

## Model Konseling Kelompok Teknik *Expresif Writing* Berlandaskan Falsafah Dandang Tingang Untuk Meningkatkan Perilaku *Respect*

**Karyanti<sup>1</sup>, Muhammad Andi Setiawan<sup>2</sup>**

Bimbingan Konseling, Universitas Muhammadiyah Palangkaraya, Indonesia

karyanti982@gmail.com

**Abstrak:** Tujuan dari penelitian ini yaitu (1) untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan konseling kelompok teknik ekspresif writing berlandaskan falsafah dandang tingang, (2) untuk menemukan desain model konseling kelompok teknik ekspresif writing dengan flasafah dandang tingang untuk meningkatkan perilaku respect peserta didik. Metode penelitian yang digunakan adalah pengembangan dengan Analisis data secara kuantitatif dan kualitatif. Hasil dari pengembangan model yang dilakukan, tersusunlah model 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 *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  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *expresif writing* berlandaskan falasafah dandang tingang efektif untuk meningkatkan perilaku *respect*

**Kata Kunci:** Konseling kelompok, teknik ekspresif writing, dandang tingang, perilaku respect

**Abstract:** The purpose of this research is (1) to know how the implementation of expressive writing group counseling based on the philosophy of tinggang, (2) to find the model design counseling group expressive writing technique with flasafah dandang tingang to improve the respect behavior. Research method used is Research and Development (R&D). Data analysis is done by quantitative and qualitative method. The result of the model development that has been done by the researcher then design a model that contains (1) Rational, (2) Objectives, (3) Assumptions, (4) Target intervention, (5) Component model, (6) Model steps, 7) Materials, (8) Means, (9) Evaluation and indicators of success. The model that has been compiled is tested to determine the effectiveness of the model that has been compiled. The result of the experiment showed that group counseling model with expressive writing technique based on the philosophy of dandang tingang effective to improve the behavior of respect. Independent test sample T test, from the calculation using SPSS 19.00 application assistance obtained data as follows:  $T_{arithmetic} (23,703) > T_{table} (2.120)$  then  $H_0$  is rejected and  $H_a$  accepted. Therefore it can be concluded that the counseling service group with the technique of expressive writing based on the philosophy of dandang tingang effective to improve the behavior of respect

**Keywords:** group counseling, expressive writing techniques, dandang tingang, respect behavior

## 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. A, dkk, 2007: 17). Peserta didik yang berada pada usia remaja, perlu untuk menjalin hubungan sosial yang baik dengan lingkungannya. Menurut Patterson (Eliasa 2011:5) 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.

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.

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 Eva IE (2011: 2). Hal itu sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mami H, Dkk (2011: 4)

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 ekspresif writing

Menurut Brandley (2016: 296) Teknik Ekspresif 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 2011:30) menyatakan "Ekspresif Writing memberikan penjelasan bahwa seseorang memperoleh keuntungan baik fisik dan psikologis setelah mengungkapkan suatu rahasia. Shufi (2015:03) Tahap Pelaksanaan konseling Teknik Ekspresif Writing adalah: (1) Ice breaking (2) Diskusi (3) Terapi Menulis (4) Refleksi diri. Uli (2015:142) Tahap Pelaksanaan konseling Teknik Ekspresif 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" Berbagai macam layanan sudah diberikan kepada 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. Widaryati (2013:336) “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. Konseling kelompok terdiri atas beberapa tahapan Corey, M.S (2011: 337) menyatakan 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 pandangannya tertuju kepada salah satu suku di Indonesia yang mendiami Kalimantan. Mereka hidup di sepanjang Sungai Kapuas, Kahayan, Katingan, Rungan, Manuhing, dan Mentaya. Puji, S & Djamari (2015: 253). Menurut Tetek Tatum (2003) berpendapat mengenai orang Dayak berasal dari langit ketujuh. Diturunkan kebumi dengan menggunakan palangka bulni, oleh Ranying Hatalla

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 belum 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.

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 menurut Ilon Y Nathan (1991) Mengemukakan Bahwa: “Ungkapan Belom Bahadat dilambangkan dengan bentuk helai bulu kendali (ekor) burung Tingang. Isi lambang Dandang Tingang dijelaskan sebagai berikut:

- a. 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.
- b. 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.
- c. 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.
- d. 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

Berdasarkan uraian di atas maka model teknik ekspresif writing yang dipadukan dengan falsafah dandang tingang dipandang efektif untuk meningkatkan perilaku respect sehingga peneliti mengambil judul Pengembangan konseling kelompok Teknik Ekspresif Writing Berlandaskan Falsafah Dandang Tingang Untuk Meningkatkan Perilaku Respect

## METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian dan pengembangan (research and development). Menurut Borg & Gall dalam Sugiyono (2010: 409) 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, dan (10) diseminasi dan sosialisasi. 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 *Expressif Writing* ini dikembangkan berdasarkan analisis panduan

**Tabel 1** Perolehan Skor Total Pretest dan Posttest Perilaku respect Kelompok Eksperimen

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

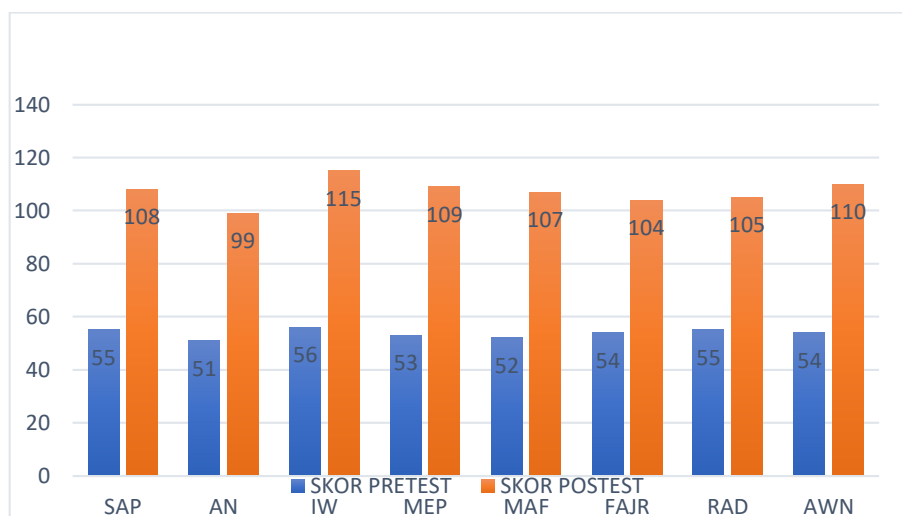
Guna mempermudah dalam memahami isi tabel yang ada diatas maka berikut ini disajikan bahasanya dalam bentuk diagram, berikut

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-tes 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 kontrol dan kelompok eksperimen pada semua indikator:

visualisasi tabel di atas bisa dilihat pada gambar berikut ini:

**Grafik 1** Perolehan Skor Pretest dan Post Test Kelompok Eksperimen

Berdasarkan grafik 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 *expresif writing* dilaksanakan secara profesional sesuai dengan prosedur yang telah direncanakan, walaupun terjadi beberapa hambatan saat kegiatan berlangsung

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

No	Anggota Kelompok	Frekuensi %	Pretest	Kategori	Posttest	Kategori	Perubahan
1	HNK	F	53	R	47	R	-6
		%	34,37		29,38		3,75
2	TA	F	51	R	57	R	6
		%	31,87		35,63		3,75
3	YG	F	56	R	49	R	-7
		%	35		30,63		4,37
4	AMWS	F	53	R	50	R	-7
		%	33,12		31,25		4,37
5	GAN	F	52	R	60	R	3
		%	32,5		37,5		1,87
6	AN	F	54	R	51	R	-1
		%	33,75		31,88		0,62
7	ARW	F	55	R	54	R	-2
		%	34,37		33,75		1,25
8	AMR	F	54	R	48	R	-1
		%	33,75		30		0,62

Berdasarkan tabel di atas 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, 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 *expresif 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 *expresif writing* untuk meningkatkan perilaku *respect* dengan statistik non-parametrik melalui uji *independen samples T Test*.

**Tabel 3** Hasil Perhitungan *Independent Sample T Test*

		Levene's Test for Equality of Variances		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
skor	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 pegujian 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 layan konseling kelompok dengan teknik *expresif writing* efektif untuk meningkatkan *perilaku respect*. Pada tabel Group statistis terlihat rata rata kelompok eksperimen lebih tinggi daripada rata-rata kelompok kontrol

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data, mulai dari tahap penelitian pendahuluan sampai pada uji coba model dapat disimpulkan: Telah ditemukan desain model konseling kelompok dengan Teknik *expresif writing* berlandaskan flasafah dandang tingang. Model layanan konseling kelompok dengan

Teknik *expresif writing* berlandaskan flasafah 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 *pretetst*, oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan Teknik *expresif writing* efektif untuk meningkatkan *perilaku respect*. Saran: Sekolah diharapkan dapat memberikan kesempatan, dukungan, atau fasilitas kepada guru bimbingan dan konseling untuk melaksanakan layanan konseling kelompok dengan Teknik *expresif writing* berlandaskan flasafah dandang tingang untuk meningkatkan *perilaku respect*. Peneliti (lanjutan) yang akan melakukan kajian terkait kearifan lokal, masih banyak kearifan lokal yang belum tergali dan perlu dilestarikan demi terjaga keberadaanya.

## DAFTAR RUJUKAN

- 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
- Eliasa, Eva Imania. 2011. *Pentingnya Respek Pada Diversity Dan Universality Dalam Konseling (The Importance Of Respect In diversity And Universality In Counseling)*. Join Counseling Conference 2011 "Enhancing Mental Health Through Counseling
- Eva IE. 2011. *Pentingnya respek pada diversity dan universality dalam konseling*. Bandung: Disajikan dalam Join Counseling Conference, Bandung, 7&8 Desember 2011
- (Study Historical Comparative of Story "Batang Garing"). Jakarta. Kandai Vol. 11, No. 2, November 2015
- Qonitatin, 2011, *Teknik Konseling dan Penerapannya*, Jogjakarta: CV Bina Ilmu Pustaka
- Shufi. R, 2015, *Pedoman Dan Teknik Untuk Konselor*, Jakarta: PT Lintang Wiguna
- Sugiyono. 2010. *Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Widaryati, 2013, *Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta didik (1),(2) 335-336*, Arinterior Jurnal
- Ilon Y Nathan. 1991. *Ilustrasi Dan Perwujudan Lambing Batang Garing Dan Dandang Tingang, Sebuah Konsepsi Memanusiakan Manusia Dalam Filsafat Suku Dayak Ngaju Kalimantan Tengah*. Proyek Bantuan Pembinaan Kebudayaan Daerah Tingkat I Kalimantan Tengah
- Mami H, Dkk. 2011. *Pelatihan Respect Education (In-House Training) Untuk Mencegah Bullying Di Sekolah Dasar Kawasan Beresiko*. Yogyakarta. PPM UNGGULAN Nomor: 235/UN.34.22/PM/2011, tanggal 15 April 2011 Universitas Negeri Yogyakarta, Kementrian Pendidikan Nasional.
- Munib, A, Dkk. 2007. *Pengantar ilmu pendidikan*. Semarang: UPT UNNES Press
- Puji,,S & Djamari. 2015. *Kajian Historis Komparatif Cerita "Batang Garing"*