

**PENERAPAN KONSELING ANALISIS TRANSAKSIONAL
TEKNIK BERMAIN PERAN UNTUK MENURUNKAN
FEELING OF INFERIORITY SISWA KELAS XI A
ADMINISTRASI PERKANTORAN
SMK NEGERI 1 SINGARAJA**

Ni Kadek Yuni Muliarti Dewi, Kadek Suranata, Ketut Dharsana

Jurusan Bimbingan Konseling, FIP
Universitas Pendidikan Ganesha
Singaraja, Indonesia

e-mail: yunimuliarti@gmail.com, sura@konselor.org,
profdarsana@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penurunan *feeling of inferiority* siswa kelas XI.A.AP SMK Negeri 1 Singaraja setelah diberikan konseling analisis transaksional teknik bermain peran. Penelitian ini merupakan jenis penelitian tindakan dalam bimbingan konseling (*Action Research In Counseling*). Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI A AP SMK Negeri 1 Singaraja yang berjumlah 38 orang. Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus, dan setiap siklus terdiri dari perencanaan, tindakan evaluasi, refleksi. Hasil tindakan selanjutnya dipantau dengan observasi dan kuesioner kemudian dianalisis secara deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan *feeling of inferiority* siswa sebelum tindakan dan sesudah tindakan. Penurunan persentase keberhasilan layanan yaitu 65% pada siklus I namun terdapat 7 orang siswa yang masih dalam kategori tinggi, sehingga perlu dilanjutkan ke siklus II melalui konseling kelompok dan konseling individu. Pada evaluasi siklus II penurunan persentase keberhasilan pencapaian siswa yaitu 48%, dari hasil tindakan diketahui bahwa penurunan *feeling of inferiority* siswa bervariasi dan umumnya penurunan ini berjalan dengan baik. Persentase dari siklus I dan siklus II yaitu: 65% menjadi 48%, sehingga penurunan persentasenya adalah 27%. Persentase penurunan *feeling of inferiority* tercapai dan sesuai dengan target keberhasilan yakni di bawah 65%. Kesimpulannya, bahwa konseling analisis transaksional teknik bermain peran mampu menurunkan *feeling of inferiority* siswa.

Kata-kata kunci: konseling analisis transaksional, teknik bermain peran, *feeling of inferiority*.

Abstract

This study was aimed to know the reduction *feeling of inferiority* for class XI A AP students at SMK Negeri 1 Singaraja after the implementation of transactional analysis counseling on role play. This study was an *Action Research In Counseling*. The subject of this study were 38 students of class XI A AP in SMK Negeri 1 Singaraja. This study was conducted in 2 cycles and each cycle consisted of planning, acting, evaluation and reflection. The results of action was controlled by observation and questionnaire, then analyzed descriptively. The result of the study showed students *feeling of inferiority* was decreased after the treatment. The percentage of service of success was decreased became 65% in cycle I, although there were 7 students still in high category, so the cycle II was conducted by group and individual counseling. On the evaluation in cycle II, the reduction of students achievement success percentage was 48%, from the action results it was found that the reduction of students' *feeling of inferiority* were varied and generally

this reduction was succed. The percentage from cycle I and cycle II was 65% became 48%, so the reduction was 27%. The reduction of percentage of *feeling of inferiority* was achieved and associated with target of success, under 65%. It could be concluded that transactional analysis counselling on role play technique could decrease students' *feeling of inferiority*.

Key words: transactional counselling analysis, role play technique,
feeling of inferiority.

Pendahuluan

Berdasarkan pengamatan peneliti di kelas gejala-gejala yang ditunjukkan oleh siswa kelas XI A AP di SMK Negeri 1 Singaraja yang berjumlah 38 orang adalah sebagai berikut: 18 orang memiliki keberanian siswa dalam bertanya, konsentrasi siswa dalam mengikuti pelajaran, respon siswa yang cepat dan tanggap saat menjawab pertanyaan. Namun, sebaliknya ada 20 siswa yang memiliki perasaan kurang berharga yakni perasaan takut, perasaan takut di hina, diejek, takut ditertawakan karena salah pendapat, perasaan minder karena ekonominya rendah, tidak mau mengajukan pertanyaan, tidak pernah menjawab pertanyaan, takut salah dalam berpendapat, tidak mampu dengan kemampuan/potensi yang dimiliki. Gejala seperti ini dapat dikatakan gejala dari perasaan kurang berharga atau disebut *feeling of inferiority*.

Pengamatan dilakukan di SMK Negeri 1 Singaraja pada kelas XI A Administrasi Perkantoran pada semester genap tahun ajaran 2013/2014. Beberapa siswa menunjukkan gejala-gejala tersebut di atas. Jika gejala *feeling of inferiority* tetap ada pada diri siswa, maka akan berdampak tidak baik pada diri siswa untuk ke depannya. Di sisi lain, banyak siswa yang menunjukkan gejala sebaliknya yakni *feeling of superiority*. Hal ini ditunjukkan dengan perasaan berani tampil ke depan kelas, berani menjawab pertanyaan yang diberikan oleh guru, aktif dan tanggap saat diskusi, percaya akan kemampuan sendiri.

Menurut Alder, *feeling of inferiority* berarti perasaan kurang berharga atau kurang mampu yang dimiliki oleh individu. Perasaan ini dapat timbul karena

ketidakmampuan psikologis, sosial maupun kondisi jasmani yang kurang sempurna. Definisi tersebut mengandung indikator yaitu: (1) perasaan takut, (2) perasaan tidak mampu dengan kemampuan yang dimiliki, (3) merasa lemah secara ekonomi. Selaras dengan itu, Menurut James D. Page, (dalam Suhartin, 2010: 30) menyatakan bahwa *feeling of inferiority* adalah "bentuk kritik diri pribadi yang biasanya merasa takut terhadap celaan masyarakat, orang-orang yang dibebani dengan perasaan-perasaan tidak mampu, sulit mengungkapkan perasaan, pendapat memperlihatkan perbuatan". Definisi tersebut mengandung aspek sebagai berikut: (1) perasaan takut terhadap celaan, (2) sulit mengungkapkan perasaan dan pendapat.

Berdasarkan kedua pendapat para ahli dapat disimpulkan *feeling of inferiority* adalah perasaan kurang berharga atau kurang mampu yang dimiliki oleh individu, yang merasa takut terhadap celaan, dan orang-orang yang dibebani dengan perasaan-perasaan tidak mampu dengan kemampuan maupun ekonomi, memiliki kesadaran yang sangat kuat akan dirinya, serta sulit mengungkapkan perasaan dan pendapat. Berdasarkan semua definisi di atas, maka *feeling of inferiority* mengandung indikator: (1) perasaan takut terhadap celaan, (2) sulit mengungkapkan perasaan dan pendapat, (3) perasaan tidak mampu dengan kemampuan yang dimiliki, dan (4) merasa lemah secara ekonomi.

Siswa yang memiliki *feeling of inferiority* terlihat dari kurangnya perasaan percaya terhadap kemampuan yang dimiliki. Siswa terkadang cenderung diam, setiap maju ke depan kelas kadang-kadang tangan gemetar. Dalam hal ini siswa merasa minder jika di di suruh maju ke

depan kelas, menjawab pertanyaan. Banyak siswa yang tidak memiliki percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki dan tidak yakin terhadap dirinya sendiri. Mengetahui pentingnya penurunan *feeling of inferiority*, maka upaya menurunkannya perlu dilakukan dengan menggunakan berbagai pendekatan yaitu pendekatan konseling.

Salah satu pendekatan konseling yang dapat digunakan adalah pendekatan konseling Analisis Transaksional. Spanceley (2009) berpandangan bahwa, analisis transaksional sebagai bentuk penanganan masalah-masalah psikologis yang didasarkan atas hubungan antara klien dan terapis demi mencapai pertumbuhan dan kesejahteraan diri. Kesejahteraan diri dimaksud meliputi : terbebas dari keadaan tertekan, gangguan alam perasaan, kecemasan, berbagai gangguan perilaku khas serta masalah-masalah ketika membangun hubungan dengan orang lain. Dari berbagai definisi dapat disimpulkan bahwa analisis transaksional merupakan model analisis struktur dan fungsi status ego seseorang yang mempengaruhi dirinya dalam membangun transaksi dan interaksi dengan lingkungan dimana seseorang berada.

Prosedur sebuah teori konseling analisis transaksional adalah identifikasi, diagnosa, prognosa, konseling/treatment, evaluasi/*follow up* dan refleksi. Dalam identifikasi, mengidentifikasi masalah siswa yang berhubungan dengan data pribadi siswa seperti, identitas diri. Diagnosa, mengetahui permasalahan yang dihadapi pada siswa secara individu, kelompok, dan klasikal dalam penentuan penyebab permasalahan. Prognosa, upaya-upaya yang akan dilaksanakan untuk mengatasi masalah yang dialami siswa. Konseling/Treatment, proses atau prosedur penerapan langkah-langkah yang telah ditetapkan dalam prognosa. *Follow up*, melakukan penilaian aspek-aspek atau indikator yang tercantum dalam prognosa yang sudah ditentukan. Refleksi, suatu proses pemikiran dan perenungan kembali pada prosedur-prosedur sebelumnya.

Dalam pelaksanaan pendekatan konseling Analisis Transaksional untuk menurunkan *feeling of inferiority* siswa

dapat dilakukan dengan menggunakan berbagai macam teknik. Salah satu teknik/strategi yang dapat digunakan untuk menurunkan *feeling of inferiority* siswa adalah teknik bermain peran.

Teknik bermain peran adalah teknik konseling melalui pengembangan imajinasi dan penghayatan anggota kelompok/klien. Pengembangan imajinasi dan penghayatan dilakukan dengan memerankannya sebagai tokoh hidup atau benda mati. Permainan ini pada umumnya dilakukan dalam kelompok, bergantung kepada apa yang diperankan. Pada prinsipnya merupakan teknik untuk 'menghadirkan' peran-peran yang ada dalam dunia nyata ke dalam suatu 'pertunjukan peran' di dalam kelas/pertemuan, yang kemudian dijadikan sebagai bahan refleksi agar peserta memberikan penilaian. Teknik ini lebih menekankan terhadap masalah yang diangkat dalam 'pertunjukan', dan bukan pada kemampuan pemain dalam melakukan permainan peran.

Ada 7 langkah/sintak teknik bermain peran yaitu: (1) Konselor menerangkannya terlebih dahulu teknik pelaksanaannya, dan menentukan siswa mana yang memiliki permasalahan lalu diperankan. Siswa-siswa yang memiliki rasa rendah diri diberikan kesempatan untuk mengetahui jalannya teknik ini dengan memainkan peran menjadi siswa yang percaya diri. (2) Menerapkan situasi dan masalah yang akan dimainkan dan perlu juga diceritakan jalannya peristiwa dan latar belakang cerita yang akan dipentaskan tersebut. Siswa yang memiliki *feeling of inferiority* menceritakan permasalahan yang dihadapinya, (3) Pengaturan adegan dan kesiapan mental dapat dilakukan sedemikian rupa, (4) Setelah bermain peran itu dalam puncak klimaks, maka konselor dapat menghentikan jalannya drama. Hal ini dimaksudkan agar kemungkinan-kemungkinan pemecahan masalah dapat diselesaikan secara umum, sehingga observer ada kesempatan berpendapat dan menilai bermain peran yang dinamika. Bermain peran dapat pula dihentikan bila menemui jalan buntu. Setelah siswa yang mengalami rasa rendah diri terlihat sedikit demi sedikit berani dalam mengeluarkan ide ataupun pendapat dan berkomunikasi

dengan baik dihadapan teman-temannya konselor pun cermat terhadap siswa tersebut dan melihat perubahan yang terjadi. Dalam hal ini konselor sudah dapat menghentikan jalannya drama. Kemudian pihak observer memberikan masukan atau pendapat terhadap pemain peran yang telah diperankan, (5) Konselor dan siswa dapat memberikan komentar, kesimpulan atau berupa catatan jalannya bermain peran untuk perbaikan-perbaikan selanjutnya. Pada langkah ini, konselor, siswa dapat memberikan apapun masukan, komentar, maupun pendapat terhadap siswa yang memiliki *feeling of inferiority* sehingga nantinya siswa tersebut menjadi siswa yang memiliki rasa percaya diri. Dalam hal ini, dapat disimpulkan bahwa melalui bermain peran ini siswa dapat mengungkapkan perasaan, tingkah laku, nilai-nilai, dan berbagai strategi pemecahan masalah. Siswa yang terlibat konflik, secara bertahap belajar bahwa jika dia bertingkah laku dengan cara berbeda, orang lain juga mungkin merubah tingkah laku mereka, sehingga masalah menjadi lebih mudah untuk diselesaikan. Selain itu penggunaan teknik bermain peran mampu menurunkan rasa rendah diri siswa. Jadi bermain peran ini menurut saya baik digunakan dalam menurunkan *feeling of inferiority* siswa menjadi rasa percaya diri (*feeling of superiority*). Teknik ini baik untuk dilakukan karena teknik ini tidak membosankan bagi siswa.

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan, peneliti melakukan penelitian dengan judul: "Penerapan Konseling Analisis Transaksional Teknik Bermain Peran untuk Menurunkan *Feeling of Inferiority* Siswa Kelas XI A AP SMK Negeri 1 Singaraja". Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui penurunan *feeling of inferiority* siswa kelas XI A AP SMK Negeri 1 Singaraja setelah diberikan konseling analisis transaksional teknik bermain peran.

Metode

Penelitian ini tergolong jenis penelitian tindakan bimbingan dan konseling (*Action Research in Counseling*) yaitu suatu penelitian yang bersifat relative oleh pelaku tindakan, yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan rasional,

tanggung jawab dari tindakan-tindakan mereka dalam melaksanakan tugas, memperdalam pemahaman terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan itu, serta memperbaiki kondisi di mana praktek-praktek pembelajaran tersebut dilakukan (Dharsana, 2007: 9).

Tujuan dari penelitian ini, menurut McNiff, (1992:15) adalah "bahwa dasar utama bagi dilaksanakannya penelitian tindakan adalah untuk perbaikan". Penelitian ini dilakukan pada suatu kelas yang mempunyai permasalahan. Tindakan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah konseling dengan menerapkan konseling analisis transaksional teknik bermain peran untuk menurunkan *feeling of inferiority* siswa.

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kuesioner, observasi, dan wawancara. Kuesioner digunakan sebagai metode utama, sedangkan observasi dan wawancara sebagai metode pendukung kuesioner. Metode yang digunakan dalam menganalisis data adalah analisis deskriptif. Analisis ini digunakan untuk melihat atau mengetahui penurunan dalam *feeling of inferiority* siswa yang ditentukan dengan membandingkan *feeling of inferiority* siswa sebelum dilaksanakan tindakan dan sesudah dilaksanakan tindakan.

$$P = \frac{X}{SMI} \times 100\% \quad (1)$$

Penyusunan instrumen penelitian (kuesioner pengukur *feeling of inferiority*) meliputi beberapa prosedur yaitu: konsepsi instrumen penelitian; menyusun kisi-kisi instrumen; merumuskan butir-butir pernyataan; mengkonsultasikan butir-butir pernyataan; dan melakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian.

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Penelitian tindakan ini dilaksanakan di SMK Negeri 1 Singaraja pada siswa kelas XI.A.AP SMK Negeri 1 Singaraja yang berjumlah 38 orang yang terdiri dari 33 orang perempuan dan 5 orang laki-laki. Dipilihnya siswa kelas XI.A.AP sebagai subjek penelitian karena di kelas tersebut terdapat beberapa siswa menunjukkan gejala-gejala *feeling of inferiority* yang

tinggi. Untuk memperoleh data yang lebih akurat, disebarakan kuesioner *feeling of inferiority* pada subjek penelitian. Kuesioner ini dikembangkan dari empat indikator *feeling of inferiority* yaitu: perasaan takut

Pelaksanaan tindakan siklus I dilakukan dalam 6 tahap yaitu: (a) perencanaan (identifikasi, diagnosa, prognosa); pelaksanaan tindakan (konseling/treatment); (c) evaluasi; (d) refleksi. Siklus I dilaksanakan dalam 4 kali pertemuan dengan rincian 1 kali layanan bimbingan klasikal, 1 kali layanan bimbingan kelompok, 1 kali layanan

terhadap celaan, sulit mengungkapkan perasaan dan pendapat, merasa tidak mampu dengan kemampuan yang dimiliki, dan merasa lemah secara ekonomi.

konseling kelompok, dan 1 kali layanan konseling individual.

Pertemuan I dilaksanakan pada hari Jumat, 4 April 2014; pertemuan II dilaksanakan pada hari Jumat, 11 April 2014; pertemuan III dilaksanakan pada hari Jumat, 18 April 2014; dan pertemuan IV dilaksanakan pada hari Kamis, 25 April 2014. Hasil evaluasi pelaksanaan tindakan siklus I seperti di bawah ini.

Tabel 1. Hasil Evaluasi Pelaksanaan Tindakan Siklus I

No.	Inisial	Skor	Siklus I (%)	Kategori	Capaian/Ket
1.	ASD	122	61%	Sedang	Tercapai
2.	APS	106	53%	Rendah	Tercapai
3.	MAS	132	66%	Sedang	Tercapai
4.	SKW	137	69%	Sedang	Tercapai
5.	LDA	118	59%	Sedang	Tercapai
6.	ADL	132	66%	Sedang	Tercapai
7.	DNA	118	59%	Sedang	Tercapai
8.	DUD	154	77%	Tinggi	Belum Tercapai
9.	KEJ	133	67%	Sedang	Tercapai
10.	KEI	136	68%	Sedang	Tercapai
11.	PJA	130	65%	Sedang	Tercapai
12.	KMY	134	67%	Sedang	Tercapai
13.	LPM	132	66%	Sedang	Tercapai
14.	KML	131	66%	Sedang	Tercapai
15.	NSC	107	54%	Rendah	Tercapai
16.	KNA	131	66%	Sedang	Tercapai
17.	KNC	135	68%	Sedang	Tercapai
18.	ODL	132	66%	Sedang	Tercapai
19.	LPP	130	65%	Sedang	Tercapai
20.	KPA	136	68%	Sedang	Tercapai
21.	MRA	137	69%	Sedang	Tercapai
22.	WSA	108	54%	Rendah	Tercapai
23.	WSN	142	71%	Tinggi	Belum Tercapai
24.	MSP	132	66%	Sedang	Tercapai
25.	KSI	143	72%	Tinggi	Belum Tercapai
26.	NPT	136	68%	Sedang	Tercapai
27.	TAU	149	75%	Tinggi	Belum Tercapai
28.	KWS	154	77%	Tinggi	Belum Tercapai
29.	AAS	134	67%	Sedang	Tercapai
30.	KBM	107	54%	Rendah	Tercapai
31.	NDD	133	67%	Sedang	Tercapai
32.	LAM	105	53%	Rendah	Tercapai
33.	KAA	138	69%	Sedang	Tercapai
34.	KAI	99	50%	Rendah	Tercapai
35.	KAK	157	79%	Tinggi	Belum Tercapai
36.	MAM	106	53%	Rendah	Tercapai
37.	LDY	137	69%	Sedang	Tercapai
38.	PMP	143	72%	Tinggi	Belum Tercapai
			65%		

Berdasarkan tabel *feeling of inferiority* siklus I, hasil evaluasi siklus I menunjukkan adanya penurunan *feeling of inferiority* setelah diberikan konseling analisis transaksional teknik bermain peran, dengan persentase sebesar 65%. Maka dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling analisis transaksional teknik bermain peran mampu menurunkan *feeling of inferiority* siswa. Siklus II dilaksanakan dalam 4 kali pertemuan dengan rincian 1 kali pertemuan layanan bimbingan klasikal, 1 kali pertemuan layanan bimbingan

kelompok, 1 kali pertemuan layanan konseling kelompok, 1 kali pertemuan layanan konseling individual. Pertemuan I dilaksanakan pada hari Jumat, 2 Mei 2014; pertemuan II dilaksanakan pada hari Jumat, 9 Mei 2014; pertemuan III dilaksanakan pada hari Jumat, 16 Mei 2014; dan pertemuan IV dilaksanakan pada hari Jumat, 23 Mei 2014. Hasil evaluasi pelaksanaan tindakan siklus II melalui penyebaran kuesioner *feeling of inferiority* sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Evaluasi Pelaksanaan Tindakan Siklus I dan Siklus II

No.	Skor Siklus I	(%)	Kategori	Skor Siklus II	(%)	Kategori	Penurunan Persentase (%)	Capaian/Ket
1.	122	61%	Sedang	104	52%	Rendah	15%	Tercapai
2.	106	53%	Rendah	91	46%	Rendah	14%	Tercapai
3.	132	66%	Sedang	92	46%	Rendah	30%	Tercapai
4.	137	69%	Sedang	98	49%	Rendah	28%	Tercapai
5.	118	59%	Sedang	105	53%	Rendah	11%	Tercapai
6.	132	66%	Sedang	78	39%	Sangat Rendah	41%	Tercapai
7.	118	59%	Sedang	106	53%	Rendah	11%	Tercapai
8.	154	77%	Tinggi	103	52%	Rendah	33%	Tercapai
9.	133	67%	Sedang	81	41%	Rendah	39%	Tercapai
10.	136	68%	Sedang	122	61%	Sedang	10%	Tercapai
11.	130	65%	Sedang	89	45%	Rendah	32%	Tercapai
12.	134	67%	Sedang	104	52%	Rendah	22%	Tercapai
13.	132	66%	Sedang	108	54%	Rendah	18%	Tercapai
14.	131	66%	Sedang	107	54%	Rendah	22%	Tercapai
15.	107	54%	Rendah	104	52%	Rendah	2%	Tercapai
16.	131	66%	Sedang	78	39%	Sangat Rendah	40%	Tercapai
17.	135	68%	Sedang	97	49%	Rendah	28%	Tercapai
18.	132	66%	Sedang	108	54%	Rendah	18%	Tercapai
19.	130	65%	Sedang	72	36%	Sangat Rendah	45%	Tercapai
20.	136	68%	Sedang	98	49%	Rendah	28%	Tercapai
21.	137	69%	Sedang	77	39%	Sangat Rendah	44%	Tercapai
22.	108	54%	Rendah	91	46%	Rendah	16%	Tercapai
23.	142	71%	Tinggi	99	50%	Rendah	30%	Tercapai
24.	132	66%	Sedang	90	45%	Rendah	32%	Tercapai
25.	143	72%	Tinggi	78	39%	Sangat Rendah	45%	Tercapai
26.	136	68%	Sedang	106	53%	Rendah	22%	Tercapai
27.	149	75%	Tinggi	101	51%	Rendah	32%	Tercapai
28.	154	77%	Tinggi	107	54%	Rendah	31%	Tercapai
29.	134	67%	Sedang	95	48%	Rendah	29%	Tercapai
30.	107	54%	Rendah	72	36%	Sangat Rendah	33%	Tercapai
31.	133	67%	Sedang	93	47%	Rendah	30%	Tercapai
32.	105	53%	Rendah	119	60%	Sedang	13%	Tercapai
33.	138	69%	Sedang	88	44%	Rendah	36%	Tercapai
34.	99	50%	Rendah	91	46%	Rendah	8%	Tercapai
35.	157	79%	Tinggi	106	53%	Rendah	32%	Tercapai
36.	106	53%	Rendah	87	44%	Rendah	18%	Tercapai
37.	137	69%	Sedang	93	47%	Rendah	32%	Tercapai
38.	143	72%	Tinggi	82	41%	Rendah	43%	Tercapai
		65%			48%		27%	

Hasil evaluasi pada siklus II menunjukkan bahwa terjadi penurunan

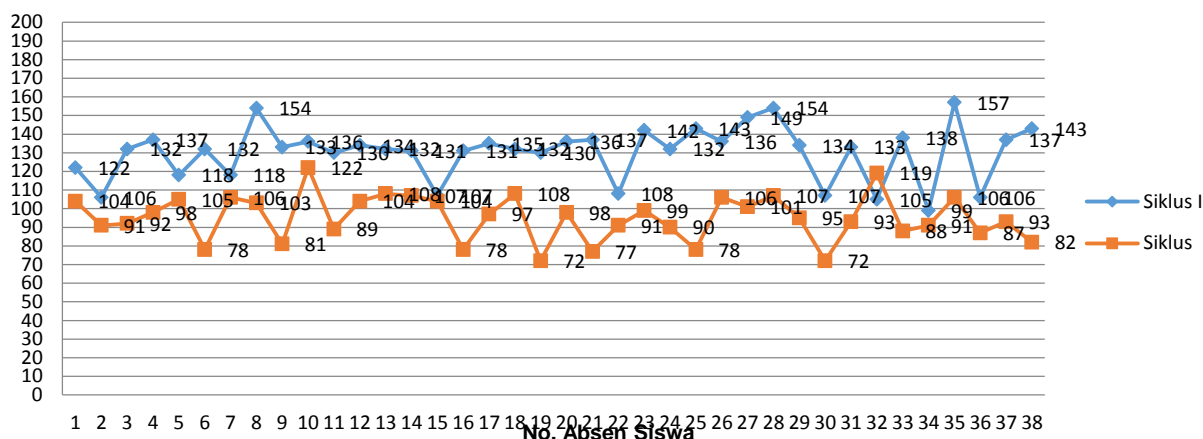
feeling of inferiority siswa dibuktikan dengan turunnya persentase keberhasilan

siswa setelah diberikan layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling kelompok, dan konseling individu. Serta mengarahkan siswa untuk lebih berani mengemukakan pendapat tanpa adanya rasa takut, yakin terhadap kemampuan yang dimiliki, serta tampil dengan ekonomi

yang sesuai dengan keadaan tanpa adanya rasa malu tetap percaya akan apapun yang dimiliki.

Adapun grafik yang diperoleh dari hasil tabel 2 yaitu grafik hasil siklus I dan siklus II yang menunjukkan penurunan *feeling of inferiority*.

Grafik 1. Penurunan *Feeling Of Inferiority* Hasil Siklus I dan Siklus II



Pembahasan

Konseling analisis transaksional teknik bermain peran terbukti mampu menurunkan *feeling of inferiority* subjek penelitian. Hal ini terlihat dari hasil evaluasi pelaksanaan.

Hasil evaluasi tindakan pada siklus I dan siklus II diketahui bahwa *feeling of inferiority* siswa dapat diturunkan yang bisa dilihat dari penurunan persentase keberhasilan layanan yaitu dapat dilihat pencapaian siswa yaitu dari 65% pada siklus I. Namun, masih terdapat 7 orang siswa terkategori tinggi, sehingga penelitian ini perlu dilanjutkan ke siklus II. Setelah diberikan layanan terdapat penurunan persentase keberhasilan pada siklus II pencapaian siswa yaitu 48% dari hasil tindakan diketahui bahwa penurunan *feeling of inferiority* siswa bervariasi dan umumnya penurunan ini berjalan dengan baik secara klasikal, kelompok, maupun individu. Persentase dari siklus I dan siklus II yaitu: 65% menjadi 48%, sehingga penurunan persentasenya adalah 27%. Jadi kesimpulannya persentase penurunan *feeling of inferiority* tercapai dan sesuai dengan target keberhasilan yakni di bawah 69%. Ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan klasikal, bimbingan kelompok,

konseling kelompok dan individu efektif digunakan untuk menurunkan *feeling of inferiority* siswa. Dalam penelitian ini dapat dipetik bahwa bila konseling analisis transaksional teknik bermain peran digunakan secara tepat dalam membantu siswa menurunkan *feeling of inferiority*, dengan perlahan hasilnya akan nampak. Pemberian layanan konseling ini membantu siswa untuk menurunkan *feeling of inferiority*.

Dari hasil observasi dan evaluasi yang dilaksanakan selama II siklus telah terjadi penurunan terhadap *feeling of inferiority* kesemua subjek penelitian, hal ini tidak terlepas dari semangat dan kerjasama dari guru BK. Dari paparan di atas secara umum telah mampu menjawab rumusan masalah. Pemberian layanan konseling analisis transaksional teknik bermain peran dapat menurunkan *feeling of inferiority* siswa kelas XI A AP SMA Negeri 1 Singaraja semester genap. Dengan kata lain penelitian tindakan bimbingan konseling analisis transaksional teknik bermain peran yang dilakukan sudah berhasil.

Penurunan terjadi karena keefektifan penerapan teori analisis transaksional teknik bermain peran ini.

Penerapan teori analisis transaksional didasarkan pada asumsi atau anggapan bahwa orang mampu memahami keputusan-keputusan pada masa lalu dan kemudian dapat memilih untuk memutuskan kembali dan menyesuaikan kembali keputusan yang diambil. Dalam hal ini individu memiliki keputusan dalam dirinya untuk tetap pada pendiriannya yakni *feeling of inferiority* namun dengan adanya penerapan teori ini individu juga berhak memberikan keputusan baru yakni keputusan untuk berhenti menjadi pribadi yang inferior. Hal ini terlihat status ego pada individu yang lebih dominan yakni ego anak-anak untuk menjadikan dan merubah ego anak-anak menjadi dewasa butuh proses pada diri sendiri untuk yakin pada keputusan yang di ambil. Ego anak-anak yang mendominasi merupakan salah satu masalah yang membuat individu memiliki perasaan-perasaan, dorongan, tindakan yang bersifat spontan. Perasaan yang dimiliki dalam penelitian yakni perasaan kurang berharga terhadap dirinya sendiri. Perasaan seperti ini individu alami tatkala individu mengalami tekanan atau minder jika berhadapan dengan orang banyak perasaan takut pun dapat membuat individu bertindak spontan untuk tidak berani dalam mengambil keputusan, cenderung diam dan diam tanpa kata. Sehingga hal ini membuat individu tidak menonjol terhadap teman-teman yang lain dalam segi psikologis ataupun sosial bahkan jasmaninya. Jika ego anak lebih dominan, maka harus ada ego orang tua dan ego dewasa yang mengendalikan hal ini hingga individu menjadi lebih bijak dalam mengambil suatu keputusan tidak lagi spontan, agresif ataupun hal-hal yang membuat dirinya sendiri kurang berharga. Dalam penelitian ini, peneliti sudah menerapkan teori analisis transaksional teknik bermain dengan efektif. Untuk mengendalikan keputusan yang di ambil oleh individu yakni memiliki *feeling of inferiority* itu, peneliti memberikan teknik bermain peran. Pada teknik bermain peran yang diberikan, peneliti membagi tiap kelompok yang di dalamnya terdapat seseorang anggota kelompok memainkan peran sebagai perwakilan ego yang menjadi sumber masalah bagi anggota lainnya, kemudian dia berbicara pada

anggota tersebut. Bentuk permainan yang lain adalah permainan menonjolkan gaya-gaya yang khas dari ego orang tua yang konstan. Permainan yang diinginkan ini memberikan kontribusi yang membuat individu mengambil keputusan untuk menghilangkan perasaan kurang berharganya (*feeling of inferiority*) menjadi orang yang mempunyai atau memiliki perasaan yang sempurna di mata orang lain dan tidak di anggap remeh oleh orang lain.

Peneliti dalam hal ini membantu siswa memperoleh kesadaran yang lebih realistis dan mencari alternatif-alternatif untuk menjalani kehidupan yang lebih otonom. Peneliti memerlukan hubungan yang setaraf dengan konseli (siswa), menunjuk kepada kontrak terapi, sebagai bukti bahwa peneliti dan konseli sebagai pasangan dalam proses terapi. Peneliti (Konselor) memotivasi dan mengajari konseli agar lebih mempercayai ego orang dewasanya sendiri ketimbang ego orang dewasa konselor dalam memeriksa keputusan-keputusan lamanya serta untuk membuat keputusan-keputusan baru. Penekanan terapi ataupun teknik yang diberikan ini adalah menggantikan gaya hidup yang ditandai oleh permainan yang manipulative dan oleh scenario-skenario hidup yang menyalahkan diri dan perasaan-perasaan yang otonom. Tujuan pemberian *treatment* ini adalah menyembuhkan gejala yang timbul dari *feeling of inferiority* dan metode *treatment* adalah membebaskan ego orang dewasa sehingga bisa mengalami kebebasan memilih dan penciptaan pilihan-pilihan baru atas pengaruh masa lampau yang membatasi.tujuan terapeutik, dicapai dengan mengajarkan kepada konseli dasar-dasar ego orang tua, ego orang dewasa, dan ego anak. Para konseli dalam setting klasikal, kelompok, maupun individu itu belajar bagaimana menyadari dan menjabarkan ketiga ego selama ego-ego tersebut muncul dalam transaksi-transaksi kelompok. Tidak hanya itu keseriusan siswa mengikuti layanan klasikal, kelompok dan individu juga sangat penting di dalamnya. Dari hal tersebut, untuk mengetahui gejala-gejala yang timbul dari *feeling of inferiority*, peneliti menggunakan buku harian untuk

mengetahui gejala-gejala yang terjadi pada siswa yang mengalami *feeling of inferiority*. Antusias siswa dalam mengamati dirinya sendiri dengan menuangkannya pada buku harian kemudian setiap hari, setiap minggu maupun selama satu bulan di amati dan di analisis oleh peneliti.

Buku harian ini merupakan data pendukung dalam memudahkan peneliti untuk mengetahui masalah yang dialami siswa serta penyebabnya. Tidak hanya dari observasi berupa buku harian, peneliti juga menggunakan hasil wawancara dan kuesioner, untuk mengetahui gejala dari perasaan dan pikiran yang dimiliki oleh siswa. Setelah memiliki data pengamatan barulah peneliti merencanakan tindakan bimbingan konseling yang diwujudkan dalam Rencana Pelaksanaan Bimbingan Konseling (RPBK) baik klasikal, kelompok, maupun individu, yang didalamnya termasuk penyusunan instrument untuk mengetahui target keberhasilan siswa yang dicapai. Kemudian dari RPBK tersebut ada hasil yang diperoleh yang disebut Hasil Pelaksanaan Pelayanan Bimbingan Konseling (HPPBK).

Oleh karena itu, *feeling of inferiority* yang dimiliki oleh siswa kelas XI A AP SMK Negeri 1 Singaraja harus diturunkan agar siswa mampu mencapai perkembangan dan prestasi yang optimal serta menjadikan siswa untuk menjadi siswa yang lebih percaya diri. Penurunan terjadi berdasarkan analisis yang dilakukan ternyata hasil yang diperoleh mendukung teori yang mendasari penelitian ini yaitu secara teoritis dapat dikatakan bahwa penerapan konseling analisis transaksional teknik bermain peran efektif untuk menurunkan *feeling of inferiority* siswa.

Penutup

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling analisis transaksional teknik bermain peran efektif untuk menurunkan rasa rendah diri siswa kelas XI A AP SMK Negeri 1 Singaraja. penurunan persentase keberhasilan layanan yaitu dapat dilihat pencapaian siswa yaitu dari 65% pada siklus I. Namun, masih terdapat 7 orang siswa terkategori tinggi, sehingga penelitian ini perlu dilanjutkan ke siklus II. Setelah

diberikan layanan terdapat penurunan persentase keberhasilan pada siklus II pencapaian siswa yaitu 48% dari hasil tindakan diketahui bahwa penurunan *feeling of inferiority* siswa bervariasi dan umumnya penurunan ini berjalan dengan baik secara individu maupun kelompok. Persentase dari siklus I dan siklus II yaitu: 65% menjadi 48%, sehingga penurunan persentasenya adalah 27%. Jadi kesimpulannya persentase penurunan *feeling of inferiority* tercapai dan sesuai dengan target keberhasilan yakni di bawah 65%. Selain itu, *feeling of inferiority* siswa kelas XI A AP SMK Negeri 1 Singaraja pada skor awal sebelum siklus I dan II tergolong tinggi.

Model konseling analisis transaksional teknik bermain peran terbukti dapat menurunkan rasa rendah diri sekaligus meningkatkan rasa percaya diri siswa. Sebagai tindak lanjut, diajukan beberapa saran kepada pihak-pihak berikut: (a) kepada siswa, diharapkan agar tidak lagi untuk takut tampil ke depan kelas, tidak takut terhadap celaan yang diberikan teman, lebih yakin dengan kemampuan sendiri, berani tampil adanya tidak perlu melihat ekonomi yang dimiliki, serta tidak lagi menunjukkan rasa rendah diri. Dengan demikian siswa akan lebih percaya diri lagi untuk bisa mencapai prestasi yang optimal, (b) kepada guru pembimbing, disarankan untuk dapat menerapkan konseling analisis transaksional teknik bermain peran dengan tujuan mengetahui perkembangan siswa baik yang bermasalah maupun yang tidak bermasalah, baik yang aktif di kelas maupun yang tidak aktif di kelas, serta yang melihat siswa yang memiliki rasa rendah diri ataupun yang percaya diri, (c) kepada wali kelas, disarankan selalu memantau perkembangan aktivitas belajar dan keaktifan siswa berani tampilnya siswa, serta selalu berkoordinasi dengan guru BK, dengan melakukan kerjasama agar dapat melakukan penanganan dini bilamana menemukan siswa yang menunjukkan rasa rendah diri yang tinggi, dan (d) kepada peneliti berikutnya yang tertarik dengan penelitian ini supaya mengembangkan kajian yang lebih luas dan mendalam yang terkait dengan permasalahan-permasalahan dalam penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Astuti, B. 2012. *Modul Konseling Individual*. Prodi Bimbingan Dan Konseling FIP UNY.
- Corey, Gerald. 2010. *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Dharsana, I ketut. 2007. *Dasar-dasar Konseling Seri 2*. Singaraja: Undiksha
- Dharsana 2010. *Diktat Konseling Karir dan Problematika Konseling*. Singaraja: Universitas Pendidikan Ganesha.
- Gilbert P, Broomhedd C, Irons C, McEwan K, Bellew R, Mills A, Gale C, Knibb R. 2007. Development of A Striving to Avoid Inferiority Scale. *Journal of Social Psychology*, Vol. 46, No. 3 (h. 633-648)
- Indriani, Nining. 2012. Penerapan Konseling Kelompok dengan Teknik *Home Program* Untuk Menanggulangi Sikap Rendah Diri Siswa Kelas XI A.1 SMA Laboratorium Undiksha Singaraja. Skripsi FIP Undiksha Singaraja. (Tidak diterbitkan).
- Komalasari, G., Wahyuni, E., & Karsih. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Suhartin, RI. 2010. *Smart Parenting*. Jakarta: Gunung Mulia. (dapat dibaca online pada books.google.co.id)