

## MENINGKATKAN KONSEP DIRI POSITIF SISWA DENGAN MENGUNAKAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

Nanda Ardiyanta ([nan\\_da03@yahoo.com](mailto:nan_da03@yahoo.com))<sup>1</sup>

Syaifuddin Latif<sup>2</sup>

Ranni Rahmayanthi Z<sup>3</sup>

### ABSTRACT

*The aims of this study was to know whether positive self concept in students could be increased by using group counseling services. The method used in this research was quasi experimental one group pretest-posttest design, and statistically analyzed by non-parametric Wilcoxon test. The subjects of this study were 6 students, who had negative self concept in learning. The results in research showed that self confidence in students increased significantly after being given group counseling services. It was shown from the pretest and posttest results which obtained  $z$  output = -2,201 and  $z$  table 0,05= 0. Because  $z$  output  $\leq$   $z$  table, then  $H_0$  was ignored and  $H_a$  was accepted. It meant that there was significant increases between self concept in students before and after being given group counseling services. The conclusion was that positive self concept in students could be increased by using group counseling services.*

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan konsep diri positif melalui layanan bimbingan kelompok. Metode yang digunakan adalah metode *quasi* eksperimen *one group pretest-posttest*, dianalisis dengan statistik non parametrik menggunakan uji *Wilcoxon*. Subyek penelitian ini enam orang siswa yang memiliki konsep diri negatif. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa konsep diri siswa mengalami peningkatan signifikan setelah pemberian layanan bimbingan kelompok. Hal ini ditunjukkan dari hasil *pretest* dan *posttest* yang diperoleh  $z$  hitung = -2,201 dan  $z$  tabel = 0. Karena  $z$  hitung  $\leq$   $z$  tabel, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara konsep diri siswa sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Kesimpulan, konsep diri positif siswa dapat ditingkatkan melalui layanan bimbingan kelompok.

**Kata kunci:** bimbingan dan konseling, konsep diri, layanan bimbingan kelompok.

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan pada hakekatnya merupakan suatu upaya menyiapkan manusia agar mampu mandiri, menjadi anggota masyarakat yang berdaya guna dan ikut serta dalam pembangunan bangsa. Pendidikan diartikan sebagai proses pendewasaan dan pemandirian manusia secara sistematis, agar siap menjalani kehidupan secara bertanggung jawab. Pendidikan merupakan suatu usaha untuk menumbuh kembangkan potensi sumber daya manusia yang bertujuan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa. Generasi muda sebagai penerus cita-cita perjuangan bangsa Indonesia untuk melaksanakan pembangunan nasional. Pembinaan generasi muda dalam hal ini siswa sekolah adalah bagian integral yang tidak dapat dipisahkan dalam kerangka pendidikan nasional dan pembangunan bangsa demi pencapaian cita-cita yang diinginkan.

Peserta didik pada usia remaja di sekolah sebagai individu yang sedang berkembang mencapai taraf perkembangan pribadi secara optimal dalam berbagai aspek kehidupan. Menurut Erikson, (Dariyo, 2007 : 8) usia remaja berlangsung dari usia 13 sampai dengan 21 tahun, dengan pembagian usia 13 – 15 tahun adalah masa remaja awal, usia 16 – 18 tahun adalah masa remaja madya, dan usia 19 – 21 tahun adalah masa remaja akhir. Remaja biasanya mulai mengalami kebingungan dengan identitas diri mereka. Remaja mulai mencari tahu siapa diri mereka, seperti apa watak mereka dan bagaimana orang lain menilai diri mereka. Oleh sebab itu, pembentukan konsep diri pada remaja sangat penting karena akan mempengaruhi kepribadian, tingkah laku, dan pemahaman terhadap diri remaja itu sendiri.

Remaja umumnya belum memahami benar tentang nilai dan norma sosial yang berlaku dalam kehidupan masyarakatnya. Pola kehidupan remaja yang berbeda dengan kelompok dewasa dan kelompok anak-anak dapat menimbulkan konflik sosial. Penciptaan kelompok sosial remaja perlu dikembangkan untuk memberikan ruang kepada mereka kearah perilaku yang bermanfaat dan dapat diterima oleh masyarakat umum. Di sekolah perlu sering diadakan kegiatan bakti sosial, kelompok belajar, dan kegiatan-kegiatan lainnya di bawah asuhan guru pembimbing sebagai pengampu layanan bimbingan dan konseling.

Sukardi (2008:52) menyatakan secara umum tujuan penyelenggaraan bantuan pelayanan bimbingan dan konseling adalah berupaya membantu siswa menemukan pribadinya, dalam hal mengenai kekuatan dan kelemahan dirinya, serta menerima dirinya secara positif dan dinamis sebagai modal pengembangan diri lebih lanjut. Untuk mencapai tujuan tersebut, bidang bimbingan mencakup seluruh upaya bantuan yang meliputi bidang bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, dan bimbingan karir.

Dalam perkembangannya konsep diri seseorang dipengaruhi banyak hal. Konsep diri tidak dapat terbentuk tanpa melalui proses belajar. Proses belajar ini dapat diperoleh dari 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 pada awalnya merupakan tema utama yang muncul pada psikologi Humanistik. Pembahasan mengenai konsep diri ini lebih dalam dibahas melalui pendekatan fenomenologis. Menurut Rogers (Suryabrata, 2007 : 259) konsep diri adalah suatu konfigurasi dari persepsi-persepsi terorganisasi mengenai diri yang dapat masuk dalam kesadaran. Rogers memandang bahwa konsep diri merupakan penentu dalam melakukan respon terhadap lingkungan. Sehingga konsep diri menunjuk pada cara seseorang untuk memandang dan merasakan dirinya.

Sekolah sebagai lembaga pendidikan tentunya memiliki kewajiban untuk membantu siswa dalam mengoptimalkan perkembangannya. Tujuan pendidikan terletak pada dimensi instrinsiknya, yaitu menjadikan manusia sebagai manusia yang baik. Inti pendidikan terjadi di dalam prosesnya. Proses pendidikan tidak hanya sekedar pentransferan ilmu semata, namun terdapat proses penggalian potensi, pengembangan diri, dan pembentukan karakter siswa. Oleh karena itu, agar tujuan pendidikan dapat tercapai secara efektif dan efisien, maka setiap orang yang terlibat di dalam pendidikan tersebut dapat memahami perilaku individu sekaligus dapat menunjukkan perilakunya secara efektif. 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 (pribadi, sosial, belajar, dan karier) dan tujuh layanan (layanan orientasi, informasi, penyaluran dan penempatan, penguasaan konten, konseling perorangan, konseling kelompok, dan bimbingan kelompok) 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..

### **Konsep Diri**

Pai (Djaali, 2008;23-25) mengemukakan yang dimaksud dengan konsep diri:

Konsep diri adalah pandangan individu tentang dirinya sendiri yang menyangkut apa yang ia ketahui dan rasakan tentang perilakunya, isi pikiran dan perasaannya, serta bagaimana perilakunya tersebut berpengaruh terhadap orang lain.

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

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

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

Jadi konsep diri adalah pandangan atau penilaian terhadap diri sendiri yang mencakup atribut-atribut spesifik berupa pengetahuan terhadap diri sendiri,

pengharapan dan penilaian terhadap diri sendiri. Artinya konsep diri terdiri dari cara individu mengenal, menilai dan mengharapakan sesuatu dari diri sendiri.

### **Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok (Romlah, 2006:3). Sedangkan Winkel (1991:71) mengatakan bahwa “bimbingan adalah proses membantu orang-perorangan dalam memahami dirinya sendiri dan lingkungannya”. Bimbingan kelompok menekankan bahwa kegiatan bimbingan kelompok lebih pada proses pemahaman diri dan lingkungannya yang dilakukan oleh satu orang atau lebih yang disebut kelompok. Apabila konseling perorangan menunjukkan layanan kepada individu atau klien orang perorang, maka bimbingan kelompok mengarahkan layanan kepada sekelompok individu. Sedangkan menurut Gazada (Romlah, 2006:3) bimbingan kelompok merupakan kegiatan pemberian informasi tentang pendidikan, karier, pribadi, dan sosial. Informasi tersebut diberikan dengan tujuan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri individu dan pemahaman terhadap orang lain.

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

Ada beberapa teknik yang dapat digunakan dalam bimbingan kelompok, seperti yang disebutkan oleh Romlah (2006: 87), yaitu : pemberian informasi, diskusi kelompok, pemecahan masalah (problem solving), permainan peran (role playing), permainan simulasi (simulations games), karya wisata (field trip), dan penciptaan suasana kekeluargaan (home room). Dari beberapa teknik yang disebutkan tersebut, tidak semua digunakan dalam kegiatan bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri Positif , oleh sebab itu akan dipilih beberapa

teknik yang sekiranya dapat membantu meningkatkan konsep diri Positif pada siswa. Teknik yang akan digunakan untuk meningkatkan konsep diri Positif siswa antara lain :

a. Teknik pemberian informasi

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

Keuntungan teknik pemberian informasi antara lain :

- a) dapat melayani banyak orang
- b) tidak membutuhkan banyak waktu sehingga efisien
- c) tidak terlalu banyak memerlukan fasilitas
- d) mudah dilaksanakan

Sedangkan kelemahannya adalah sebagai berikut :

- a) sering dilaksanakan secara monolog
- b) individu yang mendengarkan kurang aktif
- c) memerlukan keterampilan berbicara, supaya informasi yang akan disampaikan menjadi lebih menarik

b. Diskusi kelompok

Diskusi kelompok adalah percakapan yang telah direncanakan antara tiga orang atau lebih dengan tujuan untuk memecahkan masalah. Di dalam melaksanakan bimbingan kelompok, diskusi kelompok tidak hanya untuk memecahkan masalah, tetapi juga mengembangkan diri anggota kelompoknya. Dinkmeyer dan Muno (Romlah, 2006: 88) menyatakan tiga macam tujuan diskusi kelompok yaitu : untuk mengembangkan diri sendiri, mengembangkan kesadaran tentang diri, dan mengembangkan pandangan baru mengenai hubungan antar manusia.

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

- a) membuat anggota kelompok lebih aktif karena setiap anggota mendapatkan kesempatan untuk berbicara

- b) anggota kelompok dapat saling bertukar pengalaman, pikiran, perasaan, dan nilai-nilai yang akan membuat persoalan yang dibicarakan menjadi jelas
- c) memberi kesempatan para anggota untuk belajar menjadi pemimpin, baik sebagai pemimpin kelompok maupun mengamati perilaku pemimpin kelompok

c. Teknik pemecahan masalah (problem solving)

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

- a) mengidentifikasi dan merumuskan masalah
- b) mencari sumber dan memperkirakan sebab-sebab masalah
- c) mencari alternatif pemecahan masalah
- d) menguji masing-masing alternative
- e) memilih dan melaksanakan alternatif yang paling menguntungkan
- f) mengadakan penilaian terhadap hasil yang dicapai

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah quasi eksperimen, dengan desain “*One-Group Pretest-Posttest Design*”. Pendekatan ini diberikan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding.

### **Subyek Penelitian**

Subyek dalam penelitian ini dari hasil penyebaran skala konsep diri yang berjumlah 6 orang siswa kelas VIII SMP N 1 Punggur yang memiliki konsep diri negatif.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pokok pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala konsep diri dengan menggunakan model skala *Likert*. Dengan model skala Likert. Nazir (2003:339) mengemukakan prosedur dalam pembuatan skala Likert sebagai berikut :

- a. peneliti mengumpulkan item-item yang cukup banyak dan relevan dengan masalah yang sedang diteliti
- b. item-item tersebut diujikan kepada sekelompok responden yang cukup responsive dari populasi yang ingin diteliti
- c. responden diminta untuk mengisi item pernyataan sesuai dengan keadaan yang paling mewakili dirinya (apakah mereka menyukai (+) atau tidak menyukai (-) item-item yang tersedia. Responsi tersebut dikumpulkan dan jawaban yang memberikan indikasi menyukai diberikan skor positif dan sebaliknya.
- d. total skor dari masing-masing responden adalah penjumlahan dari skor masing-masing item responden tersebut
- e. responden dianalisa untuk mengetahui item-item mana yang sangat nyata batasan antara skor positif dan skor negatif dalam skala total untuk respon upper dan lower dianalisa untuk melihat sampai berapa jauh tiap item itu berbeda. Item-item yang tidak menunjukkan korelasi dengan skor total tidak dipakai

### **Pengujian Instrumen Penelitian**

#### **Validitas Instrumen**

Pada penelitian ini, penulis menggunakan validitas isi karena instrumen yang dibuat disesuaikan dengan apa yang ingin diukur yaitu konsep diri siswa dan validitas menggunakan pertimbangan ahli.

#### **Reliabilitas Instrumen**

Suatu instrumen penelitian dikatakan mempunyai nilai reliabilitas yang tinggi, apabila tes yang dibuat mempunyai hasil yang konsisten dalam mengukur yang hendak diukur. Reliabilitas yang tinggi menunjukkan kesalahan varian yang

minim. Jika sebuah tes mempunyai reliabilitas tinggi maka pengaruh kesalahan pengukuran telah berkurang.

### **Teknik Analisis Data**

Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *Wilcoxon Match Pairs Test* menggunakan penghitungan komputerisasi program SPSS.17.0. Dari perhitungan tersebut didapat  $z$  hitung = -2,201. Kemudian  $z$  hitung dibandingkan dengan  $z$  tabel 0,05 = 0. Karena  $z$  hitung  $\leq z$  tabel maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya terdapat perbedaan signifikan sebesar 5% antara skor konsep diri siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok pada subyek penelitian.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Data yang diperoleh untuk mengetahui hasil pretest dan posttest diperoleh dari hasil skala Konsep diri. Berikut ini adalah data hasil skala konsep diri siswa setelah perlakuan atau setelah pemberian layanan bimbingan kelompok

Berikut ini adalah data hasil skala konsep diri sebelum dan setelah layanan bimbingan kelompok:

Tabel 1 Data hasil skala konsep diri siswa sebelum dan setelah layanan bimbingan kelompok.

<b>NO</b>	<b>Subjek</b>	<b><i>Pretest</i></b>	<b><i>Posttest 1</i></b>	<b><i>Posttest2</i></b>	<b><i>Posttest3</i></b>
<b>1</b>	AE	102	179	183	187
<b>2</b>	BWP	101	145	164	175
<b>3</b>	AA	97	156	164	173
<b>4</b>	SS	94	175	176	179
<b>5</b>	SAK	93	175	178	185
<b>6</b>	RA	81	184	188	196
		$\Sigma=568$	$\Sigma=1014$	$\Sigma=1055$	$\Sigma=1095$
		X=94,6	X=169	X=175,8	X=182,5

Uraian diatas menunjukkan bahwa pemberian layanan bimbingan kelompok dapat membantu meningkatkan konsep diri siswa. Konsep diri siswa sebelum dilakukan layanan bimbingan kelompok dengan sesudah dilakukan layanan bimbingan kelompok berbeda, karena mengalami peningkatan konsep diri. Hal ini terlihat dari perilaku yang ditunjukkan siswa yaitu, bertanya saat diberikan kesempatan oleh guru, maju ke depan untuk menerangkan materi pelajaran, tidak mensontek saat ujian, ikut dalam kegiatan diskusi kelompok di kelas, berusaha aktif di dalam kelas dan memperhatikan guru saat guru menerangkan pelajaran di dalam kelas.

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

Konsep diri yang dimaksud adalah kepribadian yang paling utama dan paling penting, dimana konsep diri tersebut terdiri dari ide, persepsi, nilai, aturan yang mencakup atau berhubungan dengan diri sendiri. Artinya pandangan tersebut dapat berupa pandangan yang berkaitan dengan lingkungan sekitar atau orang lain, dan pandangan terhadap diri sendiri. Calhoun dan Acocella (Ghufron & Riswanti, 2010: 19) membagi dua bentuk konsep diri yang dapat dikategorikan Negatif, yaitu : pertama, apabila seorang individu memandang dirinya secara tidak beraturan, tidak memiliki kestabilan perasaan dan keutuhan diri. Seorang individu tidak tahu siapa dirinya, kekuatan dan kelemahannya, atau apa yang dihargai dalam hidupnya. Kedua, kebalikan dari yang pertama. Konsep diri seorang individu tidak terlalu stabil, tidak teratur atau kaku, sehingga sulit untuk menerima ide-ide baru yang bermanfaat bagi dirinya.

Berdasarkan penyebaran skala yang dilakukan dapat diketahui bahwa terdapat siswa yang mempunyai konsep diri yang negatif. Masih terdapat siswa yang gugup saat maju ke depan kelas, kurang aktif dalam kelas pada waktu berlangsungnya pelajaran, adanya siswa yang kurang berinteraksi di dalam kelas, siswa yang pendiam saat pelajaran berlangsung, kurang percaya akan kemampuan yang dimilikinya. Pemberian layanan bimbingan kelompok dipilih dengan alasan melihat siswa tersebut rata-rata berusia 14-15 tahun.

Peneliti menemukan gejala konsep diri yang negatif yang dialami oleh siswa melalui penyebaran skala konsep diri. Dari hasil penyebaran skala tersebut peneliti menemukan 6 orang siswa yang memiliki konsep diri yang negatif, siswa inilah yang dijadikan subjek penelitian. Adapun gejala perlakuan yang menunjukkan rasa percaya diri yang rendah adalah siswa yang gugup saat maju ke depan kelas, kurang aktif dalam kelas pada waktu berlangsungnya pelajaran, adanya siswa yang kurang berinteraksi di dalam kelas, siswa yang pendiam saat pelajaran berlangsung, kurang percaya akan kemampuan yang dimilikinya.

Peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok dalam upaya meningkatkan konsep diri siswa yang negatif menjadi positif. Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh peneliti yang memfasilitasi setiap siswa atau klien untuk mendapatkan kesempatan mengungkapkan masalah yang dialami serta dibahas secara bersama-sama dengan siswa. Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan terdapat perbedaan konsep diri siswa setelah dilakukan layanan bimbingan kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat konsep diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Punggur Lampung Tengah setelah pemberian layanan bimbingan kelompok lebih positif dibandingkan sebelum pemberian layanan bimbingan kelompok. Hal ini terbukti berdasarkan hasil rata-rata skor keseluruhan sebelum pemberian layanan bimbingan kelompok yaitu 94,6 dan sesudah pemberian layanan bimbingan kelompok yaitu 182,5.

Prayitno (1995:178) "Bimbingan kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Artinya, semua peserta dalam kegiatan kelompok saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran, dan lain-lain sebagainya; apa yang dibicarakan itu semuanya bermanfaat untuk diri peserta yang bersangkutan sendiri dan untuk peserta lainnya". Kesimpulan dari pernyataan di atas dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok tidak hanya dapat membantu anggota kelompok dalam meningkatkan konsep diri saja, tetapi juga dapat membantu anggota kelompok dalam merubah sikapnya. Hal ini dapat dilihat dari perubahan sikap anggota kelompok yaitu: 1) Anggota kelompok yang tadinya cuek sudah mulai

tidak cuek lagi, 2) Anggota kelompok yang cenderung pendiam sudah mulai aktif dalam kegiatan, 3) Anggota kelompok sudah berani untuk mengungkapkan pendapatnya, dan 4) Anggota kelompok mulai mengeluarkan pendapat yang dapat dimengerti oleh anggota kelompok.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa konsep diri negatif pada siswa mengalami peningkatan menjadi konsep diri positif setelah pemberian layanan bimbingan kelompok. Hal ini terbukti dari hasil uji hipotesis menggunakan uji wilcoxon diperoleh  $z_{hitung} = -2,201$  dan  $z_{tabel} 0,05 = 0$ ,  $z_{hitung} < z_{tabel}$  maka,  $H_a$  diterima. Dapat diartikan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan antara skor konsep diri sebelum dan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa konsep diri siswa dapat ditingkatkan dengan layanan bimbingan kelompok pada 6 siswa SMP Negeri 1 Punggur, Lampung Tengah.

### **Saran**

Adapun saran yang dapat dikemukakan dari penelitian yang telah dilakukan di SMP Negeri 1 Punggur Lampung Tengah adalah:

#### 1. Kepada Siswa

Siswa hendaknya mengikuti layanan bimbingan kelompok jika mengalami kesulitan dalam mengubah konsep diri negatif menjadi konsep diri positif didalam dirinya, agar siswa dapat memiliki sikap, perilaku, dan kepribadian yang positif.

#### 2. Kepada Guru

Kepada guru bimbingan konseling hendaknya dapat membantu siswa mengubah konsep diri negatif menjadi konsep diri positif dengan layanan bimbingan dan kelompok.

#### 3. Kepada Peneliti

Kepada para peneliti selanjutnya, hendaknya dapat melakukan penelitian mengenai konsep diri dan bimbingan kelompok dengan subjek yang berbeda.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Djaali. 2008. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Ghufron, M.N. & Rini R. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz media.
- Nazir, M. 2003. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Rakhmat, J. 2005. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Romlah, T. 2006. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Sukardi, D.K. 2008. *Pengantar pelaksanaan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suryabrata, S. 2007. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Thalib, SB. 2010. *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Winkel. 1991. "*Psikologi Pendidikan*". Jakarta: Gramedia.