

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Dalam bab ini, peneliti akan menjelaskan teori yang digunakan dalam penelitian. Teori yang akan dijelaskan adalah teori mengenai konsep diri yang meliputi: (a) pengertian konsep diri, dimensi-dimensi dalam konsep diri, pembentukan dan perkembangan konsep diri, pentingnya konsep diri, dan jenis-jenis konsep diri, (b) layanan konseling kelompok, tujuan konseling kelompok, komponen dalam layanan konseling kelompok, dan tahap-tahap konseling kelompok, dan (c) keterkaitan penggunaan layanan konseling kelompok dalam meningkatkan konsep diri siswa.

A. Konsep Diri

Setiap individu pasti mempunyai penilaian terhadap dirinya sendiri yang disebut dengan konsep diri. Konsep diri dapat di definisikan secara umum sebagai keyakinan, pandangan, atau penilaian seseorang terhadap dirinya.

1. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri adalah cara pandang serta menyeluruh tentang dirinya, yang meliputi kemampuan yang dimiliki, perasaan yang dialami, kondisi fisik dirinya maupun lingkungan terdekatnya. Konsep diri bukan hanya gambaran deskripsi, tetapi juga

penilaian kita. Sehingga konsep diri dalam istilah umum mengarah pada persepsi individu mengenai dirinya sendiri.

Pai (dalam Djaali, 2008: 23-25) mengemukakan yang dimaksud dengan konsep diri:

konsep diri adalah pandangan seseorang tentang dirinya sendiri yang menyangkut apa yang ia ketahui dan rasakan tentang perilakunya, isi pikiran dan perasaannya serta bagaimana perilakunya tersebut berpengaruh terhadap orang lain.

Jadi, konsep diri merupakan cara pandang individu terhadap dirinya sendiri. Pandangan tersebut berkaitan dengan apa yang diketahui, rasakan tentang perilakunya. Selain itu, konsep diri juga berkaitan dengan bagaimana perilaku individu tersebut berpengaruh terhadap orang lain.

Sedangkan Rogers (dalam Thalib, 2012:121) menyatakan bahwa konsep diri adalah konsep kepribadian yang paling utama, berisi ide-ide, persepsi, dan nilai-nilai yang mencakup tentang kesadaran dirinya.

Konsep diri yang dimaksud adalah kepribadian yang paling utama dan paling penting, dimana konsep diri tersebut terdiri dari ide persepsi, nilai, aturan yang mencakup atau berhubungan dengan diri sendiri. Artinya pandangan tersebut dapat berupa pandangan yang berkaitan dengan lingkungan sekitar atau orang lain dan pandangan diri sendiri.

Greenwald (dalam Thalib, 2012:121) menjelaskan bahwa konsep diri merupakan suatu organisasi dinamis yang didefinisikan sebagai skema kognitif tentang diri sendiri yang mencakup sifat-sifat, nilai-nilai, peristiwa-peristiwa, serta kontrol terhadap pengolahan informasi diri yang relevan.

Fits (dalam Agustiani, 2006: 139), mengatakan bahwa konsep diri berpengaruh kuat terhadap tingkah laku seseorang. Dengan mengetahui konsep diri seseorang, kita akan lebih mudah meramalkan dan memahami tingkah laku orang tersebut.

Pada umumnya tingkah laku individu berkaitan dengan gagasan-gagasan tentang dirinya sendiri. Jika seseorang mempersepsikan dirinya sebagai orang yang inferior dibandingkan dengan orang lain, walaupun hal ini belum tentu benar, biasanya tingkah laku yang ia tampilkan akan berhubungan dengan kekurangan yang dipersepsikan oleh dirinya sendiri..

Dari berbagai pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan pandangan diri, penilaian diri, gambaran diri, pengalaman diri dari individu tentang nilai, aturan, persepsi dari berbagai hal mengenai dirinya sejak kecil, terutama berkaitan dengan perlakuan orang lain terhadapnya, bagaimana individu memahami diri sendiri dan orang lain, bagaimana mengungkapkan perasaan, ide dan pendapat. Oleh karena itu konsep diri sangat penting dalam mengenal dan menilai diri individu sendiri, mengenal kelebihan dan kekurangan, karakter dan sikap individu dalam kehidupan sehari-hari. Pandangan dan persepsi tersebut dapat bersifat psikologis, sosial, dan psikis. Konsep diri juga berisi tentang bagaimana perilaku dan pemikirannya berpengaruh terhadap orang lain.

2. Dimensi-dimensi dalam Konsep Diri

Fits (dalam Agustiani, 2006: 139-142) konsep diri terbagi dalam dua dimensi pokok ialah sebagai berikut:

a. Dimensi Internal

Dimensi internal disebut juga sebagai kerangka acuan internal, yang merupakan penilaian yang dilakukan individu yakni terhadap dirinya sendiri berdasarkan dunia di dalam dirinya.

Dimensi internal terdiri dari 3 bentuk, yaitu:

1) Identitas Diri

Merupakan bagian yang mendasar pada konsep diri dan mengacu pada pertanyaan, "siapakah saya?". Dalam pertanyaan tersebut tercakup label-

label dan symbol-simbol yang diberikan pada diri oleh individu yang bersangkutan untuk menggambarkan dirinya dan membangun identitasnya.

Kemudian dengan bertambahnya usia dan interaksi dengan lingkungannya, pengetahuan individu tentang dirinya juga bertambah, sehingga ia dapat melengkapi keterangan tentang dirinya dengan hal-hal yang lebih kompleks.

2) Diri Pelaku

Diri pelaku merupakan persepsi individu tentang tingkah lakunya, yang berisikan segala kesadaran mengenai “apa yang dilakukan oleh diri”. Selain itu bagian ini terkait erat dengan identitas diri.

Diri yang adekuat akan menunjukkan adanya keserasian antara diri identitas dengan diri pelakunya, sehingga ia dapat mengenali dan menerima, baik diri sebagai identitas maupun diri sebagai pelaku. Kaitan dari keduanya dapat dilihat pada diri sebagai penilai.

3) Penerimaan/Penilaian Diri

Penilaian diri berfungsi sebagai pengamat, penentu standar, dan evaluator. Kedudukannya adalah sebagai perantara antara identitas diri dan diri pelaku. Manusia cenderung memberikan penilaian terhadap apa yang dipersepsikannya. Oleh karenanya, label-label yang dikenakan pada dirinya bukanlah semata-mata menggambarkan dirinya, tetapi juga sarat dengan nilai-nilai.

Penilaian lebih berperan dalam menentukan tindakan yang akan ditampilkannya. Penilaian diri menentukan kepuasan seseorang akan dirinya atau seberapa jauh seseorang menerima dirinya. Yakni dengan kepuasan diri yang rendah akan menimbulkan harga diri yang rendah pula dan akan mengembangkan ketidakpercayaan yang mendasar pada dirinya.

Sebaliknya bagi individu yang memiliki kepuasan diri yang tinggi, kesadaran dirinya lebih realistis, sehingga lebih memungkinkan individu yang bersangkutan untuk melupakan keadaan dirinya dan memfokuskan energi serta perhatiannya ke luar diri dan pada akhirnya dapat berfungsi lebih konstruktif.

b. Dimensi Eksternal

Dimensi eksternal, individu menilai dirinya melalui hubungan dan aktivitas sosialnya, nilai-nilai yang dianutnya, serta hal-hal lain yang berada diluar dirinya. Dimensi ini merupakan suatu hal yang luas, yang berkaitan dengan sekolah, organisasi, agama, dan sebagainya.

Dimensi eksternal dibedakan atas lima bentuk yaitu:

- 1) Fisik
Fisik menyangkut persepsi seseorang terhadap keadaan dirinya secara fisik. Dalam hal ini terlihat persepsi seseorang mengenai kesehatan dirinya, penampilan dirinya, dan keadaan tubuhnya.
- 2) Etik-moral
Bagian ini merupakan persepsi seseorang terhadap dirinya dilihat dari standar pertimbangan nilai moral dan etika. Hal ini menyangkut persepsi seseorang mengenai hubungan dengan Tuhan, kepuasan seseorang akan kehidupan keagamaan dan nilai-nilai moral yang dipegangnya, yang meliputi batasan baik dan buruk.
- 3) Pribadi
Pribadi merupakan perasaan atau persepsi seseorang tentang keadaan pribadinya. Hal ini tidak dipengaruhi oleh kondisi fisik atau hubungan dengan orang lain, tetapi dipengaruhi oleh sejauh mana individu merasa puas terhadap pribadinya atau merasa dirinya sebagai pribadi yang tepat.
- 4) Keluarga
Keluarga menunjukkan perasaan dan harga diri seseorang dalam kedudukannya sebagai anggota keluarga. Bagian ini menunjukkan seberapa jauh seseorang merasa adekuat terhadap peran maupun fungsi yang dijalankannya sebagai anggota dari suatu keluarga.
- 5) Sosial
Bagian ini merupakan penilaian individu terhadap interaksi dirinya dengan orang lain maupun lingkungan disekitarnya.

3. Pembentukan dan Perkembangan Konsep Diri

Sebagaimana menurut Muntholiah (2002: 33) Konsep diri berperan penting dalam menentukan perilaku seseorang guna mengetahui diri kita sepenuhnya dalam mengatasi konflik yang ada pada dirinya, dan untuk menafsirkan pengalaman yang didapatnya. Oleh karena itu konsep diri diperlukan seseorang untuk dijadikan sebagai acuan hidup.

Konsep diri seseorang bukan merupakan pembawaan sejak lahir melainkan terbentuk melalui proses belajar sejak masa pertumbuhan seseorang dari masa kecil sampai dewasa. Selain itu konsep diri dihasilkan dari proses interaksi

individu dengan lingkungan secara terus menerus. Konsep diri pada masa kanak-kanak biasanya berbeda dengan konsep diri yang dimiliki ketika memasuki usia remaja. Konsep diri seorang anak bersifat tidak realistis, tetapi kemudian konsep diri yang tidak realistis itu berganti dengan konsep diri yang baru sejalan dengan penemuan tentang dirinya atau pengalaman pada usia selanjutnya.

Filberg (dalam Muntholia 2002: 28) menjelaskan bahwa keluarga dan teman sebaya memberikan sifat-sifat dasar sosial dalam pembentukan dan perkembangan konsep diri seseorang. Konsep diri berkembang melalui proses, pada umumnya individu mengobservasi fungsi dirinya, selanjutnya individu menerima umpan balik tentang siapa dirinya dari orang lain. Individu juga dapat melihat siapa dirinya dengan melakukan perbandingan dengan orang lain (orang tuanya, teman sebaya, dan masyarakat). Diri berkembang ketika individu merasakan bahwa dirinya terpisah dan berbeda dari orang lain. Dari hal ini, tentunya dapat disimpulkan bahwa konsep diri tidak terbentuk dan berkembang dengan sendirinya melainkan didukung oleh adanya interaksi individu dengan orang lain serta lingkungannya.

Calhoun (2005: 77) mengemukakan ada empat faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan dan perkembangan konsep diri pada individu yaitu:

- a) Orang tua
Orang tua adalah kontak sosial yang paling awal kita alami dan yang paling kuat. Individu tergantung pada orang tuanya untuk makanannya, perlindungannya, dan kenyamanannya. Orang tua memberi kita informasi yang konstan tentang diri kita.

Coopersmith (dalam Calhoun, 2005:77) menyatakan perasaan nilai diri sebagai individu berasal dari nilai yang diberikan orang tua kepada individu tersebut. Konsep diri pada individu dapat tumbuh berdasarkan oleh orang tua individu tersebut. orang tua memberikan informasi kepada

kita mengenai diri kita sendiri, hal inilah yang membuat kita dapat mengenal diri kita sendiri. Selain itu individu juga dapat membuang interaksi dengan orang lain.

b) Teman sebaya

Kelompok teman sebaya anak menempati kedudukan kedua setelah orangtuanya. Untuk sementara mereka hanya cukup mendapatkan cinta dari orang tuanya, tetapi kemudian anak membutuhkan penerimaan anak-anak lain dikelompoknya. Jika penerimaan ini tidak datang, anak digoda terus, dibentak atau dijauhi maka konsep diri ini akan terganggu. Disamping masalah penerimaan dan penolakan, peran yang diukir anak dalam kelompok sebayanya mungkin memiliki pengaruh pada pandangannya tentang dirinya sendiri.

c) Masyarakat

Anak-anak mulai terlalu mementingkan kelahiran mereka, kenyataan bahwa mereka hitam atau putih, orang Indonesia atau Belanda, anak direktur atau anak pemabuk. Tetapi masyarakat menganggap hal tersebut penting, fakta-fakta dan penilaian semacam itu akhirnya sampai kepada anak dan masuk kedalam konsep diri.

d) Belajar

Konsep diri dapat diperoleh dengan belajar. Dengan kata lain konsep diri merupakan hasil belajar dari individu tersebut. Belajar ini berlangsung secara terus setiap harinya, biasanya tanpa kita sadari.

Hilgart dan Bower (dalam Calhoun, 2005: 79) menyatakan bahwa konsep diri kita adalah hasil belajar. Belajar ini berlangsung setiap hari, biasanya tanpa disadari. Belajar didefinisikan sebagai perubahan psikologis yang relatif permanen yang terjadi dalam diri kita sebagai akibat dari pengalaman.

Dengan demikian konsep diri dapat diperoleh dari hasil belajar yang biasanya tanpa kita sadari, dan di dalam proses belajar tersebut terdapat pengalaman-pengalaman individu dari hasil interaksi dengan orang lain dan lingkungan yang lebih luas akan menyebabkan perubahan pada diri individu dalam menilai diri dan nantinya akan dapat merubah ke arah mana konsep dirinya akan dibawa.

4. Peranan Konsep Diri

Konsep diri berperan dalam mempertahankan keselarasan batin, penafsiran pengalaman dan menentukan harapan individu. Konsep diri mempunyai peranan dalam mempertahankan keselarasan batin karena apabila timbul perasaan atau persepsi yang tidak seimbang atau saling bertentangan, maka akan terjadi situasi psikologis yang tidak menyenangkan. Untuk menghilangkan ketidaksielarasan tersebut, ia akan mengubah perilakunya sampai dirinya merasakan adanya keseimbangan kembali dan situasinya menjadi menyenangkan lagi.

Rakhmat (2005:104) memaparkan konsep diri merupakan faktor yang sangat menentukan dalam komunikasi dan interaksi interpersonal, karena setiap orang bertingkah laku sedapat mungkin sesuai dengan konsep dirinya.

Artinya individu akan berperilaku sesuai dengan konsep diri yang ia miliki. Misalnya bila seorang individu berpikir bahwa dia bodoh, individu tersebut benar-benar bodoh. Sebaliknya apabila individu tersebut merasa bahwa dia memiliki kemampuan untuk mengatasi persoalan, maka persoalan apapun yang dihadapinya pada akhirnya dapat diatasi. Oleh karenanya, individu tersebut berusaha hidup dengan label yang diletakkan pada dirinya.

Kesimpulannya adalah konsep diri sangat berperan dalam mempertahankan dan menentukan harapan individu, menyeimbangkan perasaan dan persepsi yang bertentangan. Individu akan melakukan perilaku sesuai konsep dirinya. Jika konsep dirinya rendah maka ia akan berperilaku kurang sesuai dan sebaliknya jika individu memiliki konsep diri yang tinggi maka individu tersebut akan berperilaku baik dan sesuai dengan penilaian diri dan orang lain terhadap dirinya.

Individu tumbuh dan berkembang melalui beberapa fase perkembangan. Setiap fase perkembangan memiliki serangkaian tugas perkembangan yang harus diselesaikan dengan baik sehingga akan memperlancar pelaksanaan tugas-tugas perkembangan pada fase berikutnya. Tugas perkembangan seorang remaja menurut Havighurst (Sarwono, 2011 : 41) adalah :

- Menerima kondisi fisiknya dan mampu memanfaatkan tubuhnya secara efektif. Penilaian yang baik terhadap keadaan fisik seseorang, baik dari diri sendiri maupun orang lain, akan membangun konsep diri kearah yang baik. Penilaian yang baik akan menumbuhkan rasa puas terhadap diri, sebaliknya penilaian yang buruk terhadap kondisi fisik baik dari diri sendiri maupun orang lain akan membuat seseorang merasa ada kekurangan dari tubuhnya, sehingga merasa tidak puas terhadap kondisi fisiknya dan menjadi bersikap buruk terhadap diri sendiri.
- Menerima hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya yang sesama jenis kelaminnya ataupun yang berbeda.
- Menerima jenis kelaminnya sebagai laki-laki dan perempuan.
- Berusaha mencapai kemandirian emosi dari orang tua dan orang dewasa lain. Menurut Richmond dan Sklansky (Sarwono, 2011 : 74), inti tugas perkembangan periode awal dan menengah adalah memperjuangkan kebebasan (*the strike for autonomy*)
- Mempersiapkan karir ekonomi. Remaja yang duduk di bangku sekolah menengah atas memberi perhatian yang besar pada tugas perkembangan ini karena karir ekonomi akan menentukan kebahagiaan remaja dimasa yang akan datang yaitu dalam perkawinan dan keluarga (Hurlock,2004:10).
- Mempersiapkan diri untuk membina perkawinan dan kehidupan keluarga.
- Merencanakan tingkah laku sosial yang bertanggung jawab.
- Memiliki sistem nilai dan etika tertentu sebagai pedoman bertingkah laku.

Menurut Hurlock (2004: 237), Setiap tugas perkembangan akan mempengaruhi perkembangan konsep diri, karena pada dasarnya tugas-tugas perkembangan remaja tersebut adalah penyesuaian terhadap berbagai aspek kepribadian. Konsep diri adalah inti pola kepribadian. Kegagalan dalam melaksanakan tugas perkembangan dapat menimbulkan konflik dan ketegangan. Konflik utama yang dialami remaja adalah pembentukan identitas *versus* kebingungan peran (*identity*

versus role confusion). Pencarian identitas menjadi penting selama masa remaja karena dihadapkan pada sejumlah perubahan psikologis, fisiologis, seksual, kognitif/intelektual, dan sosial yang baru dan beragam.

Sebagaimana menurut Hurlock (2004: 239), Remaja harus mampu menghubungkan peran dan keterampilan yang telah dicapai dengan tuntutan di masa mendatang. Pembentukan konsep diri pada remaja sangat penting karena akan mempengaruhi kepribadian, tingkah laku, dan pemahaman terhadap dirinya sendiri. Remaja memiliki konsep diri yang cenderung menetap dan stabil, yang telah terbentuk ketika masa kanak-kanak. Pada perkembangannya konsep diri akan ditinjau kembali dengan adanya pengalaman sosial dan pribadi yang baru. Peninjauan kembali terhadap konsep diri didasarkan pada penilaian lingkungan terhadap keadaan diri individu yang dapat bersifat kualitatif, yaitu mengubah sifat yang tidak diinginkan dengan suatu sifat yang dikagumi masyarakat, maupun bersifat kuantitatif, yaitu memperkuat sifat yang diinginkan dan memperlemah sifat yang tidak diinginkan. Peninjauan kembali yang lebih umum terjadi adalah yang bersifat kuantitatif. Sedangkan menurut Sarwono (2011:74), Proses perubahan dalam peninjauan kembali tersebut merupakan hal yang harus terjadi pada remaja karena dalam proses pematangan kepribadiannya, remaja akan memunculkan sifat-sifat yang sesungguhnya.

Menurut Hurlock (2004: 237) konsep diri merupakan komponen inti kepribadian yang berkembang selama rentang kehidupan manusia sesuai dengan pengalaman masing-masing. Tahap-tahap perkembangan konsep diri pada individu yaitu :

- Pada usia 18 tahun, untuk mengenali wajah mereka sendiri dan menunjuk pada gambar diri mereka ketika namanya disebutkan. Pada masa kanak-kanak, anak mengembangkan pemahaman mengenai dirinya sendiri dan tempatnya di masyarakat. Sampai usia tujuh tahun anak mendefinisikan diri dalam pengertian fisik. Mereka menyebut ciri-ciri diri mereka yang konkret dan dapat dilihat seperti warna rambut, Positif badan, dan lain sebagainya. Pada pertengahan masa kanak-kanak pemahaman diri secara bertahap berubah menjadi fakta yang lebih abstrak dan psikologis. Anak membedakan pikiran dan tubuh, diri subjektif dan kejadian eksternal, serta karakteristik mental dan motivasional. Anak juga mulai berfikir mengenai diri mereka sendiri, menyadari bahwa mereka dapat memantau pikirannya sendiri dan merasa bahwa dirinya berbeda dengan orang lain
- Pada masa remaja sistem diri bersifat lebih abstrak, kompleks, dan koheren. Remaja lebih menekankan karakteristik psikologis internal, stabil, dan terintegrasi. Remaja juga menunjukkan pengertian kontinuitas yang riil, memudahkan gagasan mereka mengenai diri saat ini dan yang akan datang pada pemahaman dirinya.

Ketika anak-anak memasuki masa remaja, konsep diri mereka mengalami perkembangan yang sangat kompleks dan melibatkan sejumlah aspek dalam diri mereka.

Remaja yang memiliki konsep diri tinggi akan menyukai dan menerima keadaan dirinya sehingga akan mengembangkan rasa percaya diri, harga diri, dan mampu melihat dirinya secara realistis (Hurlock, 2004: 238). Remaja dengan konsep diri

realistis akan lebih mampu menentukan tujuan yang sesuai dengan kemampuannya sehingga akan lebih mudah mencapai tujuannya tersebut. Sedangkan remaja yang memiliki konsep diri yang rendah, ia akan mengembangkan perasaan tidak mampu dan perasaan yang buruk terhadap dirinya, sehingga selalu merasa ragu dan kurang percaya diri

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa konsep diri remaja dipengaruhi oleh tugas-tugas perkembangan dan bagaimana konsep diri yang telah terbentuk pada masa kanak-kanak.

5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konsep Diri

Menurut Stuart dan Sudeen (dalam Hutagalung, 2007) ada beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan konsep diri. Faktor-faktor tersebut terdiri dari 3 bagian yaitu:

a. Teori Perkembangan

Konsep diri belum ada waktu lahir, kemudian berkembang secara bertahap sejak lahir seperti mulai mengenal dan membedakan dirinya dan orang lain. Dalam melakukan kegiatannya memiliki batasan diri yang terpisah dari lingkungan dan berkembang melalui kegiatan eksplorasi lingkungan dengan bahasa, pengalaman atau pengenalan tubuh, nama panggilan, pengalaman budaya dan hubungan interpersonal, kemampuan pada area tertentu yang dinilai oleh diri sendiri atau masyarakat serta aktualisasi diri dengan merealisasi potensi yang nyata.

b. *Significant Other* (orang yang terpenting atau terdekat)

Dimana konsep diri dipelajari melalui kontak dan pengalaman dengan orang lain, belajar diri sendiri melalui cermin orang lain yaitu dengan cara pandangan diri yang merupakan interpretasi diri dengan pandangan orang lain terhadap diri, anak sangat dipengaruhi orang yang dekat, remaja dipengaruhi oleh orang lain yang dekat dengan dirinya, pengaruh orang dekat atau orang penting sepanjang siklus hidup, pengaruh budaya dan sosialisasi.

c. *Self Perception* (Persepsi diri)

Persepsi individu terhadap diri sendiri dan penilaiannya, serta persepsi individu terhadap pengalamannya akan situasi tertentu. Konsep diri dapat dibentuk melalui pandangan diri dan pengalaman yang baik. Sehingga konsep merupakan aspek yang kritical dan dasar dari perilaku individu. Individu dengan konsep diri yang tinggi dapat berfungsi lebih efektif yang dapat dilihat dari kemampuan interpersonal, kemampuan intelektual, dan penguasaan lingkungan. Sedangkan konsep diri yang rendah dapat dilihat dari hubungan individu dan sosialnya yang terganggu.

6. Usaha-Usaha Untuk Mengembangkan Konsep Diri Pada Remaja

Remaja adalah pribadi yang sedang berkembang menuju kematangan diri, dan kedewasaan. Untuk itu, remaja perlu membekali diri dengan pandangan yang benar tentang konsep diri. Remaja perlu menjadi diri yang memiliki konsep diri yang tinggi. Remaja perlu menjadi diri yang efektif agar dapat mempengaruhi orang lain untuk memiliki konsep diri yang tinggi. Remaja perlu menjadi diri

yang mampu menciptakan interaksi sosial yang saling mempercayai, saling terbuka, saling memperhatikan kebutuhan, dan saling mendukung.

Pada remaja konsep diri akan berkembang terus hingga memasuki masa dewasa. Perkembangan konsep diri remaja memiliki karakteristik yang khas dibanding dengan usia perkembangan lainnya. Sejak kecil individu telah dipengaruhi dan dibentuk oleh pengalaman yang dijumpai dalam hubungannya dengan individu lain, terutama dengan orang-orang terdekat, maupun yang didapatkan dalam peristiwa kehidupan.

Sejarah hidup individu dari masa lalu dapat membuat dirinya memandang yang lebih baik atau lebih buruk. Hurlock (2004) mengatakan bahwa konsep diri bertambah stabil pada periode masa remaja. Konsep diri yang stabil sangat penting bagi remaja karena hal tersebut merupakan salah satu bukti keberhasilan pada remaja dalam usaha untuk memperbaiki kepribadiannya. Banyak kondisi dalam kehidupan remaja yang turut membentuk pola kepribadian melalui pengaruhnya pada konsep diri.

Menurut Hurlock (2004) terdapat 8 kondisi-kondisi yang mempengaruhi konsep diri remaja, yaitu:

a. Usia kematangan

Remaja yang matang lebih awal, yang diperlakukan seperti orang yang hampir dewasa, mampu mengembangkan konsep diri yang menyenangkan sehingga dapat menyesuaikan diri dengan baik. Sedangkan remaja yang terlambat matang, yang diperlakukan seperti anak-anak, merasa salah dimengerti dan bernasib kurang baik sehingga cenderung berperilaku kurang dapat menyesuaikan diri.

b. Penampilan diri

Penampilan yang berbeda membuat remaja merasa rendah diri meskipun perbedaan yang ada menambah daya tarik fisik. Setiap cacat fisik

merupakan sumber yang memalukan yang mengakibatkan perasaan rendah diri. Sebaliknya, daya tarik fisik menimbulkan penilaian yang menyenangkan dan menambah dukungan sosial.

c. Kepatutan seks

Kepatutan seks dalam penampilan diri, minat, dan perilaku membantu remaja mencapai konsep diri yang baik. Ketidapatutan seks membuat remaja sadar diridan hal ini memberi akibat buruk pada perilakunya.

d. Nama dan julukan

Remaja peka dan merasa malu bila teman-teman sekelompoknya menilai namanya buruk atau mereka memberi nama julukan yang bernada cemooh.

e. Hubungan keluarga

Seorang remaja yang mempunyai hubungan yang erat dengan seorang anggota keluarga akan mengidentifikasi diri dengan orang tersebut dan ingin mengembangkan pola kepribadian yang sama.

f. Teman-teman sebaya

Teman-teman sebaya mempengaruhi pola kepribadian remaja dalam dua cara. Pertama, konsep diri remaja merupakan cerminan dari anggapan tentang konsep teman-teman tentang dirinya. Kedua, ia berada dalam tekanan untuk mengembangkan ciri-ciri kepribadian yang diakui kelompok.

g. Kreativitas

Remaja yang semasa kanak-kanak didorong agar kreatif dalam bermain dan dalam tugas akademis, mengembangkan perasaan individualitas dari identitas yang memberi pengaruh yang baik pada konsep dirinya.

h. Cita-cita

Bagi remaja yang mempunyai cita-cita yang tidak realistis, akan mengalami kegagalan. Hal ini akan menimbulkan perasaan tidak mampu dan reaksi-reaksi bertahan dimana ia akan menyalahkan orang lain atas kegagalannya. Remaja yang realistis tentang kemampuannya akan lebih banyak mengalami keberhasilan dari pada kegagalan.

B. Layanan Konseling Kelompok

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan layanan konseling kelompok dikarenakan dalam layanan konseling kelompok adanya kesempatan memberi dan menerima dalam kelompok yang menimbulkan rasa saling menolong, menerima, dan berempati dengan tulus.

1. Pengertian Konseling Kelompok

Sukardi (2008) mengartikan bahwa Konseling kelompok yaitu layanan bimbingan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok.

Klien adalah orang pada dasarnya tergolong orang normal, yang menghadapi berbagai masalah yang tidak memerlukan perubahan struktur kepribadian yang untuk diatasi. Para klien dapat memanfaatkan suasana komunikasi antar pribadi dalam kelompok untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap nilai-nilai kehidupan dan tujuan-tujuan hidup serta untuk belajar dan menghilangkan sikap-sikap perilaku tertentu.

Konseling kelompok berorientasi pada masalah-masalah yang dihadapi anggotanya. Isi dan pokok pembicaraan dalam konseling kelompok sebagian besar ditentukan oleh anggotanya yang terdiri dari individu yang dapat berfungsi dengan baik dan tidak membutuhkan rekonstruksi kepribadian lebih lanjut. Kegiatan konseling kelompok banyak berkaitan dengan penyelesaian tugas-tugas perkembangan hidup selama hidupnya. “

Berdasarkan definisi tersebut, maka peneliti menyimpulkan bahwa konseling kelompok merupakan upaya untuk membantu individu agar dapat menjalani perkembangannya dengan lebih lancar, upaya itu bersifat preventif dan perbaikan. Dengan kata lain, konseling kelompok merupakan usaha bantuan yang diberikan kepada individu dalam suatu kelompok yang bersifat pencegahan serta perbaikan

agar individu yang bersangkutan dapat menjalani perkembangannya dengan lebih mudah.

2. Tujuan Konseling Layanan Kelompok

Konseling kelompok ditujukan untuk memecahkan masalah klien serta mengembangkan potensi yang ada pada dirinya. Menurut Prayitno (Tohirin, 2007:67) tujuan layanan konseling kelompok yaitu:

“Terkembangnya perasaan, pikiran, wawasan dan sikap terarah pada tingkah laku khususnya dan bersosialisasi dan berkomunikasi; terpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbasan pemecahan masalah tersebut bagi individu- individu lain yang menjadi peserta layanan”.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa adanya pencapaian tujuan yang jelas dalam suatu kegiatan layanan konseling menjadi suatu keharusan agar kegiatan dapat terarah dan dapat dilaksanakan secara optimal.

3. Komponen dalam Layanan Konseling Kelompok

Menurut Prayitno (2004:4-12) Dalam layanan konseling kelompok berperan dua pihak, yaitu pemimpin kelompok dan peserta atau anggota kelompok.

1. Pemimpin kelompok

Pemimpin kelompok (PK) adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional.

a. Karakteristik Pemimpin Kelompok

Untuk menjalankan tugas dan kewajiban profesionalnya pemimpin kelompok adalah seorang yang:

- 1) Mampu membentuk kelompok dan mengarahkannya sehingga terjadi dinamika kelompok dalam suasana interaksi antara anggota kelompok yang bebas, terbuka dan demokratik, konstruktif, saling mendukung dan

meringankan beban, menjelaskan, memberikan pencerahan, memberikan rasa nyaman, menggembirakan, dan membahagiakan; serta mencapai tujuan bersama kelompok.

- 2) Berwawasan luas dan tajam sehingga mampu mengisi, menjembatani, meningkatkan, memperluas dan mensinergikan konten bahasan yang tumbuh dalam aktifitas kelompok.
- 3) Memiliki kemampuan hubungan antar-personal yang hangat dan nyaman, sabar dan memberi kesempatan, demokratis dan tidak antagonistik dalam mengambil kesimpulan dan keputusan, tanpa memaksakan dalam ketegasan dan kelembutan, jujur dan tidak berpura-pura, disiplin dan kerja keras.

Keseluruhan karakteristik di atas membentuk Pemimpin Kelompok yang berwibawa di hadapan dan di tengah-tengah kelompoknya. Kewibawaan ini harus dapat dirasakan secara langsung oleh para anggota kelompok.

Dengan kewibawaan itu Pemimpin Kelompok, menjadi panutan bertingkah laku dalam kelompok, menjadi pengembang dan pensinergian konten bahasan, serta berkualitas yang mendorong pengembangan dan pemecahan masalah yang dialami para peserta kelompok.

b. Peran Pemimpin Kelompok

Dalam mengarahkan suasana kelompok melalui dinamika kelompok, pemimpin kelompok berperan dalam pembentukan kelompok dari sekumpulan (calon) peserta (terdiri atas 8-10 orang), sehingga terpenuhi syarat-syarat kelompok yang mampu secara aktif mengembangkan dinamika kelompok, yaitu:

- 1) Terjadinya hubungan antara-anggota kelompok, menuju keakraban di antara mereka
- 2) Tumbuhnya tujuan bersama di antara anggota kelompok, dalam suasana keakraban
- 3) Berkembangnya itikad dan tujuan bersama untuk mencapai tujuan kelompok
- 4) Terbinanya kemandirian pada diri setiap anggota kelompok, sehingga mereka masing-masing mampu berbicara dan tidak menjadi yes-mam
- 5) Terbinanya kemandirian kelompok, sehingga kelompok ini berusaha dan mampu “tampil beda” dari kelompok lain.

2. Anggota Kelompok

Untuk terselenggaranya konseling kelompok seorang konselor perlu membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok (jumlah anggota kelompok), dan homogenitas/heterogenitas anggota kelompok dapat mempengaruhi kinerja kelompok.

a. Besarnya Kelompok

Kelompok yang terlalu kecil, misalnya 2-3 orang akan mengurangi efektifitas konseling kelompok. Kedalaman dan variasi pembahasan menjadi terbatas, karena sumbernya (yaitu para anggota kelompok) memang terbatas. Disamping itu dampak layanan juga terbatas, karena hanya didapat oleh 2-3 orang saja. Kondisi seperti itu mengurangi makna keuntungan ekonomis konseling kelompok. Hal ini tidak berarti bahwa konseling kelompok yang beranggotakan 2-3 orang saja; dapat, tetapi

kurang efektif. Sebaliknya kelompok yang terlalu besar juga kurang efektif. Karena jumlah peserta yang terlalu banyak, maka partisipasi aktif individual dalam dinamika kelompok menjadi kurang intensif; kesempatan berbicara, dan memberikan/menerima “sentuhan” dalam kelompok kurang, padahal melalui sentuhan-sentuhan dengan frekuensi tinggi itulah individu memperoleh manfaat langsung dalam layanan konseling kelompok.

b. Peranan Anggota Kelompok

Peran anggota kelompok (AK) dalam layanan konseling kelompok bersifat *dari, oleh, dan untuk* para anggota kelompok itu sendiri. Masing-masing anggota kelompok beraktifitas langsung dan mandiri dalam bentuk:

- 1) Mendengar, memahami, dan merespon dengan tepat dan positif
- 2) Berpikir dan berpendapat
- 3) Menganalisis, mengkritisi, dan berargumentasi
- 4) Merasa, berempati dan bertindak
- 5) Berpartisipasi dalam kegiatan bersama

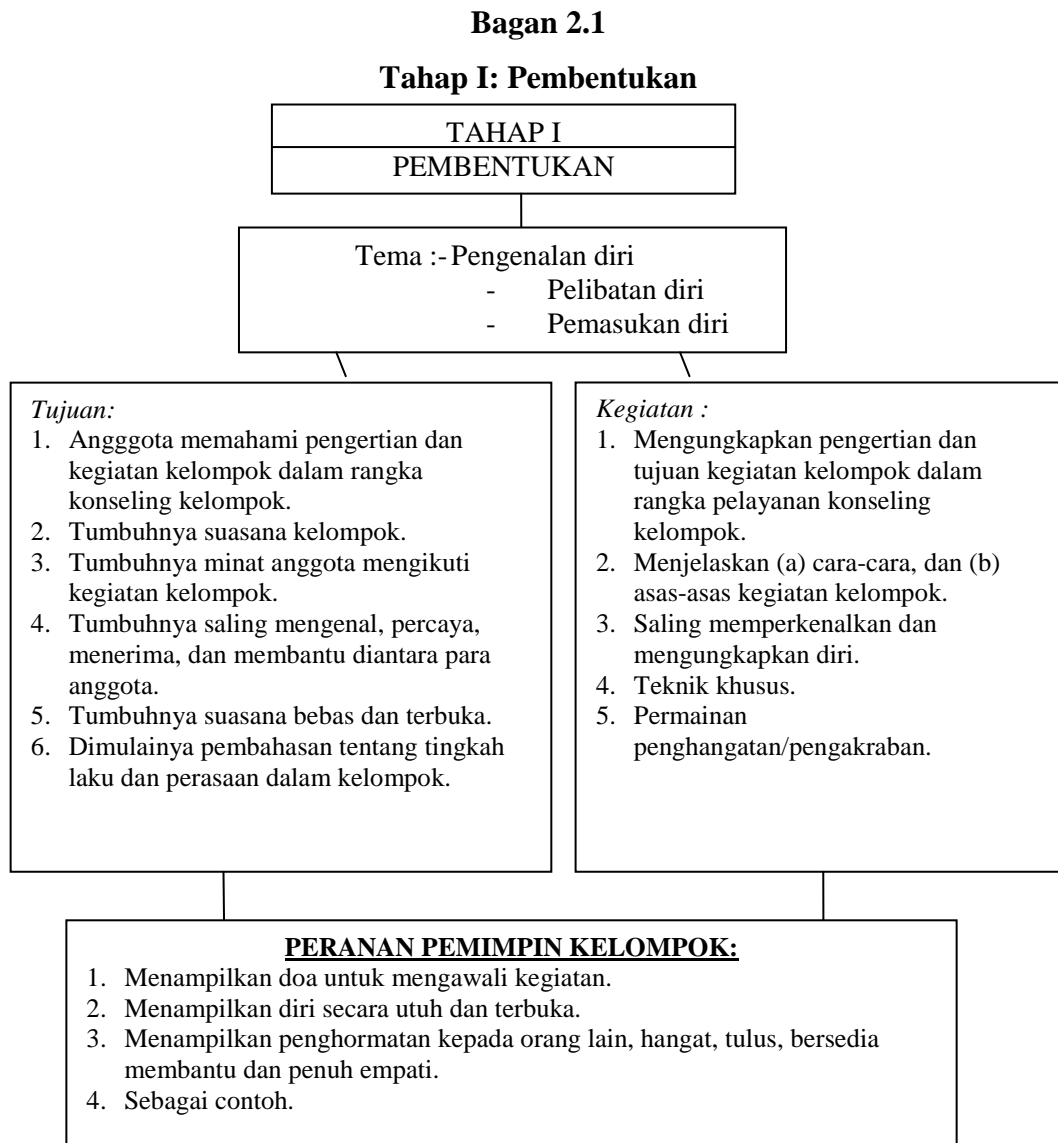
4. Tahap penyelenggaraan layanan konseling kelompok

Ada empat (4) tahap yang harus dilaksanakan dalam layanan konseling kelompok, yaitu:

a. Tahap Pembentukan

Dalam tahap ini, kegiatan yang dilakukan adalah seperti pengenalan dan pengungkapan tujuan, terbangunnya kebersamaan, keaktifan pemimpin kelompok, penglibatan diri dan pemasukan diri .

Pola keseluruhan tahap pertama ini dapat disimpulkan ke dalam bagan 2.1 di bawah ini:

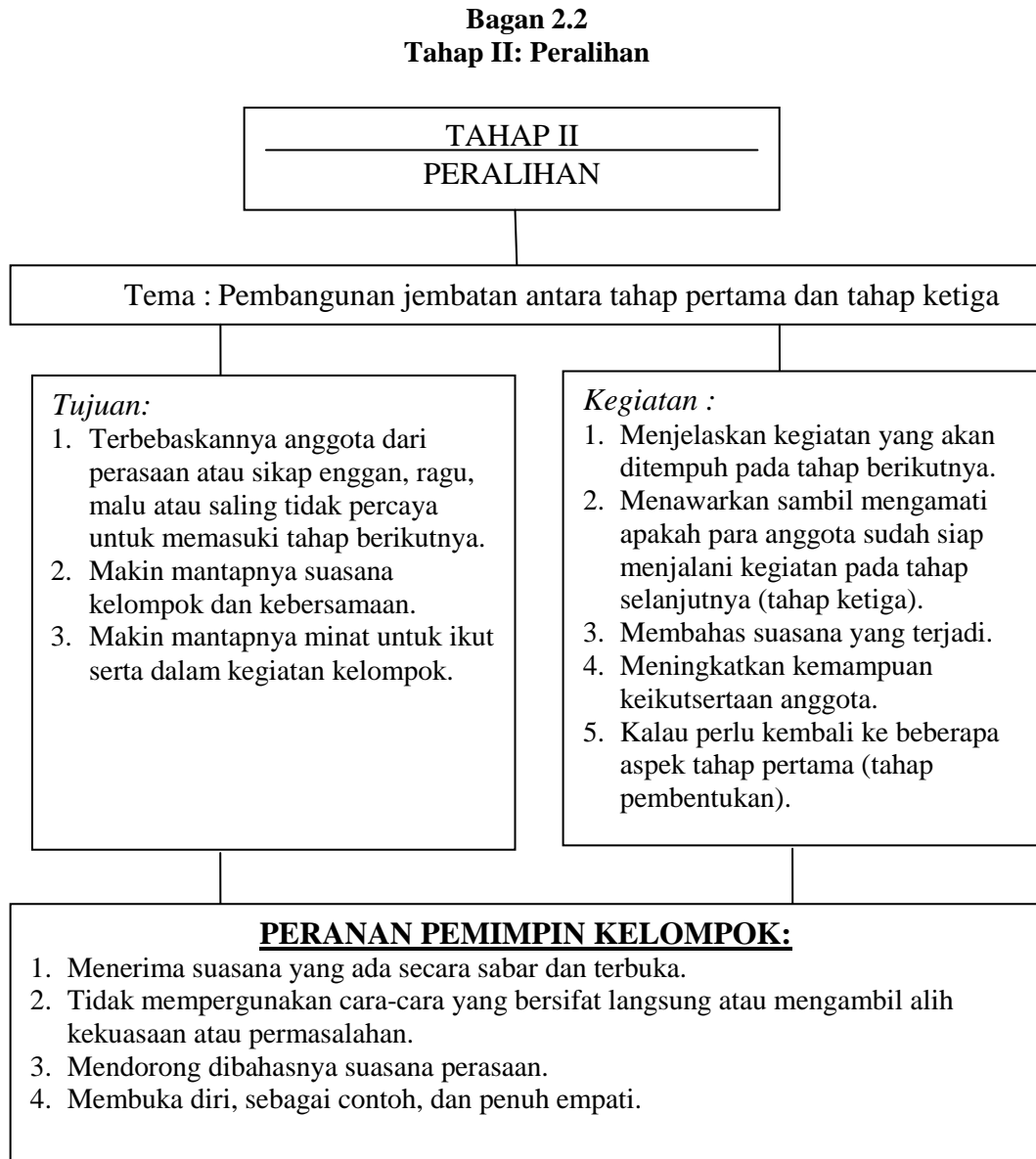


Gambar 2.1 Tahap Pembentukan dalam Layanan Konseling Kelompok

b. Tahap Peralihan

Tahap ini merupakan tahap untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke dalam kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok.

Pola keseluruhan tahap kedua ini dapat disimpulkan ke dalam bagan 2.2 dibawah ini:



Gambar 2.2 Tahap Peralihan dalam Layanan Konseling Kelompok

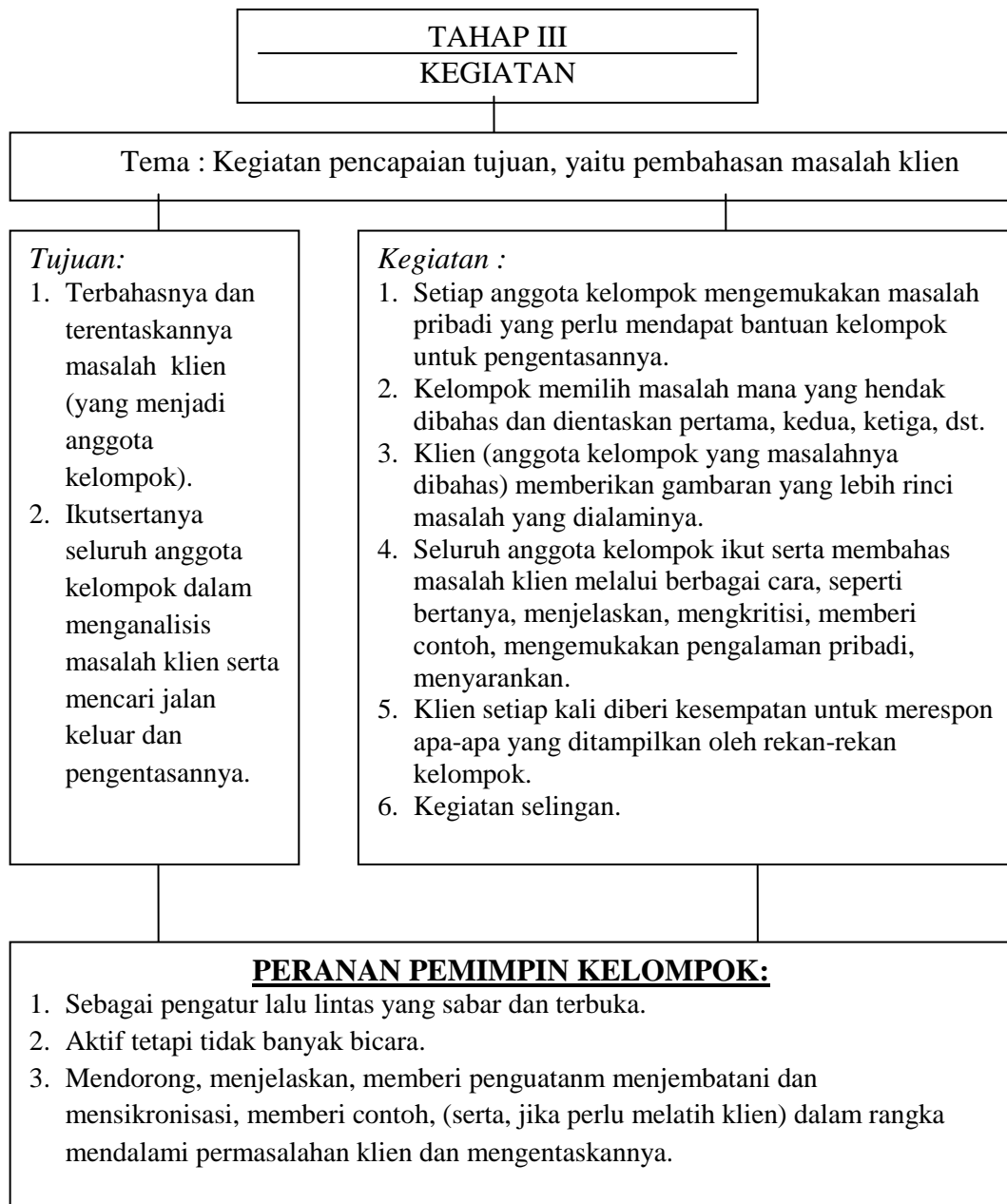
c. Tahap Kegiatan

Tahap ini merupakan pencapaian tujuan atau penyelesaian tugas.

Pola keseluruhan tahap ketiga ini dapat disimpulkan kedalam bagan 2.3 dibawah ini:

Bagan 2.3

Tahap III: Kegiatan

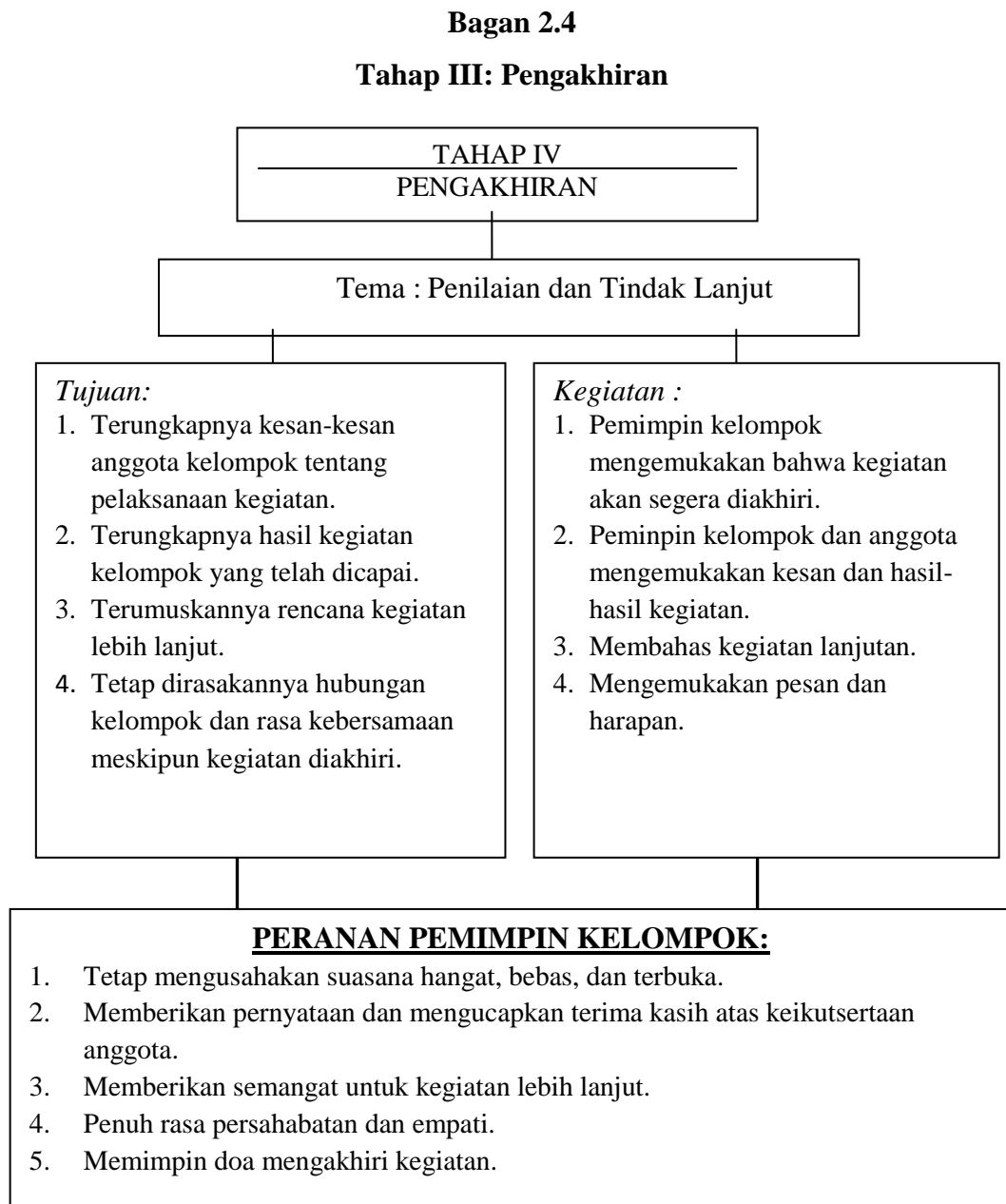


Gambar 2.3 Tahap Kegiatan dalam Layanan Konseling Kelompok

d. Tahap Penutup

Tahap ini merupakan tahap penilaian untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok, serta merencanakan kegiatan selanjutnya.

Pola keseluruhan tahap keempat ini dapat disimpulkan kedalam bagan 2.4 dibawah ini:



Gambar 2.4 Tahap Pengakhiran dalam Layanan Konseling Kelompok

5. Evaluasi Kegiatan Konseling Kelompok

Penilaian kegiatan konseling kelompok tidak ditujukan pada “hasil belajar” yang berupa penguasaan pengetahuan ataupun keterampilan yang diperoleh para

peserta, melainkan diorientasikan pada pengembangan pribadi klien dan hal-hal yang dirasakan oleh mereka berguna.

Dalam konseling kelompok, penilaian hasil kegiatan dapat diarahkan secara khusus kepada peserta yang masalahnya dibahas. Peserta tersebut diminta mengungkapkan sampai seberapa jauh kegiatan kelompok telah membantunya memecahkan masalah yang dialaminya.

6. Analisis Tindak Lanjut

Analisis dilakukan untuk mengetahui lebih lanjut seluk beluk kemajuan para peserta dan seluk beluk penyelenggara layanan. Dari sini akan dikaji apakah hasil pembahasan/pemecahan masalah sudah tuntas atau masih ada aspek yang belum dijangkau dalam pembahasan tersebut.

Dalam analisis, konselor sebagai pemimpin kelompok perlu meninjau kembali secara cermat hal-hal tertentu yang perlu diperhatikan seperti: penumbuhan dan jalannya dinamika kelompok, peranan dan aktivitas sebagai peserta, homogenitas/heterogenitas anggota kelompok, kedalaman dan keluasan pembahasan, kemungkinan keterlaksanaan alternatif pemecahan masalah yang dimunculkan dalam kelompok, dampak pemakaian teknik tertentu oleh pemimpin kelompok, dan keyakinan penerapan teknik-teknik baru, masalah waktu, tempat, dan bahan acuan, perlu narasumber lain dan sebagainya. Dengan demikian, analisis tersebut dapat tolehan kebelakang dapat pula tinjauan kedepan.

C. Keterkaitan Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Konsep Diri Siswa

Konsep diri adalah citra total diri kita, apa yang kita yakini tentang diri kita sebenarnya dan gambaran keseluruhan dari kemampuan dan sifat kita (Papalia, 2008:366). Gambaran tentang diri menjadi fokus pada remaja seiring anak mengembangkan kesadaran akan diri mereka (Papalia, 2008:366). Individu dapat mengenal tentang dirinya sendiri menyangkut perasaan, perilaku, dan pikiran bagaimana nantinya hal-hal tersebut berpengaruh terhadap interaksi dengan orang lain. Oleh karena itu konsep diri terjadi pada individu yang terbentuk dari pengalaman dan proses interaksinya dengan orang lain.

Konsep diri terbentuk dan berubah karena hubungan dan interaksinya dengan orang lain dimana mereka dapat berlatih tentang bagaimana harusnya berperilaku, berperasaan dan berpikir, belajar mendengarkan pendapat dan informasi dari orang lain, belajar memberi dan menerima, belajar memecahkan masukan berdasarkan masukan dan saran dari orang lain.

Vasta (dalam Dariyo. 2007:208) menyatakan bahwa konsep diri seorang individu dipengaruhi oleh kematangan dan kemampuan menerima dan memproses informasi yang diperoleh dari lingkungan hidupnya. Salah satu lingkungan yang dapat membantu dalam perkembangan individu adalah sekolah. Sekolah merupakan tempat individu berlatih, belajar, berinteraksi dan menemukan pengalaman baru individu dapat membentuk dan mengembangkan konsep dirimereka menyangkut hal-hal dalam penerimaan diri, mengenal kelebihan dan

kekurangan diri, mampu mengevaluasi diri, merasa setara dengan orang lain, bersikap optimis, dan mampu memecahkan masalah.

Dalam pembentukan konsep diri tersebut individu dibantu oleh wali kelas, guru mata pelajaran, guru bimbingan dan konseling serta orang tua diajak bekerja sama dalam pembentukan konsep diri mereka.

Dariyo (2007: 202) menyatakan lingkungan sosial meliputi orang tua, teman pergaulan, tetangga, lingkungan sekolah, teman sekolah, guru pembimbing, guru mata pelajaran, kepala sekolah, aturan-aturan sekolah mempengaruhi konsep diri individu dalam hidupnya. Adanya hubungan menuntut individu untuk dapat memiliki kemampuan berinteraksi sosial.

Sekolah telah menyusun dan membuat suatu layanan atau kegiatan yang dapat membantu individu dalam pembentukan dan pengembangan diri mereka selain perolehan ilmu pengetahuan yang mereka dapatkan di kelas oleh guru mata pelajaran. Layanan tersebut dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling yang terdapat dalam pola 17 yang terdiri dari empat bidang bimbingan, tujuh layanan, lima layanan pendukung. Salah satu layanan yang diberikan adalah konseling kelompok. Dimana layanan konseling kelompok diberikan kepada beberapa individu dengan memberikan bantuan yang mereka butuhkan.

Konseling kelompok mempunyai tujuan membantu anggota kelompok agar dapat mengurangi pandangan diri yang berpusat pada kerusakan diri dan bersama-sama mencapai pandangan realistis dan berpandangan toleran satu sama lain, dan berlatih bersama guna perubahan perilaku sebagai perwujudan pemikiran rasional dan emosi pantas, serta menghilangkan gangguan-gangguan emosional yang merusak diri sendiri.

Konseling kelompok dapat menumbuhkan perasaan berarti terhadap diri sendiri yang kemudian dapat berperilaku positif yang lebih baik dari sebelumnya. Selain itu Konseling Kelompok merupakan pelayanan yang membantu seseorang dalam memahami dirinya sendiri dan dapat menilai serta mengembangkan kemampuan hubungan sosial yang sehat dan efektif dengan teman sebaya, anggota keluarga, dan warga lingkungan sosial yang lebih luas.

Dengan konseling kelompok remaja bisa saling memberikan penilaian terhadap para anggota lainnya sehingga bisa menilai konsep diri yang dimiliki masing-masing remaja. Konseling kelompok pada dasarnya berpengaruh terhadap konsep diri seseorang, baik dalam mempertahankan keselarasan batin, mengatasi konflik yang ada pada dirinya dan untuk menafsirkan pengalaman yang didapatkan. Oleh karena itu, konsep diri diperlukan seseorang untuk dijadikan sebagai acuan dan pegangan hidup dan tuntunan kebutuhan seseorang. Dengan demikian, konsep diri seseorang bukan merupakan pembawaan sejak lahir, melainkan terbentuk melalui proses belajar sejak masa pertumbuhan seseorang dari masa kecil sampai dewasa. Konsep diri juga dihasilkan dari proses interaksi individu dengan lingkungan secara terus menerus.

Dari uraian di atas terdapat keterkaitan antara penggunaan dari layanan konseling kelompok dalam meningkatkan konsep diri individu. Sehingga diperkirakan layanan konseling kelompok dapat meningkatkan konsep diri pada siswa.