

**PENINGKATAN KONSEP DIRI MENGGUNAKAN LAYANAN  
BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK DISKUSI PADA SISWA KELAS XI  
SMK NEGERI 1 TERBANGGI BESAR  
TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

**(Skripsi)**

**Oleh  
ARDANA DILA ISWARI**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2019**

## **ABSTRACT**

### ***IMPROVEMENT OF SELF-CONCEPT USING GROUP GUIDANCE SERVICE WITH DISCUSSION TECHNIQUES IN THE ELEVEN GRADE OF PUBLIC VOCATIONAL HIGH SCHOOL 1 TERBANGGI BESAR ACADEMIC YEAR 2018/2019***

***By***

**ARDANA DILA ISWARI**

*The problem in this study is the low self-concept of students. The problem in this research is “can self-concept of the students be upgraded by using group guidance service with discussion technique?”. The purpose of this research is to improve the self-concept of the students by using group guidance service with discussion technique. This research method is pre-exspermental with one-group pretest-posttest design. The subjects of this research are 12 students who have low, medium, and high self-concept. This research uses self-concept scale as data collection technique. The pre-test and post-test data analysis using the Wilcoxon test obtains  $Z_{score} = -3.059 < Z_{table0.05} = 1.645$ . Thus,  $H_a$  is accepted, which means that self-concept in eleven grade students can be increased by using Group Guidance Service With Discussion Techniques at Public Vocational High School 1 Terbanggi Besar academic year 2018/2019.*

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

## ABSTRAK

### PENINGKATAN KONSEP DIRI MENGGUNAKAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK DISKUSI PADA SISWA KELAS XI SMK NEGERI 1 TERBANGGI BESAR TAHUN PELAJARAN 2018/2019

Oleh

ARDANA DILA ISWARI

Masalah dalam penelitian ini adalah konsep diri siswa. Permasalahan dalam penelitian ini adalah “Apakah konsep diri siswa dapat ditingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi?”. Tujuan penelitian untuk mengetahui peningkatan konsep diri menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Terbanggi Besar Tahun Pelajaran 2018/2019. Metode yang digunakan yaitu *Pre-Experimental Design* dengan desain *one-group pretest-posttest*. Subjek penelitian ini sebanyak 12 siswa yang memiliki konsep diri tinggi, sedang, dan rendah. Pengumpulan data menggunakan skala konsep diri dan analisis data menggunakan uji wilcoxon. Hasil penelitian memperoleh  $Z_{hitung} = -3,059 < Z_{tabel\ 0,05} = 1,645$ . Dengan demikian,  $H_a$  diterima, yang berarti bahwa konsep diri pada siswa kelas XI dapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi di SMK Negeri 1 Terbanggi Besar Tahun Pelajaran 2018/2019.

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

**PENINGKATAN KONSEP DIRI MENGGUNAKAN LAYANAN  
BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK DISKUSI PADA SISWA KELAS XI  
SMK NEGERI 1 TERBANGGI BESAR TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

**Oleh**

**ARDANA DILA ISWARI**

**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  
2019**

Judul Skripsi : **PENINGKATAN KONSEP DIRI  
MENGUNAKAN LAYANAN BIMBINGAN  
KELOMPOK TEKNIK DISKUSI PADA SISWA  
KELAS XI SMK NEGERI 1 TERBANGGI  
BESAR TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

Nama Mahasiswa : **Ardana Dila Iswari**

Nomor Pokok Mahasiswa : 1413052011


Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Dosen Pembimbing I,

Dosen Pembimbing II,

  
**Drs. Yusmansyah, M.Si.**  
NIP 19600112 198503 1 004

  
**Redi Eka Andriyanto, M.Pd., Kons.**  
NIP 19810125 200604 1 003

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

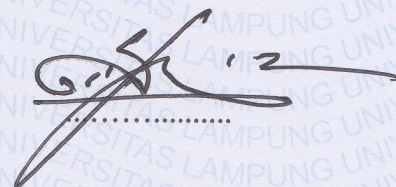


**Dr. Riswandi, M.Pd.**  
NIP 19760808 200912 1 001

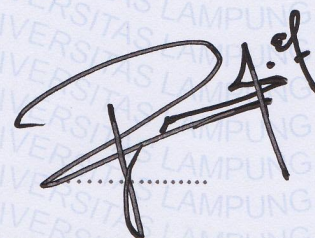
**MENGESAHKAN**

1. Tim Penguji

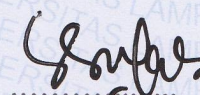
Ketua : **Drs. Yusmansyah, M.Si.**



Sekretaris : **Redi Eka Andriyanto, M.Pd., Kons.**



Penguji Utama : **Shinta Mayasari, S.Psi., M.Psi, Psi.**



2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



**Prof. Dr. Patuan Raja, M.Pd.**  
NIP 19620804 198905 1 001



Tanggal Lulus Ujian Skripsi: **19 September 2019**

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ardana Dila Iswari  
NPM : 1413052011  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Jurusan : Ilmu Pendidikan  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan skripsi yang berjudul “Peningkatan Konsep Diri Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Terbanggi Besar Tahun Pelajaran 2018/2019” tersebut adalah asli hasil penelitian saya kecuali bagian-bagian tertentu yang dirujuk dari sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila dikemudian hari ternyata pernyataan ini tidak benar, maka saya sanggup dituntut berdasarkan Undang-Undang dan peraturan yang berlaku.

Bandar Lampung, 19 September 2019

Yang membuat pernyataan,



Ardana Dila Iswari  
NPM 1413052011

## *RIWAYAT HIDUP*



Penulis bernama Ardana Dila Iswari, lahir di Natar tanggal 11 Januari 1996. Penulis adalah putri kedua dari dua bersaudara, pasangan Bapak Drs.Susila Budi dan Ibu Dra. Wahyuni. Penulis beralamat di Dsn.IV Sarirejo Natar Lampung Selatan.

Penulis menempuh pendidikan formal yang diawali dari : SD Negeri 1 Natar, lulus tahun 2008; SMP Negeri 1 Natar, lulus tahun 2011; kemudian melanjutkan ke SMA Negeri 1 Natar, lulus tahun 2014. Pada tahun 2014, penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung melalui jalur Seleksi Bersama Masuk Perguruan Tinggi Negeri (SBMPTN).

Pada tahun 2017 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Praktik Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah (PLBK-S) di SMP Negeri 1 Basungan, kedua kegiatan tersebut dilaksanakan di Pekon Basungan, Kecamatan Pagardewa, Kabupaten Lampung Barat.



## *MOTTO*

*“Saat masalahmu jadi terlalu berat untuk ditangani, beristirahatlah dan hitung berkahi yang sudah kau dapatkan”*

*“Dia yang tahu, tidak bicara. Dia yang bicara, tidak tahu (Lao Tse)”*

*“Tidak ada tempat lain seperti rumah”*

## *PERSEMBAHAN*

*Dengan penuh rasa syukur kepada Allah SWT atas terselesaikannya penulisan skripsi ini, dengan kerendahan hati, aku persembahkan karya kecilku ini kepada:*

- ♥ *Ayah dan Ibuku tercinta, Susila Budi dan Wahyuni yang selalu memberikan inspirasi dan motivasi, terima kasih karena aku terlahir dari kedua orangtua yang memberikan limpahan kasih kepada anak-anaknya dengan tulus ikhlas, aku bersyukur karena memiliki kedua orangtua yang mengajarkan banyak hal di dalam kehidupan ini.*
- ♥ *Suamiku Dimas Dwi Oktavian dan Putri kecilku Tanaya Almadina Rahma yang telah menjadi penyemangatku.*
- ♥ *Bapak Yusmansyah dan Bapak Redi Eka Andriyanto yang telah sabar membimbingku serta memberikan motivasi kepadaku.*
- ♥ *Almamaterku tercinta Universitas Lampung.*

## SANWACANA

Bismillahirrahmanirrahim

*Alhamdulillahirrabbi'l'aalamin*, segala puji dan syukur penulis persembahkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya serta kekuatan lahir dan batin sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak sedikit hambatan rintangan serta kesulitan yang dihadapi, namun berkat bantuan dan motivasi serta bimbingan yang tidak ternilai dari berbagai pihak, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Peningkatan Konsep Diri Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Terbanggi Besar Tahun Pelajaran 2018/2019” ini. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tidak terhingga kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Hasriadi Mat Akin, M.P., selaku Rektor Universitas Lampung.
2. Bapak Prof. Dr. Patuan Raja, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Dr. Riswandi, M.Pd., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
4. Bapak. Drs. Yusmansyah, M.Si., selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung, Pembimbing Akademik sekaligus Pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan, saran dan masukan serta mengarahkan dengan kesabaran demi terselesaikannya skripsi ini.

5. Bapak Redi Eka Andriyanto, M.Pd., Kons., selaku Pembimbing Kedua yang telah memberikan bimbingan dan motivasi demi terselesaikannya skripsi ini.
6. Ibu Shinta Mayasari, S.Psi., M.Psi., Psi., selaku pembahas yang telah membimbing dan membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung terima kasih untuk semua bimbingan dan pelajaran yang begitu berharga yang telah bapak dan ibu berikan selama perkuliahan.
8. Bapak Drs. Sukuni, selaku kepala SMK Negeri 1 Terbanggi Besar yang telah berkenan memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
9. Bapak Drs. Susila Budi dan Ibu Ratna Juarini, S.Pd., selaku guru bimbingan dan konseling, seluruh dewan guru, staf tata usaha, dan siswa-siswi SMK Negeri 1 Terbanggi Besar (AOZ, AP, DA, DW, DN, FDP, IS, MA, ND, PQA, RM, S) yang telah bersedia membantu penulis dalam mengadakan penelitian ini.
10. Kedua orangtuaku tercinta yang telah mencurahkan seluruh waktu dan tenaganya serta yang selalu mengingatkan bahwa setiap apa yang kita lakukan kita harus selalu melibatkan Allah SWT dalam setiap urusan kita.
11. Kakakku tersayang Ardina Pratika Sari, yang selalu setia mendengarkan keluh kesahku dalam mengerjakan skripsi ini, selalu memotivasiku, selalu mengajarkanku dengan sabar dan ikhlas.
12. *My support system* suamiku Dimas Dwi Oktavian dan anakku tersayang Tanaya Almadina Rahma, terimakasih selalu menemani dalam keadaan dan kondisi apapun, terimakasih selalu menjadi penyemangat dalam mengerjakan skripsi ini.
13. Sahabatku Erika Yulianti Safitri, Tirani Hestina, Restu Erma, Lasmi Putri, Laili muhibah, Shindy Dwi, dan Efi Yulia terimakasih selalu memberikan dorongan serta motivasi dan selalu mendoakanku yang terbaik, terimakasih karena kalian adalah salah satu alasan untuk secepatnya menyelesaikan skripsi ini.
14. Teman-teman Bimbingan dan Konseling 2014 terimakasih karena kalian telah memberikanku banyak makna dan pelajaran dalam pertemanan, terimakasih

karena kalian sudah membuat aku termotivasi dalam pengerjaan skripsi ini, semoga kita selalu menjadi teman dekat yang selalu mengingatkan dan menyupport di dalam kondisi apapun.

15. Panceku Tersayang, Karin, Abel, Uci, Aja Serly, Suhe, dan Toge terimakasih sudah saling menyemangati satu sama lain, selalu menghibur, selalu menasehati. Terimakasih atas kebersamaannya selama ini, semoga kita menjadi teman di dunia dan akhirat.
16. Teman-teman seperjuanganku di pekon Basungan, Ratih, Raras, Erni, Mumun, Devin, Aji, Odi, dan Fattah. Terima kasih atas canda tawa kalian, kekeluargaan dan kebersamaan kita saat KKN, pengalaman KKN 70 hari kita enggak akan pernah aku lupain, semoga kita bisa berkumpul lagi dan saat itu tiba semoga kita sudah menjadi orang yang sukses.
17. Kakak Tingkat dan Adik tingkat Bimbingan dan Konseling yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terima kasih banyak sudah menyemangati dalam proses pembuatan skripsi ini.
18. Almamater ku tercinta
19. Semua pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih.

Hanya harapan dan doa semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semua pihak yang telah berjasa dalam membantu penulis menyelesaikan skripsi ini dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi masyarakat umumnya dan bagi penulis khususnya, anak dan keturunan penulis kelak. Aamiin.

Bandar Lampung, 19 September 2019

Penulis

**Ardana Dila Iswari**

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	viii
<b>I. PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang dan Masalah .....	1
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	6
C. Ruang Lingkup Penelitian .....	7
D. Kerangka Pikir .....	8
E. Hipotesis.....	11
<b>II. TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	12
A. Konsep Diri dalam Bidang Bimbingan Pribadi.....	12
1. Bidang Bimbingan Pribadi .....	12
2. Pengertian Konsep Diri.....	14
3. Sifat-Sifat Konsep Diri .....	15
4. Sumber Informasi Dalam Pembentukan Konsep Diri.....	20
5. Peran Konsep Diri Terhadap Prilaku .....	21
B. Bimbingan Kelompok .....	22
1. Pengertian Layanan Bimbingan kelompok.....	22
2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok.....	24
3. Pengertian Teknik Diskusi.....	25
4. Teknik Diskusi Dalam Bimbingan Kelompok.....	26
C. Peningkatan Konsep Diri Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi.....	28
<b>III. METODE PENELITIAN</b> .....	32
A. Tempat dan Waktu Penelitian .....	32
B. Metode Penelitian.....	32
C. Subjek Penelitian.....	34
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	35
E. Teknik Pengumpulan Data .....	36
F. Pengujian Instrumen.....	39
G. Teknik Analisis Data.....	42

<b>IV. HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>44</b>
A. Hasil Penelitian .....	44
1. Gambaran Sebelum Diberikan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi .....	44
2. Deskripsi Data.....	46
3. Pelaksanaan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok .....	48
4. Data Hasil Penelitian.....	52
5. Analisis Data Hasil Penelitian .....	71
6. Uji Hipotesis .....	72
B. Pembahasan.....	72
<b>V. KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>79</b>
A. Kesimpulan.....	79
B. Saran.....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>81</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>84</b>
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	85
Lampiran 2. Surat Balasan Penelitian .....	86
Lampiran 3. Kisi Kisi Skala Konsep Diri .....	87
Lampiran 4. Skala Konsep Diri.....	90
Lampiran 5. Hasil Uji Validitas .....	92
Lampiran 6. Hasil Uji Reliabilitas .....	112
Lampiran 7. Hasil <i>Pretest</i> Siswa.....	115
Lampiran 8. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Siswa .....	117
Lampiran 9. Kesimpulan Penjaringan Subjek.....	118
Lampiran 10. Tabel Distribusi Z.....	120
Lampiran 11. Uji <i>Wilcoxon</i> .....	122
Lampiran 12. Modul Bimbingan Kelompok.....	123
Lampiran 13. Dokumentasi Kegiatan Bimbingan Kelompok.....	171

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel	
1. Kisi-Kisi Skala Konsep Diri .....	38
2. Kategorisasi .....	42
3. Siswa Yang Menjadi Subjek Penelitian.....	45
4. Pengkategorian Konsep Diri.....	46
5. Data Hasil Sebelum Pemberian Bimbingan Kelompok .....	47
6. Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Layanan Bimbingan Kelompok.....	48
7. Data Hasil Sebelum Dan Setelah Pemberian Bimbingan Kelompok .....	52



## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar	
1. Kerangka Pikir .....	11
2. <i>One Group Pretest-Posttest Design</i> .....	33
3. Peningkatan Konsep Diri Siswa Sebelum Diberi Bimbingan Kelompok Dan Sesudah Diberi Bimbingan Kelompok.....	53
4. Peningkatan Konsep Diri AOZ.....	53
5. Peningkatan Konsep Diri AP.....	55
6. Peningkatan Konsep Diri DA .....	57
7. Peningkatan Konsep Diri DW .....	58
8. Peningkatan Konsep Diri DN .....	61
9. Peningkatan Konsep Diri FDP.....	61
10. Peningkatan Konsep Diri IS .....	62
11. Peningkatan Konsep Diri MA .....	64
12. Peningkatan Konsep Diri ND .....	65
13. Peningkatan Konsep Diri PQA.....	67
14. Peningkatan Konsep Diri RM.....	68
15. Peningkatan Konsep Diri S.....	69
16. Peningkatan Konsep Diri Sebelum Diberi Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Dan Sesudah Diberi Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi .....	71

## **I.PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang dan Masalah**

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

Remaja biasanya mengalami banyak perubahan dalam berbagai aspek, seperti mental, jasmani, relasi atau pertemanan, dan lingkungan sosial. Terutama pada remaja yang menjadi siswa pada tingkat menengah kejuruan, siswa Sekolah Menengah Kejuruan sedang berada pada masa pencarian jati diri yaitu dimana siswa sedang belajar untuk mengenal dirinya sendiri. Pada saat inilah siswa mengalami pertumbuhan yang cepat, baik dari segi fisik maupun psikologis. Sekolah menjadi salah satu penyebab timbulnya berbagai perubahan yang bisa membawa persoalan atau masalah dalam dirinya. Individu akan berupaya mendefinisikan dirinya jika dihadapkan dengan upaya mengembangkan potensinya sesuai dengan tuntutan tugas dan tanggung jawab yang harus dikerjakannya. Pendefinisian diri yang negatif dapat berdampak negatif pula pada upaya individu dalam menyelesaikan tugas dan tanggung jawabnya.

Menurut Erikson (Upton, 2012: 200) dimasa remaja, anak-anak muda dihadapkan pada sejumlah besar pilihan tentang siapa mereka dan kemana mereka akan melangkah dalam hidup, ini merupakan krisis yang harus diselesaikan pada tahap-tahap perkembangan ini, jika remaja tidak mampu

menjawab pertanyaan-pertanyaan ini secara memadai mereka akan mengalami kebingungan identitas, yang akan menghambat perkembangan mereka pada tahap-tahap kehidupan selanjutnya.

Sekolah Menengah Kejuruan adalah salah satu jenjang pendidikan menengah dengan kekhususan mempersiapkan lulusannya untuk siap bekerja. Pendidikan kejuruan mempunyai arti yang bervariasi namun dapat dilihat suatu benang merahnya. Pendidikan kejuruan adalah bagian dari sistem pendidikan yang mempersiapkan seseorang agar lebih mampu bekerja pada suatu kelompok pekerjaan atau satu bidang pekerjaan daripada bidang-bidang pekerjaan lainnya.

Super (Santrock, 2013:484) mengatakan konsep diri seseorang memainkan peran utama dalam pemilihan karier. Sementara Santrock (2013:333) mengatakan pemahaman diri adalah gambaran kognitif remaja mengenai dirinya, dasar dan isi dari konsep diri remaja. Pemahaman diri ini mengenai tentang kelebihan, kekurangan, bakat, minat, cita-cita, yang sesuai dengan keadaan dirinya, agar dalam merencanakan dan memilih karier, siswa bisa merencanakan dan memilih kariernya dengan tepat yang sesuai dengan konsep diri yang dimiliki. Oleh sebab itu, pembentukan konsep diri pada usia remaja seperti siswa SMK sangat penting karena akan mempengaruhi kepribadian, tingkah laku, dan pemahaman terhadap dirinya sendiri.

Menurut Rogers (Surna dan Pandeiro, 2014: 140) konsep diri tidak dapat dipisahkan antara diri pribadi dengan bagaimana ia menghayati dunianya yang didasarkan pada bagaimana pribadi berpengalaman dengan dunia

lingkungannya dan merupakan suatu keutuhan yang membentuk *self* atau *self-concept*. Burn (Surna dan Pandeiro, 2014: 140) juga merumuskan bahwa konsep diri diartikan sebagai segala keyakinan seseorang pada diri sendiri. Konsep diri akan menentukan siapa seseorang itu dalam kenyataannya, siapa seseorang itu menurut pikirannya, dan akan menentukan bisa menjadi apa seseorang itu menurut pikirannya sendiri.

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

Konsep diri seseorang dipengaruhi oleh orang lain. Orang lain tersebut adalah orang yang ada dilingkungannya seperti orang tua, keluarga, teman sebaya, dan lingkungan yang lebih luas seperti sekolah dan masyarakat. Dengan adanya interaksi antara individu dengan lingkungannya maka akan mengembangkan konsep diri individu tersebut menjadi lebih baik atau tidak.

Konsep diri pada individu terus berkembang, namun pada umumnya banyak yang tidak tahu seperti apa konsep diri yang ia miliki. Individu yang memiliki konsep diri positif cenderung akan memiliki dorongan untuk memahami dirinya sendiri, dalam hal ini ia dapat menerima dirinya dengan apa adanya dan mampu mengintropeksi diri serta menemukan kelebihan dan kelemahan yang ada pada dirinya, tingkah lakunya pun disesuaikan dengan

apa yang ia yakini sebagai dirinya, sedangkan individu yang memiliki konsep diri negatif ia tidak memiliki kestabilan perasaan dan tidak mampu mengenal diri sendiri seperti potensi yang ia miliki, kelebihan ataupun kelemahannya, juga merasa dirinya tidak berharga dan tidak tahan dengan kritikan yang diberikan kepadanya. Bila individu memiliki konsep diri negatif, ia akan meyakini dirinya sebagai seseorang yang berkepribadian buruk sehingga ia akan cenderung bertingkah laku seperti apa yang ia yakini.

Berdasarkan penelitian pendahuluan pada siswa kelas XI SMKN 1 Terbanggi Besar Lampung Tengah diperoleh informasi bahwa masih ada siswa yang memiliki konsep diri yang rendah. Gejala yang tampak seperti ada siswa yang sering berpikir negatif tentang dirinya sendiri, tidak mau mengakui kesalahan, merasa ingin pendapatnya didengar, rendah diri karena merasa tidak memiliki kelebihan seperti teman-temannya, merasa pesimis menjalani hidup sehingga terlihat putus asa ketika menghadapi suatu masalah, memiliki penerimaan terhadap diri yang rendah, belum mengetahui potensi yang ada pada dirinya dan kurang memiliki motivasi untuk belajar dan berprestasi. Dari gejala-gejala yang tampak dapat dikatakan masih ada siswa yang memiliki konsep diri yang rendah.

Permasalahan tersebut dapat mengganggu perkembangan siswa pada usia remaja sehingga harus segera mendapatkan penanganan yang menyeluruh. Penanganan tersebut dapat dilakukan oleh berbagai pihak seperti keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Penanganan akan masalah tersebut dapat

dilakukan melalui proses pendidikan. Proses pendidikan tidak hanya sekedar pentransferan ilmu yang terjadi dibangku sekolah, namun juga berupa segala aktifitas dari yang tidak tahu menjadi tahu, dari tidak bisa menjadi bisa, serta proses penggalian potensi, pengembangan diri, dan pembentukan karakter siswa yang termasuk dalam pembentukan dan pengembangan konsep diri siswa. Dalam layanan bimbingan dan konseling terdapat salah satu jenis layanan dapat digunakan untuk mengembangkan dan meningkatkan konsep diri peserta didik, layanan tersebut adalah layanan bimbingan kelompok.

Maka diharapkan layanan bimbingan kelompok dapat digunakan dalam mengembangkan dan meningkatkan konsep diri peserta didik. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa konsep diri seseorang terbentuk dari interaksi antara individu dengan orang lain. Dengan adanya interaksi yang terjadi antara anggota kelompok dalam bimbingan kelompok diharapkan bisa memberikan dampak positif bagi peserta didik dalam mengembangkan serta meningkatkan konsep diri yang mencakup pengetahuan diri, pemahaman diri, penilaian diri dan harapan terhadap diri.

Berdasarkan uraian tersebut, dirumuskan penelitian dengan judul “Peningkatan Konsep Diri Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 1 Terbanggi Besar Tahun Pelajaran 2018/2019.”

## **2. Identifikasi**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, masalah-masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut:

- a. Ada siswa yang belum mengetahui potensi yang ada pada dirinya
- b. Ada siswa yang sering 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**

Mengingat luasnya permasalahan tersebut maka dalam penelitian ini dibatasi masalahnya yaitu meningkatkan konsep diri menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Terbanggi Besar tahun pelajaran 2018/2019.

### **4. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi, dan pembatasan masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini adalah konsep diri siswa. Adapun rumusan masalahnya adalah “Apakah konsep diri siswa dapat ditingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi?”

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

### **1. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan konsep diri menggunakan layanan bimbingan

kelompok teknik diskusi pada siswa kelas XI di SMKN 1 Terbanggi Besar tahun pelajaran 2018/2019.

## **2. Manfaat Penelitian**

### **a. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan akan bermanfaat untuk menambah pengetahuan dalam bidang bimbingan dan konseling di sekolah. Khususnya terkait dengan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri siswa.

### **b. Manfaat Praktis**

Memberikan data bahwa konsep diri pada siswa dapat ditingkatkan dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok, sehingga guru bimbingan dan konseling di sekolah dituntut untuk memanfaatkan dinamika kelompok untuk dapat meningkatkan konsep diri pada siswa. Selain itu guru bimbingan konseling dituntut untuk menguasai pendekatan dan teknik dalam bimbingan konseling baik secara teoritis maupun prakteknya terkait dengan konsep diri siswa.

Selain itu hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi yang bermanfaat bagi guru, peserta didik, orang tua, dan masyarakat sehingga dapat meningkatkan konsep diri.

## **C. Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini dibagi menjadi beberapa bagian, yaitu:



### **1. Ruang Lingkup Ilmu**

Ruang lingkup ilmu dalam penelitian ini adalah konsep keilmuan bimbingan dan konseling.

### **2. Ruang Lingkup Objek**

Objek yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah meningkatkan konsep diri dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok.

### **3. Ruang Lingkup Subjek**

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMK Negeri 1 Terbanggi Besar.

### **4. Ruang Lingkup Tempat**

Tempat penelitian adalah di SMK Negeri 1 Terbanggi Besar, Lampung Tengah.

### **5. Ruang Lingkup Waktu**

Ruang lingkup waktu dalam penelitian ini dilaksanakan pada semester ganjil tahun pelajaran 2018/2019.

## **D. Kerangka Pikir**

Siswa pada usia remaja biasanya mengalami kebingungan akan identitas diri mereka. Perubahan dalam banyak aspek terjadi, seperti dalam aspek jasmani, mental, relasi, dan sosial. Sekolah dapat membawa berbagai persoalan dalam dirinya. Mereka kurang tahu siapa dirinya, apa kekurangannya, apa kelebihan yang ada dalam dirinya, dan bagaimana ia bisa berdiri ditengah masyarakat.

Pada masa remaja, pencarian identitas diri menjadi penting karena remaja dihadapkan pada sejumlah perubahan psikologis, fisiologis, seksual, kognitif/intelektual, dan sosial yang beragam. Diusia remaja, Individu mulai

mencari tahu siapa diri mereka, seperti apa watak mereka dan bagaimana orang lain menilai diri mereka. Hal ini sejalan dengan tahap perkembangan Erikson (Upton, 2012:22) yang menjelaskan bahwa pada masa remaja yaitu usia 12 hingga 18 tahun, identitas vs kebingungan peran sedang menjadi konflik dasar yang terjadi pada individu. Dalam hal ini hubungan sosial menjadi peristiwa penting dalam terselesaikannya konflik tersebut yang jika berhasil maka akan memunculkan kemampuan untuk tetap yakin pada diri sendiri, sedangkan jika gagal maka akan mengakibatkan kebingungan peran dan rasa diri yang lemah. Oleh sebab itu, pembentukan konsep diri pada remaja sangat penting karena akan mempengaruhi kepribadian, tingkah laku, serta pemahaman dan penerimaan terhadap dirinya sendiri.

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 pada setiap orang sesungguhnya tidak mutlak dalam kondisi biner antara positif dan negatif, tetapi karena konsep diri berperan penting sebagai pengarah dan penentu perilaku, maka harus diupayakan dengan keras agar individu mempunyai banyak ciri-ciri konsep diri yang positif.

Konsep diri seseorang tergantung dari kemampuannya memahami dirinya sendiri, setiap individu terlahir tanpa memiliki konsep diri, lalu dari proses belajar ia mulai membentuk konsep dirinya sendiri, karena merupakan hasil proses belajar maka komponen pendidikan harus memberikan fasilitas kepada

peserta didik khususnya remaja untuk mencapai perkembangan dan peningkatan konsep diri. Guru bimbingan konseling merupakan salah satu komponen pendidikan yang dapat membantu meningkatkan konsep diri siswa, 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 pada siswa. Bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok. Pernyataan tersebut didukung oleh Prayitno (2004: 1) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan/atau pemecahan masalah individu yang menjadi peserta kegiatan kelompok. Bimbingan kelompok membahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok, melalui suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok dibawah bimbingan pemimpin kelompok (konselor).

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 dan juga kemampuan dalam berinteraksi dengan orang lain.

Sehingga dapat disimpulkan dalam kerangka pikir yang dapat dilihat pada bagan berikut ini:



Gambar 1.1 Kerangka Pikir

## **E. Hipotesis**

Hipotesis penelitian yang penulis ajukan adalah bahwa konsep diri dapat ditingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Terbanggi Besar Tahun Pelajaran 2018/ 2019.

Berdasarkan latar belakang masalah, teori dan kerangka pikir maka hipotesis statistik yang penulis ajukan adalah:

**Ha:** Konsep diri siswa dapat ditingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Terbanggi Besar Tahun Pelajaran 2018/2019.

**Ho:** Konsep diri siswa tidak dapat ditingkatkan menggunakan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Terbanggi Besar Tahun Pelajaran 2018/2019.

## **II. TINJAUAN PUSTAKA**

### **A. Konsep Diri dalam Bimbingan Pribadi**

#### **1. Bidang Bimbingan Pribadi**

Secara umum, bimbingan dan konseling merupakan suatu perangkat sistem perlakuan yang ditunjukkan untuk membantu setiap peserta didik agar dapat berkembang secara optimal sesuai dengan potensi yang dimilikinya, 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 layanan yang diberikan kepada peserta didik dalam upaya membantu mengembangkan potensi serta membantu peserta didik agar mampu menyelesaikan permasalahannya yang bersifat pribadi.

Asosiasi Bimbingan Konseling Indonesia (ABKIN) telah memberi rambu-rambu tujuan bimbingan dan konseling dalam aspek pribadi dan sosial peserta didik ( Dahlan, 2014: 37) :

- a. Memiliki komitmen yang kuat dalam mengamalkan nilai-nilai keimanan dan ketaqwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, baik dalam kehidupan

pribadi, keluarga, pergaulan dengan teman sebaya, sekolah/madrasah, tempat kerja, maupun masyarakat pada umumnya.

- b. Memiliki sikap toleransi terhadap umat beragama lain, dengan saling menghormati dan memelihara hak dan kewajibannya masing-masing.
- c. Memiliki pemahaman tentang irama kehidupan yang bersifat fluktuatif antara yang menyenangkan (anugrah) dan yang tidak menyenangkan (musibah), serta dan mampu meresponnya secara positif sesuai dengan ajaran agama yang dianut.
- d. Memiliki pemahaman dan penerimaan diri secara objektif dan konstruktif, baik yang terkait dengan keunggulan maupun kelemahan; baik fisik maupun psikis.
- e. Memiliki sikap positif atau respek terhadap diri sendiri dan orang lain.
- f. Memiliki kemampuan untuk melakukan pilihan secara sehat.
- g. Bersikap respek terhadap orang lain, menghormati atau menghargai orang lain, tidak melecehkan martabat atau harga dirinya.
- h. Memiliki rasa tanggung jawab, yang diwujudkan dalam bentuk komitmen terhadap tugas atau kewajibannya.
- i. Memiliki kemampuan berinteraksi sosial (human relationship), yang diwujudkan dalam bentuk hubungan persahabatan, persaudaraan, atau silaturahmi dengan sesama manusia.
- j. Memiliki kemampuan dalam menyelesaikan konflik (masalah) baik bersifat internal (dalam diri sendiri) maupun dengan orang lain.
- k. Memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan secara efektif.

## 2. Pengertian Konsep Diri

Burn (Surna dan Pandeiro, 2014: 140) merumuskan bahwa konsep diri diartikan sebagai segala keyakinan seseorang pada diri sendiri, konsep diri akan menentukan siapa seseorang itu dalam kenyataannya, siapa seseorang itu menurut pikirannya, dan akan menentukan bisa menjadi apa seseorang itu menurut pikirannya sendiri. Jadi, konsep diri merupakan cara pandang individu terhadap dirinya sendiri seperti apa yang ia yakini. Pandangan tersebut yang menentukan seperti apa dia menurut dirinya dan bisa menjadi apa dia menurut dirinya. Misalnya seorang siswa yang merasa siap menghadapi ujian akhir semester dengan mengatakan “saya telah belajar dengan baik dan pasti saya akan mendapat nilai yang memuaskan” kata-kata tersebut menunjukkan keyakinan bahwa ia memiliki kemampuan untuk memperoleh nilai yang memuaskan, keyakinan tersebut mencerminkan sikap dan pandangan positif terhadap dirinya sendiri.

Konsep diri merupakan gambaran individu tentang dirinya, apa yang ia ketahui tentang dirinya, bagaimana ia memandang dan menilai dirinya. Konsep diri tidak hanya sekedar apa yang ada dipersepsi individu tersebut dan seperti apa dirinya, melainkan juga apa yang terdapat di balik persepsinya dan apa yang dipikirkannya.

Menurut Rogers (Surna dan Pandeiro, 2014: 140) konsep diri tidak dapat dipisahkan antara diri pribadi dengan bagaimana ia menghayati dunianya yang didasarkan pada bagaimana pribadi berpengalaman dengan dunia

lingkungannya dan merupakan suatu keutuhan yang membentuk self atau self-concept.

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 mengidentifikasi konsep diri atas tiga bentuk. Pertama, *Body Image*, kesadaran tentang tubuhnya, yaitu bagaimana seseorang 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 pribadiya, motivasinya, kelemahannya, kelebihan dan kecakapannya, kegagalan dan sebagainya.

Dari pendapat para ahli maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah pemahaman individu terhadap dirinya secara utuh baik secara fisik maupun psikologis termasuk kelebihan dan kekurangan yang ia miliki, harapan-harapan akan dirinya dan kepercayaan tentang apa yang terdapat dalam dirinya sendiri.

### **3. Sifat-Sifat Konsep Diri**

Setiap individu itu memiliki konsep diri, namun konsep diri dapat bersifat positif dan juga negatif. Calhoun dan Acocella (Ghufron & Risnawita, 2010:19) membagi konsep diri menjadi dua, yaitu konsep diri positif dan negatif. Ciri konsep diri yang positif adalah yakin terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam mengatasi masalah, merasa sejajar dengan orang lain, menerima pujian tanpa rasa malu, sadar bahwa tiap orang memiliki keragaman perasaan, hasrat, dan perilaku yang tidak disetujui oleh masyarakat serta mampu mengembangkan diri karena sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang buruk dan berupaya untuk



mengubahnya. Sementara itu, ciri konsep diri yang negatif adalah peka terhadap kritik, responsif terhadap pujian, punya sikap hiperkritis, cenderung merasa tidak disukai orang lain, dan pesimistis terhadap kompetisi.

Lebih jauh lagi, konsep diri menurut Calhoun dan Acocella (Ghufron & Risnawita, 2010:19-20), dibagi menjadi konsep diri positif dan konsep diri negatif. Konsep diri negatif dibagi dua jenis, pertama yaitu pandangan terhadap seseorang terhadap dirinya tidak teratur, tidak memiliki kestabilan, dan keutuhan diri. Kondisi seperti ini acapkali terjadi pada remaja. Namun, tidak menutup kemungkinan terjadi pada orang dewasa. Pada orang dewasa hal ini dapat terjadi karena ketidakmampuan menyesuaikan diri. Kedua, kebalikan yang pertama, yaitu konsep diri yang terlalu stabil dan terlalu teratur alias kaku. Hal ini karena pola asuh dan didikan yang sangat keras. Konsep diri yang positif adalah penerimaan yang mengarahkan individu kearah sifat yang rendah hati, dermawan, dan tidak egois. Jadi, orang dengan konsep diri positif dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang bermacam-macam tentang dirinya sendiri baik yang merupakan kekurangan maupun kelebihan.

Konsep diri pada setiap orang sesungguhnya tidak mutlak dalam kondisi biner antara positif dan negatif, tetapi karena konsep diri berperan penting sebagai pengarah dan penentu perilaku, maka harus diupayakan dengan keras agar individu mempunyai banyak ciri-ciri konsep diri yang positif.

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 oranglain, 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 dimasyarakat.

- 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 :

1. 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.

2. 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.

3. 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.

4. 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).

5. 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 penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa seorang individu yang memiliki konsep diri positif ditandai dengan penilaian diri yang baik terhadap dirinya sendiri ataupun orang lain, mengetahui kekurangan serta kelebihan yang ia miliki, mampu mengintropeksi diri, memiliki rasa percaya

diri dan motivasi, mampu berinteraksi dengan baik, dan mampu menyelesaikan konflik dalam diri. Sedangkan individu yang memiliki konsep diri negatif biasanya memiliki penilaian yang buruk terhadap dirinya sendiri maupun orang lain, tidak mengetahui apa yang menjadi kekurangannya dan apa yang menjadi kelebihanannya, kurang percaya diri, dan biasanya bersikap pesimis serta merasa dirinya tidak berharga.

#### **4. Sumber Informasi dalam Pembentukan Konsep Diri**

Calhoun dan Acocella (Ghufron & Risnawita 2010:16) mengemukakan ada tiga sumber informasi yang penting dalam pembentukan konsep diri pada individu yaitu:

- Orangtua

Dikarenakan orangtua adalah kontak sosial yang paling awal dan yang paling kuat dialami oleh individu

- Teman sebaya

Teman sebaya menempati peringkat kedua karena selain individu membutuhkan cinta dari orangtua juga membutuhkan penerimaan dari teman sebaya dan apa yang diungkapkan pada dirinya akan menjadi penilaian terhadap diri individu tersebut

- Masyarakat

Dalam masyarakat terdapat norma-norma yang akan membentuk konsep diri pada individu, misalnya pemberian perlakuan yang berbeda pada laki-laki dan perempuan akan membuat laki-laki dan perempuan berbeda dalam berperilaku

Dari penjelasan diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa konsep diri seseorang tumbuh dan berkembang karena adanya interaksi dengan individu yang lain khususnya dengan lingkungan sosial.

### **5. Peran Konsep Diri Terhadap Prilaku Individu**

Pujijogjanti (Ghufron & Risnawita 2010:18-19) ada tiga peranan penting dari konsep diri sebagai penentu prilaku yaitu:

- a. Konsep diri berperan dalam mempertahankan keselarasan batin. Pada dasarnya individu selalu mempertahankan keseimbangan dalam kehidupan batinnya. Bila timbul perasaan, pikiran, dan persepsi yang tidak seimbang atau bahkan saling berlawanan, maka akan terjadi iklim psikologi yang tidak menyenangkan sehingga akan mengubah prilaku.
- b. Keseluruhan sikap dan pandangan individu terhadap diri berpengaruh besar terhadap pengalamannya. Setiap individu akan memberikan penafsiran yang berbeda terhadap sesuatu yang dihadapi.
- c. Konsep diri adalah penentu pengharapan individu. Jadi pengharapan adalah inti dari konsep diri. Konsep diri merupakan seperangkat harapan dan penilaian perilaku yang merujuk pada harapan tersebut. Sikap dan pandangan negatif terhadap kemampuan diri menyebabkan individu menetapkan titik harapan yang rendah. Titik tolak yang rendah menyebabkan individu tidak mempunyai motivasi yang tinggi.

Berdasarkan ketiga peranan konsep diri tersebut dapat disimpulkan bahwa konsep diri selain berperan sebagai pengharapan juga berperan sebagai sikap terhadap diri sendiri dan penyeimbang batin bagi individu.

## **B. Bimbingan Kelompok**

### **1. Pengertian Layanan Bimbingan Kelompok**

Layanan bimbingan kelompok menekankan bahwa kegiatan bimbingan lebih pada proses pemahaman diri dan lingkungannya yang dilakukan oleh satu individu atau lebih yang disebut kelompok. Apabila konseling perorangan menunjukkan layanan kepada individu perindividu, maka bimbingan kelompok mengarahkan layanan kepada sekelompok individu.

Nurihsan (2009:23) menjelaskan bahwa layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh informasi dan aktivitas kelompok yang membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan lingkungannya.

Dalam layanan bimbingan kelompok tersebut, dibentuklah beberapa individu sebagai anggota kelompok yang nantinya akan bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber tertentu. Bahan tersebut berguna dan bermanfaat untuk membantu kehidupan sehari-hari individu nantinya sebagai siswa, masyarakat, teman, serta untuk membantu dalam mengambil keputusan.

Prayitno (2004: 1) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan/atau pemecahan masalah inividu yang menjadi peserta kegiatan kelompok. Bimbingan kelompok membahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok, melalui suasana dinamika

kelompok yang intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok dibawah bimbingan pemimpin kelompok (konselor).

Yang dimaksud dengan bimbingan kelompok adalah layanan untuk individu-individu sebagai anggota kelompok melalui pengelompokan kelompok yang kemudian diberikan informasi agar mencegah berkembangnya masalah pada diri individu dalam memahami dirinya sendiri. Adapun pembentukan kelompok tersebut adalah untuk keperluan pelayanan bimbingan. Pelayanan bimbingan yang dimaksud disini adalah bimbingan kelompok. Salah satu tujuan pelaksanaannya adalah untuk mencegah timbulnya masalah pada individu dalam kelompok tersebut. Selain itu, tujuannya adalah untuk mengembangkan potensi individu di sekolah.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah proses pemberian informasi dan bantuan yang diberikan oleh seorang ahli(konselor) pada sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan tertentu. Tujuan dalam penelitian ini adalah meningkatkan konsep diri siswa. Dalam kelompok, individu berinteraksi dan berhubungan dengan individu lain dalam kelompok yang dibentuk melalui layanan bimbingan kelompok. Selain itu bimbingan kelompok dapat membantu individu dalam memahami dan menerima diri dan orang lain melalui pemberian informasi dan kegiatan-kegiatan yang telah disusun dalam layanan bimbingan kelompok, serta bermanfaat dalam pemecahan masalah baik masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial.



## 2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

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

### a. Tujuan Umum

Tujuan umum layanan bimbingan kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan.

### b. Tujuan Khusus

Secara khusus, bimbingan kelompok bermaksud 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 dan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif. Dalam hal ini kemampuan berkomunikasi, verbal maupun nonverbal siswa.

Dengan demikian, maka dapat disimpulkan bahwa tujuan khusus bimbingan kelompok yaitu berkembangnya sikap positif siswa seperti kemampuan berkomunikasi/berinteraksi dengan orang lain, wawasan yang semakin bertambah, kemampuan dalam mengungkapkan pendapat, rasa toleransi dengan orang lain seperti mendengarkan orang lain saat berbicara atau mampu menerima pendapat orang lain, serta mampu meningkatkan motivasi dalam mencapai prestasi dalam belajar.

Secara garis besar tujuan layanan bimbingan kelompok adalah untuk membantu siswa mengenali dirinya sendiri seperti kemampuan yang

dimiliki dan kekurangannya, juga membantu siswa dalam menyusun rencana – rencana hidupnya serta menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

### **3. Pengertian Teknik Diskusi**

Muzdalifah (2014) menyatakan bahwa teknik merupakan salah satu cara atau model tertentu untuk pencapaian tujuan. Diskusi merupakan pertukaran gagasan, pendapat, ataupun pikiran antara dua orang atau lebih secara lisan yang bertujuan untuk mencari kesepakatan atau kesepahaman gagasan atau pendapat. Dalam diskusi yang terpenting adalah bahwa orang yang berdiskusi sungguh nyata dalam berkomunikasi. Semua permasalahan tidak akan bisa diselesaikan tanpa melalui proses komunikasi.

Komunikasi adalah proses interaksi dua arah yang terjadi antara pembicara dan pendengar untuk mencapai tujuan dan maksud tertentu. Kata diskusi berasal dari bahasa latin *discution* yang artinya bertukar pikiran. Jadi yang dimaksud diskusi ialah suatu proses pertukaran pikiran secara teratur dengan tujuan untuk keberhasilan suatu kebenaran. Teknik diskusi ini dapat dipandang sebagai salah satu metode pengajaran yang paling efektif untuk kelompok kecil.

Berdasarkan pengertian diskusi di atas berisi dua hal penting yaitu adanya pertukaran pikiran secara teratur. Artinya suatu pertukaran pikiran yang mengarah pada hal yang lebih positif. Diskusi juga akan menghasilkan kesamaan pendapat tentang suatu masalah yang dipecahkan. Tujuan diskusi yaitu untuk memecahkan berbagai masalah. Keuntungan penggunaan teknik diskusi adalah siswa dapat terlibat langsung dalam proses pembelajaran dan

memungkinkan siswa untuk saling tukar informasi dan pengalaman terhadap peserta diskusi yang lain sehingga menumbuhkan gagasan dan pengertian baru. Adapun keuntungan lainnya adalah melatih keterampilan intelektual siswa, seperti menyusun fakta, ketetapan bertanya, dan beragumen secara logis.

Teknik diskusi juga melatih komunikasi antar-pribadi dan keterampilan bekerja sama (sensitivitas sosial, mendengarkan, dan kepemimpinan). Kekurangan teknik diskusi ini adalah cukup menyita waktu, karena teknik diskusi memerlukan waktu yang cukup lama dan dilakukan tidak hanya cukup sekali, selain itu juga menuntut kesanggupan guru untuk mengontrol secara teliti keterlibatan siswa.

#### **4. Teknik Diskusi dalam Bimbingan Kelompok**

Menurut Suyanto (Muzdalifah, 2014:14) diskusi kelompok adalah teknik bimbingan kelompok yang dilaksanakan dengan maksud agar para siswa yang menjadi anggota kelompok mendapat kesempatan untuk memecahkan masalah secara bersama-sama. Selaras dengan pendapat di atas, Surya (Muzdalifah, 2014:14) menyatakan diskusi kelompok merupakan suatu teknik dalam bimbingan kelompok yang murid-muridnya mendapat kesempatan memecahkan masalah bersama-sama. Setiap murid mendapat kesempatan untuk menyumbang pikiran dalam memecahkan suatu masalah atau topik tertentu. Dalam diskusi tersebut semua anggota kelompok diikutsertakan secara aktif dalam mencapai kemungkinan pemecahan masalah secara bersama-sama mengutarakan masalahnya, mengutarakan

ide-ide, mengutarakan saran-saran, saling menanggapi satu dengan yang lain dalam rangka pemecahan masalah yang sedang dihadapi.

Pada kegiatan diskusi kelompok yang memegang peranan adalah pembimbing. Pembimbing berusaha menciptakan situasi yang mendorong konseli untuk ikut terlibat dalam diskusi dan selalu aktif berpartisipasi dan saling berinteraksi diantara mereka. Setelah diskusi kelompok berjalan, diharapkan pembimbing untuk tidak terlalu mencampuri pola suatu permasalahan. Sebagaimana Sujiono yang telah mengutip dari Winkel.

Tujuan kelompok adalah membahas bersama masalah yang dihadapi.

Tujuan diskusi adalah:

- a. Memberi kesempatan pada setiap peserta untuk mengambil suatu pelajaran dari pengalaman teman-teman peserta yang lain dalam mencapai jalan keluar suatu masalah.
- b. Memberikan suatu kesadaran bagi setiap peserta bahwa setiap orang itu mempunyai masalah sendiri-sendiri apabila ada persamaan masalah yang diutarakan, oleh salah satu anggota hal ini akan memberi keringanan beban batin bagi anggota yang kebetulan masalahnya sama.
- c. Mendorong individu yang tertutup dan sukar mengutarakan masalahnya, untuk berani mengutarakan masalahnya.
- d. Kecenderungan mengubah sikap dan tingkah laku tertentu setelah mendengarkan pandangan, kritikan atau saran teman anggota kelompok.

### **C. Peningkatan Konsep Diri Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi**

Sekolah Menengah Kejuruan adalah salah satu jenjang pendidikan menengah dengan kekhususan mempersiapkan lulusannya untuk siap bekerja. Pendidikan kejuruan mempunyai arti yang bervariasi namun dapat dilihat suatu benang merahnya. Pendidikan kejuruan adalah bagian dari sistem pendidikan yang mempersiapkan seseorang agar lebih mampu bekerja pada suatu kelompok pekerjaan atau satu bidang pekerjaan daripada bidang-bidang pekerjaan lainnya.

Super (Santrock, 2013:484) mengatakan konsep diri seseorang memainkan peran utama dalam pemilihan karier. Sementara Santrock (2013:333) mengatakan pemahaman diri adalah gambaran kognitif remaja mengenai dirinya, dasar dan isi dari konsep diri remaja. Pemahaman diri ini mengenai tentang kelebihan, kekurangan, bakat, minat, cita-cita, yang sesuai dengan keadaan dirinya, agar dalam merencanakan dan memilih karier, siswa bisa merencanakan dan memilih kariernya dengan tepat yang sesuai dengan konsep diri yang dimiliki. Oleh sebab itu, pembentukan konsep diri pada usia remaja seperti siswa SMK sangat penting karena akan mempengaruhi kepribadian, tingkah laku, dan pemahaman terhadap dirinya sendiri.

Menurut Erikson (Upton, 2012: 200) dimasa remaja, anak-anak muda dihadapkan pada sejumlah besar pilihan tentang siapa mereka dan kemana mereka akan melangkah dalam hidup, ini merupakan krisis yang harus diselesaikan pada tahap-tahap perkembangan ini, jika remaja tidak mampu menjawab pertanyaan-pertanyaan ini secara memadai mereka akan mengalami kebimbangan identitas,

yang akan menghambat perkembangan mereka pada tahap-tahap kehidupan selanjutnya.

Burn (Surna dan Pandeiro, 2014: 140) merumuskan bahwa konsep diri diartikan sebagai segala keyakinan seseorang pada diri sendiri, konsep diri akan menentukan siapa seseorang itu dalam kenyataannya, siapa seseorang itu menurut pikirannya, dan akan menentukan bisa menjadi apa seseorang itu menurut pikirannya sendiri. Jadi, konsep diri merupakan cara pandang individu terhadap dirinya sendiri seperti apa yang ia yakini. Menurut Rogers (Surna dan Pandeiro, 2014: 140) konsep diri tidak dapat dipisahkan antara diri pribadi dengan bagaimana ia menghayati dunianya yang didasarkan pada bagaimana pribadi berpengalaman dengan dunia lingkungannya dan merupakan suatu keutuhan yang membentuk self atau self-concept.

Maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah pemahaman individu terhadap dirinya secara utuh baik secara fisik maupun psikologis termasuk kelebihan dan kekurangan yang ia miliki, harapan-harapan akan dirinya dan kepercayaan tentang apa yang terdapat dalam dirinya sendiri.

Calhoun dan Acocella (Ghufron & Risnawita 2010:16) mengemukakan ada tiga sumber informasi yang penting dalam pembentukan konsep diri pada individu antara lain adalah orangtua, teman sebaya dan masyarakat. Dari ketiga faktor tersebut semuanya berhubungan dengan orang lain yang artinya konsep diri juga sangat dipengaruhi oleh interaksi diri dengan orang lain. Dalam konsep diri remaja, interaksi lebih banyak dilakukan dengan teman sebaya, itu artinya teman sebaya menjadi salah satu faktor pembentuk konsep diri yang sangat penting

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 seusia 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.

Hal tersebut sejalan dengan pendapat Prayitno (2004: 1) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan/atau pemecahan masalah inividu yang menjadi peserta kegiatan kelompok. Bimbingan kelompok membahas topik-topik umum yang menjadi kepedulian bersama anggota kelompok, melalui suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok dibawah bimbingan pemimpin kelompok (konselor).

Upaya yang mungkin dilakukan untuk meningkatkan konsep diri dapat dilakukan strategi seperti; - Membuat siswa merasa mendapatkan dukungan dari guru

pembimbing (konselor) dalam mengembangkan konsep diri, dukungan dari konselor dapat berupa dukungan emosional ataupun penghargaan seperti empati, perhatian, menghargai gagasan siswa dan masih banyak lagi. - Membuat siswa merasa bertanggung jawab dengan memberi siswa kesempatan untuk membuat keputusan sendiri atas perilakunya. – Selain itu juga membuat siswa merasa mampu dengan cara menunjukkan sikap dan pandangan yang positif terhadap kemampuan yang dimiliki siswa. Dengan begitu siswa dapat menetapkan tujuan hidup dengan realistis.

Dengan demikian layanan bimbingan kelompok teknik dikusi dianggap mampu membantu siswa dalam meningkatkan konsep diri yang pada dirinya. Dengan bantuan dari pemimpin kelompok (konselor) diharapkan informasi mengenai konsep diri dan interaksi yang terjadi didalam kelompok dapat membantu anggota kelompok untuk mengetahui potensi dirinya dan juga memahami aspek-aspek yang ada dalam dirinya sendiri, selain itu juga bisa menerima penilaian orang lain tentang dirinya yang pada akhirnya dapat meningkatkan konsep diri pada dirinya dan anggota yang lain.



### **III. METODE PENELITIAN**

#### **A. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian dilakukan di SMK Negeri 1 Terbanggi Besar tahun ajaran 2018/2019.

#### **B. Metode Penelitian**

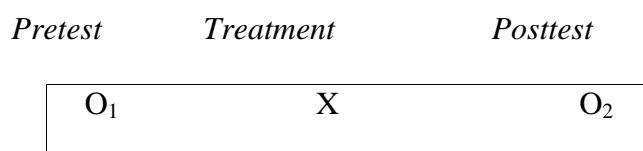
Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu, Sugiyono (2014:3). Metode penelitian memegang peranan penting, karena salah satu ciri dari penelitian adalah terdapatnya suatu metode yang tepat dan sistematis sebagai penentu arah yang tepat dalam pemecahan masalah. Ketepatan pemilihan metode merupakan syarat yang penting agar mendapatkan hasil yang optimal. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen.

Menurut Noor (2011:112) desain eksperimen adalah suatu rancangan percobaan dengan setiap langkah tindakan yang terdefiniskan, sehingga informasi yang berhubungan dengan atau diperlukan untuk persoalan yang akan diteliti dapat dikumpulkan secara faktual. Dengan kata lain, desain sebuah eksperimen merupakan langkah-langkah lengkap yang perlu diambil

sejauh eksperimen dilakukan agar data yang semestinya diperlukan dapat diperoleh sehingga akan membawa keanalisis obyektif dan kesimpulan yang berlaku dengan tepat menjawab persoalan yang dibahas.

Jenis desain yang digunakan adalah *Pre-Experimental Design* dengan *one group pretest - posttest design*. Menurut Sugiono (2014: 112) pada desain ini terdapat pretest, sebelum diberi perlakuan. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan. Dalam desain ini dilakukan dua kali pengukuran, pengukuran pertama dilakukan sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dan pengukuran kedua dilakukan setelah diberi layanan bimbingan kelompok. Pendekatan ini diberikan kepada satu kelompok saja tanpa ada kelompok pembanding.

Desain penelitian yang digunakan digambarkan sebagai berikut ;



Gambar 3.1 *One Group Pretest-Posttest Design*

Keterangan :

O<sub>1</sub> : *Pre test* (pengukuran pertama, bagaimana konsep diri pada siswa sebelum diberi layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan skala konsep diri).

X : Perlakuan/*treatment* yang diberikan (pelaksanaan layanan bimbingan kelompok) kepada siswa kelas XI yang memiliki konsep diri tinggi, sedang dan rendah di SMK N 1 Terbanggi Besar.

O2 : *Post test* /kondisi setelah perlakuan (pengukuran bagaimana konsep diri siswa setelah diberi layanan bimbingan kelompok dengan skala yang sama dengan pengukuran yang pertama).

### **C. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian merupakan sumber data untuk menjawab masalah. Penelitian subjek ini disesuaikan dengan keberadaan masalah dalam penelitian. Selain itu data yang dikumpulkan juga harus disesuaikan dengan masalah dalam penelitian. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMK N 1 Terbanggi Besar yang memiliki konsep diri tinggi, sedang dan rendah. Alasan peneliti menggunakan subjek penelitian adalah karena penelitian ini merupakan aplikasi untuk meningkatkan konsep diri dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dan hasil proses layanan bimbingan kelompok ini tidak dapat digeneralisasikan antara subjek yang satu dengan yang lain dan tidak dapat mewakili subjek yang lain karena setiap individu berbeda.

Adapun cara penetapan subjek penelitian adalah sebagai berikut:

1. Memberikan skala konsep diri kepada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Terbanggi Besar.
2. Menghitung skor hasil pengisian skala yang telah dilakukan, skor seluruh siswa dapat dilihat pada lampiran. Selanjutnya mengkategorikan skor

yang diperoleh setiap siswa ke dalam tiga kriteria yaitu tinggi, sedang, dan rendah.

3. Siswa yang mendapatkan kriteria tinggi, sedang, dan rendah yang menjadi subjek penelitian

## **D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional**

### **1. Variabel Penelitian**

Menurut Sugiyono (2014: 63) variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya. Dengan kata lain variabel penelitian adalah setiap hal dalam suatu penelitian yang datanya ingin diperoleh.

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas dan variabel terikat, yaitu ;

- a. Variabel bebas (*independent*) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terikat (*dependent*). Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu layanan bimbingan kelompok teknik diskusi.
- b. Variabel terikat (*dependent*) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah konsep diri.

### **2. Definisi Operasional**

Definisi operasional variabel merupakan uraian yang berisikan sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi dua

variable 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 yang positif, yaitu:

- (1) yakin terhadap kemampuan dirinya sendiri
- (2) kesetaraan
- (3) menerima pujian tanpa rasa malu
- (4) sadar setiap orang memiliki keberagaman
- (5) mampu mengembangkan diri

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 siswa.

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

Teknik pengumpulan data adalah cara-cara yang digunakan untuk memperoleh data atau informasi yang diperlukan, guna mencapai objektifitas yang tinggi.

Untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini 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 tinggi, sedang, dan rendah untuk mendapatkan subjek penelitian.

Skala konsep diri ini menggunakan model Likert. Dengan model Likert. Nazir (2007:146) adalah sebagai berikut :

- a. Peneliti mengumpulkan *item-item* yang cukup banyak relevan dengan masalah yang sedang diteliti, dan terdiri dari item yang cukup jelas disukai dan tidak disukai.
- b. Kemudian *item-item* tersebut dicoba kepada sekelompok responden yang cukup representative dari populasi yang ingin diteliti.
- c. Responden di atas diminta untuk mengecek tiap *item*, apakah ia menyukai (+) atau tidak menyukainya (-). Response tersebut dikumpulkan dan jawaban yang memberikan indikasi menyenangkan diberikan skor tertinggi. Tidak ada masalah untuk memberikan angka 4 untuk yang tertinggi dan skor 1 untuk yang terendah atau sebaliknya. Yang terpenting adalah konsistensi dari arah sikap yang diperlihatkan. Demikian juga, apakah jawaban “setuju” atau “tidak setuju” disebut yang disenangi, tergantung dari isi pertanyaan dan isi dari *item-item* yang disusun.

- d. Total skor dari masing-masing individu adalah penjumlahan dari skor masing-masing *item* dari individu tersebut.
- e. Respons dianalisis untuk mengetahui *item-item* mana yang sangat nyata batasan antara skor tinggi dan skor rendah dalam skor total. Misalnya, respons responden pada *upper 25%* dan *lower 25%* dianalisis untuk melihat sampai berapa jauh tiap item dalam kelompok ini berbeda. *Item-item* yang tidak menunjukkan beda yang nyata, apakah masuk ke dalam skor tinggi atau rendah juga dibuang untuk mempertahankan konsistensi internal dari pertanyaan.

Selanjutnya cara menskor item pernyataan yang *favorable* dengan alternative jawaban sangat sesuai (SS) diberi skor 4, sesuai (S) diberi skor 3, tidak sesuai (TS) diberi skor 2 dan sangat tidak sesuai (STS) diberi skor 1. Sedangkan untuk pernyataan *unfavorable* dengan alternative jawaban sangat sesuai (SS) diberi skor 1, sesuai (S) diberi skor 2, tidak sesuai (TS) diberi skor 3 dan sangat tidak sesuai (STS) diberi skor 4.

### 3.1 Kisi-Kisi Skala Konsep Diri

Variabel	Indikator	Deskriptor	Favorable			Unfavorable		
Konsep Diri	1. Yakin pada kemampuan dirinya sendiri	1.1 Yakin dalam mengerjakan tugas	1	3	5	2	4	6
	2. Pandangan terhadap status (kesetaraan)	2.1 Merasa pantas bergaul dengan siapa saja	7	9	11	8	10	12
	3. Menerima pujian tanpa rasa malu	3.1 Yakin bahwa dirinya pantas	13	15	17	14	16	18

		menerima pujian						
	4. Mampu beradaptasi dengan orang lain	4.1 Tidak memaksakan kehendak terhadap orang lain	19	21	23	20	22	24
	5. Mampu mengembangkan diri secara positif	5.1 Memiliki keinginan untuk terus berkembang	25	27	29	26	28	30

## F. Pengujian Instrumen

### 1) Uji Validitas

Menurut Arikunto (2014:211) uji validitas adalah alat ukur yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument. Adapun validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas konstruk. Menurut Sugiono (2010:37) untuk menguji validitas konstruk dapat menggunakan pendapat ahli dalam hal ini setelah instrument dikonstruksikan tentang aspek-aspek yang akan diukur berdasarkan teori-teori tertentu kemudian para ahli diminta pendapatnya mengenai instrument yang disusun.

Para ahli yang diminta pendapatnya adalah dosen dan guru bimbingan dan konseling. Uji ahli instrumen ini dilakukan untuk melihat kesesuaian antara item-item pernyataan baik dari segi konstruk maupun redaksional. Berdasarkan hasil dari uji ahli yang peneliti dapatkan, para ahli menyatakan bahwa instrumen tersebut dapat digunakan dengan hasil perbaikan dari



kesimpulan yaitu diseimbangkan antara pernyataan yang positif dan negatif dan perbaikan pada kalimat sesuai dengan EYD.

Pada penelitian ini penulis menggunakan validitas konstruk dengan pengujian pendapat para ahli (*judgment experts*). *Judgment experts* dilakukan oleh para ahli, dalam hal ini *judgment expert* dilakukan oleh para dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung yakni Ibu Citra Abriani Maharani, S.Pd., M.Pd., Kons., M.Pd., Ibu Yohana Oktarina, S.Pd., M.Pd, Bapak Ashari Mahfud, S.Pd. I., M.Pd., Ibu Tika Febriyanti, M.Pd., dan guru Bimbingan dan Konseling yaitu: Bapak Drs. Susila Budi, Ibu Desti Wahyuning, S.Pd. dan ibu Ratna Juarini, S.Pd.

Hasil uji ahli menyatakan bahwa pernyataan tepat dan dinyatakan valid sehingga dapat dipergunakan sebagai instrumen dalam penelitian. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan pedoman skala yang berupa lembar skala konsep diri. Lembar skala yang merupakan pengembangan dari pedoman skala yang berisi rincian dari aspek-aspek yang akan diteliti yaitu konsep diri.

Berdasarkan judgment yang diberikan oleh Ibu Citra Abriani Maharani, S.Pd., M.Pd., Kons., M.Pd., beliau menilai kisi-kisi instrument skala konsep diri sudah dapat dipergunakan sebagai alat instrumen pengumpulan data, namun harus diperbaiki terlebih dahulu beberapa kalimat item, menyesuaikan item dengan indikator dan menghindari item pendapat dan mengarahkan ke pernyataan. Oleh Ibu Yohana Oktarina, S.Pd., M.Pd, menurut beliau menilai kisi-kisi instrument skala konsep diri sudah sangat

tepat, tetapi ada beberapa pernyataan yang masih perlu diperbaiki kembali dengan meminimalkan kata saya pada setiap aitem. Menurut Bapak Ashari Mahfud, S.Pd. I., M.Pd. beliau menilai kisi-kisi instrumen skala konsep diri sudah tepat, penulisan sudah cukup baik namun deskriptor harus lebih menjelaskan indikator yang diwakili. Ibu Tika Febriyanti, M.Pd. hasil yang diperoleh adalah bahasa pada deskriptor diperjelas kembali agar tidak menimbulkan arti yang ambigu. Bapak Drs. Susila Budi hasil yang diperoleh adalah penggunaan bahasa pada setiap kalimat disesuaikan dengan Ejaan Yang Disempurnakan (EYD), menurut Ibu Desti Wahyuning, S.Pd. adalah sebaiknya pernyataan menggunakan kalimat yang lebih terbuka dan terakhir menurut Ibu Ratna Juarini, S.Pd. beliau menilai kisi-kisi instrumen skala konsep diri sudah tepat, penulisan sudah cukup baik namun didalam pernyataan harus dihindari penggunaan kata yang ambigu.

Berdasarkan hasil uji ahli (*judgement experts*) yang dilakukan oleh 7 ahli yaitu 4 dosen Bimbingan Konseling FKIP Universitas Lampung dan 3 guru Bimbingan Konseling, koefisien validitas isi *Aiken's V* dari 30 item adalah ada pada rentang 0,80 sampai dengan 1,00 dan rata-rata nilai *V* adalah 0,92 berkaidah keputusan sangat tinggi. Dengan demikian, koefisien validitas skala konsep diri ini dapat memenuhi persyaratan sebagai instrumen yang valid dan dapat digunakan dalam penelitian ini.

## **2) Uji Reliabilitas**

Reliabilitas adalah sejauh mana hasil suatu pengukuran dapat dipercaya. Uji reliabilitas menunjukkan pada satu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk dapat digunakan sebagai alat pengumpul data karena

instrumen tersebut adalah baik. Instrumen yang sudah dapat dipercaya, yang reliabel akan menghasilkan data yang dapat di percaya pula. Uji reliabilitas dihitung dan dianalisis dengan program SPSS (*Statistical Package for Social Science*) 16 menggunakan rumus Alpha.

Menurut Arikunto (2006:210) untuk mengetahui tinggi rendahnya reliabilitas menggunakan kriteria sebagai berikut :

**Tabel 3.2 Kategorisasi**

0,8 - 1,00	sangat tinggi
0,6 - 0,799	Tinggi
0,4 - 0,599	cukup tinggi
0,2 - 0,399	Rendah
0 < 0,200	sangat rendah

Reliabilitas skala dengan menggunakan rumus alpha (Penghitungan komputerisasi menggunakan bantuan SPSS 16) r-hitung sebesar 0,829. Berdasarkan kriteria realibilitas menurut Arikunto maka realibilitas skala ini dapat dikatakan memiliki tingkat reliabilitas yang sangat tinggi. Berdasarkan penjelasan hasil uji validitas dan uji reliabilitas, maka skala konsep diri dapat digunakan untuk mengumpulkan data dan mengungkap masalah konsep diri siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Terbanggi Besar.

### **G. Teknik Analisis Data**

Menurut Sugiyono (2015:333) analisis data merupakan kegiatan yang dilakukan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Analisis data merupakan salah satu langkah yang sangat penting dalam kegiatan penelitian. Dengan analisis data maka akan dapat membuktikan hipotesis. Arikunto (2006:210), menyatakan bahwa penelitian eksperimen bertujuan untuk mengetahui dampak dari suatu perlakuan yaitu,

mencoba sesuatu lalu dicermati akibat dari perlakuan tersebut. Selanjutnya untuk mengetahui keberhasilan penelitian, dengan adanya peningkatan konsep diri siswa setelah pemberian layanan bimbingan konseling teknik diskusi dapat dihitung menggunakan rumus uji *Wilcoxon*.

Alasan peneliti menggunakan uji *Wilcoxon* karena subjek penelitian kurang dari 25 subjek, distribusi datanya dianggap tidak normal (Sudjana, 2005:83), maka statistik yang digunakan adalah *nonparametrik* dengan menggunakan *Wilcoxon Matched Pairs Test*. Penelitian ini akan menguji *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen, dengan demikian peneliti dapat melihat perbedaan nilai antara *pretest* dan *posttest* melalui uji *Wilcoxon* ini. Pelaksanaan uji *Wilcoxon* untuk menganalisis data tersebut, dilakukan dengan menggunakan analisis uji melalui program SPSS (*Statistical Package for Social Science*)16.

Kaidah keputusan:

Jika statistik hitung (angka  $z$  output)  $>$  statistik tabel (tabel  $z$ ), maka  $H_0$  diterima (dengan taraf signifikansi 5%)

Jika statistik hitung (angka  $z$  output)  $<$  statistik tabel (tabel  $z$ ), maka  $H_0$  ditolak (dengan taraf signifikansi 5%)

Pada output didapat nilai  $z$  hitung adalah -3,059 (lampiran 9 halaman 120). Harga ini selanjutnya dibandingkan dengan harga  $Z_{tabel}$  dengan taraf signifikansi 0,05 maka  $Z_{tabel} = 1,645$  (lampiran 8 halaman 118). karena  $z$  output  $<$   $z$  table (-3,059  $<$  1,645) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat peningkatan konsep diri menggunakan bimbingan kelompok teknik diskusi pada siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Terbanggi Besar Tahun Pelajaran 2018/2019.

## **V. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMK Negeri 1 Terbanggi Besar, maka dapat diambil kesimpulan yaitu;

#### **1. Kesimpulan Penelitian**

Berdasarkan hasil pembahasan penelitian pada siswa kelas XI SMK Negeri 1 Terbanggi Besar Tahun Pelajaran 2018/2019, maka dapat diambil kesimpulan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik diskusi dapat meningkatkan konsep diri siswa kelas XI SMK Negeri 1 Terbanggi Besar Tahun Pelajaran 2018/2019. Hal ini didukung oleh meningkatnya skor dari *pretest* ke *posttest*.

### **B. Saran**

Saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang telah dilakukan di SMK Negeri 1 Terbanggi Besar adalah:

#### **1. Kepada siswa**

Siswa yang memiliki masalah khususnya konsep diri yang rendah, hendaknya mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok teknik diskusi yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling.

2. Kepada guru bimbingan dan konseling

Guru bimbingan konseling dapat lebih memperhatikan siswa agar dapat mencegah siswa mempunyai konsep diri yang rendah dan juga permasalahan lain yang ada pada siswa. Menjadikan teknik diskusi dalam layanan bimbingan kelompok sebagai salah satu teknik untuk membantu meningkatkan konsep diri siswa.

3. Para peneliti lain

Masih terdapat banyak keterbatasan dalam penelitian ini, seperti kurangnya waktu dalam pelaksanaan bimbingan kelompok. Disarankan agar peneliti lain untuk dapat meneliti faktor-faktor penyebab konsep diri yang rendah. Peneliti selanjutnya yang ingin meneliti peningkatan konsep diri siswa dapat juga menggunakan teknik psikodrama atau dengan bimbingan kelompok layanan informasi dengan jumlah konseli yang berbeda dan juga waktu pelaksanaan yang lebih lama.

# DAFTAR PUSTAKA

## DAFTAR PUSTAKA

- Ardiyanta, N. 2014. Meningkatkan Konsep Diri Positif Dengan Menggunakan Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 1 Punggur Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2013/2014 (Skripsi). Universitas Lampung, Bandar Lampung.
- Arikunto, S. 2014. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Astuti, W. 2015. Peningkatan Konsep Diri Positif Siswa Dengan Layanan Bimbingan Kelompok. *ALIBKIN*. 4: 13.
- Dahlan, S. 2014. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah: Konsep Dasar dan Landasan Pelayanan*. Graha Ilmu, Bandar Lampung.
- Desmita. 2012. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Rosda Karya, Bandung.
- Faria, I, W. 2011. Penggunaan Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Konsep Diri Positif Pada Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2010/2011 (Skripsi). Universitas Lampung, Bandar Lampung.
- Ghufron, M.N. & Rini R. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz media, Yogyakarta.
- Hutagalung. 2007. *Pengembangan Kepribadian*. PT Indeks, Jakarta.
- Irawan, E. 2010. Efektivitas Teknik Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Konsep Diri Remaja: Studi Pre-Eksperimen Pada Siswa Yapema Gadingrejo Lampung (Tesis). Universitas Pendidikan Indonesia.



- Krisnawati, D. 2015. Efektifitas Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Dalam Mengembangkan Konsep Diri Positif Pada Siswa Kelas XII SMKN 2 Kediri (Skripsi). Universitas Nusantara PGRI Kediri.
- Misnawati, E. 2010. Hubungan Antara Motivasi Belajar Dan Aktivitas Belajar Dengan Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Geografi Di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Gadingrejo Tahun Pembelajaran 2009/2010 (Skripsi). Universitas Lampung, Bandar Lampung.
- Muslifar, R. 2015. Efektifitas Pelaksanaan Layanan Bimbingan kelompok Dalam Mengembangkan Konsep Diri Positif. *Jurnal Universitas Mulawarman*. 1:62.
- Muzdalifah, C. 2014. Layanan Bimbingan kelompok Dengan Menggunakan Teknik Diskusi Dalam Rangka Meningkatkan Empati Siswa Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 13 Surabaya (Tesis). Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Nazir, M. 2007. *Metode Penelitian*. Ghalia Indonesia, Jakarta.
- Negara, S. 2014. Upaya Meningkatkan Konsep Diri Positif Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan Peranan Pada Siswa Kelas XI IPS 1 (Skripsi). Universitas Muria Kudus.
- Noor, Juliansyah. 2011. *Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah*. Kencana, Jakarta.
- Nurihsan, A. 2009. *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Rafika Aditama, Bandung.
- Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Universitas Negeri Padang, Padang.
- Rahmat H. 2012. *Penelitian Tindakan dalam Bimbingan dan Konseling*. PT Indeks, Jakarta.
- Rakhmat, J. 2005. *Psikologi Komunikasi. Edisi Revisi*. PT Remaja Rosdakarya, Bandung.

- Rholanjiba, S. 2016. Peningkatan Konsep Diri Positif Dengan Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 21 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016 (Skripsi). Universitas Lampung, Bandar Lampung.
- Riswandi. 2013. *Psikologi Komunikasi*. Graha Ilmu, Jakarta.
- Santrock, J.W. 2013. *Adolesence, Edisi Keenam (Terjemahan)*. Erlangga, Jakarta.
- Sudjana. 2005. *Metode Statistik*. PT Tarsito, Bandung.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. CV Alfabeta, Bandung.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian KOMBINASI (mixed Methods)*. CV Alfabeta, Bandung.
- Sukardi. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Surna. 2014. *Psikologi Pendidikan 1*. PT Gelora Aksara Pratama, Jakarta.
- Upton. 2012. *Psikologi Perkembangan*. PT Gelora Aksara Pratama, Jakarta.