

PENGEMBANGAN MODEL KONSELING KELOMPOK TEKNIK EXPRESSIVE WRITING BERLANDASKAN FALSAFAH DANDANG TINGANG UNTUK MENINGKATKAN PERILAKU RESPECT

Development of the Symboling Model of Expressive Writing Groups based on the Dandang Tingang Philosophy to Improve Respect Behavior

Karyanti*

Muhammad Andi Setiawan

Universitas Muhammadiyah
Palangkaraya, Palangka Raya,
Central Kalimantan, Indonesia

*email: karyanti982@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini yaitu (1) untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan konseling kelompok teknik *Expressive Writing* berlandaskan falsafah dandang tingang, (2) untuk menemukan desain model konseling kelompok teknik *expressive writing* dengan falsafah dandang tingang untuk meningkatkan perilaku *respect* peserta didik. Metode penelitian yang digunakan yaitu *Research and Development (R&D)*. *Research and development* atau penelitian pengembangan merupakan salah satu penelitian yang pada akhir penelitian dapat ditemukannya sebuah model baru. Analisis data dilakukan dengan cara kuantitatif dan kualitatif. Hasil dari pengembangan model yang sudah dilakukan peneliti maka tersusunlah sebuah model yang berisi (1) Rasional, (2) Tujuan, (3) Asumsi, (4) Target intervensi, (5) Komponen model, (6) Langkah-langkah model, (7) Materi, (8) Sarana, (9) Evaluasi dan indikator keberhasilan. Model yang sudah tersusun diujicobakan untuk mengetahui tingkat keefektifan dari model yang sudah di susun. Hasil uji coba diketahui bahwa model konseling kelompok dengan teknik *expresif writing* yang berlandaskan falsafah dandang tingang efektif untuk meningkatkan perilaku *respect*. Pengujian *independent sample T Test*, dari hasil perhitungan dengan menggunakan bantuan aplikasi *SPSS 19.00* diperoleh data sebagai berikut: T hitung (23,703) > T tabel (2,120) maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *expresif writing* berlandaskan falsafah dandang tingang efektif untuk meningkatkan perilaku *respect*

Kata Kunci:

Konseling Kelompok
Teknik *Expressive Writing*
Dandang Tingang
Perilaku *Respect*

Keywords:

Group Counseling
Expressive Writing Technique
Dandang Tingang
Respect Behavior

Accepted

February 2019

Published

June 2019

Abstract

The purpose of this research is to find out how the counseling of expressive writing technique group based on the philosophy of dandang tingang and find the design of the counseling model of the expressive writing group with dandang tingang philosophy to improve the respect behavior of students. The research method used is development research. This method is one of the research methods, which at the end of the study can be found in a new model. Data analysis is done in quantitative and qualitative ways. The results of the model development that have been carried out by the researcher include a model that contains Rational, Objectives, Assumptions, Intervention Targets, Model Components, Model Steps, Materials, Facilities, Evaluations and indicators of success. The arranged model is tested to determine the effectiveness of the model that has been arranged. The results of the trial show that the group counseling technique with expressive writing is based on a practical philosophy to improve respect behavior. Independent sample T-Test, from the results of calculations using the help of the SPSS 19.00 application, obtained the following data: T count (23.703) > T table (2.120) then H_0 is rejected, and H_a is accepted. Therefore, it can be concluded that group counseling services with an expressive writing technique are based on an effective way to improve respect behavior.



© 2019 The Authors. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/anterior.v18i2.475>.

PENDAHULUAN

Pendidikan memfasilitasi manusia dalam dalam membentuk sumber daya manusia yang berkualitas sehingga dapat bersaing mengikuti perkembangan zaman. Sekolah sebagai lembaga pendidikan berperan

sebagai lembaga formal untuk menimba dan mengembangkan ilmu bagi peserta didik. Pada hakekatnya tujuan setiap praktek pendidikan adalah sama yaitu membentuk manusia baik (Munib, 2007). Peserta didik yang berada pada usia remaja, perlu untuk

menjalin hubungan sosial yang baik dengan lingkungannya. Respek adalah mengakui, menghargai dan menerima peserta didik apa adanya, tidak membodoh-bodohkan peserta didik, terbuka menerima pendapat dan pandangan peserta didik tanpa menilai atau mencela, terbuka untuk berkomunikasi dengan peserta didik dan tidak hanya menghargai akademik, memberi keamanan psikologis dan memberi pengalaman sukses kepada peserta didik (Eliasa, 2011a).

Fenomena yang ada dilapangan dari beberapa sumber surat kabar online menunjukkan banyak perilaku peserta didik yang tidak menunjukkan perilaku *respect* seperti tawuran antar pelajar, menghina atau mencela. Hasil observasi di SMK Kesehatan Muhammadiyah Palangkaraya bahwa ada beberapa peserta didik yang kurang memiliki perilaku *respect* terhadap teman sebayanya, contohnya, peneliti mendapati peserta didik yang kurang bisa menghargai temannya, mereka beranggapan bahwa pendapat mereka itu yang paling benar. Sehingga peserta didik tersebut bisa dikatakan kurang memiliki perilaku *respect* (Karyanti & Setiawan, 2018). Dalam ruang lingkup konseling yang memiliki kesempatan menanamkan nilai-nilai yang bermakna, konselor harus mempunyai pemahaman terhadap adanya perbedaan pemikiran, persepsi, budaya dan keragaman lainnya dalam berkehidupan sehingga dibutuhkan sikap *respect* yang berkualitas dari seorang konselor agar proses konseling berjalan dengan baik. Begitu juga mutual *respect* dari konseli kepada konselor sangat penting dilakukan dalam suasana konseling (Eliasa, 2011).

Sebagai sarana utama dalam pembangunan bangsa dan watak, pendidikan dituntut untuk memberikan perhatian yang sungguh-sungguh terhadap pengembangan nilai-nilai *respect* dalam keseluruhan dimensinya. Dengan adanya permasalahan tersebut guru bimbingan konseling mempunyai tanggung jawab besar terhadap peserta didik. Melalui layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling diharapkan guru bimbingan

konseling dapat memberikan pengaruh positif yang dapat memfasilitasi perkembangan peserta didik. Kondisi tersebut apabila dibiarkan terus menerus maka memberikan dampak yang buruk dalam berbagai segi kehidupan dari peserta didik, dalam bimbingan konseling ada berbagai macam pendekatan dan teknik yang bisa digunakan, salah satunya yaitu dengan teknik *Expressive Writing* (Karyanti & Setiawan, 2018).

Menurut Brandley (2016) Teknik *Expressive Writing* merupakan teknik konseling yang memungkinkan klien untuk mengungkapkan dan mengeksternalisasikan pikiran, perasaan dan kebutuhannya, ekspresi-ekspresi yang biasanya disimpan untuk ranah pribadi dan diungkapkan melalui tulisan. Graf (Qonitatin, 2011) menyatakan "*Expressive Writing* memberikan penjelasan bahwa seseorang memperoleh keuntungan baik fisik dan psikologis setelah mengungkapkan suatu rahasia. Shufi (2015) menjelaskan bahwa Tahap Pelaksanaan konseling Teknik *Expressive Writing* adalah: (1) Ice breaking (2) Diskusi (3) Terapi Menulis (4) Refleksi diri. Uli (2015:142) Tahap Pelaksanaan konseling Teknik *Expressive Writing* yaitu: (1) pembukaan (2) ice breaking (3) instruksi/prosedur dalam menulis hal-hal traumatik (4) refleksi (5) penutup.

Ekspresi emosi dapat meningkatkan kemampuan mengatasi peristiwa kehidupan yang menekan, termasuk gagasan bahwa ekspresi emosi meningkatkan insight dan self-understanding, resolusi kognitif, dan melihat pengalaman masa lalu dengan cara yang berbeda. Pengalaman menceritakan kisah hidup emosional, termasuk lewat tulisan, memberikan kesempatan kepada individu untuk mengatur, merasionalkan pengalaman-pengalaman yang mereka alami" (Qonitatin et al., 2011). Berbagai macam layanan sudah diberikan kepada salah satunya pada peserta didik di SMA Muhammadiyah Palangkaraya, tetapi guru Bimbingan konseling masih belum maksimal dalam memberikan layanan khususnya konseling kelompok karena layanan yang diberikan masih bersifat konvensional,

dan belum dijumpai guru bimbingan konseling yang memanfaatkan nilai-nilai kearifan lokal atau budaya yang ada di Kalimantan tengah yaitu falsafah dandang tingang. Tujuan dari konseling kelompok adalah untuk membantu individu agar mencapai perkembangan yang optimal, individu dapat belajar menumbuhkan dan meningkatkan kemampuannya dalam kelompok tersebut, dan membantu individu dalam memecahkan permasalahan yang dialami individu yang tergabung dalam anggota kelompok tersebut (Fitri & Marjohan, 2016). Konseling kelompok terdiri atas beberapa tahapan, seperti dinyatakan Corey (2011) bahwa tahapan konseling kelompok terdiri atas persiapan, tahap awal, tahap transisi, tahap kerja dan tahap akhir.

Nilai-nilai budaya apabila tidak dilestarikan maka akan memudar dan kemudian terlupakan. Akar budaya tentunya memerlukan pelestarian, pelurusan, penyuluhan dan pengenalan untuk dikaji lebih mendalam. Demikian pula sikap asli orang Dayak terhadap berbagai unsur roh yang semoyang dengan manusia dalam segala bentuk pengurusannya. Sebutan kata Dayak, adalah sebutan yang umum di Kalimantan. Bahkan di seluruh Indonesia, setiap orang yang mendengar kata Dayak, sudah tentu pandangnya tertuju kepada salah satu suku di Indonesia yang mendiami Kalimantan. Mereka hidup di sepanjang Sungai Kapuas, Kahayan, Katingan, Rungan, Manuhing, dan Mentaya (Santosa & Djamar, 2015).

Walaupun mereka buta aksara tetapi bukan buta tata krama yang kemudian berkembang melembaga dan menjadi akar budaya. Adanya seperangkat lambang yang dapat dikategorikan berupa lambang pokok dan lambang penunjang atau pelengkap. Lambang pokok adalah yang disebut batang garing belom dan dandang tingang. Lambang batang garing mengandung rumusan perihal "hidup dan kehidupan" berbagai unsur. Lambang dandang tingang mengandung rumusan "kemanusiaan manusia". Dalam dandang tingang digambarkan bahwa manusia pada hakikatnya diharapkan bias menjadi

pribadi yang baik sesuai dengan kodrat dan fitrahnya (Lastaria et al., 2018).

Model teknik *Expressive Writing* yang dipadukan dengan falsafah dandang tingang dipandang efektif untuk meningkatkan perilaku *respect* sehingga peneliti mengambil judul Pengembangan konseling kelompok Teknik *Expressive Writing* Berlandaskan Falsafah Dandang Tingang Untuk Meningkatkan Perilaku *Respect*. Kata Dandang Tingang berarti, dandang yaitu rawat atau merawat. tingang melambangkan manusia jadi dandang tingang sama dengan merawat manusia. Atau juga melestarikan sikap moral manusia, dapat pula disebut Memanusiakan manusia itu sendiri. Dandang tingang Nathan (1991) mengemukakan bahwa: "Ungkapan Belom Bahadat dilambangkan dengan bentuk helai bulu kendali (ekor) burung Tingang". Isi lambang Dandang Tingang dijelaskan sebagai berikut:

1. Upacara Perkawinan. Perpaduan dua orang manusia yang berlainan jenis, perlu dibekali keluhuran sikap moral dalam rangka meletakkan keturunan yang permanen, sekaligus tolok ukur ketinggian martabat manusia dibandingkan dengan binatang.
2. Negeri awal kejadian manusia. Awal kejadian manusia adalah dalam kandungan ibu. Bayangan aslinya disebut Jewu Pantai Danum Jalayan. Disini proses cikal bakal manusia dipersiapkan dengan nilai kidam atau tingkah laku ibu bapaknya. Baginya disana tak ada satuan waktu dan jarak, disana ia tumbuh berkembang kemudian pindah ruang.
3. Duniawi. Negeri ini disebut Lewu Pantai Danum Kalunen Rundung Luwuk Kampungan Bunu. Hari lahir bukan hari jadinya. Negeri ini terlukis sebagai gelap dalam tingkah laku. Mewarisi nilai-nilai kidam, dan memerlukan belom bahadat untuk bekal keruas berikutnya, perlunya Bulau singah pelek.
4. Negeri Akhirat. Negeri Akhirat atau Lewu Liau merupakan wilayah kuasa Ilahi, hanya mewarisi nilai amal ibadah, Belom Bahadat, Iman pengharapan dan kasih. kehidupan disini tanpa tubuh, bobot, waktu

dan jarak. disini mati bukan berarti hilang lenyap, tapi hanya pindah ruas dan ruang. Bahasa aslinya Lewu pantai danum liau, rundung tanjung ambung buang.

METODOLOGI

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan (*research and development*). Prosedur yang umum dilaksanakan dalam penelitian pengembangan yaitu: (1) studi pendahuluan, (2) merencanakan, (3) mengembangkan model hipotetik, (4) menelaah model hipotetik, (5) revisi model, (6) uji coba terbatas, (7) memperbaiki hasil uji coba, (8) uji coba lebih luas, (9) revisi model akhir, serta (10) diseminasi dan sosialisasi (Sugiyono, 2010). Namun dalam penelitian ini kesepuluh tahapan tersebut dikurangi menjadi 6 tahapan, disesuaikan dengan kebutuhan penelitian. Keenam tahapan yang dimaksud dijelaskan dalam prosedur pengembangan. Rancangan pengembangan model tersebut, secara lebih sistematis dapat digambarkan melalui bagan tahap penelitian di bawah ini: studi pendahuluan, merumuskan model hipotetik, perbaikan model hipotetik, uji kelayakan model hipotetik, uji efektifitas, tersusun model akhir.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Model layanan konseling kelompok dengan teknik *Expressive Writing* ini dikembangkan berdasarkan analisis panduan antara temuan empiris di lapangan (yakni kondisi objektif pelaksanaan layanan konseling kelompok yang masih belum memanfaatkan kearifan lokal yaitu dandang tingang ditambah dengan adanya perilaku *respect* di kalangan peserta didik yang masih rendah. Dari teori yang sudah dikembangkan diatas maka model hipotetik tersusun dan terdiri atas beberapa komponen yaitu: (1) Rasional, (2) Tujuan, (3) Asumsi, (4) Target intervensi, (5) Komponen model, (6) Langkah-langkah model, (7) Materi, (8) Sarana, (9) Evaluasi dan indikator keberhasilan.

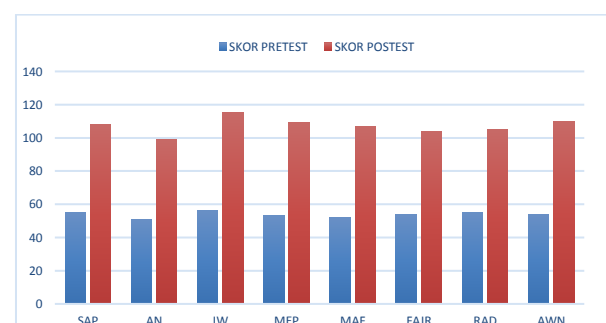
Berikut ini sajian perbandingan hasil pengukuran tingkat perilaku *respect* dengan menggunakan skala *respect* untuk meningkatkan perilaku *respect* peserta didik saat pre-test dan post-test pada subjek penelitian. Data hasil pre-test dan post-test pada subjek penelitian dilengkapi dengan terapeutik dalam perubahan diri peserta didik dari masing-masing peserta didik pada subjek dan berikut adalah hasil pre-test dan post-test subjek penelitian

Secara kuantitatif peningkatan *respect* bisa dilihat dari perbandingan nilai pretest dan Posttest yang diperoleh masing-masing anggota kelompok. Berikut rincian perolehan skor anggota kelompok eksperimen pada semua indikator sebagaimana ditampilkan pada Tabel I.

Tabel I. Perolehan Skor Total Pretest dan Posttest Perilaku *respect* Kelompok Eksperimen

No	Inisial Anggota Kelompok	Frekuensi (F) Persentase (%)	Pretest	Posttest	Perubahan
1	SAP	F %	55 34,37	108 67,5	53 33,12
2	AN	F %	51 31,87	99 61,88	48 30
3	IW	F %	56 35	115 71,88	59 36,87
4	MEP	F %	53 33,12	109 68,13	56 35
5	MAF	F %	52 32,5	107 66,88	55 34,37
6	FAJR	F %	54 33,75	104 65	50 31,25
7	RAD	F %	55 34,75	105 65,63	50 31,25
8	AWN	F %	54 33,75	110 68,75	56 35

Visualisasi Tabel I dalam bentuk grafik sebagaimana dapat dilihat pada Gambar I berikut ini:



Gambar I. Perolehan Skor Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen

Berdasarkan Gambar 1 di atas terlihat bahwasanya perilaku *respect* pada semua peserta didik yang menjadi anggota kelompok mengalami peningkatan (nilai posttest lebih tinggi dari nilai pretest). Ketercapaian hasil tersebut karena layanan konseling kelompok dengan teknik *Expressive Writing* dilaksanakan secara profesional sesuai dengan prosedur yang telah direncanakan, walaupun terjadi beberapa hambatan saat kegiatan berlangsung. Adapun rincian perolehan skor anggota kelompok kontrol pada semua indikator ditampilkan pada Tabel 2.

Tabel 2. Perolehan Skor Total Pretest dan Posttest Perilaku *respect* Kelompok Kontrol

No	Inisial Anggota Kelompok	Frekuensi (F) Persentase (%)	Pretest	Posttest	Perubahan
1	SAP	F	53	47	-6
		%	34,37	29,38	3,75
2	AN	F	51	57	6
		%	31,87	35,63	3,75
3	IW	F	56	49	-7
		%	35	30,63	4,37
4	MEP	F	53	50	-7
		%	33,12	31,25	4,37
5	MAF	F	52	60	3
		%	32,5	37,5	1,87
6	FAJR	F	54	51	-1
		%	33,75	31,88	0,62
7	RAD	F	55	54	-2
		%	34,75	33,75	1,25
8	AWN	F	54	48	-1
		%	33,75	30	0,62

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa perilaku *respect* mengalami kenaikan dan penurunan tetapi tidak ada perbedaan yang mencolok antara hasil skor pretest dan hasil skor posttest. Ada dua peserta didik yang mengalami peningkatan perilaku *respect* yaitu TA dan GAN tetapi peningkatannya tidak terlalu signifikan. Beberapa anggota kelompok yang lain yaitu HNK, YG, AMWS, AN, ARW, dan AMR mengalami penurunan perilaku *respect*. Kondisi tersebut terjadi karena peserta didik belum bisa menemukan solusi yang paling efektif dari setiap permasalahan yang dihadapi khususnya terkait perilaku *respect*. Berbeda dengan kelompok eksperimen yang mendapat perlakuan dengan konseling kelompok teknik *Expressive Writing*, dimana di dalam kelompok anggota kelompok dibantu untuk bisa

menemukan solusi yang paling efektif dari masalah yang sedang dihadapinya. Untuk pembahasan lebih lanjut akan dipaparkan perilaku *respect* pada setiap indikator penelitian.

Uji keefektivan model layanan konseling kelompok dengan teknik *Expressive Writing* untuk meningkatkan perilaku *respect* dengan statistik non-parametrik melalui uji *independent samples T Test* yang dilakukan sebagaimana ditampilkan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Perhitungan *Independent Sample T Test*

Score	Levene's Test for Equality of Varians		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
Equal variances assumed	,079	,782	23,703	14	,000	55,125	2,326	50,137	60,113
Equal variances not assumed			23,703	13,993	,000	55,125	2,326	50,137	60,113

Uji T Test sebelumnya dilakukan uji kesamaan varian dengan F Test, artinya varian sama maka t menggunakan *equal variance assumed* dan jika varian berbeda maka menggunakan *equal variance not assumed*. Kriteria pengujian Ho diterima jika P value < 0,05. Membandingkan probabilitas/signifikan dimana P value (0,782) sehingga Ho ditolak. Jadi dapat disimpulkan bahwa kedua varian tidak sama. Pengujian independen sample T Test, dari hasil perhitungan dengan menggunakan bantuan aplikasi SPSS 19.00 diperoleh data sebagai berikut: T hitung (23,703) > T tabel (2,120) maka Ho ditolak dan Ha diterima. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan *Expressive Writing* efektif untuk meningkatkan perilaku *respect*. Pada Tabel 3 terlihat rata rata kelompok eksperimen lebih tinggi daripada kelompok kontrol.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, mulai dari tahap penelitian pendahuluan sampai pada uji coba model dapat disimpulkan: Telah ditemukan desain model konseling kelompok dengan Teknik ekspresif writing berlandaskan filosofi dandang tingang. Model layanan konseling kelompok dengan Teknik ekspresif writing berlandaskan filosofi dandang tingang efektif dapat meningkatkan perilaku respect setelah dilakukan uji coba kepada kelompok eksperimen. Selain itu hasil statistika Independent sampel T Test menunjukkan nilai posttest lebih tinggi daripada nilai pretest, oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan Teknik ekspresif writing efektif untuk meningkatkan perilaku respect. Sekolah diharapkan dapat memberikan kesempatan, dukungan, atau fasilitas kepada guru bimbingan dan konseling untuk melaksanakan layanan konseling kelompok dengan Teknik ekspresif writing berlandaskan filosofi dandang tingang untuk meningkatkan perilaku respect. Penelitian (lanjutan) yang akan melakukan kajian terkait kearifan lokal, masih banyak kearifan lokal yang belum tergalikan dan perlu dilestarikan demi terjaga keberadaannya.

REFERENSI

- Brandley. 2016. *Empat Puluh Teknik Yang Harus Diketahui Konselor*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Corey, M.S. 2011. *Becoming a Helper Sixth Edition*. USA: Brooks/cole, Cengage Learning. p. 337.
- Eliasa, E.I. 2011. Pentingnya Sikap Respek Bagi Pendidik dalam Pembelajaran. *Majalah Ilmiah Pembelajaran*, 7, 1-15.
- Fitri, E.N. & Marjohan, M. 2016. Manfaat Layanan Konseling Kelompok dalam Menyelesaikan Masalah Pribadi Siswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2, 19-24.
- Nathan, I.Y. 1991. *Ilustrasi Dan Perwujudan Lambing Batang Garing Dan Dandang Tingang, Sebuah Konsep Memanusiakan Manusia Dalam Filsafat Suku Dayak Ngaju Kalimantan Tengah*.

Palangka Raya: Dinas Kebudayaan Kalimantan Tengah.

- Karyanti & Setiawan, M.A. 2018. Model Konseling Kelompok Teknik *Expressive Writing* Berlandaskan Filosofi Dandang Tingang Untuk Meningkatkan Perilaku *Respect*. *JURKAM (Jurnal Konseling Andi Matappa)*, 2, 129-136.
- Lastaria, L., Ramdhani, M.T., & Handayani, I.T. 2018. Makna Dan Fungsi Simbol Biologi menurut Budaya Masyarakat Dayak Ngaju di Museum Balanga Palangka Raya. *Anterior Jurnal*, 18, 64-70.
- Munib, A. 2007. *Pengantar Ilmu Pendidikan*. Semarang: UNNES Press
- Santosa, P. & Djamar, N.F.N. 2015. Kajian Historis Komparatif Cerita "Batang Garing". *Kandai*, 11, 248-265.
- Qonitatin, N., Widyawati, S., & Asih, G.Y. 2011. Pengaruh Katarsis dalam Menulis Ekspresif Sebagai Intervensi Depresi Ringan pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Undip*, 9, 21-32.
- Qonitatin. 2011. *Teknik Konseling dan Penerapannya*, Yogyakarta: Bina Ilmu Pustaka.
- Shufi, R. 2015. *Pedoman Dan Teknik Untuk Konselor*. Jakarta: Lintang Wiguna.
- Sugiyono. 2010. *Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.