



EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK SOCRATES UNTUK MENINGKATKAN *SELF* *AWARENESS* SISWA

Kharisma Nur Septiani, Universitas PGRI Madiun

Dahlia Novarianing Asri ✉, Universitas PGRI Madiun

Asroful Kadafi, Universitas PGRI Madiun

✉novarianing@unipma.ac.id

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas konseling kelompok teknik Socrates untuk meningkatkan *self awareness* siswa. Penelitian dilakukan di SMK Gamaliel 1 Madiun. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *quasi eksperimen*. Penelitian ini menggunakan desain *one grup pre-test* dan *post-test*. Penelitian ini menggunakan populasi yaitu siswa kelas XI SMK Gamaliel 1 Madiun. Sampel penelitian ini yaitu 6 siswa dari kelas XI SMK Gamaliel 1 Madiun. Dalam penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu menggunakan skala psikologi berupa skala *self awareness*. Peneliti menggunakan metode analisis statistik nonparametris dengan uji wilcoxon, untuk menganalisis hasil eksperimen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai Asymp. Sign (2 tailed) adalah 0,026 dimana $0,026 < 0,05$, yang berarti 0,026 kurang dari 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan menggunakan teknik Socrates efektif untuk meningkatkan *self awareness* siswa.

Kata kunci: *Self Awareness*, Konseling Kelompok, Teknik Socrates



Published by Universitas PGRI Madiun. This work is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Masa remaja berfungsi sebagai jembatan menuju kedewasaan. Remaja mengalami pertumbuhan fisik, kognitif, dan sosial mereka selama masa transisi ini. Remaja mengalami perubahan, perubahan yang terjadi yaitu dalam aspek sosial, relasional, mental, dan fisik. Remaja biasanya mulai merasa tidak yakin tentang siapa mereka. Oleh karena itu, perkembangan *self awareness* remaja sangat penting karena berdampak pada kepribadian, perilaku, dan rasa diri mereka.

Goleman (dalam Laila, Nisfhi, dkk, 2019) menjelaskan *self awareness* memiliki standar kemampuan diri yang realistis dan rasa percaya diri yang tinggi, hal itu memerlukan kesadaran akan bagaimana perasaan kita pada waktu tertentu dan menggunakan pengetahuan itu untuk memengaruhi keputusan diri kita. Orang dengan kesadaran diri menyadari diri mereka sendiri, emosi mereka, nilai-nilai, niat, dan pendapat orang lain. Menurut Solso (2007), *Self awareness* mungkin berhasil mempengaruhi masa depan dan membangkitkan kenangan masa lalu. Hal ini dapat diartikan bahwa pengalaman atau pengetahuan siswa sebelumnya dapat berhasil mempengaruhi pilihan yang dibuat di masa depan.

Menurut Goleman (1996), *self awareness* memiliki tiga komponen, yaitu kapasitas untuk mengidentifikasi emosi dan konsekuensinya, kapasitas untuk mengenali diri sendiri dengan benar, termasuk pengetahuan tentang sumber daya, bakat, dan keterbatasan diri sendiri, dan kemampuan untuk memiliki kepercayaan diri. Orang yang kurang memiliki kemampuan untuk mengenali diri sendiri atau memiliki *self awareness* kemungkinan besar tidak akan mampu melaksanakan keputusannya sendiri.

Permasalahan diatas sama seperti yang terjadi dari hasil observasi awal yang dilakukan menunjukkan bahwa siswa di SMK Gamaliel 1 Madiun memiliki *self awareness* yang kurang positif. Hal itu terlihat dari tanda-tanda yang tampak, seperti kurangnya tanggung jawab siswa dan ketidaktahuan akan hak dan kewajiban serta peran siswa dalam lingkungan sekolah. Dari permasalahan ini, diperlukan adanya perbaikan. Upaya yang dapat dilakukan adalah dengan pemberian layanan bimbingan dan konseling yaitu dengan melalui layanan konseling kelompok.

Konseling kelompok menurut Arifin (dalam Jabbar, dkk, 2015), adalah kegiatan kelompok yang memanfaatkan dinamika yang ada dalam kelompok. Sistem bantuan yang bagus untuk memecahkan masalah atau membantu masalah antar pribadi atau pertumbuhan pribadi adalah terapi kelompok. Adhiputra, (dalam Lumongga, 2017), Setiap anggota kelompok secara aktif terlibat dengan anggota kelompok lainnya, yang dapat berfungsi sebagai bentuk komunikasi tidak langsung, membangun hubungan yang positif, dan secara individual memodifikasi setiap anggota kelompok dengan cara yang kreatif dan bermanfaat.

Tujuan utama layanan konseling kelompok adalah untuk membantu anggota kelompok meningkatkan keterampilan komunikasi dan bersosialisasi mereka. Pemimpin kelompok, anggota, jumlah anggota, homogenitas kelompok, fitur kelompok, dan waktu pelaksanaan kelompok adalah semua faktor dalam terapi kelompok. Latipun (dalam Lumongga, 2017) Membagi tahapan konseling kelompok menjadi enam bagian yaitu: prakonseling, tahap permulaan, tahap transisi, tahap kerja, tahap akhir dan pasca konseling. Konseling kelompok memiliki beberapa pendekatan dan beberapa teknik, konseling kelompok yang diharapkan dapat menumbuhkan kesadaran siswa salah satunya dengan menggunakan teknik Socrates.

Metode Socrates yaitu metode di mana siswa diharapkan dapat menemukan jawaban atas serangkaian pertanyaan dari percakapan atau debat antara dua orang atau lebih dan serangkaian pertanyaan, atau dengan saling membantu menemukan jawaban atas pertanyaan yang menantang, Fisher (dalam Iqrammah, 2015). Untuk melatih siswa agar mampu mengartikulasikan pemikirannya secara jelas dan menspesifikasikan konsep yang dimaksud secara mendalam, metode Socrates memunculkan pertanyaan lebih lanjut tentang logika jawaban. Metode Socrates sering digambarkan sebagai strategi pengajaran yang melibatkan dialog atau debat di mana siswa berdiskusi satu sama lain dan disajikan serangkaian pertanyaan yang mereka harapkan dapat dijawab sambil mendukung satu sama lain dalam melakukannya Juliana (dalam Pangestuti, dkk, 2019)

Berdasarkan dari penjelasan tersebut, penelitian ini akan membahas tentang penerapan konseling kelompok dengan teknik socrates efektif untuk meningkatkan *self awareness* siswa. Penelitian ini akan dilaksanakan di SMK Gamaliel 1 Madiun. Melihat fenomena yang ada maka perlu adanya strategi dan upaya bantuan bagi siswa untuk meningkatkan *self awareness* sangatlah penting. Oleh sebab itu tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah penerapan konseling kelompok dengan teknik socrates efektif untuk meningkatkan *self awareness* siswa.

METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian *quasi eksperimen*. Desain dalam penelitian ini menggunakan *pre-test* dan *pos-test one grup design*. Penelitian ini dilakukan di SMK Gamaliel 1 Madiun yang beralamatkan di Jalan Slamet Riadi 48 Madiun, Kanigoro, Kec. Kartoharjo, Kota Madiun, Jawa Timur. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMK Gamaliel 1 Madiun. Dimana siswa pada kelas XI SMK Gamaliel 1 Madiun berjumlah 135 siswa, sedangkan sampel dalam penelitian ini peneliti mengambil sampel 6 siswa dari keseluruhan jumlah siswa kelas XI SMK Gamaliel 1 Madiun. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian dilakukan dengan teknik *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu dengan menggunakan skala psikologi berupa skala *self awareness*. Untuk menganalisis hasil eksperimen peneliti menggunakan teknik analisis statistik nonparametris dengan menggunakan uji *wilcoxon*.

HASIL PENELITIAN

Hipotesis penelitian ini yaitu Konseling kelompok dengan teknik Socrates efektif untuk meningkatkan *self awereness* siswa. Untuk menunjukkan rata-rata kenaikan *self awareness* siswa dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Pre-Test dan Post-Test

	Pre-Test	Post-Test	Persentase Rata-rata Kenaikan
Rata-rata	73.83	89.16	21%

Berdasarkan hasil dari Pre-Test dan Post-Test yang peneliti lakukan menunjukkan adanya peningkatan dari pre-test dan post-test setelah adanya perlakuan yaitu dengan rata-rata kenaikan sebesar 21%. Hasil uji *pre-test* dan *pos-test one grup design* yaitu dengan menggunakan Uji *Wilcoxon Ranks Test* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Analisis Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post-Test -	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
Pre-Test	Positive Ranks	6 ^b	3.50	21.00
	Ties	0 ^c		
	Total	6		

Berdasarkan dari hasil perhitungan analisis Uji Wilcoxon Ranks Test menggunakan SPSS menunjukkan hasil bahwa adanya peningkatan dari Pretest ke Posttest setelah dilakukannya perlakuan atau treatmen yaitu dengan konseling kelompok teknik Socrates dari keseluruhan responden. Hal ini dapat dilihat pada positif rank yang terdapat 6 menunjukkan

positif (N) yang artinya 6 siswa atau keseluruhan responden mengalami peningkatan dari nilai pretest ke nilai posttest. Mean rank atau rata-rata peningkatan tersebut sebesar 3,50, sedangkan jumlah rangking positif atau sum of rank adalah sebesar 21,00.

Berdasarkan dari hasil “Test Statistics” diketahui nilai Asymp. Sign (2 tailed) adalah 0,026. Karena nilai $0,026 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima. Artinya ada perbedaan peningkatan *Self awareness* untuk pretest dan posttest. sehingga dapat disimpulkan pula bahwa “Konseling Kelompok dengan Teknik Socrates Efektif untuk Meningkatkan *Self Awareness* Siswa”

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan mengetahui apakah penerapan konseling kelompok dengan teknik socrates efektif untuk meningkatkan *self awareness* siswa. Penelitian ini dilaksanakan di SMK Gamaliel 1 Madiun. Hasil penelitian ini secara umum menemukan bahwa Konseling Kelompok dengan Teknik Socrates dapat meningkatkan *self awareness* siswa. Penelitian yang telah dilakukan di SMK Gamaliel dengan populasi yaitu kelas XI, konseling kelompok dengan teknik Socrates dapat meningkatkan *self awareness* siswa.

Dimana *self awareness* dapat diubah dengan 1) Pikiran, berpikir adalah proses pengorganisasian gagasan menurut suatu persoalan. 2) Perasaan adalah keadaan pribadi yang dibawa oleh impuls dan persepsi internal dan eksternal. 3) Motivasi. Motivasi adalah dorongan yang dimiliki seseorang, sadar atau tidak sadar, untuk melakukan suatu kegiatan karena alasan tertentu. 4) Tingkah laku, tingkah laku adalah perbuatan atau kegiatan manusia yang dapat menandakan berbagai macam hal. 5) Pengetahuan: Pengetahuan adalah konsekuensi dari ingatan, termasuk mengingat kembali pengalaman-pengalaman yang telah dialami secara sadar atau tidak sadar. 6) Lingkungan, yang mencakup semua keadaan yang mengelilingi manusia dan mungkin berdampak pada bagaimana mereka tumbuh.

Setelah data yang diperoleh dari penelitian melalui beberapa analisis, berikutnya hasil data akan dilakukan pembahasan. Berdasarkan dari hasil pretest dan post test yang diperoleh dari eksperimen menunjukkan ada peningkatan *Self awareness* pada siswa setelah diberikannya perlakuan melalui konseling kelompok teknik Socrates. Hasil analisis uji hipotesis yang dilakukan menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa Konseling Kelompok dengan Teknik Socrates Efektif untuk Meningkatkan *Self Awareness* Siswa.

Hasil penelitian ini sesuai dalam penelitian yang dilakukan Hartanti (2022) bahwa teknik socrates merupakan yang mampu menuntun konseli untuk memiliki sebuah argumentasi yang lebih baik serta mampu mendorong untuk berpikir kritis, sehingga hasil akhirnya konseli diharapkan mampu meraih hasil yang optimal dalam berjalannya proses layanan konseling. Jadi dengan menggunakan konseling kelompok teknik Socrates dapat meningkatkan pemahaman akan dirinya dan pikirannya dari hasil konflik kognitif yang dipecahkan.

Penelitian Laila, dkk (2019) mengungkapkan bahwa teknik dalam konseling gestalt teknik permainan dialog dapat menangani siswa yang memiliki *self awareness* (kesadaran diri) yang rendah. Karena di dalam konseling gestalt teknik permainan dialog menggunakan pemikiran dan tanggapan konseli sendiri. Pada prinsipnya, *self awareness* terikat erat dengan pemahaman dan penerimaan diri.

SIMPULAN

Hasil penelitian ini dapat ditarik simpulan bahwa konseling kelompok dengan teknik Socrates efektif untuk meningkatkan *self awareness* siswa. *Self awareness* sendiri bisa dikatakan meningkat ditunjukkan dengan beberapa aspek yaitu kemampuan individu dalam mengenali emosi dan konsekuensinya, dapat mengidentifikasi dengan baik sumber daya, kekuatan, dan keterbatasan seseorang, dan dapat mempercayai diri sendiri dengan memiliki kepercayaan diri, kesadaran diri, dan kemampuan diri.

DAFTAR PUSTAKA

- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Goleman, D. (1996). *Emotional Intelligence Why it Can Matter More Than IQ*. Batam Books.
- Hartanti, Jahju, Wahyudiansyah, M. Nafis. (2022). *Dialog Socrates Dalam Layanan Bimbingan Dan Konseling.le*.
- Iqrammah, E. (2015). Meningkatkan Berpikir Kritis Siswa Dengan Model Pembelajaran Kooperatif Menggunakan Metode Socrates Pada Standart Kompetensi Menggambar Konstruksi Atap Di SMK Negeri 3 Jombang. *Jurnal Kajian Pendidikan Teknik Bangunan*, 1(1), 70–76.
- Jabbar, Afan Abdul., Purwanto, D., Fitriyani, N., Marjo, H. K., & Hanim, W. (2015). Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan Cognitive Behavior Theraphy (Cbt) Untuk Meningkatkan Kematangan Karir. *Journal Selaras: Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan*, 2(1), 35–46.
- Laila, Nisfhi, Muswandi, S., Mayasari, S. (2019). *Penggunaan Konseling Gestalt untuk Meningkatkan Self Awareness Siswa The Use of Gestalt Counseling to Improve Students Self Awareness. 1*.
- Lumongga, N. (2017). *Konseling Kelompok*. Jakarta: Kencana.
- N. Hidayah & A. Atmoko. 2014. *Landasan Sosial Budaya dan Psikologis Pendidikan*. Malang: Gunung Samudra
- Pangestuti, Dhewi Setyo, Latifah, N. (2019). *Pengaruh Metode Socriates Terhadap Kemampuan Berfikir Kritis Siswa kelas V. 3(1)*, 85–94.
- Solso, R. dkk. (2007). *Psikologi Kognitif*. Jakarta: Erlangga.