

# UPAYA PENINGKATAN PERSEPSI DIRI MELALUI PELATIHAN PENGENALAN DIRI

## *Effort to Increase Self-Perception Through Self- Understanding Training*

Srisiuni Sugoto<sup>1</sup> dan Sartini Nuryoto<sup>2</sup>

*Program Studi Psikologi  
Program Pascasarjana Universitas Gadjah Mada*

### ABSTRACT

Recently, public attention has been focused on ways of developing Intelligence Quotient (IQ) and also emotional maturity. This is because one's success is not only determined by his IQ but also by his emotional maturity. A characteristic of one whose emotional maturity has developed when he possesses self-awareness so that he will be able to control his inner-drives. This research is intended to find out the influence of self-understanding training on the development of self-perception. It is also intended to find out whether there is a relationship between school and self-perception.

The research is experimental correlational study, using self-understanding training and school achievement as its independent variables and self-perception as its dependent one. The subjects of the experiment are 20 fourth-grade pupils of the SDK Theresia, 9 to 10 years of age. Subjects were assigned randomly into experimental and control groups based on a pretest-posttest design. The data are analyzed using one-way anova. The subjects of the correlational study are 58 fourth-grade pupils of SDK Theresia, 9 to 10 years of age. The data are analyzed using product moment correlation.

The results of the research showed: (1) there was a positive effect of self-understanding training toward self-perception (2) There was no correlation between school achievement and self-perception.

**Key words:** *self-perception – self-understanding training; school achievement.*

---

1. Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya, Surabaya

2. Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta

## PENGANTAR

Usaha mencerdaskan bangsa dapat dilakukan sejak usia dini dengan mengacu pada kebutuhan perkembangan yang khas untuk tiap tingkatan usia. Kebutuhan perkembangan ini meliputi aspek fisik, kognisi, mental, sosial, dan emosional. Dengan demikian, seorang individu akan mengembangkan aspek-aspek internal (seperti emosi, kognisi, mental, dan pertumbuhan fisik) yang juga dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal, dalam hal ini berkaitan dengan situasi lingkungan di sekitar individu itu berada.

Selama perkembangannya, anak tidak mungkin lepas dari pengaruh orang tua dan guru yang memberikan pelajaran kepada anak untuk memberikan label tentang keadaan emosi yang mereka alami. Hal tersebut mengakibatkan peran terbesar dalam pembentukan persepsi diri anak adalah berasal dari orang-orang yang berarti bagi diri anak, seperti orang tua, guru, paman, bibi, kakek, dan nenek.

Menurut pandangan kognitif tentang kepribadian, persepsi diri seseorang merupakan pusat kepribadian. Persepsi individu terhadap diri sendiri mempengaruhi terutama sekali dalam pembentukan pola-pola kepribadian. Perubahan persepsi diri tergantung pada perubahan keyakinan, perhatian, dan harapan seseorang. Dengan demikian, perubahan persepsi diri dipandang sebagai pengaruh untuk mengubah perilaku seseorang (Perlmutter & Hall, 1985). Thomaes (dalam Perlmutter & Hall, 1985) mengatakan bahwa konsep diri adalah pola persepsi yang terorganisasi dan terintegrasi. Itu juga berkaitan dengan "diri" seseorang yang meliputi harga diri dan citra diri.

Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah anak-anak kelas 4 SD yang berusia sekitar 9 sampai dengan 10 tahun, karena pada usia ini tergolong tahap akhir masa kanak-kanak (Pikunas, 1976). Salah satu tugas perkembangan pada tahap ini adalah membangun sikap yang sehat mengenai diri sendiri sebagai makhluk yang sedang tumbuh.

Perkembangan kognitif anak-anak usia 9 sampai 10 tahun adalah pada tahap operasional konkret (Piaget dalam Flavell, Miller & Miller, 1993) yang mempengaruhi perkembangan konsep tentang sistem emosinya (Harter dalam Steinberg & Belsky, 1991; Berndt, 1992). Kecenderungan cara berpikir anak-anak pada masa ini adalah tidak hanya terfokus pada satu dimensi emosi, sehingga mengarahkan pada kesimpulan seperti seseorang dapat merasakan perasaan yang positif dan pada saat yang sama ia juga dapat merasakan perasaan yang negatif. "Saya gembira ketika melihat kakek saya," seorang anak usia 10 tahun mungkin

juga dapat berkata, "tetapi hal itu juga membuat saya bersedih karena kakek sedang sakit." Anak usia ini juga telah dapat menunjukkan bahwa ia lebih pandai dibandingkan kakaknya dalam bidang matematika. Perasaan terhadap diri sendiri akan menjadi lebih terdiferensiasi selama usia 9 sampai 10 tahun, khususnya untuk perkembangan kemampuan kognitif dalam mengintegrasikan bagian-bagian informasi yang diterima oleh individu.

Hal yang perlu diperhatikan adalah usia bukanlah faktor penentu dalam diri seorang anak untuk dapat mendiferensiasikan perasaannya (Harter & Buddin dalam Berndt, 1992). Harter dan Buddin juga menekankan pada pemahaman mengenai emosi bukan hanya pada pengalaman emosi seseorang. Hal itu disebabkan oleh anak mungkin dapat mengalami perasaan yang berbau antara perasaan positif dan negatif terhadap satu orang tertentu atau situasi tertentu pada usia yang lebih muda, akan tetapi mereka tidak menyadari tentang perasaan yang berbau itu sampai menjelang usia remaja.

Philips (1984) juga melakukan penelitian terhadap anak-anak yang memiliki persepsi diri rendah, sedang, dan tinggi. Ternyata diperoleh hasil bahwa anak yang memiliki persepsi diri yang rendah cenderung memiliki harapan yang rendah terhadap kesuksesan dibandingkan dengan anak yang memiliki persepsi diri sedang dan tinggi.

Hal tersebut juga telah dikemukakan oleh Goleman (1995) bahwa IQ yang tinggi tanpa diimbangi dengan *emotional intelligence* dapat berkembang secara tidak optimal. Ciri-ciri orang yang memiliki *emotional intelligence* yang baik adalah orang yang cerdas, memiliki kesadaran diri sehingga dapat mengendalikan dorongan-dorongan yang ada dalam dirinya, cermat, memiliki semangat dan dapat memotivasi dirinya sendiri, memiliki empati (dapat memahami dan menghayati perasaan orang lain), dan memiliki kepekaan sosial.

Penulis mengadakan pengamatan dan wawancara awal dengan beberapa psikolog dan guru Bimbingan dan Penyuluhan. Pada umumnya mereka mengatakan bahwa anak-anak yang mempunyai permasalahan di sekolah terutama yang berkaitan dengan prestasi belajar yang rendah, karena anak berasal dari keluarga yang tidak harmonis. Orang tua juga lebih banyak tidak mendidik, tetapi cenderung *merusak* anak-anaknya. Hal ini terlihat dengan tuntutan orang tua terhadap anak hanya untuk mengikuti prestise dan memenuhi ambisi orang tua. Orang tua pada umumnya tidak menerima anak seutuhnya, tetapi cenderung memaksa anak menjadi *rekaan* orang tua (Kedaulatan Rakyat, 3 Desember 1995). Dengan demikian, keadaan tersebut akan mempengaruhi pembentukan

persepsi diri yang rendah pada diri anak yang bersangkutan.

Selama ini prestasi belajar murid pada umumnya dihubungkan dengan faktor-faktor suasana kelas, latar belakang keluarga, kemampuan guru, fasilitas belajar, sarana dan prasarana, proses belajar-mengajar, atau semua hal yang berhubungan dengan *technology of teaching* (Muhari, 1983 dan Sukadji, 1984). Menurut Ekowarni (1993), kebijaksanaan dalam pendidikan formal maupun informal serta pengembangan anak lebih banyak menggunakan pendekatan dengan mengandalkan prinsip hadiah dan hukuman untuk melakukan perubahan perilaku secara langsung serta prinsip peniruan (imitasi maupun identifikasi). Sebaliknya pendidikan dengan pendekatan kognitif belum banyak mendapat perhatian. Berdasarkan pada tinjauan Psikologi Perkembangan, pendidikan formal adalah suatu tindakan intervensi dalam proses perkembangan anak, di samping berbagai bentuk intervensi lain, seperti: rehabilitasi, stimulasi, suplementasi, pelatihan, terapi, koreksi, dan pengayaan.

Terapi dan pelatihan yang ada berjumlah sekitar lebih dari dua ratus jenis yang dikembangkan untuk mengatasi problem pada anak-anak (Kazdin, 1988). Penulis berusaha untuk menerapkan suatu pelatihan pengenalan diri yang merupakan perpaduan dari pendekatan kognitif yaitu terapi rasional emotif untuk anak yang dikemukakan oleh Ellis (dalam Waters, 1982), pelatihan reatribusi oleh Dweck (dalam Brigham, 1992) dan pendekatan behavioristik yaitu teori belajar sosial yang dikemukakan oleh Bandura (1977). Alasan penulis menggunakan ketiga pelatihan tersebut karena pada umumnya anak memperoleh atribusi eksternal yang keliru dari orang-orang yang berarti bagi diri anak sehingga anak memiliki persepsi diri yang salah terhadap diri sendiri. Carr, dkk., (1991) menemukan bahwa ada pengaruh keyakinan atribusi dan pengetahuan tentang strategi orang tua dan guru terhadap ketepatan pengambilan strategi pada anak Amerika dan Jerman. Hal sama yang telah dikemukakan pada awal bab ini, bahwa dalam mengembangkan kepribadian anak sebaiknya memperhatikan faktor internal dan faktor eksternal yang ada pada diri anak. Oleh karena itu, pelatihan pengenalan diri tersebut diberikan pada anak-anak yang berusia sekitar 9 sampai 10 tahun yang memiliki persepsi diri rendah, agar anak mampu mengembangkan dan memiliki persepsi diri yang tinggi.

Berdasarkan hal itu, tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah pemberian pelatihan pengenalan diri akan dapat mengubah persepsi diri dari yang rendah menjadi tinggi. Hal lain yang juga ingin dilihat adalah apakah ada keterkaitan antara prestasi belajar dengan persepsi diri.

## CARA PENELITIAN

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pelatihan pengenalan diri dan prestasi belajar, sedangkan variabel tergantungnya adalah persepsi diri.

Persepsi diri, yaitu suatu proses yang diperoleh individu melalui atribusi dari orang yang berarti bagi dirinya, yang pada akhirnya menjadi *self-fulfilling prophecy*. Cara mengungkapkannya melalui skala persepsi diri yang mengacu pada Self-Perception Profile for Children yang dibuat oleh Harter (1985). Skor persepsi diri yang makin tinggi, menunjukkan persepsi diri yang makin positif atau makin baik.

Prestasi belajar adalah hasil yang diperoleh dari rata-rata nilai ulangan mata pelajaran Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan (PPKn), Bahasa Indonesia, Matematika, Ilmu Pengetahuan Alam, dan Ilmu Pengetahuan Sosial yang dilakukan oleh guru kelas.

Pelatihan pengenalan diri adalah suatu pelatihan yang dibuat untuk peningkatan persepsi diri pada anak. Pelatihan ini dibuat berdasarkan gabungan dari teori belajar sosial, terapi rasional emotif, dan terapi reatribusi. Metode yang digunakan dalam pelatihan ini meliputi ceramah dan keteladanan.

Subjek penelitian ini adalah anak-anak kelas 4 SD Katolik Santa Theresia Surabaya yang berusia sekitar 9 sampai 10 tahun. Siswa tersebut berasal dari kelas IV A dan IV C yang semua siswanya berjumlah 73 anak. Siswa yang dapat mengikuti eksperimen ini sejumlah 23 anak, karena mereka dipilih berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan, yaitu mereka yang memiliki persepsi diri rendah dan sedang yaitu mereka yang memiliki skor kurang dari 76 (lihat Tabel 1).

Siswa yang berjumlah 23 anak tersebut dibagi menjadi 2 kelompok secara *random assignment*, yaitu kelompok pertama sebagai kelompok eksperimen dan kelompok kedua sebagai kelompok kontrol. Masing-masing kelompok menerima perlakuan yang berbeda.

Ketika dilakukan pengukuran skala persepsi diri yang kedua, ternyata 3 siswa tidak dapat hadir. Oleh karena itu data subjek yang bersangkutan tidak diperoleh. Dengan demikian, subjek kelompok eksperimen berkurang 2 orang, sehingga jumlahnya menjadi 10 anak, dan subjek kelompok kontrol berkurang 1 anak, sehingga jumlahnya menjadi 10 anak juga. Hal ini berarti bahwa antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memiliki jumlah subjek yang sama.

Tujuan kedua dari penelitian ini adalah ingin mengetahui hubungan

antara prestasi belajar dan persepsi diri. Oleh karena itu, penulis mengambil semua siswa dari kelas IV A dan C SDK Theresia, sejumlah 58 anak. Dengan demikian, tidak semua siswa dapat diambil datanya, karena mengingat ada siswa yang tidak hadir, pada saat pertemuan pertama atau pertemuan kedua.

Data dalam penelitian ini diperoleh dari *Self-Perception Profile for Children Scale* (Skala Persepsi Diri), CFIT (*Culture Fair Intelligence Test*) skala 2 untuk mengungkap skor IQ, observasi terhadap dokumentasi dari nilai rapor bulan Oktober 1996 dan bulan November 1996, dan lembar Evaluasi Pelatihan.

Eksperimen ini menggunakan 2 kelompok subjek, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Setelah perlakuan diberikan dalam jangka waktu 1 hari dan 4 minggu, subjek dikenai pengukuran yang sama. Oleh karena itu rancangan eksperimen yang digunakan adalah *Control-experimental group pretest-posttest design* (Kerlinger, 1973).

	Kelompok	Pre-test	Perlaku- an	Post- test 1	Post- test 2
R A	1. Eksperimen	T1	X	T2	T3
	2. Kontrol	T1	-	T2	T3

Keterangan:

RA = *Random assignment*

X = Pelatihan pengenalan diri

T1 = Pengukuran persepsi diri sebelum perlakuan

T2 = Pengukuran persepsi diri pertama setelah perlakuan

T3 = Pengukuran persepsi diri kedua setelah perlakuan

- = Tidak mendapat perlakuan

Gambar 1. Rancangan Pemberian Perlakuan

Hasil lain yang ingin dilihat dalam penelitian ini adalah hubungan antara prestasi belajar dengan persepsi diri pada semua anak kelas IV A dan kelas IV C SDK Santa Theresia. Hal yang khusus pada kelompok eksperimen dan kontrol adalah dengan mengontrol IQ untuk melihat hubungan antara prestasi belajar dengan persepsi diri baik sebelum maupun setelah diberi perlakuan.

Skor dari skala persepsi diri dihitung validitas dan reliabilitasnya.

Hal yang dilakukan selanjutnya adalah menghitung uji asumsi model normalitas sebaran, homogenitas variansi, dan linearitas hubungan. Perhitungan itu semua dilakukan dengan menggunakan Seri Program Statistik dari Sutrisno Hadi dan Seno Pamardiyanto, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia, Versi IBM/IN, Hak Cipta (c) 1995 Dilindungi UU.

Analisis statistik utama yang digunakan adalah dengan analisis varians amatan ulangan. Perhitungan selengkapnya akan menggunakan jasa *Statistical Package for Social Science* (SPSS). Analisis statistik lain yang digunakan adalah korelasi momen tangkar, korelasi parsial satu jalur dan uji beda amatan ulangan. Perhitungan ini akan menggunakan Seri Program Statistik dari Sutrisno Hadi dan Seno Pamardiyanto.

Pengambilan data skala persepsi diri untuk uji coba dilakukan pada 28 Maret 1996 pada anak-anak kelas IV SDK Santa Theresia tahun ajaran 1995/1996. Hasil perhitungan validitas menunjukkan bahwa sejumlah besar aitem-aitem tersebut gugur. Hal ini dapat disebabkan anak-anak di kelas IV SDK Theresia ini belum dapat memahami bentuk skala persepsi diri yang disajikan. Oleh karena itu, penulis mengubah lagi bentuk pernyataan tersebut tanpa meninggalkan tujuan utama dari Harter dalam membuat skala persepsi diri ini, yaitu anak dapat membandingkan keberadaan dirinya dibandingkan dengan anak-anak lain.

Berikut disajikan contoh bentuk pernyataan yang baru.

*Banyak anak merasa bahwa mereka selalu dapat mengerjakan tugas sekolah*

*mereka dengan sangat baik.*

*Apakah kamu juga sama seperti mereka?*

YA TIDAK

Dengan demikian, dalam setiap nomor aitem yang terdiri dari dua pernyataan dapat dijadikan dua nomor aitem yang berbeda. Oleh karena itu jumlah aitemnya menjadi 96 aitem.

Skala persepsi diri dengan bentuk pernyataan yang baru ini diujicobakan kembali pada 15 Juni 1996 kepada anak-anak kelas IV SDK Santa Theresia tahun ajaran 1995/1996. Hasil perhitungan uji validitas menunjukkan bahwa ada 34 aitem yang gugur, sehingga butir aitem yang sah ada 62 aitem. Dengan demikian, jumlah aitem dalam setiap aspek tidak sama, maka jumlah aitem dalam setiap aspek disamakan menjadi 8 aitem setiap aspek, sehingga jumlah keseluruhan aitemnya menjadi 48 aitem. Hal ini mengingat juga, keluhan yang disampaikan oleh anak-anak kelas IV SDK Theresia, bahwa jumlah aitemnya terlalu banyak. Pengujian validitas aitem ini dilakukan pada taraf signifikansi

0,05, dengan rbt antara 0,293 sampai 0,633.

Hasil perhitungan analisis uji keandalan dengan menggunakan teknik Hoyt terhadap 62 aitem skala persepsi diri menyatakan bahwa  $r_{tt} = 0,943$ . Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa skala persepsi diri tersebut reliabel.

Penulis mencari subjek yang sebenarnya pada 2 Oktober 1996, yaitu dengan menyebarkan skala persepsi diri pada anak-anak sejumlah 61 orang dari kelas IV A dan C SDK Theresia tahun ajaran 1996/1997.

Berdasarkan perhitungan distribusi normal (Azwar, 1993) diperoleh hasil yang disajikan melalui Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Skor Persepsi Diri

Kategori	Jarak Nilai	Frekuensi	%
Sangat rendah	di bawah 60	—	—
Rendah	$60 < x < 68$	3	4.9
Sedang	$68 < x < 76$	20	32.8
Tinggi	$76 < x < 84$	21	34.4
Sangat tinggi	di atas 84	17	27.9
Jumlah		61	100

Dengan demikian, penulis mengambil subjek sejumlah 23 anak yang mempunyai skor persepsi diri yang tergolong rendah dan sedang.

Pelatihan pengenalan diri dilaksanakan mulai tanggal 14-18 Oktober 1996. Setiap pertemuan berlangsung selama kurang lebih 45 menit. Hal ini mengingat subjek masih berada pada operasional konkret menurut tahapan perkembangan kognitif Piaget (Flavel, 1993), sehingga mereka belum cukup mampu untuk berkonsentrasi dalam waktu yang lebih lama. Pelatihan dilaksanakan di dua ruang kelas yang berbeda di SDK Santa Theresia dipimpin oleh 4 orang pemandu.

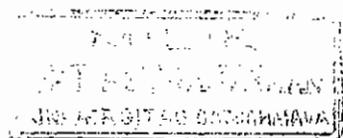
Pelatihan pengenalan diri ini terdiri dari 6 pembahasan (lihat Tabel 2).

Tabel 2. Jadwal Pelatihan Pengenalan Diri

Hari	Sesi	Materi	Metode	Waktu
I	Perkenalan Pengenalan Diri	Identitas Peserta 1. Makalah Siapakah Aku? 2. Penjelasan tentang Jendela Johari	Percakapan bebas Ceramah	10' 15'
	Penampilan model	3. Cerita-cerita tentang anak yang persepsi dirinya rendah	Ceramah dan menuliskan kelebihan dan kelemahan temannya yang dibuat di rumah Pemberian penjelasan untuk tugas membaca di rumah	10'
	Keteladanan	Ada 3 cerita yang harus dibacakan di depan teman-temannya	Presentasi dan diskusi kelompok	45'
III	Keteladanan	1. Ada 3 cerita yang harus dibacakan di depan teman-temannya	Presentasi dan diskusi kelompok	30'
	Keteladanan	2. Pembahasan tentang hasil kelemahan dan kelebihan yang diperoleh dari teman-temannya	Diskusi kelompok	15'
IV	Keteladanan	Pembahasan tentang hasil kelemahan dan kelebihan diperoleh dari teman-temannya	Diskusi kelompok	45'

Penulis memberikan skala persepsi diri dan tes *Culture Fair Intelligence* pada anak-anak kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada 19 Oktober 1996.

Penulis memberikan skala persepsi diri pada semua anak-anak kelas IV A dan C SDK Santa Theresia pada 18 November 1996. Penulis meminta kesediaan bagi kelompok eksperimen untuk mengisi Evaluasi Materi Pelatihan, namun dalam bentuk bahasa yang sederhana.



## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Hasil Analisis Kelompok dan Pembahasan

Dari hasil analisis data yang menggunakan analisis varians 1 jalur diperoleh hasil seperti pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil uji analisis varians secara keseluruhan

Sumber variasi	db	Jumlah Kuadrat	Rerata Kuadrat	F	p
Dalam + Residu Pemberian	36	675,13	18,75	—	—
Tes Kelompok dengan tes	2	103,63	51,82	2,76	0,077
	2	135,90	67,95	3,62	0,037

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui, bahwa secara keseluruhan ada perbedaan yang signifikan antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen baik pada *pretest*, *posttest 1*, dan pada *posttest 2*.

Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diajukan diterima. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan pengenalan diri yang penulis susun dapat digunakan untuk meningkatkan anak-anak yang memiliki persepsi diri yang sedang dan rendah. Berikut akan ditampilkan tabel-tabel perhitungan statistik secara deskriptif.

Tabel 4. Rerata skor persepsi diri dan SD

Kelompok	<i>Pretest</i>		<i>Posttest 1</i>		<i>Posttest 2</i>	
	Rerata	SD	Rerata	SD	Rerata	SD
Eksperimen	72,100	4,383	78,100	5,877	77,700	8,564
Kontrol	72,000	4,110	72,300	4,473	70,700	4,138

Berdasarkan Tabel 4, dapat terlihat bahwa rerata skor persepsi diri kelompok eksperimen pada saat *pretest* tergolong sedang (lihat Tabel 1). Rerata skor persepsi diri kelompok eksperimen pada saat *posttest 1* terjadi peningkatan sehingga skornya menjadi tergolong tinggi (lihat Tabel 1).

Rerata skor persepsi diri kelompok eksperimen pada saat *posttest* 2 terjadi penurunan sedikit, namun skornya tetap tergolong tinggi (lihat Tabel 1). Dengan demikian, dapat disimpulkan secara deskriptif, bahwa terjadi peningkatan skor persepsi diri pada kelompok eksperimen, yaitu dari kategori sedang menjadi kategori tinggi.

Hal yang terjadi pada kelompok kontrol, ternyata hanya terjadi perubahan yang relatif sedikit, rerata skor persepsi diri dari *pretest* ke *posttest* 1. Rerata skor persepsi diri dari *posttest* 1 ke *posttest* 2 terdapat penurunan rerata skor. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi perubahan rerata skor persepsi diri pada kelompok kontrol, bahkan pada saat *posttest* 2 terjadi penurunan skor persepsi diri. Kategori rerata skor persepsi diri kelompok kontrol pada saat *pretest*, *posttest* 1, dan *posttest* 2 tergolong sedang.

Tabel 5. Uji t antarpasangan pemberian tes

Kelompok	Pre & Posttest1		Pre & Posttest2		Posttest 1 & 2	
	nilai t	p 1 ekor	nilai t	p 1 ekor	nilai t	p 1 ekor
Eksperimen	4,95	0,001	2,21	0,027	0,19	0,851
Kontrol	0,16	0,439	- 0,67	0,261	0,93	0,187

Berdasarkan Tabel 5, terdapat perbedaan secara signifikan antara skor persepsi diri *pretest* dan *posttest* 1 pada kelompok eksperimen. Dengan demikian, ada peningkatan skor persepsi diri dari saat *pretest* sampai *posttest* 2. Hal tersebut juga terjadi antara skor persepsi diri *pretest* dan *posttest* 2 terdapat perbedaan yang signifikan, berarti ada peningkatan skor persepsi diri saat *pretest* sampai *posttest* 2. Skor persepsi diri antara *posttest* 1 dan *posttest* 2 tidak terjadi perbedaan, sehingga dapat dikatakan bahwa individu dalam kelompok eksperimen tetap dapat mempertahankan skor persepsi diri mulai dari sehari setelah diberi perlakuan sampai 4 minggu setelah diberi perlakuan.

Hal yang dapat terlihat adalah, skor persepsi diri pada kelompok kontrol antara *pretest*, *posttest* 1, dan *posttest* 2, tidak menunjukkan perbedaan.

Hasil penelitian ini mendukung pendapat Harter (1988) bahwa anak-anak dalam menyelesaikan problem cenderung pada lingkungan dibandingkan pada dirinya. Hal ini bukan berarti bahwa anak harus

menunggu sampai remaja agar anak dapat mempunyai pengalaman tentang konflik intrafisik dan mengenali kebutuhan perubahan secara internal. Oleh karena itu, dengan diberikannya pelatihan pengenalan diri, maka diharapkan anak dapat mengembangkan dirinya secara optimal, karena banyak problem anak berasal dari faktor eksternal.

Pelatihan ini merupakan penerapan ketiga teknik terapi, yaitu terapi rasional emotif, reatribusi, dan modeling. Pelatihan ini dimaksudkan agar anak lebih mampu mengenali kelebihan dan kelemahan yang dimilikinya. Dengan demikian, anak diharapkan dapat menerima dirinya sendiri, dapat memiliki keyakinan yang rasional atau produktif (Ellis, dalam Waters, 1982), serta anak dapat melakukan kontrol, sehingga ia menjadi stabil (Dweck, dalam Brigham, 1992). Anak dapat memahami dirinya sendiri melalui cerita-cerita sederhana yang ditampilkan dengan pemberian pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan cerita itu. Anak juga diminta untuk memberikan masukan-masukan tentang kelebihan dan kelemahan teman-temannya, dan pada akhirnya mereka saling memberikan umpan balik di antara teman-temannya. Dengan demikian, hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Bandura (1977) yang menekankan pentingnya teknik modeling untuk mengubah perilaku anak. Terapis behavioris menemukan bahwa klien dapat memperoleh lebih banyak kemajuan ketika klien mengetahui ada seorang model yang mewakili perilaku sukses untuk ditiru.

Dengan demikian, dengan adanya pelatihan pengenalan diri ini, maka anak akan mampu mempersepsi dirinya sendiri, sehingga mereka mengetahui kelemahan dan kelebihan yang ada pada dirinya. Hal ini menunjukkan bahwa seseorang yang makin mengenali dirinya sendiri, maka ia akan makin baik dalam mempersepsi dirinya sendiri.

## **2. Hasil Analisis Data Individual dan Pembahasan**

Analisis individual diambil dari data skor persepsi diri sebelum perlakuan, 1 hari setelah pemberian perlakuan, dan 4 minggu setelah pemberian perlakuan. Hal lain yang menyertai adalah hasil pengamatan dari 2 orang pemandu kelompok eksperimen, data dari angket tambahan, dan angket evaluasi materi pelatihan.

Gambaran kondisi subjek, menunjukkan skor persepsi diri secara umum menunjukkan peningkatan. Ada juga yang mengalami penurunan akan tetapi penurunan tersebut masih tergolong dalam kategori yang sama. Jika dilihat berdasarkan evaluasi materi pelatihan, mereka memberikan pendapat bahwa mereka mendapatkan manfaat dari pelatihan ini. Sebelum mengikuti pelatihan ini, mereka belum mengetahui kelebihan

dan kelemahan dirinya sendiri dan setelah mengikuti pelatihan mereka dapat mengetahuinya dan berusaha untuk memperbaiki kelemahannya dan mempertahankan atau meningkatkan kelebihan yang ada pada dirinya. Dengan demikian, para subjek tersebut mempunyai kesediaan untuk menerima masukan-masukan dari orang lain dan ingin memperbaiki kelemahan-kelemahan yang dimilikinya.

### 3. Hasil Analisis Hubungan Prestasi Belajar dan Persepsi Diri serta Pembahasan

#### a. Pada Kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Skor prestasi belajar dibakukan melalui skor-z. Berdasarkan perhitungan dengan uji t, ternyata tidak ada perbedaan antara prestasi belajar 1 (sebelum diberi perlakuan) dan prestasi belajar 2 (setelah diberi perlakuan) dengan  $t = 1,003$ ,  $p > 0,05$ .

IQ digunakan sebagai variabel kontrol, maka persepsi diri berperan sebagai variabel bebas dan prestasi belajar sebagai variabel tergantung.

Hasil yang diperoleh adalah:

- (1) Tidak ada hubungan antara persepsi diri (*pretest*) dengan prestasi belajar 1 dengan mengontrol IQ yaitu dengan  $r = -0,069$ ,  $p > 0,05$ . Ada hubungan yang signifikan antara IQ dengan prestasi belajar dengan mengontrol persepsi diri yaitu dengan  $r = 0,531$ ,  $p < 0,05$ .
- (2) Tidak ada hubungan antara persepsi diri (*posttest* 1) dengan prestasi belajar 2 dengan mengontrol IQ yaitu dengan  $r = 0,156$ ,  $p > 0,05$ . Ada hubungan yang signifikan antara IQ dengan prestasi belajar 2 dengan mengontrol persepsi diri yaitu dengan  $r = 0,570$ ,  $p < 0,01$ .
- (3) Tidak ada hubungan antara persepsi diri (*posttest* 2) dengan prestasi belajar 2 dengan mengontrol IQ yaitu dengan  $r = 0,213$ ,  $p > 0,05$ . Ada hubungan yang signifikan antara IQ dengan prestasi belajar 2 dengan mengontrol persepsi diri yaitu  $r = 0,574$ ,  $p < 0,01$ .

Dengan demikian, dapat terlihat bahwa tidak ada hubungan antara persepsi diri dengan prestasi belajar dengan mengontrol IQ. Hal lain yang tampak adalah IQ mempunyai korelasi yang positif dengan prestasi belajar, yang berarti makin tinggi skor IQ maka makin tinggi skor prestasi belajar. Dengan demikian, sesuai dengan pendapat Gunarsa dan Gunarsa (1987) yang mengatakan bahwa seseorang yang mempunyai tingkat kecerdasan yang relatif lebih tinggi tentu lebih mudah menangkap pesan dan mencerna pelajaran yang diberikan di sekolah dibandingkan mereka yang memiliki tingkat kecerdasan yang lebih rendah.

b. Pada siswa kelas IV A dan kelas IV C

Jumlah siswa yang diambil adalah 58 siswa. Penulis menguji hubungan antara masing-masing variabel dengan menggunakan korelasi *product moment*. Berikut diajukan hasil perhitungannya.

- (1) Ada hubungan negatif yang signifikan antara prestasi belajar 1 dengan persepsi diri 1 yaitu dengan  $r = -0,268$  dan  $p < 0,05$ .
- (2) Tidak ada hubungan antara prestasi belajar 1 dengan persepsi diri 2 yaitu dengan  $r = 0,029$  dan  $p > 0,05$ .
- (3) Tidak ada hubungan antara prestasi belajar 2 dengan persepsi diri 1 yaitu dengan  $r = -0,125$  dan  $p > 0,05$ .
- (4) Tidak ada hubungan antara prestasi belajar 2 dengan persepsi diri 2 yaitu dengan  $r = 0,005$  dan  $p > 0,05$ .

Berdasarkan hal tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa terjadi ketidakajegan hubungan antara variabel prestasi belajar dengan variabel persepsi diri. Oleh karena itu, prestasi belajar yang baik tidak akan dapat menggambarkan adanya persepsi diri yang baik. Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak sesuai dengan hasil penelitian yang diperoleh oleh Oka dan Paris (Carr, dkk, 1991) yang menunjukkan bahwa anak-anak yang *underachievement* mempunyai persepsi diri yang rendah.

Alasan-alasan yang mungkin dapat menimbulkan kondisi tersebut:

- (1) Persepsi diri merupakan suatu proses yang akan menjadi dasar bagi pembentukan konsep diri seseorang (Grinder, 1978). Johnson dan Johnson (1991) menyebutkan bahwa konsep diri yang positif pada akhirnya akan membentuk harga diri yang kuat. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa persepsi diri akan melandasi terbentuknya konsep diri dan akhirnya akan membentuk harga diri. Oleh karena itu, hal yang mungkin terjadi adalah persepsi diri bukanlah merupakan variabel yang mempunyai hubungan langsung dengan prestasi belajar, akan tetapi berperan sebagai variabel yang melandasi terbentuknya konsep diri dan harga diri. Hal yang belum dapat dilihat dalam penelitian ini adalah kaitan antara persepsi diri, konsep diri, dan harga diri.
- (2) Prestasi belajar dipengaruhi oleh faktor eksogen dan faktor endogen (Gunarsa dan Gunarsa, 1987). Dengan demikian, faktor lingkungan juga sangat berpengaruh bagi perkembangan prestasi belajar terutama pada anak-anak, mengingat proses atribusi anak masih menitikberatkan pada atribusi eksternal. Dengan demikian, kondisi lingkungan sekolah siswa kelas IV SDK Theresia sangat mendukung minat siswa untuk belajar dengan lebih giat.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa:

1. Ada pengaruh yang positif pelatihan pengenalan diri terhadap peningkatan persepsi diri.
2. Tidak ada hubungan antara prestasi belajar dengan persepsi diri.

Setelah mengikuti pelatihan pengenalan diri, maka subjek dapat lebih mengenali kelebihan dan kelemahan yang dimilikinya, sehingga dapat meningkatkan persepsi dirinya. Tidak adanya hubungan antara prestasi belajar dengan persepsi diri dapat disebabkan oleh banyak faktor-faktor lain yang ikut berpengaruh terhadap prestasi belajar, seperti inteligensi, motivasi berprestasi, dan faktor lingkungan. Kondisi lingkungan sekolah juga latar belakang keluarga dapat mendukung baiknya prestasi belajar subjek penelitian. Variabel persepsi diri merupakan variabel yang melandasi terbentuknya konsep diri dan harga diri. Berdasarkan hasil penelitian terdahulu dapat terlihat kaitan antara konsep diri dan prestasi belajar juga antara prestasi belajar dan harga diri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. 1993. "Kelompok Subjek Ini Memiliki Harga Diri yang rendah", *Kok Tahu...? Buletin Psikologi*, 2, 13-17.
- Bandura, A. 1977. *Social Learning Theory*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.
- Berndt, T.J. 1992. *Child Development*. Orlando: Holt, Rinehart & Winston, Inc.
- Brigham, J.C. 1991. *Social Psychology*. New York: HaperCollins Publishers Inc.
- Carr, M., Borkowski, J.G., & Maxwell, S.E. 1991. Motivational Components of Underachievement. *Developmental Psychology*, 27, 108-118.
- Drost, Sj. J. 1995. Demi Ambisi, Orang Tua "Merusak" Anak. *Kedaulatan Rakyat*. 3 Desember 1995. Yogyakarta.
- Ekowarni, W. 1993. Perkembangan Aspek Kognitif Anak Dalam Periode Operasional Konkret. *Disertasi*. Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Flavell, J.H., Miller, P.H., & Miller, S.A. 1993. *Cognitive Development*. New York: Prentice-Hall International Inc.
- Goleman, D. 1995. *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Grinder, A. 1978. *Adolescence*. New York: John Wiley & Sons.
- Gunarsa, S.D. & Gunarsa, Y.D. 1987. *Psikologi untuk Membimbing*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Harter, S. 1985. *Manual for the Self-Perception Profile for Children*. Denver: University of Denver.

- Harter, S. 1988. "Developmental and Dynamic Changes in the Nature of the Self-Concept. Implications for Child Psychotherapy". Dalam S.R. Shirk. *Cognitive Development and Child Psychotherapy*. New York: Plenum Press.
- Johnson, D.W. & Johnson, J.P. 1991. *Joining Together. Group Theory and Group Skills*. New York: Prentice Hall, Inc.
- Kazdin, A.E. 1988. *Child Psychotherapy. Developing and Identifying Effective Treatments*. New York: Pergamon Press.
- Kerlinger, F.N. 1973. *Foundations of Behavior Research*. New York: Holt, Rinehart & Winston, Inc.
- Muhari, 1983. "Suasana Rumah dan Prestasi Belajar, Suatu Studi Tentang Pengaruh Suasana Rumah Terhadap Prestasi Belajar para Pelajar Sekolah Menengah Umum Tingkat Pertama di Jawa Timur". *Disertasi*. Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Perlmutter, M. & Hall, E. 1985. *Adult Development and Aging*. Canada: John Wiley & Sons, Inc.
- Philips, D. 1984. The Illusion of Incompetence among Academically Competent Children. *Child Development*, 55, 2001-2016.
- Pikunas, J. 1976. *Human Development: an Emergent Science*. Japan: McGraw-Hill, Inc.
- Steinberg, L. & Belsky, J. 1991. *Infancy, Childhood, Adolescence: Development in context*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Sukadji, S. 1984. "Pengaruh Penataran Pengembangan Pribadi Guru untuk Meningkatkan Komponen Afektif Proses Belajar Mengajar Terhadap Prestasi Belajar Murid di SD Pedesaan". *Disertasi*. Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Waters, V. 1982. Rational Emotive Therapy. Dalam C.R. Reynolds dan T.B. Gutkin (eds.). *The Handbook of School Psychology*. Montreal: John Wiley & Sons.