendorong orang jujur dalam hidup dan menjaganya dari tuntutan yang tidak penting dan tidak adil. Orang mengalami *self-esteem* rendah karena ia diajarkan bahwa ia tidak kompeten atau menunjukkan kasih sayang tapi ditolak, dianggap tidak penting, tidak sesuai, tidak atraktif atau menjadi

beban (Cavanagh, 1982).

Self-esteem akan tercermin pada tiga sub aspek: (1) *beliefs* (keyakinan-keyakinan seseorang tentang dirinya); (2) emosi (kondisi emosi); (3) *behavior* (perilaku).

Konsep dan Aplikasi Konseling Sebaya (Peer Counseling)

J. A. Tindall & H.D. Gray (1985: 5) mengemukakan, *peer counseling is defined as variety of interpersonal helping behaviours assumed by nonprofessionals who undertake a helping role with others*. Lebih lanjut dijelaskan bahwa *peer counseling includes one-to-one helping relationships, group leadership, discussion leadership, advisement, tutoring, and all activities of an interpersonal human helping or assisting nature*.

Konseling teman sebaya merupakan suatu cara bagi para siswa untuk belajar bagaimana memerhatikan dan membantu anak-anak lain, serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Carr, 1981: 3)

Kan (1996: 3) dikemukakan Suwarjo, 2008) mengemukakan, *peer counseling is the use problem solving skills and active listening, to support people who are our peers*.

Akar Teori Peer Counseling

Sussman (1973, dalam B. Varenhorst [1984] menyatakan, *peer counseling* sebagai proses di mana siswa-siswa dilatih dan disupervisi melakukan aktivitas *listening*, memberikan *support*, mengemukakan alternatif-alternatif dan interaksi verbal dan non verbal lain, dengan sedikit atau tanpa memberi nasehat, kepada siswa yang ditemukan oleh mereka sendiri. Berdasarkan review terhadap riset-riset, Scott dan Winner (1974, dalam B. Varenhorst, 1984) membatasi *peer counseling* sebagai program yang memberikan kesempatan kepada sebaya untuk melaksanakan beberapa fungsi konseling.

Pada Rambu-Rambu Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal yang diterbitkan Dirjen P4TK (2007) berkaitan dengan Kerangka Kerja Utuh bimbingan dan konseling disebutkan salah satu strategi pelayanan adalah bimbingan sebaya.

Berdasarkan angket yang diberikan terhadap 30 siswa SMK Kota Bandung diperoleh data, bahwa 26 orang (86,67%) menyatakan sangat membutuhkan bantuan orang lain dalam memecahkan masalahnya, dan 23 orang (76,67%) menyatakan senang jika di sekolah ada program layanan konsultasi yang diberikan oleh teman sebaya (Erhamwilda, 2010).

Carr (1981: 2) menyatakan bahwa tanpa bantuan aktif dari para siswa (teman sebaya) dalam memecahkan krisis perkembangan dan *problem-*

problem psikologis mereka sendiri, program-program layanan dan program konseling tidak akan berhasil secara efektif.

Bowman and Myrick (1980, dalam J. A. Tindall & D. Gray, 1985: 24), dari penelitiannya menemukan program sebaya pada pelajar kelas 3-6 SD ternyata efektif untuk meningkatkan konsep diri semua *peer helpers*. Emmert (1977, dalam J. A. Tindall & D. Gray, 1985:24) menemukan bahwa kelompok siswa yang telah mendapatkan pelatihan menjadi *peer-helper* secara statistik berbeda dan lebih tinggi skor empatinya dibanding kelompok siswa yang tidak menerima pelatihan. Selanjutnya Bell (1977, dalam J. A. Tindall & D. Gray, 1985: 24) menggunakan metoda perbandingan antarkelompok untuk menemukan efek dari partisipasi pada program *peer counseling* siswa SMP. Dia menemukan meskipun *peer-counselor* yang dilatih tidak memperlihatkan peningkatan dalam *self concept*, mereka menunjukkan prestasi akademik yang lebih tinggi dibanding kelompok siswa *peer counselor* yang tidak bekerja dengan siswa-siswa lain.

Barclay, J.H., and Harland, L.K. (1995), dari penelitiannya merekomendasikan: *the use of peers in performance appraisal with specific guidelines for insuring effectiveness*. Selanjutnya, Burley, S., Gutkin, T., and Naumann, W. (1994) mengemukakan, *Peer tutoring is shown to be successful and is used as a strategy to mainstream deaf children*. Selanjutnya Dolan, B. (1994). Menemukan: *A teen talk line run by peers is shown to be effective and have an impact on the self-esteem of peers*.

Nelson, J.R., Smith, D.J., and Colvin, G. (1995), mengemukakan *The effects of a peer-mediated self-evaluation procedure on the recess behavior of students with behavior problems*. Hasil risetnya menemukan: *Self-control and self-management at recess improved when peers were partnered with students with behavior problems*. Sementara Charlebois, P. LeBlanc, M., Tremblay, R.E., Gagnon, C. and Larivée, S. (1995), menemukan: *Teacher interaction style was more significant than in-school peer support in preventing delinquency for young children*.

Selanjutnya Suwarjo (2008) telah membuktikan bahwa model koseling teman sebaya efektif dalam mengembangkan daya lentur (*resilience*) anak asuh Panti Sosial Asuhan Anak Propinsi Istimewa Yogyakarta.

Cohen, P. (Spring, 1995) *The content of their character: Educators find new ways to tackle values and morality: 1-8. Peer programs are supported as ways for students to learn to develop integrity, character, and responsibility*.

Graetz, B., and Shute, R. (1995). *Assessment of peer relationships in children with asthma*, menemukan: *Children who require hospitaliza-*

tion experience loneliness and isolation and could benefit from peer intervention.

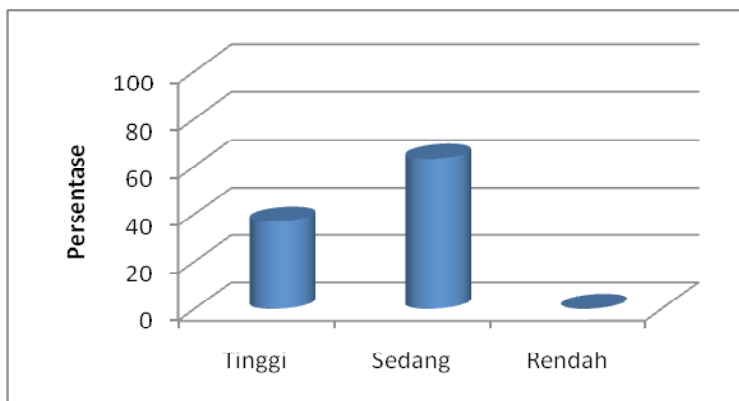
Emerson, B.L., & Hinkle, J.S. (1988), *A police peer counselor uses reality therapy, describes a case example in which the concepts of control theory and reality therapy proved to be effective in working with police officers in peer counseling situations, including events involving trauma*.

Permasalahan yang Banyak Dialami siswa Terkait Kompetensi Intrapersonal.

Secara kuantitatif dan kualitatif masalah yang banyak dialami siswa adalah: (a) masalah kurang dapat mengatur waktu dalam belajar (dialami sebagian besar siswa di setiap prodi), yang menunjukkan kurangnya *self-control* sebagai bagian penting dari *self-direction*; (b) masalah akademik meliputi: merasa kurang senang pada cara mengajar guru, kurang senang pada mata pelajaran tertentu, malas membaca buku-buku yang diwajibkan; (c) masalah karir meliputi: merasa cemas untuk mendapatkan pekerjaan, belum memiliki wawasan tentang prospek lapangan kerja, belum memiliki pilihan yang pasti tentang pekerjaan, dan kurang memahami keterampilan yang harus dikuasai untuk memasuki dunia kerja. Semua masalah ini mengindikasikan masih kurangnya pemahaman akan potensi diri dan lingkungan, yang terkait dengan *self-knowledge*; (d) masalah pribadi yaitu masalah rendahnya rasa percaya diri yang ditandai dengan kurangnya keberanian dalam mengungkapkan pendapat dan malu berbicara di depan umum, mengindikasikan rendahnya *self-confidence* sebagai bagian dari kompetensi *self-direction* dan terkait *self-esteem*; (e) lebih setengahnya dari jumlah siswa merasa memiliki teman yang akhlaknya buruk, merupakan indikasi lemahnya *self-control* sebagai bagian dari *self-direction*; (f) masalah pribadi yang diungkapkan oleh sebagian kecil siswa namun kategori berat adalah: merasakan dirinya tidak berguna, merasa putus asa, ingin bunuh diri karena menghadapi masalah, dan ada siswa yang mengungkapkan bahwa ia banyak melamun karena terlanjur berhubungan terlalu jauh dengan pacar. Masalah pribadi ini sebagai indikasi dari masih rendahnya *self-esteem*, rendahnya *self direction*, dan rendahnya *self knowledge*, serta indikasi pentingnya peningkatan kompetensi *intrapersonal* siswa SMK dilakukan.

Profil Kompetensi Intrapersonal Siswa SMK N 1 Bandung

Hasil penelitian menunjukkan bahwa profil kompetensi intrapersonal siswa SMK secara umum adalah 16,67% berada pada kategori tinggi, 83,03% sedang dan 0% berada pada kategori



Gambar 1
Gambaran Umum Kompetensi Intrapersonal Siswa SMK

rendah. Bila diuraikan dalam bentuk grafik maka gambaran umum kompetensi intrapersonal siswa SMK dapat dilihat pada Gambar 1.

Jika sub variabel *self knowledge* dirinci

kembali berdasarkan aspek-aspeknya secara keseluruhan, maka diperoleh hasil seperti yang tersaji pada Tabel 1.

Jika sub variabel *self direction* dirinci

Tabel 1
Gambaran Umum Aspek Kompetensi Intrapersonal Siswa SMK pada Sub Variabel *Self Knowledge*

Aspek	Kriteria	Interval	Frekuensi	Persentase
Kognisi Fisik	Tinggi	23 - 33	163	32.53
	Sedang	12 - 22	335	66.87
	Rendah	0 - 11	3	0.60
Kognisi Sosial	Tinggi	23 - 33	141	28.14
	Sedang	12 - 22	357	71.26
	Rendah	0 - 11	3	0.60
Aspek	Kriteria	Interval	Frekuensi	Persentase
Kognisi Psikologis	Tinggi	37 - 54	208	41.52
	Sedang	19 - 36	293	58.48
	Rendah	0 - 18	0	0.00

Sumber : Penelitian Erhamwilda

Tabel 2
Gambaran Umum Aspek Kompetensi Intrapersonal Siswa SMK pada Sub Variabel *Self Direction*

Aspek	Kriteria	Interval	Frekuensi	Persentase
Percaya Diri	Tinggi	31 - 45	126	25.15
	Sedang	16 - 30	375	74.85
	Rendah	0 - 15	0	0.00
Pemenuhan Kebutuhan Diri	Tinggi	31 - 45	111	22.16
	Sedang	16 - 30	390	77.84
	Rendah	0 - 15	0	0.00
Kontrol Diri	Tinggi	43 - 63	46	9.18
	Sedang	22 - 42	453	90.42
	Rendah	0 - 21	2	0.40

Sumber : Penelitian Erhamwilda

Tabel 3
Gambaran Umum Aspek Kompetensi Intrapersonal Siswa SMK pada Sub Variabel *Self Esteem*

Aspek	Kriteria	Interval	Frekuensi	Persentase
Manfaat Diri	Tinggi	25 - 36	64	12.77
	Sedang	13 - 24	436	87.03
	Rendah	0 - 12	1	0.20
Kehormatan Diri	Tinggi	11 - 15	228	45.51
	Sedang	6 - 10	269	53.69
	Rendah	0 - 5	4	0.80
Kemuliaan Diri	Tinggi	23 - 33	43	8.58
	Sedang	12 - 22	450	89.82
	Rendah	0 - 11	8	1.60
Kecintaan Diri	Tinggi	17 - 24	170	33.93
	Sedang	9 - 16	325	64.87
	Rendah	0 - 8	6	1.20
Integritas Diri	Tinggi	21 - 30	23	4.59
	Sedang	11 - 20	437	87.23
	Rendah	0 - 10	41	8.18

berdasarkan aspek-aspeknya secara keseluruhan, maka diperoleh hasil seperti tersaji pada tabel 2.

Jika sub variabel *self esteem* dirinci berdasarkan aspek-aspeknya secara keseluruhan, maka diperoleh hasil seperti tersaji pada tabel 3.

Dengan memerhatikan hasil penelitian di atas maka ternyata secara umum tingkat kompetensi intrapersonal siswa SMKN 1 Bandung berada pada taraf sedang, di mana sebagiannya sedang menuju tinggi dan sebagian lagi sedang menuju rendah, serta ditemukan beberapa kasus siswa yang kompetensi intrapersonalnya rendah pada aspek tertentu.

Siswa yang kompetensi intrapersonalnya cenderung rendah berpangkal dari rendahnya pengetahuan tentang diri (*self-knowledge*), kurangnya kemampuan untuk membuat keputusan sendiri (*self-direction*), dan harga diri (*self-esteem*) rendah. Di antara ketiga area tersebut terdapat tumpang tindih karena merupakan bagian dari diri yang sama, tetapi ketiganya tetap merupakan kompetensi yang terpisah (M. E. Cavanagh & J. E. Levitov, 2002: 203).

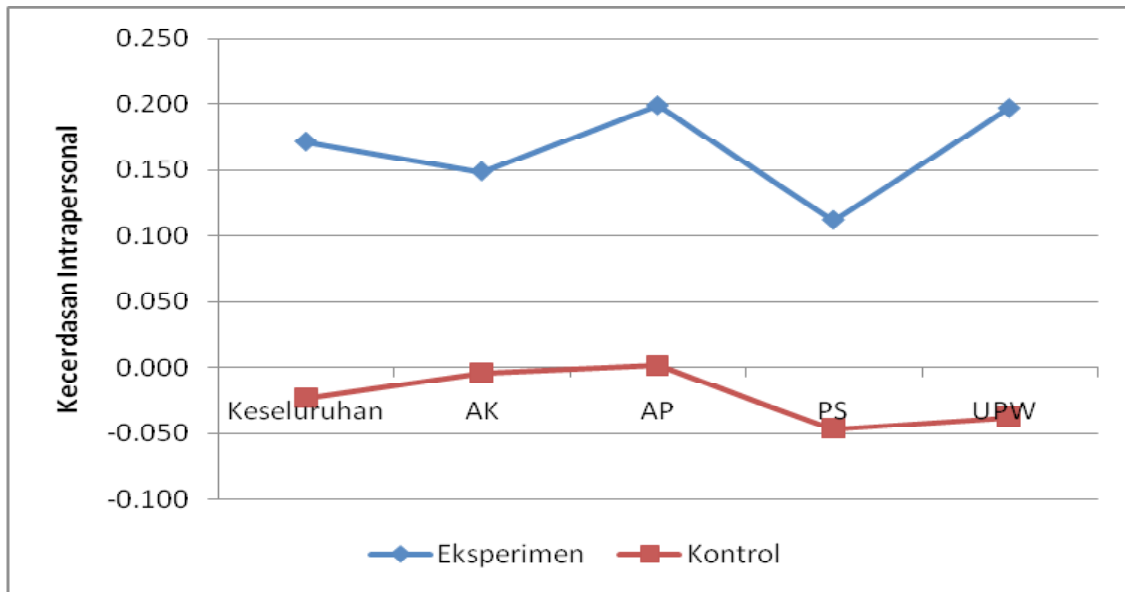
Dilihat dari sub variabel *self-knowledge* ternyata ditemukan kasus-kasus siswa yang aspek kognisi fisik dan aspek kognisi sosialnya rendah. Siswa yang rendah *self-knowledgenya* umumnya mengalami masalah berupa: (1) asing terhadap diri sendiri; (2) ada prinsip-prinsip yang tidak jelas/tidak diakui secara signifikan mempengaruhi perilaku; (3) membuat keputusan tanpa banyak pertimbangan; (4) persepsinya dinodai oleh-oleh

prinsip-prinsip tertentu yang tidak jelas; (5) menghindari situasi yang akan menunjukkan prinsip-prinsip dirinya yang tidak diakuinya; (6) memanipulasi atau dimanipulasi orang lain sesuai prinsip-prinsip diri yang tidak diakuinya; (7) memproyeksikan ketidaktahuan diri pada orang lain (Cavanagh, 1982).

Kemudian dilihat dari sub variabel *self-direction* ditemukan juga kasus siswa yang *self-controlnya* rendah. Menurut M. E. Cavanagh (1982), orang yang *self-directionnya* kurang kemungkinan mengalami: (1) *self-confidence* yang rendah; (2) kekurangan *self-reliance* (kurang kepercayaan akan kemampuan diri memenuhi kebutuhan diri); (3) kurangnya *self control*.

Orang yang *self-controlnya* kurang, mungkin akan menunjukkan perilaku: (1) disiplin yang rendah; (2) kurang kemampuan untuk mengendalikan/memerintahkan diri. Hidup dikontrol oleh tekanan dari dalam atau dari luar. Mereka tidak mengatur perilakunya, tetapi perilakunya diatur oleh kebutuhan dan perasaannya (M. E. Cavanagh & J. E. Levitov, 2002: 211-212).

Dalam hal kompetensi *self-esteem* ditemukan kasus siswa yang rendah *self worth*. Orang yang *self esteemnya* rendah biasanya: (1) merasa dirinya tidak disukai dan tidak disayang, dan mengancam dirinya dengan keadaan; (2) merasa dirinya bodoh, malang, lemah, bosan atau tidak atraktif; (3) tidak menyukai dirinya tapi juga tidak membenci dirinya; (4) mungkin terlalu memersoalkan suatu peran, tidak memandang



Gambar 2
Rata-Rata Data Normalized Gain Kelompok Eksperimen dan Kontrol Kompetensi Intrapersonal Siswa SMK

dirinya berguna, dan terlalu memersoalkan peran yang membuatnya tidak berguna; (5) memandang dirinya sendiri secara negatif, tidak membiarkan orang lain mengenal dirinya lebih dalam dst.

Para ahli konseling sepakat bahwa konseling yang efektif haruslah merupakan satu pengalaman baru satu hubungan yang unik dalam kehidupan klien yang menyediakan kesempatan untuk menerima diri dan hidup dengan cara berbeda, untuk mengalami dan mengekspresikan pemikiran dan perasaan secara berbeda dan untuk berperilaku dengan cara yang baru (Cavanagh & J. E. Levitov, 2002: 93).

Model Hipotetik Konseling Teman Sebaya untuk Meningkatkan Kompetensi Intrapersonal Siswa

Berdasarkan kajian teoritik dan kondisi empirik siswa SMK di lapangan maka disusun model hipotetik konseling sebaya untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa SMKN 1 Bandung. Model konseling meliputi: (1) rasional, menjelaskan pentingnya konseling teman sebaya untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa berdasarkan kajian teoritis dan kondisi empirik siswa kelas XI SMKN 1 Bandung; (2) tujuan, menggambarkan tentang sikap dan perilaku siswa yang diharapkan muncul melalui model konseling sebaya untuk peningkatan kompetensi intrapersonal; (3) asumsi, menjelaskan beberapa prinsip mendasar dalam melaksanakan layanan konseling sebaya; (4) tar-

get intervensi, menjelaskan perubahan yang diharapkan terjadi pada pribadi siswa yang terlibat dalam konseling sebaya; (5) langkah-langkah, menjelaskan tentang aktivitas yang harus dijalani oleh konselor ahli, konselor sebaya dan proses konseling yang disusun menjadi tiga langkah utama dengan beberapa sesi pada setiap langkah; (6) kompetensi konselor, menggambarkan keahlian yang dituntut pada konselor ahli yang akan menyelenggarakan layanan konseling sebaya; (7) evaluasi dan indikator keberhasilan, menjelaskan tentang proses mengukur keberhasilan konseling sebaya, serta indikator keberhasilannya.

Melalui pengkajian pakar di bidang Bimbingan Konseling dan pengkajian kepraktisan model oleh praktisi (para guru BK di SMKN 1 Bandung) maka model hipotetik konseling sebaya untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa SMK dinyatakan layak untuk diujicobakan pengimplementasiannya.

Efektivitas Model Konseling Sebaya Untuk Meningkatkan Kompetensi Intrapersonal Siswa SMK

Hasil uji empirik di SMKN 1 Bandung dengan metoda *Quasi-Eksperimental Design* dan *the pre-test-posttest design* ditemukan bahwa secara keseluruhan model konseling sebaya efektif untuk meningkatkan kompetensi *intrapersonal* siswa. Peningkatan aspek-aspek kompetensi intrapersonal yang signifikan secara statistik meliputi aspek *self-knowledge*, *self-direction*, dan *self esteem*. Lebih lanjut bila dilihat berdasarkan program studi ditemukan sub kompetensi dari masing-masing

aspek kompetensi intrapersonal yang meningkatannya tidak signifikan.

Berdasarkan uji gain secara statistik terlihat bahwa terjadi peningkatan kompetensi intrapersonal secara signifikan pada kelompok eksperimen, jika dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hasil uji statistik tersebut dapat dilihat pada gambar 2.

Kemudian secara kualitatif berdasarkan pendapat konselor sebaya dan konseli sebaya, model konseling sebaya terbukti efektif untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal *self-knowledge* (pemahaman diri), *self-direction* (pengarahan diri) yang meliputi; *self-confidence*, *self reliance*, dan *self control*; *self-esteem* (harga diri). Para siswa yang menjadi konseli mengungkapkan antara lain: merasa lebih mengetahui kekuatan dan kelemahan dirinya setelah konseling, merasa lega, beban masalah lebih ringan dan merasa lebih nyaman, ingin mengubah diri, bisa berubah menjadi terbuka, lebih percaya diri, merasa lebih bisa menghargai diri sendiri dan orang lain, meskipun beberapa konseli mengungkapkan bahwa perlu waktu untuk perubahan.

Bagi konseli yang ikut dalam kegiatan konseling kelompok merasa bahwa mereka menjadi lebih akrab dengan teman-teman kelompoknya, merasa teman-teman memberikan dukungan positif, dan menyadari bahwa masalah teman-teman lain ternyata ada yang sama dengan masalah yang dirasakannya.

Hasil uji efektivitas konseling sebaya untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa SMK menunjukkan bahwa terdapat kenaikan yang signifikan pada kompetensi intrapersonal siswa yang terlibat dalam kegiatan konseling sebaya, bila dilihat secara keseluruhan. Ini menunjukkan bahwa terjadi kenaikan pada kompetensi *self-knowledge*, *self-direction*, dan *self esteem* pada siswa.

Penelitian ini sejalan dengan Dolan, B. (1994) yang menemukan, *A teen talk line run by peers is shown to be effective and have an impact on the self-esteem of peers*. Kemudian sejalan juga dengan Nelson, J.R., Smith, D.J., and Colvin, G. (1995). *The effects of a peer-mediated self-evaluation procedure on the recess behavior of students with behavior problems*. Hasil risetnya menemukan: *Self-control and self-management at recess improved when peers were partnered with students with behavior problems*.

Konseling merupakan satu layanan yang dipandang tepat meningkatkan kompetensi intrapersonal, karena kompetensi intrapersonal berkaitan dengan aspek psikologis, sedangkan konseling hakikatnya adalah bersifat psikologis. Sebagaimana diungkapkan Nelson (1982) dalam M. Surya (2009:27)

Sekurang-kurangnya ada enam macam

pengalaman baru yang dapat diperoleh klien dalam proses konseling yaitu: (1) mengenal konflik-konflik internal; (2) menghadapi realitas; (3) mengembangkan tilikan; (4) memulai suatu hubungan yang baru; (5) meningkatnya kebebasan psikologis; (6) memperbaiki konsep-konsep yang keliru (M. Surya, 2009: 28-29).

Secara kualitatif hasil uji keefektifan model juga menunjukkan bahwa siswa mendapatkan pengalaman yang positif dan berharga untuk membantunya mengatasi masalah.

Simpulan dan Saran

Berdasarkan temuan dan pembahasan dapat ditarik simpulan bahwa berbagai permasalahan yang diungkapkan siswa menunjukkan indikasi perlunya upaya bantuan untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa. Siswa yang bermasalah kompetensi intrapersonalnya pada satu atau lebih aspek rendah atau sedang menuju rendah.

Model konseling sebaya memiliki posisi strategis dan peluang yang baik untuk dijadikan salah satu pendukung layanan konseling di sekolah. Model konseling sebaya untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal dipandang layak untuk digunakan sebagai salah satu layanan BK di SMKN 1 Bandung setelah uji kelayakan dari ahli BK, praktisi, dan uji coba implementasi. Hasil uji coba model menunjukkan model konseling sebaya efektif untuk meningkatkan kompetensi intrapersonal siswa, yang meliputi *self-knowledge*, *self-direction*, dan *self-esteem*. Model konseling sebaya yang telah digunakan tersebut berisi: (a) rasional; (b) tujuan; (c) asumsi; (d) target; (e) langkah-langkah; (f) kompetensi konselor dan konselor sebaya; (g) evaluasi dan indikator keberhasilan.

Melihat kesimpulan tersebut maka model ini dapat digunakan Di SMKN 1 Bandung, namun untuk digunakan di SMK-SMK lain perlu diujicobakan dalam populasi yang lebih luas. Menggunakan model konseling sebaya, bukan berarti membuat konselor sekolah berlepas tangan dari siswa yang telah dibimbing konselor sebaya, karena ia tetap memiliki tanggung jawab, hanya saja ia terbantu dengan adanya tenaga konselor sebaya di sekolah.

Daftar Pustaka

- Anthony, R. (1992). *Rahasia Membangun Kepercayaan Diri*. (terjemahan Rita Wiryadi). Jakarta: Binarupa Aksara.
- Barclay, J.H., and Harland, L.K. (1995). *Peer performance appraisals: The impact of rate com-*

- petence, rate location, and rating correctability on fairness perceptions.* Group & Organization Management, 20, 1, 39-60.
- Borg, W.R & Gall, M.D. (1989). *Educational Reseach: An Introduction*. London : Longman, Inc.
- Carr, R.A. (1981). *Theory and Practice of Peer Counseling*. Ottawa: Canada Employment and Immigration Commission.
- Cavanagh, M. E. (1982). *The Counseling Experience*. Monterey California: Brooks/Cole Publishing Company.
- Cavanagh, M. E. & J. E. Levitov. (2002). *The Counseling Experience*. USA: Waveland Press, Inc.
- Centi, P. J. (1995). *Mengapa Rendah Diri* . Yogyakarta : Kanisius
- Cohen, P. (Spring, 1995). *The content of their character: Educators find new ways to tackle values and morality*. Curriculum Update.
- Creswell, W. J. (1994). *Research Design : Qualitative & Quantitative Approach*. London : SAGE Publications.
- Dolan, B. (1994). A teen hot line. *The B.C. Counsellor*, 16, 2, 28-34.
- Erhamwilda (2007). Survei terhadap Kecenderungan Siswa-Siswa SMA & SMK untuk Berkonsultasi dalam Mengatasi Masalahnya. Penelitian Mandiri. *Tidak diterbitkan*.
- Graetz, B., and Shute, R. (1995). Assessment of peer relationships in children with asthma. *Journal of Pediatric Psychology*, 20, 2, 205-216.
- Manktelow J. & A. Carlson.(2009). Building Self-Confidence (Believe in Yourself, and Find Success). [http:// www.mindtools.com/selfconf.html](http://www.mindtools.com/selfconf.html)
- Kan, P.V. (1996). *Peer Counseling in Explanation*. (on line): <http://www.peercounseling.com>.
- Logue, A.W. (1995). *Self-Control*. USA: Prentice Hall Englewood Cliffs, New Jersey 07632
- Lauster, P. (1997). *Test Kepribadian* (terjemahan Cecilia, G. Sumekto). Yogyakarta: Kanisius
- Magin, D.J., and Churches, A.E. (1995). *Peer Tutoring In Engineering Design: A Case Study*. Studies in Higher Education, 20, 1, 73-85.
- Surya. M. (2003). Psikologi Konseling. Bandung: C.V. Pustaka Bani Quraisy.
- _____, (2009). *Psikologi Konseling*. Bandung: Maestro.
- Nelson, J.R., Smith, D.J., and Colvin, G. (1995). *The effects of a peer-mediated self-evaluation procedure on the recess behavior of students with behavior problems. Remedial and Special Education*, 16, 2, 117-126.
- Roesener, L. (1995). *Changing the culture at Beacon Hill. Educational Leadership*, 52, 7, 28-32.
- Silver, E., Coupey, s. Bauman, L., Doctors, S., &Boeck, M. (1992). *Effects Of A Peer Counseling Training Intervention On Psychological Functioning Of Adolescents. Journal of Adolescent Development*, 7, 110-128.
- Suwardjo. (2008). Model Konseling Sebaya Untuk Pengembangan Daya Lentur (Resiliences). (Studi Pengembangan Modeling Teman Sebaya untuk Mengembangkan Daya Lentur Anak Asuh Panti Sosial Asuhan Anak, Propinsi Istimewa Yogyakarta). Disertasi. Bandung: Pasca UPI (tidak diterbitkan).
- Tindall, J. A & H.D. Gray (1985). *Peer Counseling, In Depth Look At Training Peer Helpers*. United State of America: Accelerated Development Publishers.
- Varenthorst, B. B (1984). *Peer Counseling: Past Promises, Curent Status, and Future Directions*. Editor: Steven D. Brown &Robert W.Lent . Handbook Of Counseling Psychology. New York: John Wiley &Son.
- Wikipedia (Juli 2008) *The Free Encyclopedia*. Confidence <http://en.wikipedia.org/wiki/Self-confidence>.
- Yusuf, S. L.N. (2008). *Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Rizqi Press. Cet.I