

**PENINGKATAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA KELAS VIII
SMP NEGERI 21 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2015/ 2016**

(Skripsi)

Oleh

SEFTI RHOLANJIBA



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

ABSTRACT

INCREASING POSITIVE SELF CONCEPT BY USING TUTORING GROUP SERVICE IN THE EIGHT GRADE OF JUNIOR HIGH SCHOOL 21 BANDAR LAMPUNG ACADEMIC YEAR 2015/2016

By

SEFTI RHOLANJIBA

The purpose of this research is to know that the self concept can be increased using tutoring group service. The main problem the negative self concept. This research used the quasy experimental method with Non-equivalent Control Group Design. The research subject was 16 students. The data collecting technique using self concept scale. The result of data analysis using Wilcoxon test, on a group of experiment $Z_{count} = -2.521 < Z_{table} = 1.645$, then H_01 is rejected but H_{a1} is accepted. Whereas on a group of control $Z_{count} = -1.841 < Z_{table} = 1.645$ With the average percentage increase 2.13% so H_{a2} rejected H_{o2} accepted

Keywords: *guidance counseling, group guidance, and self-concept*

ABSTRAK

PENINGKATAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 21 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2015/2016

Oleh

SEFTI RHOLANJIBA

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peningkatan konsep diri dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok. Masalah penelitian ini adalah konsep diri negatif. Penelitian menggunakan metode *quasy experimental* dengan *Non-equivalent Control Group Design*. Subjek penelitian sebanyak 16 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan skala konsep diri. Hasil analisis data dengan uji *Wilcoxon*, kelompok eksperimen z hitung = $-2.521 < z$ tabel = $1,645$, sehingga H_{a1} diterima dan H_{o1} ditolak sedangkan kelompok kontrol z hitung = $-1.841 < z$ tabel = $1,645$, dan jika dilihat rata-rata peningkatan persentase, konsep diri kelompok kontrol $2,13\%$, sehingga H_{a2} ditolak dan H_{o2} diterima

Kata kunci: bimbingan konseling, bimbingan kelompok, dan konsep diri

**PENINGKATAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN LAYANAN
BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA KELAS VIII
SMP NEGERI 21 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2015/ 2016**

Oleh

SEFTI RHOLANJIBA

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

**: PENINGKATAN KONSEP DIRI POSITIF
DENGAN LAYANAN BIMBINGAN
KELOMPOK PADA SISWA KELAS VIII
SMP NEGERI 21 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2015/ 2016**

Nama Mahasiswa

: Sefti Rholanjiba

Nomor Pokok Mahasiswa

: 1213052041

Program Studi

: Bimbingan dan Konseling

Jurusan

: Ilmu Pendidikan

Fakultas

: Keguruan dan Ilmu Pendidikan



1. Komisi Pembimbing

[Signature]
Drs. Yusmansyah, M.Si.

NIP. 19600114 198503 1 004

[Signature]
Shinta Mayasari, S.Psi, M.Psi, Psi

NIP. 19800501 200812 2 002

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

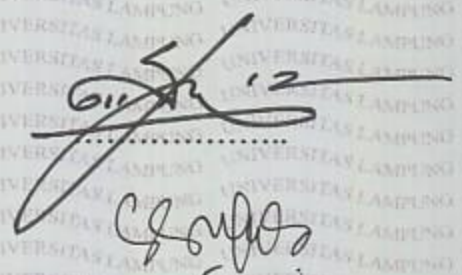
[Signature]
Dra. Riswanti Rini, M.Si

NIP. 19600328 198603 2 002

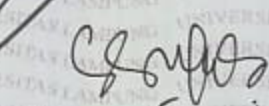
MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

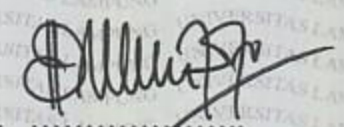
Ketua : Drs. Yusmansyah, M.Si.



Sekretaris : Shinta Mayasari, S.Psi, M.Psi, Psi.



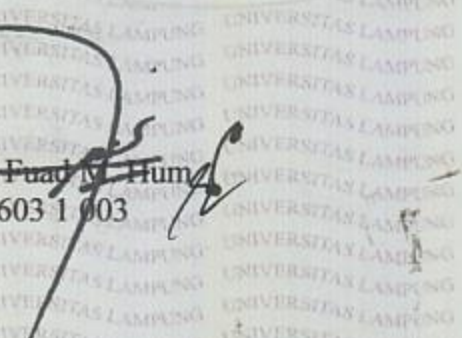
**Penguji
Bukan Pembimbing** : Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi.



2. Dekan FKIP Universitas Lampung



Dr. M. Muhammad Fuad Humud
NIP. 19690722 198603 1 003



Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 10 Juni 2016

PERNYATAAN SKRIPSI MAHASISWA

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sefti Rholanjiba
Nomor Pokok Mahasiswa : 1213052041
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Jurusan : Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“PENINGKATAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 21 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2015/ 2016”** adalah benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada bulan Maret 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, 25 Juni 2016
Yang menyatakan,



Sefti Rholanjiba
NPM 1213052041

RIWAYAT HIDUP



Sefti Rholanjiba lahir di Bandar Lampung, pada tanggal 09 Januari 1995, sebagai anak kedua dari empat bersaudara, dari pasangan Bapak Ruslan Helmi, S.Sos., M.M dan Ibu Mashilda, S.Pd. I (Almh).

Penulis menempuh pendidikan formal yang diawali dari : Taman Kanak-Kanak (TK) Satria Sukarame lulus tahun 2000, Pendidikan Sekolah Dasar (SD) Negeri 2 Sukabumi diselesaikan tahun 2006, Madrasah Tsanawiyah (MTs) Negeri 1 Tanjung Karang diselesaikan tahun 2009, kemudian melanjutkan ke Madrasah Aliyah (MA) Negeri 1 Bandar Lampung 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 SMA Pagar Dewa, kedua kegiatan tersebut dilaksanakan di Pekon Sidomulyo, Kecamatan Pagar Dewa, Kabupaten Lampung Barat, Provinsi Lampung.

MOTTO

“Jadilah kamu manusia yang pada kelahiranmu semua orang tertawa bahagia, tetapi hanya kamu sendiri yang menanggis; dan pada kematianmu semua orang menanggis sedih, tetapi hanya kamu sendiri yang tersenyum”

(Mahatma Gandhi)

"Harga kebaikan manusia adalah diukur menurut apa yang telah dilaksanakan dan diperbuatnya "

(Ali Bin Abi Thalib)

“Pendidikan merupakan perlengkapan paling baik untuk hari tua”

(Aristoteles)

“The man who says he never has time is the laziest man”

(Lichtenberg)

PERSEMBAHAN

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

Ayahanda ku Ruslan Helmi, S. Sos., M.M dan Almh Ibunda ku Mashilda, S. Pd.I

Kakak dan Adik-Adik ku:

Stefani Rholanjiba

Suandireza Rholanjiba

Risdam Ananda Rholanjiba

Keluarga besarku

Almamaterku tercinta Universitas Lampung

- Sefti Rholanjiba -

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 Peningkatan Konsep diri positif dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung pada tahun pelajaran 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. H. 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 Shinta Mayasari, S.Psi, M.Psi, Psi selaku Pembimbing Akademik sekaligus Pembimbing Pembantu. Terima kasih atas bimbingan, kesabaran, saran, dan masukan berharga yang telah diberikan kepada penulis.

5. Ibu Diah Utaminingsih, S.Psi., M.A., Psi 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. Giyono, M.Pd., Drs. Muswardi Rosra M.Pd., Drs. Syaifudin Latif, M.Pd., Dr. Syarifuddin Dahlan, M.Pd., M. Johan Pratama, 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. Ibu Hj. Yuliati, S.Pd, selaku kepala SMP Negeri 21 Bandar Lampung, beserta para staff yang telah membantu penulis dalam melakukan penelitian.
9. Orang tua ku tercinta, Bapak Ruslan Helmi. S.Sos., M.M dan ibu Mashilda , S. Pd. I (Almarhumah) yang tak henti-hentinya menyayangiku, memberikan doa, nafkah, dukungan, motivasi, semangat untuk ku, serta dengan sabar menantikan keberhasilanku.
10. Duliku Stefani Rholanjiba, S. Stat, kakak yang menjadi teman berantem dan sahabatku dirumah.
11. Adik-Adikku Suandireza Rholanjiba dan Risdam Ananda Rholanjiba yang selalu menghibur, kita sama-sama berjuang untuk sukses ya dek.

12. Keluarga besar ku, alm Datuk Abdullah dan Siti Nuraini, Litah dan Awali, Ayah dan Ibu di Kampung Negara Aji Baru, Uwak Perempuan dan Uwak laki di Kampung Haduyang Ratu.
13. Keluarga besar ku, alm. Atu M. Ali Kadir dan Atu Alidah, Mama dan Papa Engka, Puan Laki dan Ibu Puan, Lati dan Alati, Ayah Iya dan Bunda, Ayah Ajo dan Mami.
14. Semua Guru-guru yang sudah pernah mendidik dan memberikan ilmu selama menempuh jenjang pendidikan dari TK-MA (Ibu Emi, Ibu Siti, Ibu Widi, Ibu Nurwidi, Ibu Arif), semoga ilmu yang telah kalian berikan menjadi ladang pahala bagi ibu dan bapak guru sekalian, Amin.
15. Iqlima Amelia beserta keluarga, terima kasih sudah menganggap sebagai bagian dari keluarga, dari masa-masa putih abu-abu sampai sekarang, susah senang yah chi terus bareng.
16. *Girls generation* Rinda Maulina, Ida Santika, Dian Permata, Nyi Ayu Revi Soraya, Luluk Nandya, dan Rya Novega makasih senang susah bareng-bareng.
17. Pera Agustina, Sintia, Wika yang sudah mau jadi kelompok Jiba setiap ada tugas, sabar ngadepin Jiba yang kadang banyak tingkah, Mbak Qom, Mbak Nov yang selalu senantiasa menasehati, Rizka, Devi, Jawir yang senantiasa memberi tawa, Erlinda, Limah, Ayu, Anik, Teguh yang udah *share and care* drama Korea, bujang-bujang BK Rico, Luqman, Nico, serta seluruh Mahasiswa BK 2012 yang selalu kompak dalam kejahatan namun pance kalau punya rencana
18. Kakak-Kakak dan Adik tingkat program Studi Bimbingan Konseling

19. Sahabat-sahabat seperjuanganku di Pekon Sidomulyo Kecamatan Pagar Dewa Lampung Barat, Khabib, Bagas, Nurina Ulfa, Indah Yuni, Rism, Arum, Rizki, Wayan, dan Luna terima kasih atas canda tawa kalian, kebersamaan itu membuat KKN dan PPL begitu menyenangkan.
20. Bapak, Ibu induk semang, terima kasih atas makanan, perhatian dan merawat kami layaknya anak sendiri bukan tamu, Mas Jepri dan Mbak Fifah yang membantu kami selama tinggal dirumah, Salam Rindu untuk Kalian
21. Bapak dan Ibu Pratin pekon Sidomulyo semua warga Kalirejo, terimakasih atas penerimaan dan sambutan luar biasa selama kami KKN/PPL.
22. Adik-adikku Eka, Zahwa, Yudha, Raihan, Rani, Mainur, Nurul, Yulia, Aulia, Rezal, Jakti, Kharina, Anis, Tirta, Septa, dan Cecilia terimakasih atas waktu, kerjasama dalam penelitian di SMP Negeri 21 Bandar Lampung
23. Semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih.
24. 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, 25 Juni 2016
Penulis

Sefti Rholanjiba

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR ISI	i
DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GAMBAR.....	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang dan Masalah	1
1. Latar Belakang	1
2. Identifikasi Masalah	7
3. Pembatasan Masalah	8
4. Rumusan Masalah	8
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian	9
1. Tujuan Penelitian	9
2. Manfaat Penelitian	9
C. Ruang Lingkup Penelitian	10
D. Kerangka Pikir.....	11
E. Hipotesis.....	15
II. TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Diri dalam Bimbingan Pribadi.....	17
1. Bidang Bimbingan Pribadi.....	17
2. Pengertian Konsep Diri	19
3. Sifat-sifat Konsep Diri	21
4. Aspek-aspek Konsep Diri.....	25
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri.....	28
6. Perkembangan Konsep Diri	32
7. Konsep Diri Remaja	34
B. Bimbingan Kelompok	38
1. Pengertian Bimbingan Kelompok	38
2. Tujuan Bimbingan Kelompok	39
3. Komponen Bimbingan Kelompok	42
4. Asas-asas Bimbingan Kelompok	48
5. Jenis-jenis Bimbingan Kelompok	48
6. Teknik-teknik Bimbingan Kelompok	49
7. Tahap-tahap Bimbingan Kelompok	51
C. Peningkatan Konsep Diri dengan Bimbingan Kelompok	59

III. METODE PENELITIAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian	65
B. Metode Penelitian	66
C. Subjek Penelitian	68
D. Variabel dan Definisi Operasional Variabel Penelitian	70
1. Variabel Penelitian	70
2. Definisi Operasional Variabel Penelitian	71
E. Teknik Pengumpulan Data	72
1. Skala Konsep Diri	72
F. Uji Persyaratan Instrumen	74
1. Uji Validitas Instrumen	75
2. Uji Reliabilitas Instrumen	77
G. Teknik Analisis Data	78
IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	80
1. Gambaran Hasil Pra Bimbingan Kelompok.....	80
2. Deskripsi Data.....	83
3. Pelaksanaan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok.....	85
4. Hasil Pelaksanaan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok.....	87
5. Data Skor Subjek (<i>Postest</i>)	96
6. Analisis Data Hasil Penelitian.....	127
7. Uji Hipotesis	131
B. Pembahasan.....	132
V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	142
1. Kesimpulan Statistik.....	142
2. Kesimpulan Penelitian.....	143
B. Saran.....	143
DAFTAR PUSTAKA	145
LAMPIRAN.....	147

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Desain Penelitian <i>Non-equivalent Control Group Design</i>	67
3.2 Kisi-Kisi Skala	73
3.3 Kriteria Konsep Diri	74
3.4 Kriteria Reliabilitas	77
4.1 Daftar Subjek Penelitian	82
4.2 Kriteria konsep diri siswa.....	83
4.3 Hasil <i>Pre test</i> Sebelum Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok	84
4.4 Kegiatan Penelitian di SMP Negeri 21 Bandar Lampung	86
4.5 Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	97
4.6 Hasil <i>posstest</i> Kelompok Kontrol	97
4.7 Perbandingan Skor hasil <i>pre test</i> dan <i>post test</i> konsep diri pada kelompok eksperimen	98
4.8 Perbandingan Skor hasil <i>pre test</i> dan <i>post test</i> konsep diri pada kelompok kontrol	99
4.9 Perubahan Konsep diri ESP Setelah Layanan Bimbingan Kelompok	104
4.10Perubahan Konsep diri ZTA Setelah Layanan Bimbingan Kelompok	108
4.11Perubahan Konsep diri MKY Setelah Layanan Bimbingan Kelompok ...	111
4.12Perubahan Konsep diri RH Setelah Layanan Bimbingan Kelompok	114
4.13Perubahan Konsep diri RP Setelah Layanan Bimbingan Kelompok	117
4.14Perubahan Konsep diri MH Setelah Layanan Bimbingan Kelompok	120
4.15Perubahan Konsep diri NH Setelah Layanan Bimbingan Kelompok	123
4.16Perubahan Konsep diri YA Setelah Layanan Bimbingan Kelompok	126
4.17Analisis Data Hasil Penelitian Menggunakan <i>Uji Wilcoxon</i> Pada Kelompok Eksperimen.....	128
4.18Analisis Data Hasil Penelitian Menggunakan <i>Uji Wilcoxon</i> Pada Kelompok Kontrol	128

DAFTAR GAMBAR

Gambar	halaman
1.1 Kerangka pikir penelitian.....	14
2.1 Tahap Pembentukan dalam Bimbingan Kelompok.....	53
2.2 Tahap Peralihan dalam Bimbingan Kelompok.....	54
2.3 Tahap Kegiatan dalam Bimbingan Kelompok (Bebas)	56
2.4 Tahap Kegiatan dalam Bimbingan Kelompok (Tugas)	57
2.5 Tahap Pengakhiran dalam Bimbingan Kelompok	58
4.1 Perbandingan Skor hasil <i>pre test</i> dan <i>post test</i> kelompok eksperimen	101
4.2 Perbandingan Skor hasil <i>pre test</i> dan <i>post test</i> kelompok kontrol	101
4.3 Grafik Perubahan konsep diri ESP	105
4.4 Grafik Perubahan konsep diri ZTA.....	108
4.5 Grafik Perubahan konsep diri MKY	112
4.6 Grafik Perubahan konsep diri RH.....	115
4.7 Grafik Perubahan konsep diri RP.....	118
4.8 Grafik Perubahan konsep diri MH.....	121
4.9. Grafik Perubahan konsep diri NH.....	123
4.10 Grafik Perubahan konsep diri YA.....	126
4.11. Grafik Peningkatan Konsep diri Sebelum dan Sesudah Mengikuti Layanan Bimbingn Kelompok pada Kelompok Eksperimen.....	129
4.12 Grafik Perbandingan skor <i>pretest</i> dan <i>postest</i> pada kelompok kontrol.....	130

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi skala Konsep diri	148
2. Laporan Hasil uji Ahli Instrumen	151
3. Laporan Hasil uji coba.....	153
4. Skala Konsep diri	160
5. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	163
6. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	164
7. Jadwal Kegiatan Penelitian	165
8. Satuan Layanan Bimbingan	166
9. Modul Pelaksanaan Layanan Bimbingan	175
10. Hasil <i>Uji Wilcoxon</i>	201
11. Tabel Distribusi Z	203
12. Surat izin penelitian	
13. Surat balasan dari sekolah penelitian	

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang dan Masalah

1. Latar Belakang

Remaja adalah masa transisi atau peralihan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari usia 13 tahun sampai dengan 16 tahun atau 17 tahun, dan akhir masa remaja dari usia 16 tahun sampai 18 tahun. (Hurlock: 2005; 206). Secara umum masa remaja atau adolesen adalah salah satu perkembangan hidup manusia ketika individu yang belum dewasa dalam umur belasan tahun dengan pertumbuhan jasmaniah dan mental yang sudah berkembang.

Perubahan dalam banyak aspek terjadi, seperti dalam aspek jasmani, mental, relasi, dan sosial. Sekolah dapat membawa berbagai persoalan dalam dirinya. Mereka menghadapi “persoalan identitas”, mereka kurang tahu siapa sebenarnya diri mereka, apa yang mampu dikerjakan, dimana keterbatasan dalam dirinya, kearah mana ia berjalan, dimana tempatnya dalam masyarakat, apa tuntutan masyarakat jika ia berdiri pada suatu tempat tertentu sehingga remaja memikul tugas dan tanggung jawab yang disebut sebagai tugas-tugas perkembangan, antara lain mencapai hubungan yang lebih matang dengan

teman sebaya baik dengan pria maupun wanita (Hurlock, 2005: 209). Remaja biasanya mulai mengalami kebingungan dengan identitas diri mereka menurut teori menyebutnya *Sturm und Drang*, *Storm and Stress* yaitu semacam masa badai topan. Remaja mulai mencari tahu status sosialnya, jati diri mereka, seperti apa watak mereka dan bagaimana orang lain menilai diri mereka. Oleh sebab itu, pembentukan konsep diri pada remaja sangat penting karena akan mempengaruhi kepribadian, tingkah laku, dan pemahaman terhadap diri sendiri.

Konsep diri merupakan gambaran individu tentang dirinya, apa yang individu ketahui tentang dirinya, bagaimana individu memandang dan menilai dirinya. Menurut Rogers (Suryabrata, 2007: 259) konsep diri menunjuk pada cara seseorang untuk memandang dan merasakan dirinya, sehingga konsep diri merupakan penentu dalam melakukan respon terhadap lingkungan sekitarnya. Pendapat tersebut didukung oleh Brooks (Rakhmat, 2005: 99) yang mendefinisikan konsep diri sebagai pandangan dan perasaan individu tentang dirinya yang meliputi aspek fisik, psikis, dan sosial.

Dalam perkembangannya konsep diri seseorang dipengaruhi banyak faktor. Konsep diri tidak dapat terbentuk tanpa melalui proses belajar. Proses belajar ini dapat diperoleh dari interaksi dengan orang lain. Seperti yang dijelaskan oleh Mead (Rakhmat, 2005: 101) mengungkapkan bahwa konsep diri itu berkembang melalui dua tahap, yaitu internalisasi sikap orang lain terhadap diri dan internalisasi norma masyarakat.

Faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah orang lain. Orang lain tersebut termasuk di dalamnya adalah orang tua, teman sebaya, dan lingkungan yang lebih luas seperti lingkungan sekolah dan masyarakat. Dengan terjadinya interaksi antara individu dengan lingkungan sekitarnya, akan mengembangkan konsep diri individu tersebut baik kearah yang positif maupun negatif.

Setiap individu pasti memiliki konsep diri dan dapat berkembang menjadi konsep diri positif maupun negatif, namun demikian individu pada umumnya tidak tahu apakah konsep diri yang dimiliki itu negatif atau positif. Individu yang memiliki konsep diri positif akan memiliki dorongan untuk mengenal dan memahami dirinya sendiri. Dalam hal ini individu dapat menerima dirinya secara apa adanya dan akan mampu menginstropeksi diri atau lebih mengenal dirinya melalui kelebihan dan kelemahan yang dimiliki, Sedangkan individu yang memiliki konsep diri negatif, ia tidak memiliki kestabilan perasaan dan keutuhan diri, tidak mampu mengenal diri sendiri baik kelebihan maupun kelemahan serta potensi yang dimiliki. Individu yang memiliki konsep diri negatif adalah individu yang pesimis, merasa dirinya tidak berharga, dan tidak tahan dengan kritikan yang diberikan kepadanya.

Berdasarkan observasi dan wawancara dengan guru pembimbing, guru bidang studi, dan wali kelas di SMPN 21 Bandar Lampung diperoleh data bahwa masih banyak siswa kelas VIII memiliki konsep diri positif rendah. Gejala yang tampak seperti banyak siswa yang tidak menaati tata tertib sekolah,

dengan tidak memakai atribut sekolah dengan baik dan benar, menyontek ketika mengerjakan ujian, siswa yang kurang aktif di kelas, ada siswa yang merasa rendah diri, terdapat siswa yang memiliki perasaan tidak mampu melaksanakan tugas, terdapat siswa yang tidak berani tampil di depan umum, sering mengeluh terhadap diri sendiri, tidak mengetahui kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, merasa malu dan tidak yakin terhadap dirinya dan tidak mempunyai motivasi untuk berkompetisi dalam berprestasi. Dari gejala-gejala tersebut dapat dikatakan masih banyak siswa yang belum memiliki konsep diri yang positif .

Permasalahan tersebut akibat perubahan fisik, psikologis dari masa-masa transisi dari SD ke jenjang pendidikan selanjutnya yaitu SMP atau SMA dimana konsep diri yang kurang stabil. Permasalahan yang terkadang masih dianggap remeh oleh para pendidik, namun permasalahan tersebut dapat mengganggu perkembangan pada masa remajanya sehingga harus segera mendapatkan penanganan yang menyeluruh. Penanganan yang menyeluruh tersebut dapat dilakukan oleh berbagai pihak baik berasal dari keluarga, sekolah, maupun masyarakat.

Proses pendidikan tidak hanya sekedar dari pentransferan ilmu semata yang terjadi di bangku sekolah, namun proses pendidikan berupa segala aktifitas dari yang tidak tahu menjadi tahu, dari tidak bisa menjadi bisa, terdapat proses penggalian potensi, pengembangan diri, pembentukan karakter siswa, serta termasuk dalam membentuk dan mengembangkan konsep diri siswa., Hal ini

sejalan dengan definisi pendidikan menurut Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional No.20/2003 (Bab I Pasal I: 1) yaitu:

“pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan 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”.

Selain itu, dijelaskan dalam pendidikan nasional yang berdasarkan Pancasila dan UUD Negara Republik Indonesia Tahun 1945 bahwa

“pendidikan berfungsi mengembangkan kemampuan diri dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.”

Pendidikan suatu kegiatan yang di dalamnya melibatkan banyak orang, dimana didalamnya terdapat komponen pendidikan diantaranya peserta didik, pendidik, kepala sekolah, administrator sekolah/ Staff Tata Usaha, konselor sekolah, masyarakat, dan orang tua peserta didik. Oleh karena itu, agar tujuan pendidikan dapat tercapai secara efektif dan efisien, maka setiap orang yang terlibat di dalam pendidikan tersebut dapat memahami tugas dan fungsi sesuai dengan pekerjaan dan dapat melakukan kolaborasi untuk tercapainya tujuan pendidikan secara efektif dan efisien berupa tercapainya perkembangan remaja secara optimal dan peserta didik . Salah satu komponen yang penting dalam penyelenggaraan pendidikan adalah Bimbingan dan Konseling.

Layanan bimbingan dan konseling yang terdapat di sekolah memiliki peranan yang sangat penting dalam pengembangan diri siswa, khususnya konsep diri siswa. Sesuai dengan fungsi bimbingan dan konseling, yaitu pemahaman, pencegahan, pengentasan, pemeliharaan dan pengembangan. Bimbingan dan konseling tersebut dapat memfasilitasi berkembangnya karakteristik pribadi siswa secara optimal, terutama dalam pengembangan dan peningkatan konsep diri yang positif pada siswa.

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan yang dianggap tepat untuk mengembangkan dan meningkatkan konsep diri positif pada siswa. Bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok. Layanan bimbingan kelompok merupakan usaha pemberian bantuan kepada siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Dengan memanfaatkan dinamika kelompok setiap anggota diharapkan berinteraksi dan beradaptasi dengan keadaan kelompok, mampu mengembangkan dirinya dalam hubungannya dengan orang lain, masing-masing anggota kelompok akan berkontribusi dalam pembahasan dan kegiatan bimbingan kelompok dengan berperan aktif dalam kegiatan kelompok. Hal ini selaras dengan pengertian bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh Prayitno (2004:1):

bimbingan kelompok membahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok, melalui suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota dibawah bimbingan pemimpin kelompok.

Dengan demikian, diharapkan layanan bimbingan kelompok dapat digunakan dalam mengembangkan dan meningkatkan konsep diri positif pada siswa. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa konsep diri terbentuk dari adanya interaksi antara individu dengan orang lain. Dengan interaksi yang terjadi antara anggota kelompok dalam bimbingan kelompok nantinya, diharapkan dapat berdampak positif bagi siswa dalam penciptaan gambaran diri atau konsep diri siswa, yang mencakup pengetahuan diri, pemahaman diri, penerimaan diri, penilaian diri, dan harapan-harapan terhadap diri.

Berdasarkan paparan di atas, maka penulis akan melakukan penelitian dengan judul “Meningkatkan Konsep Diri Positif dengan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 21 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016.”

2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi masalahnya sebagai berikut :

- a. Ada siswa yang belum mengetahui potensi yang ada pada dirinya
- b. Ada siswa yang selalu berpikir negatif tentang dirinya sendiri
- c. Ada siswa yang rendah diri karena merasa tidak memiliki kelebihan seperti teman-temannya
- d. Ada siswa yang merasa pesimis menjalani hidup sehingga terlihat putus asa ketika menghadapi suatu masalah

- e. Ada siswa yang memiliki penerimaan terhadap diri yang rendah sehingga tidak memiliki kepercayaan diri

3. Pembatasan Masalah

Untuk memudahkan penelitian dan agar penelitian terfokus pada masalah yang akan diteliti, maka perlu diadakan pembatasan masalah. Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka batasan masalah pada penelitian ini adalah “Peningkatan konsep diri positif dengan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016”.

4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini adalah konsep diri siswa yang kurang positif . Adapun rumusan masalahnya adalah “Apakah konsep diri positif siswa dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok?”

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan konsep diri dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016.

2. Manfaat Penelitian

1) Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini kedepannya diharapkan akan bermanfaat untuk menambah dan mengembangkan pengetahuan dalam bidang bimbingan dan konseling di sekolah. Khususnya yang terkait dengan pengembangan strategi layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif pada siswa.

2) Manfaat praktis

Memberikan data empiris bahwa konsep diri siswa dapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok, sehingga guru bimbingan konseling di sekolah dituntut untuk memanfaatkan dinamika kelompok untuk menumbuhkan konsep diri positif selain itu konselor dituntut menguasai pendekatan dan teknik dalam bimbingan dan konseling baik secara teoritis maupun aplikasi langsung kepada anggota kelompok seperti role playing, memanfaatkan video-video terkait dengan konsep diri.

Selain itu hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi yang bermanfaat bagi guru, siswa, orang tua, dan masyarakat sehingga dapat mengembangkan konsep diri pada remaja.

C. Ruang Lingkup Penelitian

Adapun ruang lingkup penelitian ini adalah:

1. Ruang Lingkup Ilmu

Ruang lingkup penelitian ini adalah konsep keilmuan bimbingan dan konseling.

2. Ruang Lingkup Objek

Objek penelitian ini adalah peningkatan konsep diri positif dengan layanan bimbingan kelompok.

3. Ruang Lingkup Subjek

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung.

4. Ruang Lingkup Tempat

Ruang lingkup tempat dalam penelitian ini adalah di SMP Negeri 21 Bandar Lampung.

5. Ruang Lingkup Waktu

Ruang lingkup waktu dalam penelitian ini dilaksanakan pada semester genap tahun pelajaran 2015/2016.

D. Kerangka Pikir

Remaja biasanya mulai mengalami kebingungan dengan identitas diri mereka menurut teori menyebutnya *Sturm und Drang*, *Storm and Stress* yaitu semacam masa badai topan. Perubahan dalam banyak aspek terjadi, seperti dalam aspek jasmani, mental, relasi, dan sosial. Sekolah dapat membawa berbagai persoalan dalam dirinya. Mereka menghadapi “persoalan identitas”, mereka kurang tahu siapa sebenarnya diri mereka, apa yang mampu dikerjakan, dimana keterbatasan dalam dirinya, kearah mana ia berjalan, dimana tempatnya dalam masyarakat, apa tuntutan masyarakat jika ia berdiri pada suatu tempat tertentu. (Hurlock, 2005: 209).

Pencarian identitas diri menjadi penting selama masa remaja karena remaja dihadapkan pada sejumlah perubahan psikologis, fisiologis, seksual, kognitif/intelektual, dan sosial yang beragam. Pada masa remaja, Individu mulai mencari tahu siapa diri mereka, seperti apa watak mereka dan bagaimana orang lain menilai diri mereka. Oleh sebab itu, pembentukan konsep diri pada remaja sangat penting karena akan mempengaruhi kepribadian, tingkah laku, serta pemahaman dan penerimaan terhadap dirinya sendiri.

Hurlock (2005: 234) bahwa konsep diri merupakan inti dari pola kepribadian pada individu, yang berkembang selama rentang kehidupan manusia sesuai dengan pengalaman masing-masing individu. Pendapat tersebut didukung oleh Fitts (Agustiani, 2009: 138) yang mengemukakan bahwa konsep diri merupakan aspek penting dalam diri seseorang, karena konsep diri seseorang merupakan kerangka acuan (*frame of reference*) dalam berinteraksi dengan lingkungan.

Konsep diri pasti dimiliki oleh setiap individu, hanya saja pada masing-masing individu konsep diri dapat berkembang menjadi konsep diri positif maupun negatif. Seperti yang dikemukakan oleh Brooks (Rakhmat, 2005: 99) bahwa konsep diri dapat bersifat psikis, fisik, dan sosial serta dapat berkembang menjadi konsep diri positif atau negatif.

Konsep diri yang dimiliki oleh individu tergantung dari kemampuan individu untuk mengenal dirinya sendiri secara individu yang utuh. Setiap individu lahir tanpa konsep diri, konsep diri merupakan hasil proses belajar, pengalaman, kejadian-kejadian atau perubahan-perubahan pada diri individu karena merupakan hasil proses belajar maka proses pendidikan maka seluruh komponen pendidikan harus memberikan fasilitas kepada peserta didik khususnya remaja untuk mencapai perkembangan konsep diri yang positif.

Guru bimbingan konseling merupakan salah satu komponen pendidikan yang dapat membantu meningkatkan konsep diri positif siswa, karena guru

bimbingan konseling di sekolah dituntut untuk memahami setiap peserta didik karena sebagai seorang konselor memiliki fungsi-fungsi dalam bimbingan konseling yaitu pemahaman, pencegahan, pengentasan, pemeliharaan dan pengembangan.

Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan dalam bimbingan dan konseling yang dianggap tepat untuk mengembangkan dan meningkatkan konsep diri positif pada siswa. Bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok. Pernyataan tersebut didukung oleh Gazda yang menjelaskan bahwa bimbingan kelompok merupakan kegiatan pemberian informasi tentang pendidikan, karier, pribadi, dan sosial. Informasi tersebut diberikan dengan tujuan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri individu dan pemahaman terhadap orang lain.

Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya, semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran, dan lain-lain sebagainya; apa yang dibicarakan itu semuanya bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan sendiri dan untuk peserta lainnya (Prayitno 2004:1).”

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan usaha pemberian bantuan kepada siswa dengan

memanfaatkan dinamika kelompok. Melalui dinamika kelompok setiap anggota diharapkan mampu mengembangkan dirinya dalam hubungannya dengan orang lain. Seperti yang dijelaskan oleh Mead (Suryabrata, 2007: 254) bahwa konsep diri sebagai perasaan, pandangan, dan penilaian individu mengenai dirinya yang didapat dari hasil interaksi dengan lingkungan sekitarnya.

Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan sebagai berikut dengan layanan bimbingan kelompok memiliki tujuan dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memberikan informasi mengenai pemahaman diri mengenai sikap, minat, kemampuan, kepribadian dan kecenderungan-kecenderungan sifat, serta penyesuaian pribadi serta sosial,



Gambar 1.1. Kerangka Pikir Penelitian

Pada gambar di atas dapat dilihat pada awalnya siswa memiliki konsep diri positif rendah. Hal itu dapat disebabkan siswa belum mengetahui potensi yang dimiliki, siswa belum bisa menerima diri apa adanya/penerimaan diri yang rendah, siswa merasa dibenci orang lain, merasa rendah diri, dan pesimis dalam menjalani kehidupannya. Kemudian peneliti berusaha mengatasi masalah tersebut dengan memberikan layanan bimbingan kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan konsep diri positif pada siswa sehingga siswa bisa lebih menerima dan menghargai dirinya sendiri, lebih optimis dalam

menjalani kehidupannya, lebih percaya diri, serta mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya.

E. Hipotesis

Menurut Sugiyono (2008: 64) menyatakan bahwa:

“hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data”.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis adalah jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian yang kebenarannya harus diuji secara empiris melalui data-data yang relevan. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum merupakan jawaban empirik dari data.

Berdasarkan kerangka berfikir yang telah dikemukakan di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

Ha1: Terdapat peningkatan konsep diri positif yang signifikan pada kelompok eksperimen setelah diberi layanan bimbingan kelompok

Ho1 : Tidak terdapat peningkatan konsep diri positif yang signifikan pada kelompok eksperimen setelah diberi layanan bimbingan kelompok

Ha2 : Terdapat peningkatan konsep diri positif yang signifikan pada kelompok kontrol tanpa diberi layanan bimbingan kelompok

Ho2 : Tidak terdapat peningkatan konsep diri positif yang signifikan pada kelompok kontrol tanpa diberi layanan bimbingan kelompok

Untuk menguji hipotesis tersebut peneliti menggunakan uji statistik dengan uji *Wilcoxon*. Dengan ketentuan, jika hasil $T \leq t_\alpha$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, tetapi jika $T \geq t_\alpha$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak.

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Diri dalam Bimbingan Pribadi

1. Bidang Bimbingan Pribadi

Pelayanan bimbingan dan konseling membantu siswa menemukan dan mengembangkan diri siswa baik dalam berbagai bidang, salah satunya adalah pengembangan dalam bidang pribadi.

Menurut Winkel (Sukardi, 2008: 53), “Bimbingan Pribadi berarti bimbingan dalam menghadapi keadaan batiniah dalam mengatur dirinya sendiri dalam bidang kerohanian, perawatan jasmani, pengisian waktu luang serta bimbingan dalam membantu hubungan kemanusiaan dengan sesama di berbagai situasi lingkungan.”

Dari penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan pribadi merupakan upaya layanan yang diberikan kepada siswa agar mampu mengembangkan potensi atau kemampuan dan menyelesaikan permasalahan yang bersifat pribadi maupun sosial, sehingga siswa dapat menerima diri sendiri dan mendapatkan penerimaan dari lingkungan, serta terjalinnya hubungan sosial yang harmonis di lingkungannya.

Hallen (2002: 78) merumuskan pokok-pokok atau tujuan ayang terkait dengan bimbingan konseling bidang pribadi sebagai berikut:

- a. Penerimaan dan pemantapan sikap dan kebiasaan serta pengembangan wawasan dalam beriman dan bertaqwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa
- b. Penanaman dan pemantapan pemahaman tentang kekuatan diri dan pengembangannya untuk kegiatan-kegiatan yang kreatif dan produktif, baik dalam kehidupan sehari-hari maupun kaitannya dengan masa depan
- c. Pengenalan dan pemantapan pemahaman tentang bakat dan minat pribadi serta penyaluran dan pengembangannya melalui kegiatan-kegiatan yang kreatif dan produktif
- d. Pengenalan dan pemantapan pemahaman tentang kelemahan diri dan usaha-usaha penanggulangannya
- e. Pemantapan kemampuan mengambil keputusan
- f. Pengembangan dan pemantapan kemampuan berkomunikasi baik melalui ragam lisan maupun tulisan secara efektif
- g. Pengembangan kemampuan bertingkah laku dan berhubungan sosial, baik di rumah, sekolah maupun di masyarakat dengan menjunjung tinggi tata krama, sopan santun, serta nilai-nilai agama, adat, peraturan dan kebiasaan yang berlaku
- h. Pengembangan dan pemantapan hubungan yang dinamis, harmonis, dan produktif dengan teman sebaya

- i. Pengenalan, pemahaman dan pementapan tentang peraturan, kondisi dan tuntutan sekolah, rumah dan lingkungan serta upaya dan kesadaran untuk melakukannya secara dinamis dan bertanggung jawab

2. Pengertian Konsep diri

Konsep diri adalah gambaran terhadap diri sendiri yang terdiri pengetahuan tentang diri sendiri dan harapan individu tersebut atas dirinya serta penilaian atas dirinya sendiri. Pengetahuan tentang diri sendiri merupakan informasi tentang diri sendiri, misalnya usia, jenis kelamin, penampilan, latar belakang keluarga dan lain-lain. Harapan terhadap diri disini dimaksud adalah gagasan atau pemikiran seseorang terhadap masa depan, impian-impian individu. Dan penilaian terhadap diri merupakan pengukuran terhadap diri sendiri. Brooks mendefinisikan “konsep diri adalah persepsi terhadap diri baik diri fisik, sosial, dan psikologis yang diperoleh dari berbagai pengalaman dan interaksinya dengan orang lain. (Rakhmat, 2005: 99)” Persepsi Konsep diri merupakan keseluruhan terhadap pemahaman diri baik dalam bidang fisik maupun psikis yang didapatkan dari hasil belajar, pengalaman dan bermasyarakat.

Pendapat tersebut didukung oleh Cooley (Sarwono & Meinarno, 2012: 53) “lewat analogi cermin sebagai sarana bagi seseorang melihat dirinya, konsep diri seseorang diperoleh dari hasil penilaian atau evaluasi orang lain terhadap dirinya. Apa yang dipikirkan orang lain mengenai diri kita menjadi sumber informasi tentang siapa diri kita.”

Individu adalah satu kesatuan dari berbagai dimensi, bagi itu dimensi biologis berupa fisik, dimensi psikologis berupa kepribadian, dimensi self berupa cita-cita dan harapan dan dimensi sosial berupa penilaian orang lain terhadap diri, dan hasil dari interaksi terhadap individu tersebut. seperti yang dikemukakan oleh “Satrock (Desmita, 2012: 163) bahwa konsep diri mengacu pada evaluasi bidang tertentu dari diri sendiri.” konsep diri dikenal dengan istilah analogi cermin dimana berupa hubungan tatap muka di dalam group tersebut menghasilkan umpan balik bagi individu untuk mengevaluasi dan berhubungan dengan pribadi individu itu sendiri. Sebab itu konsep diri dibentuk dengan proses belajar *trail-and-error* dengan nilai-nilai, sikap-sikap, peranan-peranan dan identitas yang dipelajari.”

Menurut Atwater (Desmita, 2012: 163) “konsep diri adalah keseluruhan gambaran diri, yang meliputi persepsi seseorang tentang diri, perasaan, keyakinan, dan nilai-nilai yang berhubungan dengan dirinya. Atwater mengidentifikasikan konsep diri atas tiga bentuk. Pertama, *Body Image*, kesadaran tentang tubuhnya, yaitu bagaimana seseorang melihat melihat dirinya sendiri. Kedua, *Ideal Self*, yaitu bagaimana cita-cita dan harapan seseorang mengenai dirinya dan Ketiga, *Social Self*, yaitu bagaimana orang lain melihat dirinya. konsep diri mencakup keseluruhan pandangan individu akan dimensi fisik, karakteristik pribadinya, motivasinya, kelemahannya, kelebihan dan kecakapannya, kegagalan dan sebagainya.

Dari pendapat para ahli maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan pemahaman seseorang terhadap dirinya sendiri baik mengenal *kondisi fisik* seperti jenis kelamin, riwayat kesehatan, ciri-ciri fisik (tinggi dan berat badan, warna kulit, dan lain-lain), *kondisi psikologis* seperti kelemahan dan kelebihan yang dimiliki, potensi yang ingin dikembangkan, harapan dan cita-cita yang ingin dicapai, sikap dan kepribadiannya, serta

kondisi sosial seperti mengetahui penilaian orang lain untuk dirinya dan bagaimana menyikapi penilaian orang lain terhadap dirinya yang berasal dari pengalaman bersosialisasi dan berinteraksi dengan orang lain.

3. Sifat-sifat Konsep Diri

Setiap individu itu memiliki konsep diri, namun konsep diri dapat bersifat positif dan juga negatif. Calhoun dan Acocella (Ghufron & Riswanti, 2010: 19) membagi dua bentuk konsep diri yang dapat dikategorikan negatif, yaitu *pertama*, apabila seorang individu memandang dirinya secara tidak beraturan, tidak memiliki kestabilan perasaan dan keutuhan diri. Seorang individu tidak tahu siapa dirinya, kekuatan dan kelemahannya, atau apa yang dihargai dalam hidupnya. *Kedua*; kebalikan dari yang pertama. Konsep diri seorang individu terlalu stabil dan terlalu teratur atau kaku, sehingga sulit untuk menerima ide-ide baru yang bermanfaat bagi dirinya.

Sebaliknya konsep diri dapat dikategorikan positif menurut Calhoun & Acocella (Ghufron & Riswanti, 2010; 20) apabila seorang individu dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang mungkin sangat beragam tentang dirinya secara positif dan dinamis, serta dapat menerima dirinya apa adanya. Individu yang memiliki konsep diri positif akan memiliki harapan-harapan dan mampu merancang tujuan-tujuan hidup yang sesuai dan realistis, mengacu pada terpenuhinya harapan-harapan tersebut. Termasuk di dalamnya sikap optimis, terbuka terhadap kritik, serta mampu menyelesaikan masalah dan konflik pribadi secara cepat dan tepat.

Brooks dan Emmert (Rakhmat, 2005: 105) menyebutkan lima ciri-ciri individu yang memiliki konsep diri yang positif dan negatif. Individu dengan konsep diri positif memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

- a. Yakin terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam mengatasi masalah
Pemahaman diri terhadap kemampuan subyektif untuk mengatasi persoalan-persoalan obyektif yang dihadapi. Ciri ini menunjukkan seorang individu yang mempunyai rasa percaya diri sehingga merasa mampu dan yakin untuk mengatasi masalah yang dihadapi, tidak lari dari masalah, dan percaya bahwa setiap masalah pasti ada jalan keluarnya
- b. Merasa sejajar dengan orang lain
Pemahaman bahwa manusia dilahirkan tidak dengan membawa pengetahuan dan kekayaan. Pengetahuan dan kekayaan didapatkan dari proses belajar dan bekerja sepanjang hidup. Pemahaman tersebut menyebabkan individu tidak merasa lebih atau kurang terhadap orang lain, sehingga seorang individu memiliki sifat tidak sombong, tidak suka mencela atau meremehkan orang lain, dan selalu menghargai orang lain.
- c. Menerima pujian tanpa rasa malu
Pemahaman terhadap pujian, atau penghargaan layak diberikan terhadap individu berdasarkan dari hasil apa yang telah dikerjakan sebelumnya. Individu ini menunjukkan bahwa dirinya memang pantas untuk dipuji, namun tetap rendah hati

- d. Sadar bahwa setiap orang memiliki keragaman perasaan, keinginan, dan perilaku yang tidak seluruhnya disetujui oleh masyarakat

Individu ini peka terhadap perasaan orang lain sehingga akan menghargai perasaan orang lain, tidak memaksakan kehendak kepada orang lain, dan mampu bertindak sesuai aturan yang berlaku di masyarakat

- e. Mampu mengembangkan diri karena sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang buruk dan berupaya untuk mengubahnya.

Individu ini mampu untuk mengintrospeksi dirinya sendiri, mampu untuk mengubahnya menjadi lebih baik agar diterima di lingkungannya, dan mampu mengubah kekurangan yang dimiliki menjadi kelebihan.

Sementara itu, ciri-ciri konsep diri negatif adalah :

- a. Peka terhadap kritik

Kurangnya kemampuan untuk menerima kritik dari orang lain sebagai proses refleksi diri. Individu ini sangat tidak tahan kritik yang diterimanya mudah marah dan belum dapat mengendalikan emosinya. Bagi orang seperti ini koreksi sering dipersepsi sebagai usaha untuk menjatuhkan harga dirinya. Dalam berkomunikasi orang yang memiliki konsep diri negatif cenderung menghindari dialog yang terbuka dan bersikeras mempertahankan pendapatnya dengan berbagai logika yang keliru

b. Responsif terhadap pujian

Bersikap yang berlebihan terhadap tindakan yang telah dilakukan, sehingga merasa segala tindakannya perlu mendapat penghargaan. Individu ini ingin selalu dipuji dan sangat senang bila dipuji sehingga ia tidak segan-segan mengekspresikan rasa senangnya tersebut

c. Memiliki sikap hiperkritis

Perasaan subyektif bahwa semua orang disekitarnya memandang dirinya dengan negatif. Individu ini cenderung tidak pandai dan tidak sanggup mengungkapkan penghargaan atau pengakuan pada kelebihan orang lain, sehingga dia sering mencela dan meremehkan orang lain

d. Cenderung merasa tidak disukai orang lain

Suka melakukan kritik negatif secara berlebihan terhadap orang lain. Individu ini merasa tidak diperhatikan, karena itulah ia bereaksi pada orang lain sebagai musuh sehingga tidak dapat melahirkan kehangatan dan keakraban persahabatan. Individu tersebut merasa rendah diri atau bahkan berperilaku yang tidak disenangi, misalkan membenci, mencela atau bahkan yang melibatkan fisik yaitu mengajak berkelahi (bermusuhan)

e. Pesimistis terhadap kompetisi

Individu dengan ciri ini akan menunjukkan keengganannya untuk bersaing dengan orang lain dalam membuat prestasi. Ia akan menganggap tidak akan berdaya melawan persaingan yang merugikan dirinya.

Dari uraian di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa seorang individu yang memiliki konsep diri positif ditandai dengan penilaian diri secara realistis, bersikap positif pada diri sendiri dan orang lain, memiliki rasa percaya diri dan harga diri, mampu mengintropeksi diri dalam mengatasi masalah atau konflik pribadi secara efektif, memiliki kehangatan dalam hubungan sosial, memiliki motivasi dan harapan hidup, ketegasan serta optimis dan mampu merencanakan sesuatu sebagai perwujudan dari harapan-harapan hidupnya secara positif dan dinamis. Sedangkan individu yang memiliki konsep diri negatif tidak memahami siapa dirinya, tidak mengetahui kelebihan dan kekurangan pada diri, kurang percaya diri, cenderung merasa rendah diri, merasa dirinya tidak berharga, merasa tidak memiliki cita-cita dan impian, bersikap pesimis dalam menghadapi permasalahan, dan merasa hidupnya tidak berguna.

4. Aspek-aspek Konsep Diri

Taylor (Rakhmat, 2005: 100) mengemukakan bahwa konsep diri terbentuk dari dua komponen, yaitu komponen kognitif dan komponen afektif. Komponen kognitif merupakan pengetahuan individu tentang dirinya. Komponen kognitif merupakan penjelasan dari siapa saya, yang akan membuat gambaran objektif tentang diri saya (*the picture about my self*) serta menciptakan citra diri (*self image*), Sedangkan komponen afektif merupakan penilaian individu terhadap dirinya. Penilaian tersebut akan membentuk penerimaan diri (*self-acceptance*) dan harga diri (*self-esteem*)

pada individu. Jadi komponen afektif merupakan gambaran subjektif seorang individu tentang dirinya sendiri.

Konsep diri menurut Calhoun dan Acocella (Ghufron & Riswanti, 2010: 17-18) memiliki tiga aspek, yaitu pengetahuan, pengharapan, dan penilaian terhadap diri. *Aspek pertama*, pengetahuan individu mengenai diri dan gambarannya. Yang berarti bahwa dalam aspek kognitif individu yang bersangkutan mendapat informasi mengenai keadaan dirinya, seperti nama, usia, jenis kelamin, suku bangsa, dsb.

Aspek kedua, harapan individu di masa mendatang yang disebut juga diri ideal, yaitu kekuatan yang mendorong individu menuju ke masa depan. *Aspek ketiga*, penilaian terhadap diri sendiri yang merupakan perbandingan antara pengharapan diri dengan standar diri yang akan menghasilkan harga diri (*self esteem*).

Menurut ahli lain, yaitu Hurlock (2005: 234) mengemukakan bahwa konsep diri memiliki dua aspek, yaitu fisik dan psikologis. Aspek fisik meliputi sejumlah konsep yang dimiliki individu mengenai penampilan, kesesuaian dengan jenis kelamin, arti penting tubuh, dan perasaan gengsi dihadapan orang lain yang disebabkan oleh keadaan fisiknya. Hal penting yang berkaitan dengan keadaan fisik adalah daya tarik dan penampilan tubuh di hadapan orang lain. Individu dengan penampilan yang menarik cenderung mendapatkan sikap sosial yang menyenangkan dan penerimaan sosial dari lingkungan sekitar yang akan menimbulkan konsep diri yang positif bagi individu. Sedangkan aspek psikologis meliputi penilaian individu terhadap

keadaan psikis dirinya, seperti rasa percaya diri, harga diri, serta kemampuan dan ketidakmampuannya. Sebagai contoh penilaian mengenai kemampuan dan ketidakmampuan diri akan mempengaruhi rasa percaya diri dan harga dirinya. Individu yang merasa mampu akan mengalami peningkatan rasa percaya diri dan harga diri, sedangkan individu dengan perasaan tidak mampu akan merasa rendah diri sehingga cenderung terjadi penurunan harga diri.

Dari pendapat beberapa ahli yang telah dijelaskan di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek konsep diri adalah yang *pertama*, aspek kognitif. Aspek ini mencakup pengetahuan individu tentang dirinya sendiri yang didasarkan pada bukti-bukti objektif. Misalnya pengetahuan yang berhubungan dengan penampilan fisik, seperti usia, jenis kelamin, warna kulit, berat badan, tinggi badan, kemampuan fisik, kondisi alat indra, dan sebagainya. Pengetahuan yang berhubungan dengan diri psikis, seperti karakter diri, bakat, minat, kemampuan akademik, kecerdasan, motivasi, kecemasan, dan sebagainya. Pengetahuan tentang diri sosial, seperti: hubungan individu dengan teman-teman sebaya dan dimasyarakat, hubungan dengan orang tua, guru, dan orang dewasa lainnya.

Kedua, aspek persepsi atau cara pandang. Bagaimana individu memahami hal-hal yang diketahuinya tentang fisiknya. Bagaimana individu memahami tentang hal-hal yang berhubungan dengan diri psikisnya. Demikian pula bagaimana individu memahami dirinya dalam kaitannya dengan reaksinya dengan orang lain.

Ketiga, aspek penilaian. Bagaimana individu menilai penampilan fisiknya, apakah ia menerima atau menolak dirinya, apakah ia memandang dirinya baik atau jelek. Penilaian yang berhubungan dengan diri psikis seperti: bagaimana individu menilai karakter yang dimilikinya, kemampuan intelektualnya, prestasi akademiknya, minatnya, dan sebagainya. Penilaian yang berhubungan dengan diri sosial seperti apakah individu meerasa memiliki harga diri atau tidak, merasa diterima orang lain atau tidak, merasa disukai atau dibenci orang lain, dan sebagainya. *Keempat*, aspek harapan. Apakah individu mempunyai cita-cita atau tidak bagi masa depannya, mau akan menjadi apa kelak.

Secara singkat bahwa konsep diri meliputi apa yang kita ketahui tentang diri kita, bagaimana kita mempersepsikan diri kita, kemudian menilainya, dan apa saja yang diharapkan dari diri kita di masa mendatang.

5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Marcel (Rakhmat, 2005: 100 – 101) mengatakan individu mengenal dirinya setelah mengenal orang lain lebih dahulu. Bagaimana orang lain menilai diri kita, memberikan respon terhadap diri kita akan membentuk konsep diri kita. Yang dimaksud “orang lain” yaitu :

- a. Orang tua
Orang tua adalah kontak sosial paling awal yang dialami seorang individu. Pengaruh keluarga terutama orang tua sangat besar bagi pembentukan konsep diri anaknya karena untuk beberapa waktu lamanya anak belum

mengenal lingkungan sosial di luar keluarganya. Pengaruh karakteristik hubungan orang tua dengan anak sangat penting dalam pembentukan identitas, keterampilan persepsi sosial, dan penalaran. Menurut Copersmith (Gumanti: 2007) anak-anak yang tidak memiliki orang tua atau disia-siakan oleh orang tuanya, akan memperoleh kesulitan dalam mendapatkan informasi tentang dirinya sendiri sehingga hal ini akan menjadi penyebab utama seorang anak memiliki konsep diri negatif.

b. Teman sebaya

Peran yang diukur dalam kelompok teman sebaya sangat berpengaruh terhadap pandangan individu mengenai konsep dirinya.

c. Masyarakat

Masyarakat sangat mementingkan fakta-fakta yang ada pada seorang anak. Seperti siapa bapaknya, berasal dari keluarga yang seperti apa, apa pekerjaan orang tuanya, sehingga hal itu berpengaruh terhadap konsep diri yang dimiliki seorang individu.

d. Belajar

Konsep diri merupakan hasil belajar. Belajar dapat didefinisikan sebagai perubahan psikologis yang relatif permanen yang terjadi dalam diri seseorang sebagai akibat dari pengalaman. Dalam mempelajari konsep diri, terdapat tiga faktor utama yang harus dipertimbangkan, yaitu: asosiasi, ganjaran dan motivasi

Dengan demikian konsep diri yang dimiliki seorang individu dipengaruhi oleh beberapa faktor. Burns (Gumanti: 2007) menyebutkan bahwa secara garis besar ada empat faktor yang mempengaruhi perkembangan konsep diri, yaitu : (1) citra fisik, merupakan evaluasi terhadap diri secara fisik, dan bahasa, yaitu kemampuan melakukan konseptualisasi dan verbalisasi, (2) umpan balik dari lingkungan, (3) identifikasi dengan model dan peran jenis yang tepat, dan (4) pola asuh orang tua.

Berdasarkan uraian dapat disimpulkan bahwa Interaksi individu dengan orang lain, yaitu orang tua, teman sebaya, dan masyarakat dapat membentuk dan mengembangkan konsep diri. Proses belajar yang dilakukan individu dalam pembentukan konsep dirinya diperoleh dengan melihat reaksi-reaksi orang lain terhadap perilaku yang dia lakukan, melakukan perbandingan dirinya dengan

orang lain, memenuhi harapan-harapan orang lain atas peran yang dimainkan serta melakukan identifikasi terhadap orang lain yang dikagumi. Konsep diri individu akan terbentuk baik dan menjadi positif jika faktor-faktor yang mempengaruhi tersebut berfungsi secara positif juga.

Konsep diri menurut Fitts (Agustiani, 2006: 139) dipengaruhi oleh beberapa faktor sebagai berikut.

- a. Pengalaman, terutama pengalaman interpersonal, yang memunculkan perasaan positif dan berharga
- b. Kompetensi dalam area yang dihargai oleh individu dan orang lain.
- c. Aktualisasi diri, implementasi dan realisasi dari potensi yang sebenarnya.

Pudjijogyanti (Prawoto, 2010: 23-26) mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan konsep diri sebagai berikut.

- a. Peranan citra fisik Tanggapan mengenai keadaan fisik seseorang biasanya didasari oleh adanya keadaan fisik yang dianggap ideal oleh orang tersebut atau pandangan masyarakat umum. Seseorang akan berusaha untuk mencapai standar di mana ia dapat dikatakan mempunyai keadaan fisik ideal agar mendapat tanggapan positif dari orang lain. Kegagalan atau keberhasilan mencapai standar keadaan fisik ideal sangat mempengaruhi pembentukan citra fisik seseorang.
- b. Peranan jenis kelamin Peranan jenis kelamin salah satunya ditentukan oleh perbedaan biologis antara laki-laki dan perempuan. Masih banyak masyarakat yang menganggap peranan perempuan hanya sebatas urusan keluarga. Hal ini menyebabkan perempuan masih menemui kendala dalam mengembangkan diri sesuai dengan potensi yang dimiliki. Sementara di sisi lain, laki-laki mempunyai kesempatan yang lebih besar untuk mengembangkan potensi yang dimiliki.
- c. Peranan perilaku orang tua Lingkungan pertama dan utama yang mempengaruhi perilaku seseorang adalah lingkungan keluarga. Dengan kata lain, keluarga merupakan tempat pertama dalam pembentukan konsep diri seseorang. Salah satu hal yang terkait dengan peranan orang tua dalam pembentukan konsep diri anak adalah cara orang tua dalam memenuhi kebutuhan fisik dan psikologis anak.
- d. Peranan faktor sosial Interaksi seseorang dengan orang lain dan lingkungan sekitarnya merupakan salah satu hal yang membentuk konsep diri orang tersebut. Struktur, peran, dan status sosial seseorang menjadi landasan bagi orang lain dalam memandang orang tersebut.

Pendapat lain dikemukakan oleh Rakhmat (2003: 100-104) juga memberikan pendapatnya tentang faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri..

a. Orang Lain

Gabriel Marcel (Jalaluddin Rakhmat, 2003: 100), filsuf eksistensial yang mencoba menjawab misteri keberadaan "*The Mystery of Being*", memberikan pendapatnya tentang peranan orang lain dalam memahami diri kita, "*The fact is that we can understand ourselves by starting from the other, or from others, and only by starting from them*". Kita mengenal orang lain terlebih dahulu untuk mengenal diri sendiri. Orang lain yang paling berpengaruh adalah orang yang paling dekat dengan seseorang tersebut, menyebutnya *significant others*. Dalam perkembangannya, *significant others* meliputi semua orang yang mempengaruhi perilaku, pikiran, dan perasaan seseorang. Mereka mengarahkan tindakan dan membentuk pikiran seseorang, serta menyentuh seseorang secara emosional. Seseorang mencoba menghimpun penilaian semua orang yang pernah berhubungan dengannya ketika tumbuh dewasa.

b. Kelompok Rujukan (*Reference Group*)

Seseorang tentunya menjadi anggota dari suatu kelompok atau lebih di dalam kehidupan bersosial dan bermasyarakat, seperti kelompok kemasyarakatan, kelompok profesi, dan sebagainya. Setiap kelompok tentu mempunyai aturan masing-masing yang berbeda satu sama lain. Kelompok yang secara emosional mengikat seseorang, dan berpengaruh terhadap pembentukan konsep dirinya dinamakan kelompok rujukan. Seseorang akan mengarahkan perilaku dan menyesuaikan diri dengan berpandangan pada kelompoknya, seperti aturan yang ada dan ciri dari kelompok tersebut

Pendapat tentang faktor-faktor eksternal yang mempengaruhi perkembangan konsep diri juga dikemukakan oleh Puspasari (2007, 43-45) sebagai berikut.

- a. Pengaruh Keterbatasan Ekonomi Lingkungan dengan keterbatasan ekonomi akan menghasilkan permasalahan perkembangan yang berkaitan dengan pertumbuhan aktualisasi diri. Dengan kata lain, kesulitan ekonomi pada seseorang akan menghasilkan konsep diri yang rendah.
- b. Pengaruh Kelas Sosial Pengaruh kelas sosial dapat digambarkan secara sederhana pada kelompok minoritas yang mengalami kesulitan dalam mendapatkan pekerjaan akibat rendahnya pendidikan atau tidak ada kesempatan dalam mendapatkan pekerjaan. Hal tersebut dapat menimbulkan perasaan tertinggal dari peradaban yang ada. Kemudian mereka cenderung berperilaku melindungi diri dalam mempertahankan haknya.

- c. Pengaruh Usia Pada beberapa individu, konsep diri dapat meningkat atau menurun sesuai kondisi atau pengalaman dari individu itu sendiri. Pada anak yang usianya terbilang muda, konsep diri yang dimiliki terhadap hubungan dengan orang tuanya tergolong positif terutama pada tipe hubungan yang berisi unsur protektif antara orang tua dengan anaknya. Pada usia ini, peran orang tua masih cukup besar masuk ke dalam diri anak. Sedangkan anak dengan usia yang lebih dewasa memiliki deskripsi diri yang akan berbeda antara hubungan dirinya dengan orang tuanya sehingga tingkat intervensi orang tua terhadap anak menjadi terbatas.

Dari uraian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan dan perkembangan konsep diri seseorang dibedakan menjadi faktor yang berasal dari dalam diri dan faktor eksternal yang berasal dari luar diri. Faktor yang berasal dari dalam diri meliputi kompetensi, pengalaman, aktualisasi diri, perasaan berarti, kebajikan, citra fisik, jenis kelamin, dan usia. Sedangkan faktor yang berasal dari luar diri meliputi orang tua, faktor sosial, keterbatasan ekonomi, dan kelas sosial.

6. Perkembangan Konsep Diri

Perkembangan konsep diri merupakan proses yang terus berlanjut di sepanjang kehidupan manusia.

Menurut Symonds (Agustiani 2009: 143) mengatakan bahwa “gambaran tentang diri tidak secara langsung muncul pada saat individu lahir ke dunia, tetapi berkembang secara bertahap dengan munculnya kemampuan perseptif. Ketika individu lahir, individu tidak memiliki pengetahuan tentang dirinya dan penilaian terhadap diri sendiri. Namun seiring dengan berjalannya waktu, individu mulai bisa membedakan antara dirinya dan orang lain, sehingga pada akhirnya individu mulai mengetahui siapa dirinya, apa yang diinginkan serta dapat melakukan penilaian terhadap dirinya sendiri.

Seluruh periode kehidupan manusia memiliki peranan penting dalam membangun konsep diri, karena manusia adalah makhluk sosial dimana konsep diri hidup dan tumbuh karena adanya interaksi dengan masyarakat.

Pendapat tersebut didukung oleh Taylor, dkk yang mengemukakan bahwa “selama periode awal kehidupan, konsep diri individu sepenuhnya didasari oleh persepsi tentang diri sendiri. Kemudian dengan bertambahnya usia, pandangan tentang diri ini menjadi lebih banyak didasari oleh nilai-nilai yang diperoleh dari interaksi dengan orang lain.” (Agustiani, 2009: 143).

Sedangkan menurut Erikson (Djaali, 2011: 130-132) konsep diri itu berkembang melalui lima tahap, yaitu sebagai berikut :

- a. Perkembangan dari *sense of trust vs sense of mistrust*, pada anak usia 1,5–2 tahun. Pada tahap ini akan menciptakan konsep diri yang didasarkan dari hubungan antara orang tua dengan anaknya. Jika seorang anak yakin bahwa orang tuanya dapat memberi perlindungan dan rasa aman bagi dirinya, pada diri anak akan timbul rasa percaya terhadap orang dewasa yang nantinya akan berkembang menjadi berbagai perasaan yang sifatnya positif.
- b. Perkembangan dari *sense of anatomy vs shame and doubt*, pada anak usia 2-4 tahun. Pada tahap ini dapat mengembangkan sikap mandiri pada anak, jika anak diberi kesempatan untuk melakukan segala sesuatu menurut kemampuannya, sekalipun kemampuan yang terbatas, tanpa terlalu banyak ditolong ataupun dicela. Sebaliknya, anak akan merasa malu dan ragu-ragu, jika tidak diberikan kesempatan untuk membuktikan kemampuannya.
- c. Perkembangan dari *sense of imitative vs sense of guilt*, pada anak usia 4-7 tahun. Pada tahap ini seorang anak mulai menunjukkan rasa ingin tahunya, jika pada tahap ini anak mendapatkan hukuman dari perilaku yang menunjukkan rasa ingin tahunya, kelak akan membuat anak tersebut merasa bersalah dan takut-takut.
- d. Perkembangan dari *sense of industry vs inferiority*, pada usia 7-12 tahun. Pada tahap ini anak mulai memasuki remaja awal, ia mulai berkompetisi dan berusaha menunjukkan prestasi. Kegagalan yang dialami dapat menimbulkan rendah diri jika tidak ada yang memberikan motivasi dan penguatan.
- e. Perkembangan dari *sense of identity diffusion*, remaja mulai mencari tahu siapa dirinya, menentukan jati diri dengan mengumpulkan informasi dari konsep diri masa lalunya. Jika informasi kenyataan,

perasaan, pengalaman yang dimiliki tidak dapat terintegrasi hingga membentuk konsep diri yang utuh, maka remaja akan mengalami kebingungan akan identitas atau konsep dirinya.

Konsep diri individu akan seperti apa bergantung pada bagaimana individu tersebut diperlakukan pada masa kanak-kanak. Jika seorang anak diperlakukan dengan penuh penghargaan dan pengharapan terhadap kesuksesan yang realistis. Antara lain dengan cara memberikan respon yang konstruktif terhadap tantangan, sehingga seorang anak akan mengevaluasi dirinya sebagai seorang yang memiliki harga diri. Hal tersebut akan menciptakan konsep diri yang positif pada individu sejak dini. Konsep diri positif tersebut akan berfungsi sebagai modal bagi individu untuk memiliki konsep diri yang positif dimasa depannya.

Dari pendapat para ahli tersebut jelas bahwa konsep diri yang dimiliki seorang individu berkembang sejalan dengan bertambahnya usia dan pengaruh lingkungan. Proses belajar melalui interaksi antara individu yang bersangkutan dengan lingkungannya. Bagaimana lingkungan mengajarkan tentang makna diri ataupun makna hidup akan membentuk konsep dirinya.

7. Konsep Diri dalam diri Remaja

Siswa sekolah menengah atas termasuk dalam kelompok usia remaja. Menurut Konopka (Agustina 2009: 9) usia remaja berlangsung dari usia 12 sampai dengan 21 tahun, dengan pembagian usia 12 – 15 tahun adalah masa remaja awal, usia 15 – 18 tahun adalah masa remaja madya, dan usia 18 – 21 tahun adalah masa remaja akhir.

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

- a. Menerima kondisi fisiknya dan mampu memanfaatkan tubuhnya secara efektif. Penilaian positif terhadap keadaan fisik seseorang, baik dari diri sendiri maupun orang lain, akan membangun konsep diri kearah yang positif. Penilaian positif akan menumbuhkan rasa puas terhadap diri, sebaliknya penilaian yang buruk terhadap kondisi fisik baik dari diri sendiri maupun orang lain akan membuat seseorang merasa ada kekurangan dari tubuhnya, sehingga merasa tidak puas terhadap kondisi fisiknya dan menjadi bersikap negatif terhadap diri sendiri
- b. Menerima hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya yang sesama jenis kelaminnya ataupun yang berbeda
- c. Menerima jenis kelaminnya sebagai laki-laki dan perempuan
- d. Berusaha mencapai kemandirian emosi dari orang tua dan orang dewasa lain. Menurut richmond dan sklansky (Sarwono, 2011: 74), inti tugas perkembangan periode awal dan menengah adalah memperjuangkan kebebasan (*the strike for autonomy*)
- e. Mempersiapkan karir ekonomi. Remaja yang duduk di bangku sekolah menengah memberi perhatian yang besar pada tugas perkembangan ini karena karir ekonomi akan menentukan kebahagiaan remaja dimasa yang akan datang yaitu dalam perkawinan dan keluarga (Hurlock, 2005: 10)
- f. Mempersiapkan diri untuk membina perkawinan dan kehidupan keluarga
- g. Merencanakan tingkah laku sosial yang bertanggung jawab
- h. memiliki sistem nilai dan etika tertentu sebagai pedoman bertingkah laku

Setiap tugas perkembangan akan mempengaruhi perkembangan konsep diri, karena pada dasarnya tugas-tugas perkembangan remaja tersebut adalah penyesuaian terhadap berbagai aspek kepribadian. Menurut Hurlock (2005: 234) konsep diri merupakan komponen inti kepribadian yang berkembang selama rentang kehidupan manusia sesuai dengan pengalaman masing-

masing. Pada masa remaja sistem diri bersifat lebih abstrak, kompleks, dan koheren. Remaja lebih menekankan karakteristik psikologis internal, stabil, dan terintegrasi. Remaja juga menunjukkan pengertian kontinuitas yang riil, memudahkan gagasan mereka mengenai diri saat ini dan yang akan datang pada pemahaman dirinya.

Remaja yang memiliki konsep diri yang stabil dan positif akan menyukai dan menerima keadaan dirinya sehingga akan mengembangkan rasa percaya diri, harga diri, dan mampu melihat dirinya secara realistis. Remaja dengan konsep diri positif akan lebih mampu menentukan tujuan yang sesuai dengan kemampuannya sehingga akan lebih mudah mencapai tujuannya tersebut. Sehingga memberikan perasaan kesinambungan dan memungkinkan remaja memandang diri hari ini berbeda dengan hari lain. ini juga meningkatkan harga diri dan memperkecil perasaan tidak mampu. (Hurlock, 2005: 238).

Hurlock (2005; 235) menjelaskan bahwa pada masa remaja terdapat delapan kondisi yang mempengaruhi konsep diri yang dimiliki individu, yaitu :

- 1) Usia kematangan
Remaja yang matang lebih awal dan diperlakukan hampir seperti orang dewasa akan mengembangkan konsep diri yang menyenangkan sehingga dapat menyesuaikan dirinya dengan baik. Tetapi apabila remaja matang terlambat dan terus diperlakukan seperti anak-anak, mereka akan merasa bernasib kurang baik sehingga kurang bisa menyesuaikan diri.
- 2) Penampilan diri
Penampilan diri yang berbeda bisa membuat remaja merasa rendah diri. Daya tarik fisik yang dimiliki sangat mempengaruhi dalam penilaian tentang ciri kepribadian seorang remaja.

- 3) **Kepatutan seks**
Kepatutan seks dalam penampilan diri, minat, dan perilaku membantu remaja mencapai konsep diri yang positif. Ketidapatutan seks membuat remaja sadar bahwa hal ini memberi akibat buruk pada perilakunya.
- 4) **Nama dan julukan**
Remaja peka dan merasa malu jika teman-teman sebayanya menilai namanya buruk atau mereka diberi nama julukan yang bersifat mengejek-ejek atau cemoohan, karena kondisi fisik yang dimiliki atau perilakunya.
- 5) **Hubungan keluarga**
Seorang remaja yang memiliki hubungan yang dekat dengan salah satu anggota keluarga akan mengidentifikasikan dirinya dengan orang tersebut dan juga ingin mengembangkan pola kepribadian yang sama.
- 6) **Teman sebaya**
Teman sebaya mempengaruhi kepribadian remaja dalam dua cara. Pertama, konsep diri remaja merupakan cerminan dari anggapan tentang konsep teman sebayanya tentang dirinya. Kedua, remaja berada dalam tekanan untuk mengembangkan ciri-ciri kepribadian yang diakui oleh kelompok teman sebayanya.
- 7) **Kreativitas**
Remaja yang semasa kanak-kanaknya didorong untuk kreatif dalam bermain dan mengerjakan tugas-tugas akademis, mengembalikan perasaan individualitas dan identitas yang memberi pengaruh positif pada konsep dirinya, sebaliknya remaja yang sejak masa kanak-kanak didorong untuk mengikuti pola yang sudah ada akan memiliki perasaan identitas dan individualitas yang kurang.
- 8) **Cita-cita**
Bila seorang individu memiliki cita-cita yang realistis, maka akan mengalami kegagalan. Hal ini akan menimbulkan perasaan tidak mampu dan reaksi-reaksi bertahan dimana remaja tersebut akan menyalahkan orang lain atas kegagalannya. Remaja yang realistis pada kemampuannya akan lebih banyak mengalami keberhasilan daripada kegagalan. Hal ini akan menimbulkan kepercayaan diri dan kepuasan diri yang lebih besar sehingga dapat membentuk konsep diri yang positif.

Remaja yang memiliki konsep diri yang stabil dan positif akan menyukai dan menerima keadaan dirinya sehingga akan mengembangkan rasa percaya diri, harga diri, dan mampu melihat dirinya secara realistis. Remaja dengan konsep diri positif akan lebih mampu menentukan tujuan yang sesuai dengan kemampuannya sehingga akan lebih mudah mencapai tujuannya tersebut. Sehingga memberikan perasaan kesinambungan dan

memungkinkan remaja memandang diri hari ini berbeda dengan hari lain. ini juga meningkatkan harga diri dan memperkecil perasaan tidak mampu. (Hurlock, 2005: 238).

B. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Menurut Gazda (Prayitno, 2009: 309) menyebutkan bahwa “bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat.”

Gazda (Prayitno, 2004: 304) menyebutkan bahwa bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial. Informasi tersebut diberikan dengan tujuan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri individu dan pemahaman terhadap orang lain. Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan kegiatan informasi yang dilakukan untuk mengenal dirinya sendiri dan memiliki rencana atau harapan yang ingin dicapai yang dilakukan dengan menggunakan dinamika kelompok.

Sejalan dengan pendapat Prayitno, (2004: 1) “bimbingan kelompok diartikan sebagai upaya untuk membimbing anggota-anggota kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi, bimbingan kelompok disini membahas topic-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok.”

Menurut Sukardi (2002: 48) bahwa: “layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik

individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan.

Maksud pernyataan diatas adalah upaya yang dilakukan bersama-sama baik anggota-anggota kelompok maupun pemimpin kelompok yang dapat meningkatkan potensi yang dimiliki oleh siswa, menunjang siswa dalam mempertimbangkan dan pengambilan keputusan tepat.

Berdasarkan uraian pengertian bimbingan kelompok maka secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah upaya pemberian bantuan kepada siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk saling berdiskusi maupun bertukar informasi yang berguna dalam membuat keputusan yang tepat dalam menyusun rencana atau arahan vokasional serta untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungannya.

2. Tujuan Layanan Bimbingan kelompok

Prayitno (2004: 2-3) menjelaskan tujuan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut:

a) Tujuan Umum

Tujuan umum kegiatan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi anggota kelompok. Suasana kelompok yang berkembang dalam bimbingan kelompok itu dapat merupakan wahana dimana masing-masing siswa dapat memanfaatkan semua informasi, tanggapan dan berbagai reaksi teman-

temannya untuk kepentingan pemecahan masalah-masalah yang dihadapinya. Selain itu juga, layanan bimbingan kelompok bertujuan untuk mengembangkan pribadi masing-masing anggota kelompok. Pengembangan pribadi itu akan diperoleh anggota kelompok melalui berbagai suasana yang muncul dalam kegiatan itu, baik suasana yang menyenangkan ataupun suasana yang tidak menyenangkan.

Kesimpulan dari tujuan umum bimbingan kelompok adalah memanfaatkan dinamika kelompok untuk saling bertukar informasi antar anggota kelompok agar berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa,

b) Tujuan Khusus

Secara khusus, bimbingan kelompok bertujuan untuk membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun nonverbal para siswa.

Dengan melihat pernyataan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok memiliki tujuan khusus yaitu sikap positif siswa dapat berkembang, misalnya:

1. Siswa memiliki kemampuan bersosialisasi dan berinteraksi dengan orang lain khususnya anggota kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok
2. Siswa memiliki kemampuan komunikasi, seperti mendorong Siswa memiliki keberanian dalam mengemukakan pendapat.
3. Siswa memiliki penambahan wawasan, karena dalam kegiatan bimbingan dibahas sebuah topik.
4. Siswa lebih menghargai dan mentoleransi orang lain, seperti mau mendengarkan ketika anggota kelompok lain sedang berbicara, tidak bersikap egois atau mampu menahan diri dan tidak memaksakan pendapatnya sendiri.
5. Siswa memiliki motivasi untuk mengapai prestasi belajar yang lebih baik dan giat untuk meraih cita-cita.

Secara garis besar dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok juga bertujuan untuk membantu individu untuk memahami dan mengenal dirinya sendiri, mengarahkan diri atau menyusun rencana, dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

3. Komponen-komponen Bimbingan Kelompok

Prayitno (2004: 4) menjelaskan bahwa ada dua komponen penting dalam bimbingan kelompok yaitu pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

1) Pemimpin kelompok

Pemimpin kelompok adalah konselor yang terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling profesional. Sebagaimana untuk jenis layanan konseling lainnya, konselor memiliki keterampilan khusus menyelenggarakan bimbingan kelompok. Secara khusus, pemimpin kelompok mampu menciptakan dinamika kelompok sehingga para anggota kelompok dapat belajar bagaimana mengatasi masalah-masalah yang mereka hadapi serta mengarah kepada pencapaian tujuan-tujuan umum dan khusus bimbingan kelompok.

Menurut pendapat David M. Johnson dan Frank P. Johnson (Hartinah, Sitti. 2009: 119), pemimpin juga dapat diartikan penggunaan kekuasaan demi kemajuan dan kebersamaan kelompok. Kekuasaan disini bukan berarti mengontrol dan mengatur anggota kelompok, melainkan pengaruh yang dimiliki oleh pemimpin kelompok terhadap kemajuan dan kebersamaan kelompok.

Menurut Prayitno (2004: 5-6) Terdapat dua hal yang penting diperhatikan sebagai pemimpin kelompok yaitu keterampilan dan sikap serta peranan pemimpin kelompok.

a. Karakteristik Pemimpin Kelompok

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

1. Mampu membentuk kelompok dan mengarahkannya sehingga terjadi dinamika kelompok yang bebas, terbuka dan demokratik, konstruktif, saling mendukung dan meringankan beban, menjelaskan, memberikan pencerahan, memberikan rasa nyaman, menggembirakan, dan membahagiakan; serta mencapai tujuan-tujuan bersama kelompok. Dalam suasana demikian itu, objektifitas dan ketajaman analisis serta evaluasi kritis yang berorientasi nilai-nilai kebenaran dan moral dikembangkan melalui sikap dan cara-cara berkomunikasi yang jelas dan lugas tetapi santun dan bertata krama, dengan bahasa yang baik dan benar.
2. Berwawasan luas dan tajam sehingga mampu mengisi, menjembatani, meningkatkan, memperluas dan mensinergikan konten, dimana konten yang dimaksudkan bukan hanya meliputi materi yang dibahas, melainkan termasuk di dalamnya fakta/data, konsep, proses, hukum dan aturan, nilai, persepsi, afeksi, serta sikap dan tindakan yang terkait baik langsung maupun tidak langsung, bahasan yang tumbuh dalam aktifitas kelompok.
3. Memiliki kemampuan hubungan antar pribadi yang hangat dan nyaman, sabar dan memberikan kesempatan, demokratis dan kompromistik (tidak antagonistik) dalam mengambil kesimpulan dan keputusan, jujur dan tidak berpura-pura, disiplin dan kerja keras.

Keseluruhan karakteristik Pemimpin kelompok harus menguasai dan mengembangkan keterampilan dan sikap yang memadai untuk terselenggaranya proses kegiatan bimbingan kelompok secara efektif. dengan kehendak dan usaha untuk mengenal dan mempelajari dinamika kelompok, fungsi-fungsi pemimpin kelompok dan hubungan antara anggota di dalam kelompok, kesediaan menerima orang lain, yaitu orang-orang yang menjadi anggota kelompok, upaya untuk

menciptakan hubungan yang hangat antara anggota kelompok, kesediaan menerima berbagai pendapat dan sikap yang berbeda dan mungkin berlawanan dengan pandangan pemimpin kelompok, pemusatan perhatian terhadap suasana, sikap, dan perasaan seluruh anggota kelompok, menciptakan dan memelihara hubungan antar anggota kelompok, pengarahan demi tercapainya tujuan bersama yang telah disepakati.

b. Peranan Pemimpin Kelompok

Meurut Prayitno (2004: 6–7) dalam mengarahkan suasana kelompok melalui dinamika kelompok, peranan pemimpin kelompok dalam layanan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut :

1. Pembentukan kelompok dari sekumpulan (calon) peserta (terdiri atas 8-10), sehingga terpenuhi syarat-syarat kelompok yang mampu secara aktif mengembangkan dinamika kelompok yaitu terjadinya hubungan antar anggota kelompok menuju keakraban di antara mereka, tumbuhnya tujuan bersama di antara anggota kelompok dalam suasana kebersamaan, berkembangnya ietikad dan tujuan bersama untuk mencapai tujuan kelompok, terbinanya kemandirian pada diri setiap anggota kelompok sehingga mereka masing-masing mampu berbicara dan tidak menjadi *Yes-man*, dan terbinanya kemandirian kelompok sehingga kelompok ini berusaha dan mampu “tampil beda” dari kelompok lain.
2. Penstrukturan, yaitu membahas bersama anggota kelompok apa, mengapa dan bagaimana layanan bimbingan kelompok dilaksanakan.
3. Pentahapan kegiatan bimbingan kelompok
Pemimpin kelompok dapat memberikan bantuan, pengetahuan atau campur tangan langsung terhadap kegiatan kelompok. Campur tangan ini meliputi hal-hal yang dibicarakan maupun mengenai proses kegiatan itu sendiri, pemimpin kelompok memusatkan perhatian pada suasana perasaan yang berkembang dalam kelompok itu, baik perasaan anggota-anggota tertentu maupun keseluruhan anggota kelompok. Pemimpin kelompok dapat menanyakan perasaan yang dialami anggota kelompok, jika kelompok tersebut tampak kurang fokus terhadap kegiatan

kelompok, maka pemimpin kelompok perlu menfokuskan kembali, pemimpin kelompok juga perlu memberikan tanggapan (umpan balik) tentang berbagai hal yang terjadi dalam kelompok, baik yang bersifat isi maupun proses kegiatan kelompok, pemimpin kelompok diharapkan mampu mengatur lalu lintas kegiatan kelompok, pemegang aturan permainan, pendamai dan pendorong kerja sama serta suasana kebersamaan. Selain itu juga pemimpin kelompok diharapkan bertindak sebagai penjaga agar apa pun yang terjadi di dalam kelompok itu tidak merusak atau menyakiti salah satu anggota kelompok, pemimpin kelompok juga bertanggung jawab atas segala yang terjadi di dalam kelompok (mampu menjaga rahasia)

4. Penilaian segera (Laiseg) hasil dari layanan bimbingan kelompok
5. Tindak lanjut layanan

Dari pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa peran seorang pemimpin kelompok sangatlah penting dan berpengaruh dalam kegiatan kelompok. Pemimpin kelompok membantu terselenggaranya kegiatan kelompok secara baik, dan pemimpin kelompok harus menghidupkan dinamika kelompok dan mengarahkan anggota demi tercapainya tujuan baik secara umum maupun tujuan kelompok secara khusus dengan menggunakan keterampilan-keterampilan yang dimiliki sebagai seorang pemimpin kelompok.

2) Anggota Kelompok

Keanggotaan merupakan salah satu unsur pokok dalam proses kehidupan kelompok. Tanpa anggota tidaklah mungkin terbentuk kelompok. Kegiatan kelompok dapat terlaksana atas peranan anggota kelompok. Tujuan kelompok tidak akan terwujud tanpa adanya peran aktif dari anggota.

Berikut ini adalah beberapa peranan anggota kelompok menurut Prayitno (2004: 12) :

- a. aktifitas mandiri
peran anggota kelompok dalam layanan bimbingan kelompok bersifat *dari, oleh, dan untuk* para anggota kelompok itu sendiri. masing-masing anggota kelompok beraktifitas langsung dan mandiri dalam bentuk: a) mendengar, memahami, dan merespon dengan tepat dan positif (3 m), b) berpikir dan berpendapat, c) menganalisis, mengkritik, dan berargumentasi, d) merasa, berempati dan bersikap, e) berpartisipasi dalam kegiatan bersama
- b. aktifitas mandiri masing-masing anggota kelompok itu diorientasikan pada kehidupan bersama dalam kelompok kebersamaan ini diwujudkan melalui: a) oembinaan keakraban dan keterlibatan secara emosional antar anggota kelompok, b) kepatuhan terhadap aturan kegiatan dalam kelompok, c) komunikasi jelas dan lugas dan bertatakrama, d) saling memahami, meberi kesempatan dan membantu, e) kesadaran bersama untuk menyukseskan kegiatan kelompok.
- c. membantu terciptanya suasana keakraban dalam hubungan antar anggota kelompok
- d. mencurahkan segenap perasaan untuk melibatkan diri dalam kegiatan kelompok
- e. berusaha mewujudkan tujuan bersama
- f. membantu tersusunnya peraturan kelompok dan berusaha mematuhihnya
- g. ikut serta secara aktif dalam setiap kegiatan kelompok
- h. beusaha membantu anggota kelompok lain
- i. memberikan kesempatan pada anggota kelompok lain untuk menjalankan peranannya
- j. menyadari pentingnya kegiatan kelompok tersebut
- k. mampu berkomunikasi secara terbuka

Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok), dan homogenitas atau heterogenitas anggota kelompok dapat mempengaruhi kinerja kelompok. Sebaiknya jumlah anggota kelompok tidak terlalu besar dan juga tidak terlalu kecil. Kekurangefektifan kelompok akan mulai terasa jika jumlah anggota kelompok melebihi sepuluh orang. Hal ini sama seperti yang dikemukakan oleh

Prayitno (2004:7) menjelaskan bahwa “bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa

untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Prayitno juga mengatakan syarat-syarat pembentukan kelompok terdiri atas 8-10 orang, sehingga secara aktif mengembangkan dinamika kelompok.”

Dari penjelasan diatas bahwa komponen-komponen yang terdapat pada bimbingan kelompok adalah adanya peran pemimpin kelompok dan partisipasi dari anggota kelompok secara aktif sehingga tercapai tujuan-tujuan yang ingin dicapai, berkaitan dengan ini bahwa adanya peningkatan konsep diri positif pada siswa.

Dinamika Kelompok

Bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok sebagai media dalam upaya membimbing anggota kelompok dalam mencapai tujuan. Dinamika kelompok unik dan hanya dapat ditemukan dalam suatu kelompok yang benar-benar hidup. Kelompok yang hidup adalah kelompok yang dinamis, bergerak dan aktif berfungsi untuk memenuhi suatu kebutuhan dan mencapai suatu tujuan.

Dalam bimbingan kelompok, memanfaatkan dinamika kelompok, para anggota kelompok mengembangkan diri dan memperoleh keuntungan lainnya. Arah pengembangan diri yang dimaksud terutama adalah dikembangkan kemampuan-kemampuan sosial secara umum yang selayaknya dikuasai oleh individu yang berkepribadian mantap. Keterampilan berkomunikasi secara efektif, sikap tenggang rasa, memberi dan menerima toleransi, mementingkan musyawarah untuk mencapai mufakat dengan sikap demokratis, dan memiliki

rasa tanggung jawab sosial seiring dengan kemandirian yang kuat, merupakan arah pengembangan pribadi yang dapat dijangkau melalui diaktifkannya dinamika kelompok itu.

4. Asas – Asas Bimbingan Kelompok

- a. Asas Kesukarelaan, yaitu semua anggota dapat menampilkan diri secara spontan tanpa malu atau dipaksa oleh teman lain atau pemimpin kelompok.
- b. Asas Keterbukaan, yaitu para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.
- c. Asas Kenormatifan, yaitu semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.
- d. Asas kegiatan, yaitu partisipasi semua anggota kelompok dalam mengemukakan pendapat sehingga cepat tercapainya tujuan bimbingan kelompok.
- e. Asas Kerahasiaan, yaitu para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak layak diketahui orang lain. (Prayitno, 2004: 13).

Dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar pelaksanaan dan lebih menjamin keberhasilan kegiatan bimbingan kelompok sehingga mencapai tujuan yang diharapkan. Asas-asas yang ditekankan dalam pelaksanaan layanan bimbingan kelompok antara lain adalah asas kerahasiaan, keterbukaan, kesukarelaan, kenormatifan dan kegiatan.

5. Jenis-jenis Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno (2004: 22-23) dalam penyelenggaraan bimbingan kelompok dikenal dua jenis, yaitu kelompok bebas dan kelompok tugas, adapun uraiannya sebagai berikut:

- 1) topik tugas, yaitu topik yang secara langsung dikemukakan oleh pemimpin kelompok (guru pembimbing) dan ditugaskan kepada seluruh anggota kelompok untuk bersama-sama membahasnya.
- 2) topik bebas, yaitu anggota secara bebas mengemukakan permasalahan yang dihadapi/ yang sedang dirasakannya kemudian dibahas satu per satu.

Dalam mencapai tujuan dari pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok maka topik-topik yang dibahas dapat disesuaikan dengan tujuan dari pelaksanaan bimbingan kelompok tersebut. Bimbingan kelompok sendiri memiliki dua jenis topik yaitu topik tugas (topik atau isu yang berasal dari pemimpin kelompok) dan topik bebas (topik yang berasal dari anggota kelompok).

6. Teknik-teknik dalam Bimbingan kelompok

Dalam bimbingan kelompok untuk lebih mempermudah mencapai tujuan yang diharapkan, maka seorang konselor harus bisa dan mengerti teknik-teknik yang dapat digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok. Menurut Prayitno (2004:27) mengemukakan ada dua teknik dalam kegiatan bimbingan kelompok pengembangan dinamika kelompok dan permainan kelompok.

a) Teknik Umum : Pengembangan Dinamika Kelompok

Secara umum, teknik-teknik yang digunakan oleh pemimpin kelompok dalam menyelenggarakan layanan bimbingan kelompok mengacu kepada berkembangnya dinamika kelompok yang diikuti oleh seluruh anggota kelompok, dalam rangka mencapai tujuan layanan. Prayitno (2004:27) menyatakan 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, pengembangan argumentasi
3. Dorongan minimal untuk memantapkan respon dan aktivitas anggota kelompok
4. Penjelasan, pendalaman, dan pemberian contoh untuk lebih memantapkan analisis, argumentasi dan pembahasan Pelatihan untuk membentuk pola tingkah laku (baru) yang dikehendaki

b) Permainan Kelompok

Penyelenggaraan bimbingan kelompok seringkali dilakukan permainan kelompok, baik sebagai selingan maupun sebagai wahana yang memuat materi pembinaan tertentu. Prayitno (2004:27) mengemukakan bahwa permainan kelompok yang efektif bercirikan: (1) sederhana, (2) menggembarakan, (3) menimbulkan suasana rileks dan tidak melelahkan, (4) meningkatkan keakraban, dan (5) diikuti oleh semua anggota kelompok.

Dari penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa teknik-teknik bimbingan kelompok memiliki teknik umum berupa pengembangan dinamika kelompok dimana dengan seorang guru bimbingan konseling harus memiliki keterampilan berkomunikasi secara efektif, kemampuan untuk memberikan dorongan, dan umpan balik yang tepat, selain itu teknik lain yang dapat digunakan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok adalah permainan kelompok dimana dijadikan sarana atau wahana untuk menunjang tercapainya materi yang ingin disampaikan dalam hal ini terkait dengan konsep diri.

7. Tahap-Tahap Bimbingan Kelompok

Kegiatan bimbingan kelompok berlangsung dalam beberapa tahap. Prayitno (2004: 18-26) mengemukakan bahwa ada empat tahap yang perlu dilalui dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran. Tahap-tahap itu dapat diuraikan sebagai berikut:

1) Tahap pembentukan

Tahap ini adalah tahap pengenalan dan perlibatan diri anggota ke dalam kelompok dengan bertujuan agar anggota memahami maksud bimbingan kelompok. Pemahaman anggota kelompok memungkinkan anggota kelompok berperan aktif dalam kegiatan bimbingan kelompok yang selanjutnya dapat menumbuhkan minat pada diri mereka untuk mengikutinya. Pada tahap ini bertujuan untuk menumbuhkan suasana saling mengenal, percaya, menerima, dan membantu teman-teman yang ada dalam kelompok. Kegiatan yang dilakukan pada tahap pembentukan antara lain :

(1) Pengenalan dan pengungkapan tujuan

Tahap pengenalan dimana semua anggota kelompok dan pemimpin kelompok melibatkan diri ke dalam suatu kelompok. Pada tahap ini pada umumnya para anggota saling memperkenalkan diri mengungkapkan tujuan ataupun harapan-harapan yang ingin dicapai oleh seluruh anggota kelompok.

(2) Terbangunnya kebersamaan

Pemimpin kelompok harus mampu menumbuhkan suasana kebersamaan kelompok. Selain itu, pemimpin kelompok juga perlu

membangkitkan minat-minat dan kebutuhannya serta rasa berkepentingan para anggota mengikuti kegiatan kelompok yang sedang mulai digerakkan itu.

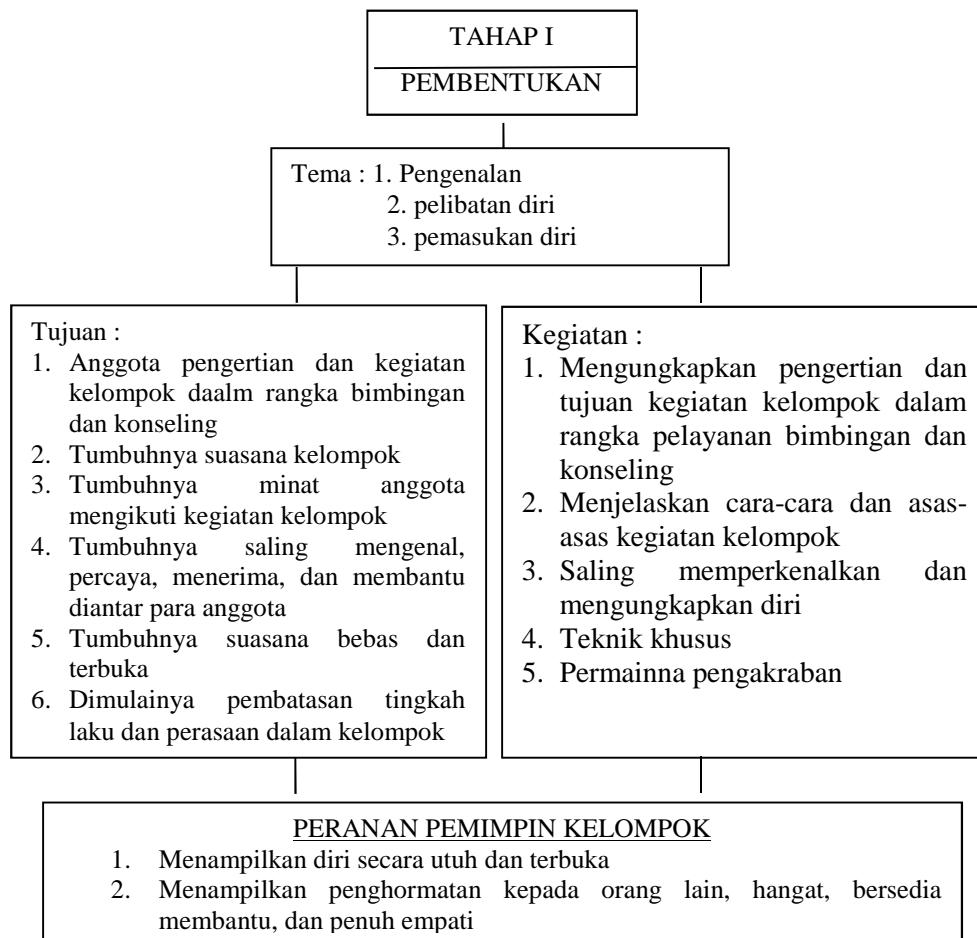
(3) Keaktifan pemimpin kelompok

Peran pemimpin kelompok dalam tahap ini perlu memusatkan pada hal-hal sebagai berikut :

- a. penjelasan tentang tujuan kegiatan
- b. penumbuhan rasa saling mengenal antar anggotanya
- c. penumbuhan rasa saling mempercayai dan menerima
- d. dimulainya pembahasan tentang tingkah laku dan susunan perasaan dalam kelompok

(4) Teknik

Teknik yang dapat digunakan oleh pemimpin kelompok dalam tahap ini adalah teknik permainan kelompok. Permainan dalam tahap ini bertujuan untuk menciptakan hubungan yang akrab dan hangat antar anggota kelompok dengan pemimpin kelompok. Ciri-ciri permainan yang dapat menciptakan keakraban antara lain: diikuti oleh semua anggota, menggembirakan, sesuai dengan tingkat perkembangan anggota kelompok, tidak memakan banyak waktu, tidak melelahkan, sederhana, dan mudah. Permainan yang dapat diselenggarakan antara lain: permainan anak kembar, permainan bisik berantai, permainan siapakah saya, permainan rangkaian nama, dan lain sebagainya.



Gambar 2.1. Tahap pembentukan dalam bimbingan kelompok

2) Tahap peralihan

Tahap ini tahap transisi dari tahap pembentukan ke tahap kegiatan. Dalam tahap ini dilakukan kegiatan sebagai berikut :

(1) Penjelasan kegiatan kelompok

Dalam kegiatan ini dijelaskan kegiatan apa yang akan dilaksanakan.

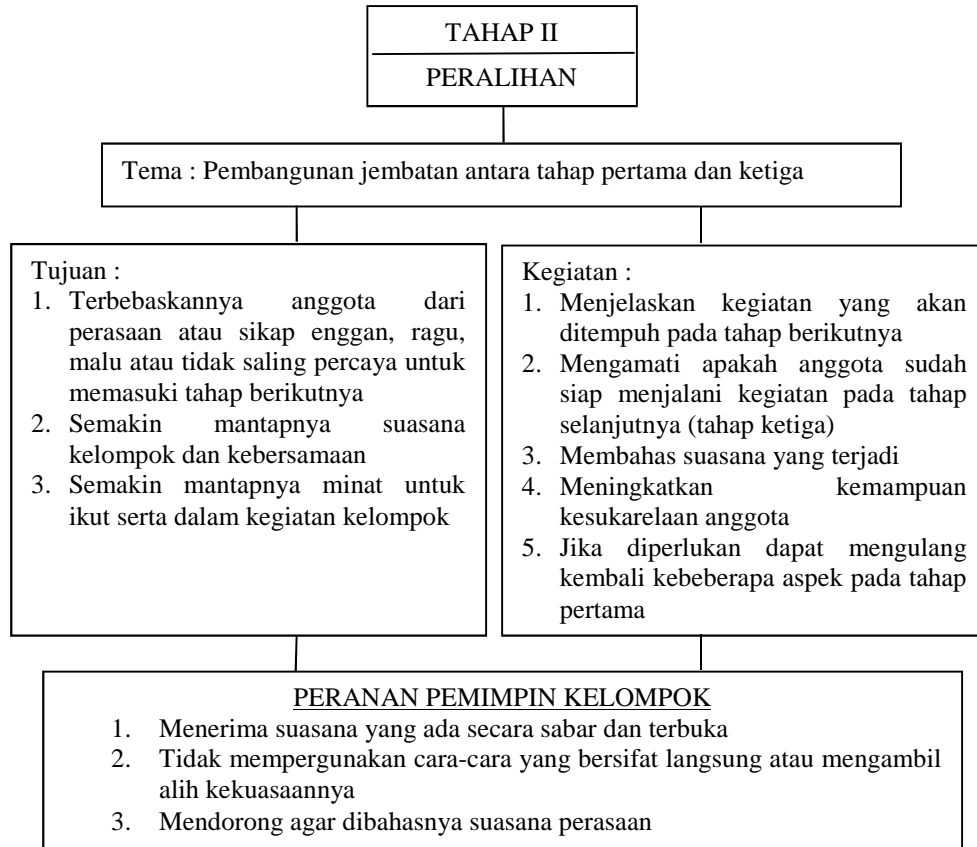
Pemimpin kelompok dapat menegaskan jenis kegiatan bimbingan kelompok tugas atau bebas.

(2) Pengenalan suasana

Dalam kegiatan ini kelompok berusaha mengenali suasana yang berkembang dalam kelompok untuk mengetahui apakah anggota kelompok telah siap atau belum untuk melakukan kegiatan bimbingan kelompok. Jika anggota masih tampak ragu-ragu, tidak mengetahui apa dan bagaimana melakukan kegiatannya, maka pemimpin kelompok harus menjelaskan kembali hal-hal yang belum dimengerti oleh anggota kelompok.

(3) Jembatan antara tahap I dan tahap III

Pemimpin kelompok berusaha untuk mengingatkan, mengulangi, menegaskan hal-hal yang telah dijelaskan pada tahap I sebelum melanjutkan ke tahap II.



Gambar 2.2. Tahap Peralihan dalam Bimbingan Kelompok.

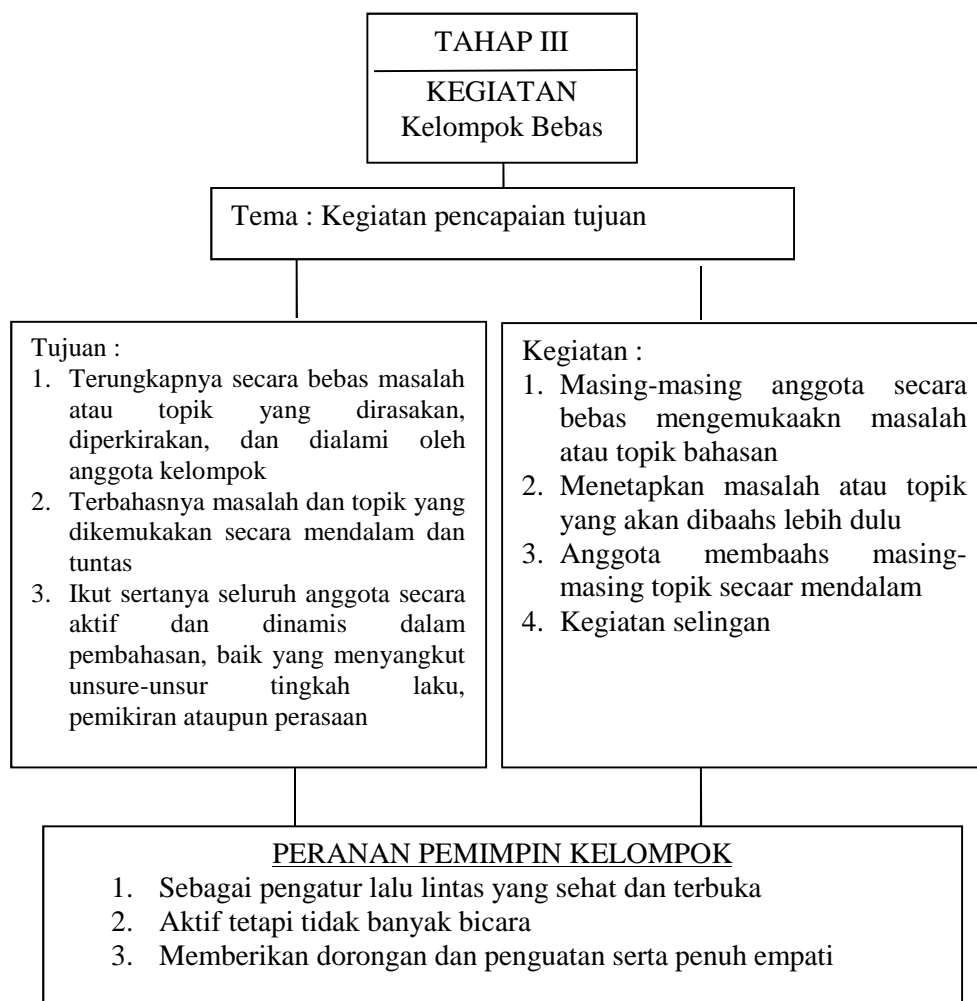
3) Tahap kegiatan

Tahap ini merupakan tahap inti dari kegiatan bimbingan kelompok dengan tujuan yang ingin dicapai, yaitu terbahasnya 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.

Rangkaian kegiatan yang harus dilakukan dalam tahap ini bergantung kepada jenis bimbingan kelompok yang diselenggarakan, apakah bimbingan kelompok bebas atau tugas.

(1) Bimbingan kelompok bebas

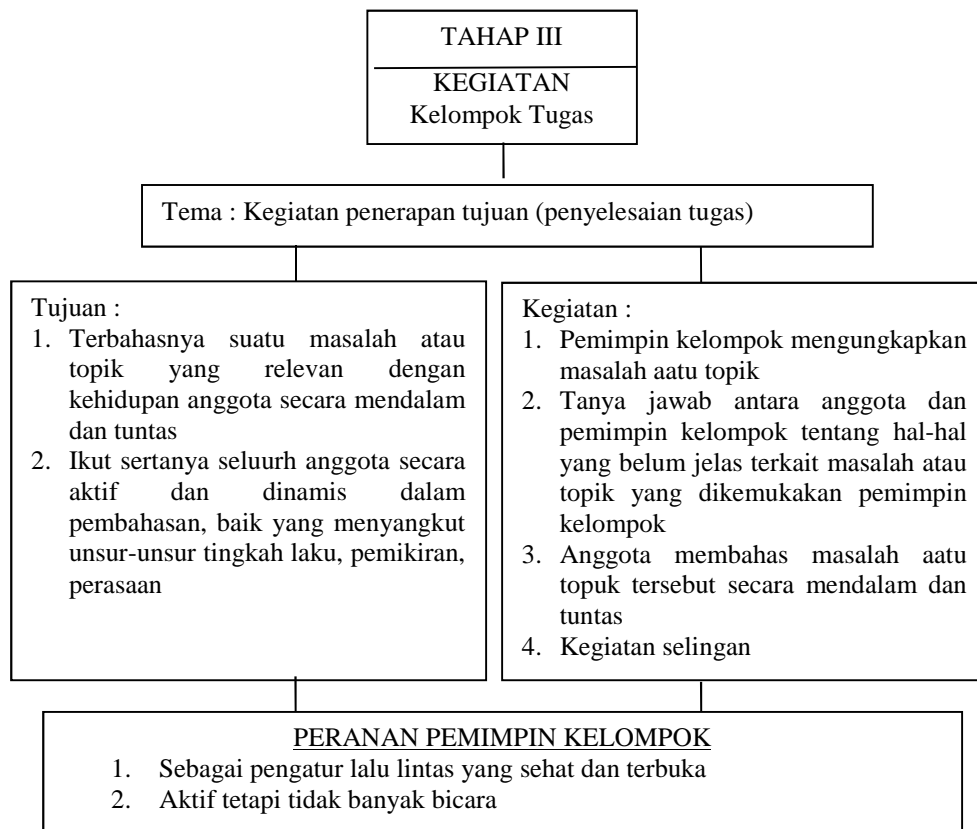
Kegiatan yang dilakukan adalah masing-masing anggota secara bebas mengemukakan topik bahasan; menetapkan topik yang akan dibahas dahulu; kemudian anggota membahas topik secara mendalam dan tuntas, serta diakhiri kegiatan selingan bila perlu.



Gambar 2.3. Tahap Kegiatan dalam bimbingan kelompok

(2) Bimbingan kelompok tugas

Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini untuk topik tugas adalah pemimpin kelompok mengemukakan suatu topik untuk dibahas oleh kelompok; kemudian terjadi tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut topik yang dikemukakan pemimpin kelompok. Selanjutnya anggota membahas topik tersebut secara mendalam dan tuntas, serta dilakukan kegiatan selingan bila diperlukan.

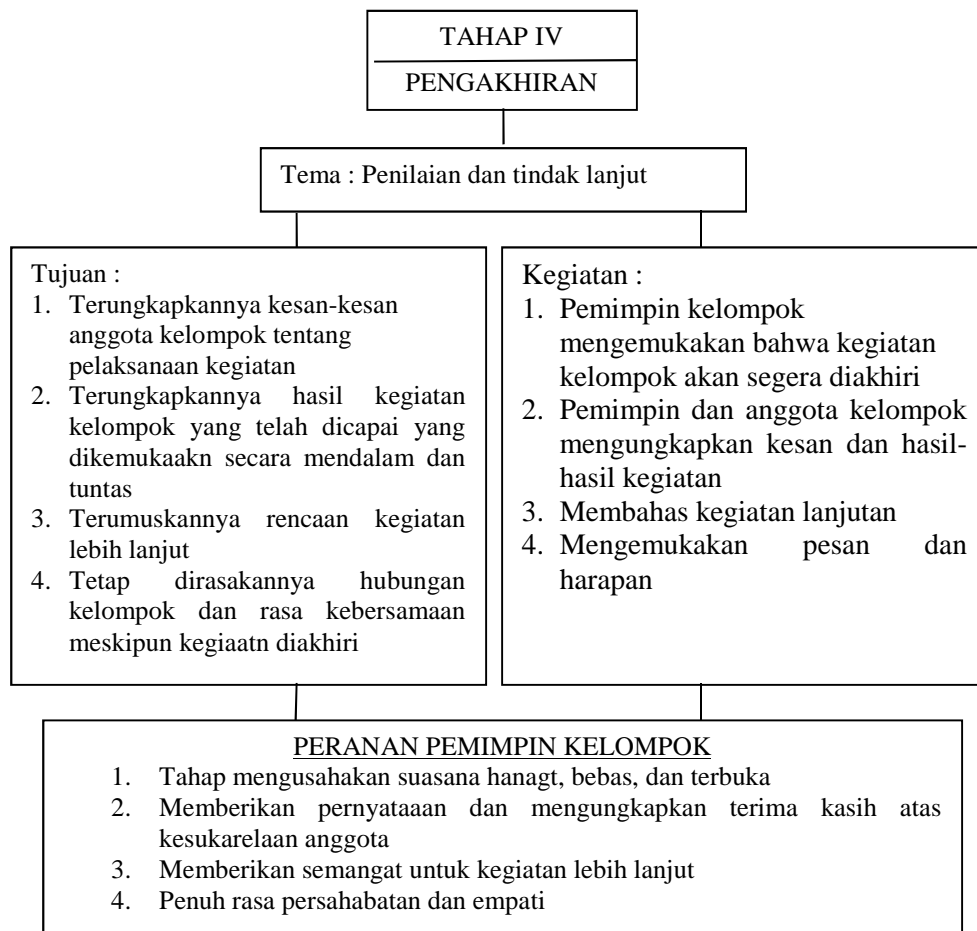


Gambar 2.4. Tahap Kegiatan dalam Bimbingan Kelompok

4) Tahap pengakhiran

Pada tahap ini terdapat dua kegiatan yaitu penilaian (evaluasi) dan tindak lanjut (*follow up*). Tahap ini merupakan tahap penutup dari serangkaian kegiatan bimbingan kelompok dengan tujuan telah tuntasnya topik 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 bimbingan kelompok dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu pemimpin kelompok berperan untuk memberikan penguatan (*reinforcement*) terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh kelompok tersebut.

Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini adalah pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri; pemimpin kelompok dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan; membahas kegiatan lanjutan; kemudian mengemukakan pesan dan harapan.



Gambar 2.5. Tahap Pengakhiran dalam Bimbingan Kelompok

C. Peningkatan Konsep Diri dengan Bimbingan Kelompok

Konsep diri menurut Brooks (Rakhmat, 2005: 99) adalah persepsi terhadap diri baik diri fisik, sosial, dan psikologis yang diperoleh dari berbagai pengalaman dan interaksinya dengan orang lain. Pendapat tersebut didukung oleh Mead (Suryabrata, 2007: 254) yang mendefinisikan konsep diri sebagai perasaan, pandangan, dan penilaian individu mengenai dirinya yang didapat dari hasil interaksi dengan lingkungan sekitarnya. Dari pendapat para ahli tersebut, berarti bahwa konsep diri itu terbentuk dan berkembang karena adanya faktor-faktor yang mempengaruhi.

Argy (Gumanti: 2007) mengemukakan bahwa perkembangan konsep diri remaja dipengaruhi oleh empat faktor, yaitu reaksi dari orang lain, perbandingan dengan orang lain, peranan individu, dan identifikasi terhadap orang lain.

Menurut Hurlock (2005; 235) salah satu dari delapan faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri remaja adalah teman sebaya. Teman sebaya mempengaruhi kepribadian remaja dalam dua cara. Pertama, konsep diri remaja merupakan cerminan dari anggapan tentang konsep teman sebayanya tentang dirinya. Kedua, remaja berada dalam tekanan untuk mengembangkan ciri-ciri kepribadian yang diakui oleh kelompok teman sebayanya.

Berdasarkan penjelasan di atas menunjukkan bahwa konsep diri seorang individu terbentuk dari proses interaksi dengan orang lain atau lingkungan

sekitarnya, terlebih lagi masa remaja dimana pengaruh *peer group* sangat berperan dalam membentuk kepribadian, remaja lebih mudah mendengarkan nasihat dari teman sebaya dan membuka diri untuk menceritakan persoalan diri kepada teman sebaya. Hal ini lebih memudahkan remaja dalam mengembangkan pemahaman terhadap diri apabila dilakukan dalam situasi bimbingan kelompok dimana anggota kelompoknya adalah teman sekelas atau sebaya. Kegiatan bimbingan kelompok dimana anggota yang satu dengan yang lain dapat saling memberikan reaksi atau penilaian terhadap perilaku dan kepribadian setiap anggota. Interaksi yang terjadi di dalam kegiatan bimbingan kelompok, juga dapat membuat para anggota saling mengidentifikasi dirinya dengan anggota lain yang dianggap memiliki perilaku dan kepribadian yang baik. Dengan demikian masing-masing anggota kelompok akan saling membantu dalam membentuk, mengembangkan dan meningkatkan konsep diri positif.

Hal tersebut sejalan dengan pendapat Gazda (Prayitno, 2004: 304) yang menjelaskan bahwa bimbingan kelompok merupakan kegiatan pemberian informasi tentang pendidikan, karier, pribadi, dan sosial. Informasi tersebut diberikan dengan tujuan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri individu dan pemahaman terhadap orang lain.

Di dalam layanan bimbingan kelompok akan terjadi interaksi antara anggota yang satu dengan anggota yang lain. bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok.

Selain terjadi interaksi antara anggota kelompok, di dalam layanan bimbingan kelompok juga tercipta dinamika kelompok. Melalui dinamika kelompok yang terjadi di dalam kegiatan bimbingan kelompok, setiap anggota diharapkan mampu mengembangkan dirinya dalam hubungannya dengan orang lain.

Upaya yang mungkin dilakukan untuk meningkatkan terjadinya peningkatan konsep diri dapat dilakukan strategi sebagai berikut:

- a) Membuat siswa merasa mendapatkan dukungan dari guru. dalam mengembangkan konsep diri yang positif, siswa perlu mendapatkan dukungan dari guru. dukungan guru ini dapat ditunjukkan dalam bentuk dukungan emosional (emotional support), seperti ungkapan empati, kepedulian, perhatian, dan umpan balik dan dapat pula berupa dukungan penghargaan (esteem support), seperti melalui ungkapan hormat (penghargaan) positif terhadap siswa, dorongan untuk maju atau persetujuan dengan gagasan atau perasaan siswa dan perbandingan positif antara satu siswa dengan siswa lain. Bentuk dukungan ini memungkinkan siswa untuk membangun perasaan memiliki harga diri, memiliki kemampuan atau kompeten dan berarti.
- b) Membuat siswa merasa bertanggung jawab. Memberi kesempatan kepada siswa untuk membentuk keputusan sendiri atas perilakunya yang dapat diartikan sebagai upaya guru untuk memberikan tanggung jawab kepada siswa. Tanggung jawab ini akan mengarahkan sikap positif siswa terhadap diri sendiri, yang diwujudkan dengan usaha

pencapaian prestasi belajar yang tinggi serta peningkatan integritas dalam menghadapi tekanan sosial.

- c) Membuat siswa merasa mampu. Ini dapat dilakukan dengan cara menunjukkan dengan cara menunjukkan sikap dan pandangan yang positif terhadap kemampuan yang dimiliki siswa. Guru harus berpandangan bahwa semua siswa pada dasarnya memiliki kemampuan, hanya saja mungkin belum dikembangkan. Dengan sikap dan pandangan positif terhadap kemampuan siswa ini, maka siswa juga akan berpandangan positif terhadap kemampuan dirinya.
- d) Mengarahkan siswa untuk mencapai tujuan yang realistis. Dalam upaya meningkatkan konsep diri siswa, guru harus membentuk siswa untuk menetapkan tujuan yang hendak dicapai serealistis mungkin, yakni tujuan yang sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. Penetapan tujuan yang resalistis ini dapat dilakukan dengan mengacu pada pencapaian prestasi di masa lampau. Dengan bersandar pada keberhasilan dimasa lampau, amaka pencapaian prestasi sudah dapat diramalkan, sehingga siswa akan terbentuk untuk bersikap positif terhadap kemampuan dirinya sendiri.
- e) Membantu siswa menilai mereka secara realistik. Pada saat mengalami kegagalan, adakalanya siswa menilainya secara negatif, dengan memandang dirinya sebagai orang yang tidak mampu. Untuk menghindari penilaian yang negatif dari siswa tersebut, guru perlu membantu siswa menilai prestasi mereka secara realistik, yang membantu rasa percaya akan kemampuan mereka dalam menghadapi

tugas-tugas sekolah dan meningkatkan prestasi belajar di kemudian hari. Salah satu cara membantu siswa menilai diri mereka secara realistis adalah dengan membandingkan prestasi siswa pada masa lampau dan pada saat ini. Hal ini pada gilirannya dapat membangkitkan motivasi, minat, dan sikap siswa terhadap seluruh tugas di sekolah.

- f) Mendorong siswa agar bangga dengan dirinya secara realistis. Upaya lain yang harus dilakukan guru dalam membantu mengembangkan yang dicapai konsep diri peserta didik adalah dengan memberikan dorongan kepada siswa agar bangga dengan dengan memberikan dorongan kepada siswa agar bangga dengan prestasi yang telah dicapainya. Ini adalah penting, karena perasaan bangga atas prestasi yang dicapai merupakan salah satu kunci untuk menjadi lebih positif dalam memandang kemampuan yang dimiliki.

Selanjutnya Menurut Gazda (Prayitno, 2009: 309) menyebutkan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat baik dalam bidang pribadi, belajar, sosial maupun karir. Informasi tersebut diberikan dengan tujuan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri individu dan pemahaman terhadap orang lain. Berdasarkan pengertian di atas menjelaskan bahwa di dalam kegiatan kelompok memungkinkan untuk pemimpin kelompok memberikan informasi yang berkaitan dengan masalah pribadi, sosial, belajar, dan karier yang sering dihadapi oleh siswa. Selain itu, kegiatan bimbingan kelompok dapat

membantu anggota kelompoknya dalam mengembangkan pemahaman terhadap diri sendiri dan orang lain.

Dengan demikian, kegiatan layanan bimbingan kelompok dianggap tepat untuk membantu siswa dalam meningkatkan konsep diri positif pada dirinya. Dengan pemberian informasi dari pemimpin kelompok mengenai konsep diri dan interaksi yang terjadi di dalam kegiatan bimbingan kelompok tersebut diharapkan dapat membantu anggota kelompok (siswa yang belum memiliki konsep diri positif) untuk dapat mengetahui potensi dirinya, memahami kelemahan dan kelebihan yang ada pada dirinya, meningkatkan penerimaan terhadap diri, meningkatkan harga diri, menerima penilaian dari orang lain, memberi penilaian kepada orang lain, dan memiliki harapan untuk masa depannya. Yang pada akhirnya dapat meningkatkan konsep diri positif pada dirinya dan anggota lain.

III. METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan cara ilmiah yang di gunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan tertentu, Sugiyono (2014:2). Ruslan (2003:24) Metode merupakan kegiatan ilmiah yang berkaitan dengan suatu cara kerja (sistematis) untuk memahami suatu subjek atau objek penelitian, sebagai upaya untuk menemukan jawaban yang dapat dipertanggung jawabkan secara ilmiah dan termasuk keabsahannya. Penggunaan metode dimaksudkan agar kebenaran yang diungkap benar-benar dapat dipertanggung jawabkan dan memiliki bukti ilmiah yang akurat dan dapat dipercaya.

A. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilakukan di SMP Negeri 21 Bandar Lampung dan waktu pelaksanaan penelitiannya pada semester genap tahun pelajaran 2015/2016.

B. Metode penelitian

Metode penelitian memegang peranan penting, karena salah satu ciri dari penelitian adalah terdapatnya suatu metode yang tepat dan sistematis sebagai penentu arah yang tepat dalam pemecahan masalah. Ketepatan pemilihan metode merupakan syarat yang penting agar mendapatkan hasil yang optimal.

Metode penelitian pendidikan menurut Sugiyono (2014:2) dapat diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga pada gilirannya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan dan mengantisipasi masalah.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasy experimental design*). Metode ini memiliki kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yang memiliki karakteristik yang sama (Sugiyono, 2006:14). Penelitian ini menggunakan desain penelitian *Non-equivalent Control Group Design* (Sugiyono, 2006:16), dimana subjek penelitian ada yang diberi perlakuan (kelas eksperimen) dan ada yang tidak diberikan perlakuan (kelas kontrol). Alasannya karena peneliti ingin melihat hasil dari pemberian layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung yang mempengaruhi peningkatan konsep diri positif rendah pada siswa menjadi konsep diri yang positif yang tinggi pada kelompok eksperimen dan melihat bagaimana konsep diri pada pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan sehingga dapat menyimpulkan keefektifan peningkatan

konsep diri dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok. Pada penelitian ini akan diberikan beberapa kali pengukuran skala untuk melihat sejauhmana perkembangan konsep diri pada subjek penelitian. Pelaksanaan penelitian dengan desain ini dilakukan dengan memberikan perlakuan (X) terhadap satu kelompok yaitu kelompok eksperimen, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan. Sebelum diberi perlakuan, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol akan diberi *pretest* (O1), setelahnya diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen maka diberikan *posttest* (O2) begitupun dengan kelompok kontrol diberikan *posttest* (O2) tanpa diberikan layanan bimbingan kelompok, dan setelah rangkaian kegiatan bimbingan kelompok berakhir maka pada kelompok eksperimen diberikan *posttest* (O3) begitupun dengan kelompok kontrol diberikan *posttest* (O3) tanpa diberikan layanan bimbingan kelompok. Secara umum desain penelitian yang akan digunakan dapat digambarkan sebagai berikut:

Eksperimen	O ₁	X ₁	O ₂	X ₂	O ₃
Kontrol	O ₁	-	O ₂	-	O ₃

Tabel 3.1 Pola *Non-equivalent Control Group Design* yang digunakan dalam penelitian ini.

Keterangan :

- O₁: Skala konsep diri yang diberikan kepada siswa yang memiliki konsep diri positif rendah dan sebelum diberikan perlakuan.
- X₁: Perlakuan/*treatment* yang diberikan (pelaksanaan layanan bimbingan kelompok) kepada siswa yang memiliki konsep diri positif rendah di SMP N 21 Bandar Lampung
- O₂: Skala konsep diri yang diberikan kepada siswa dipertengahan rangkaian pelaksanaan layanan bimbingan kelompok kepada siswa yang memiliki konsep diri positif rendah di SMP N 21 Bandar Lampung, untuk melihat perkembangan Konsep diri positif atau *Progress* keberhasilan dari bimbingan kelompok

- X₂: Melanjutkan Perlakuan/*treatment* yang diberikan (pelaksanaan layanan bimbingan kelompok) kepada siswa yang memiliki konsep diri positif rendah di SMP N 21 Bandar Lampung
- O₃ : Skala konsep diri yang diberikan kepada siswa setelah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok kepada siswa yang memiliki konsep diri positif rendah di SMP N 21 Bandar Lampung,

Dalam desain ini dilakukan tiga kali pengukuran, pengukuran pertama dilakukan sebelum diberi layanan bimbingan kelompok (*Pre Test*), pengukuran kedua diberikan kepada siswa dipertengahan rangkaian pelaksanaan layanan bimbingan kelompok untuk melihat perkembangan Konsep diri Positif atau *Progress* keberhasilan dari bimbingan kelompok, dan pengukuran ketiga dilakukan setelah diberi layanan bimbingan kelompok (*Post Test*). Beberapa kali dilakukan *Pretest and Posttest* pada kelas eksperimen dilaksanakan bertujuan untuk melihat peningkatan (*gain*) siswa setelah mendapatkan perlakuan, yakni bimbingan kelompok.

C. Subjek Penelitian

Subyek penelitian merupakan sumber data untuk menjawab masalah. Penelitian subyek ini disesuaikan dengan keberadaan masalah dalam penelitian. Penelitian ini diberikan kepada siswa yang mempunyai konsep diri positif rendah, maka teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*

Menurut Nasution (2008: 98) teknik *purposive sampling* yaitu “teknik penentuan sampel yang dilakukan dengan mengambil orang-orang terpilih oleh peneliti menurut ciri-ciri spesifik yang dimiliki oleh sampel itu”.

Subyek penelitian ini adalah siswa dari kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung yang memiliki konsep diri positif rendah. Untuk menjangkau subjek penelitian diberikan skala konsep diri pada siswa kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung. Skala konsep diri berfungsi sebagai penjangkauan sekaligus sebagai pretest bagi subjek penelitian.

Subyek penelitian yang terpilih dari penjangkauan subjek menggunakan skala Konsep diri kepada 283 didapatkan subjek sebanyak 16 siswa yang akan di bagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan masing-masing 8 siswa di setiap kelompok dengan kategori siswa yang memiliki konsep diri positif tinggi dan konsep diri positif rendah sehingga kelompok bersifat heterogen.

Kelompok Eksperimen terdiri atas satu orang dari kelas VIII A, satu orang dari kelas VIII D, tiga orang siswa dari kelas VIII E, satu orang dari kelas VIII F, satu orang dari kelas VIII H, dan satu orang dari kelas VIII H. Sedangkan kelompok kontrol terdiri atas dua orang siswa dari kelas VIII C, dua orang siswa dari kelas VIII E, satu orang siswa dari kelas VIII F, dua orang siswa dari kelas VIII G, dan satu orang siswa dari kelas VIII J.

D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2014: 60) variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Menurut Arikunto (2006: 96) variabel merupakan segala sesuatu yang akan menjadi objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, yang kemudian ditarik kesimpulannya. Penelitian ini di laksanakan oleh 2 variabel. Yaitu :

- a. Variabel bebas (independen) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel ini yaitu layanan bimbingan kelompok.
- b. Variabel Terikat (dependen) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah konsep diri positif.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional variabel merupakan uraian yang berisikan sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi dua variabel atau konsep yang digunakan dalam penelitian ini yaitu konsep diri dan bimbingan kelompok.

- a. Konsep diri adalah gambaran individu mengenai dirinya, yang secara satu kesatuan yang utuh. Ciri-ciri individu yang memiliki konsep diri positif, yaitu (a) yakin terhadap kemampuan dirinya sendiri (b) kesetaraan (c) menerima pujian tanpa rasa malu, (d) sadar setiap orang memiliki keberagaman (e) mampu mengembangkan diri (f) dapat menerima dirinya secara positif dan dinamis, (g) memiliki tujuan-tujuan hidup realistis.

- b. Bimbingan kelompok adalah upaya pemberian bantuan kepada siswa dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk saling berdiskusi maupun bertukar informasi yang berguna dalam membuat keputusan yang tepat dalam menyusun rencana atau arahan vokasional serta untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungannya. Adapun tahapan-tahapan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, yaitu: tahap pembukaan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Sehingga dengan bimbingan kelompok diharapkan dapat meningkatkan konsep diri positif siswa.

E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang digunakan untuk memperoleh data atau informasi yang diperlukan guna mencapai objektivitas yang tinggi. Untuk mengumpulkan data teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Skala

Peneliti menggunakan skala konsep diri yang merupakan skala psikologis. Skala psikologis adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur atribut afektif atau aspek-aspek kejiwaan. Peneliti akan menyebarkan skala konsep diri untuk mengetahui siswa yang memiliki konsep diri positif rendah, untuk mendapatkan subjek penelitian.

Skala konsep diri ini menggunakan model skala Likert. Dengan model skala Likert. Nazir (2003: 339) mengemukakan prosedur dalam pembuatan skala Likert sebagai berikut :

- a. Peneliti mengumpulkan item-item yang cukup banyak dan relevan dengan masalah yang sedang diteliti
- b. Item-item tersebut diujikan kepada sekelompok responden yang cukup responsive dari populasi yang ingin diteliti
- c. Responden diminta untuk mengisi item pernyataan sesuai dengan keadaan yang paling mewakili dirinya (apakah mereka menyukai (+) atau tidak menyukai (-) item-item yang tersedia. Responsi tersebut dikumpulkan dan jawaban yang memberikan indikasi menyukai diberikan skor tinggi dan sebaliknya.
- d. Total skor dari masing-masing responden adalah penjumlahan dari skor masing-masing item responden tersebut
- e. Responden dianalisa untuk mengetahui item-item mana yang sangat nyata batasan antara skor tinggi dan skor rendah dalam skala total untuk respon upper dan lower dianalisa untuk melihat sampai berapa jauh tiap item itu berbeda. Item-item yang tidak menunjukkan korelasi dengan skor total tidak dipakai

Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Penelitian (Skala Konsep Diri)

Variabel	Indikator	Deskriptor	No Item	
			+	-
K O N S E P D I R I P O S I T I F	1. Yakin terhadap kemampuan dirinya sendiri	1. 1 Mampu menyelesaikan masalahnya sendiri secara mandiri	1	2
		1. 2 Tidak lari dari masalah	6, 7	3
	2. Kesetaraan	2.1. Tidak merasa rendah diri dengan kekurangan yang dimiliki	5	10
		2.2. Menghargai dan tidak meremehkan orang lain	15	4
		2.3 Memiliki Pribadi yang rendah hati	16, 17	8
	3. Menerima pujian tanpa rasa malu	3.1 Memiliki keyakinan bahwa dirinya pantas mendapatkan penghargaan berupa pujian atas usaha yang telah dilakukan	9, 20	11
		3.2 Memiliki kemampuan untuk membuktikan bahwa dirinya pantas mendapatkan penghargaan berupa pujian	12	14, 22
	4. Sadar setiap orang memiliki keberagaman.	4.1 Tidak memaksakan kehendak kepada orang lain dan bersikap egois	18, 21	13, 25
		4.2 Menerima dan menghargai kritik, saran, dan pendapat dari orang lain	28, 30	19, 34
		4.3 Memiliki kemampuan beradaptasi terhadap keberagaman dan perbedaan	27	35
	5. Mampu mengembangkan diri	5.1 Mengembangkan kemampuan akademik/ prestasi	23	29, 32
		5.2 Mengembangkan bakat yang dimiliki	26	33, 40
	6. Menerima dirinya secara positif dan dinamis	6.1 Penerimaan diri terhadap kondisi fisik	39	24, 31
		6.2 Penerimaan diri terhadap kondisi psikis	47	37
		6.3 Menghargai diri sendiri	38, 41	36, 46
	7. Memiliki tujuan-tujuan hidup realistis	7.1 Memiliki impian atau cita-cita untuk masa depan	48	42
		7.2 Memiliki sikap optimis dalam menjalani tantangan dalam hidup	43, 44	49
		7.3 Memiliki Perilaku yang dapat memperjuangkan tercapainya tujuan-tujuan hidup	50	45

Kriteria skala Konsep diri siswa dikategorikan menjadi 3 yaitu: tinggi, sedang, 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

$$i = \frac{NT - NR}{K} = \frac{(5 \times 50) - (1 \times 50)}{3} = \frac{250 - 50}{3} = 66,67 = 67$$

Tabel 3.3 Kriteria Konsep Diri

Interval	Kriteria
186-253	Tinggi
118-185	Sedang
50 – 117	Rendah

Semakin besar skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi pula tingkat konsep diri dan sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan konsep diri yang rendah pada siswa.

F. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian

Keberhasilan suatu penelitian ditentukan oleh baik tidaknya instrumen yang digunakan. Oleh karena itu, hendaknya peneliti melakukan pengujian terhadap instrumen yang digunakan. “Syarat instrumen yang baik harus memenuhi dua persyaratan penting, yaitu valid dan reliabel” (Arikunto, 2006 : 156).

1. Uji Validitas

a) Uji Validitas Skala Konsep diri

Validitas adalah suatu struktur yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan dan kesalahan suatu instrumen. Uji validitas digunakan untuk mengetahui apakah instrumen yang dibuat dapat mengukur apa yang diinginkan.

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah *validitas content*. (Saifuddin Azwar 2014: 134) untuk menguji *Validitas Content* dapat digunakan pendapat dari para ahli (*judgments experts*), dalam hal ini setelah instrumen dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan dengan dosen pembimbing dan pengajar di program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung. Dosen yang digunakan sebagai *Judgment Expert* adalah tiga orang dosen Bimbingan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung yaitu Yohana Oktariana, S.Pd., M.Pd., Drs. Syaifudin Latif, M.Pd dan Citra Abriani Maharani, S.Pd., M.Pd., Kons,

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.

Untuk mengukur validitas peneliti menggunakan rumus korelasi pearson product moment sebagai berikut :

Rumus korelasi *product moment* :

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

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 Konsep diri disebar ke sebanyak 30 siswa untuk dijadikan sample pengujian validitas. Hasil uji coba yang didapatkan dari perhitungan Product Moment menggunakan SPSS 16 adalah dari 52 butir pernyataan, terdapat 2 item yang dinyatakan tidak valid. Hal ini diperoleh dari perhitungan $r_{tabel} < r_{hitung}$. Berdasarkan hasil pengolahan data tersebut terdapat 50 item yang valid. Untuk data perhitungan selengkapnya dapat dilihat pada lampiran 3 halaman 150 hasil uji coba.

2. Uji Reliabilitas

Uji Realibilitas Skala Konsep diri

Reliabilitas adalah derajat konsistensi dan stabilitas data atau temuan. Suatu data dinyatakan reliable apabila dua atau lebih peneliti dalam obyek yang sama menghasilkan data yang sama, atau satu peneliti dalam waktu yang berbeda menghasilkan data yang sama, atau sekelompok data bila dipecah menjadi dua menunjukkan data yang tidak berbeda Sugiyono (2014:268).

Dalam penelitian ini, untuk uji reliabilitas peneliti menggunakan pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan skala. Menggunakan rumus *Alpha* dari *Crombach* yaitu :

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

Keterangan:

- r₁₁ = Reliabilitas instrumen
- k = Banyaknya butir pertanyaan
- S_t² = Jumlah varian butir
- S_t² = 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 konsep diri menunjukkan bahwa skala yang digunakan memiliki reliabilitas sebesar 0,687 terdapat pada lampiran 3 halaman 152. Berdasarkan kriteria reliabilitas pada tabel 3.4 0,786 ada pada taraf 0,6 – 0,799 yaitu termasuk kriteria 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

Berdasarkan angka probabilitas, dasar pengambilan keputusan adalah:

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

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

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan kaidah keputusan berdasarkan nilai Z hitung pada uji *Wilcoxon* yang telah dianalisis diatas diperoleh angka Z hitung sebesar -2.521 pada kelompok eksperimen yang artinya lebih kecil dari Z tabel (-2.521 < 1.645) sehingga H_{a1} diterima dan H_{o1} ditolak, sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh angka Z tabel sebesar -1.841 hal ini juga menunjukkan bahwa Z hitung < Z tabel (-1.895 < 1.645) dan jika dilihat dari persentase peningkatan, konsep diri pada kelompok eksperimen rata-rata peningkatan sebesar 36,71 % lebih besar dibandingkan kelompok kontrol 2,13%, sehingga dapat dinyatakan bahwa H_{a2} ditolak dan H_{o2} diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan konsep diri positif yang signifikan pada kelompok eksperimen setelah diberi layanan bimbingan kelompok, selain dari pada itu penggunaan layanan bimbingan kelompok juga efektif dalam meningkatkan konsep diri positif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 21 Bandar Lampung tahun ajaran 2015/2016, maka dapat diambil kesimpulan, yaitu:

1. Kesimpulan Statistik

Konsep diri dapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung tahun ajaran 2015/2016. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan kaidah keputusan berdasarkan nilai Z hitung pada uji wilcoxon yang telah dianalisis di atas diperoleh angka Z hitung sebesar -2.521 pada kelompok eksperimen yang artinya lebih kecil dari Z tabel ($-2.521 < 1.645$) sehingga H_{a1} diterima dan H_{o1} ditolak, sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh angka Z tabel sebesar -1.841 hal ini juga menunjukkan bahwa Z hitung $<$ Z tabel ($-1.895 < 1.645$) dan jika dilihat dari persentase peningkatan, konsep diri pada kelompok eksperimen rata-rata peningkatan sebesar 36,71 % lebih besar dibandingkan kelompok kontrol 2,13%, sehingga dapat dinyatakan bahwa H_{a2} ditolak dan H_{o2} diterima..

2. Kesimpulan Penelitian

Kesimpulan penelitian adalah terdapat peningkatan konsep diri positif dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok d pada siswa kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung tahun ajaran 2015/2016. Hal ini ditunjukkan dari pemahaman mengenai diri dan cara berfikir terhadap diri sendiri dan orang lain yang sebelum diberikan perlakuan memiliki konsep diri positif rendah tetapi setelah diberi perlakuan dengan pemberian bimbingan kelompok konsep diri meningkat menjadi lebih baik. Jadi peningkatan konsep diri positif dapat dilakukan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok.

B. Saran

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

1. Kepada siswa SMP Negeri 21 Bandar Lampung dapat ikut berpartisipasi aktif dalam mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan berbagai macam potensi yang dimiliki sehingga dengan demikian konsep diri positif akan terbentuk.
2. Kepada guru bimbingan dan konseling mengingat pentingnya bimbingan kelompok maka dapat menjadikan kegiatan bimbingan kelompok mejadi program unggulan untuk meningkatkan potensi peserta didik khususnya pemahaman mengenai diri siswa yang rendah dan untuk pengembangan diri peserta didik.

3. Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang peningkatan konsep diri positif dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok hendaknya dapat menggunakan subjek berbeda dan meneliti variabel lain dengan mengontrol variabel yang sudah diteliti sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- A, Hallen. 2002. *Bimbingan Konseling*. Jakarta: Ciputat Pers
- Agustiani, H. 2009. *Psikologi Perkembangan (Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja)*. Bandung: Rafika Aditama.
- Agustiani. 2006. *Psikologi Perkembangan: Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri pada Remaja*. Bandung: PT Refika Aditama
- Astuti, Ratna Dwi. 2014. *Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konsep Diri Siswa Sekolah Dasar Negeri Mendungan I Yogyakarta*. Mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Hlm.* 23-29
- Azwar, Saifuddin. 2014. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Djaali. 2011. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Desmita, M. Si. 2012 . *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Ellis O, Jeanne. 2008. *Psikologi Perkembangan (Membantu Siswa tumbuh dan berkembang Jilid I)*. Jakarta: PT. Erlangga
- Format Penulisan Karya Ilmiah. 2011. Bandar Lampung: Universitas Lampung
- Ghufron, M.N. & Rini R. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz media.
- Giyono. 2015. *Bimbingan Konseling*. Yogyakarta: Media Akademi
- Gumanti, C. 2007. *Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri pada Narapidana Remaja di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIA Anak Tanjung Gusta Medan*. Medan: Universitas Sumatra Utara. *Jurnal Psikologi*
- Hallen. 2002. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Ciputat Pers.

- Hartnah, Sitti. 2009. *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: PT. Refika Aditama
- Hurlock, E.B. 2005. *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan)*. Jakarta: Erlangga.
- Kerlinger, Fred N. 2002. *Asas-Asas Penelitian Behavioral*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- McGowan Robert .2010. *Effects of a competitive endurance training program on self-concept and peer approval*. USA: Dapertement of Physical Education and Psychology Brigham Young University Jurnal Psikologi
- Myers, David G. 2012. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Selemba Humanika
- Prawoto, Yulius Beny. 2010. *Hubungan Antara Konsep Diri dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Kelas XI SMA Kristen 2 Surakarta*. Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret. Jurnal Psikologi
- Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- . 2009. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Puspasari, Amarylliai. 2007. *Mengukur Konsep Diri Anak*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Rahmat H, Dede dkk. 2012. *Penelitian Tindakan dalam Bimbingan dan Konseling*. Jakarta. PT. Indeks
- Rahmawati, Elisa Dwi. 2015. *Pengaruh Pergaulan teman sebaya dan konsep diri terhadap kecerdasan emosional siswa*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta. Jurnal Psikologi
- Rakhmat, J. 2003. *Psikologi Komunikasi. Edisi Revisi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- . . 2005. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Suryabrata, Sumadi. 2007. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT. Grafindo Perkasa Rajawali
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R& D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi, D.K. 2002. *Pengantar pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.