



Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Adlerian Untuk Meningkatkan Harga Diri Siswi di Mas Ti Candung

Hulvi Husnia¹, Masril², Silvianetri³

^{1,2,3} Program Pascasarjana Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI), Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar

Email: hulvi.husnia93@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini berawal dari kenyataan bahwa ada siswa di MAS TI Candung yang memiliki harga diri rendah. Konselor sekolah merupaksan salah satu pihak yang berupaya membantu siswa dalam meningkatkan harga dirinya. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran tingkatan harga diri sisiwi di MAS TI Candung serta untuk melihat keefektivan konseling kelompok pendekatan Adlerian untuk meningkatkan harga diri siswi di MAS TI Candung. Penelitian ini merupakan penelitian *Pre-Experimen* dengan bentuk desain *The One-Group Pre-Test Post-Test*. Sampel penelitian adalah siswa kelas X MAS TI Candung yang berjumlah tujuh orang yang memiliki harga diri rendah. Teknik pengumpulan data menggunakan skala harga diri. Data dianalisis menggunakan *uji t paired* dengan bantuan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 25 dan uji N-Gain. Temuan penelitian menunjukkan bahwa harga diri siswi kelas X di MAS TI Candung sebelum diberikan bimbingan kelompok pendekatan Adlerian (*pretest*) berada pada kategori rendah dan sesudah diberikan konseling kelompok pendekatan Adlerian (*posttest*) berada pada kategori sedang. Hal ini mengungkapkkan terdapat perbedaan harga diri sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok pendekatan Adlerian, jadi dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok pendekatan Adlerian efektif dalam meningkatkan harga diri siswi di MAS TI Candung. Oleh karena itu Konselor sekolah disarankan untuk dapat mengembangkan layanan bimbingan dan konseling terutama layanan konseling kelompok pendekatan Adlerian untuk membantu meningkatkan harga diri siswi.

Kata Kunci: *Harga Diri dan Konseling Kelompok Pendekatan Adlerian*

Abstract

His research begins with the fact that there are students at MAS TI Candung who have low self-esteem. Counselors are one of the parties who try to help students in increasing their self-esteem. This study aims to see the level of self-esteem of students at MAS TI Candung and to see the effectiveness of group counseling with the Adlerian approach to increase self-esteem of students at MAS TI Candung.

This research is a pre-experimental research with the design form of The One-Group Pre-Test Post-Test. The sample of this research is the students of class X MAS TI Candung who collects seven people who have low self-esteem. Data collection techniques using a self-esteem scale. Data analysis used paired t test with the help of the Statistical Product and Service Solution (SPSS) version 25 program and the N-Gain test. He research findings show that the self-esteem of the tenth graders at MAS TI Candung before the Adlerian approach group (pretest) was in the low category before being given counseling the Adlerian approach group (posttest) was in the medium category. This reveals differences in self-esteem before and before being given Adlerian approach group counseling services, so it can be said that Adlerian approach group counseling is effective in increasing student self-esteem at MAS TI Candung. Therefore, it is recommended that counselors be able to develop guidance and counseling services, especially Adlerian approach group counseling services to help increase student self-esteem.

Keyword: *Self Esteem And Adlerian Group Counseling*

PENDAHULUAN

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Afriani (2013, p.iii) bahwa siswi yang memiliki hasil belajar rendah cenderung memiliki harga diri yang rendah pula sebaliknya siswi yang memiliki hasil belajar tinggi cenderung memiliki harga diri yang tinggi pula, selain itu menurut penelitian yang dilakukan oleh Vivi Aresa (2014, p.60) di SMAN 2 Padang diketahui bahwa secara umum harga diri siswi hasil belajar rendah berada pada kategori rendah dengan presentase 36,8%. Sejalan dengan itu menurut penelitian Siti Nur'aini (2018, p.iii) terhadap siswi di SMPN 28 Bandar Lampung diketahui bahwa sebelum diberikan konseling Realita harga diri siswi tergolong rendah dengan skor 49 dan meningkat menjadi 78 setelah diberikan perlakuan.

Selain itu, berdasarkan penelitian Cash & Burke (2002, p.3) menjelaskan jika "*Self-esteem continues to be one of the most commonly researched concepts in social psychology*" (Baumeister 1993; Mruk 1995; Wells and Marwell 1976; Wylie 1979) selain itu menurut Rodewalt and Tragakis (dalam Mruk, 2006, p.32) "*stated that self-esteem is one of the top three covariates in personality and social psychology research*". Jadi dari dua pendapat di atas dapat dipahami bahwa harga diri merupakan penelitian terpopuler atau yang sering diteliti dalam bidang psiko-sosial, dan harga diri ini menempatkan posisi ketiga sebagai objek kasian yang menarik untuk diteliti oleh para peneliti sehingga penulis juga tertarik ingin meneliti terkait dengan harga diri siswi.

Selain dari harga diri merupakan penelitian terpopuler yang sering diteliti oleh peneliti di berbagai negara, harga diri yang rendah juga memiliki banyak dampak negatifnya terhadap remaja. Hal ini sesuai dengan pendapat Hurlock (1996, p.175) remaja dengan harga diri yang rendah akan merasa tidak puas dengan dirinya sendiri. Ketidakpuasan ini mengakibatkan anak menjadi menarik diri dari lingkungan sosial,

sifat mudah dirangsang yang berlebihan, depresi yang kronis, merendahkan diri sendiri, hiperaktif, egosentris yang berlebihan dan kecemasan yang kronis serta rentan menjadi korban *bullying*.

Bahaya dari siswi yang harga dirinya rendah sesuai dari pendapat beberapa ahli di atas yaitu siswi akan memiliki motivasi belajar yang rendah di sekolah serta kurang puas dengan hal-hal yang didapatkannya di sekolah, cenderung memiliki perasaan cemas yang berlebihan, menarik diri dari pergaulan sosial teman sebaya, rentan menjadi korban *bullying* dari teman-temannya, merendahkan bakat yang dimiliki, serta dampak terparah dari rendahnya harga diri ini yaitu depresi kronis dan gangguan makan atau anoreksia.

Tentu rendahnya harga diri siswi ini dipengaruhi oleh berbagai hal, baik dari lingkungan keluarga maupun dari lingkungan sosial siswi termasuk lingkungan sekolah. Selain itu menurut Mruk (2006, p.16), nilai-nilai sosial merupakan segala sesuatu pandangan yang dianggap baik atau benar dalam kehidupan masyarakat yang kemudian jadi pedoman bagi individu dalam menentukan sikap. Berdasarkan hal ini, dapat diketahui terbentuknya harga diri siswi tergantung kepada lingkungan di sekitar mereka, lingkungan yang penuh dengan kasih sayang, menanamkan nilai-nilai positif dan penuh dengan pujian akan membuat mereka memiliki gambaran serta penilaian positif terhadap diri mereka. Hal tersebut tentu akan membuat mereka memiliki harga diri yang tinggi, sedangkan mereka yang tumbuh di lingkungan yang penuh dengan pengabaian, kata-kata kasar dan penuh hal-hal negatif maka akan membentuk siswi yang memiliki penilaian diri negatif sehingga harga diri yang mereka miliki menjadi rendah.

Berbagai masalah yang ditimbulkan dari rendahnya harga diri tentu bertentangan dengan Firman Allah SWT, yaitu surat Ali Imran ayat 139

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

“Jangan lah kamu bersikap lemah dan jangan lah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman”

Menurut tafsir Jalalain (2016, p.86) menjelaskan bahwa jangan lah kamu merasa lemah dalam memerangi orang-orang yang kafir dan juga jangan lah kamu bersedih hati atas musibah yang menimpamu, kamu memiliki derajat yang tinggi dan mampu dalam mengalahkan itu semua jika kamu orang-orang yang beriman

Jadi dapat disimpulkan bahwa Allah menciptakan manusia dengan bentuk yang sempurna dan memiliki rezeki yang baik daripada makhluk Allah yang lainnya, serta Allah juga sudah memberikan nikmatnya agar manusia tidak larut dalam kesedihan karena Allah menciptakan manusia dengan derajat yang lebih tinggi dari makhluk lainnya.

Untuk membantu siswi kembali kepada fitrah dirinya dan mengatasi berbagai permasalahan siswi terutama terkait dengan harga diri, maka salah satu lingkungan yang memengaruhi harga diri siswi yaitu lingkungan sekolah. Hal ini sesuai dengan pendapat Lingren (dalam Novirson, 2018, p.20) beberapa faktor penting yang memengaruhi perkembangan harga diri remaja adalah peranan keluarga, teman sebaya dan

lingkungan sekolah. Tentu peningkatan harga diri siswi tidak hanya menjadi tanggung jawab lingkungan keluarga saja sebagai lingkungan pendidikan pertama bagi siswi, akan tetapi juga menjadi tanggung jawab dari lingkungan sekolah juga karena sebagian besar waktu siswi dihabiskan di sekolah. Hal ini sesuai dengan pendapat Hurlock (dalam Yusuf, 2005, p.197) sekolah merupakan faktor penentu bagi perkembangan kepribadian anak (siswa), baik dalam cara berfikir, bersikap maupun cara berperilaku.

Salah satu personel sekolah yang berperan dalam membentuk kepribadian siswi terutama peningkatan harga diri siswi yaitu konselor sekolah. Konselor sekolah memiliki tanggung jawab dalam mengarahkan siswi keluar dari berbagai permasalahan yang dihadapinya serta mengembangkan seluruh potensi yang ada dalam dirinya secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan yang dimiliki (Prayitno & Amti, 2004, p.300). Untuk membantu siswi keluar dari permasalahan yang dialami terutama terkait dengan harga diri yang rendah, konselor sekolah dapat memanfaatkan berbagai layanan dalam bimbingan dan konseling yang ada. Dari berbagai jenis layanan bimbingan dan konseling yang ada maka layanan konseling kelompok dirasa cocok untuk meningkatkan harga diri siswi di sekolah. Ungkapan tersebut sesuai dengan pendapat Sonstegard dan Bitter (dalam, Annas, p.5), konseling kelompok lebih efektif daripada konseling individu dalam membantu seseorang mendapatkan kesadaran dan mengalihkan kembali tujuan mereka yang salah dan gagasan yang keliru. Hal tersebut bertujuan agar masalah masing-masing anggota kelompok bisa terselesaikan.

Selain itu menurut Murk (2006, p.45)

This form of the program can be offered as a psychoeducational group for non-clinical populations or as a therapeutic group for clinical ones. I point out distinctions between the two when necessary and suggest guidelines to help structure them appropriately for each population. Both forms of the group are designed for about 6–12 people, plus a leader or two co-therapist

Yang maksudnya harga diri dapat ditingkatkan melalui kegiatan kelompok non klinikal yang terdiri dari 6-12 orang yang memiliki masalah yang sama yaitu terkait dengan harga diri. Setiap individu dikelompokkan dalam satu kelompok dengan menggunakan suatu prosedur tertentu untuk mencapai suatu tujuan.

Jadi dapat disimpulkan bahwa kegiatan konseling kelompok merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh seseorang yang profesional (konselor) dalam membantu klien mengatasi berbagai masalahnya, mendapatkan kembali kesadaran dan gagasan yang salah dalam diri mereka serta mengembalikan tujuan yang salah dalam diri mereka.

Dalam layanan konseling kelompok untuk meningkatkan harga diri bisa menggunakan beberapa pendekatan seperti konseling Adlerian, konseling Realita, konseling *Cognitive Behavior* (Novirson, 2019; Nur'aini, 2017; Pratiwi, 2017). Dalam penelitian ini penulis ingin memanfaatkan konseling kelompok dengan pendekatan Adlerian dalam membantu mengentaskan berbagai permasalahan siswi. Menurut Adiputra, (2015, p.118) Konseling Adlerian melekat pada minat sosial dari individu. Berdasarkan pendapat ini

dijelaskan bahwa pelaksanaan dari pendekatan Adlerian diidentikan dengan konseling kelompok dan mengatasi masalah siswi yang kurang memiliki minat sosial, tentu pendekatan ini cocok untuk meningkatkan harga diri siswi, karena siswi yang memiliki harga diri rendah ditandai dengan menarik diri dari hubungan sosial dan kurang mampu membangun hubungan sosial.

Berdasarkan hasil observasi pada 6 April 2020 di kelas V MAS TI Candung terlihat bahwa ketika guru meminta siswi kedepan kelas untuk membaca kitab maka dia tidak mau untuk maju ke depan kelas, karena malu dan takut apabila nanti salah dalam membaca akan ditertawai oleh teman. Ada juga siswi yang ketika jam istirahat hanya menyendiri di kelas dan tidak bergabung dengan kelompok sosial atau teman lainnya, selain itu ada pula siswi yang terlalu bergantung kepada beberapa teman dan enggan bersosialisasi dengan teman lainnya. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK MAS TI Candung pada 8 April 2019 didapatkan informasi bahwa masih banyak siswi di MAS TI Candung yang tidak percaya dengan dirinya sendiri, seperti mereka tidak yakin apakah cita-cita mereka akan tercapai, banyak juga yang merendahkan kemampuan mereka sendiri seperti mereka sering berkata "saya tidak mampu untuk berprestasi di kelas bu". Banyak juga siswi yang tidak mampu dalam membangun keakraban dengan teman di kelasnya. Guru bimbingan konseling MAS-TI Candung juga menjelaskan bahwa untuk kegiatan konseling kelompok biasanya hanya menerapkan konseling kelompok pendekatan eklektik dan tidak berfokus kepada masalah siswi yang terkait dengan harga diri.

Berdasarkan wawancara dengan wali kelas V.5 pada 8 April 2019 didapatkan informasi bahwa siswi kurang mau berpartisipasi aktif dalam kegiatan *muhaddarah* setiap Senin pagi, mereka tidak mau terlibat secara sukarela dalam mengisi kegiatan *muhaddarah*. Jadi saya selaku wali kelas yang harus menunjuk mereka dan terkadang ketika saya menunjuk mereka untuk mengisi kegiatan *muhaddarah* mereka menolak dan berdalih tidak mampu untuk melakukannya (tampil dalam kegiatan *muhaddarah* di kelas), dan juga ketika saya meminta siswi untuk membaca kitab ke depan mereka sering tidak mau dan menunjuk teman yang lainnya, karena mereka berkata malu dan takut apabila kedepan nanti ada yang salah dalam membaca maka akan ditertawai oleh teman yang lainnya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan tiga orang siswi pada 9 April 2019 didapatkan informasi bahwa siswi tidak mau maju kedepan kelas untuk membaca kitab atau kegiatan lainnya diminta oleh guru karena mereka malu dan takut apabila ada kesalahan nanti dalam membaca kitab atau menjelaskan sesuatu maka mereka takut akan ditertawakan di kelas. Begitu juga apabila mereka ingin bertanya atau menjawab pertanyaan guru, mereka ragu akan menunjuk tangan karena takut akan ditertawakan oleh teman-teman dan guru. Ada siswi yang merasa kurang mampu bersosialisasi dengan teman sebaya karena merasa dirinya miskin dan tidak cantik seperti teman-teman yang lainnya. Siswi juga menjelaskan bahwa dia hanya memiliki satu teman saja dan merasa ketergantungan dengan teman tersebut. Apabila temannya ini tidak datang ke sekolah, dia akan memilih untuk menyendiri tanpa bergabung dengan teman yang lainnya.

Berdasarkan uraian dan fenome di atas maka konseling kelompok Adlerian dapat meningkatkan harga diri. Maka dari itu penulis tertarik untuk meneliti “Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Adlerian untuk Meningkatkan Harga Diri Siswi di MAS TI Candung.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *pre-experimen* dengan bentuk rancangan *the one group pre test-post test design*. Menurut Yusuf (2007, p.228) jenis penelitian eksperimen *the one group pretest-posttest design* adalah dengan memberikan perlakuan terhadap satu kelompok (tidak ada kelompok kontrol) dengan melihat perbedaan *pre test* dan *post test* sebagai hasil perlakuan. Adapun populasi dalam penelitian ini yaitu siswi kelas X MAS TI Candung semester genap tahun ajaran 2020/2021. Alasan memilih hanya perempuan yang dijadikan populasi karena menurut Santrock (2017, p.186) “Harga diri perempuan pada masa remaja lebih rendah daripada harga diri laki-laki”. Selain itu alasan penulis memilih hanya siswi perempuan yang dipilih karena peraturan di sekolah tidak dibenarkan ada kelompok belajar/kegiatan antara laki-laki dan perempuan.

Tabel Populasi

NO	Kelas X	Jumlah
1	X.2	27
2	X.5	30
JUMLAH		57

Teknik pengambilan sampel yang dipakai dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, artinya cara penarikan sampel berdasarkan pertimbangan-pertimbangan dan tujuan tertentu. Sampel dalam penelitian ini adalah 7 orang siswi yang memiliki harga diri rendah, alasan memilih sampel 7 orang karena menurut Darminto (2017, p59) konseling kelompok Adlerian adalah konseling kelompok yang terdiri dari 5-7 orang individu dengan tujuan para anggota kelompok mendapatkan kesempatan memecahkan masalah dalam waktu yang bersamaan. Instrumen yang akan digunakan yaitu instrumen skala harga diri, untuk mendapatkan instrumen yang baik, instrumen harus dikembangkan dengan menilai validitas dan reliabilitas instrumen skala harga diri siswi tersebut. Validitas dan reliabilitas data merupakan hal yang penting dalam melakukan penelitian. Karena validitas dan reliabilitas akan menunjukkan suatu penelitian itu sebagai sebuah kajian ilmiah. Validitas dan reliabilitas akan menentukan apakah data penelitian dapat dipercaya dan dapat teruji kebenarannya. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan Skala Likert. Adapun langkah-langkah analisis data adalah analisis deskriptif dan analisis statistik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pengujian Prasyarat Analisis

Uji prasyarat dilakukan untuk mengetahui apakah data yang kita teliti sudah memenuhi syarat atau belum. Adapun analisis uji beda yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu uji normalitas dan uji homogenitas.

1. Uji Normalitas

Uji Normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data terdistribusi dengan normal atau tidak. Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas yakni : jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka data tersebut berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka data tersebut tidak berdistribusi normal

Tabel 1 Uji Normalitas

Tests of Normality

Kriteria	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Preetestpoatstest Pretest	.222	7	.200*	.905	7	.365
posttest	.287	7	.290	.870	7	.186

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa nilai *Shapiro-Wilk* data pada *Pretests* sebesar 0,365 dan pada *Post-Test* sebesar 0,186 yang memiliki nilai lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa pada data *Pretest* dan *Posttest* berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Adapun uji untuk selanjutnya yang digunakan yaitu uji homogenitas. Uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah data *pre-testt* dan *posttes* memiliki varian atau tidak.

Uji Homogenitas digunakan sebagai bahan acuan untuk menentukan keputusan uji statistik. Adapun dasar pengambilan keputusan dalam uji homogenitas adalah : Jika nilai signifikansi < 0,05, maka dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok populasi data adalah tidak sama. Jika nilai signifikansi > 0,05, maka dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih kelompok populasi data adalah sama.

Tabel 2 Hasil Uji Homogenitas
Test of Homogeneity of Variances

Prettestposttes

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
7.818	1	12	.076

Pada table di atas adalah hasil pengujian Uji Homogenitas pada Kelompok *Pretest* dan *Posttest* menunjukkan nilai Sig sebesar 0,76 lebih besar dari 0,05 yang berarti data kelompok *Pretest* dan *Posttest* dinyatakan homogen atau kelompok memiliki varian yang sama.

B. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan terhadap hasil posttest skala harga diri siswa. Pengujian hipotesis ini dilakukan menggunakan uji parametrik karena data berdistribusi normal dan homogen. Pada penelitian ini penulis pakai uji T dan uji N-Gain

1. Uji T

Uji T dalam penelitian ini dipakai untuk menjawab rumusan masalah “Efektifitas Konseling Kelompok Pendekatan Adlerian untuk meningkatkan harga diri sisiwi di MAS TI Candung”: Selanjutnya harga t dihitung dibandingkan dengan harga kritik t pada tabel taraf signifikan. Apabila t hitungan (t_o) besar nilainya dari tabel (T_t), maka hipotesis nihil (H_o) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, artinya konseling kelompok pendekatan Adlerian berpengaruh signifikan dalam meningkatkan harga diri sisiwi. Tapi apabila harga t hitungan (t_o) kecil dari harga t table (T_t) maka hipotesis nihil (H_o) diterima dan hipotesis alternatif (H_a) ditolak. Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan teknik analisis data *paired sample t-test* maka didapatkan hasil.

Tabel 3 Hasil Uji T

Paired Samples Test

	Paired Differences					T	Df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 pretest - poattest	24.714	8.499	3.212	32.575	-1.854	7.693	7	.000

Dari hasil table di atas terdapat nilai $t_o (7,693) > t_t (1,895)$ pada $\alpha 0,05$ df 7. Dengan demikian berarti H_o ditolak dan H_a ditolak. Artinya bahwa konseling kelompok pendekatan Adlerian efektif untuk meningkatkan harga diri siswi di MAS TI Candung.

2. Uji Peningkatan n-Gain

Melihat seberapa efektif konseling kelompok pendekatan Adlerian untuk meningkatkan harga diri siswi di MAS-TI Candung dapat dilakukan dengan melakukan n-Gain. Adapun rumus n-Gain adalah sebagai berikut :

$$n\text{-Gain} = \frac{\text{Skor posttest} - \text{skor pretest}}{\text{Skor maksimum} - \text{skor pretest}}$$

Tabel. 4 Kriteria Indeks n-Gain

Klasiikasi	Kriteria
$g \geq 0,70$	Tinggi
$0,30 \leq g < 0,70$	Sedang
$g < 0,30$	Rendah
$g = 000$	Tetap
$-1,00 \leq g < 00$	Terjadi Penurunan

Untuk mengetahui seberapa besar peningkatannya dapat dihitung dengan menggunakan N-Gain sebagai beriku

Tabel 5 Uji N-Gain

No	IN	Pre-Test	Post-Tes	Selisih	N-Gain
1.	SHA	81	116	35	0,44
2.	KH	83	103	20	0.26
3.	GS	76	100	24	0,28
4.	SHI	82	120	38	0,49
5.	WY	77	95	18	0.22
6.	YF	80	96	16	0,20
7.	UA	81	103	22	0,28
Total		560	733	173	0,31

$$g = \frac{\text{Skor Posttest} - \text{Skor Prettest}}{\text{Skor Maximum} - \text{Skor Prettest}}$$

$$g = \frac{733 - 560}{1.120 - 560}$$

$$g = \frac{173}{560}$$

$$g = 0,31$$

Berdasarkan tabel di atas dapat dipahami bahwa Efektifitas Konseling Kelompok Pendekatan Adlerian untuk meningkatkan harga diri siswi di MAS TI Candung secara keseluruhan berada pada kategori sedang yaitu 0,31. Secara individual persentase peningkatan harga diri siswa dengan inisial SHA 0,44 yang berada pada kategori sedang. Siswa dengan inisial KH mendapatkan persentase peningkatan harga diri siswa sebesar 0,26 dengan kategori rendah. Berikutnya siswa dengan inisial GS berada pada kategori rendah dengan persentase peningkatam sebesar 0,28. Siswa dengan inisial SHI memperoleh pesningkatan 0,49 dengan kategori sedang. Sedangkan siswa dengan inisial WY memperoleh kategori rendah dengan persentase 0,22. Siswa berikutnya dengan inisial YF memperoleh peningkatan harga diri sebesar 0,20 dengan kategori rendah. Siswa UA memperoleh peningkatan sebesar 0,28 dengan kategori rendah

C. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada tujuh orang siswi di MAS-TI Candung diketahui bahwa sebelum diberikan perlakuan (*pretest*) harga diri siswi berada pada kategori rendah dengan skor 560 dan rata-rata skor 80 dan setelah diberikan perlakuan (*posttest*) harga diri siswi berada pada kategori sedang dengan skor 733 dan rata-rata skor 105.

Dari data ini maka dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan harga diri siswa setelah diberikan konseling kelompok pendekatan Adlerian. Selain itu berdasarkan uji t-paired yang sudah dilakukan didapatkan informasi bahwa layanan konseling kelompok pendekatan Adlerian efektif untuk meningkatkan harga diri siswi.

Menurut Branden (1992, p.3) harga diri mempunyai dua makna yaitu 1) keyakinan dalam kemampuan untuk bertindak dan menghadapi tantangan hidup, 2) keyakinan dalam hak untuk bahagia, perasaan berharga, layak, memungkinkan untuk menegaskan kebutuhan-kebutuhan dan keinginan-keinginan individu serta menikmati buah dari keberhasilannya. Berdasarkan pendapat ini maka dapat disimpulkan bahwa harga diri merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia karena dalam harga diri terkandung kemampuan untuk menghadapi tantangan-tantangan dalam hidup serta keyakinan dan keinginan diri untuk bahagia, berharga, layak, menegaskan keinginan dan kebutuhannya kepada orang lain serta menikmati buah dari berbagai perjuangan yang telah dilakukannya.

Apabila seseorang memiliki harga diri yang rendah tentu akan banyak sekali masalah-masalah yang akan dialaminya seperti anak yang tidak puas dengan dirinya sendiri akan merasakan kesulitan

di masa depan. Ketidakpuasan ini akan mengakibatkan anak menarik diri dari pergaulan, sifat mudah dirangsang yang berlebihan, sangat membenci otoritas, depresi yang kronis, merendahkan diri sendiri, hiperaktif, egosentrisme yang berlebihan dan kecemasan kronis (Hurlock, 1996). Selain itu Clemes dan Bean (2001) remaja dengan harga diri yang rendah akan cenderung terlalu banyak menghabiskan energi mereka pada hal-hal yang mempengaruhi perasaan pada diri sendiri, hubungan dengan orang lain, *problem*, rasa takut dan kecemasan.

Dengan banyaknya dampak negatif yang akan ditimbulkan dari harga diri yang rendah, maka harga diri siswi ini harus ditingkatkan dengan berbagai layanan dalam bimbingan dan konseling salah satunya yang peneliti gunakan yaitu konseling kelompok pendekatan Adlerian. Tujuan utama konseling kelompok Adlerian difokuskan pada pertumbuhan dan tindakan-tindakan individu dalam kelompok, diharapkan dengan konseling kelompok Adlerian ini anggota kelompok memperoleh pengalaman yang lebih berorientasi sosial dan terintegrasi secara pribadi dan memiliki tujuan yang selaras (Rasimin & Hamdi, 2015, p.83) selain menurut pendapat Kurnanto (2013, p.52) konseling kelompok Adlerian bertujuan memberikan konteks sosial dimana para anggota kelompok mengembangkan rasa diterima dan bermasyarakat.

Dari penjelasan di atas maka konseling kelompok Adlerian cocok dan bisa digunakan untuk peningkatan harga diri siswi dimana salah satu ciri dari siswi yang memiliki harga diri yang rendah yaitu ketidakmampuannya dalam berhubungan sosial dengan baik serta menarik diri dari lingkungan sekitar sedangkan tujuan utama dari konseling kelompok Adlerian ini yaitu mengembangkan rasa diterima, rasa dianggap berarti oleh masyarakat/ kelompok sosial dan memiliki tujuan yang terarah yang nantinya bisa mengubah gaya hidup yang selama ini kurang tepat sehingga menimbulkan harga diri rendah.

Penelitian ini dilaksanakan enam kali pertemuan, dengan selisih hasil *pretest* dan *posttest* dengan rata-rata 25, dan berdasarkan hasil analisis harga diri siswi ber aspek didapatkan informasi bahwa rata-rata harga diri sebelum diberikan perlakuan berada pada kategori sedang dengan skor 20 sedangkan setelah diberikan perlakuan yaitu konseling kelompok pendekatan Adlerian harga diri siswi meningkat menjadi 26 dengan kategori tinggi. Berdasarkan data ini dapat kita lihat selisih antara hasil *pretest* dan *posttest* yaitu 6 poin. Tentu selisih ini tidak terlalu tinggi jaraknya. Jarak yang tidak terlalu jauh ini disebabkan karena beberapa faktor salah satunya adalah waktu, yang mana waktu digunakan untuk melakukan *treatment* sebanyak enam kali pertemuan. Jika dibandingkan dengan penelitian yang sudah dilakukan Novirson dengan judul Efektifitas Konseling Kelompok Adlerian untuk Meningkatkan Harga Diri Remaja di Panti Asuhan Padang. Tujuan dari penelitian ini yaitu apakah konseling kelompok Adlerian dapat meningkatkan harga diri remaja yang berada di panti asuhan, penelitian ini menggunakan inventori *self esteem* yang sebelumnya sudah dikembangkan oleh Marjohan. Dari hasil penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa konseling kelompok Adlerian efektif dalam meningkatkan harga diri remaja di panti asuhan dengan persentase nilai sebelum

diberikan konseling kelompok pendekatan Adlerian 57,13% dan setelah diberikan konseling kelompok pendekatan Adlerian persentasi nilai menjadi 42,87%, serta perlakuan yang diberikan sebanyak delapan kali pertemuan. Penelitian ini juga tidak memiliki rentang yang cukup jauh antara hasil *pretest* dan *posttes*, secara uji hipotesis terjadi peningkatan *self esteem* remaja di panti asuhan. Penelitian lain yang dilakukan Wick, K.Wick & Peterson (1997) *Improving Self Esteem with Adlerian Adventure Therapy*. Penelitian ini melibatkan 20 orang anak dengan 21 kali pertemuan sehingga terjadi peningkatan yang cukup signifikan terhadap hasil dari perlakuan.

Dengan adanya peningkatan harga diri siswi, memberikan gambaran bahwa sangat penting pelaksanaan konseling kelompok Adlerian diterapkan dalam pelaksanaan konseling di lapangan. Temuan ini sangat membantu konselor nantinya dalam mendampingi siswa yang memiliki permasalahan dengan harga diri rendah, sehingga berbagai dampak negatif dari rendahnya harga diri tidak dirasakan lagi oleh siswi.

SIMPULAN

Berdasarkan perolehan hasil penelitian tentang efektifitas konseling kelompok pendekatan Adlerian untuk meningkatkan harga diri siswi di MAS TI Candung diperoleh kesimpulan bahwa pelaksanaan konseling kelompok pendekatan Adlerian Efektif untuk meningkatkan harga diri siswi di MAS TI Candung. Implikasi dalam penelitian ini yaitu pelaksanaan konseling kelompok pendekatan Adlerian dapat digunakan oleh konselor sekolah sebagai salah satu teknik untuk peningkatan harga diri siswi. Harga diri siswa yang awalnya berada pada kategori rendah setelah diberikan perlakuan berada pada kategori sedang. Implikasi bagi siswi berdasarkan penelitian ini supaya dapat mengetahui dampak dari harga diri rendah dan supaya siswi dapat mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi terkait dengan harga diri. Bagi guru mata pelajaran diharapkan dengan penelitian ini dapat membantu siswa dalam meningkatkan harga dirinya seperti meminta partisipasi aktif siswi dalam kegiatan kelompok di kelas.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhiputra, AN . (2015). *Konseling Kelompok; Perspektif Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Media Akademi
- Afriani, V. (2013). Perbedaan *Self Esteem* Siswi Hasil Belajar Tinggi Dan Hasil Belajar Rendah di SMA 2 Padang Panjang. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Universitas Negeri Padang
- Arikunto, S. (2009). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* Edisi Revisi 6. Jakarta: Rineka Cipta
- Branden, N. (1992). *The Power Of Self Esteem*: Health Communications inc. Florida. Deenfield Beach.
- Brecht, G. (2000). *Membangun Harga Diri*. Jakarta: Prenhalindo.
- Cast, D.A & Burke, P.J. (2002). *A Theory of Self-Esteem*. *Social Forces* 80(3):1041-1068 March 2002. Retrieved From <http://rsp-lab11.ucr.edu/Papers/02b.pdf>
- Centil, JP. (1993). *Mengapa Rendah Diri?*. (Alih bahasa A. M. Hardjana). Yogyakarta: Kanisius
- Clemes, H & Bean, R. (1990). *How to Raise Children's Self Esteem*. Los Angeles: Price Stern Sloan

- Clemes, H & Bean, R. (2001). *Membangkitkan Harga Diri Anak*. (Alih bahasa Anton Adiwiyoto). Jakarta: Mitra Utama.
- Coopersmith. (1967). *The Antecedents of Self-Esteem*, Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Corey, G. (2007). *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. (Alih Bahasa E Koswara). Bandung: Refika Aditama
- Corey, G. (2012). *Theory & Practice of Group Counseling*. California State University, Fullerton Diplomate in Counseling Psychology, American Board of Professional Psychology
- Nur'aini, S. (2017). Peningkatan *Self Esteem* Melalui Konseling Realitas di SMP N Bandar Lampung. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung
- Nurkencana, Wayan. (1993). *Pemahaman Individu*. Surabaya: Usaha Nasional
- Palmer, S. (2010). *Konseling dan Psikoterapi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Prayitno & Amti, E. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta
- Prayitno, E. (2006). *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: Angkasa Raya.
- Rahima, R, Neviyarni, Daharnis. (2015). Penerapan Konseling Kelompok Adlerian Untuk Mengurangi Rasa Rendah Diri Siswi Obesitas. *Konselor Volume 4| Number1 | March 2015*. Retrieved from <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor/article/view/6454>
- Rasmini & Hamdi, M. (2018). *Bimbingan dan Konseling kelompok*. Jakarta: Bumi Aksara
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Bisnis*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suryabrata, S. (2012). *Metode Penelitian*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.