

**PENINGKATAN PERILAKU *SELF ESTEEM* DENGAN  
LAYANAN KONSELING KELOMPOK PADA SISWA KELAS VIII**

**Sisca Marya Susanti (siscamaryasusanti@yahoo.com)<sup>1</sup>**

**Yusmansyah<sup>2</sup>**

**Shinta Mayasari<sup>3</sup>**

***ABSTRACT***

*The problem of this research was the self esteem of students. The aim of this research was to identify if the use of group counseling service could optimize the self esteem of students. The method used was quasi experimental method with one group pretest and posttest design. Technique in gained the data is by using observation. The result shows that could be significant maximized the self esteem of students score about before and after used group counseling services amount 42,39%, from the low self esteem results Obtained  $z_{output} = -3,06$  and  $z_{tabel} = 1,645$ . then  $H_a$  is accepted and  $H_0$  is rejected.*

Masalah penelitian ini adalah perilaku *self esteem* siswa. Tujuan penelitian ini ingin mengetahui penggunaan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan perilaku *self esteem* siswa. Metode yang digunakan adalah eksperimen semu dengan *one group pretest and posttest design*. Teknik pengumpulan data adalah observasi. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan terjadi peningkatan yang signifikan antara *self esteem* siswa sebelum dan setelah diberikan layanan konseling kelompok sebesar 42,39%, berdasarkan penghitungan perilaku *self esteem* rendah yang diperoleh  $z_{output}=-3,06$  dan  $z_{table}= 1,645$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak.

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

<sup>1</sup>Mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

<sup>2</sup>Dosen Pembimbing Utama Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

<sup>3</sup>Dosen Pembimbing Pembantu Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung

Kehidupan individu selalu mengalami perubahan baik dari aspek fisik, psikis, maupun sosialnya, seiring dengan perubahan waktu dan zaman. Struktur aspek tersebut membentuk jaringan struktur yang semakin kompleks, tidak terkecuali pada kehidupan remaja. Pada masa remaja, biasanya seorang individu sedang (masih) menempuh pendidikan formal jenjang SMP dan SMA. Mereka melakukan tugas untuk mengembangkan kemampuan intelektual maupun keterampilan dasar guna mempersiapkan diri untuk memasuki kehidupan riil di masyarakat.

Sebagai anggota masyarakat yang dewasa, maka persiapan dini sangat penting sehingga dirinya dapat mengikuti perubahan zaman. Semula ia sebagai anak, kini ia beranjak menjadi individu yang memiliki penampilan fisik seperti orang dewasa, namun dari aspek kognisi maupun sikapnya belum sesuai dengan orang dewasa/orang tua lainnya. Padahal tuntutan sosial cenderung meminta peran dari remaja agar berperilaku seperti halnya orang dewasa. Sementara ia masih mencari-cari format dirinya yang tepat untuk membentuk identitas dirinya, akhirnya perbedaan tuntutan tersebut memunculkan konflik batin dalam dirinya.

### ***SELF ESTEEM***

Setiap individu akan mengalami proses pertumbuhan yakni proses perubahan struktur dan skema mentalnya, dari yang bersifat sederhana menuju hal yang lebih kompleks. Proses perkembangan menurut Piaget (Dariyo, 2004) dipengaruhi oleh 4 faktor, yakni: (a) pematangan (*maturity*), (b) kontak dengan lingkungan (pengalaman), (c) transmisi sosial, (d) proses ekuilibrisasi/keseimbangan.

Frey dan Carlock (Rahman, 2013) mengatakan bahwa,

“*self esteem* dipahami sebagai evaluasi terhadap diri kita. *self esteem* merupakan kumpulan keyakinan mengenai atribut-atribut yang kita miliki. Evaluasi kita terhadap *self esteem* tersebut tidaklah sama. Sebagian diri kita merasa suka, bangga, dan puas dengan konsep dirinya, sebagian lagi justru sebaliknya”.

Seseorang yang mampu mengevaluasi diri akan memungkinkannya untuk dapat menempatkan diri pada posisi yang tepat, artinya sejauh mana dia dapat

menghargai dirinya sebagai seorang pribadi yang memiliki kemandirian, kemauan, kehendak, dan kebebasan dalam menentukan perilaku dalam hidupnya.

Sekolah merupakan salah satu tempat bagi siswa untuk dapat mengaktualisasikan diri, namun berbeda dengan keluarga atau sahabat yang akan berusaha memahami keadaan dan menerimanya apa adanya, lingkungan sekolah justru menuntut siswa untuk dapat mampu menyesuaikan diri dengan baik. Penerimaan lingkungan sekolah terhadap dirinya akan memberikan pengaruh bagi taraf *self esteem* siswa, meskipun sebenarnya taraf *self esteem* akan terus berfluktuasi setiap harinya namun persepsi yang timbul dari pengalaman masalahnya akan memberikan dampak kecenderungan taraf *self esteem* siswa yang akan berpengaruh pada perilakunya selama di sekolah.

Mengacu pada Williams dan Demo dalam “*Conceiving or Misconceiving the Self: Issues in Adolescent Self-Esteem*” (Santrock, 2013) yang membagi *self esteem* menjadi dua yaitu tinggi dan rendah, dengan indikator perilaku sebagai berikut:

a. *Self esteem* tinggi

1. Mengarahkan atau memerintah orang lain
2. Menggunakan kualitas suara yang disesuaikan dengan situasi
3. Mengekspresikan pendapat
4. Duduk dengan orang lain dalam aktivitas sosial
5. Bekerja secara kooperatif dalam kelompok
6. Memandang lawan bicara ketika mengajak atau diajak bicara
7. Menjaga kontak mata selama pembicaraan berlangsung
8. Memulai kontak yang ramah dengan orang lain
9. Menjaga jarak yang sesuai antara diri sendiri dengan orang lain
10. Berbicara dengan lancar, hanya mengalami sedikit keraguan

b. *Self esteem* rendah

1. Merendahkan orang lain dengan cara menggoda, memberi nama panggilan, dan menggosip
2. Menggerakkan tubuh secara dramatis atau tidak sesuai konteks
3. Melakukan sentuhan yang tidak sesuai atau menghindari kontak fisik
4. Memberikan alasan-alasan ketika melakukan sesuatu
5. Melihat sekeliling untuk memonitor orang lain
6. Membual secara berlebihan tentang prestasi, keterampilan, penampilan fisik
7. Merendahkan diri sendiri secara verbal; depresiasi diri
8. Berbicara terlalu keras, tiba-tiba, atau dengan nada suara yang dogmatis
9. Tidak mengekspresikan pandangan atau pendapat, terutama ketika ditanya
10. Memposisikan diri secara submisif

Berdasarkan indikator yang telah disebutkan Williams dan demo di atas, terlihat bagaimana cara menilai taraf *self esteem* seseorang yaitu dapat dengan memperhatikan kecenderungan seseorang tersebut berperilaku dalam kehidupannya sehari-hari. Jika *self esteem*-nya tinggi maka ia akan cenderung berperilaku positif dan sebaliknya.

Menurut Dariyo (2004),

“*self esteem* yang benar diwujudkan dengan bagaimana seorang individu berkata-kata, bersikap, berpikir, maupun bertindak yang didasarkan atas nilai-nilai norma, etika, kejujuran, kebenaran, maupun keadilan. dan pengingkaran terhadap nilai-nilai tersebut menunjukkan rendahnya taraf *harga diri* seseorang”.

Menurut teori Rogerian, hubungan antara penerimaan sosial dan pandangan terhadap diri sangatlah penting. Tidak hanya bagi perkembangan siswa, namun juga bagi pemfungsian psikologis sepanjang kehidupannya. Berdasarkan karakteristik yang telah disebutkan di atas, terlihat jelas seseorang dengan *self esteem* tinggi akan cenderung berfikir dan berperilaku positif. Demikian sebaliknya, perilaku destruktif, menolak, tidak kooperatif adalah bentuk perilaku yang ditunjukkan oleh seseorang dengan *self esteem* rendah.

Banyak sekali dampak negatif yang disebabkan oleh siswa dengan kecenderungan berperilaku *self esteem* rendah, baik terhadap kemampuan berinteraksi, pencapaian prestasi belajar, dan lain-lain sehingga masalah ini perlu untuk diantisipasi agar siswa dapat menjadi anggota sekolah yang kooperatif dengan tujuan pendidikan dan kesejahteraan siswa dengan memenuhi hak dan kebutuhannya. Untuk mengantisipasi masalah siswa yang memiliki kecenderungan berperilaku *self esteem* rendah, maka dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu dengan pemberian layanan informasi, layanan konseling individu, layanan konseling kelompok, dan beberapa layanan lainnya yang dapat diberikan oleh guru BK atau konselor sekolah.

### **LAYANAN KONSELING KELOMPOK**

Layanan konseling kelompok merupakan tindakan konseling yang dilakukan secara berkelompok, namun tidak hanya berhenti sampai disitu. Layanan konseling kelompok juga memiliki definisi yang lebih luas seperti yang dikatakan Nurihsan (2007),

“konseling kelompok adalah suatu proses antarpribadi yang dinamis yang berpusat pada pemikiran dan perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi terapi seperti sifat permisif, orientasi pada kenyataan, katarsis, saling mempercayai, saling memperlakukan dengan mesra, saling pengertian, saling menerima, dan saling mendukung. Fungsi-fungsi terapi itu diciptakan dan dikembangkan dalam suatu kelompok kecil dengan cara saling mempedulikan di antara para peserta konseling kelompok”.

Prayitno (Prayitno dan Amti, 2004) menjelaskan, layanan konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan di dalam suasana kelompok. Disana ada konselor (yang mungkin jumlahnya lebih dari satu), dan ada klien, yaitu para anggota kelompok (yang jumlahnya paling kurang dua orang). Di sana terjadi hubungan konseling dalam suasana yang diusahakan sama seperti dalam konseling perorangan, yaitu hangat, terbuka, permisif, dan penuh keakraban. Dimana juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah klien, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah (jika perlu dengan menerapkan metode-metode khusus), kegiatan evaluasi dan tindak

lanjut. Dalam kaitan itu suasana kelompok menjadi tempat penempatan sikap, keterampilan, dan keberanian sosial yang bertenggang rasa.

Berdasarkan pendapat yang dikemukakan para ahli diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling kelompok adalah kegiatan konseling yang dilakukan secara berkelompok dengan melibatkan fungsi-fungsi terapi dan memanfaatkan dinamika kelompok untuk membantu keterlaksanaannya.

Menurut Prayitno (2004) ada beberapa tahapan yang perlu dilaksanakan dalam penyelenggaraan konseling kelompok, yaitu:

a. Tahap pembentukan

Tahap pembentukan yaitu tahapan untuk membentuk kerumunan sejumlah individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan bersama.

b. Tahap peralihan

Tahap peralihan yaitu tahapan untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke bagian berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok.

c. Tahap kegiatan

Tahap kegiatan yaitu tahapan “kegiatan inti” untuk membahas topik-topik tertentu untuk mengentaskan masalah pribadi anggota kelompok.

d. Tahap pengakhiran

Tahap pengakhiran yaitu tahapan akhir kegiatan untuk melihat kembali apa yang telah dilakukan dan dicapai oleh kelompok serta merencanakan kegiatan selanjutnya.

Adapun tujuan konseling kelompok menurut Bariyyah (Lubis, 2011) adalah:

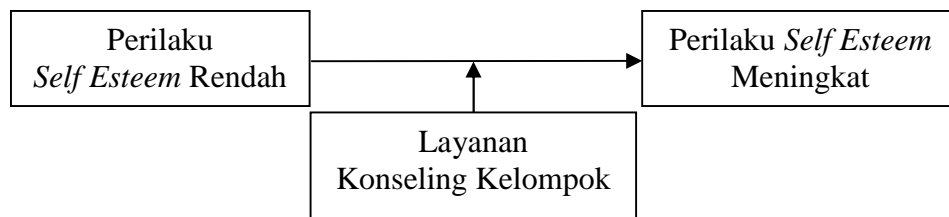
1. Membantu individu mencapai perkembangan yang optimal
2. Berperan mendorong munculnya motivasi kepada klien untuk merubah perilakunya dengan memanfaatkan potensi yang dimilikinya
3. Klien dapat mengatasi masalah lebih cepat dan tidak menimbulkan gangguan emosi
4. Menciptakan dinamika sosial yang berkembang intensif

5. Mengembangkan keterampilan komunikasi dan interaksi sosial yang baik dan sehat

Berdasarkan pendapat yang telah disebutkan diatas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa tujuan layanan konseling kelompok adalah untuk membantu mencapai perkembangan klien secara optimal dalam segi interaksi sosial dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Adapun tujuan penelitian ini adalah ingin mengetahui penggunaan layanan konseling kelompok untuk meningkatkan perilaku *self esteem* siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Natar Tahun Pelajaran 2014/2015

Kerangka pemikiran penelitian ini dapat di gambarkan seperti berikut:



Gambar 1. Kerangka pikir penelitian.

Gambar diatas memperlihatkan bahwa, siswa kelas VIII yang berperilaku *self esteem* rendah sebagai subjek penelitian di SMP Negeri 3 Natar diberikan layanan konseling kelompok, yang berguna untuk meningkatkan perilaku *self esteem* siswa. Meningkatnya perilaku *self esteem* siswa memungkinkan siswa terhindar dari masalah yang dapat menghambatnya dalam memperoleh prestasi atau hasil yang optimal dalam belajar. Selain itu, siswa juga memiliki kesiapan baik fisik, maupun mentalnya terhadap hasil belajar dan mengaktualisasikan diri.

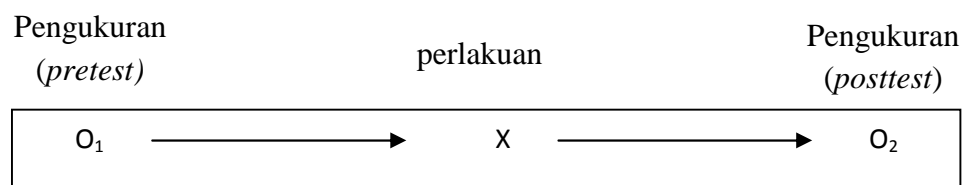
## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasi experimental design*). Penelitian eksperimental kuasi berbeda dengan penelitian eksperimental kerana tidak memenuhi tiga karakteristik atau sarat utama eksperimental, yaitu manipulasi, kontrol, dan randomisasi. Alasan peneliti menggunakan metode ini karena pada penelitian ini tidak menggunakan kelompok

kontrol dan subjek tidak dipilih secara random, peneliti hanya melihat hasil dari pemberian layanan konseling kelompok pada siswa yang perilaku *self esteem*-nya rendah di SMP Negeri 3 Natar Tahun Pelajaran 2014/2015.

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. Dalam desain ini subjek dikenakan perlakuan dua kali pengukuran yaitu sebelum dan setelah diberi layanan konseling kelompok.

Desain penelitian yang digunakan peneliti digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2: *One-group pretest-posttest design* (Sugiyono,2011).

Keterangan:

- O<sub>1</sub> : Pengukuran pertama berupa *pretest* untuk mengukur tingkat *self esteem* pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 3 Natar tahun pelajaran 2014/2015 sebelum diberi perlakuan yang diukur dengan menggunakan instrumen observasi perilaku *self esteem* rendah.
- X : Pemberian perlakuan dengan layanan konseling kelompok kepada siswa yang berperilaku *self esteem* rendah
- O<sub>2</sub> : Pengukuran kedua berupa *posttest* untuk mengukur intensitas perilaku *self esteem* rendah di sekolah siswa sesudah diberi perlakuan (X) yang diukur dengan menggunakan instrument observasi perilaku *self esteem* rendah di sekolah yang sama seperti pada pengukuran pertama, sehingga akan didapatkan data hasil dari pemberian perlakuan dimana perilaku *self esteem* siswa menjadi meningkat sesuai dengan yang diharapkan peneliti atau tidak berkurang sama sekali.

## **SUBJEK PENELITIAN**



Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Natar Tahun Pelajaran 2014/2015 yang berperilaku *self esteem* rendah. Untuk menjaring subjek, peneliti melakukan wawancara dengan guru BK dan wali kelas mengenai kelas yang memiliki siswa sesuai dengan kriteria, agar sesuai dengan keberadaan masalah dan jenis data yang ingin dikumpulkan.

Guru BK merekomendasikan kelas VIII C dengan jumlah 30 siswa, kemudian peneliti melakukan penjaringan subjek (*pretest*) menggunakan instrumen observasi perilaku *self esteem* rendah yang telah diuji validitasnya oleh beberapa dosen ahli di program studi Bimbingan dan Konseling Unila, lalu diujicobakan reliabilitasnya di SMP Negeri 4 Natar, agar peneliti dapat mendapatkan siswa yang berperilaku *self esteem* rendah sesuai dengan kriteria yang dibuat, kemudian subjek yang terjaring akan diberikan *treatment* / perlakuan berupa layanan konseling kelompok. Setelah melakukan *pretest*, peneliti mendapatkan 12 siswa yang sesuai dengan kriteria perilaku *self esteem* rendah dan akan dijadikan subjek penelitian untuk diberikan layanan konseling kelompok agar perilaku *self esteem* rendah mereka dapat berkurang sesuai dengan target yang ingin dicapai.

### **VARIABEL PENELITIAN**

Variabel dalam penelitian ini adalah variabel terikat yaitu perilaku *self esteem* rendah dan variabel bebas yaitu layanan konseling kelompok.

### **DEFINISI OPERASIONAL**

*Self esteem* rendah adalah evaluasi terhadap diri dalam dimensi rendah yang ditandai dengan pengingkaran terhadap cara seorang individu berkata-kata, bersikap, berpikir, maupun berperilaku yang didasarkan atas nilai-nilai, norma, etika, kejujuran, kebenaran dan keadilan sebagai bentuk reaksi psikologis keadaan dirinya.

Karakteristik siswa yang memiliki *self esteem* rendah, yang akan menjadi indikator dari perilaku *self esteem* rendah yaitu:

1. Merendahkan orang lain
2. Bertindak tidak sesuai konteks
3. Membual secara berlebihan
4. Berbicara kasar
5. Memposisikan diri secara submisif
6. Bertindak destruktif

Konseling kelompok adalah upaya pemberian bantuan dalam memecahkan masalah yang dialami siswa melalui dinamika kelompok sehingga siswa mampu mengentaskan permasalahannya: dapat saling berinteraksi di dalam kelompok, membuat keputusan yang tepat, mendapat berbagai informasi guna menyusun rencana, mengembangkan pemahaman terhadap diri sendiri, orang lain dan lingkungan.

### **TEKNIK PENGUMPULAN DATA**

Untuk memperoleh data yang diperlukan se jelas-jelasnya peneliti menggunakan observasi.

### **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**

Dalam penelitian ini menggunakan dua orang pengamat (peneliti sebagai pengamat 1 dan guru Bimbingan dan Konseling sebagai pengamat 2).

Karena subjek penelitian diperoleh melalui *purposive sampling* dan data yang diperoleh dalam penelitian ini merupakan data ordinal maka analisis statistik yang

digunakan adalah *nonparametrik*. Maka analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Wilcoxon *Match Pairs Test*.

## HASIL PENELITIAN PEMBAHASAN

Berikut ini adalah hasil data setelah memberikan layanan konseling kelompok pada subjek:

No	Nama	Skor <i>Pretest</i>	Prosentase <i>Pretest</i>	Kategori	Skor <i>Posttest</i>	Prosentase <i>Posttest</i>	Kategori	Prosentase Peningkatan
1.	ARS	56	74,66	Rendah	25	33,33	Tinggi	41,33
2.	ADP	56,5	75,33	Rendah	26,5	35,33	Tinggi	40
3.	ARP	56,5	75,33	Rendah	25,5	34	Tinggi	41,33
4.	DYS	55,5	74	Rendah	25,5	34	Tinggi	40
5.	EMP	60	80	Rendah	29,5	39,33	Tinggi	40,66
6.	FFR	57,5	76,66	Rendah	27,5	36,66	Tinggi	40
7.	FAH	56,5	75,33	Rendah	23,5	31,33	Tinggi	44
8.	FRN	73	97,33	Rendah	34	45,33	Tinggi	52
9.	NRD	72	96	Rendah	36,5	48,66	Tinggi	47,33
10.	RSW	56,5	75,33	Rendah	26	34,66	Tinggi	40,66
11.	RSP	56	74,66	Rendah	25,5	33,33	Tinggi	41,33
12.	SRN	57,5	75,33	Rendah	28,5	35,33	Tinggi	40
Jumlah		713	959		85	441,33		508,66
Rata-rata (N=12)		59,45	79,16		7,08	36,77		42,39

Tabel 1. Hasil data sebelum dan setelah diberikan layanan konseling kelompok.

Dari hasil *pretest* pada 12 subjek, didapatkan nilai rata-rata skor siswa dalam perilaku *self esteem* rendah sebesar **59,45**. Setelah diberikan layanan konseling kelompok, hasil *posttest* menjadi **7,08**. Hal ini menunjukkan bahwa setelah diberikan layanan konseling kelompok, terjadi peningkatan pada perilaku *self esteem* subjek sebesar **42,39 %**.

Berdasarkan  $Z_{output}$  terlihat bahwa dari 12 data, tidak ada data yang mempunyai beda negatif, dan ada 12 data bernilai positif dan tidak ada yang sama (ties). Dalam uji wilcoxon, yang dipakai adalah jumlah beda yang paling kecil, karena itu dalam kasus ini diambil beda negatif, yaitu 0. Dari angka ini didapat uji

wilcoxon ( $Z$ ) adalah  $-3,06$ . Dengan melihat tabel wilcoxon (tabel statistik pada lampiran), untuk  $n$  (jumlah data)  $=12$ , uji dua sisi dan tingkat signifikansi ( $\alpha$ )  $=5\%$ , maka didapat statistik wilcoxon  $=1,645$ .

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

Jika statistik hitung (angka  $Z_{output}$ )  $>$  statistik tabel ( $Z_{tabel}$ ), maka  $H_a$  ditolak (dengan taraf signifikansi  $5\%$ )

Analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah  $Z_{output} = -3,06$  dan  $Z_{tabel} = 1,645$ . Karena statistik hitung  $<$  statistik tabel, maka  **$H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak**. Dengan demikian layanan konseling kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan perilaku *self esteem* pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Natar Tahun Pelajaran 2014/2015.

## KESIMPULAN

### 1. Kesimpulan Statistik

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian layanan konseling kelompok dapat digunakan untuk meningkatkan perilaku *self esteem* siswa. Hal ini terbukti dari hasil uji hipotesis pada siswa kelas VIII C SMP Negeri 3 Natar Tahun Pelajaran 2014/2015 menggunakan uji Wilcoxon, diperoleh hasil perhitungan uji Wilcoxon, *output* didapat nilai  $Z$  hitung adalah  $-3,06$ . Kemudian dibandingkan dengan  $Z$  tabel, dengan nilai  $\alpha = 5\%$  adalah  $0,05 = 1,645$ . Oleh karena  $Z_{hitung} < Z_{tabel}$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak. Artinya terjadi peningkatan yang signifikan pada *self esteem* siswa, sebelum diberi perlakuan dan setelah diberi perlakuan dengan layanan konseling kelompok.

### 2. Kesimpulan Penelitian

Layanan konseling kelompok dapat meningkatkan perilaku *self esteem* siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Natar Tahun Pelajaran 2014/2015. Hal ini dapat dilihat dari perubahan perilaku 12 subjek penelitian sebelum dan setelah

diberikannya layanan konseling kelompok intensitas perilaku *self esteem* rendah siswa berkurang dan cenderung bergerak ke arah *self esteem* tinggi.

## **SARAN**

Adapun saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang telah dilakukan di SMP Negeri 3 Natar Tahun Pelajaran 2014/2015 adalah:

### 1. Kepada Siswa

Siswa yang berperilaku *self esteem* rendah, hendaknya mengikuti layanan konseling kelompok yang diberikan guru bimbingan dan konseling.

### 2. Kepada Guru Bimbingan dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling hendaknya dapat menjadikan layanan konseling kelompok sebagai salah satu program unggulan dalam program bimbingan dan konseling.

### 3. Kepada para peneliti

Kepada para peneliti hendaknya dapat melakukan penelitian mengenai perilaku *self esteem* namun dengan klasifikasi yang berbeda.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Dariyo, Agus. 2004. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Bogor Selatan: Ghaliya Indonesia

- Lubis, Namora Lumongga. 2011. *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana
- Nurihsan, Achmad Juntika. 2007. *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Rafika Aditama
- Prayitno. 2004. *Aplikasi Instrumen L.6, L.7 Layanan Bimbingan Kelompok Konseling Kelompok*. Padang: UNJ
- Prayitno dan Amti, Erman. 2004. *Dasar dan Bimbingan Konseling*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Rahman, Agus Abdul. 2013. *Psikologi Sosial: Integrasi Pengetahuan Wahyu dan Pengetahuan Empirik*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Santrock, John W. 2003. *Adolescence. Perkembangan Remaja Edisi 6*. Jakarta: Erlangga
- Sugiyono. 2011. *Metode apenelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta