

Meningkatkan Konsep Diri Dalam Pergaulan Remaja Melalui Bimbingan Kelompok Pada Peserta Didik Kelas VII SMP

Yulia Prabayanti Rahayu¹

¹SMP Negeri 9 Mataram, Mataram, Indonesia
yprabayanti.rahayu@gmail.com

Keywords: Konsep Diri, Pergaulan Remaja, Bimbingan Kelompok

Abstract: Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan Konsep diri yang positif dalam pergaulan remaja di antara teman sebaya sehingga dapat meningkatkan rasa percaya dirinya dalam mengasah potensi yang dimilikinya. Subyek penelitian Siswa kelas VII sejumlah 30 orang siswa. Jumlah tersebut dibagi menjadi 2 kelompok yang masing-masing beranggotakan 15 orang siswa. Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dilakukan selama 6 bulan dengan melihat dari kasus yang ada dalam pergaulan sehari-hari di Sekolah. Metode penelitian komparatif dengan menggunakan analisis deskriptif. Hasil penelitian pada siklus I terdapat 10 orang siswa yang memiliki kesulitan dalam interaksi sosialnya akibat konsep diri yang negatif. Selanjutnya pada siklus II tinggal 2 orang siswa yang masih terlihat kesulitan dalam interaksi dengan temannya di kelas. Sehubungan dengan itu untuk menumbuhkan dan mengembangkan pergaulan yang baik dalam hal ini juga sangat dibutuhkan peran serta orang tua dalam memberikan perhatian dan penilaian yang baik terhadap kegiatan yang dilakukan putra putrinya serta menunjukkan penerimaan dan penghargaan demi tercapainya keselarasan batin anak. Demikian juga kepada rekan-rekan guru BK, untuk lebih meningkatkan kualitas layanan BK dengan bentuk-bentuk penyajian yang lebih inovatif, kreatif dalam menunjang pengembangan konsep diri yang positif. Dengan demikian, BK makin dekat di hati siswa dan materi layanan pun makin baik sehingga kesulitan dapat segera diatasi.

1 PENDAHULUAN

Sejak dilahirkan manusia sudah memiliki naluri untuk hidup dan berkumpul dengan orang lain. Oleh karena itu, merupakan gejala yang wajar bahwa manusia akan selalu mencari kawan dalam kehidupannya. Tidaklah selalu mengherankan bahwa remajapun senang hidup berkumpul dengan kawan-kawannya (Agustina & Appulembang, 2017). Sekolah merupakan salah satu institusi sosial yang mempengaruhi proses sosialisasi anak, mewariskan kebudayaan masyarakat kepada anak (Atmoko, 2011). Seperti yang dikemukakan oleh Zakiyah Darajat (1974) bahwa:

Sekolah merupakan lembaga sosial atau masyarakat bagi remaja, tempat mereka menghabiskan sebagian waktunya dengan berkumpul dan bergaul dalam umur yang relative sama serta menyatakan diri dan mendapat tempat di tengah-tengah temannya. Melalui sekolah pula anak dibekali

berbagai pengalaman sosial, belajar adat, norma sosial dan nilai sosial.

Sekolah merupakan lingkungan kedua setelah keluarga, enam sampai delapan jam anak berada di sekolah (Latifah, 2012). Di sekolah anak akan mempunyai pergaulan yang luas. Ia harus menyesuaikan diri dalam pergaulan yang baru dengan tuntutan sendiri. Ada anak yang mudah menyesuaikan diri, namun ada juga yang sukar untuk melakukannya (Mulyana, 2009).

Dalam usaha penyesuaian diri dalam pergaulan tidak semua anak selalu berhasil. Hal ini erat kaitannya dengan konsep diri seseorang (Rifandi, 2018). Para ahli psikologi dan pendidik telah lama menyadari bahwa konsep diri merupakan salah satu faktor non-intelektual yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, baik itu dalam pergaulan atau dalam prestasi yang dicapai.

Dari berbagai pengamatan yang dilakukan di sekolah, ternyata banyak siswa yang mengalami kegagalan dalam pergaulan bukan disebabkan oleh tingkat intelegensi rendah, atau keadaan fisik yang lemah, melainkan oleh karena adanya perasaan tidak mampu (Paparang, 2017). Sering kita jumpai siswa mengatakan bahwa dirinya tidak mampu mengikuti pelajaran atau menyesuaikan diri karena dirinya bodoh, atau karena tidak mempunyai teman dikelasnya.

Sebetulnya ia tidak sedang membicarakan dirinya sendiri, melainkan kata-kata yang diucapkan tersebut merupakan penilaian tentang dirinya yang dianggap bodoh atau tidak punya teman karena kurang menarik. Banyak bukti yang menunjukkan bahwa prestasi belajar yang rendah, motivasi yang kurang, pergaulan yang kurang baik dan lain-lain dikarenakan oleh persepsi yang negatif terhadap dirinya sendiri. Pandangan dan sikap individu terhadap dirinya ini disebut konsep diri. Menurut Burns (Metcalfe, 1981), konsep diri adalah: "Hubungan antara sikap dan keyakinan tentang diri kita sendiri"

Konsep diri mempunyai pengaruh kuat pada perilaku manusia; bagaimana siswa memandangnya, dan bagaimana orang lain memandang dirinya, akan mempengaruhi pola-pola interaksinya dengan orang lain (M et al., 2017). Dalam pergaulan sehari-hari konsep diri mempunyai peranan penting. Banyak ditemui kegagalan dalam pergaulan disebabkan ia tidak mempunyai konsep diri yang positif sehingga terisolir dari lingkup sosialnya. Peran keluarga juga sangat penting dalam pembentukan konsep diri yang positif. Gambaran diri yang rendah dan kekecewaan kita atas diri kita yang menyangkut hal-hal yang menyangkut kesejahteraan dan kebahagiaan akan membawa pengaruh yang besar dalam kehidupan remaja.

Berdasarkan hasil pengamatan awal di kelas VII secara keseluruhan didapati 60 siswa yang mengalami konsep diri negative yang disebabkan beberapa factor, diantaranya faktor keluarga menjadi dominan pemicu munculnya permasalahan tersebut disamping factor yang lain. Dari hasil pengamatan awal tersebut peneliti dalam hal ini hanya mengambil sampel di kelas VII A saja yang memiliki 10 kasus konsep diri dalam pergaulan.

Permasalahan konsep diri dalam pergaulan ini dapat ditanggulangi dengan berbagai macam cara salah satunya melalui bimbingan kelompok dan konseling individu. Cara ini dipandang tepat Karena melalui dinamika kelompok segala persoalan yang ditimbulkan dapat diurai dengan baik. Bimbingan kelompok juga dapat memberikan pemahaman pada siswa tentang bagaimana menumbuhkan konsep diri yang positif dan secara khususnya dapat juga melalui konseling individu .

Berdasarkan permasalahan tersebut guru pembimbing memberikan layanan bimbingan kelompok dan konseling individu sebagai upaya dalam membangun interaksi social yang dinamis antar teman sebaya sehingga dapat meningkatkan konsep diri yang positif dalam pergaulan sehari-hari pada peserta didik kelas VII A SMPN 9 Mataram.

Identifikasi masalah pada penelitian ini, sebagai berikut:

1. Siswa belum mengenal dirinya dengan baik.
2. Siswa belum memahami kelebihan dan kelemahan dirinya.
3. Siswa belum memiliki alternative penyelesaian masalah pergaulan yang dialaminya.

Kurangnya pemahaman akan konsep diri menimbulkan banyak permasalahan khususnya dalam berinteraksi social dalam pergaulan. Konsep diri yang positif dan membangun diyakini dapat menciptakan hubungan sosial yang kondusif sehingga segala macam kegiatan dapat berjalan dengan baik tanpa hambatan, demikian pula sebaliknya.

Melihat rendahnya tingkat kemampuan mengenal dirinya (konsep diri positif) inilah banyak terjadi perselisihan diantara teman sebaya. Mengingat permasalahan dalam pergaulan ini yang disebabkan oleh konsep diri yang negatif, maka melalui pemberdayaan kelompok sesuai dengan kewenangan dan keahlian guru pembimbing, masalah tersebut dicoba diatasi dengan menggunakan bimbingan kelompok.

Dalam penelitian ini, peneliti hanya membatasi pada satu masalah yaitu konsep diri yang negative dapat berdampak dalam pergaulan dengan teman sebayanya.

Tujuan umum PTK BK ini adalah meningkatkan kualitas pelayanan bimbingan

konseling, sehingga peserta didik dapat berinteraksi dengan baik dan harmonis di sekolah. Tujuan khususnya adalah menumbuhkan dan meningkatkan konsep diri sehingga dapat menekan permasalahan dalam pergaulan pada peserta didik kelas VII A melalui bimbingan kelompok.

2 METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) dengan subyek penelitian meliputi data-data hasil wawancara terhadap responden, sumber data, peristiwa dilapangan. Setting lokasi penelitian Tindakan BK di ruang kelas VII A dan ruang BK SMPN 9 Mataram. Jumlah siswa 30 orang dengan rincian siswa Laki-laki sebanyak 16 dan siswa perempuan sebanyak 14 orang. Dalam melakukan penelitian tindakan BK ini membutuhkan waktu 1 Semester atau 6 bulan yaitu dari bulan Oktober 2018 sampai dengan Maret tahun 2019.

Metode Penelitian yang digunakan yaitu menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan analisis studi kasus. Sumber data penelitian ini terdiri atas teknik observasi, yang ditujukan pada tiga sasaran:

1. Kepada guru pembimbing dalam mengatasi konsep diri siswa dalam pergaulan melalui bimbingan kelompok dan konseling individu.
2. Kepada siswa sewaktu mengikuti bimbingan kelompok dan konseling individu dalam upaya peningkatan konsep diri yang positif pada peserta didik.
3. Tertuju pada situasi dan kondisi saat berlangsungnya layanan bimbingan kelompok dan konseling individu.

Penelitian dengan menggunakan teknik pengamatan atau observasi adalah suatu tehnik evaluasi yang dilakukan dengan cara mengadakan pengamatan secara teliti dan pencatatan secara sistematis terhadap fenomena-fenomena yang sedang dijadikan sasaran pengamatan (evaluasi). Tehnik observasi memiliki beberapa keunggulan, yaitu karena data observasi ini dipeoleh dapat bersifat lebih objektif dalam melukiskan aspek-aspek kepribadian siswa sesuai dengan keadaan yang sebenarnya dan data observasi ini dapat

mencakup kepribadian masing-masing siswa, maka pengolahannya akan terjadi keseimbangan dalam mengevaluasi tindakan siswa yang bersangkutan.

Analisis data dilakukan terhadap hasil pengamatan ini berupa diskriptip komparatif, karena membandingkan kondisi awal pada siklus I dengan siklus II. Sedangkan indikator kinerja dalam penelitian ini berupa peningkatan konsep diri dalam pergaulan melalui bimbingan kelompok dan konseling individu.

1. Konsep diri dikatakan meningkat apabila pergaulan terjalin dengan baik dan selaras.
2. Terungkapnya penyebab terjadinya kasus pergaulan, dikalangan siswa.
3. Keterlaksanaan bimbingan kelompok dikatakan berhasil bila terjalin keaktifan dan antusias siswa dalam mengikuti kegiatan layanan.
4. Keterlaksanaan konseling individu dikatakan berhasil bila siswa mau menyadari dirinya dan mengungkapkan permasalahannya kepada pembimbing secara terbuka.

Indikator kinerja dalam penelitian ini berupa peningkatan konsep diri dalam pergaulan yang dianalisis untuk mengetahui ada tidaknya peningkatan konsep diri untuk menekan permasalahan pergaulan pada peserta didik SMP Negeri 9 Mataram dikelas VII melalui bimbingan kelompok. Kriteria peningkatan antara siklus I dan Siklus II ialah apabila sekurang-kurangnya 75% siswa SMP Negeri 9 Mataram di kelas VII A mempunyai konsep diri positif dan terhindar dari permasalahan dalam pergaulan dengan temannya.

3 PEMBAHASAN

Konsep diri pada kondisi awal masih rendah hal ini dibuktikan dengan tingkat permasalahan dalam pergaulan yang meningkat. Konsep diri mempunyai pengaruh yang penting dalam pergaulan khususnya dikalangan pelajar. Konsep diri pada siswa akan mengarah pada pembiasaan dalam kehidupan terutama berkaitan dengan belajar. Kurangnya konsep diri yang positif pada siswa dapat dilihat dari permasalahan dalam pergaulan yang terjadi disekolah khususnya pada siswa kelas VIIA.

Jumlah siswa kelas VII SMP Negeri 9 ini sebanyak 240 siswa yang terbagi dalam 8 kelas paralel.

Berdasarkan perencanaan layanan bimbingan kelompok yang dibuat oleh guru pembimbing peneliti bersama kolaborator, bimbingan kelompok ini dilaksanakan terhadap siswa kelas VII A yang terbagi dalam 2 kelompok. Masing-masing kelompok beranggotakan 15 siswa. Bimbingan kelompok ini dilakukan dengan melalui tahapan-tahapan bimbingan kelompok sebagaimana yang telah dibakukan. Berdasarkan hasil observasi data selama proses berlangsung sebagai berikut: (1) Hasil Pengamatan terhadap Tindakan Guru. Pada kegiatan layanan bimbingan kelompok yang dilakukan oleh guru pembimbing peneliti pada siklus I diperoleh data dari pedoman pengamatan berdasarkan kriteria penilaian pada tindakan layanan dalam bimbingan kelompok yang dikelompokkan dalam 3 tingkatan Kualitas, yaitu: Kurang Baik (<26) , Cukup Baik (26-50), dan Baik (51-75). Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa pelaksanaan tindakan guru pembimbing peneliti dalam layanan bimbingan kelompok termasuk dalam kategori tindakan cukup baik. Untuk meningkatkan layanan pada siklus II berikutnya maka tindakan-tindakan yang belum baik pada setiap tahapan pada siklus I perlu diketahui terlebih dahulu. (2) Hasil Pengamatan terhadap Siswa. Berdasarkan pengamatan terhadap siswa sewaktu mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok diperoleh temuan bahwa ada 13 siswa kondisinya berada pada level cukup baik namun masih pada posisi bawah, dan 7 orang siswa berada pada kondisi kurang baik. (3) Hasil Pengamatan terhadap Situasi Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok. (4) Hasil Pengamatan terhadap Siswa sewaktu mengikuti Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok. Berdasarkan dari hasil pengamatan pelaksanaan bimbingan kelompok terdapat siswa yang harus ditindak lanjuti untuk mengikuti kegiatan layanan berikutnya yang sudah disepakati konselii atau siswa. (5) Refleksi. Pada siklus ini telah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok yang mana dibandingkan dengan kondisi awal sebelum kegiatan tingkat perkelahian akibat konsep diri ini dari 10 kasus menjadi 7 kasus. Mengingat masih tingginya kasus konsep diri dalam pergaulan ini, dapat

diambil kesimpulan bahwa selama proses pelaksanaan bimbingan kelompok terdapat kekurangan yang harus diperbaiki pada siklus ke II.

Hasil refleksi pada siklus I ditemukan adanya beberapa hal yang belum dapat dijalankan oleh guru pembimbing peneliti dalam kegiatan layanan bimbingan kelompok. Temuan-temuan tersebut dapat dijadikan rekomendasi bagi guru pembimbing peneliti untuk dipelajari dalam pelaksanaan layanan pada siklus ke II: (1) Hasil Pengamatan terhadap pelaksanaan Tindakan Guru Pembimbing dalam layanan BKp siklus II, menunjukkan adanya peningkatan. Hasil pelaksanaan BKp pada Siklus II menunjukkan adanya peningkatan kualitas layanan dari kegiatan I ke kegiatan II. Hasil yang dicapai meskipun belum sampai pada tahapan ideal, namun sudah masuk pada kategori baik. (2) Hasil Pengamatan terhadap siswa dalam kegiatan layanan BKp Siklus II, kondisi sewaktu mengikuti kegiatan layanan BKp merupakan informasi yang memberikan gambaran tentang pengaruh yang terjadi pada siswa sebagai akibat dari perlakuan layanan BKp yang mereka terima. (3) Hasil Pengamatan terhadap Situasi Pelaksanaan Layanan bimbingan Kelompok. Berdasarkan dari hasil pengamatan dan konseling individu terdapat 2 orang siswa yang harus ditindak lanjuti untuk mengikuti kegiatan konseling individu yang terencana dimana jadwal pelaksanaan konseling sudah disepakati bersama antara guru pembimbing dengan konselii atau siswa. (4) Refleksi. Meskipun pada siklus ini layanan bimbingan kelompok , bila dibandingkan dengan kondisi awal dari siklus I dan Siklus II telah terjadi peningkatan lebih baik, pada dasarnya layanan bimbingan konseling khususnya bimbingan kelompok dan konseling individu harus terus ditingkatkan melalui tehnik pendekatan-pendekatan yang sesuai dengan kondisi dilapangan.

Dengan demikian maka pembahasan hasil PTK BK ini dapat dipaparkan melalui tabel berikut:

Tabel 1: Tindakan Guru dan Dampaknya

Tindakan guru pembimbing	Dampak Tindakan	Hasil
Layanan BKp Siklus I	Kondisi siswa = 12”cukup baik”	Penurunan jumlah

= cukup baik	dan 7 siswa kurang baik, dapat dikatakan Iklim Penyelenggaraan = baik	kasus dalam pergaulan nakibat dari kurangnya konsep diri dari 10 kasus menjadi 7 kasus
Layanan BKp Siklus II = Baik	Semua anggota kelompok termasuk dalam kategori “cukup Baik”, sehingga dapat dikatakan Iklim Penyelenggaraan = baik	Penurunan jumlah kasus dalam pergaulan nakibat dari kurangnya konsep diri dari 7 kasus menjadi 2 kasus

4 SIMPULAN

Sesuai dengan tujuan penelitian yang didasarkan pada analisis data terhadap hasil pengamatan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: (1) Penggunaan layanan bimbingan kelompok memberikan tempat dan peluang kepada siswa untuk mengungkapkan gagasan sesuai dengan masalah yang mereka hadapi; (2) Penggunaan layanan bimbingan kelompok dapat menjadikan solusi alternatif atas permasalahan yang terjadi dalam kelompoknya; (3) Melalui layanan bimbingan kelompok juga menjadikan sarana dalam peningkatan konsep diri antar individu, sehingga dapat menekan permasalahan dalam pergaulan; (4) Dari Layanan bimbingan kelompok inilah permasalahan - permasalahan individu yang membutuhkan penanganan lanjutan dapat diberikan melalui Layanan konseling individu. Sehingga dengan demikian diharapkan siswa dapat mengentaskan permasalahan yang dihadapi dan menjadi pribadi yang berkembang dengan optimal.

Berdasarkan kesimpulan dari hasil PTK ini kepada pihak-pihak terkait disarankan kepada:

- (1) Guru pembimbing peneliti lainnya untuk melakukan PTK BK melalui layanan bimbingan lainnya agar masalah yang dihadapi peserta didik dapat diselesaikan secara professional;
- (2) Guru Pembimbing perlu menjalin kerjasama untuk meningkatkan penelitian terhadap permasalahan yang muncul;
- (3) Guru Pembimbing perlu mendalami dan memahami berbagai tehnik pendekatan dalam konseling;
- (4) Guru Pembimbing perlu mengadakan dan mengembangkan budaya meneliti sesuai dengan bidang garapnya

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, A., & Appulembang, Y. A. (2017). Pengaruh Pola Asuh terhadap Kualitas Hidup Siswa Pelaku Tawuran. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni, 1*(1), 210. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v1i1.351>
- Atmoko, T. (2011). Pengenalan Sistem Kelompok Sosial Pada Primata Sebagai Salah Satu Dasar Informasi Upaya Konservasi. *Hasil-Hasil Riset Untuk Mendukung Konservasi Yang Bermanfaat Dan Pemanfaatan Yang Konservatif*, 167.
- Latifah, Fi. (2012). Hubungan Karakteristik Anak Usia Sekolah dengan Kejadian Bullying di Sekolah Dasar X Bogor. *Skripsi*, p. 87.
- M, R. A. A., Rianti, E., Amelia, S. H., Nova, M., Novita, N., & Lestarina, E. (2017). Konsep Diri Remaja dan Peranan Konseling. *Jurnal Penelitian Guru Indonesia, 2*(2), 40–47.
- Mulyana, R., Pendahuluan, A., & Naess, M. A. (2009). Penanaman Etika Lingkungan Melalui. *Jurnal Tabularasa Pps Unimed, 6*(2), 175–180.
- Paparang, O. E. (2017). Peran Serta Warga Sekolah dalam Melaksanakan Program Adiwiyata Di Sma Negeri 9 Lempake Samarinda. *eJournal Administrasi Negara, 5*(2), 5922–5933.
- Rifandi, F. P. dan A. (2018). Profil Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Lingkungan Sekolah Pada Siswa Madrasah Ibtida'iyah Wangkis Ngemplak Boyolai. *Prosiding Seminar Nasional, 0*(0).