

SINEMA EDUKASI SEBAGAI STRATEGI UNTUK MEMBANGUN KONSEP DIRI REMAJA MASA KINI

Wikan Kurniawati^a, Wahyu Nanda Eka Saputra^b
Magister Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia
[2308056009@webmail.uad.ac.id^a, \[wahyu.saputra@bk.uad.ac.id^b\]\(mailto:wahyu.saputra@bk.uad.ac.id\)](mailto:2308056009@webmail.uad.ac.id)

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan strategi yang dapat dilakukan oleh seorang konselor untuk membangun konsep diri remaja melalui sinema edukasi. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain literature review, penelitian ini menganalisis sembilan artikel dari jurnal ilmiah bereputasi yang diperoleh melalui Google Scholar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sinema edukasi merupakan strategi yang efektif dalam membangun konsep diri remaja masa kini. Film, sebagai media yang digemari remaja, menjadi sarana ideal untuk menyampaikan pesan-pesan edukatif dan memfasilitasi proses refleksi diri. Pelaksanaan sinema edukasi melibatkan beberapa tahapan penting, mulai dari pembentukan rapport hingga uji coba komitmen. Pemilihan film yang tepat dan relevan dengan kehidupan remaja menjadi kunci keberhasilan strategi ini. Melalui sinema edukasi, remaja tidak hanya membangun konsep diri positif, tetapi juga mengembangkan keterampilan berpikir kritis, empati, dan pemecahan masalah. Penelitian ini menyimpulkan bahwa sinema edukasi menawarkan pendekatan inovatif dan efektif dalam membantu remaja membangun konsep diri yang positif di era modern.

Kata kunci: *Sinema edukasi, Konsep diri, Remaja masa kini*

1. Pendahuluan

Santrock mendefinisikan perkembangan manusia sebagai sebuah proses alami yang dapat diverifikasi secara ilmiah, melibatkan perubahan dan tahapan yang terjadi sepanjang hidup seseorang. Sejalan dengan pemikiran ini, Papalia dan rekan-rekannya menekankan bahwa perkembangan manusia bersifat sistematis, berlangsung secara teratur, bertahap, dan berkelanjutan (Mariyati & Rezania, 2021). Slavin memandang perkembangan sebagai suatu proses di mana individu bertumbuh, beradaptasi, dan berevolusi selama masa hidupnya, mencakup aspek-aspek fisik, kepribadian, sosioemosional, kognitif, dan linguistik. Sementara itu, Supena menekankan aspek biologis dari perkembangan, yang meliputi perubahan pada fisik, motorik, sistem saraf,

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
"Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif"
Sabtu, 27 Juli 2024

otak, dan hormon (Lestari, 2019). Dalam pandangan Santrock, seperti yang dipaparkan oleh (Hanafi, 2018), perkembangan manusia umumnya terbagi dalam beberapa periode atau tahapan. Tahapan-tahapan ini meliputi masa sebelum kelahiran, masa bayi, masa awal kanak-kanak, masa pertengahan kanak-kanak, dan masa remaja.

Masa remaja adalah masa peralihan atau masa transisi dari anak-anak menuju dewasa, yang menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) berada pada rentang usia 10-24 tahun (Diananda, 2019). Pada masa remaja inilah, seseorang mulai mencari jati diri dan terkadang memang disertai dengan sikap memberontak. Mereka juga mulai menemukan bahwa mereka unik dan masa ini merupakan masa penting dalam tahap pembentukan kepribadian (Suryana et al., 2022). Menurut Santrock dan Papalia, D.E & Fieldman menyatakan bahwa karakteristik remaja yang sedang berproses mencari identitas diri seringkali menimbulkan masalah pada diri remaja (Asri, 2020). Sejalan dengan pendapat yang disampaikan oleh Syamsu Yusuf bahwa remaja merupakan siswa yang sedang berada dalam proses perkembangan ke arah kematangan, dan dalam menjalani proses perkembangan ini tidak semua remaja dapat mencapainya secara mulus (Azmi, 2015).

Konsep diri merupakan salah satu elemen kunci yang dapat mempengaruhi perilaku kenakalan pada remaja. Diananda menjelaskan bahwa konsep diri mencakup persepsi dan keyakinan seseorang terhadap dirinya secara menyeluruh, termasuk kekuatan dan kelemahannya. Pandangan ini memiliki dampak signifikan terhadap keseluruhan perilaku yang ditunjukkan oleh individu.(Diananda, 2019). Berzonsky mengembangkan pemahaman ini lebih lanjut dengan mendefinisikan konsep diri sebagai suatu 'teori personal'. Teori ini meliputi seluruh konsep, asumsi, dan prinsip yang diyakini oleh seseorang tentang dirinya sendiri sepanjang perjalanan hidupnya. Rahmaningsih dan Martani menguraikan bahwa konsep diri terdiri dari tiga komponen utama. Pertama, pemahaman individu tentang dirinya saat ini. Kedua, harapan individu terhadap dirinya di masa depan. Ketiga, evaluasi diri yang dilakukan oleh individu, yang pada akhirnya menentukan tingkat harga dirinya. Ketiga aspek ini bersama-sama membentuk kerangka konsep diri yang kompleks dan dinamis.(Rahmaningsih & Martani, 2014).

Ybrandt menyoroti peran ganda konsep diri. Di satu sisi, konsep diri yang positif berfungsi sebagai pelindung dari perilaku bermasalah. Di sisi lain, konsep diri yang

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
"Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif"
Sabtu, 27 Juli 2024

negatif dapat menjadi indikator masalah internal seperti depresi, kecemasan, dan isolasi diri (Rahmaningsih & Martani, 2014). Penelitian Sahrudin mengungkapkan bahwa remaja dengan konsep diri rendah cenderung kesulitan mengelola diri dengan baik. Akibatnya, mereka lebih rentan terlibat dalam tindakan negatif seperti kenakalan remaja, perkelahian antar kelompok, dan tindak kekerasan (Sahrudin, 2016). Studi yang dilakukan Ranos dan rekan-rekannya di SMP Negeri 2 Lhokseumawe pada tahun 2024 memperkuat temuan ini. Mereka menemukan adanya korelasi signifikan antara konsep diri dan tingkat kenakalan remaja di kalangan siswa sekolah tersebut (Ranos et al., 2024). Lebih lanjut, penelitian Manalu dan Wibowo yang berfokus pada anak jalanan juga mengonfirmasi hubungan antara konsep diri dan kenakalan remaja. Studi mereka menghasilkan nilai korelasi sebesar $-0,572$ dengan tingkat signifikansi $0,000$, menunjukkan adanya hubungan yang kuat dan terbalik antara kedua variabel tersebut pada populasi anak jalanan. (Manalu & Wibowo, 2021).

Berdasarkan beberapa penelitian yang ada bahwa semakin negatif konsep diri yang dimiliki maka akan lahir pula perilaku negatif dari diri seorang remaja. Konsep diri bagi remaja berperan agar remaja dapat menyesuaikan dengan lingkungannya, agar mereka dapat diterima oleh lingkungannya (Syahraeni, 2019). Konsep diri merupakan pengendali bagi remaja dalam kehidupannya. Konsep diri merupakan inti dari kepribadian yang menentukan keberhasilan remaja dalam menghadapi permasalahan yang muncul dalam kehidupan remajanya (Munawaroh, 2012). Dalam fase remaja, seseorang masih belum menemukan konsep diri mereka yang sebenarnya dan masih berada dalam kebimbangan, namun seiring dengan berjalannya waktu dan pengalaman-pengalaman yang di alami oleh remaja maka dengan sendirinya remaja akan memiliki konsep diri yang tetap (Saputra & Yuzarion, 2020). Oleh karena itu, diperlukan sebuah strategi untuk membangun konsep diri pada remaja masa kini, yang salah satunya adalah melalui sinema edukasi.

Sinema edukasi dalam bimbingan dan konseling merupakan salah satu teknik yang digunakan untuk memberikan informasi dan bantuan kepada peserta didik atau konseli dengan memanfaatkan media audiovisual berbentuk tayangan video, film pendek, dan sejenisnya (Hidayatullah, 2022). Sinema edukasi merupakan sebuah metode terapi yang inovatif yang menggunakan media film dalam pembelajaran sehingga

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
“Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif”
Sabtu, 27 Juli 2024

memunculkan reaksi emosional, serta sebagai sarana untuk pengembangan ide baru yang dihasilkan melalui pemahaman individu yang dapat diterapkan dalam kehidupan nyata (Fauzi & Setyawati, 2021a). Media film yang berisi informasi yang diperoleh dari melihat dan mendengar akan lebih mudah masuk ke dalam ingatan dibandingkan hanya informasi yang didapat melalui penglihatan atau pendengaran saja (Khairunnisa et al., 2021). Hal ini diperjelas melalui pendapat dari Fischhoff & Stuart yang menyatakan bahwa film dapat mempengaruhi cara pandang dan mengubah sikap seseorang. Oleh karena efek dari sebuah film sangat kuat karena pengaruh sinergis musik, dialog, *lighting* (pencahayaan), sudut pengambilan gambar, dan *sound effect* (efek suara) memungkinkan film untuk melewati sensor pertahanan di dalam diri individu (Iryani & Suriatie, 2021b)

Beberapa penelitian yang telah dilakukan terdapat hasil bahwa metode sinema edukasi ini efektif terhadap peningkatan konsep diri positif siswa kelas XI SMA N Magelang. Penelitian ini menghasilkan informasi bahwa melalui metode sinema edukasi ini konseli dapat terbantu dalam menghadapi masalah yang berkaitan dengan motivasi, hubungan, depresi dan percaya diri, tetapi tidak termasuk gangguan kejiwaan yang akut (Wicaksono, 2018). Sinema edukasi dinilai lebih efektif karena siswa akan lebih mudah menangkap pesan-pesan yang disampaikan dalam sinema dibandingkan di kehidupan nyata. Sinema atau film juga mampu menjadi daya tarik untuk ditonton karena mudah dimengerti dan dipahami (Hidayah, 2014a). Oleh karena itu, artikel ini akan membahas mengenai sinema edukasi sebagai strategi untuk membangun konsep diri remaja masa kini.

2. Metode

1. Desain Penelitian

Tujuan khusus penelitian ini adalah untuk mendiskripsikan strategi yang dapat dilakukan oleh seorang konselor untuk membangun konsep diri siswa melalui sinema edukasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain *literature review* atau tinjauan pustaka yang sistematis untuk menjawab dari tujuan penelitian tersebut. *Literatur review* akan memungkinkan seorang peneliti untuk melakukan identifikasi atas suatu teori atau metode, mengembangkan suatu teori atau metode,

mengidentifikasi kesenjangan yang terjadi antara suatu teori dengan relevansi di lapangan atau terhadap suatu hasil penelitian (Cahyono, 2019).

2. Partisipasi

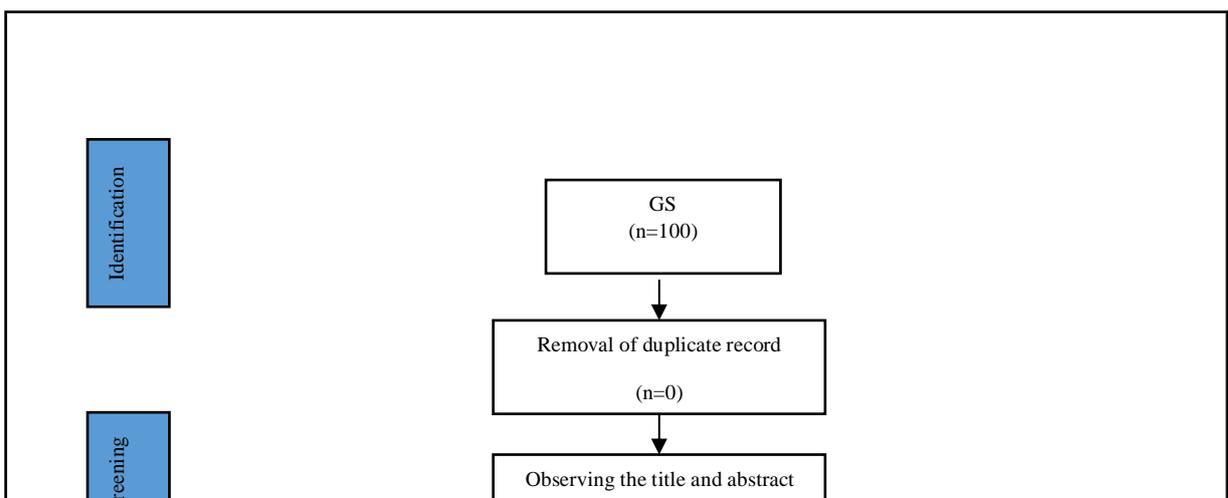
Kata kunci yang digunakan untuk menjawab tujuan penelitian ini adalah, sinema edukasi, konsep diri, dan remaja. Hasilnya diperoleh adalah 100 artikel dengan deskripsi seperti pada Tabel 1.

Tabel 1. Deskripsi identifikasi artikel pada jurnal akademik

No	Search Engine	Number of Articles
1	Google Scholar (GS)	100
	Total	100

Berdasarkan kriteri inklusif dan eksklusif, kami menggunakan 100 artikel yang sesuai dengan fokus tujuan penelitian. Penyusun menemukan delapan artikel setelah membaca dan mengidentifikasi artikel tersebut. Gambar 1 menjelaskan proses *review* artikel secara mendalam.

Gambar 1. Proses *review* artikel



3. Alat Pengumpulan Data

Kami menggunakan mesin pencari yang dapat mengidentifikasi artikel yang dapat digunakan untuk tujuan penelitian. Artikel dari jurnal bereputasi digunakan dalam penelitian ini. Untuk mendapatkan gambaran tujuan penelitian, kami menggunakan kata kunci yaitu, sinema edukasi, konsep diri, dan remaja masa kini. Mesin pencari yang digunakan antara lain Google Scholar (<https://scholar.google.com/>).

Artikel yang dipilih dalam penelitian ini menggunakan kriteria inklusif dan eksklusif. Kriteria inklusif untuk menjawab rumusan masalah adalah (1) fokus pada kerangka teori mengenai sinema edukasi, (2) memaparkan konsep diri pada remaja masa kini, (3) mendeskripsikan strategi sinema edukasi dapat membangun konsep diri, dan (4) artikel yang diterbitkan oleh jurnal ilmiah bereputasi. Kami melihat kesesuaian kriteria inklusif dengan metode PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analyses). Artikel yang memenuhi kriteria eksklusif adalah artikel yang tidak memenuhi kriteria inklusif dan tidak sesuai dengan tujuan penelitian.

4. Metode Pengumpulan Data

Tata cara pengumpulan data penelitian meliputi beberapa tahapan tertentu. Pertama, topik penelitian dan tujuan penelitian ditentukan dalam penelitian ini. Kedua, tentukan kata kunci dan pilih mesin pencari yang cocok untuk menjawab tujuan penelitian. Terakhir, menjawab tujuan penelitian dengan memilih artikel, mereduksi data sesuai kriteria inklusi, dan mensintesis isi artikel. Berdasarkan tahapan spesifik tersebut,

kita dapat menggambarkan sinema edukasi sebagai strategi untuk membangun konsep diri pada remaja masa kini.

5. Analisis Data

Ekstraksi data digunakan untuk memperoleh temuan tentang sinema edukasi sebagai strategi untuk membangun konsep diri remaja masa kini. Analisis data ini melibatkan sintesa hasil penafsiran setiap artikel yang masuk dalam kategori kriteria inklusi. Analisis dan interpretasi hasil penelitian menghasilkan temuan baru yang menggambarkan tentang sinema edukasi sebagai strategi untuk membangun konsep diri masa kini. Kami mengekstraksi data dari sembilan artikel untuk menjawab tujuan penelitian. Beberapa komponen yang kami identifikasi dan sajikan dalam tabel temuan penelitian antara lain sumber artikel, jenis penelitian, desain penelitian, alat pengumpulan data, partisipan, hasil, dan implikasi.

3. Hasil dan Pembahasan

Penyusun menemukan sembilan artikel untuk menjawab tujuan penelitian, yang menggambarkan sinema edukasi sebagai strategi untuk membangun konsep diri remaja masa kini. Penyajian ringkasan karakteristik artikel berdasarkan banyak komponen seperti sumber artikel, jenis penelitian, desain penelitian, alat pengumpulan data, partisipan, hasil, dan implikasi disajikan pada Tabel 2. Berikut artikel-artikel yang ditemukan berkaitan terhadap sinema edukasi sebagai strategi untuk membangun konsep diri remaja masa kini.

Tabel 2. Karakteristik artikel yang dianalisis

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
 “Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk
 Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif”
 Sabtu, 27 Juli 2024

Source	Type	Design	Instrument	N	Results	Implication	Code
(Iryani & Suriatie, 2021b)	ES	R&D	Q, I, & O	30	Keunggulan film dalam proses transfer informasi	Remaja masa kini lebih suka menonton film	SiEdu 1
(Hidayah, 2014b)	ES	QN	T	8	Film merupakan metode pengajaran yang signifikan	Film didesain membantu konseli memecahkan masalahnya	SiEdu 2
(Nabila & Ariyanto, 2022)	ES	R&D	Q	N/A	Manfaat menonton film	Sinema edukasi memberikan manfaat dalam kegiatan konseling	SiEdu 3
(Fauzi & Setyawati, 2021b)	NES	N/A	N/A	N/A	Tahapan pelaksanaan sinema edukai	Tahapan ini dapat digunakan untuk pelaksanaan sinema edukasi oleh konselor	SiEdu 4
(Irawan, 2013)	ES	MM	Q	10	Konsep diri remaja	Konsep diri memiliki hubungan dengan kenakalan remaja yang terjadi	KDiRe 1
(Kania Saraswati)	ES	QN	O	16 2	Konsep diri remaja	Konsep diri rentang	KDiRe 2

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
 “Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk
 Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif”
 Sabtu, 27 Juli 2024

Source	Type	Design	Instrument	N	Results	Implication	Code
a et al., (2016)						terganggu pada masa remaja	
(Rismaya nti, 2021)	ES	QL	I & Q	10	Film digemari oleh remaja masa kini	Remaja memberikan pesan kehidupan dan dilaksanakan dalam kehidupan nyata	KDiRe 3
(Solikhati & Lubis, 2021)	ES	QN	Q	60	Sebuah film dapat memberikan sebuah pandangan bagi seseorang	Film membantu individu untuk memahami masalah yang sebelumnya belum terpecahkan	SiMe Ko1
(Anwas, 2013)	NES	N/A	N/A	N/ A	Tahap <i>modelling</i> dalam sebuah sinema edukasi	Tahap <i>modelling</i> akan mempengaruhi cara berpikir dan bertindak seseorang setelah menonton film	SiMe Ko2

Penyusun telah mengumpulkan sembilan artikel di jurnal ilmiah bereputasi melalui mesin pencarian Google Scholar. Secara khusus, penyusun menemukan empat artikel tentang penerapan sinema edukasi yang dapat digunakan oleh seorang konselor

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
“Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif”
Sabtu, 27 Juli 2024

atau guru untuk membantu menyampaikan beberapa informasi kepada konseli atau siswa, seperti membangun konsep diri yang baik.

Mandison & Schmidt menyebutkan bahwa mendiskusikan suatu masalah dengan menggunakan salah satu karakter dalam film, kemungkinan akan meredakan ketegangan ketika membahas topik-topik pribadi yang lebih sensitif secara langsung. Melalui tayangan cuplikan film, siswa akan lebih mudah menangkap pesan-pesan yang disampaikan dalam sinema (SiEdu1). Karena remaja jaman sekarang lebih sering melakukan kegiatan yang bersifat visual di luar sekolah seperti menonton. Sebagai contoh, dalam sehari seorang remaja dan dewasa menghabiskan waktu lebih dari 3 jam hanya untuk menonton film, video youtube, dll (Iryani & Suriatie, 2021a).

Film yang dipilih pada sinema edukasi didesain untuk membantu konseli mengatasi masalahnya dan memiliki alur cerita yang setidaknya dapat dijadikan model ketika konseli menghadapi masalah (SiEdu2). Film menciptakan trend, memiliki pengaruh yang sangat besar dalam belajar, dan merupakan metode pengajaran yang signifikan. Menurut Arroio, selama pertunjukan film, isi ceritanya ditransmisikan dengan berbagai pengalaman seperti emosi, perasaan, sikap, tindakan, dan pengetahuan (Hidayah, 2014b).

Beberapa manfaat (SiEdu3) yang dapat dirasakan oleh seseorang berkaitan dengan sinema edukasi ini menurut Powell antara lain:

- a. Film dengan genre komedi dapat membuat penontonnya tertawa. Respon tertawa yang diberikan oleh seseorang yang sedang menonton film merupakan obat bagi tubuh karena mampu meningkatkan sistem kekebalan dan menurunkan tingkat stress.
- b. Respon menangis yang terjadi sebagai katarsis emosional dapat merangsang emosional yang terpendam, kemudian akan muncul perasaan lega dan menjadi lebih semangat untuk membuka perspektif baru.
- c. Mendapatkan harapan dan semangat, sehingga seseorang akan muncul sikap optimis dan yakin akan berani dalam mengubah situasi pada diri.
- d. Memperbaiki komunikasi karena film lebih akurat untuk mewakili perasaan dari pada kata-kata dari seseorang yang sulit untuk mengungkapkannya (Nabila & Ariyanto, 2022).

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
"Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif"
Sabtu, 27 Juli 2024

Dalam pelaksanaan sinema edukasi, ada beberapa tahap yang perlu diperhatikan agar tujuan dari sinema edukasi ini bisa tercapai dengan maksimal (SiEdu4). Menurut Handini, dkk, langkah-langkah pelaksanaan sinema edukasi ini antara lain (Fauzi & Setyawati, 2021a):

1. Pembentukan *rappor*. Tujuan dari pembentukan *rappor* ini agar membuat siswa atau konseli merasa nyaman mengikuti kegiatan bimbingan dan konseling yang menyertakan video edukasi.
2. *Assesment*, bertujuan mengidentifikasi dan merumuskan film yang berhubungan dengan masalah yang dialami.
3. *Preperation* (persiapan), bertujuan menyatakan tujuan serta memberi pemahaman dan motivasi tentang tema dalam film atau video.
4. Pemberian stimulan berbentuk film. Stimulan untuk video edukasi berbentuk film yang sesuai dengan permasalahan siswa atau aspek psikologis yang dikembangkan, dan usia siswa.
5. *Implementation* (pelaksanaan), bertujuan mengembangkan pengetahuan atau pemahaman klien tentang tema atau video.
6. *Selfreflection* (refleksi diri), bertujuan merefleksikan diri dari film atau video yang ditonton. Refleksi merupakan proses menelaah secara kritis tokoh-tokoh dan peristiwa yang terjadi di dalam video tersebut. Refleksi dan diskusi sangat penting karena merupakan proses penumbuhan kesadaran akan aspek psikologis yang dikembangkan.
7. Pengembangan komitmen. Langkah pengembangan komitmen dipandu dengan pertanyaan yang terkait dengan pemahaman isi video, pertanyaan kritis atau refleksi yang berkaitan dengan penempatan diri pada posisi tokoh, dan bukan pertanyaan dengan jawaban salah dan benar tetapi jawaban yang dapat membuat siswa mengungkapkan jati diri.
8. Uji coba komitmen. Bila kegiatan dilakukan dalam kelompok, setiap siswa perlu diberikan kesempatan untuk mengemukakan jawaban atau pendapat.

Secara khusus, penyusun juga menemukan lima artikel tentang informasi yang berisi konsep diri remaja yang dapat menjadi salah satu hal penting yang perlu diperhatikan dan dibangun melalui edukasi sinema yang telah dijelaskan sebelumnya.

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
"Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif"
Sabtu, 27 Juli 2024

Menurut Carl Rogers konsep diri adalah suatu konfigurasi dari persepsi-persepsi terorganisasikan mengenai diri yang dapat masuk dalam kesadaran. Rogers memandang bahwa konsep diri merupakan penentu dalam melakukan respons terhadap lingkungan. Sehingga konsep diri menunjuk pada cara seseorang untuk memandang dan merasakan dirinya. Cawagas juga mengemukakan bahwa konsep diri mencakup seluruh pandangan individu akan dimensi fisiknya, karakteristik pribadinya, motivasinya, kelemahan-kelemahannya, kegagalankegagalannya, dan lain sebagainya (Irawan, 2013).

Jelas bahwa antara diri dan konsep diri adalah dua hal yang "berbeda", tetapi berkaitan. Ibarat tubuh, konsep diri adalah jantungnya. Jika jantungnya sehat, maka sehat pulalah tubuh. Dan apabila jantungnya sakit, maka sakit pulalah tubuh. Tubuh tidak bisa hidup tanpa jantung. Demikian pula diri tidak berarti apa-apa tanpa konsep diri (yang positif). Baik atau buruknya diri ditentukan oleh konsep diri. Konsep dirilah yang memberi makna apakah diri itu cantik atau jelek, baik atau buruk, cerdas atau bodoh, kuat atau lemah, sukses atau gagal, dan sebagainya (KDiRe1).

Konsep diri rentan terganggu pada usia remaja. Konsep diri bukanlah merupakan faktor hereditas, melainkan faktor yang dipelajari dan terbentuk melalui pengalaman dan hubungan individu dengan orang lain (KDiRe2). Pada tahap remaja, seseorang akan mengalami beberapa perubahan seperti krisis identitas dan selalu memperhatikan penampilan yang terjadi di dalam tubuhnya (Kania Saraswatia et al., 2016).

Membangun konsep diri untuk remaja masa kini dapat dilakukan melalui strategi pemberian sinema edukasi. Film merupakan media yang digemari remaja. Riset IDN Times menunjukkan bahwa 34,1 persen penonton film Indonesia adalah remaja berusia 10-19 tahun (Rismayanti, 2021). Film menjadi sarana memperoleh gambaran kehidupan melalui pesan-pesan yang diberikan di setiap adegan film. Pada sisi tokoh, film memberikan pesan melalui kepribadian, gaya hidup, hingga identitas seseorang yang digambarkan dalam film, kemudian dianggap nyata dan menjadi contoh bagi kehidupan nyata dan konsep diri remaja (KDiRe3).

Ketika menonton film, individu merasa mengalami sendiri hal yang dirasakan oleh tokoh-tokoh dalam cerita. Melalui simbol-simbol yang biasanya ada dalam film, alam bawah sadar lalu mencoba berkomunikasi dengan diri seseorang. Meskipun film sebenarnya tidak memecahkan masalah yang ada, tapi di sisi lain film membantu individu

untuk memahami masalah yang sebelumnya belum terpecahkan yang mungkin selama ini mempengaruhi cara pandang dalam hidup (SiMeKo1).

Memahami alur cerita dan karakter tokoh dalam sebuah film, menimbulkan proses kerja pada diri seseorang. Seseorang dapat belajar mengenali karakter dalam film mengambil pelajaran darinya, mempelajari hubungan dan perilaku karakter, dan mengenalkan apa yang dapat individu lakukan berdasarkan tindakan karakter dalam film (Putriani & Handayani, 2023).

Melalui menonton film, terjadi suatu proses yang dinamakan modeling, modeling merupakan suatu proses belajar dengan cara mengamati orang lain, sering dikenal sebagai teknik terapeutik yang digunakan untuk memengaruhi orang lain. Perilaku modeling ini dilakukan individu melalui pengamatan terhadap perilaku yang ditunjukkan objek yang lain selain dirinya. Dari pengamatan tersebut individu akan memperoleh pengetahuan baru mengenai suatu perilaku yang diamatinya dan individu akan mencoba untuk mengembangkan perilaku tersebut (SiMeKo2).

Terdapat dua poin penting dalam pemilihan film yang digunakan, yakni memilih film yang tepat dan sesuai dengan pedoman terapi film. Solomon mengatakan bahwa ide dalam pemilihan film adalah memilih film yang mencerminkan masalah konseli saat ini sehingga terapi film dapat menjadi upaya dalam meningkatkan harga diri (Solikhatin & Lubis, 2021). Pemilihan film mengenai konsep diri remaja masa kini tentunya menjadi salah satu strategi dalam membangun konsep diri remaja melalui sinema edukasi (Aji & Saputra, 2023).

4. Kesimpulan

Sinema edukasi telah terbukti menjadi strategi yang efektif dalam membangun konsep diri remaja masa kini. Konsep diri, yang merupakan pandangan seseorang terhadap dirinya sendiri, sangat penting bagi perkembangan remaja namun juga rentan terganggu pada fase ini. Melalui sinema edukasi, remaja dapat belajar dan merefleksikan diri mereka dengan cara yang menarik dan relevan dengan kehidupan mereka.

Film, sebagai media yang digemari oleh remaja, menjadi sarana yang ideal untuk menyampaikan pesan-pesan edukatif. Ketika menonton film, remaja tidak hanya terhibur tetapi juga dapat mengalami proses pembelajaran melalui pengamatan karakter dan alur

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
"Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif"
Sabtu, 27 Juli 2024

cerita. Proses ini, yang dikenal sebagai modeling, memungkinkan remaja untuk memperoleh pemahaman baru tentang diri mereka dan masalah yang mereka hadapi.

Pelaksanaan sinema edukasi melibatkan beberapa tahapan penting. Dimulai dari pembentukan rapport untuk menciptakan kenyamanan, dilanjutkan dengan asesmen untuk mengidentifikasi film yang sesuai, persiapan dan pemutaran film, implementasi pembelajaran, refleksi diri, pengembangan komitmen, hingga uji coba komitmen. Setiap tahapan ini dirancang untuk memaksimalkan dampak positif dari penggunaan film sebagai media pembelajaran.

Pemilihan film yang tepat menjadi kunci keberhasilan strategi ini. Film yang dipilih harus mencerminkan masalah atau situasi yang relevan dengan kehidupan remaja, sehingga dapat memfasilitasi proses refleksi dan pembelajaran yang bermakna. Melalui karakter dan cerita dalam film, remaja dapat mengidentifikasi diri, belajar dari pengalaman tokoh, dan memperoleh wawasan baru tentang cara mengatasi tantangan dalam kehidupan mereka.

Dengan menggunakan sinema edukasi, remaja tidak hanya membangun konsep diri yang positif, tetapi juga mengembangkan keterampilan berpikir kritis, empati, dan pemecahan masalah. Strategi ini memungkinkan remaja untuk melihat diri mereka dan dunia sekitar dari perspektif yang berbeda, mendorong pertumbuhan pribadi dan pemahaman yang lebih dalam tentang diri mereka sendiri dan orang lain.

Kesimpulannya, sinema edukasi menawarkan pendekatan yang inovatif dan efektif dalam membantu remaja membangun konsep diri yang positif. Dengan menggabungkan daya tarik film dengan proses pembelajaran yang terstruktur, strategi ini menjadi alat yang berharga bagi pendidik, konselor, dan orang tua dalam mendukung perkembangan remaja di era modern ini.

Daftar Pustaka

Aji, K. A., & Saputra, W. N. E. (2023). Pendekatan konseling teknik rational emotive behavioral therapy (REBT) untuk mengatasi perilaku self injury pada siswa.

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
"Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif"
Sabtu, 27 Juli 2024

dalam *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan* (Vol 3, pp. 460-466).

- Anwas, O. M. (2013). FILM PENDIDIKAN: KARYA SENI, REPRESENTASI, DAN REALITAS SOSIAL DALAM MEMBANGUN KARAKTER BANGSA. *Jurnal Teknodik*, 185–198. <https://doi.org/10.32550/teknodik.v0i0.20>
- Asri, D. N. (2020). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Terbentuknya Konsep Diri Remaja (Studi Kualitatif pada Siswa SMPN 6 Kota Madiun). *Jurnal Konseling Gusjigang*, 6(1).
- Azmi, N. (2015). *POTENSI EMOSI REMAJA DAN PENGEMBANGANNYA*. 2(1).
- Cahyono, E. A. (2019). *LITERATUR REVIEW; PANDUAN PENULISAN DAN PENYUSUNAN*.
- Diananda, A. (2019). PSIKOLOGI REMAJA DAN PERMASALAHANNYA. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>
- Fauzi, I., & Setyawati, S. P. (2021a). *SINEMA EDUKASI UNTUK MEMPERKUAT PERILAKUSOPAN SANTUN SISWA*.
- Fauzi, I., & Setyawati, S. P. (2021b). Sinema Edukasi Untuk Memperkuat Perilaku sopan Santun Siswa. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 1, 248–251.
- Hanafi, I. (2018). Perkembangan Manusia Dalam Tinjauan Psikologi dan Al-Qur'an. *IQ (Ilmu Al-qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*, 1(01), 84–99. <https://doi.org/10.37542/iq.v1i01.7>
- Hidayah, N. (2014a). *Keefektifan Teknik Sinema Edukasi untuk Meningkatkan Sikap Asertif Siswa MTs Negeri Malang I. Volumen 21 Nomor 2*, 165–172.
- Hidayah, N. (2014b). *Keefektifan Teknik Sinema Edukasi untuk Meningkatkan Sikap Asertif Siswa MTs Negeri Malang I*.
- Hidayatullah, H. T. (2022). Strategi Pendidikan Karakter pada Siswa SMA melalui Revitalisasi Nilai-Nilai Serat Wulangreh sebagai Media Sinema Edukasi pada Layanan Bimbingan Kelompok Berbasis Kearifan Lokal. *Jurnal Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)*, 6(1), 23–29. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v6n1.p23-29>
- Irawan, E. (2013). Efektivitas Teknik Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Konsep Diri Remaja (Studi Pre-Eksperimen Pada Siswa Kelas X SMK Yapema Gadingrejo Lampung). *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 44. <https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v2i1.2459>
- Iryani, I., & Suriatie, M. (2021a). *Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sinema Edukasi Untuk Meningkatkan Kesadaran Multikultural Siswa Kelas XI Di SMA Isen Mulang Palangka Raya*.

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling

“Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif”

Sabtu, 27 Juli 2024

- Iryani, I., & Suriatie, M. (2021b). *Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sinema Edukasi Untuk Meningkatkan Kesadaran Multikultural Siswa Kelas XI Di SMA Isen Mulang Palangka Raya*.
- Kania Saraswata, G., Zulpahiyana, Z., & Arifah, S. (2016). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri Remaja di SMPN 13 Yogyakarta. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 3(1), 33. [https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3\(1\).33-38](https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3(1).33-38)
- Khairunnisa, K., Nurmaya, A., & Purnamasari, S. S. (2021). Efektivitas layanan bimbingan kelompok melalui sinema edukasi untuk menurunkan perilaku bullying peserta didik. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(2), 218–224. <https://doi.org/10.26539/teraputik.52720>
- Lestari, I. (2019). *KONSEP DASAR PERKEMBANGAN MANUSIA*.
- Manalu, H. A., & Wibowo, D. H. (2021). Konsep Diri Dan Kenakalan Remaja Pada Anak Jalanan. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 15(2), 125–134. <https://doi.org/10.33557/jpsyche.v15i2.1554>
- Mariyati, L. I., & Rezania, V. (2021). *BUKU AJAR PSIKOLOGI PERKEMBANGAN MANUSIA I*.
- Munawaroh, F. (2012). Konsep Diri, Intensitas Komunikasi Orang Tua-Anak, dan Kecenderungan Perilaku Seks Pranikah. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 1(2). <https://doi.org/10.30996/persona.v1i2.35>
- Nabila, D., & Ariyanto, R. D. (2022). Sinema Edukasi: Sebuah Gagasan Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa SMA Melalui Tayangan Film. *Prosiding SEMDIKJAR (Seminar Nasional Pendidikan Dan Pembelajaran)*, 5, 751–761.
- Putriani, W., & Handayani, A. (2023). *EFEKTIFITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN MEDIA CYNEMA THERAPHY UNTUK MENINGKATKAN SELF EFFICACY SISWA*.
- Rahmaningsih, N. D., & Martani, W. (2014). Dinamika Konsep Diri pada Remaja Perempuan Pembaca Teenlit. *Jurnal Psikologi*, 41(2), 179. <https://doi.org/10.22146/jpsi.6948>
- Ranos, E., Yahya, M., & Muammar, M. (2024). *HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN KENAKALAN REMAJA PADA SISWA DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA*. 6.
- Rismayanti, R. (2021). Pembentukan Konsep Diri Remaja Penonton Film Dilan 1990 di Yogyakarta. *Jurnal ILMU KOMUNIKASI*, 18(1), Article 1. <https://doi.org/10.24002/jik.v18i1.4036>
- Sahrudin, S. (2016). PERAN KONSEP DIRI, RELIGIUSITAS, DAN POLA ASUH ISLAMI TERHADAP KECENDERUNGAN PERILAKU NAKAL REMAJA DI SMA KOTA CIREBON. *Misykah, Vol. 1 No. 2*.

PROSIDING

Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling
"Transformasi Digital Dalam Bimbingan dan Konseling: Memaksimalkan Teknologi Untuk
Dukungan Psikologis Yang Lebih Efektif"
Sabtu, 27 Juli 2024

- Saputra, A. & Yuzarion. (2020). Pembentukan Konsep Diri Remaja Melalui Penanaman Nilai-Nilai Keislaman. *Jurnal Al-Hikmah*, 18(2), 151–156. <https://doi.org/10.35719/alhikmah.v18i2.31>
- Solikhatin, N. H., & Lubis, H. (2021). Efektivitas Terapi Film Dalam Meningkatkan Harga Diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 535. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6498>
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). PERKEMBANGAN REMAJA AWAL, MENENGAH DAN IMPLIKASINYA TERHADAP PENDIDIKAN. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3). <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494>
- Syakraeni, A. (2019). *PEMBENTUKAN KONSEP DIRI REMAJA*. 6.
- Wicaksono, G. (2018). *EFEKTIVITAS METODE CINEMATHERAPY TERHADAP PENINGKATAN KONSEP DIRI POSITIF SISWA SMA*.