

P ISSN : 2503 - 1708

E ISSN : 2722 - 7340

REALITA

Jurnal Bimbingan dan Konseling

JURNAL REALITA	VOLUME 6	NOMOR 2	EDISI Oktober 2021	HALAMAN 1326 - 1430	P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340
---------------------------	---------------------	--------------------	-------------------------------	--------------------------------	--

Diterbitkan oleh:

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**

REALITA
BIMBINGAN DAN KONSELING
Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan

DEWAN REDAKASI

Pelindung : Rektor Universitas Pendidikan Mandalika
: Dekan FIPP Universitas Pendidikan Mandalika
Penanggung Jawab : Kaprodi BK FIPP Universitas Pendidikan Mandalika

Editor

Hariadi Ahmad, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika

Associate Editor

Mustakim, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika
Mujiburrahman, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika
Ahmad Muzanni, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika
M. Chaerul Anam, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika

Editorial Board

Prof. Drs. Kusno, DEA., Ph.D Universitas Negeri Jember Jawa Timur
Drs. Wayan Tamba, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika
Farida Herna Astuti, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika
Ichwanul Mustakim, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika
Reza Zulaifi, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika
Jessica Festi Maharani, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika

Reviwer

Dr. I Made Sonny Gunawan, S.Pd., M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika
Dr. A. Hari Witono, M.Pd Universitas Mataram NTB
Prof. Dr. Wayan Maba Universitas Mahasaraswati Bali
Dr. Gunawan, M.Pd Universitas Mataram NTB
Dr. Haromain, S.Pd., M.Pd. Universitas Pendidikan Mandalika
Dr. Hadi Gunawan Sakti, M.Pd Universitas Pendidikan Mandalika
Wiryo Nuryono, M.Pd Universitas Negeri Surabaya Jawa Timur
Hasrul, S.PdI., M.Pd STKIP Kie Raha Ternate Maluku Utara
Dita Kurnia Sari, M.Pd UIN Sunan Ampel Surabaya Jawa Timur
Dr. Roro Umy Badriyah. M.Pd., Kons Universitas PGRI Maha Dewa Bali
Ari Khusumadewi, M.Pd Universitas Negeri Surabaya Jawa Timur

M. Najamuddin, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
M. Samsul Hadi, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Lalu Jaswandi, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Eneng Garnika, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Aluh Hartati, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Drs. I Made Gunawan, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Nuraeni, S.Pd., M.Si	Universitas Pendidikan Mandalika
Baiq Sarlita Kartiani, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
M. Zainuddin, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Ahmad Zainul Irfan, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Dra. Ni Ketut Alit Suarti, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Asep Sahrudin, S.Pd., M.Pd	Univ. Mathla'ul Anwar Banten
Suciati Rahayu Widyastuti, S.Pd., M.Pd	Univ. Nahdlatul Ulama Cirebon
Rahmawati M, S.Pd., M.Pd	Universitas Muhammadiyah Kendari Sulawesi Tenggara
Ginangjar Nugraheningsih, S.Pd. Jas., M.Or	Universitas Mercu Buana Yogyakarta
Dewi Ariani, S.Pd., M.Pd	Universitas Mahaputra Muhammad Yamin Solok Sumatera Barat
St. Muriati, S.Pd., M.Pd	Universitas Bosowa Makassar Sulawesi Selatan
Uli Agustina Gultom, S.Pd., M.Pd	Universitas Borneo Tarakan Kalimantan Utara
Indra Zultiar, S.Pd., M.Pd.	Universitas Muhammadiyah Sukabumi Jawa Barat

Alamat Redaksi:

Redaksi Jurnal Realita Bimbingan dan Konseling (**JRbk**)

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika

Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59 A Mataram Telp. (0370) 638991

Email : realita@undikma.ac.id

Web : e-journal.undikma.ac.id

Jurnal Realita Bimbingan dan Konseling menerima naskah tulisan penulis yang original (belum pernah diterbitkan sebelumnya) dalam bentuk *soft file, office word document (Email)* atau *Submission* langsung di akun yang diterbitkan setiap bulan April dan Oktober setiap tahun.

Diterbitkan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

DAFTAR ISI	Halaman
Nuraeni dan Mastari Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Self Esteem Siswa Kelas XI di SMK Negeri 2 Kuripan	1329 – 1341
Aprilia Yolanda, Ni Ketut Alit Suarti dan Ahmad Muzanni Pengaruh Body Shaming Terhadap Kepercayaan Diri Siswa SMA Negeri 1 Batulayar	1342 – 1353
Hariadi Ahmad Hubungan Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama	1354 – 1364
Aluh Hartati Pengaruh Teknik <i>Modeling</i> Untuk Meningkatkan Empati Siswa	1365 – 1377
Mustakim Pengaruh Teknik Cerita Terhadap Sikap Kemandirian Anak Pada Usia 5-6 Tahun	1378 – 1390
Farida Herna Astuti dan Ichwanul Mustakim Keefektifan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Motivasi Belajar	1391 - 1397
Mujiburrahman dan Soba Al-Qadri Hubungan Antara Kemampuan Kontrol Diri Dengan Penyusaian Diri Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Taliwang	1398 – 1406
Wiwiek Zainar Sri Utami Pengaruh Konseling Individu Terhadap Potensi Diri Anak Tunarungu di Sekolah Inklusi	1407 – 1415
Baiq Nur'aini Cahya Khairani dan Ni Made Sulastr Pengaruh Layanan Konseling Humanistik Terhadap Perilaku Agresif pada Siswa Kelas XI IPS-4 di SMA Negeri 7 Mataram	1416 – 1426
M. Najamudin Pengaruh Teknik Biblioterapi Terhadap Sikap Kemandirian Belajar Pada Siswa VIII SMP Negeri 5 Lembar	1427 – 1437
Khaerul Huda Meningkatkan Pengetahuan dan Pemahaman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dimasa Covid 19 Melalui Metode Demonstrasi pada Kelompok B di TK Negeri 01 Wanasaba.....	1438 – 1443

PENGARUH KONSELING KELOMPOK TERHADAP *SELF ESTEEM* SISWA KELAS XI DI SMK NEGERI 2 KURIPAN

Oleh:

Nuraeni dan Mastari

Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Universitas Pendidikan Mandalika

Email: nuraenifip@gmail.com dan mastari0705@gmail.com

Abstrak. *Self-esteem* siswa yang rendah dalam hal ini ditunjukkan dengan siswa mengalami kesulitan untuk mengatur dan mengontrol tingkah laku, cemas dan takut untuk mengeluarkan pendapat, kurang percaya diri, mudah tersinggung, dan merasa tidak dihargai, tidak bisa bekerja dalam kelompok, tidak mampu untuk menerima kritikan dan merasa tidak disukai karena merasa sikap dan sifatnya tidak menarik perhatian orang lain, tidak mampu untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan padanya, dan tidak percaya diri di dalam membuat atau mengambil keputusan. Konseling kelompok adalah konseling yang bersifat pencegahan dan penyembuhan serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangannya yang dimana sangat berpengaruh terhadap *self-esteem* siswa. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk Mengetahui pengaruh Konseling kelompok terhadap *self-esteem* siswa kelas XI SMKN 2 Kuripan Tahun Pelajaran 2020/2021. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah 34 orang siswa. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 10 orang siswa. Instrumen yang digunakan dalam mengumpulkan data adalah metode angket sebagai metode pokok, sedangkan metode dokumentasi, metode wawancara dan metode observasi sebagai metode pelengkap. Dalam hal ini angket dikembangkan dalam indikator-indikator *self-esteem*. Analisis data menggunakan uji *t-test*. Sesuai dengan hasil analisis dengan taraf signifikan 5% ternyata nilai “t” hitung lebih besar dari pada “t” tabel atau ($11.250 > 2,262$). Maka, hipotesis nihil (H_0) yang berbunyi “Tidak Ada Pengaruh Konseling kelompok terhadap *Self-Esteem* Siswa Kelas XI SMKN 2 Kuripan Tahun pelajaran 2020/2021” dinyatakan “ditolak” sedangkan hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi “Ada Pengaruh Konseling kelompok terhadap *Self-Esteem* Siswa Kelas XI SMKN 2 Kuripan Tahun Pelajaran 2020/2021” dinyatakan “diterima”. Maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini “signifikan”.

Kata Kunci: Konseling Kelompok, Self-Esteem

PENDAHULUAN

Self-esteem atau sering disebut dengan harga diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang dapat berpengaruh terhadap sikap dan perilaku individu. *Self-esteem* dikatakan sebagai suatu kesadaran dari dalam diri untuk menghargai diri sendiri yang dinilai berdasarkan perilaku. Selain itu *self-esteem* juga dapat dikatakan sebagai suatu penilaian terhadap dirinya sendiri, dimana penilaian tersebut mencerminkan sikap penerimaan atau sikap penolakan, dan seberapa jauh individu percaya bahwa dirinya mampu, penting, berguna serta berharga. Lebih lanjut, *self-esteem*

dapat terbentuk dari penilaian dan penghargaan diri dari orang lain. Dalam hal ini penilaian orang lain dapat mempengaruhi persepsi individu yang dinilai sehingga secara tidak langsung dapat membentuk *self-esteem* atau harga diri yang positif (harga diri tinggi). Adapun sebaliknya jika lingkungan menolak individu tersebut maka penolakan itu akan berdampak pada terbentuknya *self-esteem* yang negatif (harga diri rendah).

Self-esteem memiliki tingkatan yang berbeda-beda pada masing-masing individu. Adapun *self-esteem* dalam hal ini bukan merupakan suatu bawaan sejak

lahir tetapi merupakan suatu komponen kepribadian yang berkembang sesuai dengan rentang kehidupan. Perkembangan tersebut terjadi secara perlahan-lahan, melalui interaksi dengan orangtua atau keluarga dan oranglain yang memiliki makna bagi individu tersebut, termasuk teman-teman sebayanya. Lebih lanjut, munculnya masalah *self-esteem* pada individu dapat disebabkan oleh adanya kesenjangan antara pandangan yang dimiliki dengan konsep idealnya terhadap dirinya. Berdasarkan hasil penelitian terdahulu dikatakan bahwa *self-esteem* memiliki korelasi terhadap kepercayaan diri yang dapat mempengaruhi perilaku seseorang (Sheaford & Horeski, 2008). Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka secara tidak langsung *self-esteem* yang kuat atau tinggi, dapat berperan dalam keberhasilan yang dialami seseorang. *Self-esteem* yang tinggi dianggap penting untuk dimiliki oleh siswa karena dapat memberikan motivasi dalam diri dalam melakukan pencapaian akademik yang tinggi.

Self-esteem merupakan hasil perbandingan antara *self-image* dan *ideal-self* (Lawrence, 2006: 10). Lebih lanjut menurut Coopersmith (Murk, 2013) didalam proses pembentukannya *self-esteem* memiliki empat aspek yakni: (1) kekuatan; yaitu kemampuan untuk mengontrol dan mempengaruhi orang lain; (2) signifikansi; yaitu penerimaan, perhatian dan rasa sayang terhadap orang lain; (3) kebajikan; yaitu kepatuhan terhadap standar moral dan etika; dan (4) kompetensi; yaitu performa yang meyakinkan didalam memenuhi kebutuhan untuk mencapai suatu keberhasilan. Seseorang yang memiliki *self-esteem* tinggi akan lebih mampu dan mudah untuk menangani dan mengatasi segala permasalahan-permasalahan di dalam hidupnya. Adapun karakteristik *self-esteem* rendah akan mempunyai

perasaan inferior, takut gagal dalam membina hubungan sosial, terlihat seperti orang yang sedang putus asa dan depresi, merasa terasingkan dan tidak diperhatikan, tidak dapat membicarakan diri sendiri, bergantung pada orang lain dan lingkungan, tidak konsisten di dalam bersikap (*plin-plan*), mengikuti lingkungan dengan pasif, menggunakan sikap banyak menentang (mekanisme pertahanan diri), serta mudah untuk mengakui kesalahan. Individu dengan *self-esteem* rendah adalah individu yang kehilangan kepercayaan dirinya dan tidak mampu untuk menilai kemampuan dan atribut-atribut didalam dirinya, gambaran yang individu buat cenderung memberikan kesan depresi dan pesimis.

Pernyataan tersebut menurut Oktaviani (2018) sejalan dengan permasalahan yang dialami oleh siswa di SMK Negeri 1 Lingsar di mana banyak siswa yang memiliki *self-esteem* rendah dan ditunjukkan dengan berperilaku tidak percaya diri, tidak mudah bergaul, merasa tidak bahagia dengan kehidupannya, tidak optimis, kurang hormat kepada guru, tidak bertanggung jawab dan tidak memiliki motivasi yang tinggi di dalam kegiatan akademiknya. Lebih lanjut, dalam penelitian ini permasalahan *self-esteem* yang rendah juga dialami oleh siswa kelas XI Jurusan Teknik Kendaraan Ringan Otomotif (TKRO) di SMK Negeri 2 Kuripan. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK diketahui sebanyak 20 orang siswa dari 34 orang siswa kelas XI jurusan TKRO yang memiliki tingkat *self-esteem* yang rendah. *Self-esteem* siswa yang rendah dalam hal ini ditunjukkan dengan karakteristik mereka mengalami kesulitan untuk mengatur dan mengontrol tingkah laku, cemas dan takut untuk mengeluarkan pendapat, kurang percaya diri, mudah tersinggung, dan merasa tidak dihargai, tidak bisa bekerja didalam kelompok, tidak mampu

untuk menerima kritikan dan merasa tidak disukai karena merasa sikap dan sifatnya tidak menarik perhatian orang lain, tidak mampu untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan padanya, dan tidak percaya diri di dalam membuat atau mengambil keputusan.

Dari masalah yang terjadi dilapangan maka dianggap penting untuk meningkatkan *self-esteem* siswa yang rendah agar dapat berkembang dengan optimal sesuai potensi yang dimilikinya. Menurut Feist & Feist (2006) permasalahan *self-esteem* rendah, pada siswa tidak boleh dibiarkan begitu saja dan perlu segera mendapatkan penanganan, karena *self-esteem* dianggap sebagai pemegang peranan kunci dalam pengintegrasian kepribadian individu, didalam memotivasi tingkah laku, yang setara dengan pencapaian kesehatan mental.

Adapun salah satu solusi yang dapat dilakukan untuk mengatasi rendahnya *self-esteem* siswa adalah dengan cara memberikan siswa pelayanan konseling kelompok, Menurut Capuzzi & Gross (Gunawan, 2019) konseling kelompok adalah suatu proses antara pribadi yang dinamis yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari. Proses tersebut mengandung ciri-ciri terapeutik seperti pengungkapan pikiran dan perasaan secara leluasa, orientasi pada kenyataan, pembukaan diri mengenai perasaan-perasaan mendalam yang dialami, saling percaya, saling perhatian, saling pengertian dan saling mendukung. Sedangkan menurut Wibowo (2005) konseling kelompok adalah merupakan hubungan antar pribadi yang menekankan pada proses berfikir secara sadar, perasaan-perasaan, dan perilaku-perilaku anggota untuk meningkatkan kesadaran akan pertumbuhan dan perkembangan individu yang sehat.

Lebih lanjut, alasan menggunakan konseling kelompok sebagai intervensi yang tepat dalam penelitian ini karenabertujuan untuk memenuhi kebutuhan dan menyediakan pengalaman nilai bagi setiap anggotanya secara individu yang menjadi bagian kelompok tersebut. Selain itu tujuan dari penggunaan konseling kelompok ini sebagai intervensi adalah untuk membantu anggota kelompok mengembangkan potensi yang dimilikinya dan memecahkan masalah yang dihadapi melalui dukungan antar anggota kelompok.

KAJIAN PUSTAKA

Secara bahasa *self-esteem* merupakan penghargaan diri. *Self-esteem* juga sering disebut sebagai martabat diri (*self worth*) atau gambaran diri (*self image*) yang merupakan suatu dimensi global dari diri (Santrock, 2011). Pada awalnya pengertian dari *Self-esteem* merujuk terhadap pemahaman *self-esteem* sebagai kompetensi (*competence*), yaitu suatu penilaian individu tentang kondisi kemampuannya sekarang (*actual/read self*), yang sering dibandingkan dengan kondisi kemampuan yang diinginkan seseorang (*ideal self*) (Murk, 2006). Lebih lanjut *self-esteem* adalah suatu evaluasi yang dibuat oleh seseorang dan berkembang menjadi suatu kebiasaan terutama yang berkaitan terhadap harga diri seseorang itu sendiri, yang mempunyai kemampuan (*capable*), keberartian (*significance*), kesuksesan (*successful*), dan keberhargaan (*worthy*), “secara singkat *self-esteem* merupakan “*personal judgment*” mengenai perasaan berharga atau berarti yang di ekspresikan di dalam sikap-sikap seseorang terhadap dirinya sendiri. (Coopersmith, dalam Murk, 2013).

Sayeti, dkk (2015) mengungkapkan jika *self-esteem* dipandang sebagai salah satu aspek

penting dalam pembentukan kepribadian individu. Individu yang menghargai dirinya apa adanya dikatakan mempunyai *self-esteem* yang tinggi, apabila individu mempunyai rasa kurang respek terhadap dirinya atau menolak dan memandang negatif terhadap diri individu tersebut menunjukkan *self-esteem* rendah. *Self-esteem* merupakan suatu dimensi yang evaluative yang menyeluruh dari diri. *Self-esteem* juga disebut sebagai harga diri atau gambaran diri (Santrok, 2011). Kemudian *self-esteem* dalam hal ini dikatakan sebagai suatu keseluruhan akan nilai diri yang dimanfaatkan untuk menilai sifat serta kemampuan diri yang ditentukan oleh banyak pengaruh seperti peran yang ada pada diri individu, perbandingan yang bisa dilakukan terhadap orang lain, identitas sosial, strategi untuk mengartikan orang lain, sudut pandang terhadap orang lain, dan pengalaman keberhasilan dan kegagalan.

Murk, (2013) mengatakan *self-esteem* merupakan suatu sikap evaluatif individu terhadap dirinya sendiri; penilaian afektif seseorang terhadap konsep dirinya berdasarkan perasaan berharga dan perasaan merasa diterima, sebagai suatu konsekuensi dari kesadarannya terhadap suatu kompetensi dan umpan balik yang diterima oleh individu dari lingkungan sekitar maupun orang lain. Berdasarkan beberapa definisi menurut ahli dari paparan diatas terkait *self-esteem* maka dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* (harga diri) merupakan suatu penilaian yang subyektif yang dilakukan seseorang sebagai hasil evaluasi mengenai diri seseorang yang tercermin dalam sikap positif atau negatif yang diekspresikan menjadi sikap menerima atau menolak, dan mengindikasikan tingkat dimana seseorang tersebut meyakini dirinya sebagai seseorang yang mempunyai kemampuan, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan. Secara singkat dapat

disimpulkan *self-esteem* adalah suatu penilaian terhadap dirinya sendiri secara positif atau negatif yang dipengaruhi oleh hasil interaksi individu dengan orang-orang yang dilingkungannya serta sikap penerimaan, penghargaan dan perlakuan orang lain terhadap diri individu itu sendiri.

Setiap individu memiliki karakteristik yang berbeda-beda antara pindividu satu dengan individu lainnya. Ada beberapa karakteristik individu yang berhubungan dengan *self-esteem* menurut Coopersmith (Guindon, 2010) yaitu: *Physical attribute*. Karakteristik ini berhubungan dengan kondisi fisik yang dimiliki oleh individu. Bagaimana seseorang dalam memandang dan menghargai kondisi fisik yang ada pada diri seseorang tersebut. Kondisi fisik yang dimaksud adalah tinggi badan, berat badan, warna kulit, bentuk wajah dan lainnya. *General capacities, ability, and performance*. Karakteristik yang kedua ini berhubungan dengan kemampuan dan prestasi seseorang secara umum. Apakah seseorang dapat menghargai prestasi dan kemampuan yang ada pada dirinya atau tidak. *Affective state*. Karakteristik ini berhubungan dengan kebahagiaan, kemampuan afeksi serta kepuasan terhadap diri sendiri. Seseorang dengan penilaian yang rendah terkadang mempunyai ketidakpuasan dan ketidakbahagiaan diri, sementara individu yang mempunyai penilaian diri yang tinggi pasti mempunyai kepercayaan diri yang positif dan lebih ekspresif. *Self values*. Karakteristik ini berhubungan dengan bagaimana individu dapat menilai keberhargaan dirinya sesuai dengan nilai yang berlaku dan *ideal-self* yang individu tersebut miliki. Kemudian karakteristik individu dengan *self-esteem* tinggi dan rendah menurut Guindon (2010) menyatakan bahwa seorang individu dengan *self-esteem* yang tinggi lebih mampu untuk mengarahkan

dirinya dan lebih mandiri. Sedangkan individu yang memiliki *self-esteem* rendah mempunyai karakteristik seperti mengalami masalah interpersonal, mengalami kegagalan dibidang akademis, ketergantungan, perlawanan, depresi, kecemasan. Lebih lanjut, untuk menjabarkan karakteristik individu dengan *self-esteem* tinggi dan *self-esteem* rendah sebagai berikut:

Individu dengan *self-esteem* tinggi, mempunyai karakteristik seperti berikut: a) merasa puas dengan dirinya, b) bangga menjadi dirinya sendiri, c) sering mengalami rasa senang dan bahagia, d) menerima kritik serta pujian dengan positif, e) bisa menerima kegagalan dan mau untuk bangkit serta berusaha dari kegagalan tersebut, f) memandang hidup dengan positif dan bisa mengambil sisi positif dari setiap kejadian yang dialaminya, g) menghargai dan menerima pendapat serta tanggapan orang lain sebagai umpan balik untuk memperbaiki diri, h) menerima setiap peristiwa negatif yang terjadi pada diri dan berusaha untuk memperbaikinya, i) mudah untuk berinteraksi dengan orang lain, berhubungan dekat dan percaya pada orang lain, j) berani untuk mengambil resiko, dan k) optimis serta berfikir konstruktif (dapat mendorong diri sendiri).

Individu dengan *self-esteem* yang rendah mempunyai karakteristik sebagai berikut: a) merasa tidak puas dengan dirinya sendiri, b) ingin menjadi orang lain dan ingin diposisi orang lain, c) sering mengalami emosi negative, d) susah untuk menerima pujian dan sulit untuk menerima kritikan dari orang lain, e) tidak bisa menerima kegagalan dan susah untuk bangkit dari kegagalan, f) memandang hidup dan kejadian yang terjadi dalam hidup sebagai hal yang negative, g) menganggap pendapat orang lain sebagai kritikan yang mengancam, h) membesar-besarkan setiap masalah

(peristiwa negatif) yang terjadi dalam hidupnya, i) susah untuk berinteraksi dengan orang lain, berhubungan dekat dan percaya pada orang lain, j) menghindari resiko, k) bersikap negatif terhadap orang lain, dan l) pesimis dan berfikir yang tidak dapat membangun (merasa tidak dapat membantu dirinya sendiri dan memotivasi dirinya).

Self-esteem merupakan salah satu aspek pembentuk identitas diri individu. Setiap aspek dapat digambarkan dalam perilaku-perilaku setiap harinya. Menurut Coopersmith (Guindon, 2010) mengatakan ada empat aspek dalam *self-esteem* individu yaitu: *Power* (kekuatan). *Power* atau kekuatan menunjukkan pada adanya kemampuan individu untuk bisa mengatur serta mengontrol tingkah laku dan mendapatkan pengakuan atas tingkah laku tersebut dari orang lain. Kekuatan tersebut dinyatakan dengan pengakuan dan penghormatan yang di terima individu dari orang lain dan adanya kualitas atas pendapat yang diutarakan oleh individu yang nantinya diakui oleh orang lain. *Significance* (keberartian). *Significance* (keberartian) adalah merujuk terhadap kepedulian perhatian, afeksi dan ekspresi cinta yang di terima oleh seseorang dari orang lain yang menunjukkan adanya penerima dan popularitas individu dari lingkungan sosial. Penerimaan dari lingkungan ditandai dengan adanya kehangatan, respon, yang baik dari lingkungan dan adanya ketertarikan lingkungan kepada seseorang dan lingkungan menyukai seseorang individu sesuai dengan keadaan diri yang sebenarnya. *Virtue* (kebijakan). Kebijakan atau *virtue* adalah suatu ketaatan untuk mengikuti standar moral serta etika dan agama dimana seseorang individu akan menjauhi tingkah laku yang harus dihindari dan melakukan tingkah laku yang diizinkan oleh moral, etika, serta agama. Ketika dipandang telah mempunyai sikap yang

positif maka akhirnya melakukan penilaian positif terhadap dirinya dimana maksudnya seorang individu telah mengembangkan *self-esteem* yang positif terhadap dirinya sendiri. *Competence* (kemampuan). Kemampuan atau *competence* merupakan suatu performansi yang tinggi di dalam memenuhi kebutuhan serta mencapai prestasi (*need of achievement*) dimana level dan tugas-tugas itu bergantung pada variasi umur seseorang. *Self-esteem* pada remaja akan meningkat menjadi lebih tinggi apabila remaja tersebut tau tugas-tugas yang penting di dalam mencapai tujuannya, serta karena remaja telah melakukan tugas- tugasnya tersebut atau tugas lain yang serupa.

Menurut Surya & Natawidjaja (Gunawan & Raharja, 2016) konseling kelompok adalah upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan yang diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya. Sedangkan menurut Winkel (2006) konseling kelompok adalah proses antar pribadi yang dinamis, yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari dalam suasana kelompok untuk mengembangkan diri para anggotanya. Menurut Capuzzi & Gross (2017) konseling kelompok adalah suatu proses antara pribadi yang dinamis yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari. Proses tersebut mengandung ciri-ciri terapeutik seperti pengungkapan pikiran dan perasaan secara leluasa, orientasi pada kenyataan, pembukaan diri mengenai perasaan-perasaan mendalam yang dialami, saling percaya, saling perhatian, saling pengertian dan saling mendukung. Sedangkan menurut Wibowo (2005) konseling kelompok adalah merupakan hubungan antar pribadi yang menekankan pada proses berfikir secara

sadar, perasaan-perasaan, dan perilaku-perilaku anggota untuk meningkatkan kesadaran akan pertumbuhan dan perkembangan individu yang sehat. Dari uraian para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok adalah upaya bantuan yang bersifat pencegahan dan pengembangan yang menekankan pada proses berfikir secara sadar, perasaan-perasaan, dan perilaku-perilaku anggota untuk meningkatkan kesadaran akan pertumbuhan dan perkembangan individu yang sehat

Konseling kelompok yang digunakan dalam penelitian ini mengadopsi konsep dari Corey (2012) yang menyatakan tahapan konseling kelompok terbagi menjadi 6 tahap, yaitu: 1) Tahap pembentukan, 2) Tahap orientasi dan eksplorasi, 3) Tahap transisi, 4) Tahap Kerja, 5) Tahap akhir, dan 6) Tahap evaluasi dan tindak lanjut. Tahap Pembentukan. Pada tahap pembentukan diawali dengan pembuatan rencana yang dituangkan dalam bentuk rancangan kerja tertulis, yang membuat tujuan dasar dari kelompok; populasi yang akan dlayani; alasan yang jelas unruk kelompok yaitu kejelasan atau struktur kelompok; cara untuk mewaratkan kelompok dan merekrut anggota; penyaringan dan seleksi anggota; ukuran dan durasi kelompok; struktur dan format kelompok apakah tertutup atau terbuka; apakah bertolak pada keinginan anggota atau keterpaksaan; tindak lanjut dan prosedur evaluasi. Tahap orientasi dan eksplorasi. Menemukan sebuah identitas dalam kelompok dan menentukan sejauh mana anggota menjadi anggota kelompok yang aktif merupakan tugas utama pada tahap ini.

Tahap Transisi. Merupakan tahap ketika terjadinya konflik dalam kelompok. Konflik yang terjadi dalam kelompok tersebut dikarenakan adanya kekhawatiran anggota kelompok dalam

memasuki proses konseling. Pada tahap kekacauan ini anggota pada awalnya khawatir untuk melakukan interaksi dengan anggota lain. kegelisahan pada tahap transisi umumnya ditandai dengan meningkatnya kecemasan dan sikap defensif. Para peserta mengartikulasikan kecemasan mereka dalam bentuk pernyataan yang diarahkan untuk dirinya sendiri atau pada kelompok. Tahap Kerja. Pada tahap ini, mereka telah menjadi satu kesatuan dalam sebuah kelompok, mereka kurang bergantung pada pemimpin, cenderung mempunyai kebersamaan dan peningkatan eksplorasi diri, dan memfokuskan pada hasil kerja.

Tahap Akhir. Pada tahap ini salah satu keterampilan pemimpin kelompok yang sangat penting, dalam menciptakan sebuah kelompok yang berkembang dan bergerak menuju tahap akhir adalah kemampuan untuk membantu para anggota mentranfer apa yang telah mereka pelajari dalam kelompok dan membawanya ke lingkungan luar mereka. Tahap Evaluasi dan Tindak Lanjut. Evaluasi merupakan aspek dasar dari setiap pengalaman kelompok dan dapat membuat keuntungan tersendiri baik bagi para anggota maupun pemimpin. Tahap tindak lanjut pada konseling penting dilakukan, sebagai upaya untuk memberikan kesempatan kepada para anggota dalam menangani isu-isu yang belum selesai dan dapat menerima dukungan dan dorongan dari kelompok.

Menurut Gunawan (2019) dalam konseling kelompok, konselor berperan sebagai fasilitator yang mengarahkan anggota kelompok untuk menyeimbangkan kebutuhannya dengan penerimaan diri dan sosial, di dalam membangun identitas dan mengembangkan seperangkat nilai. Dalam mengajukan pertanyaan klarifikasi nilai, konselor harus menghindari untuk mengungkapkan idenya terhadap pertanyaan klarifikasi

atau strategi yang mungkin konselor ajukan kepada anggota kelompok. Konselor harus tetap fokus pada anggota kelompok untuk tidak memaksakan nilai konselor. Adapun pengecualian dapat dilakukan jika anggota kelompok tidak memahami pertanyaan klarifikasi yang konselor tanyakan atau tidak mengerti cara melakukan strategi klarifikasi. Konselor mungkin memberikan responnya sendiri sebagai contoh untuk memajukan hubungan di dalam konseling kelompok.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *one group pretest-posttest design* di mana dalam rancangan ini hanya terdapat satu kelompok subyek yaitu kelompok eksperimen sebagai kelompok yang dikenakan perlakuan. Pertama-tama dilakukan pengukuran terhadap kelompok eksperimen, lalu dikenakan perlakuan berupa konseling kelompok dalam jangka waktu tertentu, kemudian dilakukan pengukuran untuk kedua kalinya dengan tujuan untuk mengetahui perbedaan hasil *pre test* sebelum diberikan perlakuan dengan *post-test* setelah diberikan perlakuan.

Sugiyono (2014) menjelaskan bahwa dalam rancangan penelitian ini ada terdapat dua variabel yaitu konseling kelompok sebagai variabel bebas (*independent variabel*) dan *self-esteem* sebagai variabel terikat (*devendent variabel*). Variabel bebas adalah kondisi yang oleh pelaku eksperimen dimanipulasi untuk menerangkan hubungannya dengan fenomena yang diobservasi. Variabel ini sering disebut sebagai variabel pengaruh, karna tujuannya berfungsi mempengaruhi variabel lain. Sedangkan variabel terikat adalah kondisi yang berubah ketika pelaku eksperimen mengganti variabel bebas. Variabel ini sering disebut sebagai variabel yang yang dipengaruhi atau

terpengaruhi, sebab variabel ini dipengaruhi oleh variabel lain.

Berdasarkan pengertian-pengertian di atas, maka dapat dirumuskan di sini bahwa variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Untuk lebih jelasnya berikut tabel *One Group Pre-test Post-test*. Adapun langkah-langkah dari desain penelitian ini adalah sebagai berikut: (1) Pelaksanaan *pree test*, untuk mengukur tingkat *self-esteem* sebelum subyek diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok; (2) Perlakuan berupa pemberian layanan konseling kelompok untuk jangka waktu 6 kali pertemuan; (3) Memberikan *post test*, untuk mengukur tingkat kecemasan setelah subyek di berikan perlakuan yang berupa layanan konseling kelompok; (4) Melakukan analisis data dan uji *t-test*; dan (5) Membuat laporan penelitian.

Menurut Margono (2007) yang dimaksud dengan populasi adalah sekumpulan orang yang memenuhi syarat-syarat tertentu yang berkaitan dengan masalah penelitian. Sedangkan Sugiyono (2014) mendefinisikan populasi adalah sejumlah orang yang memenuhi seperangkat kriteria yang ditentukan peneliti. Sehubungan dengan itu, yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas XI Jurusan Teknik Kendaraan Ringan Otomotif (TKRO) di SMK Negeri 2 Kuripan tahun pelajaran 2020/2021 yang berjumlah 34 orang siswa. Sampel adalah sebagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2014). Pendapat lain mengatakan bahwa sampel adalah bagian dari keseluruhan individu yang menjadi subyek yang akan diteliti (Margono, 2007). Berdasarkan pendapat para ahli di atas, maka yang dimaksud dengan

sampel adalah sebagian wakil dari populasi yang akan diteliti.

Teknik yang digunakan dalam menentukan sampel adalah *purposive sampling*. Dalam penelitian ini teknik dalam menentukan sampel memiliki peranan penting, karena jika teknik pengambilan sampelnya salah maka data yang akan diperoleh salah. Dalam hal ini, *purposive sampling* adalah “teknik untuk menentukan sampel penelitian dengan beberapa pertimbangan tertentu yang bertujuan agar data yang diperoleh bisa lebih representatif” (Sugiyono, 2014). Adapun sampel yang akan diambil dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI di SMK Negeri 2 Kuripan dengan jumlah sebanyak 10 orang siswa karena terhalang oleh pandemic covid-19 dan berdasarkan rekomendasi dari guru BK di SMK Negeri 2 Kuripan.

Menurut Margono (2007) instrumen penelitian adalah suatu alat ukur. Dengan instrument ini dapat dikumpulkan data sebagai alat untuk menyatakan besaran serta lebih kurangnya dalam bentuk kuantitatif dan kualitatif. Untuk mengetahui data tentang adanya *self-esteem* siswa kelas XI di SMK Negeri 2 Kuripan tahun pelajaran 2019/2020 yang rendah maka digunakan instrument berupa angket, dalam bentuk tertutup dan secara langsung dimana responden (subyek) penelitian tinggal memilih jawaban yang sesuai dengan keadaan dirinya.

Berkaitan dengan data yang ada didapatkan dalam penelitian ini, maka angket yang akan dibuat tersebut terdiri dari 20 item tentang *self-esteem*. Adapun untuk item *favorable*, jawaban option “SS (Sangat Sesuai)” diberi skor 5, jawaban option “S (Sesuai)” diberi skor 4, jawaban option “N (Netral)” diberi skor 3, jawaban option “TS (Tidak Sesuai)” diberi skor 2, dan jawaban option “STS (Sesuai)” diberi skor 1. Sedangkan untuk item *unfavorable*

penilaiannya sebaliknya (Sugiyono, 2014). Pengumpulan data adalah proses pengadaan data primer untuk penelitian. Kualitas data yang ditentukan oleh kualitas alat pengambilan data atau alat pengukurnya. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner yang sudah valid dan reliabel. Menurut Suharsimi (2014) instrumen pengumpulan data harus ditangani secara serius agar diperoleh hasil yang sesuai dengan kegunaannya yaitu pengumpulan variabel yang tepat.

Sehubungan dengan metode pengumpulan data dalam penelitian ini, maka metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode angket sebagai metode pokok dan metode dokumentasi sebagai metode pelengkap. Sugiyono (2014) menjelaskan bahwa analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul, kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan dari seluruh variabel, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan menguji hipotesis. Berdasarkan pendapat diatas, maka peneliti menyimpulkan analisis data adalah merupakan tata cara yang harus digunakan oleh peneliti dalam rangka menganalisis data yang sudah dikumpulkan untuk memperoleh kesimpulan dari hasil penelitian. Dalam penelitian ini, data yang akan diperoleh adalah data yang bersifat kuantitatif (bergejala interval) yang berupa angka-angka. Kemudian langkah-langkah pelaksanaan metode analisis statistik sebagai cara untuk mengolah data untuk memperoleh hasil yang sesuai dengan yang diharapkan. Terkait dengan penelitian ini maka metode analisis data yang digunakan adalah analisis data *t-test*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Setelah diberikan *treatment* berupa konselingkelompok maka peneliti mengukur kembali tingkat *self-esteem* siswa dengan menggunakan angket yang sama. Sebelum peneliti membagikan angket, peneliti menjelaskan maksud dan tata cara pengisian dari masing-masing angket tersebut. Setelah responden mengerti cara menjawab angket tersebut, barulah peneliti mempersilahkan responden untuk mengisi angket tersebut. Dalam penelitian ini, data yang diperoleh melalui tes dianalisis dengan menggunakan rumus *t-test*, akan tetapi sebelum data-data tersebut dianalisis menggunakan rumus statistik *t-test*, peneliti terlebih dahulu melakukan tabulasi atas jawaban tes yang sudah terkumpul. Untuk keperluan perhitungan analisis statistik, maka hipotesis yang berbunyi: ada pengaruh konseling kelompok terhadap *self-esteem* siswa kelas XI di SMK Negeri2 KuripanTahun Pelajaran 2020/2021, perlu diubah terlebih dahulu sehingga berbunyi, tidak ada pengaruh konseling kelompok terhadap *self-esteem* siswa kelas XI di SMK Negeri2 KuripanTahun Pelajaran 2020/2021.

Setelah *t*-hitung diperoleh, maka selanjutnya dibandingkan dengan *t*-tabel dengan *N*-1 (jumlah sampel) adalah 9orang dengan taraf signifikansi 5% ternyata *t* hitung adalah ($11.250 > t$ tabel 2.262). Kenyataan ini menunjukkan bahwa nilai *t*-hitung yang diperoleh dalam penelitian ini adalah lebih besar dari *t* tabel maka dapat dikemukakan bahwa hipotesis nol (*H*₀) ditolak dan hipotesis kerja (*H*_a) diterima, maka kesimpulan analisis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: ada pengaruh konseling kelompok terhadap *self-esteem* siswa kelas XI di SMK Negeri2 KuripanTahun Pelajaran 2020/2021. Berdasarkan taraf signifikansi 5% yang

menolak hipotesis nihil (H_0), berarti hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi: Ada pengaruh konseling kelompok terhadap *self-esteem* siswa kelas XI di SMK Negeri 2 Kuripan.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa konseling kelompok mempunyai pengaruh terhadap peningkatan *self-esteem* siswa, dan ini dapat dibuktikan dari hasil analisis data yang diperoleh dengan menggunakan rumus t-tes (t) yang menunjukkan hasil t-hitung yang diperoleh dalam penelitian ini lebih besar dari t-tabel. Lebih lanjut dengan taraf signifikansi 5% ternyata t-hitung yang diperoleh dalam penelitian ini adalah (11.250) dan t-tabel sebesar (2.262) maka kenyataan ini menunjukkan bahwa ada pengaruh konseling kelompok terhadap *self-esteem* siswa kelas XI di SMK Negeri 2 Kuripan Tahun Pelajaran 2020/2021.

Dari segi teoritis konseling kelompok adalah bantuan yang diberikan kepada individu melalui sebuah pengalaman terstruktur yang sesuai dengan tahap atau tugas perkembangannya agar dapat menjadi pribadi yang mandiri untuk meningkatkan *self-esteem* siswa. Adapun tujuan dari konseling kelompok adalah memenuhi kebutuhan dan menyediakan pengalaman nilai bagi setiap anggotanya secara individu yang menjadi bagian kelompok tersebut (Gibson & Mitchell, 2008: 275). Selain itu tujuan dari konseling kelompok adalah membantu anggota kelompok mengembangkan potensi yang dimilikinya dan memecahkan masalah yang dihadapi melalui dukungan antarpribadi anggota kelompok (Gladding, 2009). Dengan demikian, dengan menggunakan konseling kelompok untuk merubah Self-Esteem siswa yang rendah mengalami peningkatan, yang semula rendah menjadi tinggi setelah dilakukan konseling secara sistematis. Dengan

tujuan dapat membantu siswa dalam mengatasi Self-Esteem secara perlahan.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis data yang diperoleh dari hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa: Ada pengaruh konseling kelompok terhadap *self-esteem* siswa kelas XI di SMK Negeri 2 Kuripan Tahun Pelajaran 2020/2021. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yaitu: nilai t-hitung sebesar 11.250 dan nilai t-tabel 2.262 pada taraf signifikansi 5% dengan $N = 10$ lebih besar sehingga dapat disimpulkan bahwa penelitian ini “signifikan”. Dari simpulan tersebut dapat diketahui bahwa dimana semakin intens konseling kelompok diberikan kepada siswa maka dapat membantu meningkatkan *self-esteem* yang rendah dari siswa.

Berdasarkan simpulan di atas, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut: Kepala sekolah, dapat memberikan kesempatan bagi guru agar lebih kreatif dan inovatif di dalam upaya menerapkan konseling kelompok secara terprogram. Guru Bimbingan Konseling (BK), hendaknya lebih mengoptimalkan layanan konseling kelompok dengan kepada para siswa terutama dalam meningkatkan *self-esteem* siswa di sekolah. Bagi siswa, hendaknya memanfaatkan konseling kelompok dengan untuk meningkatkan *self-esteem*. Bagi peneliti lain, diharapkan dapat mengadakan penelitian yang lebih mendalam dan lebih luas khususnya mengenai hal-hal yang belum diungkap dalam penelitian ini dan menambah lebih banyak pada pertemuan atau sesi konselingnya.

DAFTAR PUSTAKA

Anggia, M.I. (2018). *Efektivitas layanan konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif untuk meredakan kecemasan menghadapi*

- ujian Siswa Kelas VII SMP N 22 Kota Bengkulu.* Skripsi Universitas Bengkulu.
- Capuzzi, D., & Gross, D.R. (2017). *Introduction to counseling profession (7th edition)*. London and New York: Routledge.
- Coopersmith, S. (1981). *The antecedents of self-esteem*. Palo Alto: Consulting Psychologist Press.
- Corey, G. (2012). *Theory and practice of group counseling*. California, Monterey: Brooks/Cole Publishing Company.
- Faradita, R.M., Elita, Y., & Shintia, R. (2018). Pengaruh konseling kelompok dengan teknik assertivitas training terhadap kemampuan asertivitas siswa kelas VIII SMP Negeri 18 Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 1 (2) 58-66.
- Gibson, R.L., & Mitchell, M.H. (2008). *Introduction to counseling and guidance*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prantice-Hall.
- Gladding, S.T. (2009). *Counseling: A comprehensive profession*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Guidon, M.H. (2010). Self-esteem across the lifespan: Issues and intervention. *Journal of Women and Aging*, 23, 177-179.
- Gunawan, I.M.S. (2019). *Efektifitas konseling kelompok values clarification untuk meningkatkan empati siswa*. (Disertasi). Semarang: PPs.UNNES.
- Gunawan, I.M.S., & Raharja, J.T. (2016). Pengaruh konseling kelompok terhadap peningkatan sikap tanggung jawab siswa di SMP Negeri 2 Batulayar. *Jurnal Bimbingan Konseling Realita*, 1, 37-45.
- Hariadi Ahmad dan Aluh Hartati. 2016. Penerapan Teknik Structure Learning Approach dalam Meningkatkan Self Advocacy Mahasiswa Prodi BK IKIP Mataram. *Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling* Vol. 1 No 2 Edisi Oktober 2016. Hal 117 – 127. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram
- Hariadi Ahmad dan Dini Kurnia. 2017. Pengaruh Teknik Biblio Edukasi Terhadap Rasa Rendah Diri Pada Siswa Kelas XI di SMA Negeri 8 Mataram. *Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling* Vol. 2 No 1 Edisi April 2017. Hal 194 – 202. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram
- Hariadi Ahmad, Ahmad Zainul Irfan dan Dedi Ahlufahmi. 2020. Hubungan antara Pola Asuh Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Siswa. *Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling* Vol. 5 No 1 Edisi April 2020. Hal 950 – 966. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.
- Hariadi Ahmad, Aluh Hartati dan Jessica Festy Maharani. 2020. Pengaruh Dukungan Psikologis Awal pada Remaja dalam Pencegahan Covid 19. *Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling* Vol. 5 No 2 Edisi Oktober 2020. Hal 1091 – 1106. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.
- Hariadi Ahmad, Aluh Hartati, dan Nuraeni. 2018. Penerapan Teknik Structure Learning Approach (SLA) dalam Meningkatkan Kesadaran Empati Diri Siswa Madrasah Aliyah Al Badriyah. *Realita Jurnal Bimbingan dan*

- Konseling Vol. 3 No 2 Edisi Oktober 2018. Hal 600 – 605 Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram.
- Hariadi Ahmad, dan Lalu Andry Adifa Maulana. 2019. Pengaruh Teknik Video Edukasi Terhadap Berfikir Positif Siswa SMPN 16 Mataram. *Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling* Vol. 4 No 1 Edisi April 2019. Hal 727 – 741. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram.
- Hariadi Ahmad, dan Yolana Oktaviani. 2019. Pengaruh Teknik Self Instruction Terhadap Harga Diri Siswa Kelas Kelas XI di SMK Negeri 1 Lingsar Kabupaten Lombok Barat. *Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling* Vol. 4 No 2 Edisi Oktober 2019. Hal 806 – 815. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram.
- Hariadi Ahmad, Lidya Wurru dan Jessica Festy Maharani. 2021. Hubungan antara Keharmonisan Keluarga dengan Perilaku Agresif pada Siswa Madrasah Aliyah Raudlatussibyan NW Belencong. *Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling* Vol. 6 No 1 Edisi April 2021. Hal 1205 – 1212. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.
- Hariadi Ahmad, Mustakim dan Syafaruddin. 2018. Hubungan antara Penyesuaian Diri dengan Berfikir Positif Siswa Kelas VIII SMP Negeri Seteluk Kabupaten Sumbawa Barat. *Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling* Vol. 3 No 1 Edisi April 2018. Hal 482 – 494. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP Mataram
- Hariadi Ahmad. dan Aluh Hartati. 2016. *Panduan Pelatihan Self Advocacy Siswa SMP Untuk Konselor Sekolah*, Mataram. LPP Mandala.
- Hasrul dan Hariadi Ahmad. 2021. Mereduksi Prasangka Etnik Siswa dengan Teknik Restructuring Cognitive Suatu Krangka Konseptual. *Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling* Vol. 6 No 1 Edisi April 2021. Hal 1213 – 1222. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.
- Hidayati Mustafidah, Tukiran Taniredja, 2012. *Penelitian Kuantitatif (Sebuah Pengantar)*. Bandung: Alfabeta, Cv.
- Khotimah, Radjah & Handfarini (2016). Hubungan antar konsep diri akademik, efikasi diri akademik, harga diri, dan prorastinasi akademik pada siswa SMP Negeri di Kota Malang. *Jurnal kajian bimbingan dan konseling*, 2, 60-67.
- Lawrence G.J.(2006). *Principles of managerial finance*. USA, Pearson.
- Margono. (2007). *Metodologi penelitian pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Murk, C.J. (2006). *Self-esteem research, theory, and practice: Toward a positive psychology of self-esteem* (3rd ed.). New York: Springer Publishing Company.
- Murk, C.J. (2013). *Self-esteem and positive psychology research, theory, and practice* (4rd ed). New York: Springer Publishing Co.
- Oktaviani, Y. (2018). *Pengaruh teknik self-instruction terhadap harga*

- diri pada siswa kelas XI di SMKN 1 Lingsar Kabupaten Lombok Barat tahun pelajaran 2018/2019.* Skripsi. Mataram : ikip mataram.
- Santrock, J. W. (2011). *Educational psychology* (5th Edition ed.). New York: Mc Graw Hill.
- Sayeti, D., dkk (2015). *Analisis penalaran kemampuan matematis pada materi persamaan garis lurus ditinjau dari tipe kepribadian siswa kelas VII SMPN Ngelemak Boyolal.* Prosiding Semnas Matematika dan Pendidikan Matematika.
- Sugiyono. (2014). *Statistik untuk penelitian.*Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi. (2014). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Wibowo, M.E. (2005). *Konseling kelompok perkembangan.* Semarang: UPT UNNES Press.
- Winkel, H. (2006). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan.* Yogyakarta: Media Abadi.



UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

Jurnal Realita

Gedung Dwitiya Lt.3. Jln Pemuda 59A Mataram-NTB 83125 Tlp (0370) 638991

e-mail: realita@undikma.ac.id; web: e-journal.undikma.ac.id

PEDOMAN PENULISAN

1. Naskah merupakan hasil penelitian, pengembangan atau kajian kepustakaan di bidang pendidikan, pengajaran, pembelajaran, bimbingan dan konseling, dan Psikologi
2. Naskah merupakan tulisan asli penulis dan belum pernah dipublikasikan sebelumnya dalam jurnal ilmiah lain,
3. Naskah dapat ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris.
4. Penulisan naskah mengikuti ketentuan sebagai berikut:

Program	MS Word	Margin kiri	3.17 cm
Font	Times New Roman	Margin kanan	3.17 cm
Size	12	Margin atas	2.54 cm
Spasi	1.0	Margin bawah	2.54 cm
Ukuran kertas	A4	Maksimum	20 halaman

5. Naskah ditulis dengan **sistematika** sebagai berikut: Judul (huruf biasa dan dicetak tebal), nama-nama penulis (tanpa gelar akademis), instansi penulis (program studi, jurusan, universitas), email dan nomor telpon penulis, abstrak, kata kunci, pendahuluan (tanpa sub-judul), metode penelitian (tanpa sub-judul), hasil dan pembahasan, simpulan dan saran (tanpa sub-judul), dan daftar pustaka.

Judul secara ringkas dan jelas menggambarkan isi tulisan dan ditulis dalam huruf kapital. Keterangan tulisan berupa hasil penelitian dari sumber dana tertentu dapat dibuat dalam bentuk catatan kaki. Fotocopy halaman pengesahan laporan penelitian tersebut harus dilampirkan pada draf artikel.

Nama-nama penulis ditulis lengkap tanpa gelar akademis.

Alamat instansi penulis ditulis lengkap berupa nama sekolah atau program studi, nama jurusan dan nama perguruan tinggi. Penulis yang tidak berafiliasi pada sekolah atau perguruan tinggi dapat menyertakan alamat surat elektronik dan nomor telpon.

Abstrak ditulis dalam 2 (dua) bahasa: Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia. Naskah berbahasa Inggris didahului abstrak berbahasa Indonesia. Naskah berbahasa Indonesia didahului abstrak berbahasa Inggris. Panjang abstrak tidak lebih dari 200 kata. Jika diperlukan, tim redaksi dapat menyediakan bantuan penerjemahan abstrak kedalam bahasa Inggris.

Kata kunci (key words) dalam bahasa yang sesuai dengan bahasa yang dipergunakan dalam naskah tulisan dan berisi 3-5 kata yang benar-benar dipergunakan dalam naskah tulisan.

Daftar Pustaka ditulis dengan berpedoman pada Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Mandalika.

JURNAL REALITA	VOLUME 6	NOMOR 2	EDISI Oktober 2021	HALAMAN 1326 - 1430	P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340
---------------------------	---------------------	--------------------	-------------------------------	--------------------------------	--



Alamat Redaksi:

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Universitas Pendidikan Mandalika
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59A Mataram
Telp. (0370) 638991
Email : realita@undikma.ac.id
Web : e-journal.undikma.ac.id

