

Self Concept Training to Improve Future Orientation Among College Student

**Wisnu Anendya Sekti; Chr. Hari Soetjningsih;
Adi Setiawan,**

Magister Sains Psikologi,
Universitas Kristen Satya Wacana - Salatiga
Email : wisnuanendya@gmail.com

Journal **PSIKODIMENSIA**

Volume 18, No. 2,

Juni - Desember 2019

ISSN cetak : 1411-6073

ISSN online : 2579-6321

DOI:10.24167/psidim.v18i2.2224

Abstract

This research aim is to examine the effect of self concept training on future orientation among college student in Faculty of Psychology Satya Wacana Christian University. This study is a quasi-experimental research by one-group pretest-posttest design. Participant on this research are 20 college student from Faculty of Psychology Satya Wacana Christian University, whose selected by accidental sampling. The participant will receive a treatment namely self concept training which build from multidimensional model of self concept according to Fitts (Pauldine, Warren, & Swails, 2017). Future Orientation Questionnaire (FOQ), an instrument developed by Seginer (2009) is used to measure future orientation on participant before and after treatment. We also used paired sample t test to test the hypothesis in this research. Result showed that t score is 5,711 ($t_{table} = 2,093$) and significance level is 0,000 ($p < 0,05$) which means that there is significantly difference of future orientation score on participant before and after treatment. Further research is needed to examine the effect of self concept training in diverse population.

Keywords: *future orientation; self concept training; college student*

PENDAHULUAN

Tidak dapat dipungkiri bahwa keputusan untuk melanjutkan pendidikan yang lebih tinggi didasari dari keinginan untuk mendapatkan kualitas hidup yang lebih baik. Namun pada kenyatannya, Badan Pusat Statistik melaporkan bahwa tingkat pengangguran terbuka lulusan universitas naik sebesar 1,13% pada tahun 2018. Hal tersebut berarti sebanyak 7 juta pengangguran, 630.000 diantaranya merupakan Sarjana (kompas.com, 2018). Akibatnya, banyak dari *fresh graduate* cenderung menerima pekerjaan tanpa mempertimbangkan bidang studinya ataupun bidang pekerjaan yang hendak dituju karena telah lama menganggur. Hal

ini menjadi salah satu penyebab kenapa *fresh graduate* cenderung berpindah-pindah pekerjaan. Survey yang dilakukan oleh CNN *Money* terhadap mahasiswa yang lulus sepanjang tahun 2011-2012 menghasilkan temuan bahwa 41% Sarjana memiliki pekerjaan yang berbeda dengan studi mereka di Universitas, sementara 11% lainnya merupakan pengangguran (Merdeka.com, 2013). Data tersebut menunjukkan bahwa lulusan Perguruan Tinggi masih banyak yang belum memiliki arahan karir dan bingung dengan pekerjaan yang diinginkan ketika sudah lulus.

Penulis melakukan wawancara terhadap 4 orang mahasiswa dan seorang alumni dari Fakultas Psikologi Universitas

Kristen Satya Wacana (UKSW) untuk memetakan fenomena orientasi masa depan. Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa banyak dari mahasiswa yang belum mengetahui yang akan dikerjakan setelah lulus kuliah. Begitu pun juga dengan alumni, hasil wawancara menunjukkan bahwa beberapa alumni memiliki pekerjaan yang tidak sesuai dengan bidang studi yang ditempuh semasa kuliah.

Gambaran mengenai masa depan individu yang terbentuk dari sikap dan asumsi melalui pengalaman individu disebut dengan orientasi masa depan. Orientasi masa depan merupakan kajian terkait bagaimana individu memandang dirinya dalam konteks masa depan, dan bagaimana gambaran dirinya tersebut membantu mengarahkan individu dalam melakukan perubahan-perubahan sistematis untuk mencapai apa yang diinginkan (Seginer, 2009). Menurut Seginer (2009) terdapat tiga komponen yang membantu individu untuk mempersiapkan diri di masa depan yakni (1) komponen motivasional yang terdiri dari nilai, harapan, dan kontrol; (2) representasi kognitif yang terdiri dari *content* dan *valance*; serta (3) komponen perilaku yang terdiri dari eksplorasi dan komitmen. Ketiga komponen ini saling berinteraksi untuk membentuk gambaran masa depan individu dalam bidang tertentu seperti pekerjaan, keluarga, maupun pendidikan. Terdapat beberapa cara yang bisa dilakukan untuk membantu individu dalam mengembangkan orientasi masa depannya. Salah satu faktor penting yaitu *Self* (*self understanding*, *self efficacy* dan *self concept*) merupakan faktor yang berhubungan erat dengan kemunculan orientasi masa depan (Nurmi, dalam Seginer, 2009); (Seginer, 2009); (Beal, 2011).

Terdapat keberagaman sudut pandang, para ilmuwan seringkali

mengalami kesulitan dalam mendefinisikan *self concept*. Sebagian pihak memahami *self concept* sebagai satu konstruk yang utuh (*unitary* atau *global dimension*) dan sebagian yang lain memahami *self concept* sebagai konstruk yang multidimensi. Fitts dan Warren (dalam Pauldine, Warren, & Swails, 2017) mendefinisikan *self concept* sebagai gambaran diri yang diketahui oleh individu yang sesuai dan bernilai dalam interaksinya dengan orang lain, seperti di sekolah dan di dalam komunitasnya. Melalui paradigma ini diketahui bahwa konsep diri tersusun dari interaksi antara persepsi dan evaluasi tentang diri sebagai objek (*self as object*) dan diri yang berpikir, mengamati, dan beraktivitas (*self as process*). Dari interaksi tersebut muncullah dimensi internal dan eksternal yang terdiri dari 8 aspek yaitu (1) *identity self*, (2) *behavioral self*, (3) *judging self*, (4) *physical self*, (5) *moral-ethical self*, (6) *personal self*, (7) *family self*, dan (8) *social self* (Fitts dalam Pauldine, Warren & Swails, 2017)

Beberapa hasil penelitian mengungkapkan pentingnya peran konsep diri terhadap orientasi masa depan. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Johnson, Blum, dan Cheng (2014); Aslamawati, Sobari, dan Utami (2012); Jackman dan MacPhee (2015). Temuan-temuan penelitian tersebut mengungkapkan bahwa dalam lingkup remaja dan dewasa awal, konsep diri berpengaruh secara signifikan terhadap orientasi masa depan. Sementara itu hasil penelitian lain menunjukkan bahwa pelatihan juga memiliki peran dalam meningkatkan orientasi masa depan. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Iskandar, Novianti, dan Siswanto (2014); Hidayati dkk. (2018); dan Maslihah, Mustofa, dan Nurendah (2016). Hanya saja sejauh penelusuran penulis, belum ditemukan penelitian yang menguji bentuk pelatihan konsep diri dalam meningkatkan

orientasi masa depan. Pada Tabel 1. ditampilkan isi ringkasan hasil-hasil temuan penelitian tentang konsep diri dan orientasi masa depan.

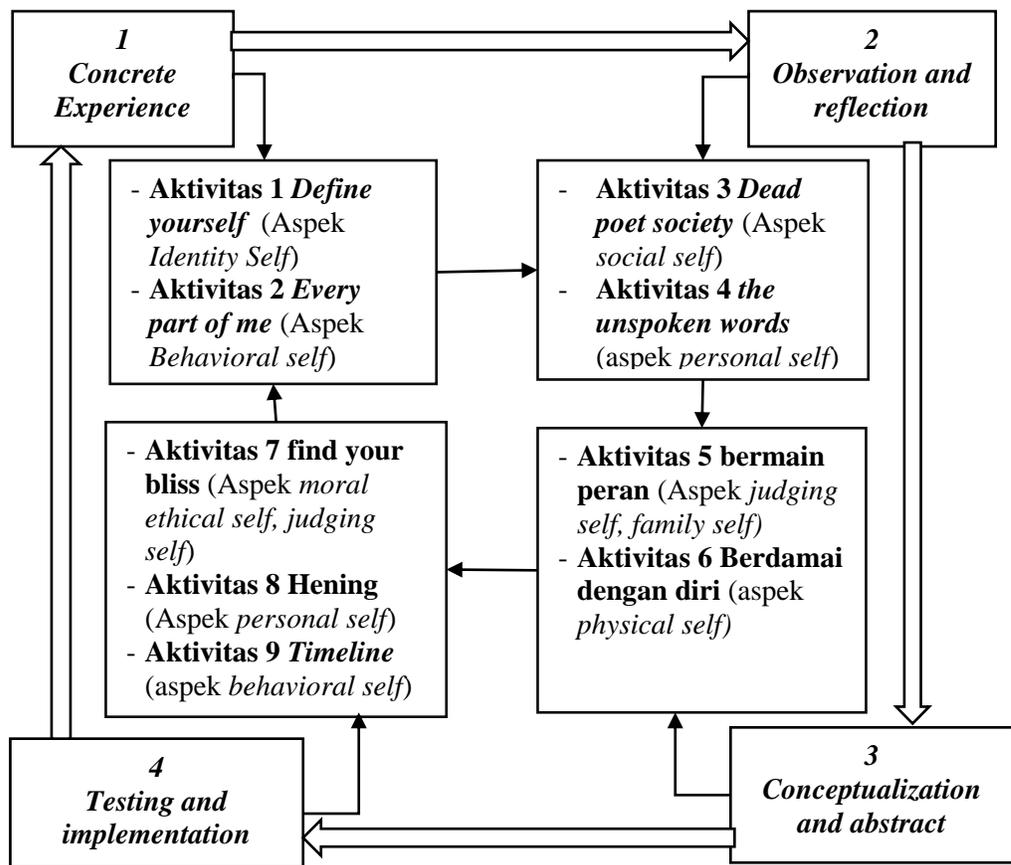
Pelatihan konsep diri pada penelitian ini adalah serangkaian pelatihan yang dirancang penulis sebagai salah satu model pengembangan diri yang bertujuan untuk meningkatkan orientasi masa depan. Pelatihan ini disusun berdasarkan tinjauan multidimensi konsep diri menurut Fitts (dalam Pauldine, Warren, & Swails, 2017) dengan mengacu pada model pembelajaran *experiential learning*. Kolb (2015) menjelaskan bahwa model *experiential learning* ialah sebuah proses dimana pengetahuan diperoleh atau dibentuk melalui transformasi dari sebuah pengalaman. Proses belajar melalui *experiential learning* lebih menekankan kepada proses belajar yang berkesinambungan melalui pengalaman peserta. Model ini lebih menekankan pada pentingnya proses dan bukan hasil, maka pembelajaran harus berfokus pada peserta (*student centered learning*) dan keaktifan siswa menjadi faktor yang sangat penting selama proses belajar. Empat prinsip

experiential learning antara lain yaitu (1) *Concrete experience*; (2) *observation and reflection*; (3) *formations of abstract concept and generalizations*; (4) *testing implementation* Kolb (2015). Gambar 1 memuat alur pelatihan konsep diri yang akan menjadi perlakuan bagi kelompok eksperimen.

Delapan aspek konsep diri menurut Fitts (dalam Pauldine, Warren, & Swails, 2017) kemudian diejawantahkan kedalam 9 aktivitas pelatihan konsep diri yang akan dilaksanakan dalam dua tahap. Kedua tahapan ini dimaksudkan agar peserta pelatihan memiliki waktu yang cukup saat menerapkan proses belajar *experiential learning*. Apabila pelaksanaan dilakukan dalam waktu yang singkat, penerapan *experiential learning* bisa menjadi tidak maksimal mengingat kemampuan kognitif dan afektif masing-masing peserta sangat beragam. Diharapkan melalui pelatihan konsep diri, orientasi masa depan mahasiswa dapat meningkat. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas program pelatihan konsep diri dalam meningkatkan orientasi masa depan pada mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW.

Tabel 1. Penelitian Konsep Diri dan Orientasi Masa Depan

Penulis	Judul Penelitian	Deskripsi
Johnson, Blum, dan Cheng (2014)	<i>Future Orientation: a construct with implications for adolescent health and well being</i>	Merupakan studi literatur yang bertujuan untuk mengintegrasikan seluruh konsep orientasi masa depan yang telah ada dan menyusun kerangka orientasi masa depan yang dapat digunakan untuk merancang program intervensi pada remaja. Hasil studi mendukung temuan bahwa banyak strategi preventif yang dilakukan dapat membantu remaja untuk menghindari konsekuensi yang tidak diinginkan.
Aslamawati, Sobari, dan Utami (2012)	Hubungan Konsep Diri Dengan Orientasi Masa Depan Bidang Pendidikan Pada Remaja Tuna Rungu di SLBB "Pancaran Kasih" Cirebon.	Partisipan penelitian ialah 12 siswa SLBB berusia 17-21 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara konsep diri dengan orientasi masa depan di bidang pekerjaan.
Iskandar, Novianti, Siswanto (2014).	<i>The Role of Achievement Motivation Training Model-Based on e-Learning to Clarify Future Education Orientation of Adolescent in Jatinagor</i>	Penelitian eksperimental dengan pendekatan <i>posttest design</i> . Peneliti memberikan pelatihan motivasi berprestasi pada remaja di Jatinagor. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasca pelatihan, partisipan merasa lebih termotivasi untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi, serta mampu menyusun strategi untuk mencapainya.
Jackman, dan MacPhee (2015)	<i>Self-Esteem and Future Orientation Predict Adolescents' Risk Engagement</i>	Penelitian longitudinal pada 862 partisipan berusia 12-14 tahun. Menghasilkan temuan bahwa self esteem dan orientasi masa depan memiliki korelasi positif, serta baik <i>healty self esteem</i> maupun orientasi masa depan dapat menjadi faktor pencegah <i>risk behavior</i> pada remaja.
Maslihah, Mustofa, dan Nurendah (2016).	Pengembangan Orientasi Masa Depan melalui <i>Basic Skills</i> dan <i>Vocational Training</i> pada Anak Didik.	Penelitian dilakukan pada 18 remaja yang menjalani pembinaan di LPAK. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan skor untuk data berpasangan setelah diberikan pelatihan <i>basic skills</i> dan <i>vocational training</i> .
Hidayati, Widiyanti, Sriati, Sutini, Rafiyah, Henawaty, dan Suryani (2018).	Pelatihan Perencanaan Diri Terhadap Orientasi Masa Depan Remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA).	Partisipan penelitian adalah 35 anak didik LPKA yang diberikan rangkaian pelatihan perencanaan diri. Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan tentang orientasi masa depan setelah diberikan pelatihan.



Gambar 1. Model Pelatihan Konsep Diri Dengan Pendekatan *Experiential Learning*

METODE

Penelitian ini menggunakan desain eksperimen-kuasi dengan model *one-group pretest-posttest design*. Pada *one-group pretest-posttest design* hanya terdapat satu kelompok sampel subjek yang diberikan perlakuan (Azwar, 2017). Partisipan dalam penelitian ini akan diminta mengikut *pretest* terlebih dahulu sebelum diberikan perlakuan berupa pelatihan konsep diri. Adanya skor *pretest* memungkinkan peneliti untuk membandingkan perubahan yang terjadi pada skor *posttest*.

Sementara itu, Partisipan pada penelitian ini ialah 20 mahasiswa Fakultas

Psikologi UKSW yang bersedia dan dipandang cocok sebagai sumber data penelitian karena memenuhi kriteria sampel penelitian. Jumlah sampel ini dianggap telah memenuhi syarat dilakukannya penelitian eksperimen. Sesuai yang disampaikan oleh Azwar (2017) bahwa untuk desain eksperimental sederhana yang menggunakan kendali variabel yang ketat, ukuran sampel sebesar $n = 10$ atau $n = 20$ sudah cukup baik. Tabel 2. Berikut ini adalah deskripsi partisipan penelitian.

Tabel 2. Gambaran Partisipan Penelitian

Jenis Kelamin	Angkatan			Jumlah	Presentase
	2014	2015	2016		
Laki-laki	3	-	1	4	20%
Perempuan	4	8	4	16	80%
Jumlah	7	8	5	20	100%
Presentase	35%	40%	25%	100%	

Kemudian untuk mengukur besarnya efektivitas pada pelatihan ini, penulis menggunakan skala *Future Orientation Questionnaires* (FOQ) yang dikembangkan oleh Seginer (2009) yang telah dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan penelitian. Skala FOQ dikembangkan oleh Seginer dari 3 komponen yaitu (1) motivasional; (2) representasi kognitif; dan (3) perilaku. FOQ berjumlah 38 aitem dan disusun dalam bentuk skala likert. Setelah dilakukan uji coba alat ukur diketahui skor reliabilitas adalah sebesar 0,890 dengan jumlah aitem yang layak digunakan sebanyak 28 aitem.

Dalam pengujian hipotesis penelitian, penulis menggunakan teknik *paired sample t-test* (Sugiyono, 2013). Uji beda dengan teknik *t-test* akan dilakukan pada kedua hasil tes orientasi masa depan yang dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil perhitungan *t-test* dapat menunjukkan ada tidaknya perbedaan sebelum dan sesudah pemberian pelatihan konsep diri.

Tabel. 3 Hasil Uji t Sampel Berpasangan Skor Orientasi Masa Depan Sebelum dan Sesudah Perlakuan

Kelompok Eksperimen	Rata-rata	Selisih Rata-rata	Simpangan Baku	T hitung	T tabel 5%	Sig. (2-tailed)
Sebelum	104,40	-11,950	10,149	5.266	2,093	0,000
Sesudah	116,35					

Selanjutnya pada Grafik 1 dapat dilihat bahwa secara umum partisipan penelitian mengalami peningkatan skor orientasi masa depan. Hanya terdapat satu

HASIL

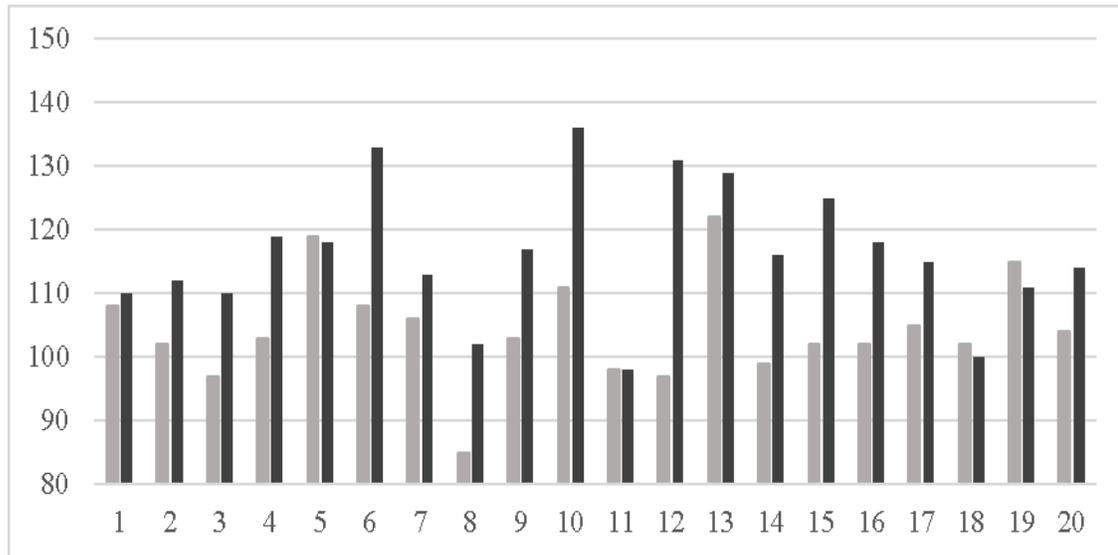
Analisis menggunakan *paired sample t test* menunjukkan rata-rata skor orientasi masa depan mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW sebelum diberikan perlakuan adalah 104,40 dan setelah diberikan perlakuan meningkat menjadi 116,35. Dari data statistik tersebut dapat dilihat bahwa skor *posttest* lebih tinggi daripada *pretes*.

Selanjutnya hasil analisis juga menunjukkan bahwa bahwa nilai *t* hitung adalah sebesar 5,266 (*t* Tabel = 2,093) dengan signifikansi (*2-tailed*) adalah sebesar 0,000 ($p < 0,001$). Dari hasil uji *paired sample t test* tersebut dapat dilihat bahwa nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat perbedaan signifikan pada orientasi masa depan mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW saat sebelum dan sesudah pelatihan (tabel 3).

orang partisipan yaitu partisipan 11 yang memiliki skor yang sama antara *pretest* dan *posttest*. Sementara itu terdapat 3 orang partisipan justru mengalami

penurunan skor setelah mengikuti pelatihan konsep diri yaitu partisipan 5, partisipan 18

dan partisipan 19.

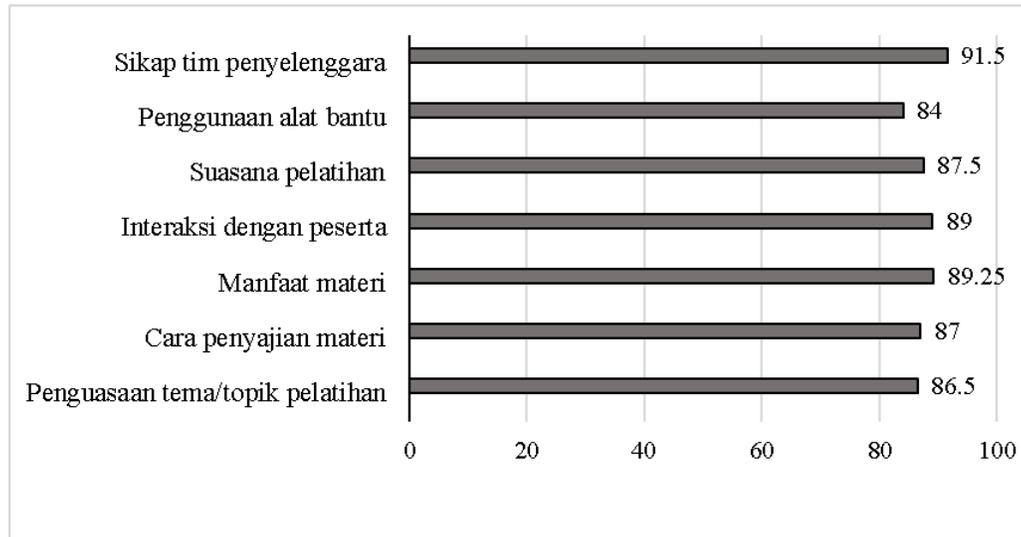


Grafik 1. Perubahan Skor *Pretest* dan *Posttest* Partisipan Penelitian
Keterangan : ■ skor *pretest*); ■ skor *posttest*)

Evaluasi Pelatihan

Dalam sebuah pelatihan, evaluasi perlu dilakukan untuk mengetahui kelebihan dan kekurangan selama pelaksanaan pelatihan dan juga akan membantu penulis beserta enumerator untuk mengetahui hambatan dan kekurangan selama proses pelaksanaan penelitian. Instrumen evaluasi pelatihan

dalam penelitian ini disusun oleh penulis berdasarkan empat tahap evaluasi Kirkpatrick (dalam Sopacua dan Budijanto, 2007) yaitu *reaction level*, *learning level*, *behavioral level*, dan *result level*. . Grafik 1 dan 2 berikut ini adalah gambaran hasil evaluasi pelaksanaan pelatihan konsep diri.



Grafik 2. Rata-rata Skor Evaluasi Pelaksanaan Pelatihan Konsep Diri

Grafik di atas menunjukkan bahwa secara umum rata-rata skor evaluasi pelatihan konsep diri berada dalam kategori cukup memuaskan dan sangat memuaskan. Hanya 1 komponen saat pelaksanaan pelatihan yang masuk dalam kategori cukup memuaskan yaitu penggunaan alat bantu dengan nilai rata-rata 84. Sementara itu sisanya 6 komponen yang lain masuk dalam kategori sangat memuaskan. Keenam komponen tersebut antara lain yaitu penguasaan tema/topik pelatihan dengan nilai rata-rata 86,5; cara penyajian materi dengan nilai rata-rata 87; manfaat materi dengan nilai rata-rata 89,25; interaksi peserta dengan nilai rata-rata 89; suasana saat pelatihan dengan nilai rata-rata 87,5; dan sikap tim penyelenggara dengan nilai rata-rata 91,5. Dari grafik tersebut dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan pelatihan konsep diri pada mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW cukup memuaskan.

DISKUSI

Penulis mengajukan beberapa dalil untuk menjelaskan penyebab terjadinya perbedaan skor pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah diberikannya perlakuan. Dalil yang pertama yaitu

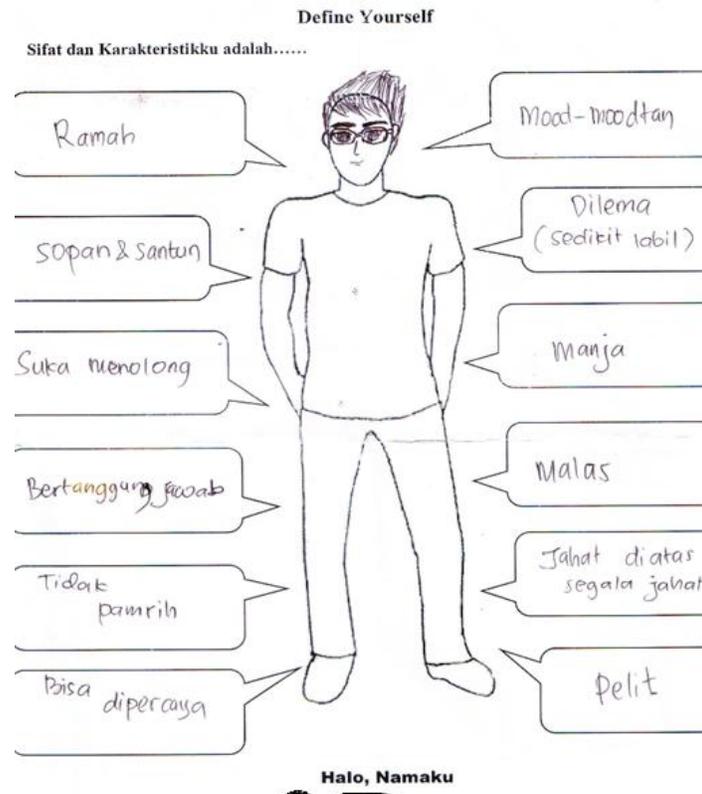
pelatihan konsep diri disusun dengan pendekatan *experiential learning* menurut Kolb (2015). Melalui *experiential learning*, partisipan penelitian tidak hanya menerima materi yang diajarkan tetapi juga terlibat secara aktif mengalami materi tersebut.

Pelatihan konsep diri dirancang sesuai dengan 4 langkah *experiential learning* menurut Kolb (2015) yaitu (1) *Concrete experience*; (2) *observation and reflection*; (3) *formations of abstract concept and generalizations*; (4) *testing implementation*. Keempat langkah tersebut oleh penulis kemudian dijawabantahkan ke dalam 9 aktivitas dimana masing-masing aktivitas disusun berdasarkan dimensi konsep diri menurut Fitts (1971). Pada saat partisipan mengikuti rangkaian pelatihan konsep diri, mereka akan melalui 4 langkah *experiential learning* terkait materi konsep diri. Pendekatan *experiential learning* dalam pelatihan konsep diri memfasilitasi peserta untuk mengalami secara langsung pembentukan konsep dirinya. Dengan *experiential learning* partisipan tidak hanya mengetahui konsep dirinya tetapi juga secara aktif terlibat dalam pembentukan dan rekonstruksi konsep diri yang baru. Pernyataan tersebut didukung oleh hasil

penelitian Baker dan Robinson (2016) yang mengungkapkan bahwa siswa yang terlibat dalam *experiential learning* memiliki skor kreativitas yang lebih tinggi dalam bidang spesifik yang dipelajari.

Dalil yang kedua adalah karena rangkaian pelatihan konsep diri disusun dari model multidimensional konsep diri yang dikembangkan oleh Fitts (1971). Sebuah model multidimensional tentunya memiliki level abstraksi yang lebih luas dan mencakup lebih banyak komponen. Sesuai dengan pernyataan Jarvis, Podsakoff dan MacKenzie (dalam Purwanto, 2014) bahwa konstruk multidimensional adalah konstruk yang dibentuk dari konstruk laten, yang didalamnya termasuk konstruk unidimensional dengan arah indikatornya dapat berbentuk reflektif maupun formatif. Sembilan aktivitas yang telah diterapkan dikembangkan dari 8 komponen konsep diri antara lain *identity self*, *behavioral self*, *judging self*, *physical self*, *moral ethical self*, *personal self*, *family self*, dan *social self*. Karena cakupan dimensi konsep diri yang lebih luas dan komponen yang lebih beragam, partisipan penelitian dapat memiliki gambaran yang komprehensif terhadap konsep dirinya. Gambaran yang utuh terhadap konsep diri inilah yang pada akhirnya membantu partisipan untuk mengembangkan orientasi masa depan.

Kemudian dalil berikutnya yaitu bentuk aktivitas yang dilakukan juga turut berperan dalam perbedaan skor *pretest* dan *posttest*. Dalam proses penyusunan modul, setiap komponen konsep diri akan dikemas dalam bentuk aktivitas sesuai dengan pengertian konsep dan operasional komponen tersebut. Misalnya agar partisipan mampu menggambarkan identitas dirinya (*identity self*) penulis memberikan perlakuan aktivitas 1 (*define yourself*) yang mengajak partisipan untuk mengisi lembar kerja yang berisi pertanyaan-pertanyaan tentang diri termasuk label-label dan simbol-simbol yang melekat pada dirinya yang disadari. Dengan lembar kerja tersebut partisipan dapat mendeskripsikan karakteristik dirinya dari apa yang mereka ketahui baik itu positif maupun negatif. Gambar 3. ialah contoh lembar kerja aktivitas 1 yang telah diisi oleh partisipan penelitian. Dari gambar tersebut terlihat salah seorang partisipan berusaha untuk mengisi lembar kerja secara jujur melalui pengalaman langsung serta pengamatan dan observasi terhadap dirinya sendiri. Setelah selesai mengisi partisipan akan mengungkapkan hasil kerjanya di dalam kelompok bersama dengan fasilitator, dan anggota kelompok yang lain. Keberanian untuk mengakui secara jujur dan menceritakan dalam kelompok akan membuat partisipan menerima keadaan diri seutuhnya.



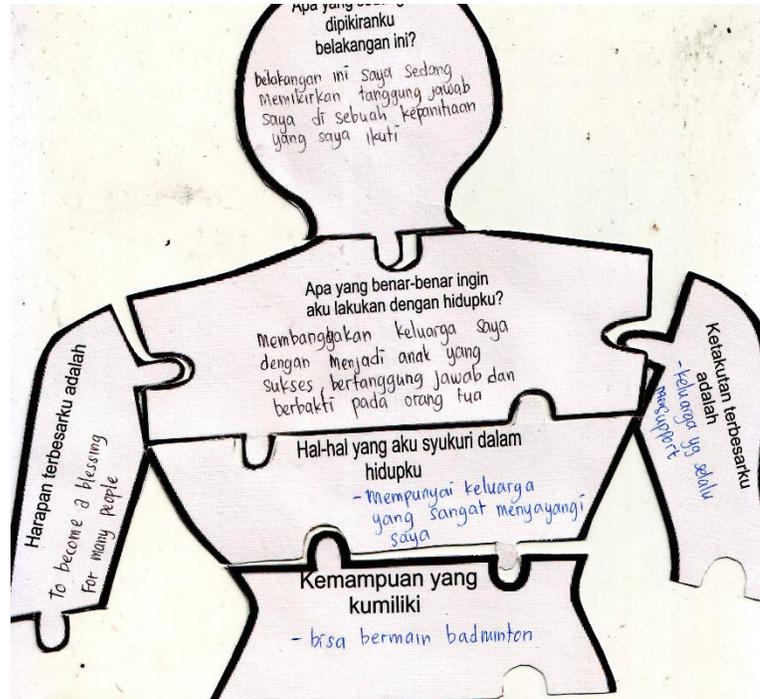
Gambar 3. Contoh Lembar Kerja *Define Yourself* Setelah Diisi Partisipan

Selanjutnya pada aktivitas ke 2 (every part of me), peserta diajak untuk menyadari segala tingkah lakunya yang muncul pada situasi tertentu (behavioral self). Tingkah laku individu termasuk diantaranya kebiasaan, pengambilan keputusan, dan hal-hal yang mendorongnya untuk memiliki sikap dan perilaku tertentu. Gambar 4. berikut ini adalah contoh lembar kerja aktivitas 2 yang sudah diisi oleh partisipan. Lembar kerja aktivitas 2 dikemas dalam bentuk *puzzle* bagian tubuh manusia. Masing-masing bagian tubuh berisi pertanyaan reflektif yang harus diisi oleh peserta. Setelah mengisi *puzzle* tersebut peserta akan menyusunnya satu persatu sambil bercerita di dalam kelompok. Selama proses bercerita di dalam kelompok, masing-masing partisipan akan mulai menyadari sikap dan perilakunya serta segenap karakteristik yang ada dalam dirinya. Fasilitator dan

anggota kelompok yang lain akan memberikan tanggapan dan menguatkan peserta selama aktivitas berlangsung.

Kedua aktivitas tersebut bertujuan untuk mengajak partisipan menyadari dan menerima gambaran diri yang sebenarnya yang selama ini disangkal atau tidak diinginkan. Rogers (dalam Feist & Feist, 2011) bahwa segala pengetahuan tentang diri dapat diakses, dicari dan dipahami hingga menuju kesadaran kita. Rogers juga menyampaikan salah satu cara untuk menyelaraskan antara diri sebenarnya dan diri ideal, individu dapat mengembangkan persepsi positif, dan mulai menerima diri yang sebenarnya, tidak terlalu mengkhawatirkan apa yang orang lain inginkan, dan meningkatkan pengalaman positif di dunia. Dengan mengikuti aktivitas 1 dan aktivitas 2, partisipan dapat melihat segenap kelebihan dan kelemahan dirinya, kemudian menyusunnya menjadi

satu bagian utuh dirinya melalui simbol puzzle bagian tubuh manusia.



Gambar 4. Contoh Lembar Kerja *Every Part Of Me* Setelah Diisi Oleh Partisipan

Sementara itu untuk aktivitas di tahap kedua, penulis dibantu oleh narasumber dan pemateri yang memiliki kapasitas untuk membawakan materi-materi yang telah ditentukan. Keberadaan narasumber dan pemateri memiliki peran penting mengingat latar belakang pemateri yang sudah berpengalaman dan narasumber sebagai pelaku utama dapat membuat pelaksanaan pelatihan konsep diri menjadi lebih efektif dan reliabel. Selain itu, adanya proses verifikasi oleh pemateri dan narasumber, akan memperdalam pemahaman partisipan yang telah diperoleh pada tahap sebelumnya. Hal ini juga akan membuat pengetahuan partisipan terkait dengan konsep dirinya akan lebih komprehensif sehingga membantu partisipan untuk mengimplementasikan

materi-materi yang sudah diterima (Lawson, 2015).

SIMPULAN

Penelitian eksperimen ini menguji Efektivitas pelatihan konsep diri dalam meningkatkan orientasi masa depan pada mahasiswa. Temuan dalam penelitian ini adalah pelatihan konsep diri terbukti efektif untuk meningkatkan orientasi masa depan mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW. Perlu dilakukan penelitian selanjutnya untuk menguji efektivitas pelatihan konsep diri pada sampel yang lebih beragam.

Terdapat beberapa saran yang diusulkan dalam penelitian ini. Bagi mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW saran yang diberikan ialah agar dapat terus mengembangkan konsep dirinya supaya

memiliki pemahaman yang menyeluruh tentang diri dan mengetahui orientasi diri di masa depan khususnya di bidang karir dan pekerjaan. Mahasiswa yang mengikuti pelatihan konsep diri dapat terus mengaplikasikan pengetahuan yang didapat dari pelatihan konsep diri melalui *role play* aktivitas-aktivitas yang telah diselenggarakan.

Selanjutnya bagi Fakultas Psikologi UKSW dapat mempertimbangkan pelatihan konsep diri untuk diselenggarakan secara rutin dalam periode waktu tertentu kepada mahasiswa khususnya mahasiswa yang akan mempersiapkan diri untuk mengikuti magang. Serta lebih memperhatikan lagi fenomena orientasi masa depan pada mahasiswa khususnya sebelum masa kelulusan sehingga mahasiswa tidak

mengalami kebingungan dalam menentukan langkah ke depan.

Kemudian bagi peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk menggunakan desain penelitian yang berbeda khususnya dengan menyertakan kelompok kontrol dalam penelitian eksperimen. Peneliti selanjutnya dapat mengembangkan desain pelatihan konsep diri yang lain yang lebih komprehensif, untuk meningkatkan orientasi masa depan dan diharapkan dapat lebih mencermati pengambilan sampel yang representatif dalam kelompok eksperimen, agar dimungkinkan untuk proses randomisasi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Secara khusus penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh enumerator, Fasilitator, komunitas Padma Salatiga dan Pusat Layanan Psikologi Fakultas Psikologi UKSW

DAFTAR PUSTAKA

- Aslamawati, Y., Sobari dan Utami, L. D. (2012). Hubungan Konsep Diri Dengan Orientasi Masa Depan Bidang Pendidikan Pada Remaja Tuna Rungu di SLBB “Pancaran Kasih” Cirebon. *Prosiding SnaPP : Sosial, Ekonomi, dan Humaniora*.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Edisi II. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baker, M. A. & Robinson, J. S. (2016). The Effect Of Kolb.s Experiential Learning Model on Successful Intelligence in Secondary Agriculture Student. 57, (3), doi : 10.5032/jae.2016.03129
- Beal, S. J. (2011). The Development of Future Orientation: Underpinnings and Related Constructs. *Dissertation*. Developmental Psychology Commons. University of Nebraska – Lincoln
- Feist, J., & Feist, J. G. (2010). *Teori Kepribadian*. Buku 2. Jakarta. Salemba Humanika
- Pauldine, M. R., Warren, J. A., & Swails, J. A. (2017). *Tennessee Self-Concept Scale*. *Encyclopedia of Personality and Individual Differences*, 1–3. doi:10.1007/978-3-319-28099-8_93-1
- Hidayati, N. O., Widiarti, E., Sriati, A., Sutini, T., Rafiyah, I., Hernawaty, T., & Suryani. (2018). Pelatihan Perencanaan Diri Terhadap Orientasi Masa Depan Remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA). *Jurnal MKK, Vol. 1, No. 2*.

- Iskandar, R. Y., Novianti, E. L., & Siswanto, Y.S. (2014). The Role of Achievement Motivation Training Model-Based one-Learning to Clarify Future Education Orientation of Adolescent in Jatnagor. *4th Annual International Conference on Education And e-Learning*.gset
- Jackman, D.M. & MacPhee, D. (2015). Self-Esteem and Future Orientation Predict Adolescent' Risk Engagement. *Journal of Early Adolescent* 1-28. doi: 10.1177/0272431615602756
- Johnson, S. R. L., Blum, R. W., & Cheng, T. L. (2014). *Future orientation: a construct with implications for adolescent health and wellbeing*. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 26(4). doi:10.1515/ijamh-2013-0333
- Kolb, D. A. (2015). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Upper Saddle River, NJ: Pearson Education.
- Kompas (2018). Masih Ada 7 Juta Pengangguran, Ini Kata Jokowi. Tautan pada : <https://nasional.kompas.com/read/2018/11/06/13175511/masih-ada-7-juta-pengangguran-ini-kata-jokowi>
- Lawson, K. (2015). *The Trainer's Handbook, Fourth Edition*. NJ: John Wiley & Son's Inc.
- Maslihah, S., Mustofa, M.A., & Nurendah, G. (2016). Pengembangan Orientasi Masa Depan Melalui Basic Skills dan Vocational Training pada anak didik. *Seminar Asean 2nd Psychology & Humanity. Psychology Forum UMM*, 19-20 Februari 2016.
- Merdeka.com (2013). 41 Persen Sarjana tak Bekerja Sesuai Bidangnya. Tautan pada: <https://www.merdeka.com/gaya/41-persen-sarjana-tak-bekerja-sesuai-bidangnya.html>
- Purwanto, B.M. (2014). Beberapa Isu Pengukuran Konstruk Dalam Riset Keperilakuan dan Organisasi. *Benefit Jurnal Manajemen dan Bisnis*. Vol. 18, No. 1. Hal 1-4.
- Seginer, R., (2009). *Future Orientation: Developmental and Ecological Perspectives*. New York: The Springer Series on Human Exceptionality.
- Sugiyono (2013). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Penerbit Alfabeta.