

EFEKTIVITAS TEKNIK METAFORA DALAM LAYANAN KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA

Rahayu Sulistyaningsih^{1*}, Riana Mashar², dan Nofi Nur Yuhanita³

¹Bimbingan Konseling, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

²Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

³Bimbingan Konseling, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

Email : rahayusulistyaingsih28@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas *teknik metafora* dalam *konseling kelompok* untuk meningkatkan *percaya diri siswa*, penelitian ini dilakukan pada siswa kelas VII F SMP Negeri 1 Tembarak, Temanggung. Penelitian ini menggunakan desain penelitian eksperimen *pre test – post test one group design*. Subjek penelitian dipilih secara *purposive sampling* yaitu 13 siswa yang mengalami rasa percaya diri yang rendah, sedang, maupun tinggi. Metode pengumpulan data menggunakan skala kepercayaan diri. Analisis data menggunakan *statistic non parametric* dengan *uji wilcoxon signed rank test* dengan bantuan program SPSS versi 23.00 *for windows*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik metafora efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan peningkatan skor *post test* yang signifikan lebih tinggi dibanding dengan skor *pre test* sebelum diberikan konseling kelompok dengan teknik metafora. Peningkatan skor tertinggi adalah 84 atau sekitar 78,50%, rata-rata peningkatan skor sebesar 33 atau sekitar 25,93% dan skor terendah sebesar 5 atau sekitar 28,59%. Dengan demikian, teknik metafora dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa ditunjukkan dengan perbedaan salah satu aspek dan indikator kepercayaan diri salah satunya adalah siswa yang merasa minder dan kurang percaya diri menjadi lebih berani dan mencoba hal yang baru dan rasa percaya diri siswa meningkat.

Kata Kunci: *konseling kelompok; percaya diri; teknik metafora*

ABSTRACT

The aim of this research is to find out the effectiveness of metaphor technique in group counseling to improve the students' self-confidence. It was a research on the seventh graders' self-confidence of State Junior High School 1 Tembarak, Temanggung. The research is an experimental research of pre-test and post-test of one group design. The subject of the research was chosen by purposive sampling with 13 students of low, average, and high level of self-confidence. The data was analyzed by statistic, non-parametric, with Wilcoxon-signed rank test, with SPSS program 23.00 version for windows. The results indicated that group counseling with metaphor technique was effective to improve the students' self-confidence. It was proven by the difference of post-test score improvement which was higher than the pre-test score. The highest score was 84 or about 78.50%. The average score was 33 or about 25.93%, and the lowest score was 5 or about 28.59%. Therefore, the effectiveness of metaphor technique to improve the students' self-confidence was shown by the difference of the students' self-confidence aspects and indicators. One of them was the students' bravery to try a new thing confidently.

Keywords: *Metaphor Technique, Group Counselling, Self-Confidence*

PENDAHULUAN

Siswa perlu memiliki identitas diri, hal tersebut dapat meningkatkan kemampuan dan keahlian, disiplin dan kreatif agar siswa dapat bersaing pada era globalisasi sekarang ini. Anggelis (dalam Septiyono, 2013) menyatakan percaya diri berawal dari tekad pada diri sendiri, untuk melakukan segalanya yang kita inginkan dan kebutuhan dalam hidup. Percaya diri terbina dari keyakinan diri sendiri, sehingga mampu menghadapi tantangan hidup apapun dengan berbuat sesuatu.

Menurut Hakim (dalam Septiyono, 2013) percaya diri merupakan suatu keyakinan dan sikap seseorang terhadap kemampuan terhadap dirinya sendiri dengan menerima secara apa adanya baik positif maupun negatif yang dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar dengan tujuan untuk kebahagiaan dirinya. Percaya diri adalah modal dasar seorang manusia dalam memenuhi berbagai kebutuhan sendiri (Nugroho, dalam Septiyono, 2013). Kumara (dalam Gufron & Risnawati, 2014:24) menyatakan bahwa percaya diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa percaya diri adalah sikap dan keyakinan seseorang yang berawal dari tekad pada diri sendiri sebagai modal dasar seorang manusia sehingga dapat menghadapi tantangan hidup dan menerima kemampuan dirinya dengan apa adanya baik secara positif maupun negatif dalam memenuhi berbagai kebutuhan yang bertujuan untuk kebahagiaan dirinya sendiri.

Penelitian yang dilakukan oleh Asri, dkk (2014) di SMP Negeri 2 Singaraja dalam meningkatkan percaya diri siswa yang menggunakan teknik *positive reinforcement* membuktikan teknik tersebut efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam belajar serta terdapat perbedaan dengan taraf signifikansi 5 % dilihat dari hasil *pre-test* dan *pos-test* yang dilakukan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diperkuat dengan hasil observasi pada saat pelaksanaan treatment tampak terjadi perubahan tingkah laku siswa ke arah yang lebih positif. Perubahan terjadi pada tingkah laku siswa yaitu siswa mulai menunjukkan sikap-sikap percaya diri

Penelitian lain menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* untuk meningkatkan percaya diri siswa yang dilakukan oleh Fiorentika, dkk (2016) di SMP Negeri 2 Malang membuktikan bahwa teknik tersebut dapat meningkatkan percaya diri siswa. Hal tersebut dapat dilihat setelah diberikan konseling

kelompok dengan teknik *self-instruction*, siswa diberikan *pretest-posttest* untuk mengukur keefektifan teknik yang diberikan. Hasilnya menunjukkan bahwa siswa mengalami peningkatan percaya diri setelah mengikuti konseling kelompok dengan teknik *self-instruction*.

Kedua penelitian tersebut membuktikan bahwa rasa percaya diri siswa dapat ditingkatkan menggunakan teknik *positive reinforcement* dan layanan konseling kelompok dengan teknik *self-instruction*. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK SMP Negeri 1 Tembarak yang telah dilaksanakan, diperoleh informasi bahwa masih banyaknya siswa yang memiliki perilaku kurang percaya diri. Bentuk dari perilaku tersebut seperti merasa kurang percaya diri dalam melakukan kegiatan seperti tidak mau atau segan untuk menyebutkan hasil yang dikerjakan karena merasa jawabanya salah, merasa grogi ketika berada di depan kelas, bahkan tidak mau jika berada di depan kelas, dan mereka merasa kurang nyaman berada di depan ketika semua orang menatap dirinya. Siswa yang memiliki percaya diri rendah akan menghambat dirinya sendiri untuk mengembangkan kemampuan serta potensi yang ada pada dirinya sehingga dari masalah tersebut siswa diharapkan dapat meningkatkan percaya diri mereka. Berdasarkan hasil wawancara dalam meningkatkan percaya diri siswa yang pernah dilakukan yaitu dengan layanan konseling perorangan, hal tersebut menunjukkan bahwa masih belum efektif, terbukti dari siswa yang masih memiliki rasa percaya diri rendah.

Salah satu cara untuk meningkatkan percaya diri yang dilakukan oleh peneliti adalah melalui layanan konseling kelompok. Layanan konseling kelompok dijadikan salah satu cara untuk meningkatkan percaya diri siswa, baik di lingkungan sekolah maupun di masyarakat. Penelitian ini menggunakan kelompok dalam meningkatkan percaya diri siswa karena siswa remaja tidak hidup seorang diri atau berkembang dengan sendirinya tanpa terlibat dalam kelompok, siswa juga suka berinteraksi dengan teman sebaya, disamping itu siswa suka berkelompok dalam setiap kesempatan yang ada. Memperhatikan kenyataan tersebut dapat dipahami bahwa berkelompok adalah suatu kebutuhan yang mesti dipenuhi dan harus mampu dirasakan oleh setiap individu.

Layanan konseling kelompok dalam meningkatkan percaya diri siswa, peneliti menggunakan teknik metafora. Metafora merujuk pada penggunaan bahasa kias (verbal dan nonverbal) secara kreatif dalam menyampaikan pemikiran atau perasaan. Menurut Robert & Kelly (dalam Rahmadian, 2011) metafora pada umumnya didefinisikan

sebagai tranfer makna dari elemen ke elemen lain. Metafora merupakan upaya untuk mendeskripsikan suatu ide atau persoalan secara konkret, sehingga mudah untuk dipahami. Miler (dalam Kathryn & David, 2011:267) menyatakan metafora adalah kata kiasan yang mengandung perbandingan yang implisit: kata kiasan ini mengungkap suatu hal dalam suatu pengertian yang lain, daripada membuat penjelasan mengenai sejumlah aspek, situasi, dan proses dalam kehidupan konseli, metafora dapat memberikan sebuah penjelasan alternatif.

Mashar (2017) menguraikan bahwa cerita sebagai metafora memiliki pola yang berhubungan (*the pattern that connect*). Pola tersebut dikarakteristikan sebagai evolusi dari berbagai organisme yang hidup. Menurut Bateson (dalam Mashar, 2017) pola tersebut terdiri dari pola dalam diri individu yang disebut dengan hubungan tingkat satu (*first-order connections*) dan pola antara individu dengan sesuatu atau pola hubungan tingkat kedua (*second-order connections*). Burns (2005) menyatakan bahwa teknik metafora untuk anak-anak identik dengan cerita, berdasarkan pada prinsip umum yang disukai anak-anak melalui cerita. Penggunaan cerita metafora membantu membuat jembatan hubungan pribadi antara anak dan konselor, serta membantu anak merasa nyaman dalam berkomunikasi. Penggunaan cerita metafora dapat membantu anak-anak untuk memperbaiki diri yang identik dengan karakter dan kejadian dalam bercerita. Menurut Mashar (2017) metafora dalam konseling merupakan suatu upaya memfasilitasi dan membangun hubungan antara siswa dengan konselor melalui penciptaan makna secara tidak langsung sehingga siswa dapat memperoleh pencerahan baru dengan mudah.

Close (1998) yang menyatakan bahwa cerita membahas tingkat kesadaran yang berbeda dari jawaban konseptual yang menghasilkan respon yang berbeda pula. Cerita menjadi pernyataan yang lebih dapat dipercaya “objektif”. Metafora tidak menyajikan sesuatu yang harus dievaluasi, bukan pula sebagai karya seni namun untuk dinikmati dan menjadikannya pengalaman berdasarkan kriteria. Pendapat Close juga di perkuat oleh Conte (2009) menjelaskan bahwa penggunaan metafora dalam konseling dapat membantu konselor untuk menyisipkan pesan dan membuka penerimaan konseli mengenai ide cerita dalam hal psikologis, kondisi ini disebut transportasi naratif, suatu kondisi itu membuat emosi konseli terikat erat dengan emosi karakter dalam cerita.

Keaadaan ini tidak hanya membuat konseli mendapatkan cerita tapi juga mendapatkan perjalanan emosional sebagai karakter dalam cerita.

Berdasarkan pengertian di atas maka dapat dipahami bahwa teknik *metaphor* merupakan salah satu teknik kreatif yang menyampaikan pemikiran atau perasaan dengan menggunakan bahasa verbal baik dalam bentuk langsung maupun tidak langsung. Metafora pada umumnya sebagai tranfer makna yang mendeskripsikan suatu ide ataupun persoalan yang konkrit yang mudah dipahami, metafora juga termasuk kata kias yang mengungkapkan suatu hal dengan pengertian lain. Metafora juga memiliki pola hubungan yang dikarakteristikan sebagai evolusi dari berbagai organisme yang hidup. Penggunaan cerita metafora membantu membuat jembatan hubungan pribadi antara anak dan konselor, serta membantu anak merasa nyaman dalam berkomunikasi. Penggunaan metafora dalam konseling dapat membantu konselor untuk menyisipkan pesan dan membuka penerimaan konseli mengenai ide cerita dalam hal psikologis, kondisi ini disebut transportasi naratif, suatu kondisi itu membuat emosi konseli terikat erat dengan emosi karakter karakter dalam cerita Metafora dapat mudah dipahami anak ketika cerita yang disampaikan masuk ke dalam pikirannya bahwa apa yang diceritakan sama dengan apa yang dialaminya.

Ciri-ciri metafora menurut Mashar (2017) yaitu sebagai berikut: (1) merupakan cara mengungkapkan atau memaknai suatu hal dengan hal lain; (2) melibatkan subjek sekunder sebagai “kendaraan” untuk memaknai subjek primer; (3) menghubungkan dua konsep; (4) memberi peluang bagi konseli untuk memperoleh pemahan, makna baru, atau pencerahan.

Penggunaan metafora dalam proses konseling membuat siswa lebih mudah menerima dan memahami permasalahan yang dihadapi dan cenderung tidak banyak memberikan penolakan-penolakan logika berpikir seperti saat siswa diminta untuk berpikir mengenai masalah, sehingga peneliti dalam meningkatkan percaya diri siswa menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik metafora.

METODE

Penelitian ini dilakukan menggunakan rancangan praeksperimen dengan menggunakan metode *one group pre-test and post-test design*. Desain penelitian

tersebut dilakukan tanpa randomisasi dan memberikan perlakuan tanpa adanya kelompok kontrol.

Tabel 1. One Groub Pre-Test Dan Post-Test Design Dengan Satu Perlakuan

Subyek	Pre-test	Perlakuan	Post-test
Kelompok eksperimen	O ₁	X	O ₂

O₁ : *Pre-Test*

X : Layanan Konseling Kelompok
Dengan Teknik Metafora.

O₂ : *Post-Test*

Metode *one group pre-test and post-test design* menggunakan satu kelompok subjek serta dilakukan pengukuran sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) diberikan perlakuan. Pengambilan sampel kelompok penelitian menggunakan teknik *purposive sampling* untuk penentuan subjek berdasarkan tujuan atau karakteristik yang telah ditentukan.

Subjek penelitian dipilih berdasar studi awal untuk mengetahui siswa yang memiliki percaya diri rendah, dengan karakteristik seperti tidak mau atau segan untuk menyebutkan hasil yang dikerjakan kerana merasa jawabanya salah, sering merasa grogi ketika menghadapi situasi tertentu, mudah cemas, merasa minder dari teman-teman yang lain, merasa tidak memiliki kelebihan, sering menyendiri, mudah putus asa, cenderung tergantung pada orang lain, sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah dengan menghindari tanggung jawab atau mengisolasi diri yang menyebabkan rasa percaya dirinya semakin buruk. Berdasar karakteristik tersebut diperoleh 13 siswa yang dijadikan sebagai subjek penelitian.

Pengumpulan data dilakukan dengan skala percaya diri, janis skala yang digunakan adalah koesioner tertutup yaitu koesioner yang menghendaki jawaban pendek dan jawabanya diberikan dengan membubuhkan jawaban tertentu. Skala yang digunakan dalam penelitian yaitu menggunakan metode Skala Likert yang dikembangkan Rensis Likert. Pelaksanaan pengumpulan data dilakukan sebelum treatment dilakukan yaitu *Pre-test*, dilakukan tereatment dengan enam pertemuan dan setelah treatment dilakukan *post-test*.

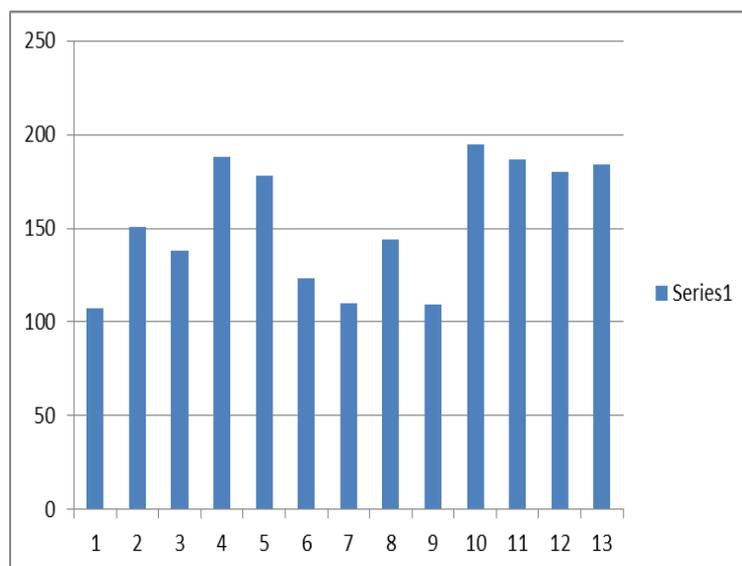
Treatment yang dilakukan terdiri dari enam pertemuan. Masing-masing pertemuan dikemas dalam layanan konseling kelompok dengan kegiatan inti berupa pembacaan

cerita dan eksplorasi isi cerita oleh siswa. Geldrad, Yin-Foo, & Shakespeare-Finch (2009) memaparkan bahwa penggunaan metafora dalam konseling ada empat tahap, yaitu: Pertama mengenalkan penggunaan konseling metafora. Kedua mengeksplorasi penggunaan metafora. Ketiga mentransformasi atau membingkai kembali metafora dengan mendorong konseli melakukan perubahan makna metafora secara positif. Keempat menghubungkan metafora dengan dunia nyata.

Untuk menganalisis data yang diperoleh, digunakan teknik uji *wilcoxon Match Pairs Test* atau *uji Wilcoxon signed rank test*. Uji wilcoxon akan diaplikasikan untuk menganalisis peningkatan skor skala percaya diri dari awal sebelum treatment (*pre-test*) dan sesudah perlakuan (*post-test*) pada kelompok eksperimen. Teknik analisis uji *wilcoxon* ini dipilih dengan alasan sampel penelitian relatif sedikit (*one group design*) yaitu hanya 13 siswa pada kelompok eksperimen tanpa kelompok kontrol. Pengambilan keputusan dalam penelitian dilakukan dengan membandingkan nilai probabilitas yang diperoleh pada tingkat signifikansi 5% artinya hipotesis dapat diterima jika nilai probabilitas (nilai p) kurang dari 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengukuran peningkatan percaya diri siswa pada kelompok eksperimen sebelum dilakukan treatment dapat dilihat pada grafik *pre-test* berikut:



Gambar 1. Grafik Hasil *Pre-test*

Tabel 2. Daftar Sampel Penelitian Dan Hasil *Pre-Test*

Kelompok eksperimen			
No.	Nama (*)	Kelas	Skor pre test
1.	AYN	VII F	107
2.	APM	VII F	151
3.	ADM	VII F	138
4.	FAM	VII F	188
5.	GNA	VII F	178
6.	MAP	VII F	123
7.	MHG	VII F	110
8.	QQA	VII F	144
9.	RMT	VII F	109
10.	RDN	VII F	195
11.	SSS	VII F	187
12.	SWF	VII F	180
13.	ZI	VII F	184

Ket(*) Nama subyek diinisial untuk menjaga kerahasiaan.

Dilihat dari pre-test dapat dijelaskan bahwa anggota kelompok terdiri dari 13 siswa yaitu berdasarkan kategori sedang dengan skor 160-207 yang berjumlah 4 siswa, kategori rendah dengan skor 112-159 yang berjumlah 6 siswa, dan kategori sangat rendah dengan skor 64-111 yang berjumlah 3 siswa.

Langkah selanjutnya pemberian treatment berupa layanan konseling kelompok dengan teknik metafora. Pemberian treatment berdasarkan tahapan konseling metafora yaitu (1) mengenalkan penggunaan konseling metafora. (2) mengeksplorasi penggunaan metafora. (3) mentransformasi atau membingkai kembali metafora dengan mendorong konseli melakukan perubahan makna metafora secara positif. (4) menghubungkan metafora dengan dunia nyata.

Pertemuan pertama memberikan pengenalan percaya diri menggunakan tema "cermin diri" dengan tujuan membantu anggota kelompok memahami dan mengerti serta mengenal dirinya sendiri. Pertemuan kedua dengan tema "harapan diri" dengan tujuan anggota kelompok memahami pentingnya percaya diri. Pertemuan ketiga dengan tema "berani berubah" tujuannya membantu anggota kelompok untuk menumbuhkan percaya diri siswa. Pertemuan keempat bertema "merasa beruntung belajar dari Nick Vujicic" yang bertujuan untuk membantu anggota kelompok untuk lebih percaya

diri dengan melihat dan mempelajari semangat hidup seseorang. Pertemuan kelima dengan tema “menerima diri sendiri” yang bertujuan untuk membantu anggota kelompok menyadari kelebihan mereka yang membuatnya bangkit kembali dalam keadaan apapun. Pertemuan keenam atau treatment terakhir yang dilakukan bertujuan untuk menjadi diri sendiri akan menumbuhkan rasa percaya diri.

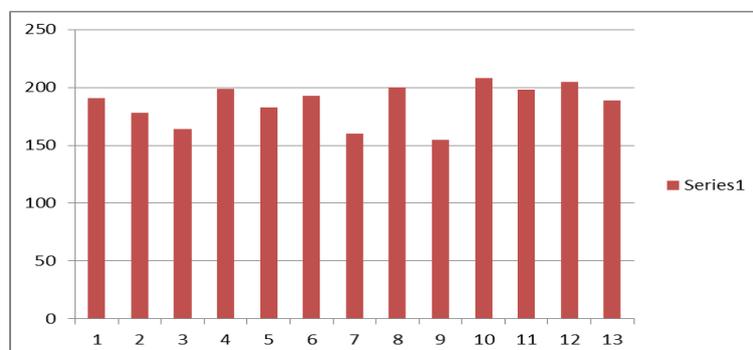
Pengukuran peningkatan percaya diri siswa pada kelompok eksperimen setelah dilakukan treatment dapat dilihat pada tabel *post-test* berikut:

Tabel 3. Hasil Skor Post-Test

Kelompok Eksperimen			
No	Nama(*)	Kelas	Skor post test
1	AYN	VII F	191
2	APM	VII F	178
3	ADM	VII F	164
4	FAM	VII F	199
5	GNA	VII F	183
6	MAP	VII F	193
7	MHG	VII F	160
8	QQA	VII F	200
9	RMT	VII F	155
10	RDN	VII F	208
11	SSS	VII F	198
12	SWF	VII F	205
13	ZI	VII F	189

Ket(*) Nama subyek diinisial untuk menjaga kerahasiaan

Dilihat dari *post-test* kelompok eksperimen bahwa konseling kelompok dengan teknik metafora dapat meningkatkan percaya diri siswa yang ditandai dengan adanya perubahan sikap dan perilaku selama mengikuti kegiatan konseling kelompok.



Gambar 2. Grafik Hasil *Post-Test*

Kemudian dilakukan uji hipotesis penelitian dan menyusun laporan hasil penelitian kedalam bentuk yang sistematis. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data kuantitatif dengan teknik analisis non parametrik dengan *uji wilcoxon signed rank test*.

Tabel 4. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std.Deviation	Mini-mum	Max-mum
pre_test	13	153.38	33.627	107	195
post_test	13	186.38	17.390	155	208

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa sampel penelitian berjumlah 13 siswa. Nilai minimum pre test sebesar 107, nilai maksimumnya sebesar 195 dengan rata-rata nilai sebesar 153,38 dan standar deviasi sebesar 33.627. Nilai minimum kelompok eksperimen post test 155, nilai maksimumnya 208 dengan rata-rata 186,38 dan standar deviasi sebesar 17.390. Artinya setelah diberikan konseling kelompok dengan teknik metafora skor angket percaya diri mengalami kenaikan. Semakin banyak peningkatan skor angket percaya diri maka rasa percaya diri siswa meningkat.

Hipotesis diajukan dalam penelitian adalah konseling kelompok dengan teknik metafora efektif dalam meningkatkan percaya diri siswa kelas VII F di SMP 1 Tembarak. Untuk membuktikan hipotesis tersebut digunakan model analisis statistik non parametric dengan uji wilcoxon signed rank test.

Tabel 5. *Wilcoxon Signed Rank Test*

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
post_test – pre_test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	13 ^b	7.00	91.00
	Ties	0 ^c		
	Total	13		

a. post_test < pre_test

b. post_test > pre_test

c. post_test = pre_test

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa yang bertanda positif = 91,00 sedangkan yang bertanda negatif = 0 dengan demikian nomor urut dengan jumlah terkecil atau $Whitung=0$. Berdasarkan tabel nilai kritis W_{tabel} untuk jenjang *wilcoxon* dengan taraf signifikan 5% dan $N=13$ diperoleh $W_{tabel}= 17$ sehingga $Whitung$ lebih kecil dari W_{tabel} berarti H_0 ditolak dan H_a di terima, maka hipotesis yang diajukan dapat diterima yaitu terdapat perbedaan skor yang signifikan antara rasa percaya diri siswa kelas VII SMP Negeri 1 Tembarak sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik metafora.

Selanjutnya data dianalisis menggunakan model statistik *non parametric* dari program SPSS versi 23.00 *for windows* dengan teknik *two related sample* untuk memperkuat H_a .

Tabel 6. Tes Statistik

Test Statistics^b	
post_test - pre_test	
Z	-3.182 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

a. Based on negative ranks.

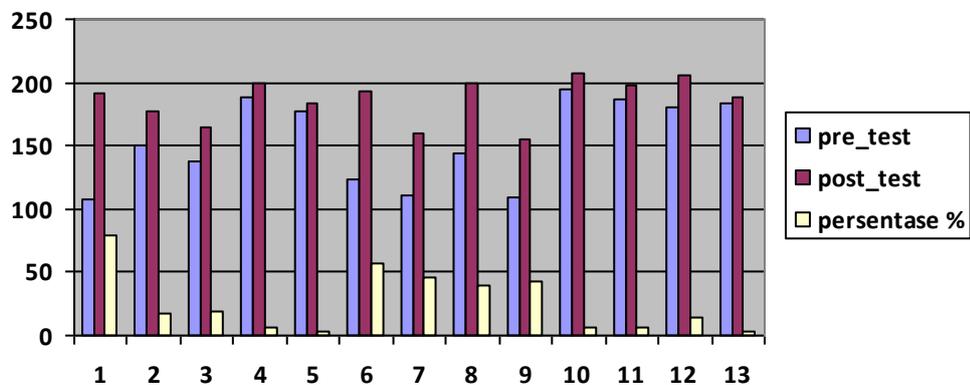
b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa nilai $Whitung$ oleh jumlah rank terkecil adalah 0, sedangkan nilai Z_{hitung} adalah -3.182 dengan Asymp. Sig. (2-tailed) adalah 0,001. Adapun kriteria pengujian hipotesis yaitu jika nilai Asymp. Sig. (2-tailed) $\geq \alpha$ maka H_0 diterima. Dilihat dari hasil analisis nilai Asymp. Sig. (2-tailed) = 0,001 $\leq \alpha = 5\%$ (0,05) maka H_0 ditolak. Artinya hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa pemberian perlakuan berupa konseling kelompok dengan teknik metafora efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa

Peningkatan rasa percaya diri siswa dapat dilihat dari hasil pengurangan skor post test dengan pre test. Adapun peningkatan skor tersebut selengkapnya disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 7. Peningkatan Skor *Pre-Test* dan *Post-Test*

No	Nama	Kelompok Eksperimen			
		Pre-test	Post-test	Kenaikan	
				Nilai	%
1	AYN	107	191	84	78,50 %
2	APM	151	178	27	17,88 %
3	ADM	138	164	26	18,84 %
4	FAM	188	199	11	5,85 %
5	GNA	178	183	5	2,80 %
6	MAP	123	193	70	56,91 %
7	MHG	110	160	50	45,45 %
8	QQA	144	200	56	38,89 %
9	RMT	109	155	46	42,80 %
10	RDN	195	208	13	6,67 %
11	SSS	187	198	11	5,88 %
12	SWF	180	205	25	13,89 %
13	ZI	184	189	5	2,72 %
Rata-rata				33	25,93 %
Minimum				5	2,80 %
maximum				84	78,50 %



Gambar 3. Peningkatan pre-test dan post-test

Berdasarkan tabel dan grafik di atas dapat diketahui bahwa peningkatan skor tertinggi adalah 84 atau 78,50% dan skor terendah 5 atau 2,80%. Rata-rata peningkatan skor sebesar 33 atau 25,93 %. Adanya peningkatan skor pre test dan post test sehingga dapat disimpulkan bahwa rasa percaya diri siswa mengalami peningkatan yang signifikan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kesimpulan hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik metafora terbukti efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VII F SMP Negeri 1 Tembarak, Temanggung. Melalui konseling kelompok subjek penelitian berhasil meningkatkan rasa percaya diri baik dalam pribadi maupun sosial. Dengan demikian, konseling kelompok dengan teknik metafora terbukti efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas VII F SMP Negeri 1 Tembarak, Temanggung tahunajatan 2017/2018

Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka beberapa saran yang dapat diberikan sebagai berikut: Bagi guru pembimbing, untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa dapat menerapkan layanan konseling kelompok dengan teknik metafora. Bagi Sekolah, hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam menangani siswa yang memiliki atau mempunyai rasa percaya diri rendah. Bagi peneliti, peneliti perlu memperhatikan penggunaan waktu, waktu yang luasa akan lebih meningkatkan hasil konseling

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih untuk Tuhan Yang Maha Esa. Terimakasih untuk Almamaterku, Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang.

DAFTAR PUSTAKA

- Asri, Ni Luh, Ni Ketut Suarni, Dewi Arum WMP. 2014. *“Efektifitas Konseling kelompok Behavioral Dengan Teknik Positive Reinforcement Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Dalam Belajar Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 2 Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014”*. Ejournal Undiksha Jurusan Bimbingan Konseling. Vol: 2 No: 1
- Burns, G.W. (2005). *101 Healing stories for kids and teens, using metaphor in therapy*. Ner Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Close, Henry T. (1998). *Metaphor in psychotherapy, clinical application of stories and allegories*. California: Impact Publishers.
- Conte, C. (2009). *Advanced technique for counseling and psychotherapy*. New York: Springer Publishing Company.

- Fiorentika, Kasa, Djoko Budi Santoso, Irene Maya Simon. 2016. "Keefektifan Teknik *Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa SMP*. *Journal Kajian Bimbingan Dan Konseling*". Vol: 1. No : 3, Hal 104-111
- Geldard, Kathryn., David Geldard. 2011. *Konseling Remaja Pendekatan Proaktif Untuk Anak Muda*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Geldard, Yin-Foo, & Shakespeare-Finch, (2009). *How to using a fruit tree like you? Using metaphors to explore and develop emoitonal competence in children*. *Australian Journal of Guidance and Counselling*. 19(1). Pp 1-13. Diakses pada tanggal 21 Oktober 2017. <http://eprints.qut.edu.au/>
- Gufron, M Nur & Rismawati, Rini S. 2014. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Media
- Mashar, R. 2017. *Story In Reducing Childhood Aggression Behavior*. *Proceeding International Convergence PIAUD*. Pontianak: IAN Pontianak
- Mahar, R.,et.al 2017. " *empathic methaphor counseling and children's social responsibilities*". *International Conference on Early Childhood Education*. Vol 58 <http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>
- Rahmadian, Ahmad Ali. 2011. *Kreatifitas Dalam Konseling*. Bandung : Universitas Pendidikan Indonesia. <https://www.kpemula.files.wordpress.com> (Di Akses Tanggal 25 April 2017)
- Septiyono, Andi. 2013. *Efektifitas REBT Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa Dalam Pembelajaran Di Sekolah*. Skripsi (tidak di terbitkan). BK UMMagelang