

PENINGKATAN KONSEP DIRI POSITIF SISWA DENGAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

Winarni Dwi Astuti (winarnidwiastuti@yahoo.co.id)¹

Yusmansyah²

Syaifuddin Latif³

ABSTRACT

The problem of this research was the positive self concept of students. The aim of this research was to identify if the use of group guidance service could optimize the positive self concept of students. The method used was quasi experimental method with one group pretest and posttest design. Technique in gaining the data was by using self concept scale. The result showed that there is a significant improvement the positive self concept of students score before and after using group guidance services that showed the calculation result of wilcoxon test obtained $z_{output} = - 2,803$ and $z_{tabel} = 1,645$, then H_a is accepted and H_0 is rejected.

Masalah penelitian ini adalah perilaku konsep diri positif siswa. Tujuan penelitian ini ingin mengetahui penggunaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif siswa. Metode yang digunakan adalah eksperimen semu dengan *one group pretest and posttest design*. Teknik pengumpulan data adalah skala konsep diri. Hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan yang signifikan konsep diri positif siswa sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok yang ditunjukkan hasil perhitungan uji wilcoxon $z_{output} = -2,803$ dan $z_{tabel} = 1,645$, maka H_a diterima dan H_0 ditolak.

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

¹Mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

²Dosen Pembimbing Utama Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

³Dosen Pembimbing Pembantu Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

PENDAHULUAN

Dalam kegiatan pembelajaran di sekolah, konsep diri positif memiliki peranan yang penting dalam menciptakan kondisi atau suatu proses yang mengarahkan siswa untuk mengembangkan potensi dirinya sehingga dapat tercapai pula prestasi belajar yang baik. Dalam hal ini sudah tentu peran guru bimbingan konseling sangat penting, bagaimana guru bimbingan konseling melakukan usaha-usaha untuk dapat mengembangkan konsep diri positif agar siswa melakukan aktivitas belajar dengan baik.

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

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

Sekolah sebagai lembaga pendidikan tentunya memiliki kewajiban untuk membantu siswa dalam mengoptimalkan perkembangannya. Inti pendidikan terjadi di dalam prosesnya dan tujuan pendidikan terletak pada dimensi instrinsiknya. Proses pendidikan tidak hanya sekedar pentransferan ilmu semata, namun terdapat proses penggalian potensi, pengembangan diri, dan pembentukan karakter siswa. Salah satu komponen yang penting dalam penyelenggaraan pendidikan adalah Bimbingan dan Konseling.

Layanan bimbingan dan konseling yang terdapat di sekolah memiliki peranan yang penting dalam pengembangan konsep diri siswa. Sesuai dengan fungsi bimbingan dan konseling, yaitu pemahaman, pencegahan, pengentasan, pemeliharaan dan pengembangan. Di dalam bimbingan dan konseling juga terdapat empat bidang bimbingan dan tujuh layanan yang kesemua unsur dalam bimbingan dan konseling tersebut dapat memfasilitasi berkembangnya karakteristik pribadi siswa secara optimal, terutama dalam pengembangan dan peningkatan konsep diri yang positif pada siswa. Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu jenis layanan yang dianggap tepat untuk mengembangkan dan meningkatkan konsep diri positif pada siswa. Bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok (Romlah, 2006).

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk mengkaji lebih mendalam mengenai peningkatan konsep diri positif siswa dengan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP N 3 Natar tahun ajaran 2015 / 2016.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian pada latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka permasalahan dalam penelitian ini adalah rendahnya konsep diri positif yang dimiliki siswa. Adapun rumusan permasalahan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut “Apakah konsep diri positif dapat ditingkatkan dengan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Natar tahun ajaran 2015 / 2016 ?”

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan konsep diri positif siswa dengan layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Natar tahun Ajaran 2015/2016.

KONSEP DIRI POSITIF

Konsep diri positif memiliki peranan penting dalam pribadi setiap individu, karena individu yang memiliki konsep diri yang baik dapat mudah beradaptasi dengan lingkungannya. Menurut Brooks (Rakhmat, 2005) mendefinisikan konsep diri 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) yang mendefinisikan konsep diri sebagai perasaan, pandangan, dan penilaian individu mengenai dirinya yang didapat dari hasil interaksi dengan lingkungan sekitarnya.

Pai (Djaali, 2008) 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”.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan persepsi terhadap diri, perasaan, pandangan, gambaran diri, serta konsep kepribadian paling utama dan paling penting, dimana konsep diri tersebut berisi ide, nilai yang berhubungan dengan diri sendiri dan kepribadian yang diinginkan, yang kesemuanya itu diperoleh dari pengalaman dan interaksi dengan orang lain.

Brook dan Emmert (Rakhmat, 2005) menyatakan individu yang mempunyai konsep diri positif memiliki ciri-ciri :

- a. Percaya diri dan merasa setara dengan orang lain
- b. Menerima diri apa adanya, mengenal kelebihan dan kekurangan
- c. Mampu memecahkan masalah dan mampu mengevaluasi diri
- d. Menyadari bahwa setiap orang memiliki perasaan, keinginan dan perilaku yang tidak seluruhnya diterima masyarakat
- e. Bersikap optimis

Seseorang dapat dikatakan memiliki konsep diri 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; Ghufroon & Riswanti, 2010).

LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

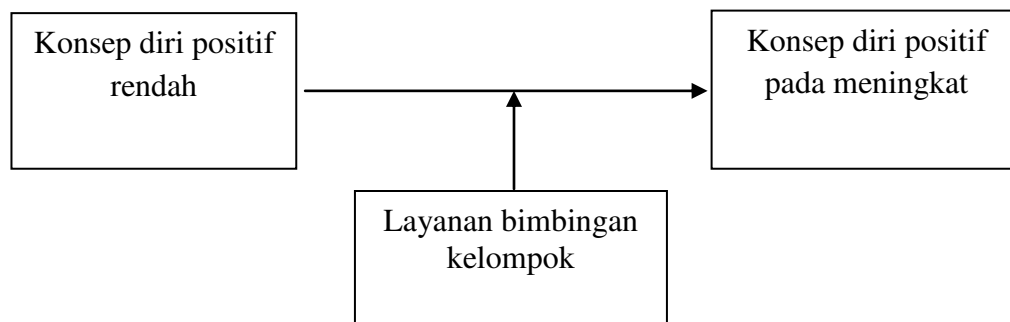
Bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok (Romlah, 2006). Sedangkan Winkel (1991) mengatakan bahwa “bimbingan adalah proses membantu orang-perorangan dalam memahami dirinya sendiri dan lingkungannya”. Bimbingan kelompok menekankan bahwa kegiatan 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) 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.

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) 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), 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.

Kerangka pemikiran penelitian ini dapat di gambarkan seperti berikut:



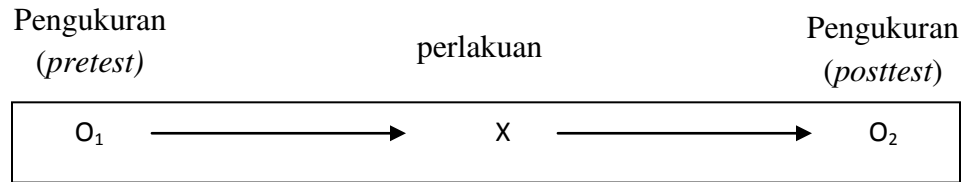
Gambar 1 Kerangka Pikir Penelitian

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasi eksperimental design*).

Design yang digunakan adalah *pre eksperimental design* dengan *one group pre-test and post-test design*, yaitu suatu teknik untuk mengetahui efek sebelum dan sesudah

pemberian perlakuan. Desain penelitian yang digunakan peneliti digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2: *One-group pretest-posttest design*

PROSEDUR PENELITIAN

Dalam penelitian ini peneliti menjangkau subjek penelitian dari hasil skala konsep diri yang telah diberikan pada siswa kelas VIII D dan VIII E dan di peroleh 10 orang subjek, sebelum diberikan perlakuan peneliti memberikan skala konsep diri di awal sebelum memberikan layanan bimbingan kelompok kemudian peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok dan skala konsep diri setelah di berikan layanan bimbingan kelompok sebanyak empat kali untuk melihat peningkatan konsep diri positif yang terjadi terhadap masing masing subjek.

SUBYEK PENELITIAN

Subyek penelitian pada penelitian ini adalah 10 siswa kelas VIII SMP N 3 Natar yang memiliki konsep diri positif yang rendah yang diperoleh melalui *pretest* menggunakan skala konsep diri.

VARIABEL PENELITIAN

Variabel dalam penelitian ini adalah variabel terikat yaitu konsep diri positif dan variabel bebas yaitu layanan bimbingan kelompok.

DEFINISI OPERASIONAL

Konsep diri positif adalah gambaran individu mengenai dirinya, yang individu ketahui dan rasakan tentang diri fisik, psikis, dan sosial, gambaran penilaian orang

lain terhadap dirinya, dan gambaran mengenai diri yang diinginkan, yang kesemuanya itu diperoleh dari interaksi dengan orang lain.

Layanan bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada beberapa siswa dalam situasi kelompok. Bantuan yang dilakukan berupa pemberian informasi yang ditujukan untuk siswa, agar mereka mampu menyusun rencana dan membuat keputusan yang tepat dalam hidupnya.

TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Untuk memperoleh data yang diperlukan se jelas-jelasnya peneliti menggunakan skala konsep diri.

VALIDITAS

Validitas yang digunakan adalah validitas isi (*content validity*), seperti yang diungkapkan Sugiyono (2011) “Selain didasarkan pada penilaian penulis, juga memerlukan kesepakatan penilaian dari beberapa penilai yang kompeten (*expert judgement*).” Dalam penelitian ini, para ahli yang diminta pendapatnya adalah dosen-dosen bimbingan dan konseling di FKIP Universitas Lampung.

RELIABILITAS

Peneliti melakukan uji coba alat ukur instrument ini di SMP Negeri 1 Natar kepada 32 siswa kelas VIII.

Teknik yang digunakan untuk menguji realibilitas dalam penelitian ini adalah koefisien alpha (α) dari *Cronbach* kemudian peneliti akan menggunakan alat bantu *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 21 dengan analisis *reliabilitas analysis scale* (alpha).

TEKNIK ANALISIS DATA

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data dengan uji *Wilcoxon*. Didalam uji *Wilcoxon*, bukan hanya tanda-tanda positif dan negatif dari selisih skor *pretest* dan *posttest* yang diperhatikan, tetapi juga besarnya selisih/beda antara skor *pretest* dengan *posttest*.

Melalui uji *wilcoxon* ini akan diketahui signifikan perbedaan *pretest* dan *posttest*. Selain itu untuk menguji hipotesis, menerima atau menolak H_0 , T akan dibandingkan dengan t_α dengan melihat taraf nyata $\alpha = 0,01$ atau $\alpha = 0,05$. Jika $T \leq t_\alpha$ maka H_0 ditolak, sedangkan jika $T \geq t_\alpha$ maka H_0 diterima (Sudjana, 2002).

HASIL PENELITIAN PEMBAHASAN

Dari hasil *pretest* terhadap 10 subyek sebelum pemberian Bimbingan Kelompok diperoleh nilai rata-rata skor konsep diri positif diperoleh nilai rata-rata 46,8. Setelah dilakukan Bimbingan Kelompok, hasil *posttest* diperoleh nilai rata-rata 93,4. Hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan konsep diri positif siswa setelah diberikan kegiatan bimbingan kelompok sebesar 39,491 %.

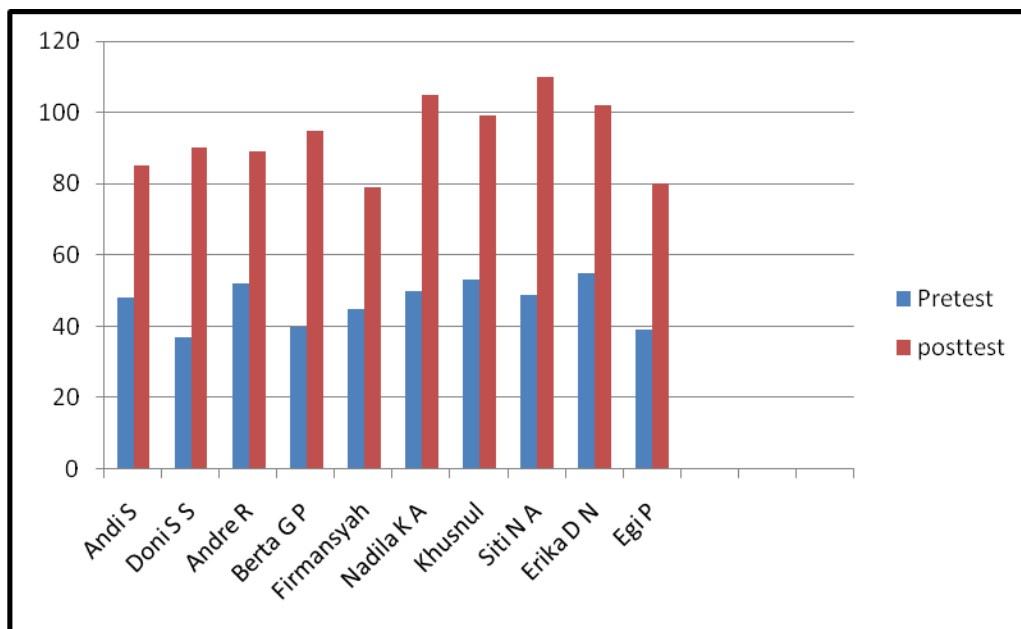
Dari angka ini didapat uji wilcoxon (Z) adalah $- 2,803$. Dengan melihat tabel wilcoxon (tabel statistik pada lampiran), untuk n (jumlah data) =10, uji dua sisi dan tingkat signifikansi (α) = 5%, maka didapat statistik wilcoxon = 1,645.

Jika statistik hitung (angka Z_{output}) < statistik tabel (Z_{tabel}), maka H_a diterima (dengan taraf signifikansi 5%).

Analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah $Z_{output} = - 2,803$ dan $Z_{tabel} = 1,645$. Karena statistik hitung < statistik tabel, maka **H_a diterima dan H_0 ditolak**.

Dalam penelitian ini, peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan konsep diri positif siswa. Masalah konsep diri positif pada siswa adalah masalah AS selalu ribut dan mengobrol dengan teman sebangkunya saat guru

sedang menjelaskan materi pelajaran didepan dan sering menyontek teman saat ulangan berlangsung, masalah DS adalah ia malas belajar dan mengulangi pelajaran yang diberikan guru sewaktu disekolah dan mengantuk saat jam pelajaran berlangsung, masalah AR adalah keseringan main game saat disekolah maupun saat sepulang sekolah, masalah BG adalah bahwa dia takut ditertawakan dan diejek oleh temannya jika salah, masalah F mengantuk saat jam pelajaran berlangsung sehingga ia tidak memahami materi yang diberikan guru disekolah, masalah NK adalah kurang percaya diri sehingga gugup dan gemetar saat berbicara didepan kelas, masalah KA adalah sering ngantuk saat jam pelajaran berlangsung, masalah SN adalah tidak percaya diri dalam bergaul sehingga ia sering menyendiri dan malu saat berkumpul dengan teman-temannya, masalah ED mengakui kalau dirinya egois, masalah EP adalah ia sering mengobrol dengan teman sebangkunya saat jam pelajaran berlangsung dan juga sering mengantuk saat guru sedang menjelaskan materi didepan. Masalah- masalah dari kesepuluh subyek tersebut merupakan masalah konsep diri siswa. Setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok selama empat kali pertemuan terjadi peningkatan konsep diri positif.



Grafik rata-rata skor *pretest* dan *posttest*

Berdasarkan data tersebut, dapat diketahui bahwa konsep diri positif pada subjek penelitian mengalami perubahan, sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok.

Peningkatan konsep diri positif melalui bimbingan kelompok ini dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Prayitno (1995) mengemukakan bahwa:

“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.”

Anggota kelompok dalam kelompok ini juga saling memberi dukungan, dan saling memotivasi satu sama lainnya, bertukar banyak informasi yang bermanfaat dan berbagi pengalaman, hal ini tentunya akan sangat memberikan kekuatan setiap anggotanya untuk lebih meningkatkan konsep diri positif.

Dengan demikian layanan bimbingan kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan konsep diri positif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Natar Tahun Pelajaran 2015/2016.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat diambil kesimpulan secara statistic layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan konsep diri positif pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Natar tahun pelajaran 2015/2016. Hal ini terbukti dari hasil analisis data menggunakan uji Wilcoxon, z hitung = $-2,803 < z$ tabel = $1,645$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak.

B. SARAN

Adapun saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang telah dilakukan di SMP Negeri 3 Natar Tahun Pelajaran 2015/2016 adalah:

1. Kepada Siswa

Siswa hendaknya mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif di lingkungan sekolah.

2. Kepada Guru Bimbingan dan Konseling

Guru pembimbing hendaknya mengadakan kegiatan layanan bimbingan kelompok secara rutin untuk meningkatkan konsep diri positif siswa pada khususnya, dan untuk memecahkan berbagai permasalahan lain pada umumnya.

3. Kepada para peneliti

Para peneliti hendaknya mampu mempersiapkan diri dengan baik dan semaksimal mungkin untuk melakukan berbagai bentuk layanan bimbingan dan konseling khususnya layanan bimbingan kelompok agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan baik dan mampu mencapai tujuan yang diharapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Calhoun, JF. 1995. *Psikologi tentang Penyesuaian Dan Hubungan Kemanusiaan*. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Djaali. 2008. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Prayitno. 1995. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Rakhmat, J. 2005. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Romlah, T. 2006. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Sudjana. 2002. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R& D)*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata, S. 2007. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rajagrafindo Persada