

**EFEKTIFITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK METAFORA
BERBENTUK *HEALING STORIES* UNTUK MENINGKATKAN EFIKASI
DIRI AKADEMIK SISWA SMA****HASRUL**Dosen Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Sekolah Tinggi Keguruan
Ilmu Pendidikan Kie Raha Ternate, Maluku UtaraE-mail: lastoc_87@yahoo.co.id

Abstrak: Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya masalah rendahnya efikasi diri akademik siswa pada mata pelajaran matematika. Siswa yang memiliki efikasi diri akademik rendah, akan tampak kurang percaya diri, meragukan kemampuan akademiknya, tidak berusaha mencapai nilai tinggi, menghindari tugas-tugas sulit, dan usaha kurang optimal dalam pelajaran matematika. Sebaliknya, apabila efikasi diri siswa meningkat, akan membuat mereka lebih mudah dan lebih merasa mampu untuk mengerjakan soal-soal matematika yang dihadapinya, bahkan soal matematika yang lebih rumit sekalipun. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk menguji efektivitas konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories* dalam meningkatkan efikasi diri akademik siswa. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *pre-test, post-test group control design*. Subjek penelitian adalah siswa SMAN 1 Kota Batu yang mengalami masalah rendah efikasi diri akademik pada mata pelajaran matematika yang berjumlah 20 orang, terdiri dari 10 orang kelompok eksperimen dan 10 orang kelompok kontrol. Analisis data penelitian ini menggunakan statistik non parametrik yaitu uji *Two Independent Sample Test Mann Whitney U*. Hasil uji statistik menunjukkan nilai mean ($14.90 > 6.10$). Sedangkan output “test statistic^b” Z hitung lebih besar dari Z tabel yaitu ($-3.329 > 0,05$) dan nilai Sig. (2-tailed) untuk uji dua sisi adalah 0,001, atau probabilitas di bawah 0,05 ($0,001 < 0,05$). Hasilnya H_0 ditolak, atau terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories* efektif meningkatkan efikasi diri akademik siswa SMA pada mata pelajaran matematika.

Kata kunci: Konseling Kelompok, Teknik Metafora, *Healing Stories*, Efikasi Diri Akademik

PENDAHULUAN

Dalam perspektif pendidikan, terutama yang berkaitan dengan proses pembelajaran di sekolah, masalah keyakinan terhadap kemampuan akademik (efikasi diri akademik) sangat berperan, bahkan menjadi salah satu kunci terhadap prestasi siswa. Dalam keadaan tertentu, siswa seringkali merasa tidak mampu menunjukkan prestasi akademiknya secara optimal sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Mereka sering merasa tidak yakin bahwa dirinya akan mampu menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan kepadanya. Hal ini

disebabkan karena mereka mengalami masalah efikasi diri rendah. Namun Siswa yang merasa yakin terhadap kemampuannya akan mengarahkan pada tindakan, pengarahan usaha, serta keuletan dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru (Bandura, 2002).

Bandura (2002), mendefinisikan bahwa efikasi diri akademik adalah penilaian diri seseorang akan kemampuannya untuk mengorganisir dan menjalankan rangkaian perilaku dalam mencapai tujuan pendidikan. Artinya kemampuan siswa secara umum yaitu berkenaan dengan kemampuan

memaksimalkan kinerja mereka di kelas guna mencapai tujuan pembelajaran. Siswa dengan efikasi diri yang meningkat akan siap berpartisipasi lebih banyak dalam menyelesaikan tugas belajar dan mereka akan belajar lebih giat dan memiliki ketekunan lebih lama ketika menghadapi kesulitan terutama pada pelajaran matematika. Sebaliknya siswa yang memiliki efikasi diri akademik rendah, tampak kurang percaya diri, meragukan kemampuan akademiknya, tidak berusaha mencapai nilai tinggi dibidang akademik.

Dalam bidang akademik efikasi diri sangat berpengaruh terhadap prestasi siswa di sekolah. Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa ternyata efikasi diri sangat ikut berpengaruh langsung terhadap prestasi akademik siswa (Bandura, 1997; Schunk, 1991, 1995; Pajares, 1996, 1997). Efikasi diri akademik memperkuat kegiatan belajar dalam meningkatkan perkembangan kompetensi pendidikan terutama pada mata pelajaran matematika (Bandura, 1997). Penelitian Bandura dan Schunk (dalam Pajares & Miller, 1994) menunjukkan bahwa semakin tinggi pikiran terhadap efikasi diri (*believe self-efficacy*) maka semakin cepat siswa dapat menyelesaikan tugas matematika. Betz dan Hacket (dalam Pajares, 2002) melaporkan bahwa siswa dengan efikasi diri yang tinggi, pada umumnya mereka akan lebih mudah dan berhasil melampaui latihan-latihan matematika yang di berikan kepadanya, sehingga hasil akhir dari pembelajaran tersebut yang tercermin dalam prestasi akademiknya juga cenderung akan lebih tinggi di bandingkan siswa yang memiliki efikasi diri rendah.

Mencermati beberapa hasil penelitian yang telah dikemukakan di atas, ternyata belum sesuai dengan realitas yang terjadi dalam dunia pendidikan khususnya di Indonesia saat ini. Beberapa fakta di lapangan

menunjukkan bahwa prestasi akademik siswa di Indonesia khususnya pada pelajaran matematika tergolong rendah jika dibandingkan dengan prestasi akademik siswa di Negara lain.

Hasil Penelitian *Trends in International Mathematics and Science Study* TIMSS, 1999 (dalam Balitbang, 2011) menunjukkan bahwa peringkat matematika siswa Indonesia berada di deretan 34 dari 38 negara. Pada tahun 2003, peringkat matematika siswa Indonesia berada pada deretan 34 dari 46 negara. Selanjutnya pada tahun 2007, prestasi matematika siswa Indonesia hanya naik dua tingkat dari tahun sebelumnya yaitu menempati peringkat 36 dari 49 negara, dengan pencapaian skor 397, masih di bawah skor rata-rata internasional yaitu 500. Hasil yang diperoleh ini, lebih buruk dibandingkan dengan pelajar Thailand yang berada pada urutan ke 29 (Balitbang, 2011). Rendahnya prestasi akademik siswa pada bidang matematika juga dapat dilihat dalam laporan studi *Programme for International Student Assessment (PISA)* pada tahun 2003 yang menunjukkan bahwa prestasi matematika berada di peringkat ke 38 dari 40 negara peserta. Sedangkan pada tahun 2007 prestasi matematika berada pada peringkat ke 50 dari 57 negara (Hayat & Yusuf, 2010).

Sementara itu prestasi matematika pada taraf Nasional masih sangat memprihatinkan. Pelaksanaan Ujian Akhir Negara tahun 2004/2005 banyak siswa yang harus mengikuti ujian ulang karena nilai matematika yang dicapainya tidak memenuhi target, yaitu sebesar 4.26, dan ini terjadi di beberapa propinsi (Liputan6.com, 2005). Sedangkan pada pelaksanaan ujian Nasional (UN) di tahun 2011/2012, matematika menjadi mata pelajaran yang paling rendah angka kelulusannya, disusul Bahasa Indonesia, kemudian Bahasa Inggris. Sebanyak 2.391 siswa atau 51,44 persen dinyatakan tidak lulus

matematika. Sementara 1.780 siswa atau 38,43 persen tidak lulus Bahasa Indonesia. Dan sebanyak 152 siswa atau 3,27 persen tak lulus Bahasa Inggris (Wartanews.com, 2011).

Hasil studi awal dilakukan pada SMA Negeri 1 Kota Batu melalui pelancaran angket kepada 250 orang siswa. Dari hasil analisis, sebanyak 28% siswa meragukan kemampuan dirinya ketika mengikuti pelajaran matematika, 25% siswa merasa malas ketika menghadapi tugas dalam pelajaran matematika, 27% siswa mudah menyerah pada saat mengerjakan tugas matematika yang rumit, dan 20% siswa menghindari tugas-tugas yang rumit dalam mata pelajaran matematika. Selain itu, hasil wawancara kepada beberapa konselor menyatakan bahwa umumnya para siswa merasa kurang percaya diri saat mengerjakan matematika dan meragukan kemampuan akademiknya ketika guru memintanya untuk mengerjakan soal-soal matematika.

Berdasarkan hasil studi awal di atas, maka perlu dilakukan upaya dan intervensi untuk membantu siswa untuk meningkatkan *rasa mampu* (efikasi diri), agar siswa dapat meningkatkan prestasi akademiknya terutama pada mata pelajaran matematika. Intervensi yang dimaksud ialah layanan konseling kelompok yang di laksanakan oleh konselor sekolah sebagai bentuk layanan yang responsif kepada siswa.

Dalam perkembangan khasanah konseling saat ini, beragam teknik yang digunakan dalam proses konseling sebagai strategi untuk menangani masalah konseli. Salah satu teknik yang dikenal dalam konseling saat ini ialah teknik metafora. Dalam prespektif konseling, metafora telah digunakan sejak zaman Freud dan Jung (Robert & Kelly, 2010). Secara umum, metafora didefinisikan sebagai teknik berbicara tentang satu hal yang dinyatakan dalam hal lain (Tompkins, dalam Chapman,

2009), atau pengalihan makna dari suatu unsur ke unsur yang lain. Sedangkan Kopp (dalam Chesley, Gillett, & Wagner, 2008) mendefinisikan metafora sebagai suatu cara berbicara di mana satu hal diekspresikan dalam hal lain, dengan cara tersebut sekumpulan orang dapat memperoleh keterangan baru pada karakter yang sedang dijelaskan. Kopp 1971 menggunakan istilah berbicara untuk membatasi penggunaan metafora hanya pada aspek ekspresi verbal (Chesley, Gillett, & Wagner, 2008).

Metafora adalah cara berkomunikasi yang ampuh untuk perubahan konseli (Boyum, 2010). Metafora merupakan alat terapeutik yang memungkinkan konselor untuk mengakses dunia konseptual konseli dengan cepat dan efektif (Robert & Kelly, 2010). Selain itu metafora juga menawarkan alat komunikasi bagi konselor untuk membawa kondisi bagi pengembangan dan perubahan masalah konseli (Wickman, Daniels, White, & Fesmire, 1999). Metafora dapat bermanfaat untuk membantu menstruktur dan memfasilitasi komunikasi dan interaksi antara konselor dan konseli dan untuk menghubungkan perubahan mendasar yang terjadi dalam proses konseling (Lyddon, Clay, & Sparks, 2001). Dengan demikian, metafora adalah sarana yang baik untuk berkomunikasi maupun perubahan dalam proses konseling (Muram & DiGiuseppe, 1990).

Dalam konseling, metafora biasanya berbentuk analogi, kiasan, perumpamaan, atau cerita yang dirancang untuk mengajarkan konsep-konsep baru dan mendorong pemahaman konseli yang lebih besar (Gordon, 1978). Selain itu, Zeig (dalam Roberts, 1978) telah mengemukakan bahwa metafora dapat berbentuk anekdot, fabel, dongeng, cerita, perumpamaan, dan alegori yang bisa digunakan dalam pendekatan

terapeutik apapun selama tahap dan proses perlakuan. Bentuk metafora tersebut dapat menggunakan media; penyampaian verbal (Chesley, Gillett, & Wagner, 2008). media buku (*bibliothetrapy*), drama, video (*videotherapy*), permainan (*playtherapy*), atau humor. Semua alat-alat dan teknik tersebut dapat membantu konselor untuk memfasilitasi konseli mengidentifikasi masalah, dan sebagai konsekuensinya, langkah-langkah tersebut akan mengarah pada penyelesaian masalah (Burns, 2007).

Berdasarkan penjelasan di atas, maka metafora yang digunakan dalam penelitian ini ialah berbentuk cerita atau yang disebut dengan *healing stories* sebagai dasar perubahan terapeutik. *Healing stories* adalah kumpulan cerita atau kisah-kisah pilihan yang dapat menjadikan pelajaran serta inspirasi dan memberikan model terhadap konseli sebagai upaya untuk membangun perubahan terapeutik. Dalam pelaksanaannya konselor tidak hanya menyediakan dan menyampaika cerita yang sesuai dengan keadaan atau masalah konseli dan sesuai dengan hasil yang ingin dicapai melalui strategi *healing stories*. Namun, konseli juga berperan menyampaikan cerita dalam upaya penyelesaian masalah dan pencapaian hasil (Burns, 2007).

Selanjutnya prosedur intervensi yang dilakukan dalam penelitian ini ialah menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories*. Pemilihan layanan konseling kelompok sebagai prosedur intervensi karena pada dasarnya konseling kelompok benar-benar sebuah bentuk pengalaman belajar yang efektif.

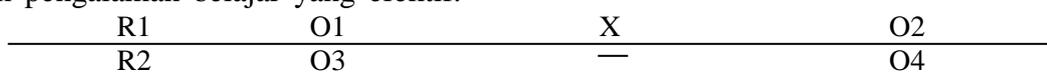
Dalam prosesnya anggota dapat berbagi pengalaman mereka, dan dapat belajar dari anggota lain. Selain itu, konseling kelompok adalah layanan yang memungkinkan konseli (siswa) memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok, disamping itu hal ini juga menghemat waktu bila dibandingkan dengan konseling individu dimana masalah dapat ditangani secara bersamaan (Venkatesh, 2006).

Penelitian ini bertujuan menguji efektivitas konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories* untuk meningkatkan efikasi diri siswa SMA pada mata pelajaran matematika. Hal ini dilakukan untuk membantu siswa yang mengalami masalah rendah efikasi diri akademik, dan optimaslisasi layanan konseling yang efektif.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan menggunakan desain *pre-test, post-test group control design*. Dalam penelitian ini, terdapat dua kelompok yang terdiri dari kelompok eksperimen dan kontrol. Kelompok eksperimen adalah subjek (siswa) yang mendapatkan intervensi konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories*. Sedangkan kelompok kontrol adalah subjek (siswa) yang mendapatkan intervensi konseling kelompok sebagaimana biasanya.

Secara umum, rancangan penelitian dengan menggunakan *pre-test, post-test group control design*, dapat dilihat pada gambar berikut:



Desain eksperimen dengan *pre-test, post-test group control design* (Tuckman, 1999).

Keterangan :

R1 : Penempatan subjek (kelompok) eksperimen secara random

- O1 : Pengukuran pertama (*pre-test*) pada kelompok eksperimen sebelum diberikan perlakuan.
X : Perlakuan (*treatment*) pada kelompok eksperimen
O2 : Pengukuran kedua (*post-test*) pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan.
R2 : Penempatan subjek (kelompok) kontrol secara random
O3 : Pengukuran pertama (*pre-test*) pada kelompok kontrol sebelum diberikan perlakuan.
- : Tidak ada perlakuan (*treatment*) pada kelompok kontrol
O4 : Pengukuran kedua (*post-test*) pada kelompok kontrol

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 1 Kota Batu yang memiliki masalah rendah efikasi diri akademik pada mata pelajaran matematika yang berjumlah 20 orang, terdiri dari 10 orang kelompok eksperimen dan 10 orang kelompok kontrol yang dipilih secara random. Proses penjarangan subjek penelitian dengan menggunakan skala efikasi diri akademik pada mata pelajaran matematika yang sudah diuji validitasnya.

Dalam penelitian ini, terdapat dua jenis instrumen yang digunakan yaitu bahan perlakuan (*stimulus materials*) yang berisi tentang materi perubahan yang dikemas dalam proses konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories* berdasarkan kajian literatur dan konsultasi dengan ahli konseling yang berjumlah 3 orang. Sedangkan instrumen alat ukur adalah skala efikasi diri akademik yang terdiri dari 39 item pernyataan. Skala efikasi diri akademik yang digunakan dalam penelitian ini oleh peneliti diadaptasi dan dimodifikasi dari skala *Academic self-efficacy: an inventori*, oleh Jinks & Morgan (1999), dan didasarkan pada dimensi pengukuran efikasi diri oleh Bandura (1997). Setelah diadaptasi, kemudian dilakukan uji validitas dan realibilitas instrumen. Hasil analisis realibilitas, diperoleh r alpha 0,940, lebih besar dari 0,60. Nilai tersebut menunjukkan bahwa item skala efikasi diri akademik pada pelajaran matematika dinyatakan valid dan reliabel.

Prosedur intervensi yang dilakukan dalam penelitian ini ialah menggunakan proses konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories* pada kelompok eksperimen dan konseling kelompok sebagaimana biasanya pada kelompok kontrol. Dalam prosedurnya, kegiatan intervensi dilakukan berdasarkan tahap-tahap konseling kelompok yang meliputi: tahap awal, tahap pelaksanaan (*treatment*), dan tahap akhir (penutup). Pada tahap perlakuan (*treatment*), dilakukan 7 kali pertemuan pada kelompok eksperimen dan 6 kali pertemuan pada kelompok kontrol. Selanjutnya pada tahap penutup, dilakukan 1 kali pertemuan pada kelompok eksperimen dan 1 kali pertemuan pada kelompok kontrol.

Analisis data penelitian ini menggunakan statistik non parametrik yaitu uji dua sampel bebas (*Two Independent Sample Test Mann Whitney U*). Uji *Mann Whitney* digunakan karena untuk menguji dua sampel bebas yang bersal dari populasi yang sama dan data berbentuk ordinal serta sampel yang berjumlah di bawah dari 30. Pengujian dilakukan dengan bantuan SPSS for Windows 16.00. Dasar pengambilan keputusan adalah dengan membandingkan angka Z hitung dan Z tabel, yaitu; jika $Z_H < Z_a$, maka H_0 diterima dan jika $Z_H > Z_a$, maka H_0 ditolak. Dengan melihat nilai probabilitas, jika $P > 0,05$, maka H_0 diterima, dan jika $P < 0,05$, maka H_0 ditolak.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka berikut ini disajikan

Data sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Konseli		Pre-test		Post-test	
1	2	1	2	1	2
AB	AR	93	87	117	92
FD	HR	80	77	108	109
AD	LG	96	95	139	98
BT	MN	93	97	125	101
FS	AJ	96	94	120	104
LA	SS	94	91	118	94
AR	BS	73	93	99	96
DN	DI	97	83	112	101
MR	DF	92	90	126	94
NT	MF	96	85	121	100

Keterangan:

1. Kelompok eksperimen
2. Kelompok kontrol

Pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories* pada kelompok eksperimen dilakukan sendiri oleh peneliti dengan melibatkan konselor sekolah sebagai observer. Pada pelaksanaannya, kegiatan intervensi dilakukan sebanyak delapan kali pertemuan, yaitu tujuh kali pertemuan pada tahap (*treatment*) dan satu kali pertemuan pada tahap penutup. Berikut ini adalah paparan kegiatan yang dilakukan selama pelaksanaan intervensi pada kelompok eksperimen.

Kegiatan pertama yang dilakukan oleh peneliti pada tahap ini adalah melakukan *pre-test* dengan cara memberikan skala efikasi diri akademik pada mata pelajaran matematika kepada seluruh siswa kelas XI SMAN 1 Kota Batu pada tahun pelajaran 2012/2013. Setelah hasil *pre-test* dianalisis, selanjutnya peneliti menetapkan jumlah akhir subjek dalam penelitian ini (lihat deskripsi data). Kegiatan selanjutnya pada tahap ini adalah peneliti mengadakan pertemuan awal dengan para siswa sebagai calon anggota

data hasil sebelum dan sesudah intervensi (*pre-test* dan *post-test*) pada kelompok eksperimen dan kontrol.

kelompok untuk bersama-sama menentukan waktu pelaksanaan kegiatan konseling kelompok.

Dalam tahap ini, kegiatan dilakukan selama tujuh kali pertemuan yang membahas tiga topik materi yaitu; **Pertama**, “keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri”, yang terdiri dari dua judul cerita: (a) *Kisah Si Bagas Sang Juara*, dan; (b) *Kisah Pemain Bulu Tangkis*. **Kedua**, “pentingnya kegigihan dalam situasi yang sulit dan penuh tekanan”, yang terdiri dari dua judul cerita, yaitu: (a) *Kisah Seorang Pemuda dan Laba-laba Kecil*, dan (b) *Kisah Seorang Pelari Cacat*. **Ketiga**, “pentingnya pengharapan positif terhadap kemampuan diri dan hasil yang dicapai” juga terdiri dari dua judul cerita, yaitu: (a) *Titik Es Dalam Hati*, dan (b) *Kisah Seorang Anak dari Desa*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, pelaksanaan kegiatan konseling pada tahap ini, para anggota kelompok sudah mulai konsentrasi dalam menyimak setiap cerita yang disampaikan. Sebagian besar anggota benar-benar terlibat dalam

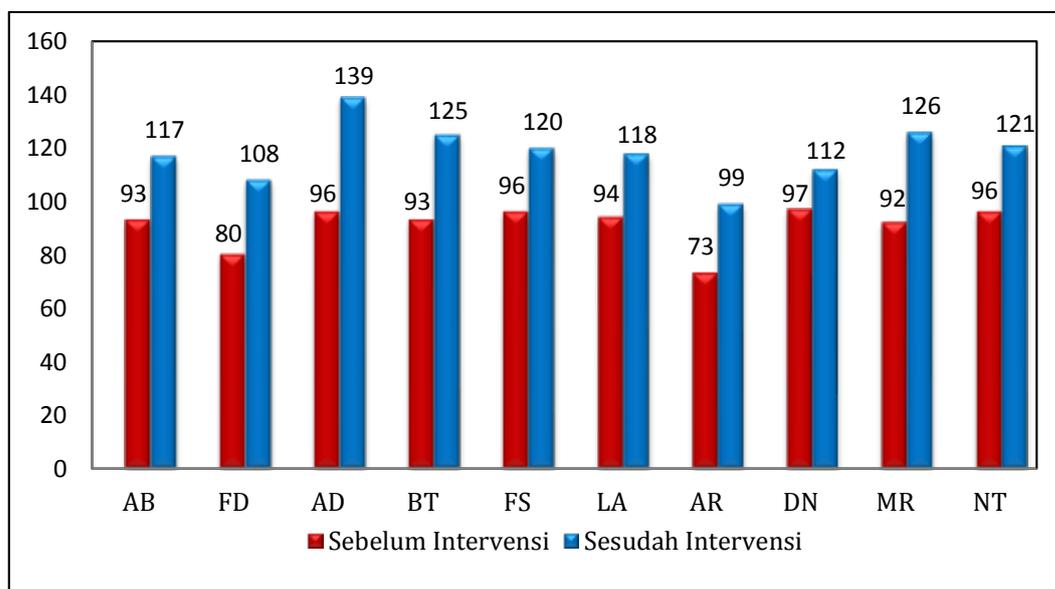
kegiatan refleksi isi, refleksi diri dan diskusi pengalaman pribadinya. Hasilnya, para anggota kelompok mampu melakukan perubahan pada wicara diri kerah yang lebih positif. Hal ini dapat dilihat pada pernyataan konseli yang diungkapkan melalui lembar pengembangan diri dan rubrik evaluasi.

Tahap ini dilakukan hanya satu kali dan sebagai pertemuan terakhir. Dalam tahap ini dilakukan kegiatan evaluasi secara keseluruhan dan dilakukan kegiatan *post-test*. Berdasarkan hasil penelitian ini, secara umum anggota kelompok mengungkapkan bahwa kegiatan konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories* yang mereka ikuti dari tahap awal sampai akhir sangat bermanfaat bagi pengembangan dirinya. Mereka merasa termotivasi dan terinspirasi dengan cerita-cerita yang disampaikan. Selain

itu, para anggota sangat menyadari bahwa ternyata sikap keyakinan diri, kegigihan (pantang menyerah) dan harapan positif sangat bermanfaat dalam dirinya terutama dalam mengikuti pelajaran matematika di sekolah. Dari hasil diskusi tersebut, selanjutnya peneliti memberikan pengutan hasil yang dicapai dengan cara memberikan penjelasan bahwa sikap keyakinan diri, kegigihan dan harapan positif sangat bermanfaat dalam dirinya seseorang.

Data Perubahan Tingkat Efikasi Diri Konseli pada Kelompok Eksperimen

Berikut ini adalah data perubahan peningkatan efikasi diri akademik konseli pada saat *pre-test* (sebelum kegiatan intervensi konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories*) dan *post-test* (sesudah kegiatan intervensi).



Grafik perubahan tingkat efikasi diri akademik konseli pada kelompok eksperimen, antara sebelum dan sesudah intervensi (perlakuan).

Hasil Pelaksanaan Intervensi pada Kelompok Kontrol

Pelaksanaan konseling kelompok sebagaimana biasanya (tanpa teknik metafora berbentuk *healing stories*) pada kelompok kontrol, sama dengan kegiatan yang dilakukan pada kelompok eksperimen yakni dilakukan sendiri oleh

peneliti dengan melibatkan konselor sekolah sebagai observer. Dalam pelaksanaannya, kegiatan intervensi dilakukan sebanyak tujuh kali pertemuan, yaitu enam kali pertemuan pada tahap (*treatment*) dan satu kali pertemuan pada tahap penutup. Berikut ini adalah paparan kegiatan yang dilakukan selama

pelaksanaan intervensi pada kelompok eksperimen.

Kegiatan pertama yang dilakukan oleh peneliti pada kelompok kontrol adalah melakukan *pre-test* dengan cara memberikan skala efikasi diri akademik pada mata pelajaran matematika kepada seluruh siswa kelas XI SMAN 1 Kota Batu pada tahun pelajaran 2012/2013. Setelah hasil *pre-test* dianalisis, selanjutnya peneliti menetapkan jumlah akhir subjek dalam penelitian ini (lihat deskripsi data). Kegiatan selanjutnya pada tahap ini adalah peneliti mengadakan pertemuan awal dengan para siswa sebagai calon anggota kelompok untuk bersama-sama menentukan waktu pelaksanaan kegiatan konseling kelompok.

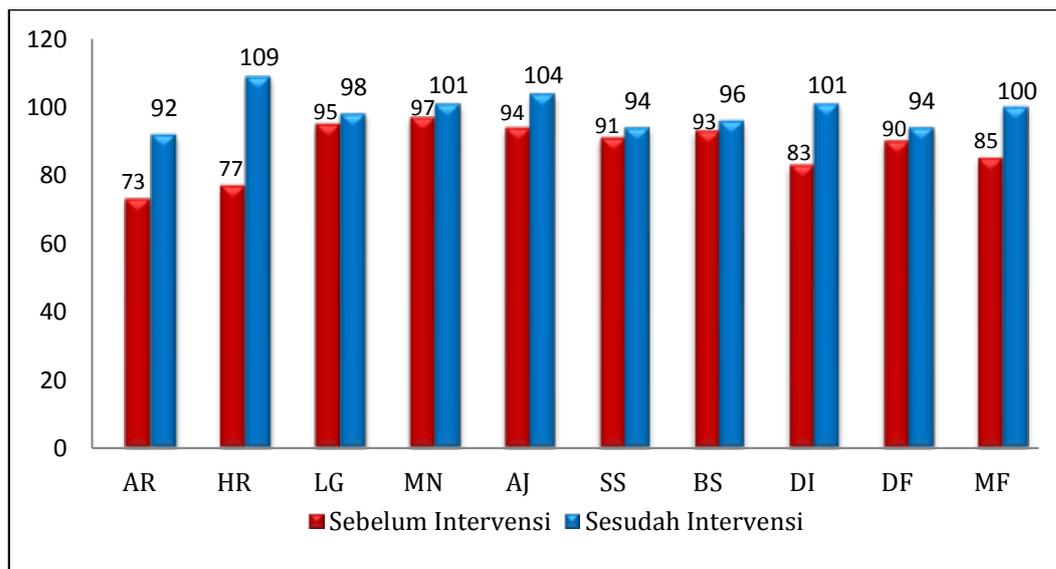
Dalam tahap ini, kegiatan konseling dilakukan sebanyak enam kali pertemuan yang membahas masalah yang diungkapkan oleh masing-masing lima orang konseli pada setiap pertemuan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling pada tahap pertengahan ini, sebagian anggota kelompok sudah mulai berani untuk mengungkapkan masalahnya dan aktif berdiskusi. Dalam tahap ini, telah dibahas masalah yang diungkapkan oleh lima orang konseli, yaitu: *pertama*, membahas masalah konseli HR yang mengungkapkan bahwa dirinya kurang percaya diri ketika menghadapi pelajaran matematika di sekolah dan merasa ragu dengan apa yang sudah dikerjakannya meskipun ia sudah belajar dengan maksimal. *Kedua*, masalah konseli MN yang mengungkapkan bahwa dirinya tidak memiliki semangat dalam belajar matematika, seringkali konseli Ia merasa mudah putus asa jika mengalami kesulitan dalam pelajaran matematika. Akibatnya kurang menyukai pelajaran

matematika. *Ketiga*, masalah konseli AJ yang mengungkapkan bahwa dirinya merasa ragu terhadap kemampuan dirinya dalam belajar matematika dan merasa gugup dan cemas ketika menghadapi soal-soal matematika yang dianggap sulit, dan akibatnya Ia merasa malas ketika menghadapi pelajaran matematika. *Keempat*, masalah konseli DI yang mengungkapkan bahwa dirinya mengalami kesulitan dalam memahami materi yang dijelaskan oleh guru, sehingga Ia kurang memiliki aspirasi dalam belajar matematika. *Kelima*, masalah konseli MF mengungkapkan bahwa dirinya sering merasa malas belajar matematika karena ia kurang terlalu suka dengan pelajaran matematika dan merasa ragu terhadap kemampuan dirinya pada saat menghadapi UH dan UTS.

Tahap ini dilakukan hanya satu kali dan sebagai pertemuan terakhir. Dalam tahap ini dilakukan kegiatan evaluasi secara keseluruhan dan dilakukan kegiatan *post-test*. Berdasarkan hasil penelitian ini, secara umum anggota kelompok mengungkapkan bahwa kegiatan konseling kelompok yang mereka ikuti dari tahap awal sampai akhir sangat bermanfaat bagi pengembangan dirinya. Mereka benar-benar mendapatkan pengalaman belajar yang baru dan pemahaman diri yang lebih baik melalui kegiatan diskusi dalam pemberian alternatif/solusi terhadap masalah yang dibahas.

Data Perubahan Tingkat Efikasi Diri Konseli pada Kelompok Kontrol

Berikut ini adalah data perubahan peningkatan efikasi diri akademik konseli pada saat *pre-test* (sebelum kegiatan intervensi konseling kelompok sebagaimana biasanya) dan *post-test* (sesudah kegiatan intervensi).



Grafik perubahan tingkat efikasi diri akademik konseli pada kelompok kontrol, antara sebelum dan sesudah intervensi (perlakuan).

Berikut ini merupakan hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Two Independent Sample Test Mann Whitney U*. Tujuannya adalah untuk membandingkan perbedaan efikasi diri

akademik siswa pada mata pelajaran matematika baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol setelah diberikan intervensi.

Hasil Perhitungan Statistik Uji *Two Independent Sample Test Mann Whitney U*

Ranks				
	Kelompok	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Skor	Eksperimen (1)	10	14.90	149.00
	Kontrol (2)	10	6.10	61.00
	Total	20		

Test Statistics ^b	
	Skor
Mann-Whitney U	6.000
Wilcoxon W	61.000
Z	-3.329
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)	.000 ^a

a. Not corrected for ties.

b. Grouping Variable: kelompok

Berdasarkan hasil analisis statistik, ternyata terjadi perubahan peningkatan skor efikasi diri akademik siswa pada mata pelajaran matematika khususnya kelompok eksperimen. Dapat dilihat dari *output Rank*, nilai *mean* untuk anggota kelompok yang mendapatkan perlakuan konseling dengan teknik metafora

berbentuk *healing stories*, lebih besar daripada nilai *mean* anggota kelompok yang mendapat perlakuan dengan konseling kelompok sebagaimana biasanya yaitu (14.90 > 6.10). Selain itu, hasil uji *Two Independent Sample Test Mann Withney U*, dapat dilihat pada *output "test statistic"* dimana nilai

statistik Z hitung lebih besar dari Z tabel ($-3.329 > 0,05$) dan nilai Sig (2-tailed) untuk uji dua sisi adalah 0,001, atau probabilitas di bawah 0,05 ($0,001 < 0,05$). Oleh karena itu, hasil analisis secara statistik menunjukkan signifikan. Hasilnya adalah H_0 ditolak, atau terdapat perbedaan yang signifikan antara konseli yang mendapatkan intervensi konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories*, dan konseli yang mendapatkan konseling kelompok sebagaimana biasanya.

PEMBAHASAN

Dari hasil uji *Two Independent Sample Test Mann Whitney U*, dapat dilihat pada output “*test statistic^b*” di mana nilai statistik Z hitung lebih besar dari Z tabel ($-3.329 > 0,05$) dan nilai Sig (2-tailed) untuk uji dua sisi adalah 0,001, atau probabilitas di bawah 0,05 ($0,001 < 0,05$). Maka hasil uji analisis signifikansi secara statistik yaitu H_0 ditolak, atau terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Berdasarkan hasil analisis tersebut, menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara konseli yang mendapatkan intervensi konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories* dan konseli yang mendapatkan konseling kelompok sebagaimana biasanya.

Selain itu, perbedaan juga ditunjukkan melalui perolehan skor skala efikasi diri akademik konseli yang diberi intervensi konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories* lebih tinggi pada saat pemberian *post-test*. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories* efektif meningkatkan efikasi diri akademik siswa SMA pada mata pelajaran matematika.

Hasil penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang

dilakukan oleh Parker & Wampler, (2006) bahwa teknik metafora berbentuk *storytelling* efektif dapat mengurangi perasaan negatif terhadap setiap pasangan dalam konseling keluarga. Selain itu, mereka juga mengatakan bahwa setiap cerita mampu memfasilitasi perubahan emosional konseli. Hasil penelitian Powell, Newgent, & Lee (2006), menunjukkan bahwa penggunaan teknik metafora berbentuk *healing stories* dalam konseling kelompok dengan menggunakan video sebagai media, efektif dapat meningkatkan *self-esteem* para konseli.

Dalam penelitian ini, yang menjadi salah satu faktor keberhasilan karena adanya proses penyampaian cerita sebagai dasar perubahan. Artinya melalui cerita yang disampaikan, dapat memberikan perumpamaan dan memungkinkan untuk merubah sudut pandang konseli yang akhirnya dapat merubah perilakunya. Dalam perspektif teori belajar sosial (*social learning theory*), cerita merupakan media yang dapat digunakan sebagai *model simbolik* yang dapat memberikan keterangan kepada individu untuk dapat menguatkan dan menumbuhkan efikasi dirinya (Bandura, dalam Usher & Pajares, 2008). Bandura (1997) menyatakan bahwa efikasi diri dapat diperoleh, dipelajari dan dikembangkan dari empat sumber informasi. Empat hal tersebut adalah stimulasi atau kejadian yang dapat memberikan inspirasi atau pembangkit positif (*positive arousal*) untuk berusaha menyelesaikan tugas atau masalah yang dihadapi. Keempat sumber utama itu ialah pengalaman keberhasilan, pengalaman tidak langsung, dorongan lisan, dan reaksi psikologis.

Merujuk pada pendapat Bandura (1997) tersebut, maka dalam penelitian ini peneliti menggunakan cerita sebagai media untuk menumbuhkan efikasi diri akademik siswa melalui sumber pengembangan efikasi diri itu sendiri.

Melalui cerita (*healing stories*) yang disampaikan dapat memberikan gambaran diri orang lain, pengalaman diri sendiri, dan adanya dorongan lisan kepada konseli sehingga mereka dapat mengembangkan efikasi diri akademiknya pada mata pelajaran matematika.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dalam proses intervensi pada kelompok eksperimen, teknik metafora berbentuk *healing stories* dapat memfasilitasi empat sumber utama tersebut yaitu pengalaman keberhasilan, pengalaman orang lain, dorongan lisan dan keadaan psikologis. Hal ini dapat dilihat dalam proses intervensi. Dalam pelaksanaannya peneliti akan menceritakan kisah orang lain yang sesuai dengan masalah anggota dalam kaitan ini adalah masalah keyakinan terhadap kemampuan diri (efikasi diri). Setelah menyampaikan cerita, peneliti mengajak anggota kelompok untuk melakukan refleksi diri melalui kegiatan diskusi. Hal ini dilakukan untuk memberikan pemahaman diri kepada anggota terkait dengan masalah yang sedang dibahas.

Setelah siswa mengamati pengalaman orang lain melalui cerita yang disampaikan, maka selanjutnya anggota akan menceritakan pengalaman pribadinya (pengalaman keberhasilan). Dalam proses ini, peneliti memandu anggota untuk menulis pengalamannya melalui jurnal peristiwa dan meminta kepada mereka untuk membacanya secara bergantian. Setelah anggota membaca pengalaman keberhasilannya, peneliti kembali memandu anggota untuk melakukan kegiatan diskusi. Hal ini dilakukan untuk memberikan dorongan verbal yaitu dengan memberikan motivasi kepada anggota agar dapat mengembangkan potensi dirinya. Melalui cerita yang telah disampaikan, peneliti meminta anggota mengamati dan mengenali keadaan psikologis (tokoh)

dalam cerita tersebut, kemudian meminta mereka untuk mengenali diri melalui jurnal refleksi diri dan mendiskusikannya.

Selain itu juga terdapat faktor lain yang memberikan dampak perubahan yaitu karena adanya penggunaan konseling kelompok yang memberikan pengalaman belajar serta kesempatan kepada konseli untuk mengekspresikan perasaan, konflik dan perhatian dalam kelompok (Corey, 2008). Konseling kelompok juga pada hakekatnya adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pikiran dan perilaku yang disadari, dibina dalam suatu kelompok kecil mengungkapkan diri kepada sesama anggota dan konselor, dimana komunikasi antar pribadi tersebut dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup serta untuk belajar perilaku tertentu ke arah yang lebih baik dari sebelumnya (Winkel, 1997).

Berdasarkan pada beberapa faktor yang dikemukakan di atas, maka secara umum hasil penelitian ini dapat memberikan beberapa proses perubahan pada diri konseli yaitu; (1) perubahan peningkatan efikasi diri akademik konseli pada skor *pre-test* dan *post-test*, baik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, (2) perubahan pada wicara diri (*self-talk*) konseli yang terdapat pada lembar, jurnal refleksi isi, jurnal refleksi diri, dan jurnal pengembangan diri selama kegiatan intervensi khususnya kelompok eksperimen, (3) proses perubahan pada kinerja konseli dalam menghadapi tugas-tugas matematika sebelum dan sesudah diberikan intervensi khususnya pada kelompok eksperimen.

Dengan adanya beberapa proses perubahan yang dikemukakan di atas, maka hal tersebut berdampak pada peningkatan efikasi diri akademik konseli. Efikasi diri yang meningkat akan berimplikasi terhadap beberapa kegiatan yang

dilakukan oleh konseli terutama dalam menghadapi pelajaran matematika. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Bandura (1997), bahwa efikasi diri akan berfungsi terhadap beberapa kegiatan yang dilakukan oleh seseorang. Fungsi tersebut meliputi; pemilihan tindakan, besar upaya dan ketekunan, serta pola berpikir dan reaksi emosional.

Pertama, fungsi pemilihan tindakan; Bandura (1997) menjelaskan bahwa dalam kehidupan sehari-hari orang harus membuat keputusan untuk mencoba berbagai tindakan dan seberapa lama menghadapi kesulitan-kesulitan. Efikasi diri yang tinggi mendorong individu untuk terlibat aktif dalam kegiatan, akan mendorong perkembangan kompetensi. Sebaliknya, efikasi diri yang rendah akan mengarahkan individu untuk menghindari lingkungan atau kegiatan dan akan memperlambat perkembangan kompetensi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi khususnya konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories*, para konseli mampu memilih dan menunjukkan aktifitasnya dengan penuh keyakinan terhadap kemampuan dirinya dalam pelajaran matematika.

Kedua, besar upaya dan daya tahan; efikasi diri menentukan seberapa besar usaha yang dikeluarkan, dan seberapa kuat individu bertahan dalam rintangan dan pengalaman yang menyakitkan. Semakin kuat persepsi kemampuan diri yang positif maka individu akan semakin giat dan tekun berusaha ketika menghadapi kesulitan, individu yang mempunyai keraguan tentang kemampuannya akan mengurangi usahanya bahkan akan menyerah (Bandura, 1997). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi khususnya konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories*, para konseli dapat meningkatkan efikasi diri

akademiknya sehingga mereka mampu memiliki daya tahan (kegigihan) dalam situasi yang sulit dan penetapan target yang tinggi dalam pelajaran matematika.

Ketiga, pola berpikir dan reaksi emosional; Bandura (1997) menyatakan bahwa penilaian individu tentang kemampuannya juga akan mempengaruhi pola berpikir dan reaksi emosional mereka. Individu yang menilai dirinya tidak memiliki keyakinan dalam menghadapi tuntutan lingkungan akan mengalami defisiensi personal, dan akan berpikir tentang potensi kesulitan yang lebih besar dari sebenarnya. Akibat dari referensi diri yang salah tersebut akan menghasilkan reaksi emosional yang tinggi. Konsekuensinya ialah individu akan merasa cemas dan gugup sehingga dapat mengurangi efektifitas penggunaan kemampuan yang dimilikinya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi khususnya konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories*, para konseli dapat meningkatkan efikasi diri akademiknya sehingga mereka mampu memiliki pengharapan positif pada kemampuan diri sendiri, dan pencapaian hasil yang diperoleh dalam mata pelajaran matematika.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan uji *Two Independent Sample Test Mann Whitney U*, pada pembahasan sebelumnya dapat dilihat hasil output "*test statistic^b*" di mana nilai statistik Z hitung lebih besar dari Z tabel ($-3.329 > 0,05$) dan nilai Sig (2-tailed) untuk uji dua sisi adalah 0,001, atau Probabilitas di bawah 0,05, ($0,001 < 0,05$). Hasilnya adalah H_0 ditolak, atau terdapat perbedaan yang signifikan antara konseli yang mendapatkan intervensi konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories*, dan konseli yang mendapatkan konseling kelompok sebagaimana biasanya.

Mencermati hasil uji hipotesis di atas, maka dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini dapat menjawab rumusan masalah yaitu konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories* efektif meningkatkan efikasi diri akademik siswa SMA pada mata pelajaran matematika.

1. Konselor Sekolah

- a. Konseling kelompok dengan teknik metafora berbentuk *healing stories* sangat menekankan pada kekuatan cerita yang disampaikan kepada konseli. Oleh karena itu diperlukan keterampilan konselor dalam memilih cerita yang sesuai dengan masalah konseli dan juga keterampilan menyampaikan cerita dengan baik. Disamping itu, konselor sekolah juga perlu meningkatkan keterampilan konseling kelompok sehingga penerapannya dapat dilakukan dengan mudah dan lebih efektif.
- b. Konselor sekolah perlu mengembangkan pengetahuannya terhadap teori dan praktik konseling khususnya teknik metafora berbentuk *healing stories* melalui kegiatan pelatihan atau seminar karena teknik ini masih tergolong minim dalam pengembangannya khususnya di Indonesia. Selain itu, konselor sekolah juga dapat menerapkan teknik metafora berbentuk *healing stories* ke dalam pendekatan-pendekatan konseling baik individu maupun kelompok, dengan tujuan untuk memberikan layanan kepada konseli agar dapat mengembangkan potensi dirinya, baik dalam masalah efikasi diri ataupun masalah pribadi yang lain.

2. Peneliti Selanjutnya

- a. Berdasarkan hasil temuan penelitian bahwa peningkatan yang dialami oleh konseli belum

optimal. Hal itu bisa dilihat dari hasil skala efikasi diri akademik pada mata pelajaran matematika konseli yang belum sepenuhnya mencapai skor tertinggi, yaitu hanya 139 pada kelompok eksperimen. Oleh karena itu perlu ditindaklanjuti dengan penelitian serupa yang lebih mendalam baik dari segi waktu, tahapannya maupun jumlah sesi/pertemuan yang dilakukan.

- b. Selain itu juga dapat dilakukan penelitian pengembangan maupun tindakan untuk menguji efektivitas teknik metafora berbentuk *healing stories* dengan menggunakan pendekatan-pendekatan konseling baik kelompok maupun individu dalam konteks permasalahan yang lain dan populasi yang lebih besar, sehingga dapat memberikan hasil yang lebih efektif.

DAFTAR RUJUKAN

- Balitbang, Kemendikbud. 15 Agustus 2011. *Survei Internasional TIMSS*, (Online), (<http://litbang.kemdikbud.go.id/detail.php?id=214>), diakses 6 Desember 2011.
- Bandura, A. 1997. *Self-efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman.
- Bandura, A. 2002. *Self-Efficacy in Changing Societies*. Cambridge University Press.
- Burns, G.W. 2005. *101 Healing Stories for Kids and Teens: Using Metaphors in Therapy*. New York: Wiley.
- Burns, G.W. 2007. *101 Healing Stories: Using Metaphors in Therapy*. New York: Wiley.
- Chapman, R.D. 2009. *The Use of Metaphor in Counseling: A Discourse Analysis*. Columbia: University Of British.

- Chesley, G.L., Gillett, D.A., & Wagner, W.G. 2008. *Verbal and Nonverbal Metaphor With Children in Counseling*. *Journal of Counseling and Development*, 86, 399-411.
- Corey, G. 2008. *Theory & Practice of Group Counseling*. (8 ed), California: Brook/Cole Publishing Company.
- Gordon, D. 1978. *Therapeutic Metaphor*. Capitola, CA: Meta Publications.
- Hayat, B. & Yusuf, S. 2010. *Benchmark Internasional Mutu Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Jinks, J. & Morgan, V. 1999. *Children's Perceived Academic Self-efficacy: An inventory Scale*. Research Library.
- Liputan6.com, 30 Juni .2005. *Jumlah Siswa yang Tidak Lulus Meningkat*, (Online), (<http://news.liputan6.com/read/104442/jumlah-siswa-yang-tidak-lulus-meningkat>). diakses, 16-juni-2011.
- Lyddon, W.J., Clay, A.L., & Sparks, C.L. 2001. *Metaphor and Change in Counseling*. *Journal of Counseling and Development*, 79, 269-274.
- Natawidjaja, R. 2009. *Konseling Kelompok: Konsep Dasar dan Pendekatan*. Bandung: Rizqi Press.
- Pajares, F. 1996. *Role of Self-efficacy Beliefs in The Mathematical Problem-Solving of Gifted Students*. *Contemporary Educational Psychology*, 21, 325–344.
- Pajares, F. 1997. *Current Directions in Self-efficacy Research*. In M. Maehr & P. R. Pintrich (Eds.), *Advances in motivation and achievement* (Vol. 10, pp. 1–49). Greenwich, CT: JAI Press.
- Pajares, F. 2002. *Self-efficacy Beliefs in Academic Setting: Review of Educational Research*. Florida: Educational Research Council Research Bulletin.
- Pajares, F., & Miller, M. D. 1994. *Role of Self-Efficacy and Self-Concept Beliefs in Mathematical Problem Solving: A Path analysis*. *Journal of Educational Psychology*, 86, 193-203.
- Parker, T.S. & Wampler, K.S. 2006. *Changing Emotion: The Use Of Therapeutic Storytelling*. *Journal of Marital and Family Therapy*, 32, 155-166.
- Powell, M.L., Newgent, R.A., Lee, S.M. 2006. *Group Cinematherapy: Using Metaphor to Enhance Adolescent Self-esteem*. Article In Press; *The Arts In Psychotherapy*, 1-7.
- Roberts, S. 1987. *Therapeutic metaphors: A counseling technique*. *Journal of the Academy of Rehabilitative Audiology*, 20, 61-72.
- Schunk, D.H. 1991. *Goal Setting and Self-Evaluation: A Social Cognitive Prespective on Self-Regulation*: In. M.L.Maehr & P.R. Pintrich (Eds), *Advances in Motivation and Achievement* (Vol 7, pp 85-113). Greenwich, Conn.: JAI.
- Schunk, D.H. 1995. *Self-Efficacy and Education and Instruction*. In J.E. Maddux (Ed.), *Self-Efficacy, Adaptation, and Adjusment: Theory, Research, and Application* (pp.281-303) New York: Plenum.
- Usher, E.L., & Pajares, F. 2008. *Sources of Self-efficacy in School: Critical Review of The Literature and Future Directions*. *Review of Educational Research*, 78, 751-796.
- Wartanews.com, 23 Mei 2011. *Matematika Pelajaran Tersulit*, (online),

(<http://www.wartanews.com/nasional/3cda9501-d5e6-1f5a-c84d-731b1d8f3241/matematika-pelajaran-tersulit-un-2011>) diakses, 06-juli-2011.

Wickman, S.A., Daniels, M.H., White, L.J. & Fesmire, S.A. 1999. *A*

'Primer' in Conceptual Metaphor for Counsellors (Electronic version). *Journal of Counseling and Development*, 77 (4): 389–94.

Winkel, W.S. 1997. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Gramedia.