

## LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK REFRAMING UNTUK MENINGKATKAN IDENTITAS DIRI SISWA

Moh Ananda Gemilang<sup>1</sup>

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji penerapan konseling kelompok dengan Teknik Reframing untuk meningkatkan identitas diri siswa Kelas X SMKN 8 Pandeglang Tahun Ajaran 2021/2022. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif, *pre-test post-test one group design*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket untuk mengetahui tingkat identitas diri siswa kelas X SMKN 8 Pandeglang. Subjek penelitian ini adalah 8 siswa yang memiliki identitas diri rendah. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik *parametrik* menggunakan uji t dua sampel berpasangan (*paired sample t Test*). Hasil menunjukkan nilai rata-rata post-test lebih besar daripada nilai rata-rata pre-test, hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan dari identitas diri siswa sesudah diterapkan layanan konseling kelompok dengan Teknik reframing. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa signifikansi yang diperoleh sebesar 0,000, yang mana lebih kecil dari 0,05, dengan demikian  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini berarti ada perbedaan yang signifikan antara identitas diri siswa sebelum dan sesudah diterapkannya layanan konseling kelompok dengan Teknik reframing.

Kata Kunci: Identitas Diri, Konseling Kelompok, Teknik Reframing.

### Abstract

*This study aims to examine the application of group counseling with the Reframing Technique to improve the self-identity of Class X students at SMKN 8 Pandeglang for the Academic Year 2021/2022. This research uses quantitative research, pre-test post-test one group design. The data collection method used is a questionnaire to determine the level of self-identity of class X students of SMKN 8 Pandeglang. The subjects of this study were 8 students who had low self-identity. The data analysis technique used is parametric statistics using paired sample t test. The results show that the average post-test value is greater than the average pre-test value, this shows that there is an increase in students' self-identity after applying group counseling services with reframing techniques. The results also show that the significance obtained is 0.000, which is smaller than 0.05, thus  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. This means that there is a significant difference between students' self-identity before and after the implementation of group counseling services with reframing techniques.*

*Keywords: self-identity, group counseling, the Reframing Technique*

---

<sup>1</sup> Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, [gemilangananda10@gmail.com](mailto:gemilangananda10@gmail.com)

## PENDAHULUAN

Remaja adalah seseorang yang tumbuh menuju kematangan psikologis maupun biologis. Santrock (2007) mengartikan remaja merupakan periode perubahan diantara masa kanak-kanak dan dewasa yang meliputi peralihan kognisi, biologi serta sosio-emosional. Peralihan sosio-emosional terdiri dari peralihan pada afiliasi seseorang dengan orang yang lain, baik itu dari lingkungan sekitar ataupun keluarga pada aspek kepribadian, konsep-diri, serta emosi. Peralihan kognisi terdiri dari peralihan pada pikiran, intelengensi dan gestur tubuh.

Masa remaja adalah periode yang paling substansial pada kehidupan seorang individu. periode ini merupakan periode yang sangat kritis. Sebab, pada fase ini seseorang dihadapkan dengan peralihan yang pesat pada dirinya berupa sisi psikologis maupun secara fisik. Masa remaja pun adalah periode dimana mencari identitas diri, di fase ini seseorang cenderung ingin diakui keberadaannya dan mencoba untuk mencari integritas dalam dirinya. Erikson menjelaskan tentang peranan terpenting sejak masa remaja ialah menemui "krisis" ataupun kacaunya peranan yang ditemui remaja supaya jadi manusia dewasa yang khas dengan interpretasi dirinya sendiri di lingkungan masyarakat (Papalia & Old, 2008). Sedangkan Clinard dalam Hurlock (1994) menjelaskan masa remaja adalah periode remaja mencari identitas dirinya, tingkah laku mana yang mengemuka tergantung dari nilai mutu yang diambil.

Erikson (1989) berpendapat bahwa pembentukan identitas (*identity formation*) adalah tugas psiko-sosial yang pokok pada periode remaja, identitas diri ialah gambaran diri yang dirangkai dari berbagai macam identitas. Terdiri dari identitas agama, politik, karir, intelektual etnis, minat bakat, fisik, kepribadian dan identitas interaksi dengan orang lain. Marcia (1993) menjelaskan identitas diri adalah salah satu bagian substansial yang menampakkan identitas pribadi seseorang. Marcia (1993) membagi status identitas yaitu: 1) *identity diffusion*, 2) *identity foreclosure*, 3) *identity moratorium*, dan 4) *identity achievement*.

Berdasarkan studi pendahuluan yang

dilakukan dengan metode wawancara kepada guru BK, yang dilakukan tanggal 17 Januari 2021 didapatkan gambaran umum mengenai masalah pada siswa di SMKN 8 Pandeglang yang belum mampu memahami identitas diri secara positif, gejala yang nampak adalah membolos, minat belajar yang rendah dan kurangnya kedisiplinan.

Hal tersebut senada seperti apa yang di ungkapkan oleh Nurihsan (2005) yang mengatakan, seseorang yang kurang paham terkait identitas diri mengarah kepada ekspresi yang berlebihan, agresif, frustrasi memiliki penataan diri yang irasional, tidak dapat menumbuhkembangkan kualitas diri dan bersikap subjektif.

Salah satu usaha yang bisa dilaksanakan untuk meningkatkan pemahaman identitas diri pada remaja di sekolah yaitu dengan melakukan layanan BK dengan konseling kelompok Dalam bidang pribadi sosial. BK dalam bidang sosial tujuannya agar dapat menolong seseorang dalam mengentaskan permasalahan pribadi-sosial. Hal yang termasuk pada permasalahan pribadi-sosial ialah permasalahan hubungan kekerabatan antar teman dengan guru atau dosen, staf, memahami sifat dan keahlian diri, fleksibilitas diri dengan dunia pendidikan dan lingkungan tempat tinggalnya serta pengentasan masalah (Juntika, 2014).

Lumongga & Hasnida (2016) menjelaskan konseling kelompok merupakan keterikatan pemberian bantuan dari seorang konselor memiliki tujuan untuk menaikkan keterampilan dan fungsi mental konseli supaya mampu menghadapi permasalahan yang sedang dihadapinya.

Teknik/metode yang akan dipakai pada proses layanan konseling kelompok dalam upaya untuk meningkatkan pemahaman identitas diri siswa adalah teknik *Reframing*. Teknik ini menurut Nursalim (2013) merupakan strategi yang berusaha mengubah kerangka persepsi seseorang pada sebuah peristiwa yang dapat mengubah suatu tafsiran yang dipahaminya. *Reframing* yang dimaksud merupakan suatu usaha pencarian tafsiran baru dan merangkai kembali persepsi baru tersebut menjadi lebih baik. Sedangkan Wiwoho menjelaskan *reframing* merupakan pencarian tafsiran baru dari suatu hal yang sebelumnya ditafsirkan secara tertentu (Nursalim, 2013).

Froggart pun menjelaskan *reframing* adalah suatu metode yang berasal dari pendekatan konseling kognitif-behavior yang tujuannya untuk mengelola konten emosi yang dipikirkannya dan membingkai lagi ke arah pikiran yang logis hingga kita mampu memahami pelbagai perspektif di dalam konsep diri di berbagai keadaan. Adapun prosedur dalam Teknik *reframing* Prosedur *reframing* tersebut yang hendak dipadukan dengan konseling kelompok ialah prosedur Cormier & Cormier yakni: 1) Rasional; 2) Identifikasi sudut pandang; 3) Memilih sebuah penjelasan dari sistem sudut pandang dan menjabarkan pikiran irasional yang membuatnya cemas atau tertekan; 4) Identifikasi sudut pandang alternatif; 5) Modifikasi; 6) Membuat tugas dan tindak lanjut.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Mudana (2014) yang berjudul “Penerapan Konseling Gestalt dengan Teknik *Reframing* Untuk Meningkatkan Kesadaran Diri Dalam Belajar Siswa Kelas VIII SMP Negeri 4 Singaraja tahun ajaran 2013/2014”. Penelitian tersebut mengungkap adanya kenaikan nilai kesadaran diri pada proses pembelajaran siswa dari skor awal memiliki nilai rata-rata pada siklus pertama sebesar 58,93% (kesadaran diri untuk belajar tergolong rendah) menjadi sebesar 81,73% (kesadaran diri untuk belajar tergolong tinggi). Lalu, pada siklus kedua terjadi peningkatan nilai dari 81,73% menjadi 88,33%. Dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa penerapan layanan konseling gestalt dengan teknik *reframing* mampu menaikkan nilai kesadaran diri dalam belajar siswa kelas VIII di SMP Negeri 4 Singaraja tahun ajaran 2013/2014.

Metode *treatment* atau intervensi yang salah akan memperburuk krisis identitas dan bahkan menghasilkan masalah identitas jangka Panjang (Cote, 2018). Maka dari itu metode atau intervensi melalui konseling kelompok diharapkan sangat tepat untuk meningkatkan pemahaman identitas diri siswa.

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk melihat profil identitas diri siswa kelas X SMKN 8 Pandeglang dan untuk mengetahui efektifitas layanan konseling kelompok dengan Teknik *reframing* untuk meningkatkan identitas diri siswa kelas X SMKN 8 Pandeglang tahun ajaran 2021/2022.

## KAJIAN TEORITIK

### Masa Remaja

Periode remaja adalah periode yang begitu substansial di dalam kehidupan manusia. Remaja memiliki asal kata dari bahasa latin yaitu “*adolescere*” yang memiliki definisi “tumbuh” atau “tumbuh jadi dewasa”. Dalam cakupan yang lebih meluas lagi, menurut Piaget termasuk didalamnya ada matangnya mental, sosial, emosional, dan fisik (Hurlock, 1980). Menurut Hurlock (1980) istilah *adolescence* meliputi kematangan mental, emosional, sosial, fisik dan religious sehingga individu menjadi utuh secara keseluruhan.

Papalia & Old (2008) memaparkan bahwa remaja merupakan masa perpindahan proses perkembangan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang dimulai dari sejak usia 12-13 tahun dan mencapai puncak atau akhirnya pada akhir usia belasan tahun atau awal usia kedua puluh (Reza & Aulia, 2013). Adapun batas usia pada periode remaja menurut Hurlock (1980) adalah dimulai sejak usia 13 tahun sampai dengan 16 atau 17 tahun. kemudian, berakhir pada usia 17 sampai dengan 18 tahun yang merupakan usia matang menurut hukum. Maka dari itu, masa remaja berada pada rentang usia 12 sampai dengan 21 tahun.

Tugas perkembangan remaja berfokus kepada usaha untuk menanggalkan tingkah laku yang masih kanak-kanak dan mengusahakan agar mampu menggapai keahlian bersikap serta berperilaku dewasa. Hurlock (1980) menjabarkan tugas-tugas perkembangan pada masa remaja sebagai berikut: a) Dapat membenarkan kondisi fisiknya, b) Dapat membenarkan dan paham terkait peran seksual orang dewasa, c) Dapat menjalin hubungan-hubungan yang baik dengan lingkungan kelompok yang berbeda jenis ragamnya, d) Menggapai kemandirian emosional dan ekonomi, e) Konsep yang berkembang dan meningkatnya kecerdasan yang sangat dibutuhkan agar mampu melaksanakan perannya sebagai bagian dari masyarakat, f) Paham serta mampu memasukkan nilai dan norma orang dewasa, g) Berusaha

bertanggungjawab guna mempersiapkan menghadapi masa dewasa.

### Identitas Diri

Erikson adalah tokoh yang diakui sebagai penemu istilah identitas diri (Santrock, 2007). Erikson menyatakan bahwa identitas diri merupakan pemahaman seseorang akan untuk memposisikan diri dan memberi makna kepada dirinya dengan presisi pada latar kehidupan kedepannya menjadi satu-kesatuan potret diri yang komprehensif dan berkelanjutan agar dirinya mampu menemukan jati diri. Keliat (2011) memaparkan definisi identitas diri merupakan kesadaran akan dirinya sendiri yang bersumber dari pengamatan dan penaksiran yang hal tersebut adalah rangkaian keseluruhan dari konsep diri menjadi satu-kesatuan yang komplet.

Sedangkan Cote (2018) menjelaskan identitas diri merupakan gambaran diri yang terstruktur dari pelbagai faktor yang terdiri dari: a) Identitas pekerjaan (seseorang tersebut apakah konservatif, liberal atau berada diantara keduanya/identitas politik); b) Identitas spiritual (keyakinan spiritual); c) Identitas relasi (seseorang tersebut apakah lajang, menikah, bercerai dan lain sebagainya); d) Identitas prestasi dan intelektual (sampai mana seseorang tersebut memiliki motivasi untuk berprestasi dan intelektualitasnya); e) Identitas seksual (seseorang tersebut apakah homoseksual, heteroseksual atau biseksual); f) Identitas budaya/etnis; g) minat (hal yang senang seseorang lakukan seperti berolahraga dan menjalankan hobi), Identitas kepribadian (keadaan kepribadian seseorang seperti *introvert* atau *ekstrovert*, dan lain sebagainya).

Berdasarkan pendapat para ahli diatas, dapat disimpulkan bahwa identitas diri merupakan pemahaman seseorang untuk memposisikan dirinya serta memberikan arti kepada dirinya sebagai individu yang khas. Identitas diri bisa berisikan tentang keyakinan, harapan, tujuan, fisik, gaya sosial atau prinsip moral.

Adapun menurut Marcia dalam Desmita (2005) ada segelintir faktor yang memengaruhi proses pembentukan identitas diri pada remaja, yakni: taraf pengidentifikasian dengan orang tua pada

periode sebelum dan selama periode remaja. Model pola asuh orang tua. Ada tokoh yang menjadi panutan. Ada keinginan sosial terkait pilihan identitas yang ada pada keluarga, teman sebaya dan sekolah. Adanya keterbukaan remaja pada pelbagai identitas alternatif. Kepribadian di periode sebelum remaja yang memberi suatu dasar yang tepat untuk mengendalikan identitas. Teori perkembangan identitas diri menurut Erikson yang dijelaskan oleh Marcia dalam (Soetijiningsih, n.d.) terbagi menjadi 4 aspek, yaitu: 1) *Identity Achievement*, seseorang dinyatakan telah mempunyai identitas apabila dirinya sudah merasakan krisis dan dia memiliki tekad dapat menghadapi krisis tersebut dengan baik. Adanya krisis ini justru dapat mendorong seseorang agar bisa membuktikan bahwa dia dapat menyelesaikan krisis dengan baik. Walau pada realitanya dia harus menghadapi kegagalan tapi itu bukanlah akhir dari usaha untuk merealisasikan potensi yang dimilikinya. *Identity achievement* adalah sebuah kondisi dikala seseorang sudah menemukan identitasnya dan membentuk janji-janji sesudah melalui tahap eksplorasi sebelumnya; 2) *Identity Foreclosure*, tanda dari identitas ini adalah tahap krisis yang mulai menghilang, namun dia memiliki tekad dan komitmen. Hingga pada akhirnya sering berkhayal tentang apa yang ingin dicapainya, namun tidak berjalan sesuai dengan realitanya. Akibat dari itu, dikala seseorang berhadapan dengan masalah kenyataan, dirinya tidak dapat menghadapinya dengan baik. Terkadang, seseorang melaksanakan suatu tindakan mekanisme *self-defence* seperti regresi, rasionalisasi, pembentukan reaksi dan lain sebagainya. Identitas ini tersusun atas hasil pendalaman diri yang tidak maksimal, tidak menguasai pengetahuan terkait pelbagai alternatif, terlebih lagi seseorang dengan identitas ini bertendensi kepada kurang rasa ingin mencari tahu.

Pilihan tersebut ditentukan tanpa adanya sokongan dengan pemahaman yang komprehensif terkait kekurangan dan kelebihan secara rasional dan memadai. Namun, dikala seseorang telah memutuskan suatu pilihan, remaja menunjukkan tingkat solidaritas yang begitu kuat, kokoh pendiriannya akan timbulnya sebuah alternatif baru. Hal tersebut sangat memadai dikarenakan yang berangkutan tidak terlalu menyukai untuk mengeksplor pengetahuan terkait sebuah alternatif baru; 3) *Identity Moratorium*, tanda dari identitas ini ialah terjadinya krisis namun dirinya tidak ada keinginan yang kuat/bertekad untuk menyelesaikan permasalahan dari krisis tersebut. Terdapat dua probabilitas pada tipe ini, yakni: seseorang yang sadar terjadi krisis yang perlu dituntaskan namun dia enggan untuk menuntaskannya, maka orang ini cenderung egois dan hanya memikirkan kesenangan semata. Yang diperbuatnya seringkali melenceng dan tidak tepat dengan permasalahan yang dihadapinya. Akibat dari itu, perkembangannya hanya statis saja. Itu artinya, semestinya dia sudah berada pada tahapan perkembangan yang lebih baik namun disebabkan ketidakmauannya menghadapi situasi tersebut, dirinya hanya diam ditempat saja tidak mengalami kemajuan; 4) *Identity Diffusion*, pada tipe ini seseorang menghadapi kebimbangan pada usaha untuk menggapai identitasnya. Dia tidak punya krisis dan pula tekad untuk menuntaskannya. "*Diffusion status*" adalah sebuah kondisi yang terjadi pada seseorang yang kehilangan arah. Dirinya tidak mau mengeksplorasi diri dan tidak mempunyai komitmen pada peranan tertentu hingga pada akhirnya mereka tidak mampu menemukan identitasnya. Dengan mudahnya, mereka akan menjauhkan diri dari suatu perkara dan condong mencari pelampiasan segera. Mengacu daripada teori Marcia dalam Adams (1998)

mengelaborasi sudut pandang ideologis dan *interpersonal* pada tiap-tiap status identitas diri. Indikator daripada ideologi tersebut terdiri dari pekerjaan/karier, agama, politik dan gaya hidup. Dari indikator *interpersonal* terdiri dari persahabatan, pasangan, peranan jenis kelamin, dan rekreasi.

### **Konseling Kelompok**

Lesmana mendefinisikan konseling kelompok sebagai suatu usaha tolong-menolong antara konselor untuk meningkatkan keterampilan dari konseli agar mampu menghadapi permasalahan yang sedang dihadapinya dengan lebih cermat (Lumongga & Hasnida, 2016). Latipun (2001) pun berkata bahwa konseling kelompok merupakan sebuah bentuk layanan konseling untuk menolong beberapa orang sekaligus yang diarahkan untuk mendapatkan fungsi kesadaran kolektif jangka pendek maupun panjang (Lumongga & Hasnida, 2016). Dari beberapa pendapat diatas, dapat kita ambil premis dari pokok bahasan definisi konseling kelompok, yaitu konseling kelompok adalah kegiatan yang berupaya memberikan pertolongan yang diberi seorang konseling kepada konseli pada situasi kelompok yang sifatnya preventif dan pengembangan keterampilan konseli guna mengentaskan permasalahan secara kolektif dalam kelompok. Konseling kelompok termasuk pada layanan bimbingan dan konseling yang dapat membuat siswa mendapatkan kesempatan untuk membahas dan mengentaskan permasalahan yang dimilikinya melalui adanya dinamika kelompok. Tujuan Konseling Kelompok menurut Latipun (2001) yang menganut behavioristik mengelompokkan tujuan konseling kelompok terdiri atas 3 macam, yakni: Adanya usaha mengubah sebuah pandangan perilaku yang keliru Secara psikologis, perilaku yang akan mengarah pada perilaku patologis. Belajar

menentukan keputusan pilihan serta menetapkan alternatif dan juga menduga pelbagai macam resiko dan kemungkinan dari keputusan yang akan diambilnya. Menghindari terjadinya masalah Latipun (2001) mengatakan bahwa menghindari terjadinya masalah yang dimaksud memiliki tiga definisi yaitu permasalahan yang dicegah jangan sampai menimbulkan masalah di kemudian hari, masalah makin rumit dan terjadinya gangguan yang bersemayam dalam diri konseli.

Dari paparan pendapat para ahli diatas, bisa disimpulkan tujuan konseling kelompok ialah adanya upaya preventif agar permasalahan yang dialami tidak timbul permasalahan di hari yang akan datang, preventif terhadap permasalahan yang dihadapi agar segera dapat diselesaikan dan permasalahan tidak menimbulkan gangguan tertentu. Fungsi layanan konseling kelompok pada layanan bimbingan dan konseling ialah adanya upaya kuratif (penyelesaian) dan preventif (pencegahan). Upaya kuratif adalah upaya yang bertujuan untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang dialami konseli. Sedangkan upaya preventif adalah upaya yang bertujuan untuk mencegah permasalahan agar tidak terjadi pada seorang konseli. (Tahapan Pelaksanaan Konseling Kelompok POP BK (Panduan Operasional Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling) SMA (2016) (Kemdikbud, 2016) telah mengatur tahapan pelaksanaan konseling kelompok terdiri dari: Pra-konseling, Pelaksanaan Konseling, Pasca-konseling.

### **Reframing**

Pada penelitian kali ini, teknik yang akan digunakan yaitu teknik *reframing*. Teknik *reframing* diasumsikan bahwa emosi dan perilaku berasal dari peristiwa tertentu namun bagaimana peristiwa itu terjadi. Permasalahan muncul dikala suatu peristiwa dilihat dapat menghalau tujuan klien atau mengintervensi sebuah nilai, kepercayaan, atau tujuan klien.

Teknik *reframing* pun melibatkan asumsi seseorang mempunyai seluruh sumber daya yang diperlukannya guna membuat perubahan yang diharapkannya (Erford, 2016).

Corey menjabarkan tujuan *reframing* ialah agar membantu seseorang meninjau keadaan dari perspektif lain yang membuat hal tersebut nampak tidak begitu bermasalah yang lebih normal dan hal itu lebih terbuka pada pemecahan masalah (Erford, 2016). Shel, David dan Henderson mengatakan *reframing* dan metafora mewujudkan perubahan dan dorongan dengan membesarkan kekuatan (Erford, 2016).

Ekstein dalam Erford, (2016) menjabarkan beragam macam *reframing* dan sarannya terdapat sejumlah varian dari teknik *reframing*, yakni: 1) *Relabeling*, ialah suatu jenis *reframing* yang berusaha mengubah sebuah kalimat negatif dengan kata sifat yang bermakna lebih positif. Contohnya apabila seorang wanita menjabarkan bahwa suaminya “pencemburu”, maka label ini dapat diubah menjadi “penuh perhatian”; 2) *Denominalizing*, ialah sebuah proses menyingkirkan label diagnosis dan mengubahnya dengan perilaku yang lebih spesifik yang mampu di kontrol. Contohnya apabila seorang wanita pengidap *Anorexia* mampu dideskripsikan sebagai seseorang yang tidak ingin makan; 3) *Positive Connotation*, ialah perilaku yang bergejalan di motivasi secara positif. Contohnya apabila ada pernyataan “ibuku tidak pernah membiarkanku melakukan banyak hal”. Pernyataan tersebut dapat di *reframe* dengan “ibuku sangat mencintaiku hingga dapat menciptakan batasan-batasan.

Sedangkan Megaton dan Tarmizni dalam Ratna (2013) membedakan jenis *reframing* menjadi dua jenis, yaitu: 1) *Moving Reframing*, ialah cara mengganti sudut pandang secara maknawi melalui mekanisme mencari makna atau arti lain; 2) *Context Reframing*, ialah mengganti sudut pandang secara kontekstual melalui mekanisme menunjukkan beragam hikmah yang dapat diambil dari kejadian tersebut. Sasaran *reframing* bisa dipakai pada bermacam keadaan. Teknik tersebut bisa pula dipakai untuk kembali menjabarkan definisi keadaan yang bermasalah bisa mengganti sudut pandang terkait suatu masalah serupa itu hingga mampu lebih diterima, dipahami, atau

pun dapat diselesaikan. Wicks dan Back menjelaskan bahwa seseorang bisa memakai *reframing* untuk mengkondisikan arti baru dari sebuah perilaku atau kondisi perasaan yang sebelumnya membuat stres disebabkan timbulnya pikiran yang tidak rasional (Erford, 2016).

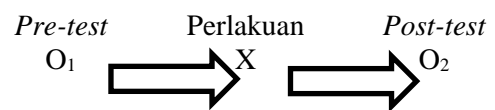
Teknik *reframing* pun dapat dipakai di satuan pendidikan. Indah dan Muis (2016) mengatakan teknik *reframing* ini dapat dipakai untuk mengurangi tingkat kecemasan pada siswa ketika bertemu pelajaran matematika. *Reframing* pula bisa dipakai untuk pelaksanaan konseling kelompok untuk menangani kendala motivasi berpartisipasi dalam pelajaran saat di kelas yang rendah menurut Cormier & Cormier (1985) yakni dengan mengganti atau menata ulang perasaan siswa/konseli bisa menurunkan mobilisasi dan pembelaan. Adapun Prosedur *reframing* tersebut yang hendak dipadukan dengan konseling kelompok ialah prosedur dari Cormier & Cormier (1985), yakni: 1) Rasional, Sebelum pelaksanaan konseling kelompok berlangsung, perlu dicari terlebih dahulu rasionalisasi tersebut. Misalnya, konseli mempunyai pikiran-pikiran yang irasional; 2) Identifikasi, sudut pandang, tahapan untuk melihat pikiran irasional yang memunculkan kecemasan; 3) Memilih sebuah penjelasan dari sistem sudut pandang dan menjabarkan pikiran irasional yang membuatnya cemas atau tertekan; 4) Identifikasi sudut pandang alternatif Konselor membantu konseli untuk mengubah atensinya dengan memilah pikiran yang lain dari permasalahan yang sedang dihadapi; 5) Modifikasi; 6) *Home work*/tugas Rumah.

## METODE PENELITIAN

Pada penelitian kali ini, peneliti akan menggunakan pendekatan eksperimen. Penelitian eksperimen menurut Sugiyono (2015) merupakan metode penelitian yang dipakai untuk menemukan dampak perlakuan tertentu pada objek dengan keadaan yang sudah dikendalikan. Kemudian, desain penelitian yang akan digunakan ialah metode pra-eksperimen. Pra-eksperimen menurut Sugiyono (2015) adalah salah satu bentuk desain penelitian yang merekayasa variabel independen agar bisa memengaruhi pembentukan variabel terikat. Dengan

demikian, peneliti tidak akan menggunakan kelompok kontrol.

Desain penelitian yang dipakai pada penelitian kali ini ialah one group *pre-test* and *post-test* design yang merupakan bagian dari penelitian eksperimen yang hanya memanfaatkan kelompok perlakuan tanpa adanya kelompok kontrol. Desain ini menurut Sugiyono (2010) merupakan sebuah desain untuk melihat dampak dari sebelum dan setelah perlakuan diberikan. Pengukuran dilaksanakan pada saat sebelum tes (*pre-test*) dan setelah tes (*post-test*). Rancangan penelitian sebagai berikut:



Gambar 3.1.

Desain Penelitian One Group *Pre-test* and *Post-test* Design

Ket:

O<sub>1</sub> = tahap *pre-test* untuk mengukur

X = tahap penelitian (konseling kelompok teknik *reframing*)

O<sub>2</sub> = tahap *post-test*

Populasi atau subjek dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMKN 8 Pandeglang tahun ajaran 2021/2022.

No	Jurusan	L	P	Jumlah Siswa
1	Akuntansi dan Keuangan Lembaga 1	10	26	36
2	Akuntansi dan Keuangan Lembaga 2	8	28	36
3	Rekayasa Perangkat Lunak	8	27	35
4	Multimedia 1	11	25	36
5	Multimedia 2	10	26	36
6	Teknik Instalasi Tenaga Listrik	34	2	36

7	Teknik dan Bisnis Sepeda Motor	35	1	36
<b>Total (Siswa)</b>		<b>116</b>	<b>135</b>	<b>251</b>

Tabel.1 Populasi Penelitian (Siswa kelas X SMKN 8 Pandeglang tahun ajaran 2021-2022)

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas x smkn 8 Pandeglang yang memiliki skor identitas diri rendah. Sugiyono (2010) menjelaskan bahwa sampel merupakan bagian dari total keseluruhan jumlah populasi yang dianggap dapat mewakili populasi. Teknik sampling pada penelitian ini akan menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dengan adanya kriteria tertentu. Siswa yang dipilih untuk menjadi subjek penelitian kali ini merupakan siswa yang pada saat *pre-test*, mendapatkan skor identitas diri yang rendah. Jumlah sampel yang akan diambil pada saat pelaksanaan penelitian adalah 6-15 siswa dengan pertimbangan mengacu pada pelaksanaan layanan konseling kelompok menurut Prayitno dan Amti (2013) supaya dinamika kelompok yang menjadi faktor penentu kesuksesan pelaksanaan konseling kelompok berjalan dengan baik dan efektif.

Menurut Jacobs (2012) jumlah yang ideal adalah 5 – 8 anggota, untuk kelompok yang multikultural akan lebih nyaman dan efektif dengan jumlah yang tidak lebih dari 5 anggota termasuk pemimpin kelompok.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa angket (questionnaire). Jenis instrumen yang digunakan adalah bentuk skala likert. instrumen yang digunakan untuk mengungkap pencapaian status identitas diri siswa ini mengacu pada instrumen dari konsep Adams (1998) *Extended Version of The Objective Measure of Ego Identity Status* (EOM-EIS-2) *Revision* yang dikembangkan oleh Bennion dan Adams (1986) yang telah diadaptasi dan diterjemahkan oleh Hadijah (2010). EOM-EIS-2 ini merupakan instrumen yang terdiri dari 64 pernyataan terdiri atas 6 alternatif jawaban antara lain; STS (Sangat Tidak Setuju), CTS (Cukup Tidak Setuju), TS (Tidak Setuju), S (Setuju), CS

(Cukup Setuju), SS (Sangat Setuju), yang akan mengungkap status identitas diri yang meliputi identitas ideologi dan identitas interpersonal. Identitas ideologi terdiri dari aspek pekerjaan, agama, politik, dan philosophy gaya hidup. Adapun identitas interpersonal terdiri dari aspek persahabatan, kencan, peran jenis kelamin, dan rekreasi.

Dalam instrumen EOM-EIS-2 digunakan analisis data dengan Kategorisasi. Kategorisasi merupakan teknik yang dipakai pada penelitian kali ini untuk menggolongkan seorang siswa berada pada kategori mana keadaan dirinya. Kategorisasi terbagi menjadi empat bagian, yakni:

- a. *Identity diffusion*
- b. *Identity Foreclosure*
- c. *Identity moratorium*,
- d. *Identity Achievement*

Kategorisasi identitas diri dilaksanakan dengan memakai aturan *Extended Version of The Objective Measure of Ego Identity Status* (EOM-EIS) 2 *Revision* yang dikembangkan oleh Bennion dan Adams (1998), yakni merujuk pada gabungan skor total dari keempat kategorisasi identitas diri diatas. Merancang batasan skor dilaksanakan yaitu caranya pertama-tama mengkalkulasi rata-rata serta standar deviasi dari tiap-tiap status identitas diri yang kemudian dijumlahkan. Setelah itu, akan muncul skor *cut-off* dari tiap-tiap status identitas diri.

Aturan pengklasifikasian EOM-EIS-2 *Revision* menurut Bennion dan Adams (1998), sebagai berikut:

- a. *Pure Identity Status Rule*

Siswa yang mempunyai skor satu standar deviasi yang lebih tinggi daripada skor *cut-off* sebuah status identitas tertentu dan skor yang lain berada lebih rendah daripada skor *cut-off*.

- b. *Low Profile Status Rule*

Siswa yang mempunyai skor < satu standar deviasi pada keseluruhan status identitas diri.

- c. *Transition Status Rule*

Siswa yang mempunyai skor satu standar deviasi lebih tinggi daripada skor *cut-off*.

Berdasarkan aturan yang sudah dijelaskan, tidak seluruh aturan digunakan untuk



mengklasifikasikan siswa pada sebuah status identitas. Aturan yang digunakan kembali menyesuaikan dengan jawaban siswa. Sebagai contoh, apabila siswa ada pada aturan nilai 1-2-3, maka aturan tersebut yang digunakan.

Melalui bantuan *Microsoft Excel* 2019, telah didapatkan hasil skor *cut-off* pada tiap-tiap status identitas diri dibawah ini:

Status Identitas	Diffusion/Dif	Foreclosure/For	Moratorium/Mor	Achievement/Ach
Rata-rata	55,88	52,58	43,26	44,12
Std. Deviasi	8,1	9,06	7,99	8,53
<i>Cut-off</i>	63,99	61,64	51,62	52,64

Tabel.2  
Penskoran (teknik *cut-off*)

No	Kategori Status Identitas Diri	Status Abbreviation
1	<i>Diffusion/Pure</i>	<i>Dif/D</i>
2	<i>Foreclosure/Pure</i>	<i>For/F</i>
3	<i>Moratorium/Pure</i>	<i>Mor/M</i>
4	<i>Achievement/Pure</i>	<i>Ach/M</i>
5	<i>Diffusion-Foreclosure/Transition</i>	<i>Dif-For</i>
6	<i>Diffusion-Moratorium/Transition</i>	<i>Dif-Mor</i>
7	<i>Diffusion-Achievement/Transition</i>	<i>Dif-Ach</i>
8	<i>Foreclosure-Moratorium/Transition</i>	<i>For-Mor</i>
9	<i>Foreclosure-Achievement/Transition</i>	<i>For-Ach</i>
10	<i>Moratorium-Achievement/Transition</i>	<i>Mor-Ach</i>
11	<i>Diffusion-Foreclosure-Moratorium/Transition</i>	<i>Dif-For-Mor</i>
12	<i>Diffusion-Foreclosure-Achievement/Transition</i>	<i>Dif-For-Ach</i>
13	<i>Diffusion-Moratorium-Achievement/Transition</i>	<i>Dif-Mor-Ach</i>
14	<i>Foreclosure-Moratorium-Achievement/Transition</i>	<i>For-Mor-Ach</i>
15	<i>Diffusion-Foreclosure-Moratorium-Achievement/Transition</i>	<i>Dif-For-Mor-Ach</i>
16	<i>Undifferentiated/Low Profile Moratorium</i>	<i>LPM</i>

Tabel.3  
Kategori Status Identitas Diri

Uji hipotesis dalam penelitian ini adalah analisis Uji *Paired sample T-Test*. Uji *Paired sample T-Test* dipakai untuk menganalisis perbandingan skor dua sampel yang berpasangan (sampel dari subjek yang sama), namun menjalani dua tahapan pengolahan antara sebelum dan setelah diolah. Dasar pengambilan keputusan apakah hipotesis diterima atau ditolak pada uji *Paired sample T-Test* yaitu:

- 1) Bila nilai *Asymp.Sig* < 0,05 maka hipotesis diterima ( $H_a$ ).
- 2) Bila nilai *Asymp.Sig* > 0,05 maka hipotesis ditolak ( $H_0$ ).

## HASIL PENELITIAN

Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektifitas layanan konseling kelompok dengan Teknik reframing untuk meningkatkan identitas diri siswa kelas X SMKN 8 Pandeglang Tahun ajaran 2021/2022.

Penelitian dilaksanakan  $\pm$  2 bulan. Penelitian ini dilakukan di SMKN 8 Pandeglang sejak tanggal 30 Januari s.d. 15 Maret 2022. Hasil penelitian didapatkan setelah instrumen penelitian disebarkan kepada siswa yang tujuannya adalah agar mendapatkan data terkait gambaran identitas diri siswa yang rendah sehingga dengan adanya *treatment* yang dilaksanakan, dapat meningkatkan pemahaman identitas diri siswa. Demikian hal tersebut diharapkan sesi konseling kelompok dapat berjalan dengan baik dan terwujud tujuan dari konseling kelompok tersebut. Hasil penyebaran instrumen dijadikan bahan analisis agar dapat mengubah perspektif siswa yang negatif pada identitas dirinya yang setelah itu dilaksanakan intervensi menggunakan teknik *reframing*. Populasi penelitian kali ini berasal dari siswa kelas X SMKN 8 Pandeglang tahun ajaran 2021-2022 yang berjumlah 251 siswa. Sedangkan sampel penelitian sebanyak 8 siswa dengan kriteria memiliki gambaran identitas diri rendah atau *low profile status rule*/moratorium rendah.

Sebelum melakukan *treatment*, peneliti terlebih dahulu melakukan kegiatan *pre-test*, tujuan dari dilakukannya *pre-test* ialah untuk memutuskan sampel dari populasi yang hendak dijadikan kelompok eksperimen pelaksanaan *pre-test* pada hari

No	Konseli	Post Test	% Post Test	Kategori
1	R	180	47%	For-Ach
2	MM	191	50%	Mor-Ach
3	LL	149	49%	Ach/A
4	R	157	52%	Ach/A
5	EE	185	48%	Ach/A
6	SN	169	44%	For/F
7	FN	208	54%	For-Ach
8	AK	174	58%	Mor/M
N=8		$\bar{X}$ =177	50%	

Tabel.5 Hasil *Post-test*

Rabu, tanggal 2 febuari 2022. Berdasarkan hasil *pre-test* ada 151 siswa yang berada di kategori *low profile identity status*, mengingat dalam pelaksanaan konseling kelompok idealnya hanya bisa dilaksanakan 3-10 orang maka peneliti hanya mengambil 8 siswa yang akan menjadi sampel penelitian yang memiliki skor paling rendah dalam kategori *low profile identity status* yaitu:

No	Konseli	Jurusan	Pret est	% Pre Test	Kategori
1	R	TITL	103	27%	LPM
2	MM	TBS M	118	31%	LPM
3	LL	AKL	122	48%	LPM
4	R	MM	126	39%	LPM
5	EE	TITL	128	40%	LPM
6	SN	MM	135	35%	LPM
7	FN	MM	143	37%	LPM
8	AK	TBS M	143	56%	LPM
N=8			$\bar{X}$ =127	39%	

Tabel. 4 Hasil *Pre-test* skor identitas diri siswa yang berkategori atau *low profile status rule/moratorium* rendah.

Berdasarkan tabel.4, terdapat 8 siswa yang berada pada kategori *low profile status identity* dengan rata-rata skor sebesar 127. Kemudian, 8 siswa tersebut akan menerima *treatment* berupa konseling kelompok dengan teknik *reframing*. *Treatment* dilaksanakan selama 5 kali pertemuan dengan tetap menerapkan prosedur

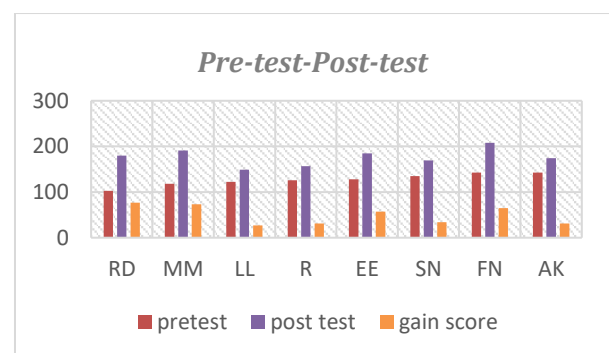
Teknik Reframing yaitu, Rasional,Identifikasi sudut pandang, Penjelasan dari sistem sudut pandang, Identifikasi sudut pandang alternatif, Modifikasi, Membuat tugas dan tindak lanjut.

Berdasarkan tabel.5., terdapat perubahan yang cukup signifikan pada kelompok eksperimen setelah diberikan *treatment* berupa layanan konseling kelompok dengan teknik *reframing* untuk meningkatkan pemahaman identitas diri siswa. Perbandingan nilai pada saat *pre-test* dan *post-test* yaitu meningkat dari nilai rata-rata sebesar 127 ke 177.

No	Konseli	Pre-test	Kategori	Post-test	Kategori	Gain
1	R	103	LPM	180	For-Ach	77
2	MM	118	LPM	191	Mor-Ach	73
3	LL	122	LPM	149	Ach/A	27
4	R	126	LPM	157	Ach/A	31
5	EE	128	LPM	185	Ach/A	57
6	SN	135	LPM	169	For/F	34
7	FN	143	LPM	208	For-Ach	65
8	AK	143	LPM	174	Mor/M	31
Total $\Sigma$		1.018		1.413		395
N=8		$\bar{X}$ =127		$\bar{X}$ =177		$\bar{X}$ =49

Tabel .6 Skor hasil *pretest* dan *posttest*

Dari hasil *pretest* dan *posttest* di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat sebanyak 8 responden yang mengalami peningkatan skor identitas diri setelah di berikan layanan konseling kelompok dengan teknik reframing. Adapun kriteria pemahaman identitas diri siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok Teknik reframing secara jelas tergambar dalam gambar 1.



Gambar 1. Skor identitas diri siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan Teknik Reframing

### Pengujian Hipotesis

Hasil pengujian hopetesis statistik yang dilakukan setelah pemberian *treatment* dengan uji *paired t-test*. Setelah mengetahui distribusi data yang bersifat normal, maka peneliti akan melakukan uji hipotesis dengan menggunakan rumus *paired sample t-test*. Selanjutnya penghitungan dilakukan dengan menggunakan SPSS *for windows*. Uji hipotesis dilaksanakan agar bisa diketahui apakah hipotesis penelitian dapat diterima atau ditolak. Hipotesis penelitian sebagai berikut:

- Hipotesis diterima ( $H_a$ )  
Konseling kelompok teknik *reframing* efektif untuk meningkatkan identitas diri siswa kelas X SMKN 8 Pandeglang tahun ajaran 2021-2022
- Hipotesis ditolak ( $H_0$ )  
Konseling kelompok teknik *reframing* efektif untuk meningkatkan identitas diri siswa kelas X SMKN 8 Pandeglang tahun ajaran 2021-2022

Dasar pengambilan keputusan bagi hipotesis tersebut ialah:

- Apabila nilai  $sign. < 0,05$  maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak (konseling kelompok teknik *reframing* efektif meningkatkan identitas diri siswa kelas X SMKN 8 Pandeglang tahun ajaran 2021-2022)
- Apabila nilai  $sign. > 0,05$  maka  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima (konseling kelompok teknik *reframing* tidak efektif meningkatkan identitas diri

siswa kelas X SMKN 8 Pandeglang tahun ajaran 2021-2022

Tabel.7  
Paired Sample T-test

Berdasarkan tabel 7. nilai signifikansi pada hasil perhitungan sebesar 0,000 dimana  $< 0,05$  maka  $H_a$  diterima. Artinya, konseling kelompok teknik *reframing* efektif meningkatkan identitas diri siswa kelas X SMKN 8 Pandeglang tahun ajaran 2021-2022. Sejalan dengan hasil *pre-test* dan *post-test*, terdapat kenaikan skor yang cukup menonjol setelah diberikan *treatment*, diketahui bahwa 8 siswa berada pada kategori Low Profile Moratorium (LPM). Setelah diberikan *Treatment*, diketahui bahwa 3 siswa ada di kategori *Achievement*, 1 siswa berada dalam kategori *moratorium* murni, 2 siswa ada di kategori *forclosure-Achievement*, 1 siswa ada di kategori *Forclosure* dan 1 siswa ada di kategori *Moratorium-Achievement*. Dengan rata-rata nilai gain score 49 terhitung 7%.

Berdasarkan perhitungan data statistik, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling kelompok dengan teknik *reframing* efektif untuk meningkatkan identitas diri siswa kelas X SMKN 8 Pandeglang tahun ajaran 2021/2022.

### Keterbatasan penelitian

Berangkat dari kondisi objektif dilapangan dalam pelaksanaan kegiatan konseling kelompok di sekolah, peneliti menemukan beberapa hambatan yang dirasakan selama penelitian berlangsung. Hambatan tersebut diantaranya: 1);Belum adanya jam bimbingan dan konseling di sekolah tempat penelitian sehingga peneliti sulit mencocokkan waktu dengan konseli karena konseli harus selalu izin di sela-sela jam pelajaran, 2); Pengelolaan kelas, masih membutuhkan guru kelas saat mengumpulkan siswa dalam pelaksanaan *treatment*, 3); Walaupun konseling dilakukan di ruang kelas secara tertutup, namun masih ada beberapa gangguan dari luar seperti kebisingan yang bersumber dari luar kelas,4); Peneliti merasa belum maksimal dalam mengaplikasikan layanan konseling kelompok dengan teknik *reframing* untuk menolong siswa untuk meningkatkan identitas dirinya. Hal ini karena peneliti masih dalam tahap belajar untuk melakukan konseling dengan baik dan benar. 5); Peneliti menggunakan

Paired Samples Test

	Paired Differences					T	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pre-test - Post-test	-49.375	20.825	7.363	-66.785	-31.965	-6.706	7	.000

pra-eksperimen *one group pre test- post test design*, sehingga elemen penanganan variabel terikat bisa dipengaruhi dari luar seperti lingkungan keluarga dan masyarakat.

### KESIMPULAN

Setelah penelitian usai dilaksanakan dan dibahas hasil penelitiannya, maka bisa ditarik kesimpulan sebagai berikut: Secara garis besar, identitas diri siswa di kelas X SMKN 8 Pandeglang tahun ajaran 2021-2022 ada di kategori moratorium (telah mengeksplorasi diri tetapi belum memiliki komitmen perubahan). Ada juga siswa yang tergolong pada kategori foreclosure, yakni telah memiliki komitmen perubahan namun masih sedikit mengeksplorasi diri. Ada pula siswa yang sudah berada di kategori achievement, yakni siswa telah mendalami eksplorasi diri dan punya komitmen perubahan. Konseling kelompok dengan teknik *reframing* bisa menolong siswa mengembangkan potensi siswa. Ada sejumlah unsur yang menunjukkan bila layanan ini dapat memberi dampak positif bagi siswa yaitu munculnya perubahan perilaku dan perspektif siswa pada saat sesi konseling berlangsung serta terdapat kenaikan skor pada hasil *post-test* angket identitas siswa. Konseling kelompok dengan teknik *reframing* efektif untuk meningkatkan identitas diri siswa kelas X SMKN 8 Pandeglang tahun ajaran 2021-2022 terbukti dari hasil uji hipotesis.

### SARAN

Saran yang dapat diberikan dari ulasan penelitian ini sebagai berikut: 1); Bagi Guru Bimbingan dan Konseling, Guru bimbingan dan konseling dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan referensi untuk menyelenggarakan program bimbingan dan konseling di sekolah. 2); Bagi Sekolah, Sekolah dapat meningkatkan sistem kontrolnya bagi pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah. Sekolah juga diharapkan bisa memberi dukungan yang positif pada pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah seperti perbaikan fasilitas di ruangan bimbingan dan konseling serta permasalahan administratif bimbingan dan konseling. 3); Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling, Program studi bimbingan dan konseling bisa memberi ragam macam pembelajaran pada mahasiswa sebagai calon guru bimbingan dan

konseling terkait teknik atau teori pendekatan konseling kelompok yang lebih implementatif. 4); Bagi Peneliti Selanjutnya, Peneliti selanjutnya bisa memakai ragam varian teknik atau pendekatan lain dalam sesi konseling kelompok agar siswa mampu mengidentifikasi identitas dirinya.

### DAFTAR PUSTAKA

- Adams, G. R. (1998). *The objective measure of ego identity status : A Reference manual*.
- Adams, G. R., & Bennion, L. D. (1986). A Revision of the extended version of the objective measure of ego identity status : An Identity instrument for use with late adolescent. *Journal of Adolescent Research*, 1(183).
- Cormier, L. J., & Cormier, L. S. (1985). *Interviewing strategies for helpers* (2nd ed.). Brooks / Cole Publishing Company.
- Cote, S. . (2018). The enduring usefulness of Erikson's concept of the identity crisis in the 21st century : An Analysis of student mental health concerns. *Identity : An International Journal of Theory and Research*.
- Desmita. (2005). *Psikologi perkembangan*. Remaja Rosda Karya.
- Erford, B. T. (2016). *Teknik yang harus diketahui setiap konselor*. Pustaka Pelajar.
- Erikson, E. H. (1989). Bunga rampai 1. In Agus (Ed.), *Identitas dan siklus hidup manusia*. Cremers.
- Hadijah, A. S. (2010). *Kontribusi konformitas terhadap pencapaian identitas diri remaja*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan : Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Gramedia.

- Hurlock, E. B. (1994). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Juntika, S. (2014). *Landasan bimbingan dan konseling*. PT Remaja Rosdakarya.
- Keliat, B. . (2011). *Proses keperawatan kesehatan jiwa*. EGC.
- Kemdikbud. (2016). *Panduan operasional penyelenggaraan bimbingan dan konseling Sekolah Menengah Atas (POP BK SMA)*. Dirjen Kemendikbud.
- Latipun. (2001). *Psikologi konseling* (3rd ed.). UMM Press.
- Lumongga, & Hasnida. (2016). *Konseling kelompok*. Kencana.
- Marcia, J. . (1993). *Ego identity : A Handbook for psychosocial research*. Springer-Verlag.
- Mudana, N. Ok. (2014). *Penerapan konseling gestalt dengan teknik reframing untuk meningkatkan kesadaran diri dalam belajar siswa kelas VII A1 SMP Negeri 4 Singaraja*.
- Nurihsan, A. J. (2005). *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. PT Refika Aditama.
- Nursalim, M. (2013). *Strategi dan intervensi konseling*. Akademia Permata.
- Papalia, & Old. (2008). Psikologi perkembangan. In A. K. Anwar (Ed.), *Human Development*. Kencana Prenda Media Group.
- Ratna, I. (2013). *Teknik-teknik konseling*. Deepublish.
- Reza, & Aulia. (2013). Hubungan antara pembentukan identitas diri dengan perilaku konsumtif pembelian merchandise. *Character*, 1(3).
- Santrock, J. . (2007). *Perkembangan anak* (1st ed.). PT Erlangga.
- Soetijiningsih. (n.d.). *Tumbuh kembang remaja dan permasalahannya*. Sagung Seto.
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. CV Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Statistika untuk penelitian*. Alfabeta.

**LAMPIRAN****KUESIONER IDENTITAS DIRI *Extended Version of The Objective Measure of Ego Identity Status (EOM-EIS) 2 Revision***

Nama Siswa :  
 Jenis Kelamin : L/P  
 No Absen :  
 Kelas :

**PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER**

1. Bacalah baik-baik setiap pernyataan dan semua alternatif jawabannya.
2. Tidak ada jawaban benar atau salah. Semua jawaban dianggap baik dan benar.
3. Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan keadaan anda, dengan memberikan tanda ceklist ( ✓ ) pada kolom disebelah kanan sesuai dengan kenyataan yang sebenarnya, dengan pilihan:
  - a. Sangat setuju (SS)
  - b. Cukup Setuju (CS)
  - c. Setuju (S)
  - d. Tidak setuju (TS)
  - e. Cukup Tidak Setuju (CTS)
  - f. Sangat Tidak Setuju (STS)
4. Semua pernyataan mohon dijawab tanpa ada yang terlewatkan.
5. Semua pernyataan hanya ada satu jawaban.

No.	Pernyataan	SS	CS	S	TS	CTS	STS
1.	Saya tidak tertarik untuk menemukan jenis pekerjaan yang tepat bagi saya.						
2.	Saya tidak tertarik ketika ada yang membahas tentang agama.						
3.	Pandangan saya tentang peran pria dan wanita identik dari orangtua saya. Apa yang berhasil pada mereka jelasnya akan berhasil pada saya.						
4.	Saya tidak pernah memikirkan tujuan hidup saya.						
5.	Saya banyak bergaul agar dapat mengetahui kriteria teman yang baik.						
6.	Saya mengikuti suatu kegiatan hanya jika ada yang mengajak.						
7.	Saya tidak pernah berusaha untuk memiliki pacar.						
8.	Bagi saya penting untuk memahami isu politik yang sedang berkembang.						
9.	Saya mencari jenis pekerjaan yang mungkin sesuai untuk saya.						
10.	Saya merasa tidak penting memikirkan tentang agama.						
11.	Saya masih mencoba memahami tanggung jawab suami dan istri dalam pernikahan..						
12.	Saya masih mencari perspektif yang dapat diterima bagi sudut pandang gaya hidup						

	saya sendiri, tapi saya belum benar-benar menemukannya sama sekali.						
13.	Saya menentukan sendiri kriteria teman bagi saya.						
14.	Saya masih mencari kegiatan yang benar-benar bisa saya nikmati..						
15.	Berdasarkan pengalaman, kini saya telah menemukan gaya berpacaran yang sesuai bagi saya.						
16.	Saya kurang memikirkan masalah politik, karena bagi saya itu tidak penting.						
17.	Saya memikirkan banyak pilihan karir, tetapi orang tua tetap yang menentukan.						
18.	Saya meyakini adanya Tuhan YME.						
19.	Saya tidak pernah serius mempertimbangkan peran laki-laki dan perempuan dalam pernikahan. Itu tidak terlihat menjadi urusan saya.						
20.	Setelah mempertimbangkan berbagai hal, kini saya memiliki pandangan hidup yang ideal bagi saya.						
21.	Orang tua menentukan dengan siapa saya berteman.						
22.	Saya memilih kegiatan yang sesuai dengan minat saya.						
23.	Saya kurang memikirkan tentang pacaran.						
24.	Saya mengikuti pilihan partai politik orang tua.						
25.	Saya belum dapat memutuskan jenis pekerjaan yang saya akan pilih.						
26.	Masih banyak hal yang belum saya pahami tentang agama.						
27.	Pandangan saya tentang peran laki-laki dan perempuan datang dari orang tua dan keluarga saya. Saya belum melihat beberapa kebutuhan yang perlu dipersiapkan.						
28.	Pandangan saya terhadap gaya hidup diajarkan oleh orangtua saya dan saya tidak butuh bertanya kepada mereka.						
29.	Saya tidak berfikir untuk mencari sahabat saat ini.						
30.	Terkadang saya terlibat dalam kegiatan di waktu luang, tapi saya tidak benar-benar butuh mengikutinya secara rutin.						
31.	Saya belum menemukan kriteria pacar yang tepat.						

32.	Ada banyak partai politik, tapi saya belum memutuskan pilihan saya.						
33.	Saya telah memutuskan pilihan karir yang akan saya jalani.						
34.	Saya masih belum memahami arti agama dalam hidup saya.						
35.	Setelah saya menghabiskan waktu untuk memikirkan tentang peran laki-laki dan perempuan dalam pernikahan dan saya telah memutuskan apa yang akan berhasil menurut saya. Saya telah memiliki gambaran tentang keluarga yang ideal.						
36.	Dalam menemukan suatu pandangan yang dapat diterima untuk kehidupan itu sendiri, saya menemukan diri saya sendiri dengan berdiskusi bersama yang lain dan beberapa eksplorasi diri.						
37.	Saya hanya memilih teman yang orang tua saya setuju.						
38.	Saya selalu suka terlibat dalam kegiatan rekreasi yang orang tua saya suka dan saya belum mempertimbangkan yang lainnya dengan serius.						
39.	Saya hanya berpacaran dengan orang yang dipilih orang tua.						
40.	Saya sudah memikirkan keyakinan politik saya dan saya sudah punya pilihan.						
41.	Saya mengikuti pilihan karir yang telah direncanakan orang tua.						
42.	Saya meyakini agama yang saya anut.						
43.	Banyak cara untuk membagi tanggung jawab antara suami dan istri dalam keluarga, tapi saya belum mampu memutuskan yang tepat bagi saya.						
44.	Saya mempunyai pandangan hidup yang sama dengan orang tua.						
45.	Saya memutuskan sendiri siapa yang menjadi teman saya.						
46.	Saya telah mencoba berbagai kegiatan, saya telah menentukan kegiatan yang dapat membuat saya senang.						
47.	Saya masih mempertimbangkan untuk memiliki pacar.						
48.	Saya belum memiliki paham politik yang dapat saya jadikan pegangan						
49.	Saya sudah memutuskan jenis pekerjaan yang ingin saya jalani.						



50.	Saya melaksanakan ibadah yang sama dengan keluarga saya. Saya tidak pernah benar-benar mempertanyakannya.						
51.	Ada banyak cara bagi pasangan yang telah menikah untuk bisa membagi tanggung jawab keluarganya. Banyak cara yang telah saya pikirkan dan saya sekarang tentunya tahu.						
52.	Saya kira saya hanya menikmati hidup secara umum, dan saya tidak melihat diri saya hidup dengan sudut pandang tertentu.						
53.	Saya tidak punya beberapa teman dekat. Saya hanya suka berada dalam keramaian.						
54.	Saya mencoba berbagai kegiatan untuk menemukan hal yang benar-benar saya sukai.						
55.	Saya menentukan sendiri kriteria orang yang akan menjadi pacar saya						
56.	Saya tidak pernah tertarik untuk mempelajari politik.						
57.	Saya masih mencoba menemukan bakat saya untuk menentukan jenis pekerjaan yang cocok untukn saya.						
58.	Saya tidak pernah benar-benar mempertanyakan agama saya. Jika itu baik bagi orang tua saya pastinya juga baik bagi saya.						
59.	Opini-opini terhadap peran laki-laki dan perempuan terlihat sangat bervariasi dan saya tidak memikirkan banyak akan hal itu.						
60.	Setelah banyak berdiskusi kini saya telah menemukan pandangan hidup yang sesuai bagi saya.						
61.	Saya benar-benar tidak tahu jenis teman yang terbaik untuk saya, saya sedang mencoba menemukan apa makna pertemanan bagi saya.						
62.	Kegiatan waktu luang saya ditentukan oleh orang tua.						
63.	Saya hanya berkencan dengan orang-orang yang orang tua saya setuju.						
64.	Pandangan saya terhadap politik sama denga orang tua.						