

Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Konsep Diri Peserta Didik SMP

Indy Rahma Aulia¹, Dwi Dasalinda², Eka Heriyani³, Haning Tri Widiastuti⁴
Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Indonesia¹
Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Indonesia²
Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Indonesia³
Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, Indonesia⁴

E-mail: rahmaauliaindy@gmail.com¹, dwidasalinda@uhamka.ac.id²
ekaheriyani@uhamka.ac.id³, haningtri@uhamka.ac.id⁴

Correspondent Author: Indy Rahma Aulia, rahmaauliaindy@gmail.com

Doi: [10.31316/g-couns.v9i2.7230](https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.7230)

Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh permasalahan yang muncul pada peserta didik yang berkaitan dengan konsep diri. Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dalam meningkatkan konsep diri peserta didik di SMPN 9 Tambun Selatan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif pra-eksperimen model one group *pre-test post-test*. Berdasarkan analisis statistik didapatkan nilai sig. sebesar 0.001 untuk mendapatkan titik 't' dengan taraf signifikansi 5%. $df=8-1=7$, $t_0=5,33$ dan $tt=2,36$. Berdasarkan hasil uji analisis membuktikan bahwa Konseling Kelompok berpengaruh signifikan dalam meningkatkan konsep diri peserta didik di SMPN 9 Tambun Selatan. Penelitian ini penting dilakukan untuk meningkatkan konsep diri peserta didik, karena konsep diri positif mampu memberikan dampak baik dalam bidang akademik maupun sosial.

Kata kunci: konseling kelompok, konsep diri, peserta didik

Abstract

This research is based on the problems that arise in students related to self-concept. Based on these problems, researchers conducted a study that aims to determine the effect of group counselling in improving the self-concept of students at SMPN 9 Tambun Selatan. This study uses a quantitative pre-experiment method of one group pre-test post-test model. Based on statistical analysis, the sig. value is 0.001 to get the 't' point with a significance level of 5%. $df = 8-1 = 7$, $t_0 = 5.33$ and $tt = 2.36$. Based on the analysis test results prove that Group Counselling has a significant effect in improving the self-concept of students at SMPN 9 Tambun Selatan. This research is important to do to improve the self-concept of students, because a positive self-concept can have an impact both in the academic and social fields.

Keywords: group counseling, self-concept, learners

Info Artikel

Diterima Agustus 2024, disetujui Desember 2024, diterbitkan April 2025



PENDAHULUAN

Konsep diri merupakan aspek psikologis yang fundamental dalam kehidupan peserta didik di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP), konsep diri memiliki dampak yang sangat signifikan terhadap perkembangan psikososial mereka secara keseluruhan. Remaja pada tahap ini sedang aktif mencari dan membentuk identitas mereka sendiri, dan konsep diri yang positif dapat memberikan pondasi yang kuat untuk kesejahteraan mental dan emosional mereka. Namun, proses pembentukan konsep diri ini tidaklah sederhana, dan terpengaruh oleh berbagai faktor kompleks baik dari dalam maupun dari luar individu.

Menurut Rogers (Corey, 2011) istilah konsep diri lebih cenderung digunakan ketika individu berbicara tentang pandangan tentang dirinya sendiri, keyakinan dan nilai diri tentang dirinya. Sejalan dengan pemahaman Rogers, Maslo (Corey, 2011) berpandangan bahwa aktualisasi diri adalah konsep yang mengacu pada kebutuhan individu untuk mencapai potensi penuh mereka, menjadi yang terbaik dari diri mereka sendiri, dan mengembangkan kemampuan unik mereka. Menurut Maslow ('Adziima, 2021) ketika kebutuhan dasar telah terpenuhi, individu akan mulai berusaha untuk mencapai aktualisasi diri.

Menurut Rahmi (2021) konsep diri terbagi menjadi dua, yaitu konsep diri primer dan sekunder. Kemudian Hurlock (Ghufron & Risnawita, 2010) menjelaskan bahwa konsep diri primer bersumber dari pengalaman individu dirumah seperti hubungan dengan orangtua dan saudara, sedangkan konsep diri sekunder bersumber dari lingkungan luar rumah individu seperti teman sebaya ataupun kelompok bermain individu tersebut. Selain dari jenisnya konsep diri juga dapat dilihat dari dimensinya. Konsep diri memiliki dampak pada cara individu memahami, mengevaluasi, dan mengekspresikan diri mereka dalam berbagai situasi dan lingkungan. Terdapat tiga dimensi konsep diri yang meliputi pengetahuan (kognitif), harapan, dan penilaian, menurut Calhoun dan Acocella (Siallagan & Ginting, 2023). Adapun aspek yang menjadi bagian dimensi konsep diri dalam membentuk konsep diri individu ialah mencakup aspek fisik, psikis, dan sosial menurut Brooks (B.P dkk., 2023)

Masih tentang jenis konsep diri, Brooks & Emmart (Hartanti, 2018) menjelaskan bahwa konsep diri terdiri dari konsep diri positif dan konsep diri negatif. Konsep diri positif adalah kemampuan seseorang untuk memahami dan menerima dirinya sendiri dengan segala keadaannya. Individu dengan konsep diri positif menetapkan tujuan realistis, memiliki pengetahuan luas, dan harga diri tinggi, serta mampu menerima kritik tanpa tersinggung dan merasa puas dengan diri mereka. Selanjutnya, Calhoun & Acocella (Putra & Usman, 2019), menjelaskan konsep diri negatif terbagi menjadi dua: tidak teratur, tidak stabil, dan tidak utuh, serta terlalu kaku dan stabil. Individu dengan konsep diri negatif sering tidak memiliki pemahaman yang jelas tentang diri mereka, sulit menerima perubahan, sensitif terhadap kritik, dan pesimis terhadap kompetisi.

Tantangan dan perubahan yang dialami peserta didik selama masa SMP juga seringkali menjadi pemicu bagi timbulnya perasaan kurang percaya diri, kecemasan, dan masalah psikologis lainnya. Proses adaptasi terhadap perubahan fisik dan emosional, serta tuntutan akademik dan sosial yang semakin kompleks, dapat menimbulkan ketidakpastian dan kebingungan pada peserta didik dalam memahami siapa mereka sebenarnya dan dimana tempat mereka berada dalam lingkungan sekitar Menurut Rakhmat (Muljanto, 2021) individu dengan konsep diri negatif cenderung memiliki persepsi yang salah tentang diri sendiri. Hal ini menyebabkan mereka hanya memperhatikan aspek-aspek negatif dalam diri.



Permasalahan yang kerap dijumpai dalam konsep diri negatif peserta didik berupa ketidakpercayaan diri, tidak memahami diri sendiri dengan baik, takut untuk menyampaikan pendapat, menganggap dirinya tidak sebaik orang lain. Beberapa hal tersebut didapatkan melalui observasi yang peneliti lakukan ketika melangsungkan.

Berdasarkan permasalahan-permasalahan tersebut, maka perlu dilakukan sebuah layanan untuk membantu peserta didik, yaitu melalui layanan konseling kelompok. Konseling kelompok adalah bentuk intervensi konseling yang dilakukan dalam sebuah kelompok. Menurut Prayitno (Ristianti & Fathurrochman, 2020) menjelaskan bahwa layanan konseling kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan konseli memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan permasalahan yang dialaminya melalui dinamika kelompok, masalah yang dibahas itu adalah masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok.

Menurut Rogers (Lubis, 2016) konseling kelompok, adalah bantuan yang disediakan oleh konselor sebagai fasilitator dengan memberikan kondisi, sarana, dan keterampilan yang membantu peserta didik untuk menghadapi permasalahan atau konflik dengan lebih baik. Bantuan ini memungkinkan peserta didik untuk memenuhi kebutuhan rasa aman, cinta, harga diri, membuat keputusan, dan aktualisasi diri.

Tujuan pelaksanaan konseling kelompok tidak hanya terbatas pada penyelesaian masalah, tetapi lebih pada membantu konseli tumbuh dan mengembangkan dirinya sehingga mampu mengatasi tantangan saat ini dan dimasa depan Wibowo (Ristianti & Fathurrochman, 2020) tujuan lain dari konseling kelompok ini adalah untuk membantu mengatasi masalah dengan menggunakan dinamika kelompok. Selain membantu mengatasi masalah, konseling kelompok juga memiliki manfaat lain yang signifikan bagi anggotanya. Rahmi & Neviyarni (Fauzi dkk., 2024) Konseling kelompok adalah metode intervensi yang efektif untuk membantu individu mengatasi masalah pribadi dan sosial. Melalui interaksi dalam kelompok, individu dapat memperoleh dukungan sosial dan memperluas perspektif untuk mendorong perubahan perilaku positif. Dengan tujuan dari konseling kelompok diatas konseling kelompok memiliki dua fungsi utama yaitu, fungsi kuratif dan preventif. Fungsi kuratif berfokus pada penyelesaian masalah yang dialami individu, sementara fungsi preventif bertujuan untuk mencegah munculnya masalah pada individu menurut Kurnanto (Lubis, 2016). Sedangkan menurut Anwar (2023) tujuan dari konseling kelompok ini adalah untuk membantu peserta didik memecahkan masalah yang dihadapi. Ini juga mendorong peserta didik untuk bertanggung jawab dan realistis dengan kemampuan yang dimiliki, sehingga mereka dapat melakukannya secara mandiri.

Dari penjelasan tersebut adapun keterbaruan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh apa pengaruh dari layanan konseling kelompok terhadap konsep diri peserta didik di SMP. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya relevan secara akademis, tetapi juga memiliki implikasi praktis yang penting dalam upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis remaja di masa remaja yang penuh tantangan. Dengan memberikan dukungan dan bimbingan yang tepat melalui konseling kelompok diharapkan peserta didik dapat meraih potensi penuh mereka dan menghadapi masa depan dengan lebih percaya diri dan optimis.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif pre-eksperimen dengan model *one-group* pretest-posttest menurut Sugiyono (2013) berarti pada desain ini terdapat pretest yang diberikaan saat sebelum dilaksanakannya konseling kelompok, setelah itu



pemberian *post-test* dilakukan setelah konseling kelompok tuntas. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum dan setelah diberi perlakuan. Diberlakukan enam sesi konseling kelompok dengan waktu kurang lebih 30 menit setiap satu sesi konseling kelompok.

Pengumpulan data menggunakan angket konsep diri yang disusun sesuai dengan teori Calhoun & Accocela (Ghufron & Risnawita, 2010) jenis angket tertutup sejumlah 36 pernyataan terkait dengan konsep diri. Angket tertutup dengan skala likert menggunakan pilihan sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Angket adalah salah satu instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian. Angket atau kuesioner terdiri dari serangkaian pertanyaan yang disusun dengan tujuan untuk memperoleh informasi dari responden mengenai berbagai aspek, seperti sikap, pendapat, atau perilaku (Sugiyono, 2013)

Populasi penelitian ini berjumlah 34 peserta didik menggunakan populasi terjangkau yang memenuhi kriteria penelitian dan dapat dijangkau oleh peneliti dari kelompoknya. Sampel penelitian menggunakan purposive sampling sejumlah 8 peserta didik sesuai dengan Harrison (Kurnanto, 2013) dengan kriteria hasil angket penelitian tinggi (3), sedang (2), cukup (3). Pengujian validitas instrument menggunakan product moment. Pengujian reliabilitas dengan alpha chronbach dengan hasil 0.907. Pengujian normalitas menggunakan Shapiro-Wilk dengan hasil 0,967 untuk konsep diri. Pengujian hipotesis menggunakan uji t paired samples test dengan hasil sig. 00.1.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dalam meningkatkan konsep diri peserta didik kelas VII di SMPN 9 Tambun Selatan. Penelitian ini menggunakan pre-test post-test one group, untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh setelah diberikan treatment konseling kelompok. Sebelum menentukan sampel penelitian, peneliti memberikan angket kepada 34 responden di kelas 7C.



Tabel 1.
 Data Hasil Angket Kelas 7C

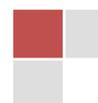
No.	Nama	Skor	No.	Nama	Skor
1.	MIQ	94	18.	I	78
2.	PAR	115	19.	MAAF	84
3.	K	94	20.	ES	95
4.	SM	94	21.	AP	86
5.	KQA	84	22.	QA	85
6.	NEN	108	23.	MAA	87
7.	MZK	98	24.	ANEP	101
8.	CP	92	25.	MMA	98
9.	MRF	98	26.	RR	89
10.	SKS	74	27.	HT	88
11.	TO	77	28.	BR	89
12.	RFH	90	29.	MFR	87
13.	RHS	89	30.	MDA	94
14.	DPA	105	31.	WS	110
15.	SN	113	32.	SI	93
16.	AJ	104	33.	NNQ	104
17.	DS	82	34.	FAI	86
Jumlah					3165
Rata-rata					93.1

Berdasarkan tabel 1 peneliti selanjutnya mengklasifikasikan data tersebut dalam tingkat kategori sebagai berikut

Tabel 2.
 Distribusi Frekuensi Dan Kategorisasi Skor

No.	Panjang Kelas Interval	f	%	Kategori
1	36-53	-	-	sangat rendah
2	54-71	-	-	rendah
3	72-89	15	44%	cukup
4	90-107	16	47%	sedang
5	108-125	3	9%	tinggi
6	126-144	-	-	sangat tinggi
Jumlah		34	100%	

Dari tabel tabel 1 dan tabel 2 didapatkan bahwa jumlah skor 3165 dengan rerata 93,1 terkategori sedang. Sebanyak 44% sejumlah 15 peserta didik dalam ketegori cukup,



47% sejumlah 16 peserta didik dengan kategori sedang, dan 9% sejumlah 3 peserta didik dengan kategori tinggi. Berdasarkan tabel 3.1 dan tabel 3.2 dikatakan konsep diri peserta didik berada pada kategori sedang.

Selanjutnya, dari 34 peserta didik peneliti mengambil 8 peserta didik untuk dijadikan sampel penelitian dengan pertimbangan variasi skor dan rekomendasi guru bimbingan dan konseling. Berikut pada tabel 3.3 merupakan data konsep diri 8 peserta didik yang menjadi sampel sebelum dilakukan konseling kelompok.

Tabel 3.

Hasil <i>Pre-test</i>			
No.	Nama	Skor	Kategori
1.	PAR	108	Tinggi
2.	NE	101	Sedang
3.	SK	74	Cukup
4.	TO	77	Cukup
5.	WS	99	Sedang
6.	SI	93	Sedang
7.	NN	100	Sedang
8.	F	86	Cukup
Jumlah		738	
Rata-rata		92.25	Sedang

Merujuk pada tabel 3 data hasil pre-test yang telah peneliti berikan kepada 8 peserta didik sebagai sampel penelitian dapat diartikan terdapat 3 peserta didik dengan kategori cukup, 4 peserta didik dengan kategori sedang, dan 1 peserta didik dengan kategori tinggi.

Selanjutnya, 8 orang peserta didik tersebut diberikan layanan konseling kelompok sebanyak enam kali pertemuan.

Tabel 4.

Pertemuan Layanan Konseling Kelompok

Pertemuan	Tanggal	Deskripsi
1.	Senin, 5 Mei 2024	<i>Pre-test</i>
2.	Selasa, 7 Mei 2024	<i>Pre-test</i> . Pembentukan suasana kelompok, prosedur konseling kelompok, perkenalan PK dan AK, menyampaikan permasalahan setiap AK, menyetujui menyelesaikan permasalahan salah satu AK (permasalahan peserta didik SK)
3.	Selasa, 21 Mei 2024	Mengentaskan permasalahan peserta didik milik TO
4.	Senin, 27 Mei 2024	Mengentaskan permasalahan peserta didik milik WS
5.	Rabu, 29 Mei 2024	Mengentaskan permasalahan milik NN. <i>Post-test</i>
6.	Kamis, 30 Mei 2024	<i>Post-test</i>



Berdasarkan tabel 4 setelah diberikan layanan konseling kelompok, selanjutnya 8 sampel diberikan angket konsep diri kembali. Berikut hasil skor konsep diri peserta didik setelah diberikan layanan konseling kelompok

Tabel 5.
 Hasil *Post-Test*

No.	Nama	Skor	Kategori
1.	PAR	120	Tinggi
2.	NEN	108	Tinggi
3.	SK	100	Sedang
4.	TO	110	Sedang
5.	WS	116	Tinggi
6.	SI	103	Tinggi
7.	NN	112	Tinggi
8.	FAI	114	Sedang
Jumlah		883	
Rata-rata		110,3	Tinggi

Merujuk pada tabel 5 data hasil post-test yang telah peneliti berikan kepada 8 peserta didik sebagai sampel penelitian dapat diartikan bahwa terdapat 2 peserta didik dengan kategori sedang, 6 peserta didik dengan kategori tinggi. Setelah diperoleh data pre-test dan post-test maka dilihat perbandingan peningkatan konsep diri yang dimiliki peserta didik setelah diberikan layanan konseling kelompok, berikut data tersebut

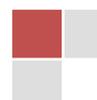
Tabel 6.

No.	Nama	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>		Kenaikan Skor
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1.	PAR	108	Tinggi	120	Tinggi	12
2.	NEN	101	Sedang	108	Tinggi	7
3.	SK	74	Cukup	100	Sedang	26
4.	TO	77	Cukup	110	Tinggi	33
5.	WS	99	Sedang	116	Tinggi	17
6.	SI	93	Sedang	103	Sedang	10
7.	NN	100	Sedang	112	Tinggi	12
8.	FAI	86	Cukup	114	Tinggi	28
Jumlah		738		883		145
Rata-rata		92.25	Sedang	110.38	Tinggi	18.13

Berdasarkan tabel 6 yang telah dianalisis, terlihat bahwa terdapat peningkatan rata-rata skor dari 92.25 (kategori sedang) pada pre-test menjadi 110.38 (kategori tinggi) pada post-test. Kenaikan skor rata-rata sebesar 18.13 menunjukkan konseling kelompok ini berpengaruh terhadap peningkatan konsep diri peserta didik.

Perbandingan Hasil pre-test dan post-test Setiap Dimensi

Setelah pemberian layanan konseling kelompok berdasarkan data hasil pre-test dan post-test pada tiga dimensi yang dianalisis, yaitu dimensi pengetahuan tentang diri, dimensi harapan tentang diri, dan dimensi penilaian tentang diri, terdapat peningkatan signifikan pada skor rata-rata dan kategori masing-masing dimensi setelah intervensi.



Dimensi Pengetahuan Tentang Diri

Tabel 7.

Perbandingan Skor Dimensi Pengetahuan Tentang Diri

No.	Nama	Skor <i>pre-test</i>	Kategori	Skor <i>post-</i>	Kategori
1.	PAR	39	Tinggi	45	Tinggi
2.	NEN	39	Tinggi	42	Tinggi
3.	SK	28	Sedang	37	Tinggi
4.	TO	30	Sedang	43	Tinggi
5.	WS	39	Tinggi	47	Sangat Tinggi
6.	SI	37	Tinggi	43	Tinggi
7.	NN	37	Tinggi	37	Tinggi
8.	FAI	33	Sedang	44	Tinggi
Jumlah		282		338	
Rata-rata		35	Sedang	42	Tinggi

Tabel 8.

Keterangan Kelas Interval Dimensi Pengetahuan Tentang Diri

No.	Panjang Kelas Interval Dimensi Pengetahuan tentang Diri	Kategori
1.	14-24	Rendah
2.	25-35	Sedang
3.	36-46	Tinggi
4.	47-57	Sangat tinggi

Merujuk tabel 7 dan tabel 8 dimensi pengetahuan tentang diri, rata-rata skor pre-test adalah 35 dengan kategori sedang, sementara rata-rata skor post-test meningkat menjadi 42 dengan kategori tinggi. Ini menunjukkan peningkatan pengetahuan tentang diri setelah intervensi, dengan sebagian besar peserta berpindah dari kategori sedang ke tinggi.

Dimensi Harapan Tentang Diri

Tabel 9.

Perbandingan Skor Dimensi Harapan Tentang Diri

No.	Nama	Skor <i>pre-test</i>	Kategori	Skor <i>post-</i>	kategori
1.	PAR	27	Tinggi	30	Sangat
2.	NEN	26	Tinggi	30	Sangat
3.	SK	18	Rendah	22	Sedang
4.	TO	21	Rendah	27	Tinggi
5.	WS	27	Tinggi	32	Sangat
6.	SI	27	Tinggi	28	Tinggi
7.	NN	27	Tinggi	27	Tinggi
8.	FAI	26	Tinggi	29	Tinggi
Jumlah		199		225	
Rata-rata		25	Tinggi	28	tinggi



Tabel 10.
 Keterangan Kelas Interval Dimensi Harapan Tentang Diri

No.	Panjang Kelas Interval	Kategori
1.	9-15	Rendah
2.	16-22	Sedang
3.	23-29	Tinggi
4.	30-36	Sangat tinggi

Merujuk pada tabel 10 dimensi harapan tentang diri, rata-rata skor pre-test adalah 25 dengan kategori tinggi, dan skor post-test meningkat menjadi 28 yang tetap dalam kategori tinggi. Meski peningkatannya tidak sebesar dimensi pengetahuan, perubahan ini tetap menunjukkan adanya peningkatan harapan peserta didik tentang diri mereka sendiri.

Dimensi Penilaian Tentang Diri

Table 11.
 Perbandingan Skor

No.	Nama	Skor <i>pre-test</i>	Kategori	Skor <i>post-test</i>	kategori
1.	PAR	42	Tinggi	45	Sangat Tinggi
2.	NEN	36	Tinggi	36	Tinggi
3.	SK	27	Rendah	41	Tinggi
4.	TO	25	Rendah	40	Tinggi
5.	WS	33	Tinggi	37	Tinggi
6.	SI	29	Rendah	32	Sedang
7.	NN	36	Tinggi	37	Tinggi
8.	FAI	27	Rendah	41	Tinggi
Jumlah		255		309	
Rata-rata		32	Tinggi	37	Tinggi

Tabel 12.
 Keterangan Kelas Intercal Dimensi Penilaian Tentang Diri

No.	Panjang Kelas Interval	Kategori
1.	13-22	Rendah
2.	23-32	Sedang
3.	33-42	Tinggi
4.	43-52	Sangat tinggi

Merujuk pada tabel 11 dan 12 dimensi penilaian tentang diri, rata-rata skor pre-test adalah 32 dengan kategori tinggi, dan meningkat menjadi 37 pada post-test dengan tetap dalam kategori tinggi. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penilaian terhadap diri mereka sendiri menjadi lebih positif setelah intervensi.

Secara keseluruhan, data menunjukkan bahwa konseling kelompok sebagai intervensi yang dilakukan berhasil meningkatkan pengetahuan, harapan, dan penilaian peserta terhadap diri mereka sendiri, dengan peningkatan yang paling signifikan terjadi pada aspek pengetahuan tentang diri.



Pengujian Hipotesis

Tabel 13.
 Hasil Uji Hipotesis (Uji T)

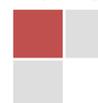
		Paired Samples Test							
		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	PRETEST – POSTEST	-18.125	9.613	3.399	-26.162	-10.088	-5.333	7	.001

Dari tabel 13 untuk memperkuat hasil penelitian ini yang didapatkan melalui hasil uji t dijelaskan bahwa nilai signifikansi 0.001. Dikatakan signifikan atau terdapat perbedaan jika hasil signifikansi <0.05. Berdasarkan analisis statistik dapat diketahui untuk mendapatkan titik ‘t’ dengan df yang diperoleh dengan taraf signifikansi 5%. Df=N-1 berarti df=8-1=7, t0=5,33 dan tt= 2,36. Dapat ditarik kesimpulan dengan membandingkan besaran t yang didapat t0 (5,33) > tt (2,36). Maka hipotesis alternatif (Ha) diterima dan H0 ditolak. Berarti konseling kelompok berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan konsep diri peserta didik di SMP.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fardhiya, dkk (2023) menyatakan bahwa layanan konseling kelompok mampu meningkatkan konsep diri pada remaja yang mencakup sepuluh dimensi konsep diri remaja yaitu, dimensi akademik, penamoiilan fisik, diri umum, kejujuran, kemampuan fisik, verbal, hubungan teman sebaya, hubungan dengan orang tua, sekolah, dan hubungan antar lawan jenis. Layanan konseling kelompok yang dilakukan meningkatkan konsep diri remaja dengan cara berpikir, merasakan, perilaku, etika. Zarisman (2023) melalui konseling kelompok ini dan didukung oleh konsep diri siswa yang positif menyebabkan siswa mampu menerima kelebihan dan kekurangan dirinya. Hal ini dapat membantu siswa untuk aktif dalam belajar dan berinteraksi dengan teman sebayanya. Selain itu, dalam penelitian Palloan, dkk (2021) peserta didik dengan konsep diri yang baik mampu menggambarkan suatu permasalahan secara baik, mampu mengidentifikasi permasalahan dengan baik serta mampu menentukan bagaimana penyelesaian suatu permasalahan.

Penelitian oleh Mao (2019) menghasilkan bahwa melalui konseling kelompok dan kegiatan psikologis mampu meningkatkan konsep diri anggota kelompok, konseling kelompok yang telah dilakukan mampu membantu anggota kelompok untuk mengenali dirinya lebih baik, menerima dirinya, mengembangkan dirinya dan meningkatkan kemampuan interpersonalnya. Munte & Arsini (2024) melalui konseling kelompok dengan teknik psikodrama mampu meningkatkan konsep diri positif peserta didik, hal ini terjadi karena dalam konseling kelompok psikodrama yang dilakukan melibatkan peserta didik untuk mengekspresikan perasaannya secara kreatif dengan bermain peran.

Prasetyo, dkk (2024) dalam pengembangan konsep diri pada peserta didik lingkungan sekitar berpengaruh sangat penting terutama lingkungan keluarga, pendidikan karakter yang diberikan kepada peserta didik mampu membentuk konsep diri yang akan dibawa sampai nanti dewasa. Lingkungan sekitar harus mampu memberikan contoh yang baik pada peserta didik sejak dini. Sejalan dengan Prasetyo dkk, penelitian yang



dilakukan oleh Yuliatun (2019) menunjukkan bahwa perhatian orang tua dan konsep diri berkorelasi secara positif yang mana akan membentuk karakteristik pada seseorang. Penelitian yang dilakukan oleh Janah (2022) menghasilkan bahwa peserta didik dengan karakteristik konsep diri yang baik cenderung memiliki motivasi belajar yang baik, salah satu factor yang mampu membangun konsep diri adalah lingkungan sekitar.

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Riko dkk., 2019) konsep diri peserta didik dapat meningkat jika dilakukan pendidikan karakter untuk mengetahui nilai-nilai pada diri sehingga dapat menciptakan konsep diri positif. Konsep diri juga didapatkan melalui sumber eksternal seperti penelitian yang dilakukan oleh Dinata & Tusyanah (2023) bahwa penggunaan media sosial sebagai sumber eksternal dapat mempengaruhi konsep diri. Adapun penelitian yang dilakukan oleh (Zega dkk., 2024) bahwa konseling kelompok terbukti sangat efektif untuk meningkatkan konsep diri peserta didik yang mengalami konsep diri negatif karena terdampak bully.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok mempengaruhi konsep diri peserta didik. Konsep diri yang dimiliki seseorang tidaklah hadir begitu saja, melainkan diadaptasi dari sumber-sumber luar dan dalam. Menurut Hartanti (2018) pembentukan konsep diri hadir melalui lingkungan seperti orangtua, teman sebaya, dan masyarakat. Rogers (Ratu, 2014) Istilah diri atau konsep diri lebih cenderung digunakan ketika kita berbicara tentang pandangan tentang dirinya sendiri, struktur diri ketika kita berada melihat ini dari kerangka eksternal.

Sejalan dengan itu adapun pandangan interaksionisme Mead (Sandra, 2012) menyatakan bahwa konsep diri merupakan objek yang terbentuk melalui interaksi sosial yang membentuk sebuah perhatian seseorang terhadap bagaimana orang lain bereaksi terhadapnya. Konsep diri positif yang terbentuk dapat membantu dalam mencapai keberhasilan diri menurut Orth & Robins (Suprptoно dkk., 2023). Banyak faktor yang mempengaruhi terbentuknya konsep diri seperti lingkungan, masa lalu dan tingkat tumbuh kembang menurut Alimul (Raule, 2022). Terdapat tiga dimensi konsep diri yang disebutkan meliputi pengetahuan (kognitif), harapan, dan penilaian Calhoun dan Acocella (Ghufron & Risnawita, 2010). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Damarhadi, dkk (2020) mengatakan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan mengenai konsep diri yang dimiliki oleh laki-laki dan perempuan dimana laki-laki memiliki konsep diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan hal ini dilihat dari aspek fisiologis pada perempuan yang cenderung terdapat persoalan tentang fisik (penampilan) perempuan sedangkan tidak pada laki-laki.

Dengan demikian konseling kelompok sebagai salah satu bentuk interaksi sosial mampu mengembangkan konsep diri yang dimiliki oleh peserta didik. Dari konseling kelompok ini peserta didik mampu untuk mengembangkan potensi yang ada di dalam dirinya seperti mampu menyampaikan pendapat, mampu mendengarkan pendapat, mampu berbagi pendapat. Selaras dengan Rogers (Lubis, 2016) konseling kelompok memiliki tujuan untuk membebaskan anggota kelompok dan menciptakan kondisi yang memungkinkan mereka untuk melakukan eksplorasi yang bermakna.

KESIMPULAN

Konsep diri merupakan pandangan individu terhadap dirinya sendiri, nilai tentang dirinya dan keyakinan tentang dirinya sendiri. Konsep diri individu didapati melalui dimensi pengetahuan, harapan dan penilaian tentang diri. Hal yang dapat mempengaruhi konsep diri salah satunya melalui layanan konseling kelompok. Konseling kelompok merupakan bantuan yang disediakan oleh konselor sebagai fasilitator dengan memberikan



kondisi, sarana, dan keterampilan yang membantu peserta didik untuk menghadapi permasalahan atau konflik dengan lebih baik. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 8 orang sampel untuk diberikan layanan konseling kelompok, terdapat enam pertemuan konseling kelompok. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan konsep diri di SMPN 9 Tambun Selatan. Kesimpulan ini diambil dengan membandingkan besaran t yang didapat $t_0 (5,33) > t_t (2,36)$ dan hasil sig. sebesar 0.001.

DAFTAR PUSTAKA

- 'Adziima, M. F. (2021). Psikologi Humanistik Abraham Maslow. *Jurnal Tana Mana*, 2 No.2. <https://ojs.staialfurqan.ac.id/jtm/>
- Anwar, Z. (2023). *Intervensi Kelompok Dalam Psikologi: Teori dan Teknik: Vol. Madani*.
- B.P, A. R., Hendriana, H., & Fatimah, S. (2023). Penerapan Bimbingan Kelompok dengan Metode Diskusi Berbasis Online untuk Mengembangkan Konsep Diri Positif Peserta Didik SMP Kelas IX. *FOKUS*, 6(1). <https://doi.org/10.22460/focus.v1i1.9357>
- Corey, G. (2011). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*, Ninth Edition.
- Damarhadi, S., Prabawanti, C., Psikologi, F., & Ahmad Dahlan Yogyakarta, U. (2020). Gambaran Konsep Diri Pada Siswa SMA Ditinjau Berdasarkan Jenis Kelamin. *Psikostudia*, 9 No. 3. <https://doi.org/10.30872/psikostudia>
- Dinata, E. S., & Tusyanah, T. (2023). Pengaruh Konsep Diri, Kepercayaan Diri, dan Atraksi Interpersonal dengan Penggunaan Media Sosial sebagai Variabel Moderasi terhadap Komunikasi Interpersonal. *Pubmedia Jurnal Penelitian Tindakan Kelas Indonesia*, 1(1), 16. <https://doi.org/10.47134/ptk.v1i1.7>
- Fardhiya, Z., Latifah, M., & Riany. Yuliana Eva. (2023). The Influence of Group Counseling Services on Adolescents Self-Concept. 14. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21043/kr.v14i2.25044>
- Fauzi, A., Yahya, A. N. F., Restuningsih, A., Syarif, A. I., & Makhmudah, U. (2024). Teori Konseling Kelompok: Pendekatan Dan Aplikasinya Dalam Konteks Multikultural Dan Pendidikan. *Journal on Education*, 07.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Hartanti, J. (2018). *Konsep Diri Karakteristi berbagai Usia*. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
- Janah, S. M. (2022). The Urgency of Self-Concept Characteristics in Building High School Students' Learning Motivation. *Psikologia : Jurnal Psikologi*, 5(2), 71–77. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v5i2.1127>
- Kurnanto, M. E. (2013). *Konseling Kelompok (1 ed.)*. Alfabeta.
- Lubis, N. L. (2016). *Konseling Kelompok*. KENCANA. <https://books.google.co.id/books?id=8KRPDwAAQBAJ&lpg=PP1&pg=PR4#v=onepage&q&f=false>
- Mao, Q. (2019). The Effect on Group Counseling for the Low Self-Concept of Undergraduate. *OALib*, 06(12), 1–8. <https://doi.org/10.4236/oalib.1105929>
- Muljanto, M. (2021). Pengaruh Konsep Diri dan Komunikasi Interpersonal Terhadap Kesiapan Kerja Pada Generasi Millennial. *Jurnal Imiah Psikologi*, 9(1), 175–187. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>



- Munte, R. F., & Arsini, Y. (2024). Psychodrama Technique Group Guidance to Develop Positive Self-Concept for Students. 9(2), 1381–1395.
- Palloan, P., Usman, U., & Hakim, A. (2021). The Influence Between Self-Concept and Emotional Intelligence on The Ability of Physics Problem Solving. *Jurnal Pendidikan Fisika Indonesia*, 17(1), 31–39.
<https://doi.org/10.15294/jpfi.v17i1.26111>
- Prasetyo, R., Soesanto, E., Haykal, A., Abdulloh, A. D., & Saputra, Y. (2024). Pengembangan Konsep Diri terhadap Anak Sekolah Dasar. *JIP*, 2(1), 248–256.
- Putra, G. J., & Usman. (2019). *Konsep Diri pada Pasien Luka Kaki Diabetik*. Aksara Publishing.
- Rahmi, S. (2021). *Bimbingan dan Konseling Pribadi Sosial*. Syiah Kuala University Press.
<https://books.google.co.id/books?id=qdYrEAAQBAJ&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>
- Ratu, B. (2014). Psikologi Humanistik (Carl Rogers) dalam Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Kreatif*, 17(3).
https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/54448299/CARL_ROGERS-libre.pdf?1505567276=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DCARL_ROGERS.pdf&Expires=1734876028&Signature=cI9G1xaDim2MkUruLOhLh9nukbTYJJthM5avTkkT3zYPBjnRSIBihys6iPpAa9uezjuOw6ixHxSexLqZ2uAx~UI5JFgwKq475kQaZOevkHaDpX7c4zMHVboG7sS2i9o~Ljg6h3uLWJzu63anef2aCeGfjr4oufWl~1gwTysuaULsHmAsR7vI4txKjShiLz89GyMO5YQkRMTT0qR4nWQq0Wlp7U~R2Z1bTrnMh5tyhXBbTbApAeoxsvEGHYA9vUpNKDQqSU-3FhbPViOEUKS9peNIWvnIAnEXN4PEN-UC67QLa1HvdnP2zn~bwghX03C99u6RefS2i-LQVexl3pRA__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA
- Raule, J. H. (2022). *Aspek Psikososial Manajemen Sumberdaya Manusia Aktualisasi Diri Stress, Konsep diri dan Dukungan Sosial, Terhadap Motivasi Penderita Hiv/Aids*. CV. Azka Pustaka.
- Riko, Anggraini Puji Lestari, F., & Dewi Lestari, I. (2019). Pengaruh Pendidikan Karakter terhadap Konsep Diri Peserta Didik. *SAP (Susunan Artikel Pendidikan)*, 4(2).
- Ristianti, D. H., & Fathurrochman, I. (2020). *Penilaian Konseling Kelompok*. DEEPUBLISH.
- Sandra, L. (2012). *Dinamika Psikologis Interaksi Konsep Diri dan Identitas Online*. Syntax Computama.
- Siallagan, Ance. M., & Ginting, F. S. H. (2023). *Konsep Diri: Evidence-Based Practice*. Deepublish.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suprptono, B., Sukweenadhi, J., Bau, A. S., Rahmawati, M., Marlina, T., Tafwidhah, Y., Carolina, P., Darsono, K., & Fatikhah, N. (2023). *Hubungan Interpersonal*. Eureka Media Aksara.
- Yuliatun. (2019). Hubungan antara Perhatian Orang Tua dan Konsep Diri dengan Karakter Mahasiswa PGSD IKIP PGRI Wates Tahun Akademik 2019. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(1).



- Zarisman, E. (2023). Group Counseling Services To Improve Self-Concept Through Good Adjustment In The New Normal Era. <https://doi.org/10.21107/Widyagogik/v11i1.18076>
- Zega, D. K., Damanik, H. R., Lase, F., & Munthe, M. (2024). Efektivitas Layanan Bimbingan Konseling Kelompok Terhadap Konsep Diri Remaja Korban Bully di SMK Negeri 1 Lotu. *Journal on Education*, 06(03), 16177–16188.

