

Optimalisasi Layanan Bimbingan Kelompok dalam Mengembangkan Konsep Diri Positif pada Siswa SMK

Siti Rahayu Ningrum¹; Rohana Maryam²; Miftahul Djanah³
SMK Negeri Gondang¹; Fakultas Keguruan dan Ilmu Pengetahuan Universitas Darul Ulum^{2,3}
email: ✉ srningrum63@gmail.com

Article History

Received:
10-12-2023
Revised:
18-02-2024
Accepted:
25-05-2024

Abstract ----- *Self-concept is important for individuals because individuals can view themselves and their world, influencing not only individual behavior but also the level of satisfaction obtained in their lives. The aim is to improve self-concept in SMK students through effective group guidance services. The subjects of this study were 10 SMK students with low self-concepts using purposive sampling. There is also a variable studied self-concept. The method used in this study is a psychological scale. In contrast, the data collection tool used is a self-concept scale, the initial stage of which is tested for validity and reliability. As for the results of the validity test $N = 30$, r table 0.361, the instrument used is valid because r count $>$ r table. While the reliability test with the alpha formula can be seen as r count = 0.889 $>$ 0.361, it can be said that this instrument is reliable. The data analysis technique used is a non-parametric method using the Wilcoxon test. From the results of research conducted at SMK, it can be concluded that based on the research results, self-concept can be improved through group guidance services. The Wilcoxon test results obtained Z count = -15.860, which is less than Z table = (-0.48) or is in H_0 rejection. This shows a significant increase in self-concept after participating in group guidance services.*

Keywords: *Group Guidance; Positive Self-Concept.*

Abstrak ----- Konsep diri penting bagi individu karena individu dapat memandang dirinya dan dunianya, tidak hanya mempengaruhi perilaku individu, tetapi juga tingkat kepuasan yang diperoleh dalam hidupnya. Tujuannya untuk meningkatkan konsep diri siswa SMK melalui layanan bimbingan kelompok yang efektif. Subyek penelitian ini adalah 10 siswa SMK yang memiliki konsep diri rendah dengan menggunakan purposive sampling. Ada pun variabel yang diteliti adalah konsep diri. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologis sedangkan alat pengumpulan data yang digunakan adalah skala konsep diri yang tahap awal dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Adapun hasil uji validitas $N = 30$, r tabel 0,361, instrumen yang digunakan valid karena r hitung $>$ r tabel. Sedangkan uji reliabilitas dengan rumus alpha terlihat r hitung = 0,889 $>$ 0,361 maka dapat dikatakan instrumen ini reliabel. Teknik analisis data yang digunakan adalah metode non parametrik dengan menggunakan uji Wilcoxon. Dari hasil penelitian yang dilakukan di SMK dapat disimpulkan bahwa berdasarkan hasil penelitian konsep diri dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok. Hasil uji Wilcoxon diperoleh Z hitung = -15,860 yang lebih kecil dari Z tabel = (-0,48) atau berada pada daerah penolakan H_0 . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan konsep diri yang signifikan setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok.

Kata kunci: Bimbingan Kelompok; Konsep Diri Positif.

PENDAHULUAN

Zaman baru yang membawa perubahan dan kemajuan penting, namun juga penuh dengan tantangan yang kompleks. Tantangan ini muncul seiring dengan pesatnya perkembangan dalam berbagai aspek seperti sosial, budaya, dan teknologi. Masalah yang timbul akibat perubahan ini semakin kompleks, mencakup persoalan dalam kehidupan pribadi, masyarakat, ekonomi, budaya, dan sebagainya. Untuk menghadapi tantangan ini, sangat penting bagi setiap individu untuk mempersiapkan diri secara fisik dan mental, agar lebih mampu mengatasi segala rintangan dalam meraih kesuksesan (Nahak, 2019; Faiz & Kurniawaty, 2022). Bagaimana cara kita menghadapi tantangan yang muncul? Salah satu langkahnya adalah dengan menunjukkan empati, mengubah sudut pandang, mengelola emosi, dan berani mengambil risiko. Jika kita memiliki nilai-nilai yang kuat, pola pikir positif, serta rasa harga diri yang tinggi, kita akan lebih siap menghadapi tantangan-tantangan ini.

Pandangan dan sikap terhadap diri mereka sendiri adalah apa yang dikenal sebagai konsep diri mereka. Konsep diri seseorang adalah totalitasnya yang terlihat dari seluruh pergaulan dan pergaulannya dengan orang lain, termasuk moralitas, kelemahan, nilai-nilai hidup, prinsip hidup, ciri-ciri kepribadian, dan lain-lain (Marsh, 2014).

Beberapa ahli merumuskan definisi konsep diri, menurut Wu., et al (2021) konsep diri adalah suatu gambaran campuran dari apa yang kita pikirkan orang-orang lain berpendapat, mengenai diri kita, dan seperti apa diri kita yang kita inginkan. Konsep diri adalah pandangan individu mengenai siapa diri individu, dan itu bisa diperoleh lewat informasi yang diberikan lewat informasi yang diberikan orang lain pada diri individu (Marsh., et al, 2018). Pendapat tersebut dapat diartikan bahwa konsep diri yang dimiliki individu dapat diketahui lewat informasi, pendapat, penilaian atau evaluasi dari orang lain mengenai dirinya. Individu akan mengetahui dirinya cantik, pandai, atau ramah jika ada informasi dari orang lain mengenai dirinya. Sebaliknya individu tidak tahu bagaimana ia dihadapkan orang lain tanpa ada informasi atau masukan dari lingkungan maupun orang lain.

Dalam kehidupan sehari-hari secara tidak langsung individu telah menilai dirinya sendiri. Penilaian terhadap diri sendiri itu meliputi watak dirinya, orang lain dapat menghargai dirinya atau tidak, dirinya termasuk orang yang berpenampilan menarik, cantik atau tidak. Seperti yang dikemukakan Trautwein & Möller (2016) memberikan pengertian tentang konsep diri sebagai gambaran yang dimiliki orang tentang dirinya. Konsep diri ini merupakan gabungan dari keyakinan yang dimiliki individu tentang mereka sendiri yang meliputi karakteristik fisik, psikologis, sosial, emosional, aspirasi dan prestasi.

Menurut Prince & Nurius (2014) konsep diri adalah pandangan dan perasaan kita tentang diri kita. Sedangkan Arens., et al (2021) mengemukakan konsep diri (self-concept) tidak lain tidak bukan adalah gagasan tentang diri sendiri, konsep diri terdiri dari bagaimana kita melihat diri sendiri sebagai pribadi, bagaimana kita merasa tentang diri sendiri, dan bagaimana kita menginginkan diri sendiri menjadi manusia sebagaimana kita harapkan.

METODE

Eksperimen adalah metode untuk menetapkan hubungan sebab akibat antara dua variabel, yang ingin dilakukan oleh peneliti dengan menghilangkan atau mengurangi faktor-faktor lain yang mempengaruhi (Arikunto & Jabar, 2014). Berbagai jenis desain penelitian tersedia, termasuk yang tergolong dalam kategori *pre-eksperimental*.

Metode penelitian kuantitatif terdiri dari dua variabel. yaitu variabel bebas berupa konseling singkat berfokus solusi serta variabel terikat yaitu konsep diri akademik siswa. Penelitian kuantitatif ialah sebuah studi yang melibatkan angka - angka, dimulai dengan proses pencarian data, interpretasi data, dan publikasi hasilnya. Selain itu, pada penelitian tahap akhir, sebaiknya dilampirkan gambar, tabel dan diagram informasi tampilan lainnya. Studi ini bersifat pendahuluan. "Penelitian pra-eksperimen atau desain *pre-eksperimen* adalah desain penelitian yang tidak tergolong eksperimen yang sebenarnya. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMK kelas X dengan jumlah 36 siswa dan diambil sampel sejumlah 10 siswa dengan kriteria yang sudah ditentukan peneliti.

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah Uji *Wilcoxon* digunakan agar dapat melihat seberapa besar perbedaan nilai sebelum dilakukan dan sesudah dilakukan bimbingan kelompok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil analisis data dari 10 sampel siswa SMK kelas X memperoleh hasil bahwa konsep diri akademik siswa SMK Kelas X mengalami pengaruh yang cukup signifikan dengan hasil yang sudah diperoleh.

Tabel 1 Hasil Interval Perolehan Sampel Penelitian

kategori	Interval	f	%
rendah	$X < 120$	0	0%
sedang	$121 \leq X < 150$	8	80%
tinggi	$X \geq 150$	2	20%
Jumlah		100	100 %

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 8 siswa yang berbeda dalam kategori rendah, 0% atau tidak sama sekali, 8 siswa (80%) termasuk dalam kategori sedang dan 2 siswa (20%) termasuk dalam kategori tinggi. Jadi disimpulkan sebanyak 10 siswa yang menerima angket memiliki mengalami peningkatan setelah tes. Berdasarkan Uji *Wilcoxon* dibawah ini sudah di jelaskan secara rinci sbb :

Tabel 2 Uji Wilcoxon Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest	Negative Ranks	0 ^a	0,00	0,00
- pretest	Positive Ranks	10 ^b	5,50	55,00
	Ties	0 ^c		
	Total	10		

a. posttest < pretest

b. posttest > pretest

c. posttest = pretest

Test Statistics^a

		posttest - pretest
Z		-2.803 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)		,005

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Negatif Ranks atau selisih (negatif) antara hasil konsep diri akademik siswa untuk pretest dan posttest adalah 0, baik itu pada nilai N, Mean Rank, maupun Sum Rank, Nilai 0 ini menunjukkan tidak adanya penurunan dari nilai pretest ke posttest.

Positive Rank atau selisih (positif) antara hasil konsep diri akademik siswa untuk pretest dan posttest adalah 10 data positif (N) yang artinya ke 10 siswa mengalami peningkatan konsep diri akademiknya dari data pretest ke posttest. Mean rank atau rata-rata peningkatan adalah 5.50 sedangkan jumlah ranking positif atau Sum of Rank sebesar 55,00.

Ties adalah kesamaan nilai pretest dan posttest, disini nilai Ties adalah 0, maka dapat dikatakan bahwa tidak ada nilai yang sama antara pretest dan posttest.

Dari hasil uji wilcoxon signed test di dapatkan Z hitung sebesar -2.803^b dan nilai asymp sig. (2-tailed) 0,005 lebih kecil dari tingkat alfa 5% (0,05) sehingga *ho* di tolak dan *ha* diterima, maka kesimpulannya adalah konseling singkat berfokus solusi efektif untuk meningkatkan konsep diri akademik siswa SMK kelas X.

Dari data tersebut didapatkan kesimpulan bahwa dari *pretest* ke *posttest* mengalami kenaikan yaitu 10 responden mean rank adalah 5,50 dan sum of ranknya 55,00.

Pada kriteria penghitungan hipotesis pada uji wilcoxon ini menunjukkan bahwa apabila nilai signifikansi < 0.05 maka hipotesis diterima, sehingga dari data uji diatas menunjukkan bahwa nilai signifikansi adalah 0,005 jadi hipotesis di terima.

Berdasarkan rata-rata *pre-test* dan *post-test* atau perhitungan rata-rata terjadi pertumbuhan. Pada *pretest* skor 5214 dengan rata-rata 144,8 dan skor *posttest* 5601 dengan rata-rata 155,6 dan selisih *pretest* dan *posttest* 387 dengan rata-rata 38,7.

Pembahasan

Berdasarkan analisis data yang dilakukan, tampak adanya perubahan dalam pandangan diri para siswa setelah mereka mengikuti program pelayanan konseling kelompok. Hasil temuan dari penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata tingkat citra diri pada siswa di tingkat Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) mengalami peningkatan yang menggembirakan setelah mereka mengambil bagian dalam program layanan konseling kelompok. Secara lebih detil, hasil studi menyiratkan bahwa pandangan diri siswa mengalami pergeseran dari taraf yang kurang baik menjadi lebih positif setelah mereka ikut serta dalam program layanan konseling kelompok (Habsy, 2017).

Setelah mengadakan pertemuan dengan 10 siswa dan memberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok yang berbasis pada pendekatan konseling realita, terlihat adanya perubahan pada siswa yang awalnya memiliki tingkat konsep diri yang rendah. Setelah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok, terjadi peningkatan yang signifikan, di mana 2 siswa (20%) mencapai tingkat konsep diri sangat tinggi dan 8 siswa (80%) masuk dalam kategori tinggi. Nilai rata-rata skor konsep diri sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok adalah 82,4 dalam kategori rendah, sedangkan setelah mengikuti layanan tersebut, skornya meningkat menjadi 113,1 dalam kategori tinggi.

Hasil dari uji Wilcoxon menunjukkan nilai *Z* hitung sebesar -15,860, yang berada di luar rentang nilai -*Z* tabel menunjukkan nilai sebesar -0,48, atau terletak pada zona penolakan hipotesis nol (H_0). Hal ini mengindikasikan adanya peningkatan yang signifikan pada konsep diri setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok. Dengan kata lain, hipotesis bahwa layanan bimbingan kelompok efektif dalam membentuk konsep diri positif siswa SMK.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Dari perhitungan rata – rata skor yang di dapat dari konsep diri positif sebelum di berikan layanan konseling kelompok dengan Teknik realita masih tergolong rendah dengan nilai skor 103 Dan nilai rata-rata 116
2. Setelah di berikan layanan konseling kelompok dengan Teknik realita terlihat mengalami peningkatan menjadi 146 dengan rata-rata 153. Dari uji *wilxocson* menggunakan *spss* pada tabel ‘perhitungan uji *wicoxson*’ maka diketahui bahwa nilai signifikasi adalah 0,005 jadi kesimpulannya adalah H_0 Ditolak dan H_a diterima ini artinya peserta didik mengalami peningkatan pada konsep diri positifnya.

3. Berdasarkan hasil penelitian ditunjukkan dengan analisis data dan pembahasan maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa layanan layanan konseling kelompok dengan Teknik realita efektif untuk mengembangkan konsep diri positif pada siswa SMK.

Saran

Adapaun saran pada kajian penelitian ini untuk beberapa pihak diantaranya:

1. Peserta didik sangat perlu mengembangkan konsep diri positif harus sering berkonsultasi dengan guru BK dan wali kelas untuk mendapatkan motivasi -motivasi yang membangun konsep diri positif sehingga dapat meningkatkan potensi maupun mental sekaligus prestasi siswa itu sendiri.
2. Disarankan agar para guru Bimbingan dan Konseling mengalokasikan lebih banyak waktu untuk mengatur program layanan bimbingan kelompok guna membentuk konsep diri yang positif pada siswa serta mendorong mereka agar memanfaatkan layanan tersebut sebagai wadah untuk mengembangkan konsep diri yang positif.
3. Dalam konteks program Bimbingan dan Konseling, disarankan agar guru pembimbing membentuk kelompok-kelompok seperti OSIS, kegiatan ekstrakurikuler, atau kelompok lain di lingkungan sekolah. Tindakan ini akan mendorong terciptanya interaksi dalam kelompok yang dapat mendukung penyelenggaraan layanan bimbingan kelompok, dengan tujuan memperkaya dan mengembangkan konsep diri yang positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S., & Jabar, C. S. A. (2014). Evaluasi Program Pendidikan: pedoman teoritis praktisi pendidikan.
- Arens, A. K., Jansen, M., Preckel, F., Schmidt, I., & Brunner, M. (2021). The structure of academic self-concept: A methodological review and empirical illustration of central models. *Review of educational research, 91*(1), 34-72.
- Faiz, A., & Kurniawaty, I. (2022). Urgensi Pendidikan Nilai di Era Globalisasi. *J. Basicedu, 6*(3).
- Habsy, B. A. (2017). Model konseling kelompok cognitive behavior untuk meningkatkan self esteem siswa SMK. *Perspektif Ilmu Pendidikan, 31*(1), 21-35.
- Marsh, H. W. (2014). Academic self-concept: Theory, measurement, and research. In *Psychological Perspectives on the Self, Volume 4* (pp. 59-98). Psychology Press.
- Marsh, H. W., Pekrun, R., Murayama, K., Arens, A. K., Parker, P. D., Guo, J., & Dicke, T. (2018). An integrated model of academic self-concept development: Academic self-concept, grades, test scores, and tracking over 6 years. *Developmental psychology, 54*(2), 263.
- Nahak, H. M. (2019). Upaya melestarikan budaya indonesia di era globalisasi. *Jurnal Sosiologi Nusantara, 5*(1), 65-76.
- Prince, D., & Nurius, P. S. (2014). The role of positive academic self-concept in promoting school success. *Children and Youth Services Review, 43*, 145-152.
- Trautwein, U., & Möller, J. (2016). Self-concept: Determinants and consequences of academic self-concept in school contexts. *Psychosocial skills and school systems in the 21st century: Theory, research, and practice, 187-214*.

Wu, H., Guo, Y., Yang, Y., Zhao, L., & Guo, C. (2021). A meta-analysis of the longitudinal relationship between academic self-concept and academic achievement. *Educational Psychology Review*, 1-30.