

**PENGUNAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK UNTUK  
MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* PADA SISWA  
KELAS XI SMA NEGERI 2 MENGGALA  
TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016**

**(Skripsi)**

**Oleh :**

**QOMARUL HASANAH**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDARLAMPUNG  
2016**

## ABSTRAK

### PENGGUNAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 2 MENGGALA TAHUN PELAJARAN 2015/2016

Oleh

**QOMARUL HASANAH**

Masalah penelitian ini adalah *self esteem* siswa. Permasalahan penelitian adalah “Apakah layanan konseling kelompok dapat meningkatkan *self esteem* siswa kelas XI SMA Negeri 2 Menggala”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui penggunaan layanan konseling kelompok dalam meningkatkan *self esteem* pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Menggala tahun ajaran 2015/2016.

Metode penelitian ini adalah metode *pre-eksperimental* dengan *one group pretest-posttest design*. Subjek penelitian sebanyak 7 siswa kelas XI yang memiliki *self esteem* rendah. Teknik pengumpulan data menggunakan skala *self esteem*.

Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan layanan konseling kelompok dapat meningkatkan *self esteem* siswa, terbukti dari hasil analisis data menggunakan uji *wilcoxon*, diperoleh harga  $Z_{hitung} = -2,371$  lebih dari harga  $Z_{tabel} = 1,645$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

Kesimpulannya adalah layanan konseling kelompok dapat dipergunakan untuk meningkatkan *self esteem* siswa pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Menggala tahun ajaran 2015/2016.

Saran yang diberikan adalah Kepada 7 (tujuh) orang subyek dalam penelitian ini hendaknya mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan *self esteem*.

**Kata kunci:** bimbingan konseling, konseling kelompok, dan *self esteem*.

**PENGGUNAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK UNTUK  
MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* PADA SISWA  
KELAS XI SMA NEGERI 2 MENGGALA  
TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016**

Oleh

**QOMARUL HASANAH**

Skripsi

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar  
**SARJANA PENDIDIKAN**

Pada

**Program Studi Bimbingan Konseling  
Jurusan Ilmu Pendidikan  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2016**

Judul Skripsi : **PENGGUNAAN LAYANAN KONSELING  
KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN  
SELF ESTEEM PADA SISWA KELAS XI  
SMA NEGERI 2 MENGGALA TAHUN  
PELAJARAN 2015/2016**

Nama Mahasiswa : **Qomarul Hasanah**

Nomor Pokok Mahasiswa : **1213052032**

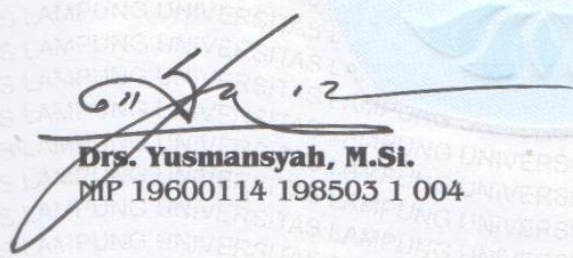
Program Studi : **Bimbingan dan Konseling**

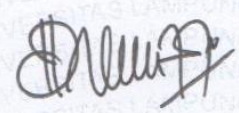
Jurusan : **Ilmu Pendidikan**

Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**



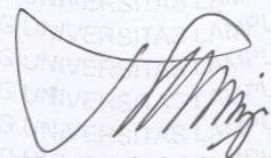
**1. Komisi Pembimbing**

  
**Drs. Yusmansyah, M.Si.**  
NIP 19600114 198503 1 004



**Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi.**  
NIP 19790714 200312 2 002

**2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan**

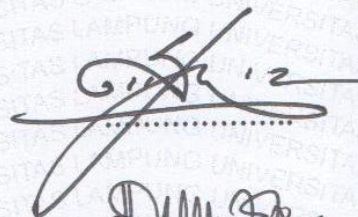


**Dr. Riswantini Rini, M.Pd.**  
NIP 19510507 198103 1 002

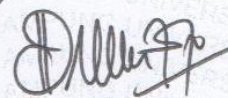
**MENGESAHKAN**

**1. Tim Penguji**

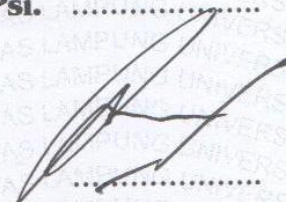
**Ketua : Drs. Yusmansyah, M.Si.**



**Sekretaris : Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi.** .....



**Penguji  
Bukan Pembimbing : Drs. Giyono, M.Pd.**



**2. Dekan FKIP Universitas Lampung**



**Dr. H. Muhammad Foad, M.Hum.**  
NIP. 19590722 198603 1 003

**Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 15 April 2016**

## PERNYATAAN SKRIPSI MAHASISWA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Qomarul Hasanah  
Nomor Pokok Mahasiswa : 1213052032  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Jurusan : Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul "**PENGGUNAAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN SELF ESTEEM PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 2 MENGGALA TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016**" adalah benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada bulan Januari 2016. Skripsi ini bukan hasil menjiplak atau hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya. Atas perhatiannya, saya ucapkan terima kasih.

Bandar Lampung, 26 April 2016

Yang menyatakan,


**Qomarul Hasanah**  
NPM 1213052032

## **RIWAYAT HIDUP**

Qomarul Hasanah lahir di Gunung Menanti, Kecamatan Tumijajar, Kabupaten Tulang Bawang Barat Provinsi Lampung tanggal 8 Desember 1994. Anak pertama dari dua bersaudara, dari pasangan Bapak Muhammad Edi Suwanto dan Ibu Puji Astuti.

Penulis menempuh pendidikan formal yang diawali dari : Taman Kanak-Kanak (TK) R.A. Miftahul Huda Kecapi lulus tahun 2000, Pendidikan Sekolah Dasar (SD) Negeri 4 Kecapi, kecamatan Tahunan, Kabupaten Jawa Tengah diselesaikan tahun 2006, Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 5 Jepara, Jawa Tengah selama 1 tahun dan SMP Negeri 1 Tulang Bawang Udik diselesaikan tahun 2009, kemudian melanjutkan ke Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 Tumijajar diselesaikan tahun 2012.

Tahun 2012, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan melalui jalur Seleksi Nasional Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SNMPTN). Selanjutnya, pada tahun 2015 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Praktik Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah (PLBK-S) di SMP Muhammadiyah 1 Wonosobo, kedua kegiatan tersebut dilaksanakan di Pekon Kalirejo, Kecamatan Wonosobo, Kabupaten Tanggamus, Lampung.

## MOTO

***“Raihlah ilmu, dan untuk meraih ilmu belajarlah untuk tenang dan sabar”***

***(Khalifah ‘Umar)***

***“Kecintaan kepada Allah melingkupi hati, kecintaan ini membimbing hati dan bahkan merambah ke segala hal”***

***(Imam Al Ghazali)***

***"Orang-orang hebat di bidang apapun bukan baru bekerja karena mereka terinspirasi, namun mereka menjadi terinspirasi karena mereka lebih suka bekerja. Mereka tidak menyia-nyiakan waktu untuk menunggu inspirasi."***

***(Ernest Newman)***



## PERSEMBAHAN

*Dengan penuh rasa syukur pada Allah SWT atas terselesaikannya penulisan skripsi ini yang kupersembahkan karya kecilku ini teruntuk, yang paling berharga dari apa yang ada di dunia ini,*

*Bapak ku Muhammad Edi Suwanto dan Ibu ku Puji Astuti,  
tak lebih, hanya sebuah karya sederhana ini yang bisa kupersembahkan.*

*Khusus bagi Ibuku, aku ingin engkau merasa bangga  
telah melahirkanku ke dunia ini.*

*Adik yang sangat kusayangi:*

*Muhammad Dwi Misbahul Fuadi*

*Keluarga Besar ku*

*Sahabat-sahabatku*

*Almamaterku tercinta Universitas Lampung*

## SANWACANA

Puji Syukur kehadiran Allah SWT, atas segala nikmat dan karunia-Nya sehingga dapat terselesainya skripsi ini sebagai salah satu syarat dalam meraih gelar Sarjana Pendidikan.

Skripsi yang berjudul Penggunaan Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2015/2016. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari peranan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Hi. Muhammad Fuad, M.Hum., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
2. Ibu Dr. Riswanti Rini, M.Si., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Drs. Yusmansyah, M.Si., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling sekaligus Pembimbing Utama. Terima kasih atas bimbingan, saran, dan masukannya kepada penulis.
4. Ibu Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi. selaku Pembimbing Akademik sekaligus Pembimbing Pembantu. Terima kasih atas bimbingan, kesabaran, saran, dan masukan berharga yang telah diberikan kepada penulis.
5. Bapak Drs. Giyono, M.Pd, selaku dosen penguji. Terima kasih atas kesediaannya memberikan bimbingan, saran dan masukan kepada penulis.

6. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling FKIP UNILA (Drs. Muswardi Rosra M.Pd., Drs. Syaifudin Latif, M.Pd., Dr. Syarifuddin Dahlan, M.Pd., M. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi., Psi., Shinta Mayasari, S.Psi., M.Psi., Psi., Ranni Rahmayanthi Z, S.Pd., M.A., Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi., Ari Sofia, S.Psi., Psi., Citra Abriani Maharani, M.Pd., Kons., Yohana Oktariana, M.Pd) terima kasih untuk semua bimbingan dan pelajaran yang begitu berharga yang telah bapak ibu berikan selama perkuliahan.
7. Bapak dan Ibu Staff Administrasi FKIP UNILA, terima kasih atas bantuannya selama ini dalam membantu menyelesaikan keperluan administrasi.
8. Bapak Dini Al Islami, S.Ag , selaku kepala SMA Negeri 2 Menggala, beserta para staff yang telah membantu penulis dalam melakukan penelitian.
9. Bapak Hi. Nurkholid, S.Pd.,MM , selaku kepala SMA Negeri 2 Tulang Bawang Udik, beserta para staff yang telah membantu penulis dalam melakukan uji coba skala.
10. Orang tua ku tercinta , bapak Muhammad Edi Suwanto dan ibu Puji Astuti yang tak henti-hentinya menyayangiku, memberikan doa, dukungan, dan mengajarku untuk senantiasa menjalani dan mensyukuri setiap proses yang kita lalui walaupun itu adalah kesakitan, sebab proses tidak akan mengingkari hasilnya dan Allah akan selalu bersama hambanya yang mau berusaha.
11. Adik gantengku Muhammad Dwi Misbahul Fuadi yang selalu mendoakan dan menghibur ku tanpa bosan. Terima kasih ya dek.
12. Keluarga besar ku, alm. mbah Kasmuri mbah Supiah mbah Tukiman Mbah Kasimah mbah Kutoyo, alm. Bude es, alm pak de Adi, mak Bud, de Seh, bek

Sar, lek Boyranto, bek Iin, de Endang, de Men, pakde Untung, pakde Jono, om Pur, om Sunar, mbak Lela, paklik Nur, bulek Tatik, lek Ud, mbak Is, lek Kecuk, mbak Wiwik, mbak Nik, om Sodiq. Sepupuku tercinta, mas Aan, mb Ririn, mas Eko, mas Anggun, mas Irfan, mas Fajar, dek Ana, dek Bayu, dek Violeta, mb Rosa, mb Anggi, mas Muji, dek Afif, Bagas, Amalia Andari, Malika, Septi, Moza, Brilian. Keponakan ku yang lucu dan unyu Riska dan Asyifa. Terimakasih atas kesempatan yang sungguh indah untuk menjadi bagian keluarga ini, aku dapat belajar banyak hal yang membangun, mendapatkan semangat dan doa tiada henti, semoga Allah memberikan Rahmatnya untuk keluarga kita.

13. Gengesku, sahabatku, Riska, Devi, mb Ayu, Vita (jawir), mb Dwi, Yuli kambil, dedek Noven, oppa Wahyu terimakasih untuk semua nya, bantuan tak terhingga nya, dukungannya, kegokilannya, selama ini kita sering kumpul, makan-makan, apalagi kalo ada yang ultah sibuk bikin SP ngeplanning konsepannya, gak akan terlupakan. Semoga kita tetap dan makin bin\*1 . Love kalian.
14. Keluarga ku B12, mb Dian, Riska, Devi, Vita (jawir), terimakasih atas kesabarannya, cintanya, kasih sayangnya, dukungannya, pelajaran masak nya, pelajaran kehidupan yang sangat berharga. Walaupun kita udah gak satu rumah lagi tapi semoga masih bisa terus sama-sama. Love kalian.
15. Sahabat setiakku Hartika Kurniawati, Yoesis Ika Pratiwi, Yke Yuanita, Nesy Anjarwati, Tari, mb Novita Dewi, Terimakasih untuk cinta, dukungan dan kebersamaannya dari dulu hingga sekarang ini.

16. Sahabat Karibku Nur Habibah (anung), teman pertamaku di Lampung yang seperti saudara kandungku, kakak yang dengan senang hati mendengarkan curhatan sebelum tidur hingga pagi. Terimakasih atas cinta dan kebersamaannya selama ini.
17. Sahabat di SD ku Dona, Asti, Ardi, Nining. Sahabat di SMP ku Hopsi, Jajang, Alex, Denis, Lilik, Nuri, Maya dkk. Sahabat di SMA mb Alin, Rodita, Agung, mb mafaza, dian lestari, mb Nuri, Agnes, Vikri, Betesda, Bedi, Syamsul, Dio, Desti, Tete desu, mb Maryati, Eka, Apri, Wida dkk. Sahabat di kampus Ajito, Bagus, Endi, mb Thalia. Dll. Terimakasih karena memberikan banyak kenangan indah dan selalu memotivasi.
18. Teman-teman seperjuanganku BK 2012 Pera, Jiba, Revi, Rinda, Nevi, Fio, Yolanda Okta, Okta, mb Wahyu, Teguh, mb Limah, Lia, Ani, Erni, Nini, Erlinda, mb Yesi, Esra, Ega, Luluk, Nay, Ida, Wika, Sintia, mb Icul, Fitri Paw, Yolanda Piolan, Indah, Salasa, Nurfitri, Nia, Rini, Rico, Mugo, Yan, Nurman, Nico, Lukman, Sueb, Dimas, Reza, Muslimin, dan kakak tingkat ku mb Ivana, mb Veni, dll, adik tingkat, serta semua mahasiswa bimbingan dan konseling yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terima kasih banyak atas masukan, saran, motivasi, serta semangatnya.
19. Sahabat kosan pak Jon Riza, Linda, Pika, mb Vevi, mb Lian, Lutvi. Dan di kos Biyabil mb Tari, mb Firma, mb Arum, Devi, Dewi, Aulia, Mb nisa, Estri, dll.
20. Sahabat-sahabat seperjuanganku di Pekon Kalirejo, Erma, Ayuli, Ulfa, mb Dwi, Veni, Sella, Yolanda, Putra, abang Merdi terima kasih atas canda tawa kalian, kebersamaan itu membuat KKN dan PPL begitu menyenangkan.

21. Bapak, Ibu kepala pekon Kalirejo, mas Yoga, Febri, Bagas, dan semua warga Kalirejo, terimakasih atas penerimaan dan sambutan luar biasa selama kami KKN/PPL.
22. Murid-muridku tercinta di SMP Muhammadiyah 1 Wonosobo Ibnu, dharma, Rizal, Wahyu, Firas, Kumala, Dian, Roki, Rio, Galih, Abizar, Diki, Rian, Joko, Dika, Ilham, Bagas, Adinda, dkk
23. Adik-adik dari SMA N 2 Menggala Aldi, Dwi, Fidy, Frengki, Jun, Renaldi, dan Robby, terimakasih atas waktu, kerjasama dan dukungannya dalam penelitian di SMA N 2 Menggala.
24. Semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih.
25. Almamaterku tercinta

Terimakasih atas bantuan, dukungan, kerjasama, kebersamaan, canda tawa, suka duka kita semua, semoga kita selalu mengingat kebersamaan ini. Penulis menyadari skripsi ini jauh dari kesempurnaan, dan penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat untuk kita semua. Amin.

Bandar Lampung, April 2016  
Penulis

Qomarul Hasanah

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>i</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>iv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>v</b>
<b>I. PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Dan Masalah.....	1
1. Latar Belakang.....	1
2. Identifikasi Masalah.....	9
3. Pembatasan Masalah.....	9
4. Rumusan Masalah.....	9
B. Tujuan Dan Manfaat Penelitian .....	10
1. Tujuan Penelitian .....	10
2. Manfaat Penelitian .....	10
C. Ruang Lingkup Penelitian .....	10
1. Ruang Lingkup Objek Penelitian.....	11
2. Ruang Lingkup Subjek Penelitian .....	11
3. Ruang Lingkup Tempat Dan Waktu.....	11
D. Kerangka Pemikiran .....	11
E. Hipotesis .....	16
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>18</b>
A. <i>Self Esteem</i> dalam Bimbingan Pribadi-Sosial.....	18
1. Bimbingan Pribadi-Sosial .....	18
2. Pengertian <i>Self Esteem</i> .....	19
3. Karakteristik <i>Self Esteem</i> .....	23
4. Aspek <i>Self Esteem</i> .....	25
5. Proses Pembentukan <i>Self Esteem</i> .....	28
6. Upaya Meningkatkan <i>Self Esteem</i> .....	31
B. Konseling Kelompok. ....	32
1. Pengertian Konseling Kelompok .....	32
2. Tujuan Layanan Konseling Kelompok .....	35
3. Asas-asas Konseling Kelompok .....	37
4. Komponen Layanan Konseling Kelompok.....	38
5. Pendekatan dan Teknik Konseling Kelompok.....	43

C. Penggunaan Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan <i>Self Esteem</i> .....	50
<b>III. METODE PENELITIAN .....</b>	<b>54</b>
A. Waktu Dan Tempat Penelitian .....	54
B. Metode Penelitian .....	54
C. Subjek Penelitian .....	56
D. Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional .....	57
1. Variabel Penelitian .....	57
2. Definisi Operasional .....	57
E. Teknik Pengumpulan Data.....	58
1. Skala <i>Self Esteem</i> .....	58
F. Pengujian Instrument Penelitian .....	61
1. Uji Validitas Skala <i>Self Esteem</i> .....	61
2. Uji Reliabilitas Skala <i>Self Esteem</i> .....	63
G. Teknik Analisis Data.....	65
<b>IV. HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>67</b>
A. Hasil Penelitian .....	67
1. Gambaran Hasil Pra Bimbingan Kelompok .....	67
2. Deskripsi Data.....	69
3. Pelaksanaan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok.....	70
4. Data Skor Subjek Sebelum dan Setelah Mengikuti Layanan Konseling Kelompok ( <i>Pretest dan Postest</i> ).....	84
5. Analisis Data Hasil Penelitian .....	110
6. Uji Hipotesis .....	112
B. Pembahasan .....	113
<b>V. KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>120</b>
A. Kesimpulan .....	120
B. Saran .....	120
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>122</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>125</b>



## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
3.1 Kategori Jawaban <i>Skala Self Esteem</i> .....	59
3.2 Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen <i>Skala Self Esteem</i> .....	60
3.3 Kriteria <i>Self Esteem</i> .....	61
3.4 Kriteria Reliabilitas .....	64
4.1 Daftar Subjek Penelitian .....	68
4.2 Kriteria <i>self esteem</i> siswa.....	69
4.3 Hasil <i>Pre test</i> .....	70
4.4 Hasil Posttest.....	84
4.5 Perbandingan Skor hasil <i>pre test</i> dan <i>post test self esteem</i> .....	85
4.6 Deskripsi masalah anggota kelompok.....	87
4.7 Perubahan <i>Self Esteem</i> Al Setelah Layanan Konseling Kelompok .....	90
4.8 Perubahan <i>Self Esteem</i> DW Setelah Layanan Konseling Kelompok.....	94
4.9 Perubahan <i>Self Esteem</i> Fr Setelah Layanan Konseling Kelompok.....	98
4.10 Perubahan <i>Self Esteem</i> Fy Setelah Layanan Konseling Kelompok .....	101
4.11 Perubahan <i>Self Esteem</i> MJ Setelah Layanan Konseling Kelompok .....	104
4.12 Perubahan <i>Self Esteem</i> MR Setelah Layanan Konseling Kelompok .....	107
4.13 Perubahan <i>Self Esteem</i> Ro Setelah Layanan Konseling Kelompok.....	109

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>halaman</b>
1.1 Kerangka pikir penelitian .....	16
2.1 Tahap Pembentukan dalam Konseling Kelompok.....	45
2.2 Tahap Peralihan dalam Konseling Kelompok.....	46
2.3 Tahap Kegiatan dalam Konseling Kelompok .....	47
2.4 Tahap Pengakhiran dalam Konseling Kelompok.....	48
3.1 Pola <i>pre eksperimental design</i> .....	55
4.1 Perbandingan Skor hasil <i>pre test</i> dan <i>post test self esteem</i> .....	86
4.2 Grafik Perubahan <i>Self Esteem</i> Aldi.....	91
4.3 Grafik Perubahan <i>Self Esteem</i> Dwi Wulan .....	95
4.4 Grafik Perubahan <i>Self Esteem</i> Frengki .....	98
4.5 Grafik Perubahan <i>Self Esteem</i> Fidy .....	101
4.6 Grafik Perubahan <i>Self Esteem</i> M. Junaidi .....	104
4.7 Grafik Perubahan <i>Self Esteem</i> M. Renaldi .....	107
4.8 Grafik Perubahan <i>Self Esteem</i> Robby .....	110
4.9 Grafik Peningkatan <i>Self Esteem</i> Sebelum dan Sesudah Mengikuti Layanan Konseling Kelompok .....	111

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Kisi-kisi skala <i>self esteem</i> .....	126
2. Skala <i>self esteem</i> .....	128
3. Hasil uji Ahli.....	132
4. Hasil uji coba.....	141
5. Tahap penelitian.....	146
6. Penjaringan subjek.....	147
7. Hasil <i>pretest</i> .....	150
8. Verbatim wawancara dengan guru BK, Saat penjaringan subjek.....	151
9. Modul.....	153
10. Satuan Layanan.....	173
11. Hasil <i>posttest</i> .....	179
12. Verbatim Wawancara dengan Subjek Setelah Pemberian Layanan Konseling Kelompok Selama Tujuh Kali Pertemuan.....	180
13. Uji wilcoxon.....	185
14. Tabel Distribusi z (Normal Baku).....	186
15. Tabel Deskripsi hasil perubahan peningkatan (dinamika) <i>self esteem</i> .....	188
16. Surat izin penelitian.....	193
17. Surat balasan dari sekolah.....	194

## **1. PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Dan Masalah**

#### **1. Latar Belakang**

Pada awal tahun 2016, Indonesia dan Negara-negara Asia Tenggara (ASEAN), akan menghadapi MEA (Masyarakat Ekonomi Asean). MEA adalah bentuk sistem perdagangan bebas antara Negara-negara dikawasan Asean. Untuk menghadapi pasar bebas ini Indonesia membutuhkan sumber daya manusia yang berkompetensi, kompetitif, dan mampu bersaing dengan negara lain. Untuk dapat mewujudkannya, diperlukan pembangunan sumber daya manusia yang optimal melalui pendidikan.

Pendidikan mengemban peran penting dalam membangun sumber daya manusia yang kompetitif dan mampu bersaing dengan negara lain. Oleh karena itu untuk menyambut MEA 2016, pendidikan harus mampu mempersiapkan sumber daya manusia (SDM) yang terampil, peka dan kritis dalam menghadapi tantangan maupun perubahan-perubahan yang akan terjadi di dunia pendidikan mendatang.

Menyiapkan sumber daya manusia yang kompetitif memang bukan pekerjaan mudah yang dapat dilakukan secara instant. Akan tetapi, apabila pendidikan

di Indonesia mampu membekali siswa dengan pengetahuan serta keterampilan yang memadai, maka lulusan pendidikan Indonesia akan memiliki rasa percaya diri, harga diri serta motivasi yang tinggi untuk mengembangkan diri secara optimal, sehingga mampu bersaing secara global.

Persiapan SDM ini hendaknya dibangun sejak dini, mulai dari SD, SMP, SMA hingga Perguruan Tinggi. Dalam ke-empat jenjang pendidikan ini, terdapat suatu periode perkembangan yang harus dilalui oleh siswa yaitu periode remaja. Menurut Syamsu dan Sugandhi (2011:77) “Periode remaja adalah periode transisi antara anak dengan periode dewasa, terentang usia sekitar 12/13 tahun sampai usia 19/20 tahun, yang ditandai dengan perubahan dalam aspek biologis, kognitif, dan sosioemosional”. Pada masa remaja ini terjadi pergejolakan dalam diri remaja, seperti yang di ungkapkan oleh Laurence Steinberg (Syamsu dan Sugandhi,2011:78) “periode remaja mengalami 3 perubahan yang fundamental yakni perubahan biologis, kognisis, dan soaial. Dalam melaksanakan tugas perkembangannya, remaja mengalami banyak ancaman dan tantangan yag berasal dari dalam dirinya maupun dari lingkungannya.”

Ancaman dari diri sendiri misalnya rasa kurang percaya diri karena perubahan fisik nya, tidak mampu menemukan identitas diri, tidak dapat menghargai diri sendirinya. Tantangan dari lingkungan diluar diri, remaja dihadapkan kedalam beberapa tekanan, misalnya dalam hubungan pertemanan, percintaan dengan lawan jenis, hubungan dengan keluarga,

prestasi akademik, dalam menghadapi tugas sekolah, konflik dengan guru, serta manajemen diri.

Perkembangan Remaja dapat dilihat dari perkembangan fisik, perkembangan kognitif, perkembangan identitas diri (*self identity*), perkembangan emosi, perkembangan kepribadian, dan perkembangan kesadaran beragama (Syamsu dan Sugandhi, 2011:80). Erikson menyatakan tugas perkembangan yang penting pada masa remaja adalah mencari identitas diri. Erikson mendefinisikan identitas sebagai konsep diri, penentuan tujuan, nilai, dan keyakinan yang dipegang teguh oleh seseorang. tugas utama remaja adalah memecahkan krisis identitas, untuk dapat menjadi orang dewasa yang memahami dirinya secara utuh, dan memahami perannya di masyarakat.

Identitas diri yang dapat diartikan sebagai konsep diri sangat erat hubungannya dengan *self esteem* atau keberhargaan diri. Menurut Baron & Byrne (Widyastuti, 2014: 23) “Harga diri adalah komponen evaluatif dari konsep diri dalam rentang dimensi positif-negatif.”

*Self esteem* merupakan kebutuhan dasar setiap individu. Berdasarkan hirarki kebutuhan Abraham Maslow, kebutuhan akan penghargaan (*esteem needs*) mendapatkan tempat ke 4, yang artinya jika kebutuhan ini tidak dipenuhi maka kebutuhan dibawahnya (aktualisasi diri) pun tidak akan terpenuhi. Kebutuhan ini mencakup penghormatan diri, kepercayaan diri, kemampuan, dan pengetahuan yang orang lain hargai tinggi. Kebutuhan akan penghargaan

ini dibagi kedalam dua tingkatan yaitu reputasi dan harga diri (Maslow dalam Freist & Feist, 2011:88).

Reputasi adalah persepsi akan gengsi, pengakuan, atau ketenaran yang dimiliki seseorang, dilihat dari sudut pandang orang lain. Sementara harga diri (*self esteem*) adalah perasaan pribadi seseorang bahwa dirinya bernilai atau bermanfaat dan percaya diri (Feist & Feist,2011:90). Harga diri didasari oleh lebih dari sekedar reputasi maupun gengsi. Harga diri menggambarkan sebuah keinginan untuk memperoleh kekuatan, pencapaian atau keberhasilan, kecukupan, penguasaan dan kemampuan, kepercayaan diri dihadapan dunia, serta kemandirian dan kebebasan.

*Self esteem* sangatlah diperlukan bagi setiap individu dalam kehidupan. *Self esteem* merupakan salah satu aspek yang menentukan keberhasilan seseorang dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Bagaimana individu berinteraksi dengan lingkungannya dan bagaimana individu melakukan penyesuaian sosial akan dipengaruhi oleh bagaimana individu tersebut menilai keberhargaan dirinya. Individu yang menilai tinggi keberhargaan dirinya merasa puas atas kemampuan diri dan merasa menerima penghargaan positif dari lingkungan. Hal ini akan menumbuhkan perasaan aman dalam diri individu sehingga ia mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. *Self esteem* seorang individu juga akan mempengaruhi bagaimana individu menampilkan potensi yang dimilikinya, sehingga *self esteem* pun memiliki peran besar dalam pencapaian prestasi.

Remaja memerlukan *self esteem* yang baik agar mencapai keberhasilan dalam aspek akademis, hubungan sosial serta kesehatan mental. Menurut Bos, Murriss, Mulkens, dan Schaalma (2006:40) “*self esteem* merupakan konstruk penting yang berkorelasi dengan prestasi akademik, hubungan sosial, serta masalah psikopatologi pada anak remaja.” Sehingga dapat disimpulkan bahwa individu dengan *self esteem* rendah menunjukkan keberhasilan yang rendah di sekolah, memiliki hubungan sosial yang rendah, serta memiliki masalah mental seperti kecemasan hingga depresi.

Siswa remaja yang memiliki *self esteem* tinggi berbeda dengan siswa remaja yang memiliki *self esteem* rendah. Clemes dan Bean (Freist & Feist, 2011:46), menyatakan bahwa:

“Karakteristik anak yang memiliki *self esteem* (harga diri) yang tinggi adalah, bangga dengan hasil kerjanya, bertindak mandiri, mudah menerima tanggung jawab, mengatasi prestasi dengan baik, menanggapi tantangan baru dengan antusiasme, merasa sanggup mempengaruhi orang lain, dan menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang luas.”

Sementara, siswa remaja yang memiliki *self esteem* rendah menurut Clemes dan Bean (Freist & Feist, 2011:46):

“Karakteristik anak dengan *self esteem* (harga diri) yang rendah diantaranya, menghindari situasi yang dapat mencetuskan kecemasan, merendahkan bakat dirinya, merasa tak ada seorangpun yang menghargainya, menyalahkan orang lain atas kelemahannya sendiri, mudah dipengaruhi oleh orang lain, dan bersikap defensif dan mudah frustrasi, merasa tidak berdaya, menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang sempit.”

Siswa yang mempunyai penghargaan diri yang rendah akan pasif dan memendam bakat yang ia punya. Mereka akan beranggapan bahwa dirinya



bukan apa-apa dan tidak mampu meraih prestasi. Anak yang mempunyai *self esteem* rendah juga akan mengisolasi diri dan tidak lagi fokus pada tugasnya sebagai pelajar. Pada akhirnya prestasi akademiknya akan rendah, dan pergaulan dengan teman sebaya akan renggang.

Berdasarkan wawancara dengan guru BK dan observasi awal yang peneliti lakukan di SMA N 2 Menggala pada penelitian pendahuluan, masalah yang ditemukan adalah terdapat beberapa siswa yang mengalami *self esteem* rendah. Masalah yang muncul yakni: (1) terdapat siswa yang bertingkah laku kasar sehingga di jauhi oleh teman-temannya, (2) kurang bertanggung jawab sebagai pelajar, hal ini ditampilkan dengan tingkah laku siswa yang tidak mengerjakan tugas, terlambat datang ke sekolah, dan kurang memperhatikan tugas dan tanggung jawabnya sebagai pelajar, (3) siswa yang tidak berani maju mengerjakan soal dipapan tulis padahal jawabannya benar, (4) bermasalah dengan satu atau sekelompok teman, (5) siswa yang terlihat sangat pendiam dikelas maupun diluar kelas, (6) menarik diri dari teman-temannya, (7) tidak percaya diri, siswa juga tidak saling menghargai dan mengeluarkan emosi negatif yang merugikan dirinya sendiri, (8) siswa berdandan dan mengikuti tingkah laku orang lain karena minder dengan tampilan fisik sendiri.

Permasalahan-permasalahan di atas diatas merupakan potret dari siswa yang mempunyai *self esteem* rendah. Permasalahan tersebut dapat mengganggu perkembangan siswa pada masa remajanya sehingga harus mendapatkan

penanganan yang menyeluruh. Penanganan dapat dilakukan oleh berbagai pihak yang berasal dari lingkungan anak, baik keluarga, sekolah, maupun masyarakat.

Sekolah merupakan tempat dimana anak menimba ilmu dan mengenyam pendidikan. Menurut Undang-undang Republik Indonesia nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional dalam bab 1 diutarakan bahwa :

“Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.”

Pendidikan yang dimaksudkan diatas adalah pendidikan formal yang ditempuh dalam jenjang pendidikan, atau dapat dikatakan sekolah. Untuk mewujudkan tujuan pendidikan seperti yang dicantumkan di atas merupakan tugas dari semua komponen sekolah, termasuk guru bimbingan konseling.

Guru BK bertugas untuk memberikan layanan bimbingan dan konseling dalam bidang pribadi, sosial, belajar, karir, kehidupan berkarya, dan kehidupan beragama. Layanan bimbingan dan konseling ini memiliki peranan yang penting dalam pengembangan diri siswa, khususnya *self esteem* atau harga diri siswa yang termasuk dalam bidang pribadi sosial. Layanan BK berfungsi untuk memfasilitasi berkembangnya karakteristik pribadi siswa secara optimal.

“menurut Prayino (2004:ii) jenis layanan BK meliputi: layanan orientasi, layanan informasi, layanan penempatan dan penyaluran, layanan

penguasaan konten, layanan konseling perseorangan, layanan bimbingan kelompok, layanan konseling kelompok, layanan konsultasi, layanan mediasi”

Layanan konseling kelompok merupakan salah satu dari layanan BK yang dianggap tepat untuk menangani masalah yang disebabkan karena rendahnya *self esteem* siswa.

“Menurut Harrison (Kurnanto,2013:7) Konseling kelompok adalah konseling yang terdiri dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor. Dalam prosesnya, konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah seperti kemampuan dalam membangun hubungan dan komunikasi, pengembangan harga diri, dan ketrampilan-ketrampilan dalam menghadapi masalah.”

Adapun tujuan konseling kelompok menurut Prayitno adalah untuk mengembangkan kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasi, berperilaku agar dapat berkembang secara optimal dan baik. Konseling kelompok mempunyai dua fungsi, yaitu fungsi layanan kuratif, yaitu layanan layanan yang diarahkan untuk mengatasi persoalan yang dialami individu, serta fungsi layanan preventif yaitu layanan konseling yang diarahkan mencegah terjadinya persoalan pada diri individu (Kurnanto,2013:9).

Berdasarkan penjelasan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian skripsi yang berjudul: “Penggunaan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2015/2016.”

## 2. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah yang ditemukan dalam penelitian ini yaitu:

- a. Terdapat siswa yang kerap menjadi bahan ejekan dikelas.
- b. Ada siswa yang bertingkah laku kasar sehingga di jauhi oleh teman-temannya.
- c. Terdapat siswa yang terlihat sangat pendiam dikelas maupun diluar kelas.
- d. Ada siswa yang tidak berani maju mengerjakan soal dipapan tulis padahal jawabannya benar.
- e. Terdapat beberapa siswa yang siswa berdandan dan mengikuti tingkah laku orang lain karena minder dengan tampilan fisik sendiri.

## 3. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya ruang lingkup permasalahan dalam penelitian ini, maka permasalahan dalam penelitian ini dibatasi hanya mengkaji tentang “Penggunaan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2015/2016”.

## 4. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka masalah dalam penelitian ini adalah *self esteem* yang rendah pada siswa. Maka rumusan masalahnya “Apakah layanan konseling kelompok dapat dipergunakan untuk meningkatkan *self esteem* yang rendah pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2015/2016?”.

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan perumusan masalah yang telah dikemukakan diatas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bahwa layanan konseling kelompok dapat meningkatkan *self esteem* siswa pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2015/2016.

### **2. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini sebagai berikut :

#### **a. Manfaat Teoritis**

Memberikan sumbangan pemikiran dalam rangka pengembangan ilmu pendidikan terutama dikaitkan dengan hal-hal yang berkaitan dengan pengetahuan dibidang bimbingan dan konseling khususnya mengenai penggunaan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan *self esteem* siswa.

#### **b. Manfaat Praktis**

Secara praktis penelitian ini dapat dijadikan sebagai suatu sumbangan informasi, pemikiran bagi siswa, orang tua, guru pembimbing dan tenaga kependidikan lainnya dalam penggunaan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan *self esteem* siswa.

## **C. Ruang Lingkup Penelitian**

Agar lebih jelas dan penelitian ini tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan maka penulis membatasi ruang lingkup penelitian ini sebagai berikut:

### 1. Ruang Lingkup Objek Penelitian

Ruang lingkup objek penelitian ini adalah penggunaan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan *self esteem* siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2015/2016.

### 2. Ruang Lingkup Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas kelas XI di SMA Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2015/2016 yang memiliki *self esteem* rendah .

### 3. Ruang Lingkup Tempat Dan Waktu

Tempat penelitian adalah SMA Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2015/2016.

## D. Kerangka Pemikiran

*Self esteem* (harga diri) merupakan salah satu kajian yang penting dalam psikologi, terutama pada perkembangan kepribadian remaja. *Self esteem* merupakan evaluasi diri yang dibuat oleh setiap individu, sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dalam rentan dimensi positif-negatif. *Self esteem* merujuk pada sikap seseorang terhadap dirinya sendiri mulai dari sangat negatif sampai sangat positif.

“Menurut Coopersmith (Burns,1979:120) Persaaan harga diri mengacu pada evaluasi yang dibuat individu itu dan biasanya menjaga yang berkenaan dengan dirinya sendiri, hal ini mengekspresikan suatu sikap setuju atau tidak setuju dan menunjukkan tingkat dimana individu itu meyakini dirinya sendiri sebagai mampu, penting, berhasil dan berharga.”

*Self-esteem* mulai terbentuk setelah anak lahir. ketika anak berhadapan dengan dunia luar dan berinteraksi dengan orang-orang di lingkungan sekitarnya. Interaksi secara minimal memerlukan pengakuan, penerimaan peran yang saling

tergantung pada orang yang bicara dan orang yang diajak bicara. Interaksi menimbulkan pengertian tentang kesadaran diri, identitas, dan pemahaman tentang diri. Hal ini akan membentuk penilaian orang lain terhadap dirinya sebagai orang yang berarti, berharga, dan menerima keadaan diri apa adanya sehingga individu mempunyai *self-esteem* (Burn,1993:46). *Self-esteem* mengandung pengertian "siapa dan apa diri saya". Segala sesuatu yang berhubungan dengan seseorang, selalu mendapat penilaian berdasarkan kriteria dan standar tertentu, atribut-atribut yang melekat pada remaja akan mendapat masukan dari orang lain dalam proses berinteraksi dimana proses ini dapat menguji individu, yang memperlihatkan standar dan nilai diri yang terinternalisasi dari masyarakat dan orang lain.

Remaja yang memiliki *self esteem* tinggi berbeda dengan remaja yang memiliki *self esteem* rendah. Clemes dan Bean (Freist&Feist,2011:46), menyatakan bahwa:

“Karakteristik anak yang memiliki *self esteem* (harga diri) yang tinggi adalah, bangga dengan hasil kerjanya, bertindak mandiri, mudah menerima tanggung jawab, mengatasi prestasi dengan baik , menanggapi tantangan baru dengan antusiasme, merasa sanggup mempengaruhi orang lain, dan menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang luas.”

Sementara, siswa remaja yang memiliki *self esteem* rendah menurut Clemes dan Bean (Freist &Feist,2011:46):

“Karakteristik anak dengan *self esteem* (harga diri) yang rendah diantaranya, menghindari situasi yang dapat mencetuskan kecemasan, merendahkan bakat dirinya, merasa tak ada seorangpun yang menghargainya, menyalahkan orang lain atas kelemahannya sendiri, mudah dipengaruhi oleh orang lain , dan bersikap defensif dan mudah

frustrasi, merasa tidak berdaya, menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang sempit.”

Uraian diatas menjelaskan bahwa seseorang dengan *self esteem* tinggi akan bangga dengan hasil kerjanya, bertindak mandiri, mudah menerima tanggung jawab, mengatasi prestasi dengan baik , menanggapi tantangan baru dengan antusiasme, merasa sanggup mempengaruhi orang lain, dan menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang luas. Sebaliknya, seseorang yang memiliki *self esteem* yang rendah akan cenderung menghindari situasi yang dapat mencetuskan kecemasan, merendahkan bakat dirinya, merasa tak ada seorangpun yang menghargainya, menyalahkan orang lain atas kelemahannya sendiri, mudah dipengaruhi oleh orang lain , dan bersikap defensif dan mudah frustrasi, merasa tidak berdaya, menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang sempit. Hal-hal seperti itulah yang akan mempengaruhi perkembangan kepribadian remaja, karena perkembangan *self esteem* pada seorang remaja akan menentukan keberhasilan atau kegagalan dimasa depannya.

Remaja dengan *self esteem* rendah lebih rentan berperilaku pasif negatif. Berawal dari perilaku negatif ini akan memicu efek negatif terhadap *self esteemnya*, dan akhirnya terjadilah penurunan *self esteem*. Contoh, siswa yang memiliki *self esteem* rendah yang ditunjuk guru untuk mengerjakan soal dipapan tulis lalu ia tidak mau. Kemudian ia menjadi buah bibir teman dikelas. Siswa ini akan mengalami penurunan *self esteem* yang ditandai dengan peningkatan kecemasan, perasaan stress dan depresi. Jika hal ini terjadi maka remaja akan berusaha mengkompensasinya dengan tindakan lain yang seolah-olah membuat



*self esteemnya* naik kembali. Disinilah kemudian muncul berbagai perilaku negatif. Penghargaan terhadap diri sendiri yang lemah adalah faktor utama dibalik masalah kecanduan dan perilaku negatif.

*Self esteem* paling kuat dipengaruhi oleh penerimaan teman sebaya. *Self esteem* yang rendah disebabkan karena mereka tidak mendapatkan dukungan emosional (seperti rasa cinta) dan pengakuan dari orang lain. Menurut Roger (Santrock,2002:127) “alasan utama bagi individu memiliki *self esteem* rendah adalah karena mereka tidak diberi dukungan emosional dan pengakuan sosial yang memadai.”

Ketika sudah merasa tidak dicintai seseorang akan kehilangan keseimbangan mental, lalu ia akan mencari sesuatu sebagai pengganti cinta yang hilang seperti narkoba dan perilaku negatif lain. Orang yang merasa tidak dicintai akan merasa kesepian dan terbuang. Dan kondisi ini akan memunculkan gangguan psikologis seperti kecemasan, stres, dan depresi.

Oleh karena itu untuk dapat meningkatkan *self esteem* siswa perlu dilakukan suatu upaya yang intensif, yaitu dengan menggunakan layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling. Layanan yang dimaksudkan adalah layanan konseling kelompok. Sukardi (2008:68) menyatakan bahwa “layanan konseling kelompok yaitu layanan bimbingan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok.”

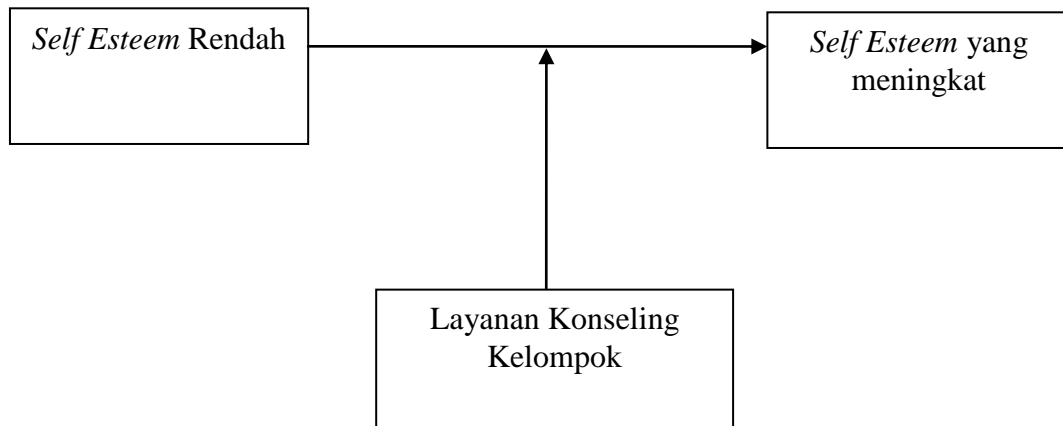
Konseling kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan, pribadi dan pemecahan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok. Harrison (Kurnanto,2002:7) menyatakan bahwa:

“Konseling kelompok adalah konseling yang terdiri dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor. Dalam prosesnya, konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah seperti kemampuan dalam membangun hubungan dan komunikasi, pengembangan harga diri, dan ketrampilan-ketrampilan dalam menghadapi masalah dengan memanfaatkan dinamika kelompok.”

Layanan konseling kelompok merupakan suatu proses antar pribadi dengan beberapa anggota yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi terapi seperti permisif, orientasi pada kenyataan, saling percaya, saling pengertian, saling menerima, dan saling mendukung.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dapat membantu siswa yang memiliki *self esteem* rendah untuk mendapatkan dukungan emosional dan pengakuan dari orang lain. Karena di dalam kegiatan konseling kelompok, anggota kelompok diminta untuk mengungkapkan masalahnya dan anggota yang lain mendengarkan dan memberikan umpan balik. Adanya umpan balik yang positif ini akan memberikan dukungan emosional seperti merasa dicintai, dihargai dan dianggap keberadaannya. Hal ini akan dapat membantu untuk meningkatkan *self esteem* siswa yang bersangkutan.

Berikut ini adalah bentuk kerangka pikir dari penelitian ini:



Gambar 1.1 kerangka pikir penelitian

Dari gambar 1.1 diketahui *self esteem* siswa rendah yang dialami siswa kelas XI SMAN 2 Menggala dan diberikan perlakuan dengan layanan konseling kelompok sebagai upaya meningkatkan *self esteem*. Dalam pemberian layanan konseling kelompok di dalamnya memanfaatkan dinamika kelompok, mengembangkan kemampuan setiap anggota untuk saling mengemukakan masalah, mendengarkan, menghargai, dan memberikan umpan balik untuk dapat meningkatkan *self esteem* siswa yang bersangkutan.

### E. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan.

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah *self esteem* dapat ditingkatkan dengan menggunakan konseling kelompok

pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2015 / 2016. Maka hipotesis statistiknya adalah:

Ha : Layanan konseling kelompok dapat dipergunakan untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2015/2016.

Ho : Layanan konseling kelompok tidak dapat dipergunakan untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Menggala Tahun Ajaran 2015/2016.

## II. TINJAUAN PUSTAKA

### A. *Self esteem* dalam Bimbingan Pribadi-Sosial

#### 1. Bimbingan Sosial

Bidang pelayanan bimbingan dan konseling secara keseluruhan mencakup enam bidang yaitu bidang pengembangan pribadi, bidang pengembangan sosial, bidang pengembangan belajar, bidang pengembangan karier, bidang pengembangan berkarya, dan bidang pengembangan keberagamaan (Prayitno, 2004: i).

Penelitian ini membahas *self esteem* siswa yang menyangkut pada bidang bimbingan sosial. Menurut Giyono (2015:62) Layanan bimbingan bidang sosial yaitu layanan bimbingan yang berkenaan dengan hubungan sosial individu atau peserta didik.

Adapun materi layanan konseling kelompok dalam bidang bimbingan sosial meliputi kegiatan penyelenggaraan konseling kelompok yang membahas aspek-aspek perkembangan sosial peserta didik menurut Giyono (2015:68), berkenaan dengan:

- a. Kemampuan berkomunikasi, menerima dan menyampaikan pendapat secara logis, efektif, dan produktif

- b. Kemampuan bertingkah laku dan berhubungan sosial (dirumah, sekolah, masyarakat) dengan menjunjung tinggi tata krama, norma, dan nilai-nilai agama, istiadat dan kebiasaan yang berlaku.
- c. Hubungan dengan teman sebaya
- d. Pemahaman dan pelaksanaan disiplin dan peraturan sekolah
- e. Pengenalan dan pengalaman pola hidup yang sederhana yang sehat dan bergotong royong

Materi-materi di atas merupakan masalah yang ada dalam cakupan bidang pribadi sosial. Materi-materi tersebut harus dapat diselenggarakan oleh guru BK, dalam rangka pemberian layanan guna membantu siswa untuk mencapai kehidupan efektif sehari-hari, sehingga terciptalah sumber daya manusia yang berkuatitas.

## **2. Pengertian *Self Esteem***

*Self esteem* dalam psikologi diterjemahkan sebagai harga diri. *Self esteem* didefinisikan sebagai evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan individu dalam memandang dirinya yang mengekspresikan sikap menerima atau menolak, juga mengindikasikan besarnya kepercayaan inidividu terhadap kemampuannya, keberartiannya, kesuksesan dan keberhargaan.

Untuk memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai *self esteem*, berikut definisi *self esteem* yang dikemukakan oleh para ahli:

“Menurut Coopersmith (Burns,1993:120) Persaaan harga diri mengacu pada evaluasi yang dibuat individu itu dan biasanya menjaga yang berkenaan dengan dirinya sendiri, hal ini mengekspresikan suatu sikap setuju atau tidak setuju dan menunjukkan tingkat dimana individu itu meyakini dirinya sendiri sebagai mampu, penting, berhasil dan berharga.”

Singkatnya perasaan harga diri merupakan suatu penilaian pribadi terhadap perasaan berharga yang diekspresikan di dalam sikap-sikap yang dipegang oleh individu tersebut. Pernyataan ini diperkuat oleh Baron & Byrne (Widyastuti,2014:23), yang mengatakan bahwa: “Evaluasi terhadap diri sendiri dikenal sebagai *self esteem* yaitu evaluasi yang dibuat oleh setiap individu, sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dalam rentan dimensi positif-negatif.”

Harga diri adalah perasaan bahwa ‘diri’ itu penting dan efektif, serta melibatkan pribadi yang sadar akan dirinya sendiri. Sedangkan gagasan-gagasan dari evaluasi diri menyiratkan bahwa perasaan harga diri seseorang berasal dari memiliki sikap-sikap yang sesuai dengan standar-standar tertentu dan penghargaan bagi diri untuk mencukupi aspirasi-aspirasinya sendiri dan dari orang lain.

Pendapat Baron & Byrne tersebut di dukung oleh Rosenberg (Burn, 1993:120), yang berpendapat bahwa “*self esteem* adalah suatu bentuk evaluasi dari sikap yang didasarkan pada perasaan keberhargaan diri individu, yang bisa berupa perasaan-perasaan positif atau negatif.”

Perasaan harga diri tampaknya dengan sederhana menyatakan secara tidak langsung bahwa individu yang bersangkutan merasakan bahwa dia seseorang yang berharga, menghargai dirinya sendiri terhadap sebagai

apa dia sekarang ini, tidak mencela tentang apa dia yang tidak dilakukan, dan tingkatan dimana dia merasa positif terhadap dirinya sendiri. perasaan harga diri yang rendah menyiratkan penolakan diri, penghinaan diri dan evaluasi diri yang negatif.

Pendapat Baron & Byrne dan Rosenberg ini dilengkapi oleh Lerner dan Spanier (Ghufron & Rini,2010:39) yang berpendapat bahwa “Harga diri adalah tingkat penilaian yang positif atau negatif yang dihubungkan dengan konsep diri seseorang.”

Pendapat lain datang dari Branden (2010:39) yang menyatakan bahwa “*self esteem* merupakan keercayaan diri ada kemampuan kita dalam menghadapi tantangan hidup, keyakinan diri kita memiliki hak untuk bahagia, perasaan berharga, berjasa, berhak untuk menyatakan kebutuhan dan keinginan kita, dan menikmati buah dari usaha kita.”

Pendapat diatas sejalan dengan Ghufron (2010:38) yang menyatakan bahwa “harga diri merupakan hasil penilaian yang dilakukannya dan perlakuan orang lain terhadap dirinya dan menunjukkan sejauh mana individu memiliki rasa percaya diri serta mampu untuk berhasil dan berguna.”



Sejalan dengan Branden dan Ghufron, Roman (Coetzee,2005:42) mengatakan bahwa “*self esteem* sebagai kepercayaan diri seseorang, mengetahui apa yang terbaik bagi diri dan bagaimana melakukannya.”

*self esteem* adalah suatu konsep yang penting dalam kehidupan sehari-hari. Branden (2010:40) menjelaskan bahwa tanpa dibekali *self esteem* yang sehat, individu akan mengalami kesulitan untuk mengatasi tantangan hidup maupun untuk merasakan berbagai kebahagiaan dalam hidupnya. Branden juga mengatakan bahwa “*self esteem* mengandung nilai keberlangsungan hidup (*survival value*) yang merupakan kebutuhan dasar manusia. Hal ini memungkinkan *self esteem* mampu memberikan sumbangan bermakna bagi proses kehidupan individu selanjutnya, maupun bagi perkembangan pribadi yang normal dan sehat.”

Pendapat diatas sejalan dengan pendapat dari Maslow (Alwisol,2006:44), yang menyatakan bahwa “*self esteem* merupakan suatu kebutuhan dasar manusia yang memerlukan pemenuhan atau pemuasan untuk dilanjutkan ke tingkat kebutuhan yang lebih tinggi.”

Berdasarkan beberapa pendapat menurut para ahli, maka dapat disimpulkan bahwa harga diri (*self esteem*) adalah penilaian seseorang secara subjektif terhadap dirinya sendiri, sebagai evaluasi diri baik berupa penilaian negatif maupun penilaian positif yang akhirnya

menghasilkan perasaan keberhargaan diri, percaya diri, kebergunaan diri dalam menjalani kehidupan.

### 3. Karakteristik *Self esteem*

Karakteristik *self esteem* dapat dikategorikan menjadi 2, yakni karakteristik *self esteem* tinggi dan karakteristik *self esteem* rendah.

“menurut Maslow (Boeree,2008:253) ada dua bentuk kebutuhan terhadap *self esteem* (harga diri) yaitu bentuk yang lemah dan yang kuat. Bentuk yang lemah adalah kebutuhan kita untuk dihargai orang lain, kebutuhan terhadap status, kemuliaan, kehormatan, perhatian, reputasi, apresiasi bahkan dominasi. Sedangkan yang kuat adalah kebutuhan kita untuk percaya diri, kompetensi, kesuksesan, independensi dan kebebasan.”

#### a. Karakteristik *Self Esteem* Tinggi

*Self esteem* yang tinggi akan membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa yakin akan kemampuan diri, rasa berguna, serta rasa bahwa kehadirannya diperlukan didalam dunia ini.

Karakteristik anak yang memiliki *self esteem* (harga diri) yang tinggi menurut Clemes dan Bean (Freist Jess&Feist.Gregory J,2011:46) antara lain :

- 1) Bangga dengan hasil kerjanya
- 2) Bertindak mandiri
- 3) Mudah menerima tanggung jawab
- 4) Mengatasi prestasi dengan baik
- 5) Menanggapi tantangan baru dengan antusiasme
- 6) Merasa sanggup mempengaruhi orang lain
- 7) Menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang luas

Berdasarkan karakteristik *self esteem* diatas bahwa siswa yang memiliki *self esteem* yang tinggi akan berperilaku ke arah yang lebih

positif. Ciri-ciri individu yang mempunyai *self esteem* yang tinggi menurut Branden (2010:43), yaitu

- 1) Mampu menanggulangi kesengsaraan dan kemalangan hidup, lebih tabah dan ulet, lebih mampu melawan suatu kekalahan, kegagalan, dan keutusan
- 2) Cenderung lebih berambisi
- 3) Memiliki kemungkinan untuk lebih kreatif untuk memperoleh keberhasilan
- 4) Memiliki kemungkinan lebih dalam dan besar dalam membina hubungan interpersonal dan tampak lebih gembira dalam menghadapi realitas

Berdasarkan ciri individu yang memiliki *self esteem* tinggi diatas individu tersebut akan lebih menghargai dirinya sendiri dan dapat mengenali keterbatasannya sehingga ingin mengalami perubahan yang lebih baik.

#### **b. Karakteristik *Self Esteem* Rendah**

Menurut Frey dan Carlock (Ghufron,2010:43) ciri individu yang memiliki *self esteem* rendah cenderung menolak dirinya dan cenderung tidak puas. Sedangkan karakteristik anak dengan *self esteem* (harga diri) yang rendah menurut Clemes dan Bean (Freist Jess&Feist.Gregory J,2011:45) adalah :

- 1) Menghindari situasi yang dapat mencetuskan kecemasan
- 2) Merendahkan bakat dirinya
- 3) Merasa tak ada seorangpun yang menghargainya
- 4) Menyalahkan orang lain atas kelemahannya sendiri
- 5) Mudah dipengaruhi oleh orang lain
- 6) Bersikap defensif dan mudah frustrasi
- 7) Merasa tidak berdaya
- 8) Menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang sempit

Berdasarkan karakteristik yang telah dikemukakan diatas bahwa individu yang memiliki *self esteem* yang rendah akan menimbulkan dampak yang negatif terhadap keberlangsungan hidupnya.

#### 4. Aspek-Asek *Self esteem*

Coopersmith (Burn, 1993:122) menyebutkan empat aspek dalam *self esteem* individu, yaitu:

##### a. *Power* (kekuasaan)

*Power* merupakan kemampuan untuk mempengaruhi dan mengendalikan orang lain. Kesuksesan dalam area *power* diukur dengan kemampuan individu dalam mempengaruhi arah tindakan dengan mengendalikan perilakunya sendiri dan orang lain. *Power* diungkap dengan pengakuan rasa hormat yang diterima individu dari orang lain serta bobot yang diberikan bagi pendapat-pendapat dan hak-haknya serta dukungan dari lingkungan sekitar.

*Power* beragam menurut usia dan kematangan tetapi dukungan dari keluarga penting untuk membantu individu mengembangkan kemampuan yang lebih baik serta penilaian yang lebih matang yang berdampak pada timbulnya perasaan bahwa pandangannya dihargai. Keadaan semacam itu dapat mendorong terjadinya ketenangan sosial, kepemimpinan, tindakan yang sangat asertif, penuh semangat, serta penuh keingintahuan pada saat yang bersamaan. Seluruh

keadaan di atas memberi kesempatan individu merasakan otonomi yang relative, serta kendali terhadap dirinya sendiri dan orang lain.

**b. *Significance* (keberartian)**

*Significance* merupakan penerimaan, perhatian, dan kasih sayang dari orang lain. Penerimaan ditandai dengan adanya kehangatan, tanggapan, minat serta rasa suka terhadap individu sebagaimana individu itu sebenarnya serta popularitas. Penerimaan juga tampak dalam pemberian dorongan dan semangat ketika individu membutuhkan dan mengalami kesulitan, minat terhadap kegiatan dan gagasan individu, ekspresi kasih sayang dan persaudaraan, disiplin yang relative ringan, verbal dan rasional, serta sikap yang sabar. Perilaku dan sikap semacam ini berdampak pada timbulnya perasaan bahwa diri itu penting, dan merupakan cerminan *self esteem* yang dimiliki oleh orang lain. Oleh karena itu, semakin orang tersebut menunjukkan ketertarikan dan kasih sayang, serta semakin sering frekuensinya, maka semakin besar pula kemungkinan penghargaan terhadap diri yang positif.

**c. *Virtue* (kebajikan)**

*Virtue* merupakan ketaatan terhadap aturan-aturan moral dan etika, oleh karena itu, kesuksesan dalam area *virtue* ditandai dengan ketaatan terhadap prinsip-prinsip moral, etika dan agama. Individu biasanya mengidentifikasi ketaatan semacam ini dari orang tua

karena orang tua merupakan orang yang sekiranya membangun panduan tradisi dan filosofi serta perilaku yang disadari, yang mencakup penghindaran tindakantindakan tertentu misalnya larangan untuk mencuri, melakukan kekerasan, melakukan penipuan. Serta, pelaksanaan perbuatan tertentu seperti tindakan menghormati orang tua, taat beribadah, dan patuh. Seseorang yang mengikuti kode etik dan moral yang telah mereka terima dan terinternalisasi di dalam diri mereka berasumsi bahwa perilaku diri yang positif ditandai dengan keberhasilan memenuhi kode-kode tersebut. Perasaan harga diri seringkali diwarnai dengan. kebajikan, ketulusan dan pemenuhan spiritual.

**d. *Competence* (kompetensi)**

*Competence* dimaksudkan sebagai keberhasilan dalam mencapai prestasi sesuai tuntutan, baik tujuan atau cita-cita, baik secara pribadi maupun yang berasal dari lingkungan sosial. Kesuksesan dalam area *competence* ditandai dengan tingginya tingkat performa, sesuai dengan tingkat kesulitan tugas dan tingkat usia. Perasaan menyenangkan akan kemampuan (*efficacy*-nya) menjadi dasar motivasi intrinsik dalam meraih prestasi lebih tinggi serta kompetensi yang lebih baik. Ia juga menekankan pentingnya aktivitas spontan dalam memperoleh rasa kemampuan (*self-efficacy*nya) karena pengalaman yang diperoleh dari prestasi mandiri

tersebut dapat menguatkan hak-hak pribadi tidak tergantung dengan bantuan orang lain.

Oleh karena itu, dengan mendukung perasaan *efficacy* ini, atau setidaknya menyediakan lingkungan yang mendukung perasaan *efficacy* dapat meningkatkan perjuangan untuk bersaing, serta mendorong agar lebih aktif dan kompetitif di lingkungan sekitarnya. Keadaan ini menimbulkan perasaan bahwa individu berkompeten dan bervariasi menurut kemampuan, nilai-nilai dan aspirasi.

##### **5. Proses Pembentukan *Self esteem***

*Self-esteem* mulai terbentuk setelah anak lahir, ketika anak berhadapan dengan dunia luar dan berinteraksi dengan orang-orang di lingkungan sekitarnya. Interaksi secara minimal memerlukan pengakuan, penerimaan peran yang saling tergantung pada orang yang bicara dan orang yang diajak bicara. Interaksi menimbulkan pengertian tentang kesadaran diri, identitas, dan pemahaman tentang diri. Hal ini akan membentuk penilaian orang lain terhadap dirinya sebagai orang yang berarti, berharga, dan menerima keadaan diri apa adanya sehingga individu mempunyai *self-esteem* (Burn, 1993:46).

*Self-esteem* mengandung pengertian "siapa dan apa diri saya". Segala sesuatu yang berhubungan dengan seseorang, selalu mendapat penilaian berdasarkan kriteria dan standar tertentu, atribut-atribut yang melekat

pada remaja akan mendapat masukan dari orang lain dalam proses berinteraksi dimana proses ini dapat menguji individu, yang memperlihatkan standar dan nilai diri yang terinternalisasi dari masyarakat dan orang lain.

Coopersmith (Burn,1993:48) meneliti perkembangan pada anak-anak sekolah percaya *self-esteem* menjadi fenomena kompleks yang terdiri dari *self-evaluation* dan manifestasi reaksi defensive untuk evaluasi tersebut. Terdiri dari duaekspresi bagian-subyektif dan perilaku manifestasi *self-esteem* adalah *self-evaluation* kelayakan seseorang. Ini adalah proses “kinerja, kapasitas dan atribut” sesuai dengan standar pribadi dan nilainilai yang berkembang selama masa remaja.

Pendapat lain datang dari Burns. Menurut Burns (Sabriani,2004:33) pembentukan *self esteem* mencakup dua proses psikologis, yaitu evaluasi diri (*self evaluation*) dan keberhargaan diri (*self worth*).

#### **a. Evaluasi diri (*self evaluation*)**

Evaluasi diri (*self evaluation*) mengacu pada pembuatan penilaian mengenai pentingnya diri (*self*). Di dalam evaluasi diri terdapat tiga faktor utama, yaitu:

- 1) Perbandingan antara gambaran diri yang dimiliki (*self image*) dengan gambaran yang diinginkan (*ideal self*), *Self image* merupakan suatu gambaran diri dan keadaan diri yang dimiliki oleh remaja yang



bersangkutan, sedangkan *ideal self* adalah suatu gambaran dari keadaan diri yang diinginkan oleh remaja. Di dalam evaluasi diri (*self evaluation*), remaja akan melakukan suatu perbandingan antara gambaran diri yang ia miliki (*self image*) dengan gambaran diri yang ia inginkan (*ideal self*). Jika perbandingan antara *self image* dengan *ideal self* menghasilkan suatu gambaran yang sangat berbeda, remaja akan merasa tidak puas dan sangat mungkin mengembangkan *self esteem* rendah. Sebaliknya, jika gambaran diri yang ia inginkan (*ideal self*), remaja akan merasa puas dan menerima dirinya secara realistis dan akan mengembangkan *Self esteem* tinggi.

- 2) Internalisasi dari penilaian lingkungan sosial (*society's judgement*). Dalam hal ini, *self evaluation* ditentukan oleh keyakinan remaja mengenai bagaimana orang lain mengevaluasi dan memberikan penilaian atas dirinya. Proses pembentukan ini terjadi semenjak remaja berinteraksi dengan lingkungannya di mana penilaian dari lingkungan tersebut akan terinternalisasi dan menjadi batasan tingkah laku.
- 3) Evaluasi terhadap kesuksesan dan kegagalan dalam melakukan sesuatu sebagai bagian dari identitas diri (*self*). Dalam hal ini remaja dapat melakukan sesuatu yang membuat dirinya merasa berharga baik secara pribadi maupun secara sosial dimana hal ini dapat meningkatkan rasa harga diri remaja. Ketiga faktor ini saling terkait dan menentukan proses pembentukan *self-esteem* remaja.

**b. Keberhargaan diri (*self worth*)**

Keberhargaan diri (*self worth*) merupakan perasaan bahwa diri (*self*) itu berharga. *Self worth* melibatkan sudut pandang dari diri sendiri dalam melakukan suatu tindakan. Misalkan perasaan kompetisi muncul dari dalam diri remaja tersebut karena ia merasa memiliki harga diri dan tidak ditentukan atau bergantung kepada dukungan atau pandangan yang sifatnya eksternal. Dari *self evaluation* dan *self worth* tersebut, remaja akan mengembangkan *Self esteem*.

**6. Upaya Meningkatkan *Self esteem***

Menurut Centi (2005: 70-71) ada beberapa cara untuk mengatasi harga diri rendah, yakni:

- a. Belajar tentang diri sendiri. Pekalah terhadap setiap informasi, tanggapan, umpan balik, baik yang positif maupun yang negatif, tentang diri kita, entah lewat pengalaman, atau diberikan oleh orang-orang yang berarti penting bagi kita. Terutama peka terhadap informasi yang tak sesuai dengan pandangan kita sendiri. Ujilah informasi itu dan jangan termakan olehnya. Karena informasi itu dapat salah.
- b. Mengembangkan kemampuan untuk menemukan dan meresapkan ke dalam hati kita, unsur-unsur positif kita, mengolah segi-segi negatif kita, dan mengenali hal-hal yang netral apa adanya.
- c. Menerima dan mengakui diri sebagai manusia biasa dengan segala kelebihan dan kekurangannya, dapat berhasil dan dapat gagal. Maka

diri kita tidak selalu sesuai dengan cita-cita menjadi selalu prima dan berprestasi optimal. Kita juga dapat jauh-jauh dari cita-cita dan menjadi manusia yang sungguh tidak diharapkan, dengan kekurangan dan kegagalan kita. Maka kita perlu menerima diri apa adanya, sambil tidak putus asa dan usaha untuk memperbaiki, memperkembangkan dan menyempurnakan diri.

- d. Memandang diri sebagai manusia yang berharga dan mampu mengarungi hidup ini dengan tujuan dan cita-cita menjadi manusia yang bermutu dan mampu menyumbang bagi kehidupan. Kita berusaha menjadi aktif dan mengarahkan diri menuju ke tujuan dan sasaran hidup kita. Dengan kegiatan dan usaha kita pada suatu saat akan mampu mencapai apa yang harus dan dapat kita capai. Karena berkat kegiatan dan usaha itu diri dan kemampuan serta potensi kita berkembang.

## **B. Konseling Kelompok**

### **1. Pengertian Konseling Kelompok**

Harrison (Kurnanto,2013:7), “Konseling kelompok adalah konseling yang terdiri dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor. Dalam prosesnya, konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah seperti kemampuan dalam membangun hubungan dan komunikasi, pengembangan harga diri, dan ketrampilan-ketrampilan dalam menghadapi masalah.”

Berdasarkan pendapat Harrison dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok merupakan kegiatan konseling yang dilakukan secara berkelompok yang bertujuan untuk mengentaskan masalah anggota kelompok yang berkenaan dengan masalah komunikasi, harga diri, dan problem solving, dan lain-lain.

Pendapat Harrison di atas dilengkapi oleh Nurihsan (Kurnanto,2013:9), yang mengatakan bahwa, “Konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya.”

Dengan memperhatikan dua pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa Konseling kelompok adalah proses konseling yang dilakukan dalam situasi kelompok, dimana konselor berinteraksi dengan konseli dalam bentuk kelompok yang dinamis untuk memfasilitasi masalah yang dihadapinya secara bersama-sama.

Konseling kelompok yang digunakan disini adalah konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *Client Centered*.

“Menurut Natawidjaja (M. Edi Kurnanto, 2013: 55) merupakan pendekatan yang didasari asumsi bahwa individu cenderung bergerak ke arah keseluruhan dan ke arah perwujudan diri dan anggota kelompok sebagai individu serta kelompok sebagai keseluruhan itu dapat menemukan arah sendiri dengan bantuan yang minimum dari konselor kelompok atau fasilitator.”

Pada dasarnya *Client Centered* lebih menekankan pada keaktifan anggota itu sendiri dan bukan konselor tau pemimpin kelompok, namun client centered juga tetap melihat mutu pribadi konselor, karena tugas dan fungsi utama fasilitator kelompok adalah mengerjakan apa yang diperlukan untuk menciptakan suatu iklim yang subur dan sehat di dalam kelompok. Iklim seperti itu dibentuk antara anggota-anggota kelompok dengan fasilitator dengan menciptakan hubungan yang didasari oleh sikap tertentu seperti pemahaman empati yang teliti, penerimaan, penghargaan yang positif, kehangatan, perhatian, rasa hormat, keaslian (*genuineness*), dan spontan.

“Menurut M. Edi Kurnanto (2013:55) Konseling kelompok dengan pendekatan ini adalah bagaimana cara memodifikasi perilaku individu melalui rekayasa lingkungan sehingga terjadi proses belajar untuk perubahan perilaku.” *Client Centered*, Pada intinya merupakan terapi hubungan. Nilai penting dari pendekatan adalah keterkaitan terhadap kepakaran teknis konselor menjadi kurang penting dan utamanya berkonsentrasi pada sikap atau filosofi konselor dan kualitas hubungan teraupetiknya.

Berdasarkan beberapa definisi yang dikemukakan di atas, dapat disimpulkan bahwa *Client Centered* merupakan pendekatan yang menekankan pada hubungan antara konselor dengan kliennya, sikap pribadi konselor lebih penting daripada teknik, pengetahuan atau teori.

## 2. Tujuan Layanan Konseling Kelompok

Menurut Winkle (Kurnanto,2013:10) tujuan konseling kelompok adalah:

- a. Masing-masing anggota kelompok memahami dirinya dengan baik dan menemukan dirinya sendiri. berdasarkan pemahaman diri itu, dia lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek-aspek kognitif dalam pribadinya.
- b. Para anggota kelompok mengembangkan kemampuan berkomunikasi sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas pada fas perkembangan mereka.
- c. Para anggota kelompok memperoleh kemampuan pengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula-mula dalam kontra antar pribadi di dalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari-hari diluar kehidupan kelompoknya.
- d. Para anggota kelompok menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain. Kepekaan dan penghayatan ini akan lebih membuat mereka lebih sensitif juga terhadap kebutuhan dan perasaan sendiri
- e. Masing-masing anggota kelompok menetapkan suatu sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif
- f. Para anggota kelompok lebih berani melangkah maju dan menerima risiko yang wajar dalam bertindak, dari pada tinggal diam dan tiak berbuat apa-apa.

- g. Para anggota kelompok lebih menyadari dan menghayati makna dan kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan menerima orang lain dan harapan yang akan diterima orang lain.
- h. Masing-masing anggota kelompok semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya sendiri kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain. Dengan demikian ia tidak merasa terosolir, atau seolah-olah dialah yang mengalami ini itu.
- i. Para anggota kelompok belajar berkomunikasi dengan anggota-anggota yang lain secara terbuka, dengan saling menghargai dan menaruh perhatian. Pengalaman bahwa komunikasi demikian akan membawa dampak positif dalam kehidupan dengan orang-orang yang dekat dikemudian hari.

Bagi konseli, konseling kelompok dapat bermanfaat sekali karena melalui interaksi dengan anggota-anggota kelompok, mereka akan mengembangkan berbagai ketrampilan yang pada intinya meningkatkan rasa percaya diri dan kepercayaan terhadap orang lain. Dalam suasana kelompok mereka lebih mudah membicarakan persoalan-persoalan yang mereka hadapi daripada ketika mereka mengikuti sesi konseling individual. Pernyataan ini didukung oleh Prayitno (2004:2) yang mengatakan bahwa tujuan layanan konseling kelompok yaitu:

“Terkembangnya perasaan, pikiran, wawasan dan sikap terarah pada tingkahlaku 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 tujuan dari konseling kelompok adalah memandirikan konseli untuk dapat mengambil keputusan dari berbagai alternatif penyelesaian masalah yang muncul dalam hasil dari konseling kelompok dan juga menumbuhkan rasa percaya pada orang lain serta meningkatkan ketrampilan berkomunikasi, juga dapat menumbuhkan keberhargaan diri.

### **3. Asas-Asas Konseling Kelompok**

Dalam Pelaksanaan kegiatan Konseling kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar kegiatan Konseling kelompok sehingga mencapai tujuan yang diharapkan. asas-asas tersebut yakni :

1. Asas Kerahasiaan yaitu para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak layak diketahui orang lain.
2. Asas Keterbukaan yaitu para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.
3. Asas Kesukarelaan yaitu semua anggota dapat menampilkan diri secara spontan tanpa malu atau dipaksa oleh teman lain atau pemimpin kelompok.



4. Asas Kenormatifan yaitu semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.
5. Asas kegiatan yaitu partisipasi semua anggota kelompok dalam mengemukakan pendapat sehingga cepat tercapainya tujuan bimbingan kelompok. (Prayitno,2004:179).

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan Konseling kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar pelaksanaan dan lebih menjamin keberhasilan kegiatan Konseling kelompok sehingga mencapai tujuan yang diharapkan. Dimana setiap anggota kelompok menjunjung tinggi kerahasiaan tentang masalah yang dibicarakan dalam kelompok, bersikap terbuka dan sukarela dalam mengemukakan masalahnya, berpartisipasi aktif dalam kegiatan, dan bertindak sesuai dengan aturan yang telah disepakati.

#### **4. Komponen Layanan Konseling Kelompok**

Menurut Prayitno (2004:4) dalam layanan konseling kelompok berperan dua pihak, yaitu pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

##### **a. Pemimpin kelompok**

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

##### **1) Karakteristik Pemimpin Kelompok**

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

(a) Mampu membentuk kelompok dan mengarahkannya sehingga terjadi dinamika kelompok dalam suasana interaksi antara anggota kelompok yang bebas, terbuka dan demokratis, konstruktif, saling mendukung dan meringankan beban, menjelaskan, memberikan pencerahan, memberikan rasa nyaman, menggembirakan, dan membahagiakan; serta mencapai tujuan bersama kelompok.

(b) Berwawasan luas dan tajam sehingga mampu mengisi, menjembatani, meningkatkan, memperluas dan mensinergikan konten bahasan yang tumbuh dalam aktifitas kelompok.

Konten yang dimaksudkan bukan hanya meliputi materi yang dibahas, melainkan termasuk di dalamnya fakta / data, konsep, proses, hukum dan aturan, nilai, persepsi, afeksi serta tindakan yang terkait baik langsung maupun tidak langsung.

(c) 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. Kewibawaan ini harus dapat dirasakan secara langsung

oleh para anggota kelompok. Dengan kewibawaan pemimpin kelompok akan menjadi panutan tingkah laku bagi anggota kelompok, menjadi pengembang dan pensinergian konten bahasan, serta kualitas dalam mendorong pengembangan dan pemecahan masalah yang dialami para peserta kelompok.

## 2) Peran Pemimpin Kelompok

Dalam mengarahkan suasana kelompok melalui dinamika kelompok, pemimpin kelompok berperan dalam:

- (a) Pembentukan kelompok dari sekumpulan (calon) peserta (terdiri atas 6-10 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-man*.
  - (5) Terbinanya kemandirian kelompok, sehingga kelompok ini berusaha dan mampu “tampil beda” dari kelompok lain. Berbagai

keterampilan, termasuk penggunaan permainan kelompok, perlu diterapkan pemimpin kelompok dalam pembentukan kelompok.

- (b) Penstrukturan, yaitu membahas bersama anggota kelompok apa, mengapa dan bagaimana layanan konseling kelompok dilaksanakan.
- (c) Pentahapan kegiatan konseling kelompok.
- (d) Penilaian segera (*laissez*) hasil layanan konseling kelompok.
- (e) Tindak lanjut layanan.

## **b. 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.

### 1) 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 dari 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. Kekurangan-kekurangan kelompok mulai terasa jika jumlah anggota kelompok melebihi 10 orang.

## 2) Homogenitas / Heterogenitas Kelompok

Perubahan yang intensif dan mendalam memerlukan sumber-sumber yang bervariasi. Dengan demikian, konseling kelompok memerlukan anggota kelompok yang dapat menjadi sumber-sumber bervariasi untuk membahas suatu topik atau memecahkan masalah tertentu. Dalam hal ini anggota kelompok yang homogen kurang efektif dalam konseling kelompok. Sebaliknya anggota kelompok yang heterogen akan menjadi sumber yang lebih kaya untuk pencapaian tujuan layanan. Pembahasan dapat di tinjau dari berbagai sesi, tidak monoton, dan terbuka. Heterogenitas dapat mendobrak dan memecahkan kebekuan yang terjadi akibat heterogenitas anggota kelompok.

## 3) Peranan Anggota Kelompok

### (a) Aktifitas Mandiri

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 (3-M).
- 2) Berpikir dan berpendapat.
- 3) Menganalisis, mengkritisi, dan berargumentasi.
- 4) Merasa, berempati dan bertindak.
- 5) Berpartisipasi dalam kegiatan bersama.

(b) Aktifitas mandiri masing-masing anggota kelompok itu diorientasikan pada kehidupan bersama dalam kelompok.

Kebersamaan ini mewujudkan melalui:

- 1) Pembinaan keakraban dan keterlibatan secara emosional antar anggota kelompok.
- 2) Kepatuhan terhadap aturan kegiatan dalam kelompok.
- 3) Komunikasi jelas dan lugas dengan lembut dan bertatakrama.
- 4) Saling memahami, memberi kesempatan dan membantu.
- 5) Kesadaran bersama untuk menyukseskan kegiatan kelompok.

## **5. Pendekatan konseling dan teknik**

Pendekatan dan teknik konseling kelompok menurut Prayitno (2004:16)

yaitu:

### **a. Pembentukan Kelompok**

Kelompok untuk layanan konseling kelompok dapat dibentuk melalui pengumpulan individu (siswa dan individu lainnya) yang berasal dari:

- 1) Satu kelas siswa yang dibagi ke dalam beberapa kelompok.
- 2) Kelas-kelas siswa yang berbeda dihimpun dalam satu kelompok.

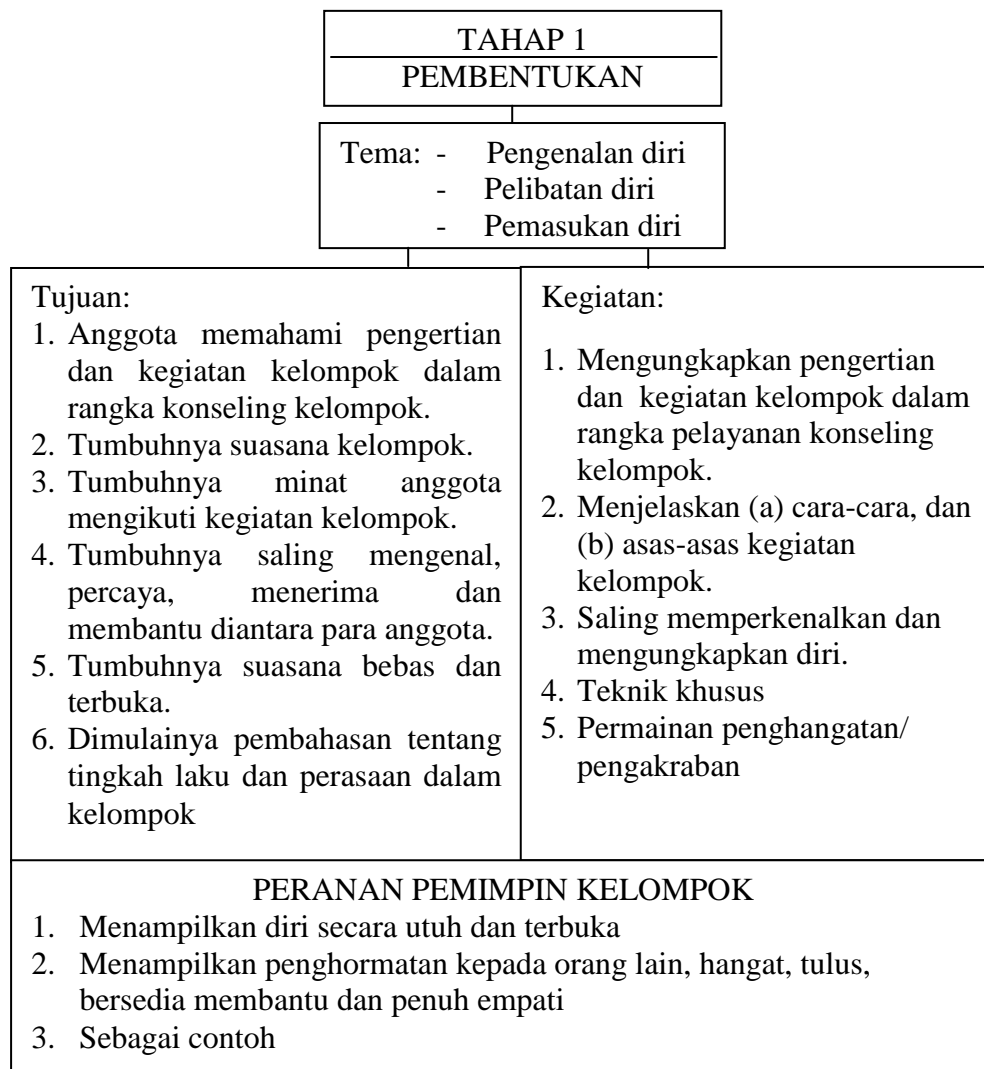
- 3) Lokasi dan kondisi yang berbeda dikumpulkan menjadi satu kelompok.

Pengelompokan individu itu dengan memperhatikan aspek-aspek relatif homogenitas dan heterogenitas sesuai dengan tujuan layanan. Data hasil instrumentasi, himpunan data dan sumber-sumber lainnya dapat menjadi pertimbangan dalam pembentukan kelompok.

#### **b. Tahap Penyelenggaraan**

Layanan konseling kelompok diselenggarakan melalui empat tahap kegiatan, yaitu:

- 1) *Tahap Pembentukan*, yaitu tahapan untuk membentuk kerumunan sejumlah individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan bersama.

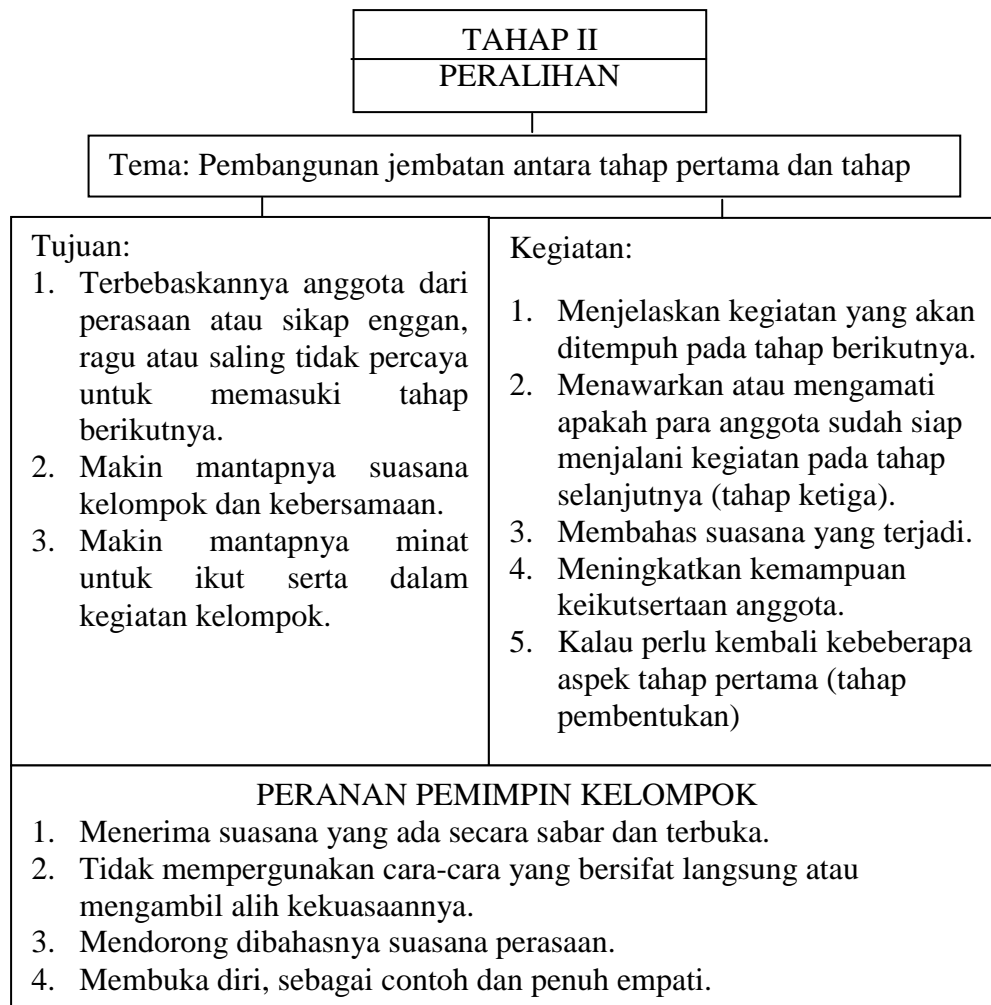


Gambar 2.1. Tahap Pembentukan dalam Konseling Kelompok

- 2) *Tahap Peralihan*, yaitu tahapan untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok. Tahap peralihan ini merupakan “jembatan” antara tahap pertama dan tahap ketiga. Tahap Pada tahap ini tugas konselor adalah membantu para anggota untuk mengenali dan mengatasi halangan, kegelisahan, keengganan, sikap mempertahankan diri dan sikap



ketidaksabaran yang timbul pada saat ini. Pola keseluruhan tahap kedua tersebut disimpulkan ke dalam bangan berikut:



Gambar 2.2. Tahap Peralihan dalam Konseling Kelompok

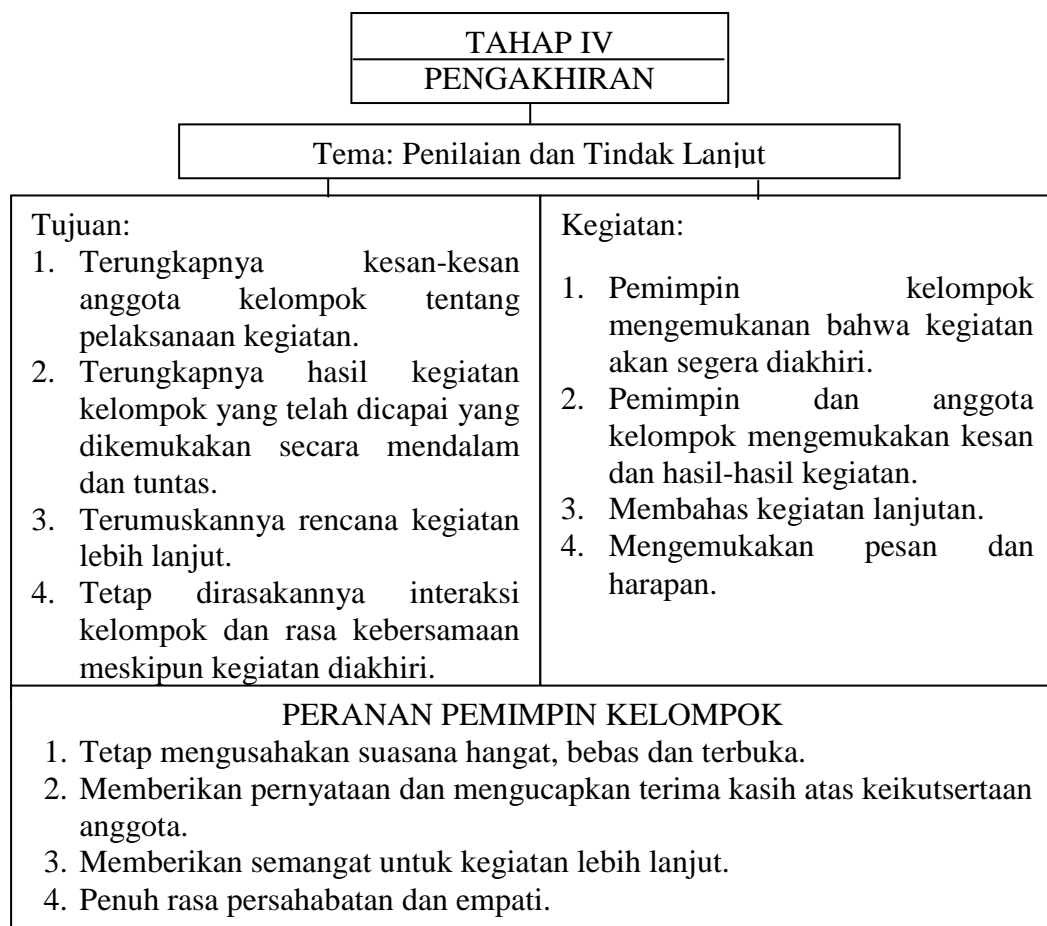
3) *Tahap Kegiatan*, yaitu tahapan “kegiatan inti” untuk mengentaskan masalah pribadi anggota kelompok. Tahap kegiatan merupakan tahap inti dari kegiatan konseling kelompok dengan suasana yang ingin dicapai, yaitu terbahasanya secara tuntas permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok dan terciptanya suasana untuk mengembangkan diri, baik yang menyangkut pengembangan kemampuan berkomunikasi maupun

menyangkut pendapat yang dikemukakan oleh kelompok. Tahap ini disimpulkan berhasil jika semua solusi yang mungkin telah dipertimbangkan dan diuji menurut konsekuensinya dapat diwujudkan. Solusi-solusi tersebut harus praktis, dapat direalisasikan dan pilihan akhir harus dibuat setelah melakukan pertimbangan dan diskusi yang tepat. Pola keseluruhan tahap ketiga tersebut disimpulkan ke dalam bangan berikut:

TAHAP III KEGIATAN PEMBAHASAN MASALAH	
Tema: Kegiatan pencapaian tujuan, yaitu pembahasan masalah klien	
<b>Tujuan:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Terbahasnya dan terentaskannya masalah klien (yang mejadi anggota kelompok).</li> <li>2. Ikut sertanya seluruh anggota kelompok dalam menganalisis masalah klien serta mencari jalan keluar dan pengentasannya</li> </ol>	<b>Kegiatan:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Setiap anggota kelompok mengemukakan masalah pribadi yang perlu mendapat bantuan kelompok untuk pengentasannya</li> <li>2. Kelompok memilih masalah mana yang hendak dibahas dan dientaskan pertama, kedua, ketiga, dst.</li> <li>3. Klien (anggota kelompok yang masalahnya dibahas) memberikan gambaran tentang masalah yang dialaminya.</li> <li>4. Seluruh anggota kelompok ikut serta membahas masalah klien.</li> <li>5. Klien setiap kali diberikan kesempatan untuk merespon apa-apa yang ditampilkan oleh rekan-rekan kelompok</li> <li>6. Kegiatan selingan</li> </ol>
<b>PERANAN PEMIMPIN KELOMPOK</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Sebagai pengatur lalu lintas yang sabar dan terbuka</li> <li>2. Aktif tetapi tidak banyak bicara</li> <li>3. Memberikan dorongan dan penguatan serta penuh empati.</li> </ol>	

Gambar 2.3. Tahap Kegiatan dalam Konseling Kelompok

4) *Tahap pengakhiran*, yaitu tahapan akhir kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok, serta merencanakan kegiatan selanjutnya. Pada tahap pengakhiran terdapat dua kegiatan yaitu penilaian (evaluasi) dan tindak lanjut (*follow up*). Tahap ini merupakan tahap penutup dari serangkaian kegiatan konseling kelompok dengan tujuan telah tuntasnya masalah yang dibahas oleh kelompok tersebut. Dalam kegiatan kelompok berpusat pada pembahasan dan penjelasan tentang kemampuan anggota kelompok untuk menetapkan hal-hal yang telah diperoleh melalui layanan konseling kelompok dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 2.4. Tahap Pengakhiran dalam Konseling Kelompok

Berdasarkan tahap-tahap konseling yang telah dikemukakan di atas, kiranya konseling haruslah dilakukan dengan sistematis, sesuai dengan yang telah diuraikan agar tujuan dari konseling kelompok yang telah dirumuskan dapat terlaksana dengan baik dan efektif.

### **c. Teknik dalam Konseling Kelompok**

Secara umum, teknik-teknik yang digunakan dalam penyelenggaraan layanan konsling kelompok mengacu kepada berkembangnya dinamika kelompok yang diikuti oleh seluruh anggota kelompok untuk mencapai tujuan layanan.

Teknik-teknik ini secara garis besar meliputi:

- 1) Komunikasi multiarah secara efektif dinamis dan terbuka.
- 2) Pemberian rangsangan untuk menimbulkan inisiatif dalam pembahasan, diskusi, analisis, dan pengembangan argumentasi.
- 3) Dorongan minimal untuk memantapkan respons aktivitas anggota kelompok
- 4) Penjelasan, pendalaman, dan pemberian contoh untuk lebih memantapkan analisis, argumentasi dan pembahasan.
- 5) Pelatihan untuk membentuk pola tingkah laku baru yang dikehendaki.

Teknik-teknik tersebut diawali dengan penstrukturan yang bertujuan untuk memberikan penjelasan dan pengarahan pendahuluan tentang layanan konseling kelompok. Dalam menjalankan teknik ini, berbagai kegiatan selingan atau permainan dapat diselenggarakan untuk memperkuat “jiwa” kelompok, memantapkan pembahasan, dan untuk relaksasi. Sebagai penutup, kegiatan pengakhiran dilaksanakan. Teknik-teknik tersebut diterapkan oleh

pemimpin kelompok secara tepat waktu, tepat isi, tepat sasaran, dan tepat cara sehingga pemimpin kelompok sebagai ketua tampil berwibawa, bijaksana, bersemangat dan aktif, berwawasan luas, dan terampil.

### **C. Penggunaan Layanan Konseling kelompok Untuk Meningkatkan *Self esteem***

Keterkaitan antara penggunaan konseling kelompok untuk meningkatkan penghargaan diri atau *Self esteem* dapat dilihat dari tujuan konseling kelompok.

Winkle (Kurnanto,2013:10) mengungkapkan bahwa salah satu tujuan dari konseling kelompok adalah “para anggota kelompok memperoleh kemampuan pengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula-mula dalam kontra antar pribadi di dalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari-hari diluar kehidupan kelompoknya.” Ini sangat cocok untuk diterapkan pada konseli yang mempunyai *self esteem* rendah karena menurut Centi (2005: 70-71), salah satu cara untuk mengatasi harga diri rendah, yakni: “Kita berusaha menjadi aktif dan mengarahkan diri menuju ke tujuan dan sasaran hidup kita.” Dengan kegiatan dan usaha kita pada suatu saat akan mampu mencapai apa yang harus dan dapat kita capai. Karena berkat kegiatan dan usaha itu diri dan kemampuan serta potensi kita berkembang.”

Jadi dengan konseling kelompok kita dapat menuntun konseli yang mempunyai *Self esteem* rendah untuk dapat aktif mengarahkan dirinya untuk dapat menemukan fokus penyelesaian masalah hidupnya, hal ini dapat dilatih dengan meminta konseli untuk memberikan solusi permasalahan yang dialami teman sekelompoknya.

Tujuan konseling selanjutnya adalah para anggota kelompok mengembangkan kemampuan berkomunikasi sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas pada fase perkembangan mereka.

Dengan konseling kelompok konseli akan komunikasi dan berinteraksi dengan teman sebayanya. Konseli akan mendapatkan dukungan sosial dari anggota lainnya, ketika konseli mengungkapkan masalahnya ia akan mendapatkan feedback berupa solusi dari semua anggota kelompok dan ia akan merasa lebih dicintai, dihargai oleh orang lain. Jika dilakukan secara berkala maka hal ini akan dapat meningkatkan harga diri konseli.

*Self esteem* paling kuat dipengaruhi oleh penerimaan teman sebaya. *Self esteem* yang rendah disebabkan karena mereka tidak mendapatkan dukungan emosional (seperti rasa cinta) dan pengakuan dari orang lain. Pernyataan tersebut di dukung oleh Roger (Santrock,2002:127) yang menyatakan bahwa, “alasan utama bagi individu memiliki *self esteem* rendah adalah karena

mereka tidak diberi dukungan emosional dan pengakuan sosial yang memadai.”

Ketika sudah merasa tidak dicintai seseorang akan kehilangan keseimbangan mental, lalu ia akan mencari sesuatu sebagai pengganti cinta yang hilang seperti narkoba dan perilaku negatif lain. Orang yang merasa tidak dicintai akan merasa kesepian dan terbuang. Dan kondisi ini akan memunculkan gangguan psikologis seperti kecemasan, stres, dan depresi.

Oleh karena itu untuk dapat meningkatkan *self esteem* siswa perlu dilakukan suatu upaya yang intensif, yaitu dengan menggunakan layanan yang ada dalam bimbingan dan konseling. Layanan yang dimaksudkan adalah layanan konseling kelompok. Sukardi (2008:68) menyatakan bahwa: “layanan konseling kelompok yaitu layanan bimbingan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok.”

Konseling kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan, pribadi dan pemecahan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok. Harrison (Kurnanto,2013:7) menyatakan bahwa:

“Konseling kelompok adalah konseling yang terdiri dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor. Dalam prosesnya, konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah seperti kemampuan dalam membangun hubungan dan komunikasi, pengembangan harga diri, dan ketrampilan-ketrampilan dalam menghadapi masalah.”

Layanan konseling kelompok merupakan suatu proses antar pribadi dengan beberapa anggota yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi terapi seperti permisif, orientasi pada kenyataan, saling percaya, saling pengertian, saling menerima, dan saling mendukung.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dapat membantu siswa yang memiliki *self esteem* rendah untuk mendapatkan dukungan emosional dan pengakuan dari orang lain. Karena di dalam kegiatan konseling kelompok, anggota kelompok diminta untuk mengungkapkan masalahnya dan anggota yang lain mendengarkan dan memberikan umpan balik. Adanya umpan balik yang positif ini akan memberikan dukungan emosional seperti merasa dicintai, dihargai dan dianggap keberadaannya. Hal ini akan dapat membantu untuk meningkatkan *self esteem* siswa yang bersangkutan.



### III. METODE PENELITIAN

#### A. Tempat Dan Waktu Penelitian

Penelitian dilakukan di SMA Negeri 2 Menggala dengan waktu pelaksanaan penelitiannya pada tahun ajaran 2015/2016.

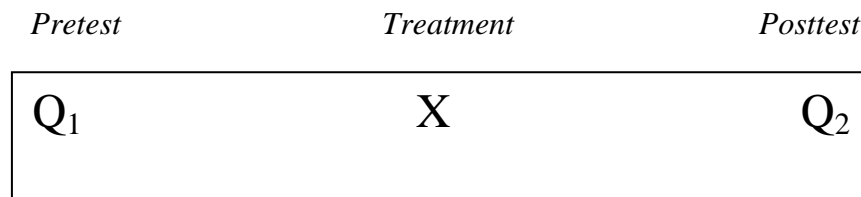
#### B. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan cara ilmiah yang di gunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan tertentu (Sugiyono, 2010:2). Penggunaan metode ini dimaksudkan agar kebenaran yang diungkap benar-benar dapat dipertanggungjawabkan dan memiliki bukti ilmiah yang akurat dan dapat dipercaya.

Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *pre-eksperimental designs* yaitu desain yang belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh karena masih terdapat variable luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variable dependen.

Desain penelitian yang digunakan yaitu *One group pretest-posttest design*. Dalam rancangan ini digunakan satu kelompok subjek. Pertama-tama dilakukan pengukuran, lalu dikenakan perlakuan untuk jangka waktu tertentu, kemudian

dilakukan pengukuran untuk kedua kalinya. Rancangan ini dapat digambarkan sebagai berikut:



**Gambar 3.1 Pola pre eksperimental design**

Keterangan :

- O<sub>1</sub> : Pengukuran awal berupa penyebaran skala *self esteem* yang diberikan kepada anggota kelompok sebelum diberi perlakuan.
- X : Perlakuan (*treatment*). Pelaksanaan layanan konseling kelompok terhadap siswa kelas XI SMA N 2 Menggala.
- O<sub>2</sub> : Pengukuran ahir berupa penyebaran skala *self esteem* untuk mengukur tingkat harga diri pada siswa sesudah diberi perlakuan, dalam pengukuran ahir akan didapatkan data hasil dari pemberian perlakuan dimana *self esteem* siswa di sekolah, menjadi meningkat atau tidak meningkat sama sekali.

Pelaksanaan dengan desain ini dilakukan dengan cara memberikan perlakuan atau *treatment* (X) terhadap suatu kelompok. Sebelum diberikan perlakuan atau *treatment*, kelompok tersebut diberikan *pretest* (O<sub>1</sub>) dan kemudian setelah perlakuan atau *treatment*, kelompok tersebut diberikan *posttest* (O<sub>2</sub>). Hasil dari kedua test ini kemudian dibandingkan untuk mengetahui apakah perlakuan yang diberikan memberikan pengaruh atau perubahan terhadap kelompok tersebut (Sugiyono, 2012).

### C. Subjek Penelitian

Subyek penelitian adalah sumber data untuk menjawab masalah. Subyek penelitian ini disesuaikan dengan keberadaan masalah dan jenis data yang ingin dikumpulkan. Subjek penelitian diperoleh melalui *purposive sampling*. *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel yang dilakukan dengan mengambil orang-orang yang terpilih betul oleh peneliti menurut ciri-ciri spesifik yang dimiliki oleh sampel itu (Nasution, 2008:98). Subjek penelitian pada penelitian ini adalah siswa kelas XI SMA Negeri 2 Menggala yang memiliki *self esteem* rendah.

Untuk menjangkau subjek penelitian, diberikan skala *self esteem* pada siswa kelas XI. Skala *self esteem* berfungsi sebagai penjangkauan siswa yang memiliki *self esteem* rendah sekaligus sebagai *pretest* bagi siswa yang menjadi subyek penelitian dengan kriteria yang telah ditentukan. Selain itu peneliti juga melakukan wawancara kepada guru BK untuk mendapatkan informasi mengenai siswa yang memiliki *self esteem* rendah pada siswa kelas XI. Wawancara menghasilkan informasi bahwa terdapat beberapa siswa yang memiliki *self esteem* rendah pada kelas XI IPA maupun IPS. Kemudian setelah mendapatkan subyek, selanjutnya peneliti akan memberikan konseling kelompok sebagai perlakuan.

Subyek penelitian yang terpilih dari penjangkauan subjek menggunakan skala *self esteem* adalah sebanyak 7 siswa yaitu 2 siswa dari kelas XI IPA 1, 4 siswa dari kelas XI IPA 2, dan 1 siswa dari kelas XI IPS 1.

## D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

### 1. Variabel Penelitian

Variabel adalah segala sesuatu yang akan menjadi objek pengamatan penelitian. Sering pula dinyatakan variabel penelitian adalah sebagai faktor-faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang akan diteliti (Suryabrata, 2012: 25)

Variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas (*independen*) dan variabel terikat (*dependen*), yaitu :

- a. Variabel bebas (*independen*) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel *dependen* (terikat). Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu konseling kelompok
- b. Variabel terikat (*dependen*) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *self esteem*.

### 2. Definisi Operasional

Definisi operasional dalam penelitian ini adalah *self esteem* dan konseling kelompok.

- a. Harga diri (*self esteem*) adalah penilaian yang dibuat oleh individu berdasarkan perasaan keberhargaan dirinya, yang ditunjukkan dengan indikator, 1) Mampu mengendalikan tingkah laku sendiri, 2) Mampu mengendalikan orang lain, 3) Adanya perhatian dari orang lain, 4) Adanya penerimaan orang lain terhadap eksistensinya, dan 5) Taat pada

peraturan yang berlaku sesuai moral, agama, dan etika, 6) Mampu memecahkan masalahnya sendiri, dan 7) Mampu meraih prestasi.

- b. Konseling kelompok adalah proses konseling yang dilakukan dalam situasi kelompok, dimana konselor berinteraksi dengan konseli dalam bentuk kelompok yang dinamis untuk memfasilitasi masalah yang dihadapinya secara bersama-sama. Adapun tahap-tahap pelaksanaan konseling kelompok, yaitu: tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, tahap pengakhiran.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data adalah teknik atau cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Untuk mengumpulkan data penelitian, peneliti harus menentukan teknik pengumpulan apa yang akan digunakan sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yaitu skala *self esteem*.

##### **1. Skala *Self Esteem***

Skala yang digunakan untuk melihat *self esteem* siswa adalah skala *self esteem* yang dikembangkan dari jenis skala *likert*. Dengan skala *likert*, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Indikator tersebut dijadikan tolak ukur untuk menyusun instrumen yang dapat berupa pertanyaan maupun pernyataan.

Skala *self esteem* digunakan untuk memperoleh data mengenai tingkat *self esteem* siswa, melalui *pre-test* dan *post-test*. Dengan menggunakan skala *self esteem* dapat diketahui siswa yang mengalami *self esteem* sangat rendah sampai pada tingkatan yang sangat tinggi.

Penulisan item skala ini dibedakan menjadi 2 kelompok, yaitu item yang mendukung pernyataan (Favorable) dan item yang tidak mendukung pernyataan (Unfavorable) serta terdiri dari 5 alternatif jawaban yaitu: sangat sesuai (SS), sesuai (S), ragu-ragu (RR), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Untuk keperluan analisis kuantitatif, maka jawaban itu dapat diberi skor antara 1 sampai 5.

**Tabel 3.1 Kategori Jawaban Skala Self Esteem**

No	Pertanyaan Favorable		Pertanyaan Unfavorable	
	Jawaban	Nilai	Jawaban	Nilai
1	SS	5	SS	1
2	S	4	S	2
3	RR	3	RR	3
4	TS	2	TS	4
5	STS	1	STS	5

Untuk lebih jelasnya, akan disajikan pengembangan kisi - kisi instrumen penelitian skala *self esteem* adalah sebagai berikut:

Tabel 3.2 Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen Skala *Self Esteem*

Variabel	Indikator	Deskriptor	No Item	
			Favorable	Unfavorable
<i>Self Esteem</i>	1. Mampu mengendalikan tingkah laku sendiri	1.1 Mempunyai kontrol diri yang kuat	8	26
		1.2 Menghargai tampilan fisik dirinya	21	3
	2. Mampu mengendalikan orang lain	1.3 Berani memberikan perintah kepada orang lain	25	28
		1.4 Dominan dalam pergaulan	5	10
		1.5 Pandai bergaul	1	24
	3. Adanya perhatian dari orang lain	3.1 Adanya dukungan dari orang lain	6	22
		3.2 Merasa bahwa orang lain bertindak baik terhadapnya	14	11
	4. Adanya penerimaan orang lain terhadap eksistensinya	4.1 Adanya popularitas dan penghargaan dari orang lain	35,29	18, 30
		4.2 Adanya rasa kasih sayang orang lain terhadapnya	38	19
		4.3 Merasa dihormati dalam berpendapat	20	2
		4.4 Adanya pengakuan dari orang lain	7, 13	23
	5. Taat pada peraturan yang berlaku sesuai moral, agama, dan etika	5.1 Taat pada peraturan yang berlaku di lingkungan sekolah	9, 16	4
		5.2 Memiliki sikap dan tingkah laku terpuji	33	37
	6. Mampu memecahkan masalahnya sendiri	6.1 Mampu melaksanakan tanggung jawab yang diberikan dengan baik	27	17
		6.2 Tidak mudah menyerah jika menghadapi kesulitan	40	12
	7. Mampu meraih prestasi	7.1 Percaya dengan kemampuan diri	31	15
		7.2 Mampu meraih mimpi	36	32
		7.3 Aktif disekolah	34	39

Kriteria skala *self esteem* siswa dikategorikan menjadi 2 yaitu: tinggi dan rendah. Untuk mengkategorikannya, terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus sebagai berikut:

$$i = \frac{NT-NR}{K}$$

Keterangan:

$i$  : interval  
 NT : nilai tertinggi  
 NR : nilai terendah  
 K : jumlah kategori

$$i = \frac{(40 \times 5) - (40 \times 1)}{3} = \frac{200 - 40}{3} = 53$$

**Tabel 3.3 Kriteria *Self Esteem***

Interval	Kriteria
147 - 200	Tinggi
93-146	Sedang
39 - 92	Rendah

Semakin besar skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi pula tingkat *self esteem* dan sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan *self esteem* yang rendah pada siswa.

## F. Pengujian Instrument Penelitian

### 1. Uji Validitas Skala *Self Esteem*

Validitas instrumen didefinisikan sejauh mana instrumen itu merekam atau mengukur apa yang dimaksudkan untuk direkam atau diukur



(Suryabrata,2012:60). Suatu skala pengukuran dikatakan valid apabila skala tersebut digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Sarwono,2006:99).

Dalam penelitian ini, Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi (*Content Validity*). Azwar (2014:132) berpendapat bahwa untuk menguji validitas isi dapat digunakan pendapat para ahli (*judgment experts*). Suryabrata (2012:61) juga menambahkan bahwa validitas isi ditegakkan pada langkah telaah dan revisi butir pertanyaan atau butir pernyataan, berdasarkan pendapat profesional (*professional judgment*) para penelaah. Ahli yang dimintai pendapatnya adalah 3 orang dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Unila yaitu bapak Drs. Syaifudin Latif, M.Pd, bapak M. Johan Pratama, S.Psi., M.Psi., Psi, dan ibu Yohana Oktarina,S.Pd.,M.Pd. Berdasarkan hasil uji ahli terdapat 47 item yang dinyatakan sesuai dan layak untuk uji coba.

Setelah dilakukan uji ahli terhadap terhadap instrumen skala kemudian dilakukan uji coba dan analisis aitem yang dilakukan dengan analisis faktor, yaitu dengan mengkorelasikan antar skor aitem instrumen dalam suatu faktor dan megkorelasikan skor faktor dengan skor total. Adapun rumus korelasi pearson product moment sebagai berikut :

Rumus korelasi *product moment* :

$$r_{xy} = \frac{N (\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

keterangan :

$r_{xy}$	= koefisien korelasi antara x dan y
$N$	= jumlah subjek
$X$	= skor item
$Y$	= skor total
$\sum X$	= jumlah skor item
$\sum Y$	= jumlah skor total
$\sum X^2$	= jumlah kuadrat skor item
$\sum Y^2$	= jumlah kuadrat skor total (Arikunto 2011: 170)

Uji coba skala *self esteem* disebar ke sebanyak 35 siswa untuk dijadikan sample pengujian validitas. Hasil uji coba yang didapatkan dari perhitungan Product Moment menggunakan SPSS 16 adalah dari 47 butir pernyataan, terdapat 7 item yang dinyatakan tidak valid. Hal ini diperoleh dari perhitungan  $r_{tabel} < r_{hitung}$ . Berdasarkan hasil pengolahan data tersebut terdapat 40 item yang valid. Untuk data perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 4 halaman 153 hasil uji coba.

## 2. Uji Reliabilitas Skala *Self Esteem*

Reliabilitas menunjuk pada adanya konsistensi dan stabilitas nilai hasil skala pengukuran tertentu. Reliabilitas berkonsentrasi pada masalah akurasi pengukuran dan hasilnya (Sarwono, 2006:100). Uji reliabilitas dihitung dan dianalisis dengan program SPSS (*Statistical Package for*

*Social Science*) 16 menggunakan rumus *alpha crombach* dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{11} = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum S_t^2}{S_t^2} \right)$$

Keterangan:

- r<sub>11</sub> : Reliabilitas instrumen
- k : Banyaknya butir pertanyaan
- ∑S<sub>t</sub><sup>2</sup> : Jumlah varian butir
- S<sub>t</sub><sup>2</sup> : Varian total

Untuk mengetahui tinggi rendahnya reliabilitas menggunakan kriteria reliabilitas ( Sugiyono 2014:184) sebagai berikut :

**Tabel 3.4 Kriteria Reliabilitas**

Koefisien r	Kategori
0,8 – 1,000	Sangat tinggi
0,6 – 0,799	Tinggi
0,4 – 0,599	Cukup
0,2- 0,399	Rendah
0,0-0,199	Sangat rendah

Hasil perhitungan skala *self esteem* menunjukkan bahwa skala *self esteem* yang digunakan memiliki reliabilitas sebesar 0,859 (lampiran 4 halaman 150). Berdasarkan kriteria reliabilitas pada tabel 3.5, 0,859 ada pada taraf 0,8 – 1,000 yaitu termasuk kriteria sangat tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa instrumen dalam penelitian ini dapat digunakan dalam penelitian.

## G. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Dengan analisis data maka akan dapat membuktikan hipotesis penelitian (Sugiono, 2012: 244).

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon*. Alasan peneliti menggunakan uji *Wilcoxon* karena subjek penelitian kurang dari 25, dan berdistribusi tidak normal (Sudjana, 2005:450). Penelitian ini akan menguji *pretest* dan *posttest* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dengan demikian peneliti dapat melihat perbedaan *pretest* dan *posttest* melalui uji *Wilcoxon* ini. Dalam pelaksanaan uji *Wilcoxon* untuk menganalisis kedua data yang berpasangan tersebut, dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*Statistical Package for Social Science*)16.

Adapun rumus uji *Wilcoxon* ini adalah sebagai berikut (Sudjana, 2002:96):

$$Z = \frac{T - \frac{1}{4}n(n+1)}{\sqrt{\frac{1}{24}n(n+1)(2n+1)}}$$

Keterangan :

- Z : Uji *Wilcoxon*
- T : Total Jenjang (selisih) terkecil antara nilai *pretest* dan *posttest*
- N : Jumlah data sampel

Kriteria pengujian :

Ha diterima, jika  $Z_{hitung} \leq Z_{tabel}$

Ha ditolak, jika  $Z_{hitung} \geq Z_{tabel}$

Saat dilakukan uji hipotesis menggunakan uji *Wilcoxon*, diperoleh harga  $Z_{hitung} = -2,371$ . Harga ini selanjutnya dibandingkan dengan  $Z_{tabel} = 1,645$  (lampiran 13 halaman 185). Ketentuan pengujian bila  $Z_{hitung} < Z_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa kelas XI di SMA Negeri 2 Menggala tahun ajaran 2015/2016, maka dapat diambil kesimpulan, yaitu, layanan konseling kelompok dapat dipergunakan untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Menggala tahun ajaran 2015/2016. Hal ini terbukti dari hasil analisis data dengan menggunakan *uji wilcoxon*, dimana diperoleh harga  $z_{hitung} = -2,371$ . Harga ini selanjutnya dibandingkan dengan  $z_{tabel} = 1,645$ . Ketentuan pengujian bila  $z_{hitung} < z_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

### B. Saran

Setelah penulis menyelesaikan penelitian, membahas dan mengambil kesimpulan dari penelitian ini, maka dengan ini penulis mengajukan saran sebagai berikut:

1. Kepada 7 (tujuh) orang subyek dalam penelitian ini hendaknya mengikuti kegiatan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan *self esteem*.
2. Kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya mengadakan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan *self esteem* siswa yang rendah

pada khususnya, dan untuk memecahkan berbagai permasalahan lain pada umumnya.

3. Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang penggunaan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan *self esteem* hendaknya dapat menggunakan subjek berbeda dan meneliti variabel lain dengan mengontrol variabel yang sudah diteliti sebelumnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. 2006. *Psikologi kepribadian Edisi revisi*. Malang: UMM Press.
- Astuti, Windi. 2013. *Upaya Meningkatkan Self Esteem Pada Siswa Yang Mengalami Pengabaian Orang Tua Melalui Konseling Realitas pada Siswa di Kelas VII G Smp Negeri 13 Semarang Tahun Ajaran 2012/2013*. Universitas Negeri Semarang. [lib.unnes.ac.id/19298/1/1301407019.pdf](http://lib.unnes.ac.id/19298/1/1301407019.pdf). Tanggal 21 Mei 2015. <http://lib.unnes.ac.id/1301407019.pdf>.
- Azwar, Saifudin. 2014. *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Boeree. 2008. *Berbagai Teori Karakteristik Manusia*. Jakarta: Pustaka.
- Borualogo, Ihsana Sabriani. 2004. *Hubungan antara Persepsi tentang Figur Attachment dengan Self Esteem Remaja Panti Asuhan Muhammadiyah*. Dalam jurnal Psikologi 13. (1). 29-49.
- Branden, Nathaniel. 2010. *Kiat Jitu Meningkatkan Harga Diri*. Jakarta: Pustaka Delapratasa.
- Burns Alih Bahasa Eddy. 1993. *Konsep Diri (teori, pengukuran, perkembangan dan perilaku)*. Jakarta: Arcan.
- Centi, P. J. 2005. *Mengapa Rendah Diri*. Yogyakarta : Kanisius.
- Coetzee, M. 2005. *Employee Commitment*. University of Pretoria etd. <http://upetd.up.ac.za/thesis/Available/etd04132005130646/unrestricted/05chapter5.pdf>. download Oktober 04, 2015.
- Corey, Gerald. 2010. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Dariuszky, G. 2004. *Membangun Harga Diri*. Bandung: CV. Pionir Jaya E.
- Evita, T.O.A. 2014. *Peningkatan Self Esteem Siswa Kelas X Menggunakan Layanan Konseling Kelompok*. Skripsi Bimbingan Konseling Universitas Lampung.



- Freist, Jess & Feist. Gregory J. 2011. *Teori Kepribadian Theories of Personality*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Giyono.2015. *Bimbingan Konseling*. Yogyakarta: Media Akademi.
- Ghufron M. Nur, Rini Risnawati S. 2010. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar Ruz Media.
- Hudainah & Dayaksini, Tri. 2012. *Psikologi Sosial*. Malang: Umm Press.
- Kurnanto, M. Edi. 2013. *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta.
- Nasution, S. 2008. *Metode Research (Penelitian Ilmiah)*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Nazir, Muh. 2009. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Nurihsan dan Yusuf. 2007. *Psikologi Remaja*. Surabaya: PT Usaha Nasional.
- Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok Konseling Kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Robert A. Baron & Byane, Donn. 2003. *Psikologi Sosial (edisi 10)*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock. J. W. 2002. *Perkembangan Masa Hidup.(edisi kelima)*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, Jonathan. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sarwono, S. W. 1994. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Sudjana. 2002. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sudjana, N. 2005. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- \_\_\_\_\_. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- \_\_\_\_\_. 2014. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Suhartono. 2015. *Presiden Jokowi: Jangan Takut Dengan Mea*. Kompas.com, 27April.<http://bisniskeuangan.kompas.com/read/2015/04/27/104324426/presiden.Jokowi.Jangan.Takut.dengan.MEA>.

Suryabrata, Sumadi. 2012. *Metode Penelitian*. Jakarta: Rajawali Pers 2012.

Sukardi. 2008. *Metodologi Penelitian Pendidikan, Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: PT. Bumi Aksara

Syamsu, Yusuf L.N. dan Sugandi, N.MM. 2011. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

Widiyastuti, Yeni. 2014. *Psikologi Sosial*. Yogyakarta. Graha Ilmu.