

PENINGKATAN KONSEP DIRI POSITIF DENGAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK

Nurhalimah (nurhalimahmz@gmail.com)¹

Yusmansyah²

Shinta Mayasari³

ABSTRACT

The aim of this study was to determine the increasing of positive self-concept of students with group counseling services. The problem of this research was the low positive self-concept of students. The method used was Quasi experimental one group pretest-posttest method, statistically analyzed by the non-parametric Wilcoxon test. The subjects were ten students who have low positive self-concept. The results showed that students positive self-concept can be enhanced with counseling services group, it was proved from the results of the data analysis of pretest and posttest which obtained z output = -2.803 z table = 1.645. Because z output < z table, then H_0 was ignored and H_a was accepted. It means that there was significant increases between positive self-concept of students before and after being given group counseling services.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan konsep diri positif siswa dengan layanan konseling kelompok. Masalah penelitian ini adalah konsep diri positif siswa yang rendah Metode yang digunakan adalah metode Quasi eksperimen one group pretest-posttest, dianalisis dengan statistik non parametrik menggunakan uji Wilcoxon. Subyek penelitian ini sepuluh orang siswa yang memiliki konsep diri positif yang rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsep diri positif siswa dapat ditingkatkan dengan layanan konseling kelompok, terbukti dari hasil analisis data pretest dan posttest diperoleh z hitung = -2,803 dan z tabel = 1,645. Karena z hitung < z tabel, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya terdapat peningkatan yang signifikan antara konsep diri positif siswa sebelum dan setelah diberikan layanan konseling kelompok.

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

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

Usia remaja merupakan saat pengenalan/ pertemuan identitas diri dan pengembangan diri. Pandangan tentang diri sendiri yang sudah berkembang pada masa anak-anak, makin menguat pada masa remaja. Hal ini seiring dengan bertambahnya usia dan pengalaman hidup atas dasar kenyataan-kenyataan yang dialami. Semua itu membuat remaja bisa menilai dirinya sendiri baik, dan juga sebaliknya, kurang baik.

Remaja merupakan pribadi yang sedang berkembang menuju kematangan diri dan kedewasaan. Untuk itu remaja perlu membekali dirinya dengan pandangan yang benar tentang konsep dirinya. Remaja perlu menjaga diri secara efektif agar dapat mempengaruhi orang lain untuk memiliki konsep diri yang positif. Setiap individu mungkin sering menilai diri sendiri apa, siapa, dan bagaimana diri saya ini sering terbesit di dalam hati pertanyaan seperti itu merupakan suatu bentuk konsep diri.

Remaja yang berhasil menghadapi dengan identitas-identitas yang bertentangan akan mendapatkan pemikiran yang baru dan dapat diterima mengenai dirinya. Remaja yang tidak berhasil menyelesaikan krisis identitasnya akan mengalami kebingungan dengan identitas diri mereka. Kebingungan tersebut bisa menyebabkan pemikiran individu, mengisolasi dirinya dari teman sebaya dan keluarga, atau meleburkan diri dengan dunia teman sebayanya dan identitas dirinya. Masalah dan kegagalan yang dialami peserta didik disebabkan oleh sikap negatif terhadap dirinya sendiri, yaitu menganggap dirinya tidak berarti. Perilaku siswa yang menyimpang dari aturan yang berlaku di sekolah disebabkan oleh pandangan negatif terhadap dirinya, yaitu dirinya tidak mampu menyelesaikan tugasnya. Remaja mulai mencari tahu siapa diri mereka, seperti apa watak mereka dan bagaimana orang lain menilai diri mereka. Konsep diri yang dimiliki seorang individu tidak langsung terbentuk ketika ia lahir di dunia, melainkan konsep diri itu terbentuk dan berkembang sepanjang rentang kehidupannya. Konsep diri tidak dapat terbentuk tanpa melalui proses belajar.

Menurut Brooks (Rakhmat, 2005: 99) konsep diri didefinisikan sebagai “ pandangan dan perasaan individu tentang dirinya yang meliputi aspek fisik, psikis, dan social ”. Dalam perkembangannya konsep diri seseorang dipengaruhi banyak faktor. Konsep diri tidak dapat terbentuk tanpa melalui proses belajar. Proses belajar ini dapat diperoleh dari interaksi dengan orang lain.

Setiap orang pasti mempunyai konsep diri tertentu terhadap dirinya sendiri. Ada yang mempunyai konsep diri yang negatif dan ada pula yang mempunyai konsep diri positif. Konsep diri yang positif ataupun negatif dapat terbentuk oleh beberapa hal. Konsep diri positif dapat terbentuk melalui penanaman nilai-nilai agama yang kuat, kepercayaan diri, menerima diri sendiri. Untuk konsep diri negatif dapat terbentuk oleh kurangnya perhatian kasih sayang, kurangnya penanaman nilai-nilai agama, kurangnya kepercayaan diri dan tidak mampu menerima diri apa adanya. Namun satu hal yang menentukan adalah cara pandang diri kita sendiri. Semakin seseorang berpendapat negatif maka semakin sering muncul konsep-konsep negatif tentang dirinya sendiri. Sebaliknya semakin seseorang mempunyai pandangan yang positif terhadap dirinya sendiri maka semakin positif pula konsep diri yang ia miliki.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan konsep diri positif dengan menggunakan konseling kelompok pada siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung tahun pelajaran 2014/2015.

Konsep Diri

Menurut Hurlock (Ghufon & Riswanti, 2010:13) “konsep diri merupakan gambaran individu mengenai dirinya sendiri yang merupakan gabungan dari keyakinan fisik, psikologis, sosial, emosional, dan prestasi yang mereka capai ”.

Brooks (dalam Rakhmat, 2005: 99) mendefinisikan “konsep diri adalah persepsi terhadap diri baik diri fisik, sosial, dan psikologis yang diperoleh dari berbagai pengalaman dan interaksinya dengan 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.

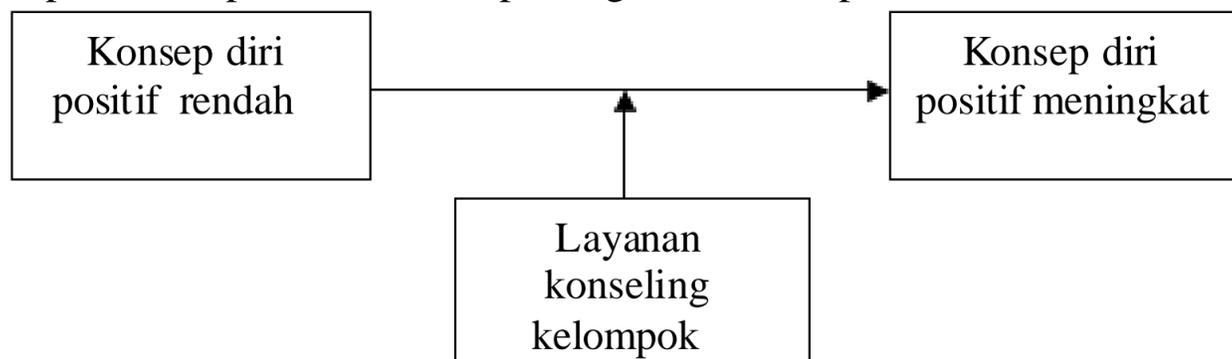
Jadi dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan pandangan diri, penilaian diri, gambaran diri, pengalaman diri dari individu tentang nilai, aturan, persepsi dari berbagai hal mengenai dirinya sejak kecil, terutama yang berkaitan dengan perlakuan orang lain terhadapnya, bagaimana individu memahami diri sendiri dan orang lain, bagaimana mengungkapkan perasaan, ide dan pendapat.

Konseling Kelompok

Konseling kelompok merupakan suatu upaya pemberian bantuan kepada siswa melalui kelompok untuk mendapatkan informasi yang berguna agar dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi, mampu menyusun rencana, membuat keputusan yang tepat, serta untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungan dalam menunjang terbentuknya perilaku yang lebih efektif. Menurut Natawidjaja (Wibowo, 2005 : 54) konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan pada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya.

Konseling kelompok di dalamnya terdapat dinamika kelompok. Dinamika kelompok adalah suatu keadaan yang hangat dan terbuka yang ditandai dengan adanya sikap saling bekerja sama, saling memahami satu sama lain, berinteraksi dan saling bertenggang rasa. Dengan demikian, siswa merasa nyaman dan tidak ragu-ragu dalam menceritakan perasaan yang dirasakannya dan mampu menyampaikan pendapatnya dalam membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok lainnya.

Kerangka pemikiran penelitian ini dapat di gambarkan seperti berikut:

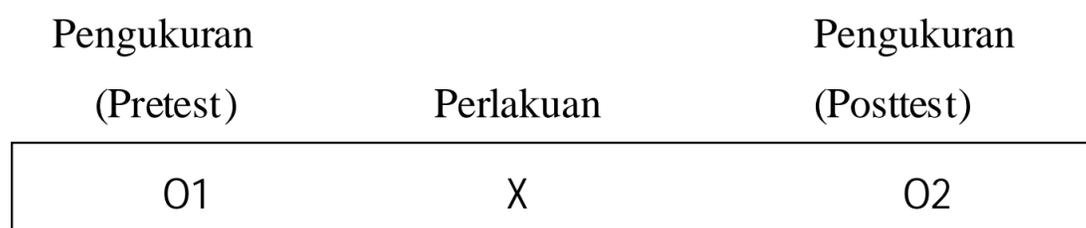


Gambar 1.1 : Kerangka Berfikir Penelitian

Gambar tersebut memperlihatkan bahwa pada awalnya siswa memiliki konsep diri positif yang rendah kemudian peneliti mengatasi masalah konsep diri positif yang rendah tersebut dengan penggunaan konseling kelompok yang memiliki tujuan meningkatnya konsep diri positif siswa yang rendah.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian quasi experimental (eksperimen semu). Desain penelitian yang digunakan yaitu One group pretest-posttest design. Desain ini dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.1. One Group Pretest-Posttest Design (Sugiyono, 2010)

Keterangan:

O₁ : Konsep diri siswa sebelum perlakuan (Pretest)

O₂ : Konsep diri siswa setelah perlakuan (Posttest)

X : Konseling kelompok

Subyek Penelitian

Subyek penelitian pada penelitian ini adalah siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung yang memiliki konsep diri positif yang rendah. Untuk mendapatkan subyek penelitian, dibagikan skala konsep diri pada siswa kelas VIII,

yang kemudian diperoleh 10 orang siswa yang memiliki konsep diri positif yang rendah.

Prosedur Penelitian

Prosedur atau langkah-langkah penelitian yang dilakukan peneliti dalam penelitian dimulai dari melakukan penjarangan subjek (pretest) dengan menyebarkan skala kepada siswa kelas VIII B dan VIII C atas rekomendasi dari guru BK, siswa berjumlah sebanyak 44 siswa dan terdapat 10 siswa yang memiliki konsep diri positif yang rendah. Dari hasil penjarangan subjek kemudian peneliti memberikan perlakuan berupa konseling kelompok sebanyak 6 kali, lalu peneliti melakukan pengukuran akhir (posttest) dengan melakukan penyebaran skala, dan terakhir peneliti menganalisis data dengan menggunakan uji wilcoxon dan menarik kesimpulan.

Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah konsep diri positif sebagai variabel terikat (dependen) dan konseling kelompok sebagai variabel bebas (independen).

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 serta dapat berkembang menjadi konsep diri positif dan negatif.

Layanan konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan pada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya. masalah-masalah yang dibahas dalam konseling kelompok lebih berpusat pada pendidikan, pekerjaan, sosial dan pribadi.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu skala konsep diri . Skala konsep diri diberikan sebelum dan setelah perlakuan. Skala konsep diri digunakan untuk

menjaring subyek penelitian dan untuk mengetahui perubahan perilaku subjek penelitian baik sebelum maupun setelah diberikan perlakuan (dilakukan konseling kelompok). Jumlah skala yang digunakan berjumlah 47 Pernyataan yang terdiri dari 5 pilihan yang sesuai dengan dirinya

Validitas Instrumen

Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Menurut Azwar (2013 : 132) "Relevansi aitem dengan indikator keprilakuan dan dengan tujuan ukur sebenarnya sudah dapat dievaluasi lewat nalar dan akal sehat yang mampu menilai apakah isi skala memang mendukung konstruk teoritik yang diukur. Proses ini disebut dengan validitas logik sebagai bagian dari validitas isi." Selain didasarkan pada penilaian penulis, juga memerlukan kesepakatan penilaian dari beberapa penilai yang kompeten (expert judgement). Kemudian butir-butir item di analisis dengan menggunakan Product Moment untuk menentukan berapa banyak butir item yang gugur dan berapa banyak butir item yang tetap dan hasilnya menunjukkan bahwa tingkat validitasnya tinggi.

Realibilitas Instrumen

Untuk menguji reliabilitas instrument dan mengetahui tingkat reliabilitas instrument dalam penelitian ini, peneliti menggunakan rumus alpha menggunakan program SPSS 17.0. Hasil analisis reliabilitas yang dilakukan adalah skala yang dibuat memiliki tingkat realibilitas tinggi yakni 0,966.

Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Wilxocon Match Pairs Test. Dari perhitungan tersebut didapat z hitung = -2,803. Kemudian z hitung dibandingkan dengan z tabel $0,05 = 1,645$. Karena z hitung > z tabel maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya terdapat perbedaan signifikan sebesar 5% antara skor konsep diri siswa sebelum diberikan layanan konseling kelompok dan setelah diberikan layanan konseling kelompok pada subyek penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam kegiatan ini seluruh anggota kelompok ikut serta dalam rangka penyelesaian masalah yang dihadapi anggota kelompok.

Setelah melakukan konseling kelompok, untuk mengevaluasi hasil pemberian layanan konseling kelompok dilakukan posttest.

Setelah melakukan konseling kelompok terdapat perbedaan skor atau hasil yang diperoleh setelah peneliti melakukan posttest, perbedaan itu terlihat dengan adanya peningkatan skor yang diperoleh saat hasil posttest.

No	Nama	Pretest	Kategori	Posttest	Kategori	Prosentase Kenaikan
1.	Andini Fitri Yani	100	Rendah	158	Sedang	24,68
2.	Ayu Lestari	105	Rendah	177	Tinggi	30,36
3.	Deni Setiawan	108	Rendah	168	Sedang	25,53
4.	Gilang R Pratama	105	Rendah	173	Tinggi	29
5.	Lukman T Hidayat	103	Rendah	170	Sedang	28,51
6.	M. Alfi Alkitabiyi	104	Rendah	175	Tinggi	30,21
7.	Reni Agustina	104	Rendah	174	Tinggi	30
8.	Rissa Tri Velita	102	Rendah	163	Sedang	26
9.	Tiara Indah Tarissa	106	Rendah	178	Tinggi	30,64
10.	Yudha Fernando	101	Rendah	170	Sedang	29,37
Jumlah		1.038		1.706		
Jumlah rata-rata		103,8		170,6		28,43

Dari hasil pretest pada 10 subjek, didapatkan nilai rata-rata skor siswa dalam konsep diri positif sebesar 103,8. Setelah dilakukan layanan konseling kelompok, hasil posttest meningkat menjadi 170,6. Hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan konsep diri positif setelah diberikan layanan bimbingan kelompok sebesar 28,43 %.

Berdasarkan analisis data tersebut dapat dikatakan konseling kelompok dapat meningkatkan konsep diri positif siswa. Konseling kelompok dapat bermanfaat

dalam meningkatkan konsep diri positif siswa dikarenakan dalam konseling kelompok terdapat dinamika kelompok.

Melalui konseling kelompok ini anggota kelompok mempunyai pemahaman baru bahwa konsep diri positif mereka termasuk kategori rendah, dan itu berdampak pada perilaku yang tidak bertanggung jawab yang mereka tunjukkan selama ini. Mereka pun menyadari bahwa perilaku yang tidak bertanggung jawab ini tidak mampu menunjang mereka untuk mencapai apa yang telah mereka impikan/inginkan. Dan mereka pun menyadari bahwa perilakunya telah menjadi penghambat dalam proses belajar mereka.

Selanjutnya, Calhoun dan Acocella (dalam Ghufron & Riswanti, 2010) menjelaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi dalam membentuk konsep diri adalah teman sebaya. Dalam kegiatan konseling kelompok ini, semua anggotanya merupakan teman yang sebaya. Disinilah mereka dinilai oleh orang lain yang seusia. Penilaian ini akan dijadikan sebagai cermin dalam memandang dan menilai dirinya sendiri.

Sebagaimana yang dikemukakan oleh Cooley (dalam Ghufron & Riswanti, 2010) bahwa dengan mengamati pencerminan perilaku diri sendiri terhadap respon yang diberikan oleh orang lain, maka individu dapat mempelajari dirinya sendiri.

Coopersmith (dalam Calhoun, 1995:77) menyatakan perasaan nilai diri sebagai individu berasal dari nilai yang diberikan orang tua kepada individu tersebut. Dengan demikian konsep diri pada individu dapat tumbuh berdasarkan nilai yang diberikan oleh orang tua individu tersebut. Orang tua adalah kontak sosial yang paling awal kita alami, dan yang paling kuat. Individu tergantung pada orang tuanya untuk makanannya, perlindungannya, dan kenyamanannya. Orang tua memberi kita informasi yang konstan tentang diri kita.

Meninjau dari beberapa layanan dan permasalahan yang akan dipecahkan, maka peneliti memilih untuk menggunakan layanan konseling kelompok. Prayitno (1995) menjelaskan bahwa:

“Konseling kelompok adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok. Maksudnya, semua peserta kegiatan kelompok saling berinteraksi, bekerjasama, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, memberi saran, dan lain-lain serta apa yang dibicarakan akan bermanfaat bagi setiap anggota kelompok. ”

Hal itu menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok memanfaatkan dinamika kelompok yang ada. Melalui dinamika kelompok setiap individu mendapatkan kesempatan untuk mengungkapkan masalah yang dialami serta dibahas secara bersama-sama oleh anggota kelompok. Dengan adanya dinamika dan pengaruhnya dalam kelompok, individu dapat merumuskan masalahnya.

Melalui konseling kelompok maka setiap anggota akan mengetahui dampak negatif apabila konsep diri positif yang rendah tidak segera diatasi oleh karena itu dengan memanfaatkan adanya dinamika kelompok setiap anggota tidak sungkan untuk mengungkapkan permasalahannya, anggota kelompok lebih terbuka mengungkapkan permasalahannya dengan teman sebaya dibandingkan dengan gurunya. Dari konseling kelompok, anak menjadi tahu apa yang harus dilakukan untuk meningkatkan konsep diri positif. Tidak hanya itu saja, dalam konseling kelompok anak dapat aktif baik dalam bertanya ataupun memberikan saran karena dalam konseling kelompok keaktifan sangat dituntut. Melalui konseling kelompok ini anggota kelompok mempunyai pemahaman baru bahwa konsep diri positif mereka termasuk kategori rendah, dan itu berdampak pada perilaku yang tidak bertanggung jawab yang mereka tunjukkan selama ini. Mereka pun menyadari

bahwa perilaku yang tidak bertanggung jawab ini tidak mampu menunjang mereka untuk mencapai apa yang telah mereka impikan/inginkan.

Mereka pun menyadari bahwa perilakunya telah menjadi penghambat dalam proses belajar mereka.

Meningkatkannya konsep diri positif siswa juga terjadi karena pengembangan diri siswa setelah mengikuti konseling kelompok. Layanan konseling kelompok merupakan 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.

Menurut Mahler, Dinkmeyer & Munro (Wibowo, 2005) menyatakan bahwa:

Kemampuan yang dikembangkan melalui konseling kelompok yaitu:

- a. pemahaman tentang diri sendiri yang mendorong penerimaan diri dan perasaan diri berharga,
- b. interaksi sosial, khususnya interaksi antarpribadi serta menjadi efektif untuk situasi-situasi sosial,
- c. pengambilan keputusan dan pengarahan diri,
- d. sensitivitas terhadap kebutuhan orang lain dan empati,
- e. perumusan komitmen dan upaya mewujudkannya.

Perubahan pada salah satu aspek konsep diri yang dipengaruhi oleh penilaian dari teman sebaya adalah ketika membahas permasalahan ketidakmampuan dalam menerima diri apa adanya. Pada awalnya memiliki perasaan benci dengan kekurangan pada diri dan tidak puas dengan apa yang dimiliki. Setelah terjadi interaksi dalam diskusi, masukan dan respon positif dari anggota kelompok yang lain dapat mengubah self perception sehingga dapat menumbuhkan kesadaran bahwa persepsi yang dimiliki selama ini menjadi penghambat dalam

mengembangkan diri. Selanjutnya dapat mempersepsikan diri secara positif dan mampu menerima segala kekurangan dan kelebihan yang ada pada diri. Mengubah sikap ketidakmampuan menerima kritik dari orang lain. seluruh anggota memiliki kesempatan untuk saling memberikan masukan dan saran, pendapat dan menanggapi. Dengan demikian, anggota kelompok dapat belajar menerima pendapat dari orang lain, tidak memaksakan pendapatnya serta dapat saling memahami respon yang diberikan teman ketika salah satu anggota menyampaikan pendapat ataupun ketika pendapat yang disampaikan tidak diterima sehingga dapat mengambil hal-hal positif dari respon yang diberikan anggota kelompok lain.

Konseling kelompok yang diberikan juga dapat menumbuhkan keyakinan dan rasa optimis dalam menghadapi masalah dan dalam menentukan rencana masa depan. Anggota kelompok yang awalnya tidak yakin dapat menyelesaikan setiap masalah yang dihadapi dan memiliki keraguan dengan cita-citanya setelah memaknai kisah teladan yang disampaikan dapat menyadari ketidakmampuan menyelesaikan masalah adalah bersumber dari pikiran mereka yang memandang diri tidak mampu, sebenarnya mereka memiliki kemampuan itu. Ketika mereka dapat berfikir positif terhadap diri sendiri, munculah keyakinan bahwa setiap masalah dapat diselesaikan. Meningkatnya konsep diri positif siswa juga terjadi karena pengembangan diri siswa setelah mengikuti konseling kelompok.

Konseling kelompok tepat bila diberikan pada siswa SMP dengan rentang usia remaja awal yakni 12/13 tahun hingga 17/18 tahun sebab dalam konseling kelompok setiap siswa akan diarahkan serta diajak untuk berpartisipasi secara

aktif, melatih keberanian dalam berkomunikasi dengan teman sebaya, serta pengembangan potensi yang dimiliki secara personal,

hal ini juga sangat mendukung proses pencapaian perkembangan peserta didik secara kognitif, dimana siswa yang mencapai perkembangan kognitif secara matang akan mampu mengatasi permasalahan-permasalahan.

Layanan konseling kelompok merupakan 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 DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa konsep diri positif pada siswa mengalami peningkatan setelah diberikan layanan konseling kelompok. Hal ini terbukti dari hasil uji hipotesis menggunakan uji wilcoxon diperoleh $z_{hitung} = -2,803$ dan $z_{tabel} 0,05 = 1,645$, $z_{hitung} < z_{tabel}$ maka, H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya terjadi peningkatan yang signifikan pada konsep diri positif siswa, sebelum diberi perlakuan dan setelah diberi perlakuan dengan layanan konseling kelompok.

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah konsep diri positif dapat ditingkatkan dengan layanan konseling kelompok pada siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Bandar Lampung.

Saran

1. Kepada Siswayang memiliki konsep diri positif yang rendah, hendaknya mengikuti layanan konseling kelompok yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling.
2. Kepada guru bimbingan dan konseling hendaknya dapat membuat layanan konseling kelompok sebagai salah satu program unggulan dalam program bimbingan dan konseling
3. Kepada peneliti lain dapat melakukan penelitian mengenai konsep diri dengan klasifikasi yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

Azwar, S. 2013. Sikap Manusia. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Calhoun, JF. 1995. Psikologi Tentang Penyesuaian Dan Hubungan Kemanusiaan. Semarang: IKIP Semarang Press.

Ghufron, M.N. & Riswanti. 2010. Teori-Teori Psikologi. Jogjakarta: Ar-Ruzz media.

Prayitno. 1995. Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok (Dasar dan Profil). Jakarta: Ghalia Indonesia.

Rakhmat, J. 2005. Psikologi Komunikasi. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Sugiyono. 2010. Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R& D). Bandung: Alfabeta.

Thalib, SB. 2010. Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.

Wibowo, Mungin. 2005. Konseling Kelompok Perkembangan. Semarang: UPT Unnes Press