

II. TINJAUAN PUSTAKA

Penelitian ini berjudul “Meningkatkan Konsep Diri Positif dengan menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok pada Siswa kelas VIII di SMP N 1 Punggur Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2013/2014”. Untuk itu akan dijelaskan teori-teori yang sesuai dengan penelitian yang dilaksanakan, yaitu berkaitan dengan konsep diri dan layanan bimbingan kelompok.

A. Konsep Diri

1. Pengertian Konsep diri

G.W. Allport (Sarwono, 2011: 81) mendefinisikan konsep diri adalah :

Pemekaran diri sendiri (*extension of the self*), yang ditandai dengan kemampuan seseorang untuk menganggap orang tau hal lain sebagai bagian dari dirinya sendiri juga

Pai (Djaali, 2011;23-25) mengemukakan yang dimaksud dengan konsep diri: Konsep diri adalah pandangan individu tentang dirinya sendiri yang menyangkut apa yang ia ketahui dan rasakan tentang perilakunya, isi pikiran dan perasaannya, serta bagaimana perilakunya tersebut berpengaruh terhadap orang lain.

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

Sedangkan Rogers (Thalib, 2010:121) menyatakan bahwa konsep diri adalah konsep kepribadian yang paling utama, berisi ide-ide, persepsi, dan nilai-nilai yang mencakup tentang kesadaran tentang diri.

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

Greenwald (Thalib, 2010: 121) menjelaskan bahwa konsep diri merupakan suatu organisasi dinamis yang didefinisikan sebagai skema kognitif tentang diri sendiri yang mencakup sifat-sifat, nilai-nilai, peristiwa-peristiwa, serta kontrol terhadap pengolahan informasi diri yang relevan.

Jadi konsep diri adalah pandangan atau penilaian terhadap diri sendiri yang mencakup atribut-atribut spesifik berupa pengetahuan terhadap diri sendiri, pengharapan dan penilaian terhadap diri sendiri. Artinya konsep diri terdiri dari cara individu mengenal, menilai dan mengharapkan sesuatu dari diri sendiri.

Menurut Burn (Ghufron & Riswanti, 2010: 14) konsep diri sebagai kesan terhadap diri sendiri secara keseluruhan yang mencakup pendapatnya terhadap diri sendiri, pendapat tentang gambaran diri di mata orang lain, dan pendapatnya tentang hal-hal yang dicapai, sedangkan Fitts (Agustiani, 2009:138) mengemukakan bahwa konsep diri merupakan aspek penting dalam diri seseorang, karena konsep diri seseorang merupakan kerangka acuan (frame of reference) dalam berinteraksi dengan lingkungan. Menurut Hurlock (Ghufron & Riswanti, 2010: 13) konsep diri merupakan gambaran individu mengenai dirinya sendiri yang merupakan gabungan dari keyakinan fisik, psikologis, sosial, emosional, dan prestasi yang mereka capai.

Mead (Suryabrata, 2007: 254) mendefinisikan konsep diri sebagai perasaan, pandangan, dan penilaian individu mengenai dirinya yang didapat dari hasil interaksi dengan lingkungan sekitarnya.

Jadi kesimpulan dari teori-teori tersebut adalah bahwa konsep diri merupakan pandangan diri, penilaian diri, gambaran diri pengalaman diri dari individu tentang nilai, aturan, persepsi dari berbagai hal mengenai dirinya sejak kecil, terutama yang berkaitan dengan perlakuan orang lain terhadapnya, bagaimana individu memahami diri sendiri dan orang lain, bagaimana mengungkapkan perasaan, ide dan pendapat. Oleh karena itu konsep diri sangat penting dalam mengenal dan menilai diri individu sendiri, mengenal kelebihan dan kekurangan, karakter dan sikap individu dalam kehidupan sehari-hari. Pandangan dan persepsi tersebut dapat bersifat

psikologis, sosial dan psikis. Konsep diri juga berisi tentang bagaimana perilaku dan pemikirannya berpengaruh terhadap orang lain.

2. Dimensi-dimensi Konsep Diri

Menurut (Hurlock,1999:237) mengemukakan bahwa konsep diri memiliki dua dimensi, yaitu :

- a. Fisik. Dimensi ini 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.
- b. Psikologis. Dimensi ini 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 negatif diri sehingga cenderung terjadi penurunan harga diri.

Ahli lain, yaitu 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, misalnya : “Saya ini anak pintar” atau “Saya ini anak nakal” dan sebagainya. 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. Contoh pernyataan dari komponen afektif adalah “Saya senang menjadi anak pintar di kelas” atau “Saya kecewa tidak bisa menjadi ketua kelas” dan sebagainya. Jadi komponen afektif merupakan gambaran subjektif seorang individu tentang dirinya sendiri.

Konsep diri menurut Calhoun dan Acocella (Ghufron&Riswanti, 2010: 17-18) memiliki tiga dimensi, yaitu :

- a. Dimensi pengetahuan, merupakan 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.
- b. Dimensi pengharapan, harapan individu di masa mendatang yang disebut juga diri ideal, yaitu kekuatan yang mendorong individu untuk menuju ke masa depan.

Rogers (Calhoun, 1995:71) menyatakan pada saat kita mempunyai satu set pandangan tentang siapa kita, kita juga mempunyai satu set pandangan lain yaitu tentang kemungkinan kita menjadi apa dimasa mendatang.

- c. Dimensi penilaian terhadap diri sendiri yang merupakan perbandingan antara pengharapan diri dengan standar diri yang akan menghasilkan harga diri (*self esteem*).

Eipsten (Calhoun, 1995:71) menyatakan dimensi ketiga dari konsep diri adalah penilaian kita terhadap diri sendiri. Kita berkedudukan sebagai penilai tentang diri kita sendiri setiap hari, mengukur apakah kita bertentangan dengan (1) “saya-dapat-menjadi apa”, yaitu pengharapan kita bagi kita sendiri, dan (2) “saya-seharusnya-menjadi apa”, yaitu standar kita bagi diri sendiri.

Dari teori dimensi konsep diri tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa dimensi konsep diri terdiri dari pengetahuan atau pemahaman terhadap diri sendiri, dimana kita bisa mengenal beberapa daftar dalam diri kita contohnya adalah usia, jenis kelamin, suku dan pekerjaan, dimensi selanjutnya yaitu bagaimana kita menghargai diri sendiri atau berharap sesuatu yang kita inginkan dalam diri kita di masa depan, dimensi ketiga adalah bagaimana kita menilai atau mengevaluasi diri kita, dimana kita bisa mengukur suatu standar yang tepat bagi diri kita

3. Sifat-sifat Konsep Diri

Konsep diri dapat bersifat psikis dan fisik serta dapat berkembang menjadi konsep diri positif atau negatif. (Brooks dalam Rakhmat, 2005: 99). Menurut Brooks dan Emmert (Rakhmat, 2005: 105) menjelaskan lima ciri-

ciri individu yang memiliki konsep diri yang positif. Individu dengan konsep diri positif memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

- a. Yakin terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam mengatasi masalah
- b. Merasa sejajar dengan orang lain
- c. Menerima pujian tanpa rasa malu
- d. Sadar bahwa setiap orang memiliki keragaman perasaan, keinginan, dan perilaku yang tidak seluruhnya disetujui oleh masyarakat
- e. Mampu mengembangkan diri karena sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang buruk dan berupaya untuk mengubahnya.

Sementara itu, ciri-ciri konsep diri negatif adalah :

- a. Peka terhadap kritik
- b. Responsif terhadap pujian
- c. Memiliki sikap hiperkritis
- d. Cenderung merasa tidak disukai orang lain
- e. Pesimistis terhadap kompetisi.

Setiap individu itu memiliki konsep diri, namun konsep diri dapat bersifat Positif dan juga negatif. Calhoun dan Acocella (Ghufroon & 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 tidak terlalu stabil, tidak teratur atau kaku, sehingga sulit untuk menerima ide-ide baru yang bermanfaat bagi dirinya.

Sebaliknya konsep diri dapat dikategorikan positif 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 (Calhoun & acocella; Ghufron & Riswanti, 2010: 20)

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, ketegasan dan optimis, mampu mengatasi masalah atau konflik pribadi secara efektif, memiliki kehangatan dalam hubungan sosial, memiliki harapan hidup, dan mampu merencanakan sesuatu sebagai perwujudan dari harapan-harapan hidupnya secara positif dan dinamis. Sedangkan individu yang memiliki konsep diri negatif cenderung merasa rendah diri, merasa dirinya tidak berharga, merasa tidak memiliki kelebihan pada dirinya, bersikap pesimis, dan merasa hidupnya tidak berarti.

4. Perkembangan Konsep Diri

Sewaktu lahir, anda tidak memiliki konsep diri, tidak memiliki pengetahuan tentang diri sendiri, dan tidak memiliki penghargaan bagi anda sendiri, serta tidak memiliki penilaian terhadap diri sendiri. Lebih jauh, anda tidak sadar bahwa anda adalah bagian yang terpisahkan dari lingkungan anda. Caplan (Sobur, 2003:512-513)

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

- (1) 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.
- (2) 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.
- (3) 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.
- (4) 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 negatif diri jika tidak ada yang memberikan motivasi dan penguatan.
- (5) 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.

Perkembangan konsep diri merupakan proses yang terus berlanjut di sepanjang kehidupan manusia. Marcel (Rakhmat, 2005:100-101) mengatakan

“the fact is that we can understand ourselves by starting from the others, and only by starting from them”

Kita mengenal diri kita setelah mengenal orang lain lebih dahulu. Bagaimana orang lain menilai diri kita, memberikan respon terhadap diri kita akan membentuk konsep diri kita.

Calhoun (1995:77) mengemukakan ada empat faktor yang dapat mempengaruhi pembentukan konsep diri pada individu yaitu:

a. Orang tua

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

Coopersmith (Calhoun, 1995:77) menyatakan perasaan nilai diri sebagai individu berasal dari nilai yang diberikan orang tua kepada individu tersebut.

Dengan demikian konsep diri pada individu dapat tumbuh berdasarkan nilai yang diberikan oleh orang tua individu tersebut. Orang tua memberikan informasi kepada kita mengenai diri kita sendiri, hal inilah yang membuat kita dapat mengenal diri kita sendiri. Selain itu individu juga dapat membangun interaksi dengan orang lain.

b. Teman sebaya

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

c. Masyarakat

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

d. Belajar

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

Hilgart dan Bower (Calhoun, 1995:79) menyatakan bahwa konsep diri kita adalah hasil belajar, Belajar ini berlangsung setiap hari, biasanya tanpa kita sadari. Belajar dapat didefinisikan sebagai perubahan psikologis yang relatif permanen yang terjadi dalam diri kita sebagai akibat dari pengalaman.

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

Dari teori perkembangan konsep diri tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa konsep diri tumbuh dan berkembang karena dipengaruhi oleh empat faktor yaitu, orang tua, teman sebaya, masyarakat, dan belajar. Orang tua adalah kontak sosial pertama yang sangat berpengaruh dalam perubahan konsep diri individu. Dimana orang tua melindungi, memberi kenyamanan, pengalaman, nilai dan informasi sehingga membangun interaksi individu tersebut terhadap orang lain. Faktor kedua yaitu teman sebaya, individu membutuhkan penerimaan dari teman sebayanya, jika penerimaan ini terganggu maka konsep diri juga akan terganggu. Selanjutnya yaitu masyarakat, dimana fakta dan penilaian dari masyarakat tentang warna kulit, suku, pekerjaan yang bisa mempengaruhi konsep diri. Faktor konsep diri terakhir adalah belajar, dimana individu mendapatkan konsep dirinya dari belajar dan pengalaman yang ia alami dan tanpa ia sadari.

5. Peranan Konsep Diri Remaja

Konsep diri berperan dalam mempertahankan keselarasan batin, penafsiran pengalaman dan menentukan harapan individu. Konsep diri mempunyai

peranan dalam mempertahankan keselarasan batin karena apabila timbul perasaan atau persepsi yang tidak seimbang atau saling bertentangan, maka akan terjadi situasi psikologis yang tidak menyenangkan. Untuk menghilangkan ketidakselarasan tersebut, ia akan mengubah perilakunya sampai dirinya merasakan adanya keseimbangan kembali dan situasinya menjadi menyenangkan lagi.

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

Artinya individu akan berperilaku sesuai dengan konsep diri yang ia miliki. Misalnya bila seorang individu berpikir bahwa dia bodoh, individu tersebut akan benar-benar menjadi bodoh. Sebaliknya apabila individu tersebut merasa bahwa dia memiliki kemampuan untuk mengatasi persoalan, maka persoalan apapun yang dihadapinya pada akhirnya dapat diatasi. Oleh karena itu, individu tersebut berusaha hidup sesuai dengan label yang diletakkan pada dirinya. Dengan kata lain sukses komunikasi interpersonal banyak bergantung pada kualitas konsep diri seseorang, apakah konsep diri positif atau negatif.

Kesimpulannya adalah konsep diri sangat berperan dalam mempertahankan dan menentukan harapan individu, menyeimbangkan perasaan dan persepsi yang bertentangan. Individu akan melakukan perilaku sesuai konsep dirinya. Jika konsep dirinya negatif maka ia akan berperilaku negatif dan sebaliknya jika individu memiliki konsep diri positif maka individu tersebut akan

berperilaku positif. Individu tersebut akan berusaha sesuai dengan penilaian diri dan orang lain terhadap dirinya.

Siswa sekolah menengah pertama termasuk dalam kelompok usia remaja. Menurut Monks, dkk (Ali & Asrori, 2011: 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 atas memberi perhatian yang besar pada tugas perkembangan ini karena karir ekonomi akan menentukan kebahagiaan remaja dimasa yang akan datang yaitu dalam perkawinan dan keluarga (Hurlock, 1999 : 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. Konsep diri adalah inti pola kepribadian (Hurlock, 1999: 237). Kegagalan dalam melaksanakan tugas perkembangan dapat menimbulkan konflik dan ketegangan. Konflik utama yang dialami remaja adalah pembentukan identitas *versus* kebingungan peran (*identity versus role confusion*). Pencarian identitas menjadi penting selama masa remaja karena dihadapkan pada sejumlah perubahan psikologis, fisiologis, seksual, kognitif/intelektual, dan sosial yang baru dan beragam.

Remaja harus mampu menghubungkan peran dan keterampilan yang telah dicapai dengan tuntutan di masa mendatang. Pembentukan konsep diri pada remaja sangat penting karena akan mempengaruhi kepribadian, tingkah laku, dan pemahaman terhadap dirinya sendiri. Remaja memiliki konsep diri yang cenderung menetap dan stabil, yang telah terbentuk ketika masa kanak-kanak. Pada perkembangannya konsep diri akan ditinjau kembali dengan adanya pengalaman sosial dan pribadi yang baru (Hurlock, 1999: 239). Peninjauan kembali terhadap konsep diri didasarkan pada penilaian lingkungan terhadap keadaan diri individu yang dapat bersifat kualitatif, yaitu mengubah sifat yang tidak diinginkan dengan suatu sifat yang dikagumi masyarakat, maupun bersifat kuantitatif, yaitu memperkuat sifat yang diinginkan dan memperlemah sifat yang tidak diinginkan. Peninjauan

kembali yang lebih umum terjadi adalah yang bersifat kuantitatif (Hurlock, : 245). Proses perubahan dalam peninjauan kembali tersebut merupakan hal yang harus terjadi pada remaja karena dalam proses pematangan kepribadiannya, remaja akan memunculkan sifat-sifat yang sesungguhnya (Sarwono, 2011: 74).

Menurut Hurlock (1999: 237) konsep diri merupakan komponen inti kepribadian yang berkembang selama rentang kehidupan manusia sesuai dengan pengalaman masing-masing. Tahap-tahap perkembangan konsep diri pada individu yaitu :

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

stabil, dan terintegrasi. Remaja juga menunjukkan pengertian kontinuitas yang riil, memudahkan gagasan mereka mengenai diri saat ini dan yang akan datang pada pemahaman dirinya.

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

Remaja yang memiliki konsep diri 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 realistis akan lebih mampu menentukan tujuan yang sesuai dengan kemampuannya sehingga akan lebih mudah mencapai tujuannya tersebut. Sedangkan remaja yang memiliki konsep diri negatif, ia akan mengembangkan perasaan tidak mampu dan rendah diri, sehingga selalu merasa ragu dan kurang percaya diri (Hurlock, 1999 :238).

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

B. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok (Romlah, 2006:3). Sedangkan Winkel

(1991:71) mengatakan bahwa “bimbingan adalah proses membantu orang-perorangan dalam memahami dirinya sendiri dan lingkungannya”. Bimbingan kelompok menekankan bahwa kegiatan bimbingan kelompok lebih pada proses pemahaman diri dan lingkungannya yang dilakukan oleh satu orang atau lebih yang disebut kelompok. Apabila konseling perorangan menunjukkan layanan kepada individu atau klien orang perorang, maka bimbingan kelompok mengarahkan layanan kepada sekelompok individu. Sedangkan menurut Gazada (Romlah, 2006: 3) 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.

Sukardi (2002: 48) menjelaskan 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”.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah upaya pemberian bantuan kepada siswa melalui kelompok untuk mendapatkan informasi yang berguna agar mampu menyusun rencana, membuat keputusan yang tepat, serta untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungannya. Khususnya disini dalam menunjang terbentuknya konsep diri positif pada siswa.

2. Tujuan Layanan Bimbingan kelompok

Tujuan bimbingan kelompok yang dikemukakan oleh Prayitno (2004: 2-3) adalah sebagai berikut :

- 1) Tujuan Umum
Tujuan umum kegiatan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi anggota kelompok.
- 2) 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 diwujudkan tingkah laku yang lebih efektif.

Sedangkan menurut Bennett (Romlah, 2006: 14-15) tujuan bimbingan kelompok yaitu :

- 1) Memberikan kesempatan pada siswa untuk belajar hal-hal penting yang berguna bagi pengarahannya yang berkaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial. Tujuan ini dapat dicapai melalui kegiatan-kegiatan:
 - a. Mempelajari masalah hubungan antar pribadi yang terjadi dalam kelompok dalam kehidupan sekolah yang dapat mengubah perilaku individu dan kelompok dalam cara yang dapat diterima oleh masyarakat.
 - b. Mempelajari secara kelompok masalah pertumbuhan dan perkembangan, belajar menyesuaikan diri dalam kehidupan orang dewasa, dan menerapkan pola hidup yang sehat.
 - c. Mempelajari secara kelompok dan menerapkan metode pemahaman diri mengenai sikap, minat, kemampuan, kepribadian dan kecenderungan-kecenderungan sifat, serta penyesuaian pribadi serta sosial.
 - d. Bantuan untuk mengembangkan patokan-patokan nilai untuk membuat pilihan-pilihan dalam berbagai bidang kehidupan dan dalam mengembangkan filsafat hidup.
- 2) Memberikan layanan-layanan penyembuhan melalui kegiatan kelompok dengan:
 - a. Mempelajari masalah-masalah manusia pada umumnya.

- b. Menghilangkan ketegangan emosi, menambah pengertian mengenai dinamika kepribadian, dan mengarahkan kembali untuk memecahkan masalah tersebut dalam suasana yang positif.
- 3) Untuk mencapai tujuan bimbingan secara lebih ekonomis dan efektif daripada melalui kegiatan bimbingan individual,
- 4) Untuk melaksanakan layanan konseling individual secara lebih efektif.

Secara singkat dapat disimpulkan bahwa hal yang paling penting dalam kegiatan bimbingan kelompok merupakan proses belajar baik bagi petugas bimbingan maupun bagi individu yang dibimbing. Bimbingan kelompok juga bertujuan untuk membantu individu menemukan dirinya sendiri, mengarahkan diri, dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

3. Komponen-komponen Bimbingan Kelompok

Prayitno (2004: 4) menjelaskan bahwa dalam bimbingan kelompok terdapat dua pihak yang berperan, yaitu:

1. Pemimpin kelompok.
2. Peserta atau 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. Terdapat dua hal yang penting diperhatikan sebagai pemimpin kelompok yaitu keterampilan dan sikap serta peranan pemimpin kelompok.

a. Keterampilan dan Sikap Pemimpin Kelompok

Pemimpin kelompok harus menguasai dan mengembangkan keterampilan dan sikap yang memadai untuk terselenggaranya proses kegiatan bimbingan kelompok secara efektif. Menurut Prayitno (1999: 34-35) Keterampilan dan sikap tersebut meliputi :

- a) Kehendak dan usaha untuk mengenal dan mempelajari dinamika kelompok, fungsi-fungsi pemimpin kelompok dan hubungan antara anggota di dalam kelompok.
- b) Kesiediaan menerima orang lain, yaitu orang-orang yang menjadi anggota kelompok.
- c) Upaya untuk menciptakan hubungan yang hangat antara anggota kelompok.
- d) Kesiediaan menerima berbagai pendapat dan sikap yang berbedaan mungkin berlawanan dengan pandangan pemimpin kelompok.
- e) Pemusatan perhatian terhadap suasana, sikap, dan perasaan seluruh anggota kelompok.
- f) Menciptakan dan memelihara hubungan antar anggota kelompok.
- g) Pengarahan demi tercapainya tujuan bersama yang telah disepakati.

b. Peranan Pemimpin Kelompok

Menurut Prayitno (1999 : 35–36) peranan pemimpin kelompok dalam layanan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut :

- a) 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
- b) 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
- c) Jika kelompok tersebut tampak kurang fokus terhadap kegiatan kelompok, maka pemimpin kelompok perlu memfokuskan kembali

- d) Pemimpin kelompok juga perlu memberikan tanggapan (umpan balik) tentang berbagai hal yang terjadi dalam kelompok, baik yang bersifat isi maupun proses kegiatan kelompok
- e) 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
- f) Pemimpin kelompok juga bertanggung jawab atas segala yang terjadi di dalam kelompok (mampu menjaga rahasia)

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 (1999: 320) :

- a) Membantu terciptanya suasana keakraban dalam hubungan antar anggota kelompok
- b) Mencerahkan segenap perasaan untuk melibatkan diri dalam kegiatan kelompok
- c) Berusaha mewujudkan tujuan bersama
- d) Membantu tersusunnya peraturan kelompok dan berusaha mematuhi
- e) Ikut serta secara aktif dalam setiap kegiatan kelompok
- f) Berusaha membantu anggota kelompok lain
- g) Memberikan kesempatan pada anggota kelompok lain untuk menjalankan peranannya
- h) Menyadari pentingnya kegiatan kelompok tersebut
- i) 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 dan juga tidak besar

terlalu kecil. Kekurangefektifan kelompok akan mulai terasa jika jumlah anggota kelompok melebihi sepuluh orang.

4. Dinamika Kelompok

Selain dua hal yang menentukan dalam bimbingan kelompok adalah peran pemimpin kelompok dan anggota kelompok, hal yang tak kalah penting untuk menentukan keberhasilan bimbingan kelompok adalah dinamika kelompok.

Dinamika kelompok yang diciptakan dalam bimbingan kelompok sangat penting sebagai jiwa yang menghidupkan kelompok, dimana setiap anggota berpartisipasi aktif dalam kegiatan (sesuai asas kegiatan) , bersikap terbuka dan sukarela dalam mengemukakan pendapat (sesuai dengan asas keterbukaan dan kesukarelaan), menjunjung tinggi kerahasiaan tentang yang dibicarakan dalam kelompok (sesuai asas kerahasiaan), dan bertindak sesuai aturan yang disepakati bersama (sesuai asas kenormatifan).

Kegiatan bimbingan kelompok sengaja menumbuh kembangkan dinamika kelompok. Dinamika kelompok adalah hubungan interpersonal yang ditandai dengan semangat, kerja sama antar anggota kelompok, saling berbagi pengetahuan, pengalaman dan mencapai tujuan kelompok. Hubungan yang interpersonal inilah yang nantinya akan mewujudkan rasa kebersamaan di antara anggota kelompok, menyatukan kelompok untuk dapat lebih menerima satu sama lain, lebih saling mendukung dan

cenderung untuk membentuk hubungan yang berarti dan bermakna di dalam kelompok.

Dinamika kelompok merupakan sinergi dari semua faktor yang ada dalam suatu kelompok; artinya merupakan pengerahan secara serentak semua faktor yang dapat digerakkan dalam kelompok itu. Dengan demikian dinamika kelompok merupakan jiwa yang menghidupkan dan menghidupi suatu kelompok (Prayitno, 1995: 23).

Kehidupan kelompok dijiwai oleh dinamika kelompok yang akan menentukan gerak dan arah pencapaian tujuan kelompok. Dinamika kelompok ini dimanfaatkan untuk mencapai tujuan bimbingan 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.

Para anggota melalui bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok, dapat mengembangkan diri, yaitu mengembangkan 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 diaktifikannya dinamika kelompok itu.

Setiap anggota kelompok melalui dinamika kelompok diharapkan mampu tegak sebagai perorangan yang sedang mengembangkan kediriannya dalam hubungan dengan orang lain. Ini tidak berarti bahwa kemandirian seseorang lebih ditonjolkan daripada kehidupan kelompok secara umum. Dinamika kelompok akan terwujud dengan baik apabila kelompok tersebut, benar-benar hidup, mengarah kepada tujuan yang ingin dicapai, dan membuahkan manfaat bagi masing-masing anggota kelompok, juga sangat ditentukan oleh peranan anggota kelompok.

5. Jenis-jenis Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno (1999:25) 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.

6. Azas Bimbingan Kelompok

Prayitno (2004 :13-15) mengemukakan pelaksanaan layanan bimbingan kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar

pelaksanaan dan lebih menjamin keberhasilan kegiatan bimbingan kelompok sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan.

- a) Asas kerahasiaan, yaitu para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak layak diketahui orang lain
- b) Asas keterbukaan, yaitu para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.
- c) Asas kesukarelaan, yaitu semua anggota dapat menampilkan diri secara spontan tanpa malu atau dipaksa oleh teman lain atau pemimpin kelompok.
- d) Asas kenormatifan, yaitu semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.
- e) Asas kegiatan, yaitu partisipasi semua anggota kelompok dalam mengemukakan pendapat sehingga cepat tercapainya tujuan bimbingan kelompok. (Prayitno, 2004: 13-15).

7. Teknik-teknik dalam Bimbingan kelompok

Penggunaan teknik dalam kegiatan bimbingan kelompok memiliki banyak fungsi, selain dapat lebih menfokuskan kegiatan bimbingan kelompok terhadap tujuan yang ingin dicapai tetapi juga dapat membuat suasana yang lebih bisa membuat anggota kelompok tidak mudah jenuh, seperti yang dikemukakan oleh Romlah (2006: 86) menjelaskan bahwa teknik bukan merupakan tujuan tetapi sebagai alat untuk mencapai tujuan. Pemilihan dan penggunaan masing-masing teknik tidak dapat lepas dari kepribadian konselor sebagai pemimpin kelompok.

Ada beberapa teknik yang dapat digunakan dalam bimbingan kelompok, seperti yang disebutkan oleh Romlah (2006: 87), yaitu: pemberian informasi, diskusi kelompok, pemecahan masalah (*problem solving*),

permainan peran (*role playing*), permainan simulasi (*simulations games*), karya wisata (*field trip*), dan penciptaan suasana kekeluargaan (*home room*). Dari beberapa teknik yang disebutkan tersebut, tidak semua digunakan dalam kegiatan bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif, oleh sebab itu akan dipilih beberapa teknik yang sekiranya dapat membantu meningkatkan konsep diri positif pada siswa. Teknik yang akan digunakan untuk meningkatkan konsep diri positif siswa antara lain:

a. Teknik pemberian informasi

Teknik pemberian informasi adalah penjelasan oleh seorang pembicara atau pemimpin kelompok kepada anggota kelompok. Pelaksanaan teknik ini mencakup tiga hal, yaitu: perencanaan, pelaksanaan, dan penilaian.

Keuntungan teknik pemberian informasi antara lain:

- a) Dapat melayani banyak orang
- b) Tidak membutuhkan banyak waktu sehingga efisien
- c) Tidak terlalu banyak memerlukan fasilitas
- d) Mudah dilaksanakan

Sedangkan kelemahannya adalah sebagai berikut:

- a) Sering dilaksanakan secara monolog
- b) Individu yang mendengarkan kurang aktif
- c) Memerlukan keterampilan berbicara, supaya informasi yang akan disampaikan menjadi lebih menarik

b. Diskusi kelompok

Diskusi kelompok adalah percakapan yang telah direncanakan antara tiga orang atau lebih dengan tujuan untuk memecahkan masalah. Di dalam

melaksanakan bimbingan kelompok, diskusi kelompok tidak hanya untuk memecahkan masalah, tetapi juga mengembangkan diri anggota kelompoknya. Dinkmeyer dan Muno (Romlah, 2006: 88) menyatakan tiga macam tujuan diskusi kelompok yaitu: untuk mengembangkan diri sendiri, mengembangkan kesadaran tentang diri, dan mengembangkan pandangan baru mengenai hubungan antar manusia.

Penggunaan diskusi kelompok dalam bimbingan kelompok memiliki kelebihan, diantaranya adalah sebagai berikut:

- a) Membuat anggota kelompok lebih aktif karena setiap anggota mendapatkan kesempatan untuk berbicara
- b) Anggota kelompok dapat saling bertukar pengalaman, pikiran, perasaan, dan nilai-nilai yang akan membuat persoalan yang dibicarakan menjadi jelas
- c) Memberi kesempatan para anggota untuk belajar menjadi pemimpin, baik sebagai pemimpin kelompok maupun mengamati perilaku pemimpin kelompok

c. Teknik pemecahan masalah (*problem solving*)

Teknik pemecahan masalah adalah suatu proses kreatif dimana individu menilai perubahan yang ada pada dirinya dan lingkungannya serta membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan yang sesuai dengan tujuan dan nilai hidupnya. Teknik ini mengajarkan pada individu bagaimana memecahkan masalah secara sistematis. Langkah-langkah pemecahan masalah sistematis adalah sebagai berikut:

- a) Mengidentifikasi dan merumuskan masalah

- b) Mencari sumber dan memperkirakan sebab-sebab masalah
- c) Mencari alternatif pemecahan masalah
- d) Menguji masing-masing alternatif
- e) Memilih dan melaksanakan alternatif yang paling menguntungkan
- f) Mengadakan penilaian terhadap hasil yang dicapai

8. Tahap-Tahap Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno (2004: 20-25) ada beberapa tahap-tahap yang perlu dilalui dalam pelaksanaan bimbingan kelompok yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran. Tahap-tahap ini merupakan suatu kesatuan dalam keseluruhan kegiatan kelompok. Tahap tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

1) Tahap Pembentukan

Tahap ini tahap pengenalan dan melibatkan dari anggota ke dalam kelompok dengan bertujuan agar anggota memahami maksud bimbingan kelompok. Pemahaman anggota kelompok memungkinkan anggota kelompok aktif berperan 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 ini adalah mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan kelompok dalam rangka pelayanan bimbingan kelompok; menjelaskan cara-cara dan asas-

kegiatan kelompok anggota kelompok saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri dan melakukan permainan pengakraban.

2) Tahap Peralihan

Tahap ini tahap transisi dari tahap pembentukan ke tahap kegiatan. Dalam menjelaskan kegiatan apa yang akan dilaksanakan pemimpin kelompok dapat menegaskan jenis kegiatan bimbingan kelompok tugas atau bebas. Setelah jelas kegiatan apa yang harus dilakukan maka tidak akan muncul keragu-raguan atau belum siapnya anggota dalam melaksanakan kegiatan dan manfaat yang diperoleh setiap anggota kelompok. Kegiatan yang dilakukan dalam tahap ini adalah pemimpin kelompok menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, menawarkan atau mengamati, apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap ketiga), membahas suasana yang terjadi, meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota dan bila perlu kembali ke beberapa tahap pertama (tahap pembentukan).

3) Tahap Kegiatan

Tahap ini merupakan tahap inti dari kegiatan bimbingan kelompok dengan suasana 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. 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. Untuk bimbingan kelompok topik 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 permainan.

4) Tahap Pengakhiran

Tahap ini terdapat kegiatan yaitu penilaian (evaluasi). Tahap ini merupakan tahap penutup dari serangkaian kegiatan bimbingan kelompok dengan tujuan telah tuntasnya topik yang dibahas oleh kelompok tersebut. Kegiatan kelompok berpusat pada pembahasan dan penjelasan tentang kemampuan anggota kelompok untuk menetapkan hal-hal yang telah diperoleh melalui 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, kemudian mengemukakan pesan dan harapan.

C. Keterkaitan Antara Bimbingan Kelompok dengan Konsep Diri

Bimbingan kelompok menurut Gazada (Romlah, 2006; 3) 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. 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. Hal ini dapat terjadi karena kegiatan bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok yang tercipta. Hal ini sesuai dengan pendapat Romlah, (2006:3) yang menjelaskan bahwa bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi 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.

Berdasarkan penjelasan di atas menunjukkan bahwa konsep diri seorang individu terbentuk dari proses interaksi dengan orang lain atau lingkungan sekitarnya. Dengan demikian, kegiatan layanan bimbingan kelompok dianggap tepat untuk membantu siswa dalam meningkatkan konsep diri positif pada dirinya, karena melalui dinamika kelompok yang terjadi di dalam kegiatan bimbingan kelompok, setiap anggota diharapkan mampu mengembangkan dirinya dalam hubungannya dengan orang lain, hal ini sesuai dengan salah satu tujuan bimbingan kelompok yang diungkapkan oleh Bennett (Romlah, 2006: 14-15) yaitu mempelajari secara kelompok dan menerapkan metode pemahaman diri mengenai sikap, minat, kemampuan, kepribadian dan kecenderungan-kecenderungan sifat, serta penyesuaian pribadi serta sosial.

Dengan 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. Dengan demikian pada akhirnya dapat meningkatkan konsep diri positif pada dirinya dan anggota lain.