

**LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN
CLIENT CENTERED UNTUK MENGATASI KONSEP DIRI
NEGATIF PADA SISWA KELAS X SMA HARAPAN
MEKAR TAHUN PEMBELAJARAN 2018/2019**

SKRIPSI

*Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Mempengaruhi
Syarat Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling*

OLEH

HEPY KURNIATI

NPM. 1502080130



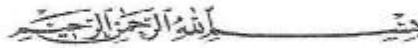
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**

MEDAN

2019

BERITA ACARA

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata 1
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.



Panitia Ujian Sarjana Strata-1 Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam sidangnya yang diselenggarakan pada hari Rabu tanggal 25 September 2019 pada pukul 08.00 WIB sampai dengan selesai. Setelah mendengar, memperhatikan, dan memutuskan bahwa :

Nama Lengkap : Hepy Kurniati
NPM : 1502080130
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Client Centered* Untuk Mengatasi Konsep Diri Negatif Pada Siswa Kelas X SMA Harapan Mekar Tahun Pembelajaran 2018/2019.

Dengan diterimanya skripsi ini, sudah lulus dari ujian komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Ditetapkan : () Lulus Yudisium
() Lulus Bersyarat
() Memperbaiki Skripsi
() Tidak Lulus

Ketua  Sekretaris 
Dr. H. Elcianto Nasution, S.Pd, M.Pd **Dra. Hj. Syamsunrita, M.Pd**
Anggota Penguji :
1. Dra. Jamila, M.Pd 1. 
2. Drs. Zaharuddin Nur, M.M 2. 
3. Sefni Rama Putri, S.Pd, M.Pd 3. 

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang diajukan oleh mahasiswa/i di bawah ini:


Nama Lengkap : Hepy Kurniati
N.P.M : 1502080130
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Client Centered* Untuk Mengatasi Konsep Diri Negatif Pada Siswa Kelas X SMA Harapan Mekar Tahun Pembelajaran 2018/2019.

Sudah layak disidangkan.

Medan, September 2019

Disetujui oleh :

Dosen Pembimbing

a/n. 

Sefni Rama Putri, S.Pd, M.Pd

Diketahui oleh :



Dr. H. Eftianto Nasution, S.Pd, M.Pd

Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling


Dra. Jamila, M.Pd



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA
UTARAFAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: fkip@umsu.ac.id

SURAT PERNYATAAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Hepy Kurniati
NPM : 1502080130
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Proposal : Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Client Centered*
Untuk Mengatasi Konsep Diri Negatif Pada Siswa Kelas X IPS
SMA Harapan Mekar Tahun Pembelajaran 2018/2019.

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Penelitian yang saya lakukan dengan judul di atas belum pernah di teliti di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Penelitian ini akan saya lakukan sendiri tanpa ada bantuan dari pihak manapun dengan kata lain penelitian ini tidak saya tempahkan (dibuat) oleh orang lain dan juga tidak tergolong *plagiat*.
3. Apabila point 1 dan 2 diatas saya langgar maka saya bersedia untuk dilakukan pembatalan terhadap penelitian tersebut dan saya bersedia mengulang kembali mengajukan judul penelitian yang baru dengan catatan mengulang seminar kembali.

Demikian surat pernyataan ini saya perbuat tanpa ada paksaan dari pihak manapun juga, dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan Mei 2019

Hormat Saya

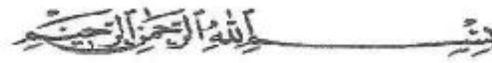
Yang membuat pernyataan,



Hepy Kurniati





Diketahui oleh ketua program studi
Pendidikan bimbingan dan konseling

Dra. Jamila, M.Pd



BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara
 Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
 Nama : Hepy Kurniati
 NPM : 1502080130
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling
 Judul Skripsi : Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Client Centered* Untuk Mengatasi Konsep Diri Negatif Pada Siswa Kelas X SMA Harapan Mekar Tahun Pembelajaran 2018/2019

Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf
17 Agustus 2019	Diskusi angket penelitian Diskusi pengolahan data penelitian	
10 September 2019	Diskusi hasil penelitian bab 4 dan 5	
13 September 2019	Diskusi abstrak dan kata pengantar Diskusi skripsi keseluruhan	
19 September 2019	ACC sidang meja hijau	

Unggul | Cerdas | Terpercaya

Medan, September 2019

Diketahui Oleh:
 Ketua Program Studi
 Bimbingan dan Konseling



Dra. Jamila, M.Pd

Dosen Pembimbing



Sefni Rama Putri, S.Pd., MPd

ABSTRAK

Hepy Kurniati. NPM. 1502080130: “Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Client Centered* untuk Mengatasi Konsep Diri Negatif Pada Siswa Kelas X SMA Harapan Mekar Tahun Pembelajaran 2018/2019”. Skripsi. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* untuk mengatasi konsep diri negatif pada siswa kelas X SMA Harapan Mekar Medan. Secara umum penelitian ini di tujukan kepada seluruh siswa kelas X SMA Harapan Mekar yang berjumlah 65 siswa, untuk menentukan sampel dalam penelitian ini menggunakan *sampling porpositive* yakni 6 siswa dari kelas X IPS dan IPA. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif eksperimen dengan pendekatan *One Groub Pretest-posttest Design*. hasil uji t yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa taraf signifikasi 0,05, dengan peluang $1-\alpha$ dan derajat kebebasan $dk = n_1 + n_2 - 2 = 6 + 6 - 2 = 10$ maka dari tabel t diperoleh $t = 2,228$. Dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($13,933 > 2,228$) atau $sig ,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh konsep diri negatif siswa sebelum dan sesudah dilakukan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* pada siswa kelas X SMA Harapan Mekar.

Kata Kunci: Konsep Diri Negatif. Pendekatan *Client Centered*. Konseling Kelompok

KATA PENGANTAR



Syukur Alhamdulillah Penulis sampaikan atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayahnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik, shalawat beserta salam kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman zahiliyah kedalam dunia yang penuh dengan ilmu pengetahuan. Dengan izin Allah SWT, Penulis menyelesaikan skripsi ini. Adapun judul skripsi ini adalah **“Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Client Centered* untuk Mengatasi Konsep Diri Negatif Pada Siswa Kelas X SMA Harapan Mekar Tahun Pembelajaran 2018/2019”**.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis banyak mengalami kesulitan karena terbatasnya pengetahuan, pengalaman, dan buku yang relevan, namun berkat bantuan dan motivasi baik orang tua, dosen, saudara, dan teman-teman sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan sebaik mungkin. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya teristimewa untuk kedua orang tua penulis yaitu ayah tercinta **Alm. Suharno** dan ibu tercinta **Suarti** yang telah mendidik dan membimbing penulis sehingga dapat menyelesaikan kuliah di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Penulis menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dan bimbingan yaitu kepada nama-nama yang di bawah ini;

1. Bapak **Dr. Agussani, M.A.P.** selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Bapak **Dr. H. Elfrianto Nasution, S.Pd., M.Pd.** selaku dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
3. Ibu **Dra. Jamila, M.Pd.** selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bimbingan dan saran kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak **Drs. Zaharuddin Nur, M.M.** selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
5. Ibu **Sefni Rama Putri, S.Pd., M.Pd.** selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan, dan saran kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu **Dr. Sulhati Syam M.A.** selaku dosen pembahas skripsi yang telah memberikan bimbingan dan saran kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Ibu **Deliati S.Ag., M.Ag.** selaku Dosen Penasehat Akademik BK C Pagi.
8. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan saran, bimbingan, bantuan, dan ilmu pengetahuan selama penulis mengikuti perkuliahan.
9. Seluruh Staf Biro Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.

10. Bapak **Hafizan, S.Pd.** selaku Kepala Sekolah dan Ibu **Dian Hertanti, S.Psi.** selaku Guru Bimbingan dan Konseling di SMA Harapan Mekar Medan yang membantu penulis untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut.
11. Keluarga tercinta, **Mbah Kakung dan Mbah Putri**, Kakak **Yunus Fatkhan**, juga adik **Yuana Muji Santoso**, serta seluruh keluarga yang telah memberi do'a, bantuan baik moril maupun materil serta dukungan selama ini.
12. Untuk Sahabat seperjuangan, yaitu Kakak **Widya Aulia Lubis, Annisya Dara Puspita Harahap, Reviani Agustina, Maya Sasmita, Devi Sakinah Nasution**, juga rekan seperjuangan stambuk 2015 khususnya kelas BK C Pagi yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu namanya. Terimakasih untuk kalian semua penulis ucapkan, atas kerja sama dalam menjalani perkuliahan selama ini, baik dalam keadaan suka maupun duka.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Medan, September 2019
Penulis

Hepy Kurniati
NPM. 1502080130

DAFTAR ISI

ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah.	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORITIS	9
A. Landasan teori.....	9
1. Konsep Diri.....	9
1.1 Pengertian Konsep Diri.....	9
1.2 Factor Yang Mempengaruhi Konsep Diri	11
1.3 Aspek Dalam Konsep Diri.....	12
1.4 Pengaruh Konsep Diri Terhadap Prilaku Individu	14
1.5 Karakteristik Konsep Diripositif dan Negatif.....	15
2. Konseling kelompok <i>Client Centered</i>	17

2.1 Pengertian Konseling Kelompok <i>Client Centered</i>	17
2.2 Fungsi Layanan Konseling Kelompok	18
2.3 Tujuan Konseling Kelomok <i>Client Centered</i>	19
2.4 Prosedur Konseling Kelompok <i>Client Centered</i>	20
2.5 Ciri-Ciri Konseling Kelompok <i>Client Centered</i>	24
2.6 Keterampilan Konselor Dalam Pendekatan <i>Client Centered</i>	25
B. Kerangka Konseptual.....	25
C. Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Lokasi Dan Waktu Penelitian	28
B. Populasi dan Sample.....	29
C. Variabel Penelitian.....	30
D. Definisi Operasional Variabel	33
E. Insrtumen Penelitian	33
F. Teknik Analisis Data	36
BAB IV PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN	40
A. Gambaran umum sekolah	40
B. Deskripsi hasil penelitian	42
C. Pengujian hipotesis	47
1. Uji persyaratan analisis.....	47
1.1 Uji normalitas	47
1.2 Uji <i>T-Test</i>	48
D. Pembahasan dan Hasil Diskusi Penelitian.....	53

E. Keterbatasan penelitian.....	60
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	62
A. Kesimpulan.....	62
B. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA.....	65
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1: Jadwal Rencana Kegiatan	28
Tabel 3.2: Populasi Penelitian.....	29
Tabel 3.3: Sampel Penelitian	30
Tabel 3.4: Pemberian Skor Angket Berdasarkan Sekala <i>Likert</i>	34
Tabel 3.5: Kisi-Kisi Angket Sebelum Uji Coba	34
Tabel 3.6: Kisi-Kisi Angket Sesudah Uji Coba	35
Tabel 3.7: Klasifikasi Kategori Tingkat Konsep Diri Negatif.....	37
Tabel 4.1: Data Siswa 4 Tahun Terakhir	41
Tabel 4.2: Data Ruang Kelas	41
Tabel 4.3: Data Ruang Lain	42
Tabel 4.4: Data Guru.....	42
Tabel 4.5: Hasil <i>Pre-Test</i>	43
Tabel 4.6: Jadwal Kegiatan Penelitian.....	44
Tabel 4.7: Hasil <i>Post-Test</i>	47
Tabel 4.8: Hasil Uji Normalitas	48
Tabel 4.9: Paired Sample <i>Statistica</i>	49
Tabel 4.10: Hasil Uji <i>T-Test</i>	52
Tabel 4.11: Gambaran Sebelum Diberikan Layanan.....	53
Tabel 4.12: Gambaran Sesudah Diberikan Layanan.....	54
Tabel 4.13: Pengaruh Terhadap Konsep Diri Negatif Siswa.....	55
Tabel 4.14: Kategori Perbedaan Sebelum dan Sesudah.....	56
Tabel 4.15: Perbedaan Sebelum dan Sesudah.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1: Rancangan <i>Quasi Eksperimen</i>	26
Gambar 2: Desain Penelitian	32
Gambar 3: Diagram Sebelum Perlakuan <i>Pre-Test</i>	53
Gambar 4: Diagram Sesudah Perlakuan <i>Post-Test</i>	54
Gambar 5: Diagram Pengaruh Konsep Diri Negatif Siswa	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Tabulasi Hasil <i>Pre-Test</i>	68
Lampiran 2: Tabulasi Hasil <i>Post-Test</i>	69
Lampiran 3: RPL 1.....	70
Lampiran 4: RPL 2.....	74
Lampiran 5: RPL 3.....	79
Lampiran 5: RPL 4.....	83
Lampiran 6: Angket Sebelum Uji Validitas Ahli	87
Lampiran 7: Angket Sesudah Uji Validitas Ahli	91
Lampiran 8: Uji Normalitas	92
Lampiran 9: Uji <i>T-Test</i>	93
Lampiran 10: Daftar hadir siswa.....	94
Lampiran 11: Lembar Pengesahan Seminar Proposal	95
Lampiran 12: from K-1	96
Lampiran 13: From K-2	97
Lampiran 14: From K-3	98
Lampiran 15: Berita Acara Bimbingan Proposal.....	99
Lampiran 16: Berita Acara Seminar Proposal Skripsi.....	100
Lampiran 17: Lembar Pengesahan Hasil Seminar Proposal.....	101
Lampiran 18: Surat Pernyataan.....	102
Lampiran 19: Keterangan Plagiat	103
Lampiran 20: Surat Permohonan Penelitian	104
Lampiran 21: Surat Balasan Penelitian	105

Lampiran 22: Lembar Pengesahan Skripsi	106
Lampiran 23: Berita Acara Bimbingan Skripsi	107
Lampiran 24: Dokumentasi.....	108
Lampiran 25: Riwayat Hidup Penulis.....	109

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan dasar dari kelangsungan hidup individu. Melalui pendidikan, individu memperoleh informasi dan pengetahuan yang dapat digunakan untuk mengembangkan diri berdasarkan kemampuan dan kesempatan yang ada.

Menurut UU No. 20 Tahun 2003 Tentang Sisdiknas BAB II Pasal 3

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif dan mandiri.

Pendidikan tidak dapat dipisahkan oleh sekolah, karena dengan adanya sekolah maka tujuan dari pendidikan dapat terwujud.

Menurut Sujanto (2018:7)

Sekolah adalah sebagai subsistem dari system pendidikan nasional memiliki beberapa komponen seperti siswa (sebagai input utama), guru dan personel sekolah lainnya, sarana belajar mengajar, alat peraga, buku pelajaran, kurikulum, biaya pendidikan, serta lingkungan sekolah dan masyarakat, yang saling berkaitan dan mendukung demi terwujudnya proses dan hasil pendidikan yang lebih baik.

Dari pengertian sekolah diatas maka salah satu komponen sekolah adalah guru dan siswa. Menurut Sagala (2013:6) “Guru sebagai pendidik adalah tokoh yang paling banyak bergaul dan berinteraksi dengan para siswa dibandingkan dengan personel lainnya disekolah”.

Menurut Sagala (2013:6) “Guru bertugas merencanakan dan melaksanakan pembelajaran, menilai hasil pembelajaran, melakukan bimbingan dan pelatihan, melakukan penelitian dan pengkajian dan membuka komunikasi dengan masyarakat”.

Siswa merupakan pelajar yang duduk dimeja belajar setara Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), maupun Sekolah Menengah Atas (SMA). Guru memiliki peran penting untuk dapat membantu tercapainya tujuan pendidikan disekolah. Seorang guru khususnya guru BK, memiliki peran aktif dalam pemecahan masalah dan pengembangan potensi siswa. Dalam pelaksanaannya, seorang guru BK hendaknya memberikan layanan yang tepat kepada peserta didik sesuai dengan permasalahan yang terjadi. Permasalahan yang terjadi akan berbeda-beda seiring berjalannya waktu dari masa anak-anak menuju dewasa.

Masa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini, remaja banyak mengalami perubahan, seperti perubahan konsep tentang dirinya. Bachri (2013:123) menyatakan “Konsep diri sebagai gambaran atau pengetahuan tentang diri sendiri mencakup jasmaniah, diri social dan diri spiritual”. Konsep diri yang di miliki oleh remaja akan mengalami perkembangan terus menerus. Perkembangan konsep diri ini bisa ke arah positif maupun ke arah negatif.

Dalam konteksnya, konsep diri yang positif berarti dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang sangat bermacam-macam tentang dirinya sendiri, sehingga evaluasi terhadap dirinya menjadi positif, namun jika konsep diri remaja tersebut negatif maka akan cenderung tidak pandai atau tidak sanggup dalam

mengungkapkan penghargaan serta pengakuan pada orang lain, merasa tidak disenangi oleh orang lain, dan bersikap pesimis terhadap dirinya sendiri. Menurut Narti (2014:8) “Bila konsep diri yang muncul berisikan julukan diri yang negatif, ramalan ketidak mampuan, dan kegagalan, kita dapat mengubah konsep diri tersebut menjadi pengaruh yang baru dan lebih sehat”.

Berdasarkan fenomena-fenomena yang terjadi di SMA Harapan Mekar, dari hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti serta wawancara dengan guru BK, diketahui bahwa sebagian siswa mengalami konsep diri negatif. Hal ini terlihat saat kegiatan belajar mengajar berlangsung. Didalam kegiatan belajar-mengajar, ada sebagian siswa cenderung merasa takut dan maludalam mengeluarkan pendapat, siswa tidak merasa yakin terhadap kemampuannya, sehingga lebih memilih duduk dan hanya mendengarkan penjelasan dari guru. Tidak hanya pada satu mata pelajaran tertentu saja, menurut penjelasan dari guru BK dan guru-guru mata pelajaran, siswa-siswa tersebut memang kurang aktif saat proses belajar mengajar berlangsung, siswa terlihat tidak memiliki minat dalam persaingan di kelas, hanya diam dan mendengarkan padahal siswa tersebut juga memiliki kemampuan yang setara dengan teman yang lain. Saat di dalam kelas atau di luar kelas, siswa tersebut membentuk satu kelompok, baik itu kelompok bermain atau kelompok belajar.

Prilaku diatas menandakan siswa belum mengenal dan mengetahui bahwa dirinya adalah seseorang yang harus mencerminkan dirinya sebagai seorang peserta didik yang mempunyai konsep diri positif.

Apabila fenomena-fenomena konsep diri negatif siswa dibiarkan terus menerus, maka nantinya akan mengganggu perkembangan siswa dalam belajar

serta dalam kepribadiannya. Oleh karena itu guru BK dituntut untuk membantu dalam penyelesaian masalah tersebut. Guru harus dapat meningkatkan dan mengembangkan konsep diri siswa ke arah yang lebih positif. Dalam penyelesaian masalah tersebut, upaya guru BK di sekolah untuk meningkatkan dan mengembangkan konsep diri yang cenderung masih negatif yaitu melalui layanan konseling individu, akan tetapi upaya yang dilakukan kurang optimal, karena kegiatan itu belum dapat dilakukan secara intensif oleh guru BK, sedangkan usaha penelitian ini untuk mengatasi konsep diri negatif adalah dengan mengoptimalkan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*.

Layanan konseling kelompok adalah layanan yang diberikan kepada sekelompok individu, untuk mengarahkan, mengembangkan, serta mencegah hal-hal yang bersifat negatif yang kemungkinan akan dilakukan individu. Sesuai dengan pernyataan tersebut, menurut Adiputra (2015:24) “Konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan pengembangan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya”. Tujuan dari layanan konseling kelompok menurut Krumboltz (dalam Lubis, 2016:55) yaitu “Mengubah penyesuaian perilaku yang salah, belajar membuat keputusan dan mencegah timbulnya masalah”. Didalam memberikan layanan konseling kelompok terdapat tahapan-tahapan yang dapat dilakukan oleh guru BK yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran.

Layanan konseling kelompok dapat dilakukan dengan berbagai pendekatan, salah satunya dengan menggunakan pendekatan *client centered*. Pendekatan *client centered* adalah suatu pendekatan dari konselor kepada klien

yang dikembangkan oleh Carl R. Rogers. Rogers menyatakan bahwa manusia adalah pribadi-pribadi yang memiliki potensi untuk memecahkan permasalahannya sendiri. Senada dengan itu Willis (dalam Lubis, 2014:154) “Mengatakan bahwa *client centered* sering pula disebut sebagai psikoterapi *non-directive* yang merupakan metode perawatan psikis yang dilakukan dengan berdialog dengan klien agar tercapai gambaran antara *ideal self* (diri ideal) dengan *actual self* (diri sebenarnya). Tujuan pendekatan *client centered* menurut Lubis (2016:59) meliputi “Menyadarkan penghambat pertumbuhan dan aspek pengalaman pribadi diri yang sebelumnya diingkari, dan membantu klien agar mampu bergerak kearah keterbukaan terhadap pengalaman serta meningkatkan spontanitas dan perasaan hidup”.

Hal ini diperkuat oleh penelitian terdahulu, menurut Nursanthi (2011) dapat diketahui bahwa setelah diberikan layanan informasi dengan media visual gambaran konsep diri siswa mengalami kenaikan sebesar 6,92%. Hal ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan siswa mampu memahami dan mengerti tentang konsep diri yang baik, sehingga konsep diri siswa setelah diberikan perlakuan lebih tinggi dibandingkan sebelum diberikan perlakuan. Hal ini juga menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat konsep diri siswa sebelum dan setelah mendapatkan layanan informasi dengan media visual.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Astuti (2018) menunjukkan bahwa adanya pengaruh terhadap peningkatan percaya diri setelah dilaksanakan layanan konseling kelompok teknik *client centered*.

Dari berbagai penjelasan diatas merupakan berbagai upaya dan bukti yang memberikan gambaran bahwa konsep diri siswa dapat dikembangkan dengan

berbagai cara salah satunya bisa melalui layanan bimbingan dan konseling, yaitu dengan layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *client centered*.

Berdasarkan uraian diatas penulis sangat tertarik untuk melaksanakan suatu penelitian dengan judul “**Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Client Centered* Untuk Mengatasi Konsep Diri Negatif Pada Siswa Kelas X SMA Harapan Mekar Tahun Pembelajaran 2018/2019**”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di kemukakan diatas, maka masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut :

1. Siswa kurang aktif saat kegiatan belajar mengajar berlangsung.
2. Siswa terlihat tidak memiliki minat dalam persaingan di kelas.
3. Siswa kurang memahami tentang kemampuan dirinya.
4. Siswa kurang yakin atas kemampuannya.
5. Siswa cenderung takut dan malu untuk menyampaikan pendapat.

C. Batasan Masalah

Karena terbatasnya waktu maka peneliti membatasi masalah penelitian ini yaitu: Layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* untuk mengatasikonsep diri negatif siswa kelas X Harapan Mekar Tahun Pembelajaran 2018/2019.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, idetifikasi masalah dan batasan masalah maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini adalah:

1. Bagaimana gambaran konsep diri negatif siswa sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*?
2. Bagaimana gambaran konsep diri negatif siswa sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*?
3. Apakah ada pengaruh konsep diri negatif siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*?
4. Apakah ada perbedaan konsep diri negatif siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui gambaran konsep diri negatif siswa sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*.
2. Untuk mengetahui gambaran konsep diri negatif siswa sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*.
3. Untuk mengetahui Apakah ada pengaruh konsep diri negatif siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*.
4. Untuk mengetahui apakah ada perbedaan konsep diri negatif siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*.

F. Manfaat Penelitian

- a. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan referensi ilmiah untuk penelitian selanjutnya.

b. Manfaat praktis

Adapun manfaat praktis dalam penelitian ini adalah:

1. Bagi peneliti, pemelitian ini memberikan kesempatan kepada peneliti untuk terjun ke lapangan secara langsung untuk mengatasi konsep diri negatif siswa dengan pendekatan *client centered* melalui layanan konseling kelompok.
2. Bagi guru BK, yaitu guru BK mendapat pendekatan baru dalam mengatasi konsep diri negatif siswa.
3. Bagi sekolah, yaitu memberikan sumbangan pemikiran, informasi, dan evaluasi dalam rangka pengembangan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* untuk mampu memberikan pemahaman dan pengembangan kepada siswa bahwa konsep diri negatif dapat diubah kearah yang lebih positif.
4. Bagi siswa, siswa dapat mengatasi konsep diri negatif dengan pendekatan *client centered* melalui layanan konseling kelompok.

BAB II

LANDASAN TEORITIS

A. Kajian Teori

1. Konsep Diri

1.1 Pengertian Konsep Diri

Konsep diri merupakan bagian penting dalam perkembangan kepribadian individu. Seperti dikemukakan Rogers (dalam Thalib, 2013:121) bahwa “Konsep kepribadian yang paling utama adalah diri”. Manusia sebagai makhluk individu mampu mengembangkan diri, mampu meningkatkan kualitas hidup, dan dengan kelebihan yang dimiliki berusaha untuk meminimalkan kekurangannya. Modal awal dari perkembangan diri adalah mengenal dan memahami diri sendiri, sehingga akan mudah menentukan arah untuk mencapai tujuan. Menurut Lukaningsih (2010:21) “Diri adalah sebuah ciri, jenis kelamin, pengalaman, latar belakang budaya, pendidikan dan sebagainya yang melekat pada seseorang”. Senada dengan itu, Thalib (2013:121) mengungkapkan bahwa diri berisi “Ide-ide, persepsi-persepsi dan nilai-nilai yang mencakup kesadaran tentang diri sendiri”. Sementara itu, Lukaningsih (2010:13) mendefinisikan diri adalah “Kombinasi motif yang memiliki nilai dan perilaku yang bersifat khas pribadi, serta diri akan membedakan seseorang dengan orang lain”.

Dari penjelasan diatas, dapat dipahami bahwa semakin dewasa dan tinggi kecerdasan seseorang dalam mengembangkan dirinya, maka semakin

mampu ia menggabarkan diri sendiri, dan semakin baik konsep dirinya.

Konsep diri merupakan aspek penting dalam perkembangan psikososial peserta didik. Hal ini karena konsep diri merupakan salah satu hal yang menentukan dalam proses pendidikan. Sebagai sebuah konstruk psikologi, konsep diri didefinisikan secara berbeda oleh para ahli. Thalib (2013:123) menyatakan “Konsep diri sebagai gambaran atau pengetahuan tentang diri sendiri mencakup jasmaniah, diri sosial dan diri spiritual”. Senada dengan itu Seift dan Hoffnung (dalam Desmita, 2017:163) mendefinisikan konsep diri sebagai “Suatu pemahaman mengenai dirinya sendiri atau ide tentang dirinya sendiri”. Sementara itu Atwater (dalam Desmita, 2017:163) menyebutkan bahwa “Konsep diri adalah keseluruhan gambaran diri yang meliputi persepsi seseorang tentang diri, perasaan, keyakinan dan nilai-nilai yang berhubungan dengan dirinya”.

Dari penjelasan diatas, dapat dipahami bahwa pengertian konsep diri yaitu, pandangan dan penilaian seseorang tentang dirinya juga gambaran atau pengetahuan tentang dirinya sendiri, yaitu tentang siapa saya menurut pikiran saya, dalam posisi mana saya berada dan apa yang boleh dan tidak boleh saya lakukan.

Ada dua pembagian dalam konsep diri yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Lukaningsih (2010:126) mendefinisikan sikap Positif yaitu “Merupakan perwujudan nyata dari intensitas perasaan yang memperhatikan hal-hal yang positif”. Suasana jiwa yang lebih mengutamakan kegiatan kreatif daripada kegiatan yang menjemukan. Kegembiraan daripada kesedihan, harapan daripada keputusasaan. Sikap positif juga mencerminkan orang yang memiliki kepercayaan diri yang baik. Bila sesuatu terjadi, sehingga membelokkan focus

mental seseorang kearah yang negatif, mereka yang positif mengetahui cara memulihkan dirinya.

Dari penjelasan diatas, dapat dipahami bahwa individu yang memiliki konsep diri positif yaitu, individu yang dapat mengetahui dan memperhatikan hal-hal positif pada dirinya, dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang sangat bermacam-macam tentang dirinya sendiri, sehingga evaluasi terhadap dirinya menjadi positif.

Sedangkan itu sikap negatif menurut Lukaningsih (2010:127) “Tercermin pada muka yang muram, sedih, suara parau, penampilan diri yang tidak bersahabat, sesuatu yang menunjukkan ketidak ramahan, ketidak menyenangkan, dan tidak memiliki kepercayaan diri”. Sikap negatif ini akan mengarahkan seorang individu pada kesulitan diri dan kegagalan.

Dari penjelasan di atas, dapat dipahami bahwa individu yang memiliki konsep diri negatif yaitu individu tersebut cenderung tidak pandai atau tidak sanggup dalam mengungkapkan penghargaan serta pengakuan pada orang lain, merasa tidak disenangi oleh orang lain, dan bersikap pesimis terhadap dirinya sendiri.

1.2 Factor Yang Mempengaruhi Konsep Diri

Banyak faktor yang mempengaruhi konsep diri. Menurut Thalib (2013:124-125) factor-faktor yang mempengaruhi konsep diri ini mencakup “Factor keadaan fisik dan penilaian orang lain mengenai fisik individu, factor keluarga termasuk pengasuhan orang tua, pengalaman perilaku kekerasan, sikap saudara dan status social ekonomi, dan factor lingkungan sekolah”.

Senada dengan itu, Menurut Rakhmat (dalam Nurshanti, 2011) menyebutkan “Orang lain dan kelompok rujukan (*reference group*) sebagai faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri. Kita mengenal diri kita dengan mengenal orang lain lebih dahulu”. Jika kita diterima orang lain, dihormati, dan disenangi karena keadaan diri kita, kita akan cenderung bersikap menghormati dan menerima diri kita”. Sebaliknya, bila orang lain selalu meremehkan seorang individu, menyalahkan dan menolak individu tersebut, maka individu akan cenderung tidak akan menyenangi dirinya.

Kelompok rujukan (*reference group*) yang dimaksudkan bahwa dalam pergaulan bermasyarakat, individu pasti menjadi anggota berbagai kelompok seperti: rukun tetangga, rukun warga, ikatan warga, atau bermacam-macam ikatan lainnya. Setiap kelompok biasanya mempunyai norma tertentu. Ada kelompok yang secara emosional mengikat individu. Ini yang disebut kelompok rujukan (*reference group*). Melihat kelompok ini, orang mengarahkan perilakunya dan menyesuaikan dirinya dengan cirri-ciri kelompoknya.

Sesuai dari penjelasan diatas, maka dapat dipahami bahwa faktor yang mempengaruhi konsep diri yaitu, factor keadaan fisik, penilaian orang lain, factor keluarga, pengalaman, sosial ekonomi, dan lingkungan.

1.3 Aspek Dalam Konsep Diri

Menurut Hurlock (dalam Hutagalung, 2007:22) “Mengemukakan bahwa konsep diri dapat dibagi menjadi dua yaitu konsep diri yang sebenarnya dan konsep diri yang ideal”.

- a. Konsep diri sebenarnya : Merupakan konsep seseorang tentang dirinya yang sebagian besar ditentukan oleh peran dan hubungannya dengan orang lain serta persepsinya tentang penilaian orang lain terhadap dirinya.
- b. Konsep diri ideal : Merupakan gambaran seseorang mengenai ketrampilan dan kepribadian yang di dambakannya.

Menurut Hutagalung (2007:22) “Setiap macam konsep diri mempunyai aspek fisik dan psikologis”. Aspek fisik terdiri dari konsep yang dimiliki individu tentang penampilannya, kesesuaian dengan seksnya, arti penting tubuhnya dalam hubungan dengan prilakunya, dan gengsi yang diberikan tubuhnya dimata orang lain. Aspek psikologis terdiri dari konsep individu tentang kemampuan dan ketidak mampuannya, harga dirinya dan hubungannya dengan orang lain.

Senada dengan itu Calhoun Acocella (Dalam Risnawita dan Ghufroon, 2018:17-18) mengatakan bahwa “Konsep diri terdiri dari tiga dimensi atau aspek yaitu: pengetahuan, harapan dan penilaian”. Penjelasannya sebagai berikut:

1. Pengetahuan

Pengetahuan adalah apa yang individu ketahui tentang dirinya. Individu didalam benaknya terdapat satu daftar yang menggambarkan tentang dirinya, kelengkapan atau kekurangan fisik, usia, jenis kelamin, kebangsaan, suku, pekerjaan, agama, dan lain-lain. Pengetahuan tentang diri juga berasal dari kelompok social yang diidentifikasi oleh individu tersebut.

2. Harapan

Pada saat-saat tertentu, seorang yang mempunyai suatu aspek pandangan tentang dirinya, individu juga mempunyai satu aspek pandangan tentang kemungkinan dirinya menjadi apa dimasa depan. Singkatnya individu mempunyai

harapan bagi dirinya sendiri untuk menjadi diri yang ideal. Diri yang ideal ini sangat berbeda pada masing-masing individu.

3. Penilaian

Didalam penilaian, individu berkedudukan sebagai penilai tentang dirinya sendiri. Apakah bertentangan dengan (1) “siapakah saya”, pengharapan bagi individu; (2) “seharusnya saya menjadi apa”, standar bagi individu. Hasil penilaian tersebut disebut harga diri. Semakin tidak sesuai antara harapan dan standar diri, maka akan semakin rendah harga diri seseorang”.

Dari beberapa penjelasan diatas, dapat dipahami bahwa aspek dalam konsep diri yaitu aspek pengetahuan, harapan dan penilaian.

1.4 Pengaruh Konsep Diri Terhadap Prilaku Individu

Ada tiga peran penting dari konsep diri sebagai penentu prilaku menurut Pujijogjanti (dalam Risnawita dan Ghufon, 2018:18-19) yaitu “Konsep diri berperan dalam mempertahankan keselarasan batin, keseluruhan sikap dan pandangan individu terhadap diri berpengaruh besar terhadap pengalamannya, dan konsep diri adalah penentu pengharapan individu”.

- a. Konsep diri berperan dalam mempertahankan keselarasan batin. Pada dasarnya individu selalu mempertahankan keseimbangan dalam kehidupan batinnya. Bila timbul perasaan, pikiran, dan persepsi yang tidak seimbang atau bahkan saling berlawanan, maka akan terjadi iklim psikologi yang tidak menyenangkan sehingga akan mengubah prilaku.
- b. Keseluruhan sikap dan pandangan individu terhadap diri berpengaruh besar terhadap pengalamannya. Setiap individu akan memberikan penafsiran yang berbeda terhadap suatu yang dihadapi.

c. Konsep diri adalah penentu pengharapan individu. Jadi pengharapan adalah inti dari konsep diri. Konsep diri merupakan seperangkat harapan dan penilaian perilaku yang menunjuk pada harapan tersebut. Sikap dan pandangan negatif terhadap kemampuan diri menyebabkan individu menetapkan titik harapan yang rendah. Titik tolak yang rendah menyebabkan individu tidak mempunyai motivasi yang tinggi.

Sedangkan Thalib (2013:125) mengatakan bahwa “Secara luas hasil penelitian mengungkapkan, rendahnya konsep diri menjadi problem perilaku yang berkaitan dengan motivasi belajar yang rendah, kurangnya inisiatif dan tanggung jawab sosial”. Rendahnya konsep diri ini akan berpengaruh dengan agresi (perasaan marah akibat kekecewaan atau kegagalan dalam mencapai pemuasan) dan perilaku kekerasan, prasangka, kecemasan, depresi, dan gangguan mental lainnya. Rendahnya konsep diri merupakan salah satu faktor utama yang mempengaruhi kualitas dan fungsi individu dalam masyarakat.

Menurut penjelasan diatas, maka dapat dipahami bahwa konsep diri sangat berpengaruh terhadap perilaku individu, karena konsep diri ini yang berperan dalam mempertahankan keselarasan batin, dan penentu pengharapan individu.

1.5 Karakteristik Konsep Diri positif dan Negatif

Ada pembagian pada konsep diri individu, Konsep diri ini dibagi atas konsep diri yang positif dan konsep diri yang negatif. Karakteristik mengenai konsep diri yang positif menurut R.B. Burns (dalam Hutagalung, 2007:25) secara umum tercermin dari keadaan diri yaitu “Orang yang terbuka, orang yang tidak mengalami hambatan untuk berbicara dengan orang lain, bahkan dalam situasi

yang masih asing sekalipun, dan orang yang cepat tanggap dalam situasi sekelilingnya”.

Individu yang memiliki konsep diri positif, cenderung menyenangi dan menghargai dirinya sendiri, sebagaimana sikap mereka terhadap orang lain. Individu dengan konsep diri positif ini juga memiliki rasa aman dan percaya diri yang tinggi, mampu lebih menerima dan memberi pada orang lain, memiliki keyakinan dan kepercayaan diri untuk menanggulangi masalah bahkan dihadapkan dengan kegagalan sekalipun dapat dihadapi dengan jiwa yang besar. Individu ini juga dapat memandang dunia ini sebagai tempat yang menyenangkan. Mereka juga tidak memiliki kekhawatiran terhadap masa lalu dan masa yang akan datang.

Sedangkan menurut R.B. Burns (dalam Hutagalung, 2007:23-24) karakteristik mengenai konsep diri yang negatif secara umum tercermin dari keadaan diri sebagai berikut:

- a. Individu sangat peka dan mempunyai kecenderungan sulit menerima kritik dari orang lain. Kritik dipandang sebagai pengabsahan lebih lanjut kepada inferioritas mereka.
- b. Individu yang mengalami kesulitan dalam berbicara dengan orang lain. Sikap yang hiperkritis dipergunakan untuk mempertahankan citra diri yang goyah dan mengarahkan kembali perhatian kepada kekurangan dari orang lain daripada kekurangan dirinya sendiri.
- c. Individu yang sulit mengakui bahwa dirinya salah. Terdapat kompleks penyiksaan dimana kegagalan ditempatkan pada rencana tersembunyi dari orang lain dan kesalahan ditunjukkan kepada orang lain. Dengan kata lain, kelemahan pribadi dan kegagalan diri tidak mau diakui sebagai bagian dari dirinya sendiri.
- d. Individu yang kurang mampu mengungkapkan perasaan dengan cara yang wajar. Sering terdapat respons yang berlebihan terhadap sanjungan. Setiap pujian adalah lebih baik daripada tidak sama sekali, dan untuk meningkatkan rasa aman maka individu akan berupaya keras untuk mendapatkan pujian tersebut.
- e. Individu dengan konsep diri negatif berkecenderungan untuk menunjukkan sikap mengasingkan diri, malu-malu dan tidak ada minat dalam persaingan. Sikap menarik diri dan menolak untuk berpartisipasi ini merupakan suatu

upaya untuk mencegah inferioritas terpublikasikan secara terbuka sehingga mengkomfirmasikan apa yang diyakini oleh orang lain mengenai dirinya.

Dari penjelasan tersebut, maka dapat dipahami konsep diri negatif dalam penelitian ini mencakup karakteristik sebagai berikut: (1) sulit menerima kritik, (2) Sulit berbicara dengan orang lain, (3) Sulit mengakui bahwa dirinya salah, (4) kurang mampu mengungkapkan perasaan, (5) menunjukkan sikap mengasingkan diri, (6) malu-malu, dan (7) tidak ada minat dalam persaingan.

2. *Konseling Kelompok Client Centered*

2.1 *Pengertian Layanan Konseling Kelompok Client Centered*

Menurut Adiputra (2015:24) “Konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan pengembangan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya”. Senada dengan itu Lesmana (dalam Lubis 2016:25) “Mengartikan konseling kelompok sebagai hubungan membantu dimana salah satu pihak (konselor) bertujuan meningkatkan kemampuan dan fungsi mental pihak lain (klien) agar dapat menghadapi persoalan/konflik yang dihadapi dengan baik. Sedangkan Supriatna (2011:107) mengatakan bahwa “Konseling kelompok merupakan bantuan kepada peserta didik dalam rangka memberikan kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya, dan selain bersifat pencegahan, konseling kelompok dapat pula bersifat penyembuhan”.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas dapat dipahami bahwa konseling kelompok adalah upaya bantuan yang bersifat pencegahan dan pengembangan kemampuan pribadi sebagai pemecahan masalah secara kelompok atau bersama-sama dari seorang konselor kepada klien.

Di dalam layanan konseling kelompok terdapat berbagai macam pendekatan dalam konseling kelompok, salah satunya adalah pendekatan *client centered*.

Berbicara pendekatan *client centered*, maka kita akan mengenal Carl R. Rogers yang mengembangkan *client centered* untuk diaplikasikan pada kelompok, keluarga, masyarakat dan terlebih kepada individu. Rogers (dalam Lubis, 2014:154) “Mengatakan bahwa manusia adalah pribadi-pribadi yang memiliki potensi untuk memecahkan permasalahannya sendiri”. Senada dengan itu Willis (dalam Lubis, 2014:154) “Mengatakan bahwa *client centered* sering pula disebut sebagai psikoterapi *non-directive* yang merupakan metode perawatan psikis yang dilakukan dengan berdialog dengan klien agar tercapai gambaran antara *ideal self* (diri ideal) dengan *actual self* (diri sebenarnya). Ciri-ciri hubungan *non-directive* yaitu menempatkan klien pada kedudukan sentral, klien aktif untuk mengungkapkan dan mencari pemecahan sendiri, konselor hanya sebagai pendorong dan pencipta situasi yang memungkinkan klien untuk bisa berkembang sendiri.

Dari penjelasan layanan konseling kelompok dan pendekatan *client centered* diatas, maka dapat dipahami bahwa konseling kelompok pendekatan *client centered* yaitu layanan bimbingan konseling yang diberikan oleh konselor kepada klien, yang menaruh kepercayaan penuh terhadap klien, berpandangan klien mampu menemukan cara-cara sendiri untuk menyelesaikan masalahnya dengan bantuan konselor.

2.2 Fungsi Layanan Konseling Kelompok

Berangkat dari sejumlah definisi konseling kelompok diatas, maka konseling kelompok memiliki beberapa fungsi. Secara konseptual, menurut

Adhiputra (Dalam Lubis, 2016:54-55).fungsi layanan konseling kelompok meliputi dua layanan yaitu :

- a. Konseling individual : hubungan balik antar-individu untuk mencapai pemahaman tentang dirinya sendiri, dalam hubungan dengan permasalahan, perkembangan, dan pengambilan keputusan dirinya untuk saat ini dan seterusnya.
- b. Konseling kelompok : upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan pengembangan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka pertumbuhan dan perkembangannya.

Sedangkan menurut Nurihsan, (dalam Hamdi dan Rasimin, 2018:8) menyatakan bahwa “Konseling kelompok mempunyai dua fungsi, yaitu layanan yang diarahkan untuk mengatasi persoalan yang dialami individu dan fungsi layanan preventif, yaitu layanan konseling yang diarahkan untuk mencegah terjadinya persoalan pada diri individu”.

Sesuai dengan penjelasan diatas, maka dapat dipahami fungsi layanan konseling kelompok yaitu sebagai pengembangan pertumbuhan dan perkembangannya dan pencegahan terjadinya persoalan pada diri individu.

2.3 Tujuan Layanan Konseling Kelomok *Client Centered*

Dalam pelaksanaan konseling kelompok, tentunya terdapat tujuan-tujuan yang akan dicapai oleh konselor dan kliennya. Menurut Krumboltz (dalam Lubis 2016:55) mengelompokkan tujuan konseling kelopak menjadi tiga jenis, yaitu:

- a. Mengubah penyesuaian perilaku yang salah,
- b. Belajar membuat keputusan dan
- c. Mencegah timbulnya masalah.

Mengubah penyesuaian prilaku yang salah adalah perilaku yang secara psikologis mengarah pada prilaku patologis. Penyesuaian perilaku yang salah inilah yang akan diubah menjadi perilaku sehat yang tidak mengandung indikasi

adanya hambatan atau kesulitan mental. Hal ini dilakukan agar klien dapat memiliki perkembangan kepribadian yang baik. Belajar membuat keputusan tidak mudah dilakukan oleh klien, dalam hal ini tugas konselor adalah memberikan dorongan untuk berani membuat keputusan walaupun dengan resiko yang sudah dipertimbangkan. Mencegah munculnya masalah ini bukanlah mencegah sebelum munculnya masalah seperti yang kita ketahui secara umum, dalam hal ini artinya yaitu mencegah agar masalah tidak menimbulkan hambatan dikemudian hari, mencegah agar masalah yang dihadapi cepat terselesaikan, dan mencegah agar masalah tidak menimbulkan gangguan.

Senada dengan itu, Lubis (2016:130) mengatakan tujuan konseling kelompok *client centered* yaitu:

- a. Menciptakan suasana yang kondusif bagi klien untuk mengeksplorasi diri sehingga dapat mengenal hambatan pertumbuhannya,
- b. Membantu klien agar dapat bergerak ke arah keterbukaan, kepercayaan yang lebih besar kepada dirinya, keinginan untuk menjadi pribadi yang mandiri dan meningkatkan spontanitas hidupnya,
- c. Menyediakan iklim yang aman dan percaya pada pengaturan konseling sedemikian, sehingga klien dengan menggunakan hubungan konseling untuk *self-exploration* menjadi sadar akan blok/hambatan ke pertumbuhan,
- d. Klien cenderung untuk bergerak ke arah lebih terbuka, kepercayaan diri lebih besar, lebih bersedia untuk meningkatkan diri sebagai lawan menjadi mandek, dan lebih hidup dari standar internal sebagai lawan mengambil ukuran eksternal untuk apa ia perlu menjadi.

Dari penjelasan diatas, dapat dipahami bahwa tujuan layanan konseling kelompok yaitu mengubah penyesuaian perilaku yang salah, belajar membuat keputusan dan mencegah timbulnya masalah.

2.4 Prosedur Konseling Kelompok *Client Centered*

Dalam melakukan kegiatan konseling kelompok ini sebenarnya tidak memiliki aturan-aturan yang khusus. Karena hakikat kelompok itu sangat pribadi maka tidak ada aturan dalam pembentukannya, sehingga setiap orang dapat

menjadi anggota kelompok, asalkan kedua belah pihak setuju bahwa setiap anggota kelompok akan memberikan sumbangannya kepada kelompok.

Dalam konseling *client centered*, tidak menggunakan pola khusus dalam pelaksanaannya. Namun demikian, Natawidjaja (dalam Hamdi dan Rasimin, 2018:92-93), ditemukan beberapa pola umum, walau tahapan ini bukan merupakan tahapan baku, yang dalam pelaksanaannya bukan merupakan urutan-urutan. Tahapan tersebut adalah:

- a. Mencari arah. Tidanya arah yang diberikan oleh konselor akan menyebabkan kekacauan.
- b. Penolakan. Anggota mulai memasuki kelompok dengan pribadi diri dan pribadi publik. Anggota kelompok lebih bersifat protektif karena mereka cenderung menghindari mengekspose diri pribadi, dan dapat membangun kepercayaan sesama anggota kelompok.
- c. Deskripsi tentang pesan-pesan. Mulai timbulnya kepercayaan antara anggota kelompok dan anggota kelompok sudah mulai membuka diri tentang perasaan mereka, termasuk tentang masa lalunya.
- d. Pernyataan perasaan-perasaan negatif. Perasaan ini merupakan ekspresi yang biasanya diarahkan kepada pemimpin kelompok.
- e. Penjajakan kebermaknaan pribadi. Pada tahap ini, anggota kelompok merasa bebas mengeksplorasi dan berbicara tentang kejadian penting yang bermakna dalam hidupnya.
- f. Pernyataan-pernyataan perasaan antarpribadi. Anggota mulai dipengaruhi dan merespon pada anggota kelompok lainnya.
- g. Pengembangan kemampuan penyembuhan. Mulai merasakan kesesuaian satu sama lain.
- h. Penerimaan diri dan permulaan dari perubahan. Terbukanya anggota kelompok akan perubahan-perubahannya.
- i. Pemecahan tirai pelindung. Adanya kecenderungan anggota kelompok untuk membuka dirinya secara lebih terbuka dan asli.
- j. Umpan balik. Untuk mempersepsi bagaimana ia dipandang oleh orang lain dan anggota dengan lebih sadar diri.
- k. Konfrontasi. Kesadaran anggota untuk mencapai klimaks.
- l. Hubungan yang membantu di luar pertemuan kelompok. Proses ini membantu anggota kelompok menyelesaikan kesalahpahaman dan mengembangkan hubungan baru.
- m. Perjumpaan dasar. Anggota kelompok menyadari betapa memuaskan dan bermakna jika berhubungan dengan orang lain.
- n. Pernyataan-pernyataan positif dan keakraban. Semangat kelompok berkembang lebih kuat.

- o. Perubahan perilaku dalam kelompok. Anggota lebih terbuka, jujur, perhatian, dan mereka bertingkah laku dalam pengalaman hidup sehari-hari setelah kelompok dihentikan.

Senada dengan itu, Corey dan Yalom (dalam Lubis, 2016) membagi tahapan tersebut dalam enam bagian yaitu “prakonseling, tahap permulaan, tahap transisi, tahap kerja, tahap akhir, dan tahap pascakonseling”.

1. Prakonseling

Tahap prakonseling dianggap sebagai tahap persiapan pembentukan kelompok. Adapun hal-hal mendasar yang dibahas pada tahap ini adalah para klien yang telah diseleksi akan dimasukkan dalam keanggotaan yang sama. Setelah itu konselor akan menawarkan program yang dapat dijalankan untuk mencapai tujuan. Penting sekali bahwa pada tahap inilah konselor menanamkan harapan pada anggota kelompok agar bahu-membahu memwujudkan tujuan bersama sehingga proses konseling akan berjalan efektif. Konselor juga perlu menekankan bahwa klien harus terlibat, berpartisipasi, dan tidak hanya sekedar hadir, selain itu konselor juga perlu memperhatikan kesamaan masalah sehingga dapat difokuskan pada inti dari permasalahan yang sebenarnya.

2. Tahap Permulaan

Black (dalam Lubis, 2006:82) “Menguraikan secara sistematis langkah yang dijalani pada tahap permulaan adalah pengenalan, pengungkapan tujuan yang ingin dicapai, penjelasan aturan dan penggalan ide dan perasaan”. Adapun tujuan yang ingin dicapai pada tahap ini adalah anggota kelompok dapat saling percaya satu sama lain serta menjaga hubungan yang berpusat pada kelompok melalui saling memberi umpan balik, memberi dukungan saling toleransi terhadap perbedaan dan saling memberi penguatan positif.

3. Tahap Transisi

Tahap ini disebut tahap peralihan. Konselor diharapkan dapat membuka permasalahan masing-masing anggota kelompok sehingga masalah tersebut dapat bersama-sama dirumuskan dan diketahui penyebabnya. Pemimpin kelompok harus dapat mengontrol dan mengarahkan anggotanya untuk merasa nyaman dan menjadikan anggota kelompok sebagai keluarganya sendiri.

4. Tahap kerja

Tahap kerja sering disebut tahap kegiatan. Tahap ini dilakukan setelah permasalahan anggota kelompok diketahui penyebabnya sehingga konselor dapat melakukan langkah selanjutnya, yaitu menyusun rencana tindakan. Kegiatan kelompok pada tahap ini dipengaruhi pada tahap sebelumnya. Apabila pada tahap sebelumnya berlangsung dengan efektif maka tahap ini juga dapat dilalui dengan efektif. Apabila tahap ini berjalan dengan baik, biasanya anggota kelompok dapat melakukan kegiatan tanpa mengharapkan campur tangan pemimpin kelompok.

5. Tahap akhir

Tahap ini adalah tahapan dimana anggota kelompok mulai mencoba hal baru yang telah mereka pelajari dan dapatkan dalam kelompok. Umpan balik adalah hal penting yang sebaiknya dilakukan oleh masing-masing anggota kelompok. Hal ini dilakukan untuk menilai dan memperbaiki perilaku kelompok apabila belum sesuai. Oleh karena itu tahap akhir ini dianggap sebagai tahap melatih diri klien untuk melakukan perubahan.

6. Pascakonseling

Jika proses konseling telah berakhir, sebaiknya konselor menetapkan adanya evaluasi sebagai bentuk tindak lanjut dari konseling kelompok. Evaluasi

bahkan sangat dibutuhkan apabila terdapat hambatan dan kendala yang terjadi dalam pelaksanaan kegiatan dan perubahan perilaku anggota kelompok setelah proses konseling berakhir.

Sedangkan menurut Supriatna (2011:107) menatakan bahwa tahapan dalam melakukan konseling kelompok yaitu “(1) tahapan pembentukan temanya, pengenalan, pelibatan, dan pemasukan diri, (2) tahapan peralihan, temanya; pembangunan jembatan antara tahap pertama dan tahap ketiga, (3) tahap kegiatan, temanya; kegiatan pencapaian tujuan, (4) tahap pengakhiran, temanya; penilaian dan tindak lanjut”.

Dari penjelasan diatas, dapat dipahami bahwa tahapan dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok yaitu:

- a. Tahap pembentukan
- b. Tahap peralihan
- c. Tahap kegiatan
- d. Tahap pengakhiran

2.5 Ciri-Ciri Konseling Kelompok *Client Centered*

Lubis (2014:155) mengatakan bahwa ciri-ciri pendekatan *client centered* yaitu:

- a. Ditunjukkan kepada klien yang mampu memecahkan masalahnya agar tercapai kepribadian klien yang terpadu.
- b. Sasaran konseling adalah aspek emosi dan perasaan, bukan aspek intelektualnya.
- c. Titik tolak konseling adalah masa sekarang bukan masa lalu.
- d. Tujuan konseling adalah menyesuaikan antara ideal self dan actual self.
- e. Klien berperan paling aktif dalam proses konseling sedangkan konselor bertindak membantu klien aktif memecahkan masalahnya.

Sedangkan menurut Rogers (dalam Laksari, 2017) menguraikan ciri-ciri konseling kelompok *client centered* yaitu:

- a. konseling *client centered* difokuskan pada tanggung jawab dan kesanggupan klien untuk menemukan cara-cara menghadapi kenyataan secara lebih penuh.
- b. Konseling *client centered* difokuskan pada kesanggupan dan tanggung jawab klien untuk menemukan cara-cara menghadapi kenyataan secara lebih penuh. Klien sebagai orang yang mengetahui dirinya sendiri adalah orang yang harus menemukan tingkah laku yang lebih pantas bagi dirinya.
- c. Konseling *client centered* menekankan dunia fenomenal klien. Dengan empati yang cermat dan dengan usaha untuk memahami klien.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka dapat dipahami bahwa ciri-ciri konseling ini memfokuskan pada kesanggupan klien untuk menemukan cara-cara menghadapi kenyataan secara lebih penuh, serta dapat bertanggung jawab atas keputusan yang diambil.

2.6 Keterampilan Konselor Dalam Pendekatan *client centered*

Supriatna dalam (Rasimin dan Hamdi, 2018:96) mengemukakan bahwa untuk menggunakan pendekatan *client centered* dalam layanan konseling kelompok seorang konselor harus memiliki keterampilan-keterampilan dasar sebagai berikut:

- a. Kemampuan untuk mendengarkan secara aktif dan sensitif.
- b. Mampu menyimpulkan dan merefleksikan berbagai perilaku konseli atau hal-hal yang terjadi dalam proses kelompok, sehingga memberikan dampak pada anggota kelompoknya.
- c. Mampu memberikan dukungan dan juga mengklarifikasikan tindakan para anggota kelompok.
- d. Mampu mengungkapkan pengalaman pribadi secara tepat dan bijak sehingga dapat bermanfaat bagi konseli.
- e. Mampu menyesuaikan diri dan melibatkan diri dalam kelompok.

Dari penjelasan diatas, maka dapat dipahami bahwa seorang konselor harus memiliki keterampilan-keterampilan dasar yang harus dikuasai dan diterapkan didalam pendekatan *client centered* ini.

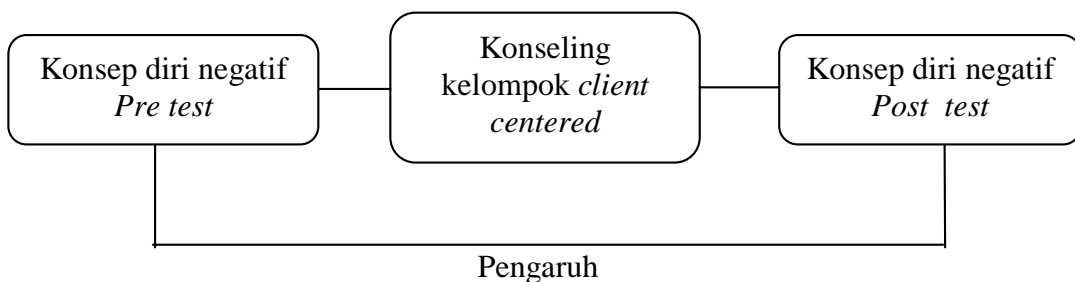
B. Kerangka Konseptual

Konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* merupakan salah satu cara untuk membantu sekelompok siswa mengenai suatu permasalahan yang sedang dihadapi.

Untuk meningkatkan konsep diri positif siswa maka perlu digunakan suatu layanan bimbingan konseling yaitu layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*. Layanan ini diberikan pada siswa untuk membantu pengembangan serta pertumbuhannya, menyusun rencana dan membuat suatu keputusan yang tepat, sehingga siswa diharapkan dapat meningkatkan konsep dirinya.

Dengan demikian dapat diambil kesimpulan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* adalah suatu proses bantuan yang terpusat pada pemikiran dan perilaku, dibina dalam suatu kelompok kecil, saling mengungkapkan diri kepada sesama anggota dan konselor yang didasari pada keyakinan bahwa dalam diri setiap individu terdapat potensi-potensi untuk menjadi sehat dan tumbuh secara kreatif.

Adapun gambaran pelaksanaan kegiatan yang dibentuk dalam bagian sederhana yang akan dilaksanakan peneliti sebagai perencanaan kegiatan adalah sebagai berikut:



Gambar 1: Kerangka Konseptual

Keterangan:

X = Konseling Kelompok *Client Centered*

Y = Konsep Diri Negatif

C. Hipotesis

Menurut Sugiono (2018:99) “Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, oleh karena itu rumusan masalah penelitian disusun dalam bentuk kalmiat pertanyaan”. Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta empiris yang diperoleh dari pengumpulan data. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian belum jawaban yang empirik.

Hipotesis dalam penelitian ini yaitu Mengatasi Konsep Diri Negatif Dengan Pendekatan *Client Centered* Melalui Layanan Konseling Kelompok Di Kelas X SMA Harapan Mekar Tahun Pembelajaran 2018/2019. Adapun kebenarannya akan dibuktikan melalui hasil penelitian yang dilakukan disekolah tersebut.

Dari uraian kerangka konseptual diatas, maka dalam hipotesis penelitian ini adalah:

1. Ha : Terdapat pengaruh konsep diri negatif siswa sebelum dan sesudah pelaksanaan pendekatan *client centered* melalui layanan konseling kelompok.
2. Ho : Tidak terdapat pengaruh konsep diri negatif siswa sebelum dan sesudah pelaksanaan pendekatan *client centered* melalui layanan konseling kelompok.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di SMA Harapan Mekar Jl. Marelan Raya PS. II Rengas Pulau, Marelan No. 77 Medan.

2. Waktu Penelitian

Adapun waktu yang diperlukan dalam menyelesaikan penelitian ini adalah Februari sampai dengan Mei 2019. Rincian waktu penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.1
Jadwal Rencana Kegiatan

No	Kegiatan	Bulan																															
		Februari				Maret				April				Mei				Juni				Juli				Agustus				September			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
1.	Pengajuan Judul Proposal	■	■																														
2.	Ace Judul Proposal			■	■																												
3.	Penulisan Proposal					■	■	■	■																								
4.	Bimbingan Proposal									■	■	■	■																				
5.	Seminar Proposal													■	■																		
6.	Perbaikan proposal													■	■	■	■																
7.	Riset																	■	■	■	■												
8.	Pengumpulan data																					■	■										
9.	Penulisan skripsi																									■	■	■	■				
10.	Bimbingan skripsi																									■	■	■	■				
11.	Persetujuan skripsi																												■				
12.	Sidang meja hijau																												■				

B. Populasi dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah jumlah keseluruhan objek penelitian yang menjadi sumber data. Menurut Sugiono (2017:297) “Dalam penelitian kualitatif, populasi diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Adapun subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X Harapan Mekar yang berjumlah 65 siswa.

Tabel 3.2
Populasi Penelitian

No	Kelas	Jumlah
1	X IPS	35 Siswa
2	X IPA	30 Siswa
Jumlah		65 Siswa

Sumber: Data Siswa SMA Harapan Mekar tahun 2019

2. Sampel Penelitian

Menurut Sugiono (2017:118) “Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Sampel penelitian ini berjumlah 6 siswa yang mempunyai kriteria konsep diri negatif dikelas X Harapan Mekar.

Tabel 3.3
Sampel Penelitian

No	Kelas	Populasi	Sampel
1	X IPS	35 Siswa	3 Siswa
2	X IPA	30 Siswa	3 Siswa
Jumlah		65 Siswa	6 Siswa

Sumber: Data Siswa SMA Harapan Mekar Tahun 2019

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel. Untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian, terdapat berbagai teknik sampling yang digunakan. Dalam penelitian ini digunakan teknik sampling *non probability* sampling. Secara detailnya peneliti menggunakan *sampling purposive*. Menurut Sugiono (2018: 138) “*Sampling purposive* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu”.

C. Variabel Penelitian

1. Variabel

Pengertian variable penelitian menurut Sugiono (2018: 57) “Variabel penelitian adalah salah satu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek, organisasi atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”.

Dalam penelitian ini digunakan dua variabel, yaitu variabel bebas X dan variabel terikat Y, dimana:

- a. Variabel Bebas(X) : Layanan Konseling Kelompok *Client Centered*
- a. Variabel Terikat (Y): Konsep Diri Negatif

2. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan cara pemecahan masalah penelitian yang dilaksanakan secara terencana dan cermat dengan maksud mendapatkan fakta dan

kesimpulan agar dapat memahami, menjelaskan, meramalkan dan mengendalikan keadaan.

Oleh karena itu peneliti menggunakan metode eksperimen dengan Pendekatan kuantitatif.

Menurut Sugiyono (2018:150)

Metode kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sample tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif / statistik, dengan tujuan untuk menggambarkan dan menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimen, menurut Sugiyono (2018:111) “Metode eksperimen adalah metode penelitian kuantitatif yang digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (treatment/perlakuan) terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkendali”. Dalam hal ini bahwa eksperimen dilakukan untuk mengetahui atau mengukur seberapa pengaruhnya variabel yang akan di uji.

3. Desain Penelitian

Desain penelitian merupakan cara-cara yang dipergunakan untuk mengumpulkan data penelitian sehingga hasil penelitian dapat dibuktikan. Peneliti menggunakan teknik analisis untuk menganalisis data yang diperoleh dari hasil penelitian. Hal tersebut bertujuan untuk mendapatkan data yang akurat sesuai dengan tujuan penelitian.

Adapun desain yang digunakan peneliti adalah desain *one-group pretest-posttest desain*. Menurut Sugiyono (2015:138) desain *one-group pretest-posttest desain*.

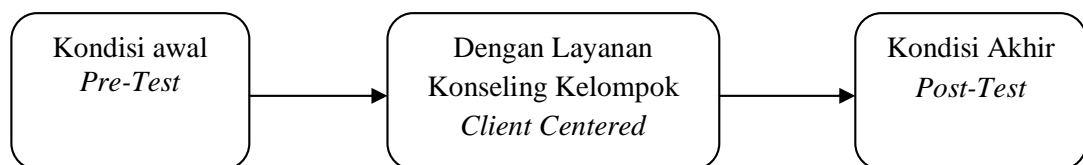
O1 x O2

Keterangan:

O1 = Nilai *pre-test* (sebelum diberi perlakuan)

X = Perlakuan (*Treatment*)

O2 = Nilai *post-test* (setelah diberi perlakuan)



Gambar 2: Desain Penelitian

Keterangan:

O1 : Perlakuan awal yaitu pengukuran konsep diri negatif sebelum diberikan perlakuan dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*.

X : Perlakuan dengan menggunakan layanan penguasaan konten dengan pendekatan *client centered*.

O2 : Perlakuan akhir yaitu pengukuran konsep diri negatif siswa sesudah diberikan perlakuan dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*.

Paradigma desain penelitian ini terdapat *pre-test* sebelum diberi perlakuan sehingga hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan.

D. Definisi Oprasional Variabel

1. Layanan Konseling Kelompok *Client Centered*

Layanan konseling kelompok *client centered* merupakan suatu bantuan kepada individu dengan memusatkan perhatian pada klien dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangannya. Masalah-masalah yang dibahas adalah masalah pribadi anggota konseling kelompok.

2. Konsep Diri Negatif

Individu yang memiliki konsep diri negatif yaitu individu tersebut cenderung tidak pandai atau tidak sanggup dalam mengungkapkan penghargaan serta pengakuan pada orang lain, merasa tidak disenangi oleh orang lain, dan bersikap pesimis terhadap dirinya sendiri. Konsep diri negatif dalam penelitian ini mencakup karakteristik sebagai berikut: (1) sulit menerima kritik, (2) Sulit berbicara dengan orang lain, (3) Sulit mengakui bahwa dirinya salah, (4) kurang mampu mengungkapkan perasaan, (5) menunjukkan sikap mengasingkan diri, (6) malu-malu, dan (7) tidak ada minat dalam persaingan.

E. Instrumen Penelitian

Adapun alat instrumen dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan angket/kuesioner. Angket/kuesioner adalah alat pengumpulan data yang berupa serangkaian pertanyaan yang diajukan kepada sejumlah responden untuk diisi. Tujuan pembuatan angket adalah untuk memperoleh informasi yang relevan dengan penelitian yang kesahan yang cukup tinggi.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam pengumpulan data konsep diri negatif adalah berupa angket yang diberikan kepada masing-masing siswa. Menurut Sugiyono (2015:250) angket/kuesioer adalah “Teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya”.

Adapun angket/kuesioner dalam penelitian ini adalah menggunakan skala likert 5 alternatif jawaban yang memyatakan *favourable* (mendukung) dan *Unfavourable* (tidak mendukung) masing-masing alternatif jawaban dalam bentuk skor yaitu:

Table 3.4
Pemberian Skor Angket Berdasarkan Sekala Likert

<i>Fafourable</i> (Mendukung)		<i>Unfafourable</i> (Tidak Mendukung)	
Pilihan	Skor	Pilihan	Skor
Sangat Setuju	5	Sangat Setuju	1
Setuju	4	Setuju	2
Kurang Setuju	3	Kurang Setuju	3
Tidak Setuju	2	Tidak Setuju	4
Sangat Tidak Setuju	1	Sangat Tidak Setuju	5

Tabel 3.5
Kisi-Kisi Angket Sebelum Uji Coba

No	Variabel	Indikator	Item Pertanyaan
1	Konsep Dri Negatif (Y)	1. Sulit menerima kritik	1,2,3,4,5
		2. Sulit dalam berbicara dengan orang lain	6,7,8,9,10
		3. Kurang mampu mengungkapkan perasaan	11,12, 13,14,15,
		4. Menunjukkan sikap mengasingkan diri	16, 17, 18,19,20
		5. Sulit mengakui bahwa dirinya salah	21, 22, 23, 24,25,26
		6. Malu-malu	27, 28, 29, 30,31
		7. Tidak ada minat dalam persaingan	32,33, 34, 35, 36, 37
Jumlah		37	

1. Uji Validitas Ahli

Sebelum digunakan dalam pengambilan data tes tersebut terdahulu di validitasi ahli. Menurut Sugiyono (2018: 193) “Instrumen yang valid berarti alat ukur digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur”.

Tabel 3.6
Kisi-Kisi Angket Sesudah Uji Coba

No	Variabel	Indikator	Item Pertanyaan	Item Pertanyaan	
				Sahih	Gugur
1	Konsep Dri Negatif (Y)	1. Sulit menerima kritik	1,2,3,4,5	5	-
		2. Sulit dalam berbicara dengan orang lain	6,7,8,9,10	5	-
		3. Kurang mampu mengungkapkan perasaan	11,12, 13,14,15,	5	-
		4. Menunjukkan sikap mengasingkan diri	16, 17, 18,19,20	5	-
		5. Sulit mengakui bahwa dirinya salah	21, 22, 23, 24,25,26	5	1
		6. Malu-malu	27, 28, 29, 30,31	5	-
		7. Tidak ada minat dalam persaingan	32,33, 34, 35, 36, 37	5	1
2	Jumlah		35		

F. Teknik Analisis Data

1. Uji Presentase

Menurut Sudijono (2014: 43), presentase dapat dihitung dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

f = frekuensi yang sedang dicari presentasinya

N = *Number of Cases* (jumlah frekuensi/ banyaknya individu)

P = Angka presentase

2. Kreteria Penilaian

Pembuatan kreteria penilaian menggunakan interval kelompok dapat ditentukan dengan rumus sebagai berikut:

$$interval_K = \frac{Data\ terbesar - data\ terkecil}{jumlah\ kelompok}$$

Irianto (2004: 22)

$$I = \frac{ST - SR}{3}$$

Keterangan:

I = interval

ST = skor tertinggi

SR = skor terendah

Selanjutnya kategori konsep diri negatif siswa tersebut akan disusun dan kemudian akan dianalisis secara deskriptif kuantitatif, adapun langkah-langkah penyusunannya adalah sebagai berikut:

- a. Menentukan skor tertinggi dan terendah

Sekala konsep diri negatif siswa berisi 35 pertanyaan yang masing-masing memiliki skor maksimal $35 \times 5 = 175$ dan skor minimal adalah $35 \times 1 = 35$

- b. Menentukan rata-rata skor ideal

$$\frac{1}{2} (\text{skor tertinggi} + \text{skor terendah})$$

$$\frac{1}{2} (175 + 35) = 105$$

- c. Menentukan standar deviasi (SD)

$$\frac{1}{6} (\text{skor tertinggi} - \text{skor terendah})$$

$$\frac{1}{6} (175 - 35) = 23,3 = 23$$

- d. Menghitung interval

$$I = \frac{\text{Skor tertinggi} - \text{Skor Terendah}}{3}$$

$$I = \frac{175-35}{3} = \frac{140}{3} = 46,6 = 47$$

Tabel 3.7
Klasifikasi Kategori Tingkat konsep diri negatif

Kategori	Interval	Skor interval	Presentase
Tinggi	$X > (M + 1 \text{ SD})$	>128	$> 73 \%$
Sedang	$(M - 1 \text{ SD}) \leq X \leq (M + 1 \text{ SD})$	$82 - 128$	$47 - 73 \%$
Rendah	$X < (M - 1 \text{ SD})$	<82	$< 47 \%$

3. Pengujian persyaratan analisis

a. Uji Normalitas

Menurut Umar (2010: 77) “Uji normalitas berguna untuk mengetahui apakah variable dependen, independen atau keduanya berdistribusi normal, mendekati normal atau tidak”.

b. Uji *T-Test*

Menurut Lexy J. Moleong (dalam Hasan, 2010: 29) “Analisis data adalah proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori, dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja yang disarankan oleh data”.

Untuk mengetahui keberhasilan eksperimen, adanya penurunan konsep diri negatif peserta didik dapat digunakan rumus uji t atau *t-test sparated varians* yang digunakan untuk menguji hipotesis komparatif dua sampel independen. Adapun rumus uji t adalah sebagai berikut:

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum X^2 d}{N(N-1)}}$$

Arikunto (2017: 349)

Keterangan:

Md = mean dari perbedaan *pre-test* dengan *post-test* (*post-test* – *pretest*).

Xd = deviasi masing-masing subjek (d-Md)

$\sum x^2 d$ = jumlah kuadrat deviasi

N = subjek pada sampel

d.b. = ditentukan dengan N-1

BAB IV

PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Sekolah

1. Visi, Misi, dan Tujuan Sekolah

1.1 Visi

Mewujudkan manusia yang berakhlak mulia, berdaya saing, maju dan sejahtera dalam menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi, memiliki etos kerja yang tinggi serta disiplin.

1.2 Misi

1. Meningkatkan mutu pendidikan yang kompetitif melalui kegiatan belajar mengajar baik formal dan non formal.
2. Meningkatkan kualitas sumberdaya manusia yang produktif, maju, berdaya saing dan berkelanjutan dalam rangka memberdayakan kemampuan.
3. Mewujudkan sistem demokratis dan berkelanjutan.

2. Struktur Organisasi Sekolah

2.1 Profil Sekolah

Alamat / Kelurahan : Jln. Marelan Raya No. 77 / Rengas Pulau

Kecamatan / Kota : Medan Marelan Kota Medan

No.Telp. : (061) 6859065

1. Nama Yayasan : YAYASAN PENDIDIKAN HARAPAN

MEKAR

Alamat Yayasan dan No.Telp. : Jln. Marelan Raya No. 77 (061) 6858230

2. NSS : 304076011250
3. Jenjang Akreditasi : Terdaftar
4. Tahun Didirikan : 2001
5. Tahun beroperasi : 2001
6. Kepemilikan Tanah : Yayasan
- a. Status Tanah : SHM P
- b. Luas Tanah : 6000 M2
7. Status Bangunan Milik : Yayasan
8. Luas Seluruh Bangunan : 1000 M2
9. Nomor Rekening Sekolah (rutin): 1.13.02.04.000492-7, atas nama SMA HARAPAN MEKAR Bank SUMUT, Cabang Medan Marelan

Tabel 4.1
Data siswa dalam 3 (tiga) tahun terakhir

Thn.Ajaran	Jlh. Pend aftar	Kelas I		Kelas II		Kelas III		Jlh. (Kls I+II+III)	
		sisw a	Romb el	Sisw a	Romb el	Sisw a	Romb el	sisw a	romb el
2017/2018	89 org	89 org	2 rbl	62 org	2 rbl	59 org	2 rbl	210 org	6rbl
2018/2019	84 org	84 org	2 rbl	51 org	2rbl	62 org	2 rbl	197 org	6 rbl
2019/2020	47 org	47 org	2 rbl	65 org	2 rbl	57 org	2 rbl	169 org	6 rbl

Tabel 4.2
Data Ruang Kelas

	Jumlah ruangan kelas asli (d)				Jlh ruang lainnya yang digunakan untuk ruang kelas (e)	Jlh ruang yang di gunakan untuk ruang kelas (f = d+e)
	Ukuran 7x9 m2 (a)	Ukuran >63 m2 (b)	Ukuran <63 m2 (c)	Jumlah (d) = a+b+c		
Jumlah Ruang Kelas					7	7

Tabel 4.3
Data Ruang Lain

Jenis Ruangan	Jumlah	Ukuran (m)	Jenis Ruangan	Jumlah	Ukuran
1. Perpustakaan	-		-	-	
2. Lab. IPA	-		-	-	
3. Keterampilan	-		-	-	

Tabel 4.4
Data Guru

Jumlah Guru/Staf	SMA Negeri	Jumlah Guru/Staf	SMA Swasta	Ket
Guru Tetap (PNS)		Guru Tetap Yayasan	22 org	
Guru Kontrak/Guru Bantu		Guru Kontrak/Guru Honor		
Guru Honor Sekolah		Guru PNS dipekerjakan (Dpk)		
Staf Tata Usaha		Staf Tata Usaha	1 org	

B. Deskripsi Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di sekolah SMA Harapan Mekar Medan. Penelitian ini dilakukan dengan siswa yang mengalami konsep diri negatif , setelah itu diberikan *treatment* dengan metode *client centered* melalui layanan konseling kelompok. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X IPA dan X IPS yang berjumlah 65 siswa. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 6 siswa.

Sebelum pelaksanaan layanan, terlebih dahulu peneliti melakukan observasi guna mengetahui apa penyebab konsep diri negatif siswa, kemudian melakukan wawancara pada guru BK untuk mengetahui siswa mana yang mengalami konsep diri negatif. Hal ini juga diperkuat dengan pengisian sekala angket konsep diri negatif pada saat *pre-test*.

Berdasarkan hal tersebut, penulis akan memberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* kepada 6 siswa yang telah diambil secara acak sebagai sampel. Peneliti kemudian memberikan keepakatan untuk melakukan konseling kelompok sesuai hari dan tanggal yang telah ditentukan.

Selanjutnya adalah siswa berkumpul di tempat yang telah ditentukan, kemudian 6 siswa tersebut yang nantinya akan diberikan perlakuan pendekatan *client centered* melalui layanan konseling kelompok yang bertujuan untuk mengatasi konsep diri negatif siswa. Berikut hasil *pre-test* (sebelum) dilakukannya perlakuan kepada sampel 6 siswa tersebut.

Tabel 4.5
Hasil *Pre-test* konsep diri negatif siswa

No	Nama Siswa	Skor Σ	Presentase	Kategori
1.	RW	150	86 %	Tinggi
2.	SB	155	89 %	Tinggi
3.	MH	143	82 %	Tinggi
4.	GB	138	79 %	Tinggi
5.	RK	140	80 %	Tinggi
6.	SM	150	86 %	Tinggi
Total		876	83 %	Tinggi
Mean		146		

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa 6 siswa yang mengalami konsep diri negatif sebelum diberikan perlakuan pendekatan *client centered* melalui layanan konseling kelompok, skor tertinggi adalah 155 dan skor terendah adalah 138 total skor untuk *pre-test* sebanyak 876 dengan rata-rata skor 146. Tabel diatas menunjukkan bahwa konsep diri negatif siswa tergolong dalam kategori tinggi dengan presentase sebesar 83%. Maka dari itu perlu adanya tindakan untuk mengatasi konsep diri negatif siswa.

Tabel 4.6
Jadwal kegiatan penelitian

No.	Tanggal	Kegiatan
1	08 juli 2019	Memberikan surat izin penelitian kepada kepala sekolah.
2	22 juli 2019	Bertemu dengan guru BK untuk mendiskusikan jadwal pemberian layanan konseling kelompok dengan pendekatan <i>client centered</i> .
3	28 Juli 2019	<i>Pre-test</i>
4	01 agustus 2019	Materi + perlakuan (layanan konseling kelompok dengan pendekatan <i>client centered</i>)
5	03 agustus 2019	Materi + perlakuan (layanan konseling kelompok dengan pendekatan <i>client centered</i>)
6	07 agustus 2019	Materi + perlakuan (layanan konseling kelompok dengan pendekatan <i>client centered</i>)
7	10 agustus 2019	Materi + perlakuan (layanan konseling kelompok dengan pendekatan <i>client centered</i>)
8	10 Agustus 2019	<i>Post-test</i>

Dalam pelaksanaan penelitian ini terlebih dahulu dilakukan *pre-test* sebelum memberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* kemudian layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* kepada siswa, peneliti memberikan *post-test*. Secara keseluruhan terdapat 4 kali pertemuan dalam penelitian ini. Adapun deskripsi pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* dijelaskan sebagai berikut:

1. Pertemuan pertama dengan materi percaya diri

Proses pemberian perlakuan yang pertama dilakukan dengan materi percaya diri. Proses perlakuan ini sesuai prosedur penyelenggaraan konseling

kelompok *client centered*, pertama pemimpin kelompok terlebih dahulu mengecek kehadiran siswa yang akan mengikuti kegiatan konseling. Setelah semua hadir maka selanjutnya pemimpin kelompok melaksanakan layanan konseling kelompok sesuai prosedur.

Tahap pertama yang dilakukan oleh pemimpin kelompok adalah tahap prakonseling, tahap ini adalah tahap persiapan pembentukan kelompok. Pemimpin kelompok menjelaskan pada anggota kelompok bahwa mereka adalah anggota yang sama, kemudian pemimpin kelompok akan menekankan bahwa klien harus terlibat, berpartisipasi, dan tidak hanya sekedar hadir. selanjutnya dilakukan tahap permulaan yaitu melakukan perkenalan, pengungkapan tujuan yang ingin dicapai, penjelasan aturan dan penggalian ide dan perasaan. Selanjutnya tahap transisi, Tahap ini disebut tahap peralihan. Pada tahap ini pemimpin kelompok menyebutkan judul bahasan yang akan dibahas oleh anggota kelompok yaitu tentang percaya diri, diharapkan dapat membuka permasalahan masing-masing anggota kelompok sehingga masalah tersebut dapat bersama-sama dirumuskan dan diketahui penyebabnya. Selanjutnya tahap kerja, tahap kerja sering disebut tahap kegiatan. Tahap ini dilakukan setelah permasalahan anggota kelompok tentang tidak percaya diri diketahui penyebabnya sehingga pemimpin kelompok dapat melakukan langkah selanjutnya, yaitu menyusun rencana tindakan. Tahap selanjutnya yaitu tahap akhir. Tahap ini adalah tahapan dimana anggota kelompok mulai mencoba hal baru yang telah mereka pelajari dan dapatkan dalam kelompok. Selanjutnya tahap yang terakhir adalah Pascakonseling, ini dilakukan pada tahap pemberian layanan selanjutnya, sebagai bentuk tindak lanjut dari

konseling kelompok apakah ada perubahan perilaku anggota kelompok setelah proses konseling berakhir.

2. Pertemuan kedua dengan materi motivasi belajar

Setelah dilakukan pertemuan pertama, maka selanjutnya adalah pertemuan ke dua, pertemuan ini membahas tentang motivasi belajar. Pemimpin kelompok melakukan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* sesuai prosedur seperti yang telah dilakukan pada pertemuan pertama.

3. Pertemuan ke tiga dengan materi menerima diri

Pada materi ke 3 ini pemimpin kelompok memberikan materi tentang menerima diri. Prosedur sesuai dengan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*.

4. Pertemuan ke empat dengan materi menghargai diri

Pada pertemuan ke 4 ini pemimpin kelompok memberikan materi tentang menghargai diri. Prosedurnya sesuai dengan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*. Kemudian pada tahap akhir, para anggota kelompok dapat membicarakan upaya yang harus ditempuh dalam mengatasi konsep diri negatif dan harapan yang ingin dicapai kedepannya. Para anggota kelompok dapat menyampaikan pemahaman, perasaan, dan tindakan yang akan dilakukan setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*. Hal tersebut akan memberikan gambaran keberhasilan kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*. Pada pertemuan terakhir ini pemimpin kelompok menyampaikan pengakhiran kegiatan, mengungkapkan kesan dari anggota kelompok dan menutup kegiatan konseling kelompok tersebut.

Setelah dilakukan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* didapat hasil *post-test* (sesudah), dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4.7
Hasil *Post-test* konsep diri negatif siswa

No	Nama Siswa	Skor Σ	Presentase	Kategori
1.	RW	78	45 %	Rendah
2.	SB	80	46 %	Rendah
3.	MH	75	43 %	Rendah
4.	GB	85	49 %	Sedang
5.	RK	90	51 %	Sedang
6.	SM	96	55 %	Sedang
Total		504	48 %	Sedang
Mean		85		

Berdasarkan tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa dari 6 siswa yang mengalami konsep diri negatif sesudah diberikan perlakuan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*, skor tertinggi adalah 96 dan skor terendah adalah 75 total skor untuk *post-test* sebanyak 504 dengan rata-rata skor 85. Tabel diatas menunjukkan bahwa konsep diri negatif siswa tergolong kategori sedang dengan presentase sebesar 48%.

C. Pengujian Hipotesis

1. Uji Persyaratan Analisis

1.1 Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah variabel yang diteliti distribusi datanya normal atau tidak. Di samping itu uji normalitas juga bertujuan untuk membuktikan bahwa variabel terikat yang berupa skor-skor diperoleh dari hasil penelitian yang tersebar apakah sudah sesuai dengan kaidah normal atau tidak. Kaidah yang digunakan untuk menguji normalitas yaitu jika $p > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal,

sedangkan jika $p < 0,05$ maka data penelitian berdistribusi tidak normal. Pengujian normalitas ini menggunakan *one sample kolmogrof-sminof* untuk mengetahui apakah sebaran skor variabel penelitian mengikuti kurva normal atau tidak. Hasil perhitungan SPSS 20.00 untuk uji normalitas. Hasil dari uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.8
Hasil uji normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Sebelum	Sesudah
N		6	6
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	146,0000	84,0000
	Std. Deviation	6,66333	7,92465
Most Extreme Differences	Absolute	,226	,193
	Positive	,174	,193
	Negative	-,226	-,128
Kolmogorov-Smirnov Z		,553	,473
Asymp. Sig. (2-tailed)		,920	,979

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan dari hasil di atas dapat diketahui bahwa hasil *kolmogrof-sminof* yang di peroleh adalah 0,553 sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) 0,473 maka p lebih besar dari $> 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal, dan hasil *asymp. Sig (2-tailed)* adalah sebelum (*pre-test*) 0,920 dan sesudah (*post-test*) 0,978, maka p lebih besar dari $> 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal.

1.2 Uji T-Test

Uji t-test adalah uji perbedaan rata-rata dua sampel berpasangan atau uji *paired sample t-test* digunakan untuk menguji ada tidaknya perbedaan *mean* untuk

dua sampel bebas (*independen*) yang berpasangan. Adapun yang dimaksud dengan berpasangan adalah data pada sampel kedua merupakan perubahan/perbedaan dari data sampel pertama atau dengan kata lain sebuah sampel dan subjek sama mengalami dua perlakuan. Melakukan uji *paired* sampel *t-test* di perlukan berskala interval atau resiko yang dalam SPSS disebut dengan *scale* dan pengujian terhadap sampel tersebut dilakukan 2 kali (sebelum dan sesudah perlakuan) dalam kurun waktu yang berbeda. Ada tidaknya perbedaan sebaran data penelitian dapat dilihat dari pengambilan keputusan jika $\text{sig} > 0,05$ maka H_0 diterima dilain pihak H_a terima, jika $\text{sig} < 0,05$ maka H_0 ditolak dilain pihak H_a diterima.

Tabel 4.9
Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Sebelum	146,0000	6	6,66333	2,72029
	Sesudah	84,0000	6	7,92465	3,23522

Berdasarkan data output SPSS diketahui bahwa rata-rata konsep diri negatif siswasebelum pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* adalah 146. Sedangkan sesudah pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* adalah 84. Hasil ini bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* berpengaruh dalam mengatasi konsep diri negatif siswa sebanyak 62.

Tabel 4.10
Hasil Uji T-Test
Paired Samples Test

	Paired differences					t	D f	Sig. (2- taile d)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 sebelum – sesudah	62,00 000	10,89954	4,44972	50,56 163	73,438 37	13, 93 3	5	,000

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa taraf signifikansi 0,05 dengan peluang $1-\alpha$ dan derajat kebebasan $dk = n_1 + n_2 - 2 = 6 + 6 - 2 = 10$ maka dari tabel t diperoleh $t = 2,228$. Dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($13,933 > 2,228$) atau $sig ,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh konsep diri negatif siswa sebelum dan sesudah dilakukan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* siswa kelas X SMA Harapan Mekar Medan.

D. Pembahasan dan Hasil Diskusi Penelitian

1. Gambaran Konsep Diri Negatif Siswa Sebelum Diberikan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Client Centered*

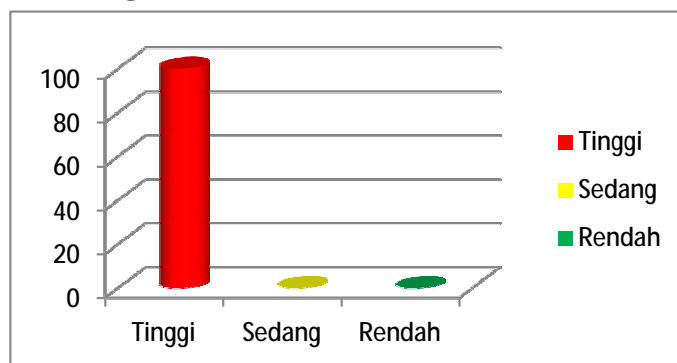
Sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* terlebih dahulu peneliti memberikan angket mengenai konsep diri negatif sesuai dengan definisi operasional. Setelah diberikan angket tersebut maka diperoleh hasil pada tabel *pre-test*.

Tabel 4.11
Gambaran Konsep Diri Negatif Siswa Sebelum Diberikan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Client Centered*

No	Kategori	Interval skor	F	%
1	Tinggi	>128	6	100 %
2	Sedang	82 – 128	0	0 %
3	Rendah	<82	0	0 %
Jumlah			6	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa gambaran konsep diri negatif siswa sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* 6 siswa yang mengikuti layanan mempunyai kategori tinggi dengan presentase 100%.

Gambar 3
Diagram Sebelum Perlakuan *Pre-Test*



2. Gambaran Konsep Diri Negatif Siswa Sesudah Diberikan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Client Centered*

Sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*, selanjutnya peneliti memberikan angket mengenai konsep diri negatif siswa. Dengan diberikan angket tersebut maka diperoleh hasil *post-test*.

Tabel 4.12
Gambaran Konsep Diri Negatif Siswa Sesudah Diberikan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Client Centered*

No	Kategori	Interval skor	F	%
1	Tinggi	>128	0	0 %
2	Sedang	82 – 128	3	50%
3	Rendah	<82	3	50%
Jumlah			6	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa gambaran konsep diri negatif siswa sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* sebagian siswa memiliki kategori sedang dengan jumlah 3 siswa yang memiliki presentase 50%, kemudian sebagian siswa memiliki kategori rendah dengan jumlah 3 siswa yang memiliki presentase 50%.

Gambar 4
Sesudah perlakuan *Post-Test*



3. Pengaruh Konsep Diri Negatif Siswa Setelah Diberikan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Client Centered*

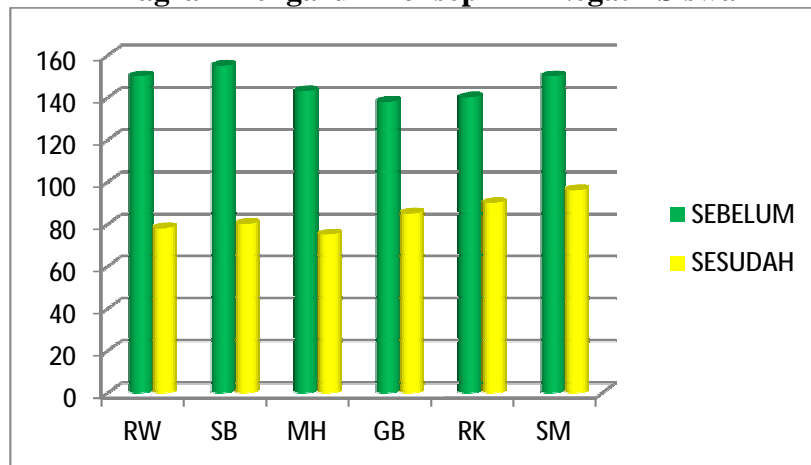
Setelah diberikan angket pretest lalu kemudian diberikan *treatment* layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* setelah itu diberikan angket *post-test* dapat diketahui seberapa besar pengaruh yang terjadi dalam pemberian *treatment* layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* kepada siswa kelas X SMA Harapan Mekar Medan.

Tabel 4.13
Pengaruh Terhadap Konsep Diri Negatif Siswa Melalui Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Client Centered*

No	Nama siswa	Sebelum		Sesudah		Jumlah Pengaruh	Keterangan Sebelum	Keterangan Sesudah
		Skor Σ	Presentase	Skor Σ	Presentase			
1	Rw	150	86 %	78	45 %	72	Tinggi	Rendah
2	Sb	155	89 %	80	46 %	75	Tinggi	Rendah
3	Mh	143	82 %	75	43 %	68	Tinggi	Rendah
4	Gb	138	79 %	85	49 %	53	Tinggi	Sedang
5	Rk	140	80 %	90	51 %	50	Tinggi	Sedang
6	Sm	150	86 %	96	55 %	54	Tinggi	Sedang
Total		876	83 %	504	48 %	372	Tinggi	Sedang

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa pengaruh terhadap konsep diri negatif siswa dengan pendekatan *client centered* melalui layanan konseling kelompok dengan skor sebelum 876 dengan hasil presentase 83% dengan kategori tinggi, sedangkan skor sesudah dengan skor sesudah 504 dengan hasil presentase 48% dengan kategori sedang. Hasil sebelum dan sesudah dapat diperoleh penurunan sebanyak 35%. Dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh konsep diri negatif siswa sebelum dan sesudah melakukan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* pada siswa kelas X SMA Harapan Mekar Medan.

Gabar 3
Diagram Pengaruh Konsep Diri Negatif Siswa



4. Perbedaan Konsep Diri Negatif Siswa Sebelum dan Sesudah Diberikan Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Client Centered*

Untuk mengetahui perbedaan konsep diri negatif siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan client centered, maka peneliti menggunakan prosedur pada tabel dibawah ini:

Tabel : 4.14
Kategori Perbedaan Konsep Diri Negatif Siswa Sebelum Dan Sesudah Diberi Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Client Centered*

No	Nama Siswa	Sebelum	Sesudah	Keterangan Sebelum	Keterangan Sesudah
1	RW	150	78	Tinggi	Rendah
2	SB	155	80	Tinggi	Rendah
3	MH	143	75	Tinggi	Rendah
4	GB	138	85	Tinggi	Sedang
5	RK	140	90	Tinggi	Sedang
6	SM	150	96	Tinggi	Sedang

Tabel 4.15
Perbedaan Konsep Diri Negatif Siswa Sebelum Dan Sesudah Diberi Layanan
Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Client Centered*

No.	Kategori	Pre test		Kategori Post test	
		F	%	F	%
1	Tinggi	6	100 %	0	0 %
2	Sedang	0	0 %	3	50 %
3	Rendah	0	0 %	3	50 %
Jumlah		6	100 %	6	100 %

Berdasarkan hasil tabel diatas dapat diketahui bahwa sebelum *pre-test* kategori tinggi dengan frekuensi 6 siswa dengan presentase 100 %, kategori sedang dengan frekuensi 0 siswa dan kategori rendah dengan frekuensi 0 siswa, kemudian hasil dari sesudah *post-test* kategori tinggi dengan frekuensi 0 siswa, kategori sedang dengan frekuensi 3 siswa dengan presentase 50 %, kategori rendah dengan frekuensi 3 siswa dengan presentase 50 %. Dengan hasil uji t yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa taraf signifikansi 0,05, dengan peluang $1-\alpha$ dan derajat kebebasan $dk = n_1 + n_2 - 2 = 6 + 6 - 2 = 10$ maka dari tabel t diperoleh $t = 2,228$. Dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($13,933 > 2,228$) atau $\text{sig},000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh konsep diri negatif siswa sebelum dan sesudah dilakukan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* pada siswa kelas X SMA Harapan Mekar Medan.

5. Pembahasan

Konsep diri konsep diri adalah pandangan dan penilaian seseorang tentang dirinya juga gambaran atau pengetahuan tentang dirinya sendiri, yaitu tentang siapa saya menurut pikiran saya, dalam posisi mana saya berada dan apa yang boleh dan tidak boleh saya lakukan. Konsep diri yang di miliki oleh remaja akan

mengalami perkembangan terus menerus. Perkembangan konsep diri ini bisa ke arah positif maupun ke arah negatif. Dalam konteksnya, konsep diri yang positif berarti dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang sangat bermacam-macam tentang dirinya sendiri, sehingga evaluasi terhadap dirinya menjadi positif, namun jika konsep diri remaja tersebut negatif maka akan cenderung tidak pandai atau tidak sanggup dalam mengungkapkan penghargaan serta pengakuan pada orang lain, merasa tidak disenangi oleh orang lain, dan bersikap pesimis terhadap dirinya sendiri.

Berdasarkan fenomena yang terjadi di SMA Harapan Mekar, dari hasil pengamatan dan wawancara dengan guru BK, diketahui bahwa sebagian siswa mengalami konsep diri negatif. Hal ini terlihat saat kegiatan belajar mengajar berlangsung sebagian siswa cenderung merasa takut dan malu dalam mengeluarkan pendapat, tidak merasa yakin terhadap kemampuannya, sehingga lebih memilih duduk dan hanya mendengarkan penjelasan dari guru, kurang aktif saat proses belajar mengajar berlangsung, siswa terlihat tidak memiliki minat dalam persaingan di kelas, dan hanya diam dan mendengarkan. Prilaku ini menandakan siswa belum mengenal dan mengetahui bahwa dirinya adalah seseorang yang harus mencerminkan dirinya sebagai seorang peserta didik yang mempunyai konsep diri positif. Apabila fenomena tersebut dibiarkan terus menerus, maka nantinya akan mengganggu perkembangan siswa dalam belajar serta dalam kepribadiannya. Dalam penyelesaian masalah tersebut, upaya yang dilakukan penelitian ini untuk mengatasi konsep diri negatif adalah dengan mengoptimalkan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*.

Layanan konseling kelompok adalah layanan yang diberikan kepada sekelompok individu, untuk mengarahkan, mengembangkan, serta mencegah hal-hal yang bersifat negatif yang kemungkinan akan dilakukan individu, sedangkan pendekatan *client centered* yaitu untuk menyadarkan penghambat pertumbuhan dan aspek pengalaman pribadi diri yang sebelumnya diingkari, dan membantu klien agar mampu bergerak kearah keterbukaan terhadap pengalaman serta meningkatkan spontanitas dan perasaan hidup.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka diketahui bahwa sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* terhadap siswa yang mengalami konsep diri negatif adalah nilai rata-rata 146, terdapat 6 orang siswa yang mengalami konsep diri negatif, sebelum dilakukan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* skor tertinggi adalah 155 dan skor terendah adalah 138, total skor untuk *pre-test* adalah 876 tergolong kategori tinggi sebesar 83%. Setelah di berikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *clint centered* terhadap siswa yang mengalami konsep diri negatif nilai rata-ratanya adalah 85 terdapat 6 orang siswa yang mengalami konsep diri negatif, sesudah dilakukan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* skor tertinggi adalah 96 dan skor terendah adalah 75, total skor untuk *pre-test* adalah 504 tergolong kategori tinggi sebesar 48%.

Hasil penelitian ini menunjukan bahawa sebelum dilakukan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* terdapat 6 siswa dengan dengan presentase sebesar 100%. Kemudian sesudah dilakukan layanan konseling

kelompok dengan pendekatan *client centered* sebanyak 3 siswa berada pada kategori sedang dengan presentase 50% dan 3 siswa berada pada kategori rendah dengan presentase 50%.

Dengan uji t yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa taraf signifikansi 0,05 dengan peluang $1-\alpha$ dan derajat kebebasan $dk = n_1 + n_2 - 2 = 6 + 6 - 2 = 10$ maka dari tabel t diperoleh $t = 2,228$. Dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($13,933 > 2,228$) atau $sig,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak H_a diterima.

Dapat diketahui bahwa pengaruh terhadap konsep diri negatif siswa dengan pendekatan *client centered* melalui layanan konseling kelompok dengan skor sebelum 876 dengan hasil presentase 83% dan memiliki kategori tinggi, sedangkan hasil sesudah, memiliki skor 504 dengan presentase 48% dan memiliki kategori sedang. Hasil sebelum dan sesudah dapat diperoleh penurunan sebanyak 35%. Dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh konsep diri negatif siswa sebelum dan sesudah melakukan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* pada siswa kelas X SMA Harapan Mekar Medan.

D. Keterbatasan Penelitian

Selama proses penelitian dilakukan peneliti menyadari bahwa masih terdapat keterbatasan yang dihadapi, keterbatasan yang dihadapi adalah:

1. Tidakan pemberian layanan dilakukan pada saat jam belajar, maka peneliti harus meminta izin pada guru mata pelajaran jika akan melakukan layanan.
2. Peneliti tidak diberi jadwal melakukan layanan secara pasti, sehingga pelaksanaan layanan tidak berjalan secara teratur dan menyebabkan kurang

siapnya siswa dalam mengikuti layanan, tapi meskipun demikian proses layanan konseling kelompok dapat berjalan dengan lancar.

3. Pada awal pertemuan dengan siswa, peneliti mengalami kesulitan dalam membangun hubungan karna siswa belum paham tentang apa itu bimbingan konseling, juga apa tujuan siswa diberi layanan. Untuk mengatasinya maka peneliti terlebih dahulu menjelaskan tentang bimbingan konseling, layanan konseling kelompok dan tujuan serta manfaatnya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Gambaran konsep diri negatif siswa sebelum diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* 6 siswa yang mengikuti layanan mempunyai kategori tinggi dengan presentase 100%.
2. Gambaran konsep diri negatif sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* sebagian siswa memiliki kategori sedang dengan jumlah 3 siswa yang memiliki presentase 50%, kemudian sebagian siswa memiliki kategori rendah dengan jumlah 3 siswa yang memiliki presentase 50%.
3. Pengaruh terhadap konsep diri negatif siswa dengan pendekatan *client centered* melalui layanan konseling kelompok dengan skor sebelum 876 dengan hasil presentase 83% dengan kategori tinggi, sedangkan sesudah memiliki skor 504 dengan hasil presentase 48% dan berada di kategori sedang. Hasil sebelum dan sesudah dapat diperoleh penurunan sebanyak 35%. Dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh konsep diri negatif siswa sebelum dan sesudah melakukan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* pada siswa kelas X SMA Harapan Mekar Medan.

4. Perbedaan konsep diri negatif siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* diketahui bahwa sebelum *pre-test*, kategori tinggi dengan frekuensi 6 siswa dengan presentase 100%, kategori sedang dengan frekuensi 0 siswa dan kategori rendah dengan frekuensi 0 siswa, kemudian hasil dari sesudah *post-test* kategori tinggi dengan frekuensi 0 siswa, kategori sedang dengan frekuensi 3 siswa dengan presentase 50%, kategori rendah dengan frekuensi 3 siswa dengan presentase 50%. Dengan hasil uji t yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa taraf signifikansi 0,05, dengan peluang $1-\alpha$ dan derajat kebebasan $dk = n_1 + n_2 - 2 = 6 + 6 - 2 = 10$ maka dari tabel t diperoleh $t = 2,228$. Dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($13,933 > 2,228$) atau $sig ,000 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh konsep diri negatif siswa sebelum dan sesudah dilakukan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* pada siswa kelas X SMA Harapan Mekar Medan.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian yang telah dipaparkan, maka dapat diajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi siswa

Disarankan pada siswa hendaknya mengikuti pelaksanaan layanan konseling kelompok, sebab dengan mengikutinya siswa akan dibantu untuk bisa mengentaskan masalah yang berkaitan dengan konsep diri negatif siswa.

2. Bagi guru bimbingan konseling

Hendaknya guru bimbingan konseling mengadakan pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan client centered agar dapat membantu siswa dalam mengatasi konsep diri negatif, diharapkan guru bimbingan konseling dan guru mata pelajaran saling berkolaborasi dalam mengentaskan masalah konsep diri negatif siswa.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian tentang layanan konseling kelompok dengan pendekatan client centered untuk mengatasi konsep diri negatif siswa hendaknya dapat menggunakan sampel yang berbeda dan meneliti variabel lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2017. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rineka Cipta
- Astuti, Eka Widia. 2018. Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Client Centered* untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik [skripsi], Lampung. Universitas Islam Negeri Lampung.
- Bachri Thalib, Syamsul. 2010. *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Jakarta: Kharisma Putra Pertama.
- Desmita. 2017. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Hutagalung, Inge. 2007. *Pengembangan Kepribadian*. Jakarta: PT Indeks.
- Hamdi dan rasimin. 2018. *Bimbingan Dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hasan, Iqbal. 2010. *Analisis Data Penelitian Dengan Statistik*. Jakarta: Bumi Aksara
- Irianto, Agus. 2014. *Statistik Konsep Dasar dan Aplikasinya*. Jakarta: Prenada Media.
- Lubis Lumonga, Namora dan Hasnida. 2016. *Konseling kelompok*. Jakarta: Kencana.

- Lubis Lumonga, Namora. 2011. *Memahami dasar-dasar konseling*. Jakarta: Kencana.
- Luk Lukaningsih, Zuyina. 2010. *Pengembangan Kepribadian*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Narti, Sri.2014. *Model Bimbingan Kelompok Berbasis Ajaran Islam Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nurshanti, Erlan Widya. 2011. *Meningkatkan Konsep Diri Melalui Layanan Informasi Dengan Media Audio Visual [skripsi]*, Semarang. Universitas Negri Semarang.
- Risnawita, Rina dan Ghufron, Nur. 2018. *Teori-Teori Psikologi*. Jakarta: Ar-Ruzz Media.
- Sugiono. 2017. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiono.2018. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiono. 2015. *Metodepenelitian tindakankomperhensif*. Bandung: Alfabeteta.
- Sudijono, Anas. 2013. *Pengantar evaluasi pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Supardi, 2013.*Sekolah Efektif*. Jakarta: PT RajagrafindoPersada.
- Sadulloh, uyoh. 2015. *Pedagogik*. Bandung: Alfabeta.

Sujanto, Bedjo. 2018. *Pengolahan Sekolah*. Jakarta: PT BumiAksara.

Sagala, Syaiful. 2013. *Kemampuan Professional Guru Dan TenagaKependidikan*. Bandung: Alfabeta.

Tohirin. 2012. *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT RajagrafindoPersada.

Umar, Husein. 2010. *Desain Penelitian MSDM dan Perilaku Karyawan*. Jakarta: Raja GrafindoPersada.

Widiyanto, Mikha Agus. 2013. *Statistika Terapan*. Jakarta: Elex Media Kompu

