

Usaha Meningkatkan Konsep Diri yang Positif Siswa Kelas XII TKJ 2 SMKN 2 Pinrang Melalui Konseling *Peer Group*

Dahlia Haruna,

SMK Negeri 2 Pinrang, Kabupaten Pinrang

dahliabk2@gmail.com

Abstract: The objectives of this research are (i) to improve the ability of forming positive self concept on the students of class XII TKJ 2 SMK Negeri 2 Pinrang, (ii) students able to improve positive self concept after guidance and counseling process through peer group counseling. This research is guidance and counseling research. This research uses Kemmis and Mc Taggart model which consist of four stages: (i) planning, (ii) Action, (iii) Observation, (iv) Reflection (reflection). The subjects of the research are the students of class XII TKJ 2 SMK Negeri 2 Pinrang. Data were analyzed using descriptive analysis. The results showed that: (i) the application of peer group counseling in the process of guidance and counseling services can improve students' positive self concept in the students of class XII TKJ 2 SMK Negeri 2 Pinrang in the first cycle by 8.66% and increase again by 11.46 % after the second cycle of action, and (ii) through the application of peer group counseling, trained and skilled students to work with friends in solving problems.

Keyword: *peer group, positive self-concept.*

PENDAHULUAN

Masa usia sekolah menengah bertepatan dengan masa remaja. Masa remaja merupakan masa yang banyak menarik perhatian karena sifat-sifat khasnya dan peranannya yang menentukan dalam kehidupan individu di masyarakat. Yusuf (2004: 50) menyatakan bahwa masa ini ditandai oleh sifat-sifat negatif pada si remaja seperti tidak tenang, kurang suka bekerja, pesimistik, dan sebagainya.

Masa ini juga sebagai masa mencari sesuatu yang dapat dipandang bernilai, pantas dijunjung tinggi dan dipuja-puja sehingga masa ini disebut

masa merindu puja walaupun sesuatu yang dipujanya belum mempunyai bentuk tertentu, bahkan seringkali remaja hanya mengetahui bahwa dia menginginkan sesuatu tetapi tidak mengetahui apa yang diinginkannya. Menurut Hall, Lindzey, & Campbell (1998) secara emosional kebutuhan remaja sama dengan kebutuhan anak, yaitu ingin merasa dikasihi, diterima dan diperhatikan.

Remaja masih memerlukan bimbingan agar memperoleh pemahaman dan pengarahan diri untuk menyesuaikan dirinya dengan lingkungan. Winkel (1991: 124) mendefinisikan bimbingan sebagai pemberian bantuan kepada seseorang atau kepada sekelompok orang dalam membuat pilihan-pilihan secara bijaksana dan dalam mengadakan penyesuaian diri terhadap tuntutan hidup. Senada Surya (1988: 36) mengemukakan bimbingan ialah suatu proses pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis dari pembimbing kepada yang dibimbing agar tercapai kemandirian dalam pemahaman diri dan perwujudan diri.

Salah satu bentuk bimbingan yang perlu diperhatikan yaitu percaya diri yang merupakan salah satu modal dalam kehidupan yang harus ditumbuhkan pada diri peserta didik agar kelak mereka dapat menjadi manusia yang mampu mengontrol berbagai aspek yang ada pada dirinya, dengan kemampuan tersebut peserta didik mampu mengarahkan perilaku menuju keberhasilan. Seperti yang dikemukakan Hakim (2002: 6) bahwa percaya diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.

Masalah yang sering timbul pada masa remaja adalah masalah pembentukan konsep diri remaja. Konsep diri merupakan hasil dari bagaimana kita melakukan proses mengenali diri sendiri (Puspasari, 2007:3). Seseorang yang memiliki konsep diri positif, tentu akan memiliki perasaan positif dalam dirinya. Perasaan positif inilah yang menyebabkan adanya perkembangan komunikasi maupun identitas diri yang lebih baik pada diri seseorang. Tingkat percaya diri yang tinggi memiliki pengertian

bahwa pada diri seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi tersebut dapat menerima dirinya tentu akan mengevaluasi dirinya secara positif. Sebaliknya, konsep diri yang rendah pada seseorang akan memunculkan persepsi negatif, yang tentunya akan menimbulkan rendahnya percaya diri. Salah satu faktor yang menentukan apakah seseorang akan berperilaku negatif dan positif (Pudjijoyanti, 1995: 2).

Konsep diri bukanlah faktor yang dibawa sejak lahir, melainkan faktor yang dipelajari dan terbentuk dari pengalaman-pengalaman individu dalam berhubungan dengan orang lain dan lingkungannya. Gunarsa (2009: 237-240) mengungkapkan bahwa konsep diri terbentuk berdasarkan persepsi seseorang mengenai sikap-sikap orang lain terhadap dirinya. Seorang anak akan mulai berpikir dan merasakan dirinya sesuai apa yang telah ditentukan orang lain terhadap dirinya dan lingkungannya, misalnya orang tua, guru, ataupun teman-teman sepergaulannya. Calhoun & Acocella (1995: 79), bahwa konsep diri merupakan hasil belajar yang berlangsung setiap hari dan hal ini biasanya tanpa kita sadari.

Pergaulan yang lebih luas dengan orang lain dan kebiasaan anak yang sering berkumpul dalam kelompok teman sebayanya akan menimbulkan berbagai pandangan yang lebih luas pula dalam memandang dan memahami diri sendiri dan orang lain yang pada akhirnya akan berpengaruh dalam pembentukan konsep diri pada individu. Sesuai dengan apa yang diungkapkan Horrocks & Benimoff (Hurlock, 1994: 214), menyebutkan bahwa kelompok sebaya merupakan dunia nyata kawula muda, yang menyiapkan panggung dimana ia dapat menguji diri sendiri dan orang lain. Howes & Toyon (Santrock, 2013: 100) Hubungan teman sebaya yang baik mungkin dibutuhkan untuk perkembangan normal. Dalam studi Hightower (Santrock, 2013: 100) hubungan teman sebaya yang harmonis di usia remaja menyebabkan kesehatan mental yang positif di usia paruh baya nanti.

Teman sebaya tidak semua memberikan dampak positif. Sebuah studi yang dilakukan oleh Roff, Sells & Golden (Santrock, 2013: 100), hubungan teman sebaya yang buruk di masa kanak-kanak menyebabkan terjadinya *drop-out* dari sekolah dan tindakan kejahatan di usia remaja. Tidak semua individu mempunyai konsep diri yang positif dalam kehidupannya. Hal itu bisa terjadi karena faktor yang dibawa individu dari lingkungan dan keadaan keluarga yang kurang baik dalam menginternalisasikan nilai-nilai kehidupan dalam membentuk sifat, karakter dan konsep dirinya. Proses penerimaan serangkaian norma dari orang atau kelompok lain yang berpengaruh pada individu atau yang dinamai internalisasi ini melibatkan beberapa tahapan (Rais, 2012: 10).

Pada masa remaja, banyak peserta didik menjadi anggota kecil khusus dan kesetiaan pada kelompok yang dapat mempengaruhi hidup mereka. Identitas kelompok ini bisa mengaburkan identitas personal individu. Remaja mengatakan bahwa mereka lebih tergantung kepada kawan ketimbang pada orang tuanya untuk memuaskan kebutuhan akan rasa kebersamaan, kepastian, dan kedekatan (Furman & Buhrmester, dalam Santrock, 2013: 102).

Persahabatan diantara teman sebaya memiliki arti penting bagi remaja. Menurut Gottman & Parker (Santrock, 2009: 339), persahabatan memiliki enam fungsi yaitu: (1) keakraban, (2) stimulasi, (3) dukungan fisik, (4) dukungan ego, (5) perbandingan sosial, dan (6) intimasi dan afeksi. Sahabat dapat memperkuat harga diri dan perasaan bahagia. Sejalan dengan itu, Cowie and Wellace (2000: 8) juga menemukan bahwa dukungan teman sebaya banyak membantu atau memberikan keuntungan kepada anak-anak yang memiliki problem sosial dan problem keluarga, dapat membantu memperbaiki iklim sekolah, serta memberikan pelatihan keterampilan sosial.

Konformitas terhadap pengaruh teman sebaya dapat berdampak positif dan negatif. Beberapa tingkah laku konformitas negatif antara lain menggunakan kata-kata jorok, mencuri, tindakan perusakan (*vandalize*),

serta mempermainkan orang tua dan guru. Namun demikian, tidak semua konformitas terhadap kelompok sebaya berisi tingkah laku negatif. Konformitas terhadap teman sebaya mengandung keinginan untuk terlibat dalam dunia kelompok sebaya seperti berpakaian sama dengan teman, dan menghabiskan sebagian waktunya bersama anggota kelompok. Tingkah laku konformitas yang positif terhadap teman sebaya antara lain bersama-sama teman sebaya mengumpulkan dana untuk kepentingan kemanusiaan (Santrock, 2004 : 415).

Memperhatikan pentingnya peran teman sebaya, pengembangan lingkungan teman sebaya yang positif merupakan cara efektif yang dapat ditempuh untuk mendukung perkembangan remaja. Dalam kaitannya dengan keuntungan remaja memiliki kelompok teman sebaya yang positif, Laursen (2005 : 138) menyatakan bahwa kelompok teman sebaya yang positif memungkinkan remaja merasa diterima, memungkinkan remaja melakukan katarsis, serta memungkinkan remaja menguji nilai-nilai baru dan pandangan-pandangan baru. Lebih lanjut Laursen menegaskan bahwa kelompok teman sebaya yang positif memberikan kesempatan kepada remaja untuk membantu orang lain, dan mendorong remaja untuk mengembangkan jaringan kerja untuk saling memberikan dorongan positif.

Interaksi di antara teman sebaya dapat digunakan untuk membentuk makna dan persepsi serta solusi-solusi baru. Budaya teman sebaya yang positif memberikan kesempatan kepada remaja untuk menguji keefektifan komunikasi, tingkah laku, persepsi, dan nilai-nilai yang mereka miliki. Budaya teman sebaya yang positif sangat membantu remaja untuk memahami bahwa dia tidak sendirian dalam menghadapi berbagai tantangan. Budaya teman sebaya yang positif dapat digunakan untuk membantu mengubah tingkah laku dan nilai-nilai remaja (Laursen, 2005 : 138).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membangun budaya teman sebaya yang positif adalah dengan mengembangkan konseling teman sebaya dalam komunitas remaja.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan (*action research*). Penelitian tindakan bimbingan dan konseling ini menggunakan model Kemmis dan Mc Taggart (Sukidin, Basrowi, dan Suranto, 2010: 48-49) yaitu (i) perencanaan (*planning*), yaitu rincian operasional mengenai tindakan yang ingin dikerjakan atau perubahan yang akan dilakukan, (ii) tindakan (*action*), yaitu tahap pelaksanaan dari perencanaan, (iii) pengamatan (*observation*), yaitu pengamatan saat pelaksanaan tindakan, dan (iv) refleksi (*reflection*), yaitu kajian atau analisis mengenai hal-hal yang sudah dilakukan pada tahap sebelumnya.

Subjek penelitian adalah siswa kelas XII TKJ 2 SMKN 2 Pinrang, karena siswanya memiliki konsep diri positif yang lebih rendah jika dibandingkan dengan siswa kelas lainnya. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu: (i) angket, (ii) program bimbingan dan konseling yang isinya mengenai layanan bimbingan pribadi sosial untuk meningkatkan konsep diri yang positif pada siswa, (iii) satuan layanan bimbingan dan konseling sebagai pedoman peneliti dalam melaksanakan kegiatan, dan (iv) lembar observasi.

Langkah-langkah pengolahan data pada penelitian ini adalah: (i) menyeleksi data, untuk mengetahui apakah data yang terkumpul dapat diolah atau tidak, (ii) mengklarifikasikan dan mentabulasikan data, untuk mengelompokkan data sesuai dengan alternatif jawaban dan pertanyaan yang tertera dalam kuesioner, mentabulasikan data untuk memperoleh gambaran jumlah frekuensi dan kecenderungannya dalam kuesioner, (iii) menghitung prosentase, untuk melihat besarnya prosentase dari setiap alternatif jawaban pada setiap pertanyaan, sehingga data yang diperoleh dapat dianalisis, (iv) menganalisa data, untuk melihat kecenderungan

sumber data, maka hasil perhitungan yang diperoleh dicocokkan dengan hasil klarifikasi, dan (v) menyimpulkan hasil penelitian setelah data dianalisis, kemudian ditarik kesimpulan.

PEMBAHASAN

Pakar psikologi remaja Santrock (2013: 392) bahwa guru dan teman sebaya atau sekelas dapat memberi kontribusi bersama untuk pembelajara siswa. Dalam penelitian tindakan bimbingan dan konseling ini, hal yang ditunjukkan dengan sikap dan perilaku siswa yang awalnya masih menunjukkan gejala-gejala konsep diri yang negatif, kemudian setelah mendapatkan layanan konseling *peer group*, sikap dan perilaku siswa berubah ke arah konsep diri yang positif.

Sedikit demi sedikit para siswa mulai bisa memahami dirinya dan menunjukkan kemampuannya, mengerti tentang kelemahan dan kelebihan dirinya, merasa bahwa dirinya juga merupakan bagian dari teman yang lain dan berguna untuk orang lain. Selain itu siswa juga sudah tidak malu-malu berkomentar, bertanya ketika berdiskusi, dan bisa menjalankan konseling *peer group* walaupun belum begitu sempurna. Hal tersebut terjadi karena dalam kelompok teman sebaya, individu memiliki kedudukan yang sama.

Konseling *peer group* sebagai salah satu metode bimbingan kelompok terbukti dapat meningkatkan konsep diri yang positif pada siswa, dalam penelitian ini dibuktikan dengan tercapainya peningkatan konsep diri yang positif pada siswa kelas XII TKJ 2 pada siklus I sebesar 8,66% dan meningkat lagi dalam siklus II sebesar 11,46%. Peningkatan konsep diri yang positif ini, guru pembimbing/ konselor memanfaatkan dinamika kelompok, yaitu interaksi dan komunikasi yang berlangsung antara anggota-anggota kelompok yang bekerjasama untuk memenuhi suatu kebutuhan yang dihayati bersama untuk memecahkan suatu problema yang dihadapi bersama melalui penukaran pikiran dalam

diskusi, atau untuk merencanakan suatu aksi yang akan dilakukan bersama.

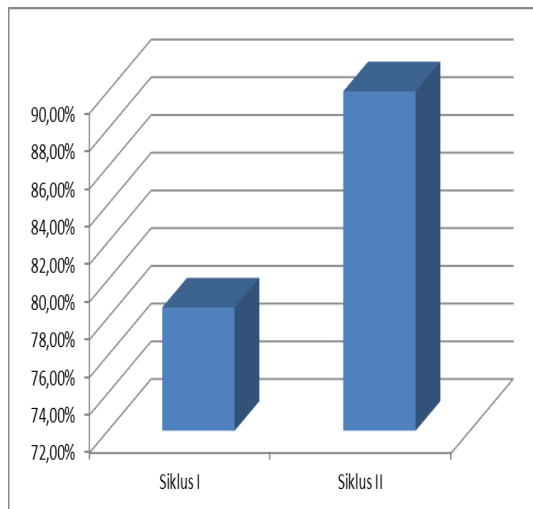
Dalam tindakan yang telah dilakukan oleh peneliti, konseling *peer group* menunjuk pada cara bagaimana kelompok bekerja, bagaimana kelompok menganalisis problema yang dihadapi dan mencari pemecahan bersama, bagaimana kelompok menjaga dan membina kebersamaan sehingga semua anggota kelompok merasa terlibat dan sebagainya.

Dengan mengerjakan sesuatu, mempelajari sesuatu, atau mendiskusikan sesuatu, tentu ada tujuan yang ingin dicapai. Kejelasan tujuan adalah penting, baik bagi peneliti maupun bagi siswa karena kejelasan tujuan membuat siswa melibatkan diri dalam proses konseling dan siswa paham bahwa kegiatan yang mereka lakukan akan membuahkan hasil (Winkel, 1991). Demikian halnya dengan konseling *peer group* yang dilakukan dalam penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan konsep diri yang positif dapat tercapai, sebagaimana hasilnya seperti pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Konsep Diri yang Positif Siswa XII TKJ 2 Per Siklus

Siklus I	Siklus II
78,54%	90%

Berdasarkan data pada Tabel 1 tersebut terlihat terjadinya peningkatan konsep diri yang positif pada siswa sebesar 20,12% setelah siswa mengikuti siklus II. Untuk lebih jelasnya tentang peningkatan konsep diri yang positif dapat dilihat pada diagram berikut:



Gambar 1. Prosentase Peningkatan Konsep Diri yang Positif sampai Siklus II

Dari diagram diatas diketahui bahwa konsep diri yang positif pada siklus II menunjukkan peningkatan dibandingkan dengan siklus I, maka dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan konsep diri positif dari siklus I ke siklus II yang signifikan.

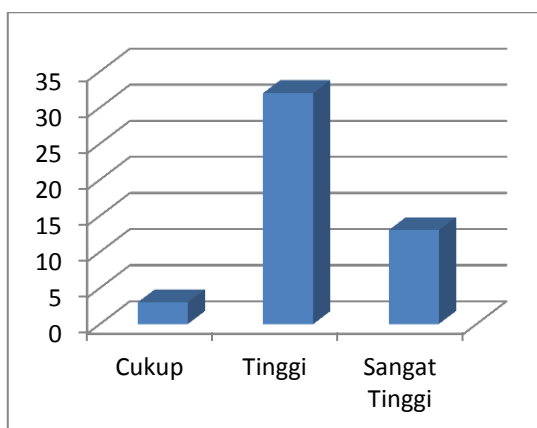
Hasil angket tentang peningkatan konsep diri yang positif terbagi menjadi 3 kategori, yaitu sangat tinggi, tinggi dan cukup. Sebagaimana tercantum pada tabel 2 berikut:

Tabel 2. Hasil Penilaian Angket Konsep Diri Siklus II

Nilai	Kategori	Jumlah
47 – 50	Sangat Tinggi	13
42 – 46	Tinggi	32
37 – 41	Cukup	3

Dari tabel 2, terlihat bahwa terdapat 13 orang mencapai peningkatan konsep diri positif sangat tinggi, 32 orang siswa mencapai peningkatan konsep diri positif tinggi, dan 3 orang siswa mencapai peningkatan konsep diri cukup.

Untuk lebih jelasnya tentang kategori peningkatan konsep diri yang positif dapat digambarkan pada diagram berikut:



Gambar 2. Diagram Hasil Penilaian Angket Konsep Diri Siklus II

Dengan demikian tindakan bimbingan dan konseling yang dilakukan peneliti untuk meningkatkan konsep diri yang positif pada siswa melalui konseling *peer group* dikatakan berhasil karena terdapat peningkatan yang signifikan pada konsep diri yang positif pada siswa kelas XII TKJ 2 SMK Negeri 2 Pinrang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Penerapan konseling *peer group* dalam proses layanan bimbingan dan konseling dapat meningkatkan konsep diri siswa yang positif, hal tersebut dibuktikan dengan meningkatnya konsep diri yang positif pada siswa kelas XII TKJ 2 SMK Negeri 2 Pinrang pada siklus I sebesar 8,66% dan meningkat lagi sebesar 11,46% setelah mengikuti siklus II.
2. Melalui penerapan konseling *peer group*, siswa terlatih dan terampil untuk bekerjasama dengan teman dalam menyelesaikan masalah. Hal ini dibuktikan dengan meningkatnya konsep diri yang positif pada siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Calhoun, James F. & Acocella, Joan Ross. (1995). *Psikologi tentang Penyesuaian Hubungan Kemanusiaan*. Terjemahan oleh Satmoko dari *Psychology of Adjustment and Human Relationship*. Edisi Ketiga.
- [2] Hakim, Thursan. (2002). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- [3] Hall, C. S., Lindzey, G., & Campbell, J. B. (1998). *Theories of Personality* (4th ed.). New York: Jon Wiley & Sons.
- [4] Hurlock, E. B. (1994). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- [5] Laursen, E.K. (2005). *Rather Than Fixing Kids - Build Positive Peer Cultures. Reclaiming Children and Youth*. 14. (3). 137 – 142. (ProQuest Education Journals).
- [6] Pudjijogyanti, Clara. (1995). *Konsep Diri dalam Pendidikan*. Jakarta: Arcan.
- [7] Puspasari, Amaryllia. (2007). *Mengukur Konsep Diri Anak: Cara Praktis Mengukur dan Mengembangkan Konsep Diri Anak*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- [8] Rais, M. (2012). *Internalisasi Nilai Integrasi Untuk Menciptakan Keharmonisan Hubungan Antar Etnik*. Disertasi pada program pasca sarjana PPU UPI Bandung. Tidak diterbitkan.
- [9] Sukidin, Basrowi, dan Suranto. (2010). *Manajemen Penelitian Tindakan Kelas*. Jember: Insan Cendekia.
- [10] Santrock, John W. (2009). *Life-Span Development*. Twelfth Edition. Boston: McGraw-Hill Companies.
- [11] Santrock, John W. (2013). *Psikologi Pendidikan, edisi kedua*. Diterjemahkan oleh Tri Wibowo dari Buku Aslinya *Educational Psychology, 2nd Edition*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- [12] Surya, Muhammad. (1988). *Dasar-dasar Penyuluhan (Konseling)*.

Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti PPLPTK.

- [13] Winkel, W. S. (1991). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Gramedia.
- [14] Yusuf, Syamsu. (2004). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.