



**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN ADLERIAN  
UNTUK MENINGKATKAN HARGA DIRI SISWI DI MAS TI CANDUNG**

**TESIS**

*Ditulis Sebagai Syarat Untuk Menyelesaikan Studi Magister (S-2)  
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam*

**Oleh:**

**HULVI HUSNIA**  
**BKPI.1702052009**

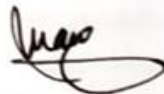
**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM  
PROGRAM PASCASARJANA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
BATUSANGKAR  
2021**

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

Pembimbing tesis atas nama Hulvi Husnia, NIM: 1702052009 , judul: **"Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Pendekatan Adlerian untuk Meningkatkan Harga Diri Siswi di MAS-TI Candung"**, memandang bahwa tesis yang bersangkutan telah memenuhi syarat dan dapat dilanjutkan untuk Munaqasah.

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat digunakan seperlunya.

Pembimbing I,



**Dr. Masril, M.Pd.,Kons**  
NIP. 196206101993031002

Batusangkar, 4 Agustus 2021  
Pembimbing II,



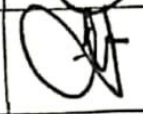
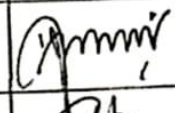



**Dr. Silvanetri, M.Pd., Kons**  
NIP. 197112262002122003

### PENGESAHAN TIM PENGUJI

Tesis atas nama Hulvi Husnia, NIM, BKPI. 1702052009, judul: EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN ADLERIAN UNTUK MENINGKATKAN HARGA DIRI SISWI DI MAS TI CANDUNG, telah diuji dalam ujian Munaqasah Program Pascasarjana IAIN Batusangkar yang dilaksanakan pada tanggal 13 Agustus 2021

Demikian Persetujuan ini diberikan untuk dapat digunakan seperlunya.

No	Nama/ NIP Penguji	Jabatan dalam TIM	Tanggal Persetujuan	Tanda Tangan
1	Dr. Suswati Hendriani, M.Pd.,M.Pd NIP.19660914 199203 2 003	Ketua Sidang	20/8/2021	
2	Dr. Masril.,M.Pd.,Kons. NIP. 196206101993031002	Pembimbing I/ penguji III	20/8/2021	
3	Dr. Silvianetri, M.Pd., Kons NIP. 197112262002122003	Pembimbing II/ penguji IV	19/8-2021	
4	Dr. Irman, S.Ag.,M.Pd NIP. 19620610199301 1002	Penguji I	19/8-2021	
5	Dr. Wahidah Fitriani, S.Psi.,MA NIP. 19790916 200312 2 003	Penguji II	19/8-2021	


Batusangkar, 19 Agustus 2021

Mengetahui,

Direktur Program Pascasarjana

IAIN Batusangkar



  
Dr. Suswati Hendriani, M.Pd.,M.Pd  
NIP.19660914 199203 2 003

### PERNYATAAN KEASLIAN TESIS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Hulvi Husnia  
NIM : BKPI.1702052009  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tesis yang berjudul **“EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN ADLERIAN UNTUK MENINGKATKAN HARGA DIRI SISWI DI MAS TI CANDUNG”** adalah hasil karya sendiri, bukan plagiat. Apabila dikemudian hari terbukti sebagai plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan yang berlaku.

Batusangkar, 19 Agustus 2021

Yang Membuat Pernyataan



**HULVI HUSNIA**

**NIM BKPI. 1702052009**

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT. Yang melimpahkan rahmat dan karunia kepada penulis sehingga dapat menyusun Tesis ini. Shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW. Selaku penutup segala Nabi dan Rasul yang diutus dengan sebaik-baik agama, sebagai rahmat untuk seluruh manusia, sebagai personifikasi yang utuh dari ajaran Islam dan sebagai tumpuan harapan pemberi cahaya syari'at di akhirat kelak.

Penulisan Tesis ini adalah untuk melengkapi syarat-syarat dan tugas untuk mencapai gelar Magister Pendidikan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Program Pascasarjana Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar.

Selanjutnya, dalam penulisan Tesis ini banyak bantuan, motivasi, serta bimbingan dari berbagai pihak, baik moril maupun materil yang penulis terima. Dalam konteks ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Marjoni Imamora.,M.Sc selaku Rektor IAIN Batusangkar dan Ibu Dr. Suswati Hendriani,M.Pd.,M.Pd, selaku Direktur Pascasarjana IAIN Batusangkar.
2. Bapak Dr. Masril,M.Pd., Kons. selaku Pembimbing 1 dan Ibu Dr. Silvianetri, M.Pd., Kons. selaku Pembimbing 2.
3. Bapak Dr. Irman, S.Ag., M.Pd. selaku Penguji 1 dan Ibu Dr. Wahidah Fitriani.,S.Psi., MA. Selaku Penguji 2.
4. Pimpinan dan Kepala MAS-TI Candung
5. Keluarga dan Suami yang selalu memberikan motivasi dalam penyelesaian tesis ini, serta teman-teman BKPI 2017 yang selalu membantu dalam penyelesaian tesis ini

Akhirnya, kepada Allah jualah penulis berserah diri, semoga bantuan, motivasi dan bimbingan serta nasehat dari berbagai pihak menjadi amal ibadah yang ikhlas hendaknya, dan dibalas oleh Allah SWT. Dengan balasan yang berlipat ganda. Semoga Tesis ini dapat memberi manfaat kepada kita semua. *Amin.*

Batusangkar, 04 Agustus 2021

Penulis

**HULVI HUSNIA**  
**NIM. 1702052009**

## ABSTRAK

**HULVI HUSNIA. 2021. NIM, BKPI.1702052009, Judul Tesis :** “**Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Adlerian untuk Meningkatkan Harga Diri Siswi Di MAS TI Candung**”. Program Pascasarjana Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar.

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 *TheOne-Group Pre-Test Post-Test*. Sampel penelitian adalah siswa kelas X MAS TI Candungyang berjumlah tujuh orang yang memiliki harga diri rendah. Teknik pengumpulan data menggunakan skala harga diri. Data dianalisis menggunakan *uji t paired* dengan bantuanprogram *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 mengungkapkan 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.

## ABSTRACT

**HULVI HUSNIA. 2021. NIM, BKPI.1702052009**, with the title of the thesis : **“Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Adlerian untuk Meningkatkan Harga Diri Siswi Di MAS TI Candung”**. Graduate Program in Guidance and Counseling Islamic Education State Institute of Islamic Studies (IAIN) Batusangkar.

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.

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK.. .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>x</b>
<b>BAB IPENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	8
C. Batasan Masalah .....	8
D. Perumusan Masalah.....	9
E. Tujuan Penelitian.....	9
F. Manfaat dan Luaran Penelitian.....	9
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
A. Harga Diri.....	11
1. Pengertian Harga Diri .....	11
2. Aspek-Aspek Harga diri.....	12
3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Harga Diri .....	13
4. Karakteristik Harga Diri.....	18
5. Dampak Harga Diri Rendah.....	20
B. Konseling Kelompok Adlerian .....	21
1. Konsep Dasar.....	21
2. Tujuan Pendekatan Adlerian .....	23
3. Proses Konseling Kelompok Adlerian .....	25
C. Konseling Kelompok Adlerian dalam Meningkatkan Harga Diri Siswi .....	28
D. Kajian Penelitian yang Relevan .....	30
E. Kerangka Berfikir.....	32
F. Hipotesis.....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	34
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	37
C. Populasi dan Sampel .....	37
1. Populasi .....	37
2. Sampel.....	37

D. Definisi Operasional.....	38
E. Pengembangan Instrumen .....	38
F. Teknik Pengumpulan Data .....	45
G. Teknik Analisis Data.....	46
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data .....	52
1. Deskripsi Data Hasil <i>Pretest</i> .....	52
2. Deskripsi Data Hasil <i>Posttest</i> .....	54
3. Perbandingan Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	56
B. Pengujian Prasyarat Analisis .....	59
1. Uji Normalitas .....	59
2. Uji Homogenitas .....	60
C. Pengujian Hipotesis.....	61
1. Uji T .....	61
2. Uji <i>n-Gain</i> .....	62
D. Pembahasan.....	63
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	67
B. Implikasi.....	67
C. Saran.....	67
<b>KEPUSTAKAAN .....</b>	<b>69</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>73</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
3.1 Desain Penelitian.....	34
3.2 Populasi .....	37
3.3 Kisi-kisi Instrumen Harga Diri.....	40
3.4 Hasil Uji Validitas.....	43
3.5 Hasil Uji Reliabilitas .....	45
3.6 Skor Jawaban Skala Likert.....	46
3.7 Klasifikasi Skor Harga Diri.....	47
3.8 Klasifikasi dan Kriteria N-gain .....	51
4.1 Hasil Pengolahan Data <i>Pretest</i> .....	52
4.2 Hasil Klasifikasi Data <i>Pretest</i> .....	53
4.3 Data Aspek-Aspek Harga Diri ( <i>Pretest</i> ) .....	53
4.4 Hasil Pengolahan Data <i>Posttest</i> .....	54
4.5 Hasil Klasifikasi Data <i>Posttest</i> .....	55
4.6 Data Aspek-Aspek Harga Diri ( <i>Posttest</i> ).....	56
4.7 Perbandingan antara <i>Pretest</i> dengan <i>Posttest</i> .....	57
4.8 Klasifikasi Perbandingan antara <i>Pretest</i> dengan <i>Posttest</i> .....	57
4.9 Perbandingan Aspek Harga Diri ( <i>Pretest-Posttest</i> ) .....	58
4.10 Hasil Uji Normalitas.....	60
4.11 Hasil Uji Homogenitas .....	60
4.12 Hasil Uji T .....	61
4.13 Kriteria Indeks N-Gain .....	62
4.14 Hasil Uji N-Gain .....	62

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	73
2. Skala Harga Diri .....	74
3. Validasi .....	77
4. Tabulasi .....	96
5. Analisis SPSS.....	100
6. Rancangan PemberianLayanan(RPL) .....	103
7. Daftar Hadir Peserta Layanan .....	116
8. Dokumentasi Kegiatan Konseling .....	121
9. Surat Izin Penelitian.....	122
10. Surat Keterangan TelahMelaksanakan Penelitian.....	123

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Perubahan adalah suatu proses alami yang dijalani oleh semua manusia dalam hidupnya. Satu di antara perubahan dalam siklus kehidupan yang harus dijalani manusia adalah saat memasuki usia remaja. Periode remaja merupakan salah satu periode terpenting dalam rentang kehidupan manusia karena pada periode ini seorang individu mengalami perkembangan fisik dan psikologis yang cepat. Masa remaja biasanya disebut juga dengan adolescence, yakni tumbuh untuk mencapai usia matang. Menurut Hurlock (1996, p.206) adolescence memiliki makna yang lebih luas, mulai dari kematangan individu secara mental, emosional, sosial dan fisik. Erikson (dalam Yusuf, 2005, p.185) juga menjelaskan bahwa perkembangan masa remaja sangat terkait dengan keberhasilannya di masa depan, yaitu berkaitan erat dengan pekerjaan di masa depan, peran-peran sebagai orang dewasa di masa depan dan sistem keyakinan pribadi.

Masa remaja merupakan fase peralihan dari usia anak-anak menuju dewasa, pada periode ini remaja akan menemukan banyak tantangan dalam perkembangannya. Selain itu, pada masa remaja ada beberapa tugas-tugas perkembangan yang harus dilalui dan dipenuhi oleh remaja, hal ini sesuai dengan pendapat Havighurst (dalam Prayitno, 2006, p.42). Pada periode remaja ada beberapa tugas perkembangan tertentu yang harus dicapai oleh remaja, apabila remaja gagal dalam mencapai tugas perkembangan tertentu maka akan berpengaruh kepada tugas perkembangan selanjutnya begitu juga sebaliknya. Apabila remaja sukses dalam mencapai tugas perkembangan tertentu maka akan sukses juga dalam perkembangan selanjutnya.

Menurut Mu'tadzin (dalam Munandar, 2002, p.34) ada beberapa tugas perkembangan yang harus dikuasai oleh remaja salah satunya

adalah mampu menghargai diri sendiri dan orang lain, untuk mampu menghargai diri sendiri dan orang lain remaja harus memiliki harga diri yang tinggi. Harga diri merupakan dasar untuk membangun hubungan antar manusia yang positif, proses belajar, kreativitas dan rasa tanggung jawab pribadi (Clemes & Bean, 2001, p.vii). Harga diri merupakan dasar untuk membangun hubungan antarmanusia yang positif, dengan tingginya harga diri remaja maka akan semakin positif hubungan yang terjalin dengan orang lain, begitupun sebaliknya dengan rendahnya harga diri remaja maka hubungan yang terjalin dengan orang lain semakin buruk atau negatif.

Menurut Clemes & Bean (2001, p.9) remaja dengan harga diri yang tinggi biasanya mampu menyesuaikan diri dengan orang lain, sedangkan remaja dengan harga diri yang rendah biasanya terlalu agresif atau terlalu menarik diri dari hubungan sosial sehingga cenderung tidak disukai oleh orang lain. Idealnya remaja dengan harga diri yang tinggi mampu membangun hubungan interpersonal, bertanggung jawab, mandiri, bangga dengan hasil kerja sendiri, menanggapi tantangan baru dengan antusias Selain itu, harga diri memiliki pengaruh yang besar terhadap kehidupan remaja kedepannya karena dengan rendahnya harga diri remaja maka remaja akan merasa dirinya tidak berharga dan pasif dalam kehidupan sosial serta memiliki nilai akademik yang rendah.

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 harga diri merupakan teori terpopuler yang sering diteliti dalam psikologi sosial (Baumeister 1993; Mruk 1995; Wells and Marwell 1976; Wylie 1979) selain itu menurut Rodewalt and Tragakis (dalam Mruk, 2006, p.32) "*the top three covariates in personality and social psychology research*". Jadi dari dua pendapat diatas 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 janganlah 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 peningkatn 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 Alderian dapat meningkatkan harga diri. Maka dari itu penulis tertarik untuk meneliti *“Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Alderian untuk Meningkatkan Harga Diri Siswi di MAS TI Candung.*

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah penelitian sebagai berikut:

1. Faktor Penyebab rendahnya harga diri siswi
2. Tingkatan harga diri siswi
3. Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan harga diri siswi
4. Peran keluarga dalam meningkatkan harga diri siswi
5. Peran konselor dalam meningkatkan harga diri siswi
6. Keefektifan konseling kelompok Alderian untuk meningkatkan harga diri siswi di MAS TI Candung

### **C. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penelitian ini dibatasi dengan mengkaji “efektivitas konseling kelompok pendekatan Adlerian untuk meningkatkan harga dirisiswi di MAS TI Candung”.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “apakah konseling kelompok pendekatan Adlerian efektif meningkatkan harga dirisiswi di MAS MTI Candung?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji efektivitas konseling kelompok pendekatan Adlerian untuk meningkatkan harga dirisiswi di MAS TI Candung.

### **F. Manfaat dan Luaran Penelitian**

#### 1. Manfaat Penelitian

##### a. Manfaat teoritis

- 1) Untuk menguji teori-teori yang berhubungan dengan konseling kelompok Adlerian dan harga dirisiswi
- 2) Secara teoritis diharapkan hasil penelitian ini dapat berguna untuk memberikan kontribusi bagi pengembangan teori mengenai layanan konseling kelompok Adlerian untuk meningkatkan harga dirisiswi sehingga menambah pemahaman terhadap konsep dan teori terkait dengan layanan konseling kelompok Adlerian dan harga dirisiswi

##### b. Manfaat praktis

- 1) Bagi Guru BK, sebagai bahan pertimbangan dalam pembuatan program bimbingan dan konseling terutama dalam meningkatkan harga dirisiswi.
- 2) Bagi siswi, sebagai informasi dasar guna meningkatkan harga diri, harapannya setelah mengikuti kegiatan konseling kelompok Adlerian siswi menjadi lebih memercayai

kemampuan dirinya sendiri untuk mencapai masa depan yang lebih baik.

- 3) Bagi peneliti, sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar magister S2-BK
- 4) Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang peningkatan harga dirisiswi melalui konseling kelompok Adlerian. Ada beberapa hal yang bisa diteliti oleh peneliti selanjutnya yaitu Peningkatan harga diri siswa menggunakan pendekatan SFBC atau menggunakan pendekatan CBT. Untuk konseling kelompok Adlerian bisa meningkatkan perasaan rendah diri dan bisa meningkatkan kemampuan interpersonal siswa.

## 2. Luaran Penelitian

Luaran penelitian atau target yang ingin dicapai dari penelitian ini selanjutnya adalah dapat diterbitkan sebagai artikel ilmiah/ jurnal ilmiah SINTAK/ dapat diterbitkan dalam prosiding BIC.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Harga diri

##### 1. Pengertian Harga diri

Istilah harga diri atau disebut juga *self esteem*, kata *esteem* berasal dari akar kata dalam bahasa latin *esteemere* yang artinya *to estimate* atau *appraise* (Suryanto dalam Rusandi, 2014, p.26). Menurut Battle (dalam Marjohan, 1977, p.50) harga diri merupakan salah satu variable penting dalam menentukan kepribadian seseorang, harga diri merupakan salah satu faktor keberhasilan individu dalam kehidupannya, karena perkembangan harga diripada seorang remaja akan menentukan keberhasilan maupun kegagalan seseorang pada masa mendatang. Sebagai penilaian terhadap diri sendiri maka pengembangan harga diri menjadi bagian penting dalam setiap kehidupan individu.

Menurut Santrock (2007, p.183) harga diri adalah “suatu dimensi evaluasi global mengenai diri”. Sebagai contoh seorang remaja tidak hanya menganggap dirinya sebagai seseorang, tetapi juga menganggap dirinya sebagai seorang individu yang baik. Adapun menurut Baron & Byrne (2004, p.137), harga diri merupakan evaluasi diri yang dibuat oleh setiap individu atau sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dalam rentang dimensi positif dan negatif.

Coopersmite (1967, p.4) menyatakan bahwa:

*Self esteem we refer to the evaluation which the individual makes and customarily maintains with regard to himself : it expresses an attitude of approval or disapproval, and indicates the extent to which the individual believes himself to be capable, significant, successful and worthy. In short, harga diri is a personal judgment of worthiness that is expressed in the attitudes the individual holds toward himself .*

Berdasarkan kutipan diatas, Coopersmite menjelaskan bahwa harga dirimerupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya terutama mengenai sikap menerima dan menolak, juga indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan.

Menurut Myer (2012, p.65) harga diri adalah penerimaan diri seseorang oleh dirinya sendiri berkaitan dengan pantas, berharga, mampu dan berguna, tidak peduli dengan apapun yang sudah, sedang dan akan terjadi. Tumbuhnya rasa aku bisa dan aku berharga merupakan inti dari harga diri. Selain itu menurut Clemas dan Bean (2001,p.2) harga diri adalah perasaan yang selalu dinyatakan dalam cara seseorang bertindak

Berdasarkan beberapa pendapat dari ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa harga diri adalah penilaian positif atau negatif seseorang terhadap dirinya. Hal ini dapat terlihat dari tingkah laku yang ditampilkan oleh individu tersebut meliputi mampu atau tidak mampu, berharga atau tidak berharga.

## **2. Aspek-Aspek Harga diri**

Menurut Clemes & Bean (1990, p.17) ada beberapa aspek yang harus dipenuhi untuk membentuk harga diri remaja, yaitu:

### **a. Pertalian/Ikatan (*Connectiveness*)**

Hal ini timbul ketika seorang anak merasa puas karena memiliki hubungan yang sangat berarti dan bila dia menerima pengukuhan akan pentingnya hubungan itu oleh orang lain. Seorang individu merasa dirinya berarti apabila mampu untuk menjalin/membangun hubungan sosial dengan orang lain.

### **b. Keunikan (*Uniqueness*)**

Hal ini terjadi ketika seorang individu bisa mengakui dan menghormati kualitas atau ciri-ciri yang menjadikannya istimewa dan berbeda dari orang lain serta mereka akan merasa semakin

merasa dirinya unik ketika menerima penghargaan atau pengakuan akan kualitas dirinya dari orang lain juga.

c. Kemampuan (*Power*)

Power merupakan kemampuan seseorang dalam meyakinkan, mengontrol, memengaruhi serta mengendalikan orang lain yang ada di sekitar mereka tentunya juga mengendalikan diri sendiri juga. Individu dengan harga diri yang tinggi maka akan mampu dalam mengontrol dirinya serta lingkungan di sekitarnya dengan baik.

d. Teladan (*Models*)

Ini mencerminkan kemampuan seorang individu untuk mengacu kepada contoh dari manusia, filosofis dan perbuatan baik yang membantunya menetapkan norma, sasaran, cita-cita, dan standar pribadi yang baik. Keteladanan yang dibahas di sini merupakan bagaimana individu mampu menjadi teladan yang baik bagi lingkungan disekitarnya serta memiliki tujuan-tujuan yang jelas dalam kehidupannya.

### **3. Faktor-faktor yang Memengaruhi Harga Diri**

Ada beberapa faktor yang memengaruhi harga diri pada remaja menurut Santrock (2007, p.186-187) yaitu:

a. Jenis Kelamin

Remaja laki-laki memiliki harga diri yang lebih tinggi daripada remaja perempuan. Rendahnya harga diri remaja perempuan disebabkan oleh rendahnya penyesuaian diri yang sehat pada remaja, selain itu remaja perempuan lebih rentan terhadap rasa kurang percaya diri, merasa diri lemah dan tidak berdaya, merasa diri ingin dilindungi, hal ini terjadi karena pengaruh sosial masyarakat yang berpandangan bahwa laki-laki memiliki tuntutan yang lebih besar daripada perempuan serta memandang bahwa perempuan adalah individu yang harus dilindungi.

b. Usia

Usia merupakan salah satu faktor yang memengaruhi harga diri, Santrock (2007, p.185) berpendapat bahwa pada masa remaja harga diri cenderung menurun, meningkat pada usia 20an, mendatar di usia 30an, dan meningkat lagi pada usia 50 dan 60an, serta kembali menurun di usia lebih dari 60an.

c. Penampilan Fisik

Remaja dengan penampilan fisik yang menarik, sempurna dan sesuai dengan harapan kelompok akan memiliki harga diri yang tinggi daripada remaja yang memiliki penampilan fisik yang kurang menarik dan tidak sesuai dengan harapan kelompok, seperti remaja yang memiliki ukuran tubuh yang besar akan berusaha dengan keras menurunkan berat badannya agar bentuk tubuhnya ideal.

d. Inteligensi

Remaja yang memiliki harga diri yang tinggi akan mendapatkan hasil belajar yang bagus di sekolah daripada remaja dengan harga diri yang rendah. Remaja dengan harga diri yang rendah rentan terhadap prestasi akademik yang kurang bagus.

e. Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga merupakan lingkungan pertama remaja dalam berhubungan secara sosial. Remaja yang dibesarkan dengan kasih sayang, rasa cinta dan pola pengasuhan demokratis akan membuat harga diri remaja menjadi tinggi sedangkan remaja yang dibesarkan dengan pengabaian dan penolakan akan beranggapan dirinya tidak berharga dan membuat remaja memiliki penilaian negatif terhadap dirinya.

#### f. Lingkungan Sosial

Pembentukan harga diri dimulai dari seseorang menyadari dirinya berharga atau tidak. Hal ini merupakan hasil dari proses lingkungan, penghargaan, penerimaan dan perlakuan orang lain terhadapnya. Remaja yang diterima dan dihargai dengan baik oleh lingkungan sosialnya khususnya oleh kelompok teman sebaya akan memiliki harga diri yang tinggi daripada remaja yang ditolak oleh lingkungannya.

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi harga diri remaja dapat dibagi menjadi dua yaitu faktor internal yaitu jenis kelamin, inteligensi, usia, kondisi fisik, sedangkan faktor eksternal yaitu lingkungan keluarga dan lingkungan sosial. Faktor-faktor ini dapat membuat harga diri remaja menjadi tinggi ataupun sebaliknya, beberapa faktor ini juga dapat membuat harga diri remaja menjadi rendah.

Menurut Mruk (2006, p.64) faktor-faktor yang memengaruhi perkembangan harga diri ialah:

- a. *Parental factors* yang terdiri dari *Genetics factor, Parental support (Involvement), Parental "Warmth" (Acceptance), Parental expectations and consistency, Parenting style, Birth order, Modeling*
- b. *Values factor* terdiri dari *Social values, Self values*
- c. *Gender factor*
- d. *Ethnic, and economic factors*

Adapun maksud dari faktor-faktor yang memengaruhi harga diri menurut Mruk ialah:

##### a. Faktor orang tua

###### 1) Faktor genetik

Faktor genetik adalah salah satu faktor yang dapat memengaruhi harga diri individu. Dalam hal ini, gen yang diwariskan oleh orang tua akan dapat memengaruhi

perkembangan temperamen dan kepribadian yang dimiliki individu.

2) Dukungan orang tua (keterlibatan orang tua)

Dukungan orang tua juga merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi harga diri anak. Ketika orang tua menunjukkan kepedulian yang besar terhadap anak, maka anak akan merasa berharga. Sebaliknya jika orang tua menunjukkan ketidakpedulian terhadap anak, maka anak akan cenderung memiliki harga diri yang rendah

3) Kehangatan orang tua (penerimaan orang tua)

Penerimaan orang tua berupa kesediaan orang tua untuk mengakui kelebihan dan kekurangan anak, begitu pula dengan potensi dan keterbatasannya. Dengan menyadari kelebihan dan keterbatasan yang dimiliki anak, orang tua dapat mendukung anak untuk mengembangkan kemampuan, kesukaan serta minat yang dimiliki anak.

4) Harapan orang tua

Harapan besar yang diinginkan orang tua terhadap anak akan membuat anak menjadi orang yang berusaha untuk memperjuangkan sesuatu yang dianggap mampu membawa dampak yang lebih baik terhadap kehidupannya.

5) Pola asuh

Orang tua yang menerima, mengasihi, dan responsif cenderung menghasilkan anak yang memiliki harga diri tinggi dibandingkan orang tua yang tidak menerima, tidak tertarik, dan tidak responsif terhadap anaknya.

6) Urutan kelahiran

Anak pertama cenderung meningkatkan kemungkinan memiliki harga diri yang tinggi. Adapula indikasi bahwa anak tunggal memiliki harga diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak yang memiliki saudara. Hal ini

dapat dilihat dari keterlibatan orang tua yang lebih fokus terhadap anak pertama dan anak tunggal, dibandingkan yang lainnya.

7) Modelling

Orang tua yang dapat menghadapi tantangan hidup secara jujur dan terbuka, serta dapat mengatasi kesulitan-kesulitan yang ada, ketimbang menghindarinya akan mengajarkan kepada anak strategi pemecahan masalah dan mengembangkan harga diri yang baik.

b. Faktor Nilai-Nilai

1) Nilai-Nilai Sosial

Nilai-nilai sosial merupakan segala sesuatu pandangan yang dianggap baik atau benar dalam kehidupan masyarakat yang kemudian jadi pedoman bagi individu dalam menentukan sikap.

2) Nilai-Nilai Individu

Faktor individu juga memegang peranan yang penting dalam menghubungkan harga diri dengan nilai-nilai. Nilai-nilai individu penting karena hal tersebut mengaitkan identitas diri seseorang dengan harga diri, juga perilaku individu tersebut.

c. Faktor gender (jenis kelamin)

Jenis kelamin juga salah satu faktor yang dapat memengaruhi harga diri individu. Terdapat perbedaan harga diri perempuan dan laki-laki. Pada perempuan faktor yang memengaruhi tingginya adalah kemampuan wanita untuk menjalin relasi interpersonal yang lebih positif. Adapun pada laki-laki faktor yang memengaruhi tingginya harga diri adalah kemandirian.

d. Faktor ekonomi dan budaya

Faktor ekonomi dan budaya juga dapat memengaruhi perkembangan harga diri individu. Penerimaan yang baik terhadap

perekonomian serta budaya yang dimiliki akan mendorong perkembangan harga diri yang tinggi pada diri individu. Sebaliknya jika individu tidak mampu menerima bagaimana keadaan ekonomi serta budaya yang dimilikinya, maka muncul rasa rendah diri pada diri individu.

#### **4. Karakteristik Harga Diri**

Harga diri seseorang tergantung bagaimana individu itu menilai tentang dirinya, hal ini akan memengaruhi perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Penilaian individu ini diungkapkan dalam sikap-sikap yang bersifat tinggi dan rendah.

##### **a. Karakteristik Harga Diri Tinggi**

Harga diri yang tinggi akan membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa yakin akan kemampuan diri, rasa berguna serta rasa bahwa dirinya diperlukan di dalam dunia ini. Seperti, seorang remaja yang memiliki harga diri yang tinggi akan mampu mencapai prestasi yang dia inginkan

Karakteristik remaja yang memiliki harga diri yang tinggi menurut Clemes & Bean (2001, p.3-4) adalah:

- 1) Bangga dengan hasil kerjanya
- 2) Bertindak mandiri
- 3) Mudah menerima tanggung jawab
- 4) Menorehkan prestasi dengan baik
- 5) Menanggapi tantangan baru dengan antusiasme
- 6) Merasa sanggup memengaruhi orang lain
- 7) Menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang luas.

Manfaat memiliki harga diri tinggi menurut Branden (1992, p.6) adalah:

- 1) Individu akan semakin kuat dalam menghadapi penderitaan-penderitaan hidup, semakin tabah dan semakin tahan dalam menghadapi tekanan-tekanan hidup serta tidak mudah menyerah dan putus asa.
- 2) Individu semakin kreatif dalam bekerja.

- 3) Individu akan semakin ambisius, tidak hanya dalam karier dan urusan finansial tetapi juga dalam hal-hal yang ditemui dalam kehidupan baik secara emosional, kreatif maupun spiritual.
- 4) Individu akan memilikiharapan yang besar dalam membangun hubungan yang baik dan konstruktif.

b. Karakteristik Harga Diri Rendah

Remaja dengan harga diri yang rendah akan cenderung merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga, serta remaja dengan harga diri rendah cenderung tidak berani mencari tantangan baru dalam hidupnya, lebih senang dengan hal-hal yang sudah dikenalnya dengan baik. Selain itu, remaja dengan harga diri yang rendah akan lebih menyenangi hal-hal yang tidak penuh dengan tuntutan, cenderung tidak merasa yakin akan pemikiran-pemikiran serta perasaan yang dimilikinya, cenderung takut menghadapi respons dari orang lain, tidak mampu membina komunikasi yang baik dan merasa hidup tidak bahagia.

Karakteristik remaja dengan harga diri yang rendah menurut Clemes & Bean (2001, p.4-5) yaitu:

- a) Menghindari situasi yang dapat mencetuskan kecemasan
- b) Merendahkan bakat sendiri
- c) Merasa tidak ada seorangpun yang menghargainya
- d) Menyalahkan orang lain atas kelemahannya sendiri
- e) Mudah dipengaruhi orang lain
- f) Bersikap defensive dan mudah frustrasi
- g) Merasa tidak berdaya
- h) Menunjukkan jangkauan perasaan dan emosi yang sempit

Menurut Santrock (2007, p.184) indikator-indikator dari remaja yang memiliki harga diri rendah adalah:

- a) Merendahkan orang lain dengan cara mengejek, memanggil nama secara langsung atau bergosip
- b) Menggunakan bahasa tubuh secara berlebihan atau diluar konteks
- c) Melakukan sentuhan yang tidak pada tempatnya atau menghindari kontak fisik
- d) Membiarkan kesalahan terjadi
- e) Menyombongkan prestasi, keterampilan dan penampilan
- f) Secara verbal merendahkan dirinya sendiri atau menjatuhkan harga dirinya sendiri
- g) Berbicara dengan nada yang keras, kasar atau dogmatik.

## **5. Dampak Harga Diri Rendah**

Harga diri merupakan hal yang sangat penting bagi kehidupan manusia karena harga diri merupakan penentu berhasil atau tidaknya individu pada masa yang akan datang. Seseorang yang memiliki harga diri yang rendah akan mendapatkan banyak rintangan selama masa kehidupannya. Hal ini sesuai dengan pendapat Hurlock (1996, p.175) 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.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Baumisterdkk. (dalam Santrock, 2007, p.66) anak-anak dengan harga diri yang rendah rentan akan depresi, percobaan bunuh diri, gangguan anorexia dan nervosa. Brecht (2000, p.60) juga berpendapat bahwa individu dengan harga diri yang rendah cenderung cepat marah, murung, sedih, ketidaktoleransian, kelelahan, insomnia, dan perasaan kacau.

Menurut Maslow (1987, p.76) individu yang memiliki harga diri yang tinggi akan lebih percaya diri, lebih mampu mencapai apa yang dia inginkan serta lebih produktif, sebaliknya individu dengan harga diri yang rendah akan diliputi rasa rendah diri, rasa tidak berdaya, sering menimbulkan rasa putus asa serta tingkah laku neurotik.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli sebelumnya maka dapat disimpulkan, dampak dari harga diri yang rendah yaitu, menarik diri dari hubungan sosial, merasa diri tidak berdaya, tidak percaya diri, perasaan yang kacau, serta percobaan bunuh diri.

## **B. Layanan Konseling Kelompok Adlerian**

### **1. Konsep Dasar**

Adler lahir di Wina pada 1870 dan meninggal di Aberdeen, Skotlandia pada 1937 pada saat dia mengadakan perjalanan keliling untuk memberikan ceramah. Adler merupakan seorang dokter yang menamatkan gelar dokternya di Universitas Wina pada 1895 (Hamdi, 2016). Adler merupakan seorang dokter yang tertarik dengan pasiennya yang menderita penyakit fisik namun tidak memiliki penyebab fisik atau disebut juga dengan gangguan histeria.

Adler merupakan adik dari Freud, sebelumnya Adler merupakan anggota Masyarakat Psikoanalitik Sigmund Freud. Namun kemudian, dia memisahkan diri dari Freud karena dia percaya bahwa penekanan Freud pada ketentuan biologis dan insting sangatlah sempit. Adler percaya bahwa apa yang terjadi pada diri seorang individu di masa dewasa sangat dipengaruhi oleh enam tahun pertama kehidupan (Palmer, 2010, p.32). Fokus Adler tidaklah sekedar pada menggali peristiwa di masa lalu, melainkan dia tertarik pada persepsi seseorang pada masa lalu dan bagaimana interpretasinya pada masa lalu itu memiliki pengaruh yang berkelanjutan.

Perspektif Adler manusia tidaklah sekedar ditentukan oleh keturunan dan lingkungan, melainkan oleh kemampuan mereka untuk

menginterpretasi, memengaruhi, serta menciptakan peristiwa. Adler percaya bahwa isu sentralnya bukanlah apa yang kita bawa pada saat kita lahir, yang krusial adalah apa yang kita perbuat dengan kemampuan yang kita miliki. Penganut aliran Adler mengakui bahwa kondisi biologis dan lingkungan membatasi kemampuan kita untuk menentukan pilihan serta berkreasi. Meskipun mereka menolak sikap deterministiknya Freud, mereka tidak terus melangkah ke pendapat yang lebih ekstrim yaitu dengan mengatakan bahwa manusia bisa menjadi apa saja yang dia mau.

Menurut Darminto (2017, p.58) konseling kelompok pendekatan Adlerian merupakan suatu pendekatan dalam konseling yang berorientasi pada keunikan dan keutuhan seorang individu tersebut, tujuan dari konseling kelompok pendekatan Adlerian ini adalah untuk menumbuhkan individu yang memiliki mental yang dewasa serta sehat.

Konseling Adlerian menekankan pada *sosial interest* yaitu kebutuhan klien untuk menemukan tempatnya di dalam kelompok, menurut Glading (dalam Rasimin & Hamdi, 2018, p.81) minat sosial didefinisikan sebagai *not only a interest in others but an interest in the interest the interest of others*, maksudnya adalah minat sosial bukan hanya satu minat dalam orang lain melainkan suatu minat di dalam minat pada orang lain. Esensialnya dalam pandangan Adlerian adalah memiliki rasa perasaan yang memedulikan orang lain dan perasaan ini dikembangkan dalam konteks kelompok.

Setiap individu terlahir dalam suatu kelompok kecil yang dinamakan keluarga, dalam pengembangan kepribadiannya individu memerlukan kelompok yang lebih besar yang dinamakan kelompok sosial. Adler meyakini setiap individu yang dilahirkan memiliki *feeling of inferiority*, merupakan perasaan rendah diri yang terbentuk karena ketidak berdayaan di dalam diri (Rasimin & Hamdi, 2018, p.81) akan tetapi dibalik *feeling of inferiority* ada dorongan di dalam diri untuk

menjadi *feeling of superiority* yaitu perasaan yang dimiliki individu untuk bisa dihargai, diterima, dipandang dalam lingkungan sosialnya (Winkel, 1997, p.422), untuk mencapai *feeling of superiority* setiap individu akan melakukan tindakan kompensasi untuk mengejar kesempurnaan dan keunggulan dalam satu atau beberapa hal dengan cara-cara yang positif. Menurut Taufik (2009, p.83) manusia berusaha mengatasi rasa rendah diri dengan menemukan cara-cara yang terkendali, sehingga dia dapat mengendalikan kekuatan dalam hidupnya. *Life Style*, konsep gaya hidup menerangkan keunikan setiap individu dan tidak ada satu orangpun yang memiliki gaya hidup yang sama. Dalam usaha untuk mencapai superioritas sebagian orang mengembangkan intelektualnya, sebagian lainnya mengembangkan bakat seni atau olahraga. Gaya hidup individu dibentuk sebagai kompensasi bagi inferioritas dalam hal tertentu (Rasimin & Hamdi, 2018, p.82). Selain itu Adlerian juga menjelaskan tentang *fictional finalism* atau fiksi-fiksi yang final, maksudnya adalah dimana seseorang memiliki pikiran-pikiran masa depan yang tidak pernah putus/puas (Taufiq, p.83). Jadi berdasarkan penjelasan ini *fictional finalism* merupakan suatu keinginan-keinginan/ harapan-harapan yang ada dalam pikiran individu yang tidak pernah usai atau final, contohnya individu menginginkan sebuah mobil setelah mendapatkan mobil, individu tidak akan puas lalu menginginkan rumah.

## **2. Tujuan Pendekatan Adlerian**

Pendekatan Adlerian merupakan suatu pendekatan yang berlandaskan pada psiko-sosial dimana pendekatan ini menjelaskan bahwa minat sosial dan perjuangan kearah superioritas menjadi dua pilar konseptual yang paling penting hal ini juga sesuai dengan pendapat Corey (2007, p.29) manusia dimotivasi terutama oleh dorongan-dorongan sosial. Sejalan dengan itu Winkel (1997, p.23) menjelaskan bahwa dalam corak pendekatan ini Adler memberikan perhatian utama pada kebutuhan seseorang untuk menempatkan diri

dalam kelompok sosial. Dalam proses menempatkan diri dalam kelompok sosial setiap orang memiliki kendala yang berbeda-beda karena menurut pendapat Adler (dalam Rasimin & Hamdi, 2018, p.83) setiap individu yang lahir membawa *feeling of inferiority* dan memiliki dorongan untuk mencapai *feeling of superiority*, jembatan penghubung yang akan mengantarkan seseorang individu dari *feeling of inferiority* kepada *feeling of superiority* yaitu kompensasi. Kompensasi yang harus dibangun dalam diri individu merupakan kompensasi yang positif, maka di sini lah tugas dari konselor yaitu memperbaiki kompensasi-kompensasi yang negatif dari diri individu menjadi kompensasi yang positif. Menurut Q.S Al-Mujadillah ayat 11

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ  
فَافْسَحُوا يَفْسَحَ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ أَنْشُرُوا فَأَنْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ  
الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا  
تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

“Hai orang-orang beriman apabila dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan.”

Jadi dapat disimpulkan bahwa orang-orang yang beriman dan berilmu akan ditinggikan derajatnya oleh Allah SWT. Oleh karena itu, setiap individu diharuskan memiliki iman dan ilmu di dalam dirinya, agar mampu memberikan kompensasi-kompensasi positif kepada dirinya untuk menuju superioritas dan memiliki gaya hidup yang unik dan positif.

Menurut Palmer (2010, p.34) tujuan dari pendekatan Adlerian yaitu,

- a. Bersama klien mengungkapkan tujuan keliru dan gagasan yang mendasarinya sehingga mereka memahami gaya hidup khas mereka.

- b. Mendorong klien untuk mengakui bahwa mereka memiliki perasaan sosial.

### **3. Proses Konseling Kelompok Adlerian**

Menurut Sonstegard dan Bitter (dalam Corey, 2012, p.173-177) ada 4 tahap konseling kelompok Adlerian yaitu,

- a. Membangun dan Menjaga Hubungan yang Kompak dengan Anggota Kelompok

Pada tahap awal penekanannya adalah pada membangun hubungan terapeutik yang baik berdasarkan kerja sama, kolaborasi, kesetaraan, dan saling menghormati. Dengan memerhatikan hubungan dari sesi pertama, konselor meletakkan dasar untuk keterpaduan dan koneksi. Adlerian berpendapat bahwa hasil yang sukses dari konseling kelompok didasarkan pada membangun dan mempertahankan hubungan terapeutik yang kuat pada tahap awal konseling (Corey, 2012, p.173)

Peserta kelompok didorong untuk aktif dalam proses konseling karena mereka bertanggung jawab atas partisipasi mereka sendiri dalam kelompok. Situasi kelompok memberikan banyak kesempatan untuk membangun kepercayaan dan memperkuat hubungan antar-anggota dan pemimpin. Juga, dengan menyaksikan perubahan positif pada teman sebaya, peserta dapat melihat seberapa baik kelompok bekerja.

- b. Tahap Analisis dan Penilaian

Menurut Mosak & Maniaci (dalam Corey, 2012,175) Tujuan dari tahap ini adalah memahami gaya hidup seseorang dan melihat bagaimana hal itu memengaruhi fungsi seseorang saat ini dalam semua tugas kehidupan . Selama tahap penilaian ini, penekanannya adalah pada individu dalam konteks sosial dan budayanya. Pemimpin dapat mulai dengan mengeksplorasi bagaimana para peserta berperan dalam situasi sosial dan

bagaimana perasaan mereka tentang diri mereka sendiri dan identitas peran gender mereka.

Menurut Dreikurs (dalam Corey, 2012, p.175) tujuan individu dan gaya hidup saat ini menjadi jauh lebih jelas dalam interaksi dengan orang lain dalam kelompok. Konselor kelompok Adlerian menggunakan sejumlah teknik penilaian. Teknik penilaian proses mencakup memeriksa bidang-bidang seperti kumpulan anggota keluarga, urutan kelahiran, kesulitan hubungan, ingatan awal, mimpi, dan karya seni yang semuanya menghasilkan petunjuk untuk tujuan setiap orang, cita-cita, dan gaya hidup setiap orang. Masing-masing pendekatan penyelidikan psikologis ini dapat mengungkap interpretasi seorang anggota kelompok tentang diri, kehidupan, dan dunia serta gagasan keliru yang mungkin terkait dengan interpretasi ini. Analisis dan penilaian sangat bergantung pada eksplorasi keluarga klien, yang meliputi evaluasi kondisi yang berlaku dalam keluarga ketika masih kecil, dalam proses pembentukan keyakinan gaya hidup dan asumsi dasar.

Selama tahap penilaian, tugas utama konselor kelompok adalah untuk mengintegrasikan dan meringkas data dari penyelidikan gaya hidup dan untuk menafsirkan bagaimana gagasan yang keliru dan mitologi pribadi memengaruhi klien. Analisis gaya hidup adalah proses yang berkelanjutan akan membantu klien dan konselor mengembangkan rencana untuk konseling.

c. Kesadaran dan Wawasan

Pandangan Adlerian adalah wawasan suatu bentuk khusus dari kesadaran yang memfasilitasi pemahaman yang bermakna dalam hubungan konseling serta bertindak sebagai landasan untuk perubahan. Menurut Carlson (dalam Corey, 2012, 176) pendekatan Adlerian berorientasi pada wawasan dan tindakan. Meskipun wawasan mengenai masalah dapat bermanfaat penting jika

kesadaran ini mengarah pada gerakan konstruktif menuju tujuan yang diinginkan. Perlu dicatat seseorang dapat membuat perubahan mendadak dan signifikan tanpa banyak wawasan. Mosak & Maniaci (dalam Corey, 2012, p.176) berpendapat “gagasan psikoanalitik wawasan harus mendahului perubahan perilaku yang sering kali menghasilkan perawatan yang diperpanjang dan mendorong klien untuk menunda dalam mengambil tindakan perubahan”. Gagasan ini sering menghasilkan peningkatan penyerapan diri dibandingkan perluasan kesadaran diri. Adlerians percaya perubahan dimulai dengan kesadaran yang berpusat pada saat ini, pengakuan seseorang memiliki pilihan, pilihan dalam hal persepsi dan tingkah laku.

d. Tahap Orientasi dan Pendidikan Kembali

Produk akhir dari proses konseling kelompok adalah *re-orientation* (re-orientasi) dan *re-education* (re-pendidikan). Tahap *re-orientation* (re-orientasi) terdiri dari pemimpin kelompok dan anggota kelompok yang bekerjasama untuk menantang keyakinan yang salah mengenai diri, kehidupan dan lainnya. Penekanannya adalah pada mempertimbangkan keyakinan, perilaku dan sikap alternatif. Selama tahap ini, anggota memasukkan wawasan ke dalam tindakan, membuat pilihan baru yang lebih konsisten dengan tujuan yang diinginkan (Corey, 2012, p.177). Ada perubahan dalam sikap anggota terkait situasi kehidupan mereka saat ini dan masalah yang perlu diselesaikan. *Re-orientation* (re-orientasi) yang dimaksud adalah pengalaman pendidikan.

Kelompok Adlerian dicirikan dengan upaya untuk mengarahkan kembali pola hidup yang salah, dan mengajarkan pemahaman yang lebih baik tentang prinsip-prinsip yang menghasilkan interaksi kooperatif, Sonstegard & Bitter (dalam Corey, 2012, p.177). Salah satu tujuannya adalah mengajarkan peserta bagaimana menjadi lebih efektif dalam menangani tugas-

tugas kehidupan, tujuan lain adalah menantang dan mendorong klien untuk mengambil risiko dan membuat perubahan.

Watts, Lewis, & Peluso, (dalam Corey , 2012, p.177) Dorongan mengacu pada "pembangunan keberanian," dan itu berasal dari kekuatan dan sumber daya klien. Adlerian menggunakan dorongan melalui proses konseling untuk membantu klien menciptakan pola perilaku baru dan untuk mengembangkan kekuatan, aset, sumber daya, dan kemampuan. Jika peserta berharap untuk berubah, mereka perlu mengatur tugas untuk diri sendiri dan melakukan sesuatu yang spesifik tentang masalah mereka. Komitmen diperlukan untuk menerjemahkan wawasan baru ke dalam tindakan yang konkret.

Setelah semua dirasa cukup, proses terakhir yang dilakukan dalam bimbingan kelompok Adlerian adalah *terminate interview & stop*. Hal ini bermakna mengakhiri sesi konseling yang berisi kegiatan seperti refleksi, penegasan komitmen anggota kelompok salam perpisahan, dan berjabat tangan, serta penegasan waktu pertemuan berikutnya.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa dalam pelaksanaan konseling kelompok Adlerian ada empat tahap yang bisa dilakukan yaitu, membangun dan memelihara hubungan terapeutik, mengeksplorasi dinamika dalam diri individu, mengomunikasikan pemahaman kepada individu dan membuka alternatif pilihan-pilihan baru atau memberikan orientasi dan pendidikan baru kepada klien .

### **C. Konseling Kelompok Adlerian dalam Meningkatkan Harga Diri Siswi**

Harga diri adalah dasar untuk membangun hubungan antar manusia yang positif, proses belajar, kreativitas, serta tanggung jawab pribadi. Selain itu harga diri juga menjadi "semen" yang merekat kepribadian seorang individu menjadi satu struktur yang positif, utuh, dan efektif (Clemes & Bean, 2001, p.vii). Harga diri merupakan salah satu komponen yang penting dalam kehidupan manusia karena harga diri merupakan

“semen” yang merekatkan kepribadian seorang individu menjadi satu struktur yang positif, utuh dan efektif. Akan tetapi tidak semua orang memiliki harga diri yang tinggi.

Menurut Maslow (1987, p.76) individu yang memiliki harga diri yang tinggi akan lebih percaya diri, lebih mampu mencapai apa yang dia inginkan serta lebih produktif, sebaliknya individu dengan harga diri yang rendah akan diliputi rasa rendah diri (*inferiority*), rasa tidak berdaya, sering menimbulkan rasa putus asa serta tingkah laku neurotik. Tidak jauh berbeda dari pendapat Santrock (2007, p.67) harga diri yang rendah dapat mengindikasikan persepsi yang tepat mengenai keterbatasan atau penyimpangan, bahkan kondisi tidak aman dan *inferiority* yang akut.

Berdasarkan hal tersebut maka, harga diri seorang individu dapat ditingkatkan dengan cara membentuk dan mengembangkan harga diri tersebut, salah satu caranya dengan menggunakan konseling kelompok. Menurut Crech dan Crutchfield (dalam Hartinah, 2009, p.82) kegiatan kelompok merupakan suatu sarana mengembangkan, memperkaya serta memantapkan harga diri dan identitas diri individu. Jadi jelaslah bahwa kegiatan kelompok ini bisa dimanfaatkan untuk peningkatan harga diri atau harga diri siswa. Selain itu berdasarkan pendapat Master & Corsini (dalam Adhiputra, 2015, p.118) Alfred Adler pada awalnya menggunakan kelompok untuk psikoterapeutik dan pendidikan psikologis.

Konselor Adlerian memiliki pemahaman yang mendalam mengenai gaya hidup (*life style*) dengan fokus pada konteks sosial dan budaya (Kurnanto, 2013 p.52). Mereka memberi perlakuan kepada klien dengan memulai wawancara subjektif di mana konselor membantu klien menceritakan hidupnya dengan lengkap semampunya. Dengan keterampilan mendengar ini, konselor akan melihat dan mempelajari banyak informasi tentang apa penyebab klien menjalani kehidupan seperti ini. Penyebab klien mempertahankan *life style* yang ada selama ini, yaitu permasalahan berkaitan dengan harga diri. Selain itu menurut Rasmini & Hamdi (2018, p.83) tujuan dari konseling kelompok Adlerian adalah

individu yang menjadi anggota kelompok memperoleh yang berorientasi sosial dan terintegrasi secara pribadi dan memperoleh keterarahan tujuan.

Melalui konseling Adlerian, diharapkan harga diri akan berkembang secara optimal pada siswi, khususnya mereka yang merasa diabaikan atau kurang diterima oleh lingkungan sosialnya. Pada sesi konseling akan diperbaiki gaya hidup yang dipertahankan siswi selama ini, memunculkan minat sosial, hingga mengembangkan perilaku-perilaku baru guna mengembangkan harga diri dengan optimal. Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, bahwa fokus sentral dari konseling Adlerian adalah *life style*, *feeling of inferiority*, dan mengembangkan munculnya *feeling of superiority*. Konseling Adlerian ini dapat dilihat sebagai proses pembelajaran melalui pemahaman seseorang dan hubungan interpersonalnya.

#### **D. Kajian Penelitian yang Relevan**

Kajian penelitian yang relevan dalam penelitian ini yaitu,

1. Penelitian Rahima, Neviyarni dan Daharnis (2015) meneliti tentang “Penerapan Konseling Kelompok Adlerian Untuk Mengurangi Rasa Rendah Diri Siswi Obesitas”. Tujuan penelitian ini yaitu untuk melihat apakah konseling kelompok Adlerian dapat mengurangi rasa rendah diri siswa obesitas, hasil penelitian ini terdapat perbedaan yang signifikan terhadap hasil *pretest* dengan rata-rata nilai 112,16 sedangkan hasil *posttest* 89,08 hal ini berarti bahwa konseling kelompok Adlerian efektif dalam mengurangi rasa rendah diri siswa obesitas. Persamaan penelitian ini yaitu sama-sama menguji konseling kelompok Adlerian dan sama-sama menggunakan penelitian Pre-Eksperimen dengan desain penelitian *the one group pretest and posttest desain*. Akan tetapi perbedaan dalam penelitian ini yaitu terletak pada salah satu variabelnya yaitu meneliti tentang penurunan rendah diri siswa obesitas.
2. Siti Nur’aini (2017) menelitian tentang “Peningkatan Harga diri Melalui Konseling Realitas di SMPN 28 Bandar Lampung”. Tujuan

dari penelitian ini yaitu untuk melihat peningkatan harga diri siswa, Hasil dari penelitian ini yaitu sebelum mengikuti layanan konseling realitas adalah 49.000 dan setelah mengikuti layanan konseling realitas meningkat menjadi 78.000, hal ini berarti harga diri siswi SMP N Bandar Lampung meningkat setelah diberikan layanan konseling kelompok realitas. Persamaannya terletak pada salah satu variabel yang diteliti yaitu harga diri, dimana tujuan dari penelitian ini untuk meningkatkan harga diri juga sedangkan perbedaan terletak pada teknik yang digunakan, dimana teknik atau pendekatan yang dilakukan yaitu konseling realita.

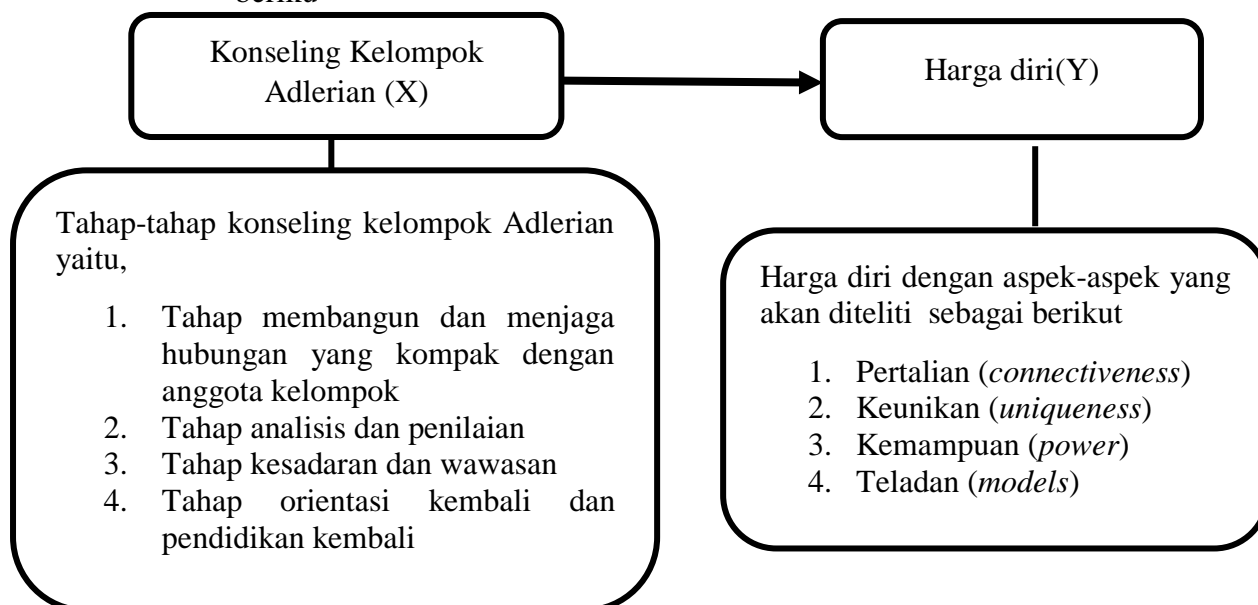
3. Nikmarijal (2012) penelitian tentang “Peningkatan Harga Diri Siswa dengan Layanan Informasi Bermuatan *Cinematherapy* di SMA N 1 Kerinci”. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk melihat peningkatan harga diri siswa setelah diberikan layanan informasi bermuatan *Cinematherapy*. Hasil penelitian terdapat peningkatan harga diri siswa pada pretest kelompok kontrol dengan rata-rata harga diri adalah 14,46 dan pada kelompok eksperimen rata-rata harga diri 14,73. Setelah dilakukan posttest maka pada kelompok kontrol rata-rata harga diri adalah 14,53 dan rata-rata harga diri kelompok eksperimen adalah 20,6. Persamaan penelitian terletak pada salah satu variabel yang diteliti yaitu variabel harga diri, sedangkan perbedaan dalam penelitian ini yaitu terletak pada desain penelitian dimana pada penelitian ini menggunakan Quasi Ekperimen menggunakan dua kelompok serta layanan yang digunakan menggunakan layanan informasi bermuatan *cinematherapy*.
4. Penelitian lain yang dilakukan Wick, K.Wick & Peterson (1997) *Improving Self Esteem with Adlerian Adventure Therapy*. Penelitian ini memiliki tujuan yang sama yaitu meningkatkan harga diri menggunakan pendekatan Adlerian, selain itu penelitian ini juga memanfaatkan kegiatan kelompok untuk meningkatkan harga diri anak. Perbedaan terletak pada penggabungan antara permainan

petualangan dengan teori Adlerian, penggabungan ini dimaksudkan agar anak-anak tidak merasa tertekan ketika sesi konseling karena sesi konseling dilakukan sembari bermain. Dari hasil penelitiannya *improving Adlerian adventure therapy* dapat meningkatkan *self esteem* pada anak-anak. 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.

#### E. Kerangka Berfikir

Penelitian ini dibangun berdasarkan kerangka konseptual sebagai

beriku



Berdasarkan kerangka konseptual di atas maka dapat dijelaskan bahwa variable X yaitu layanan konseling kelompok Adlerian mempunyai pengaruh terhadap harga diri yang meliputi pertalian, keunikan, kemampuan, teladan

## **F. Hipotesis**

Berdasarkan kajian teori dapat dirumuskan hipotesis penelitian sebagai berikut:

$H_0 : t_0 \leq t_t$  : Konseling kelompok pendekatan Adlerian tidak efektif dalam meningkatkan harga diri siswi di MAS-TI Candung

$H_a : t_0 > t_t$ : Konseling kelompok pendekatan Adlerian efektif dalam meningkatkan harga diri siswi di MAS-TI Candung

Apabila  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima maka konseling kelompok pendekatan Adlerian efektif dalam meningkatkan harga diri siswi di MAS-TI Candung

### BAB III METODE PENELITIAN

#### A. Jenis Penelitian

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. Rancangan dari penelitian ini digambarkan Suryabrata (2012, p.102) melalui rumus sebagai berikut:

**Tabel 3.1**  
**Desain Penelitian**

$O_1$	X	$O_2$
-------	---	-------

Keterangan:

$O_1$  : *Pretest*

X : *Treatmen*

$O_2$  : *Posttest*

Penelitian *the one group pre test-post test design* menurut Lufri (2007, p.68) memiliki beberapa prosedur yaitu:

1. Diberikan *Pretest*

Pemberian *pretest* ini bertujuan untuk menentukan sampel yang akan diberikan layanan berdasarkan hasil harga diri yang rendah siswi. *Pre test* dilaksanakan serentak kepada siswi kelas X.2 dan X.5

2. Diberikan Perlakuan

Perlakuan yang diberikan yaitu layanan konseling kelompok pendekatan Adlerian. Rancangan perlakuan yang akan diberikan 6 kali pertemuan dengan langkah-langkah.

- a. Melaksanakan workshop terkait dengan konsep konseling kelompok Adlerian

b. Melaksanakan konseling kelompok dengan 4 tahap sesuai dengan pendapat Corey(2012, p.173-177)

1) Membangun dan menjaga hubungan yang kompak dengan anggota kelompok

Tahap-tahap pelaksanaan kegiatannya yaitu

a) Menerima kehadiran anggota kelompok secara terbuka dan mengucapkan terimakasih

b) Berdoa

c) Menjelaskan tujuan dari kegiatan

d) Menjelaskan tata cara dan hal-hal yang harus diperhatikan selama kegiatan konseling berlangsung (kerahasiaan, saling menghormati antara anggota kelompok, saling berempati sesama anggota kelompok dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan)

e) Perkenalan singkat antara pemimpin kelompok dan anggota kelompok (apabila sudah saling kenal bisa diganti dengan permainan keakraban)

2) Tahap analisis dan penilaian

a) Meminta kesiapan anggota kelompok

b) Mempersilakan anggota kelompok mengemukakan masalahnya

c) Memilih salah satu masalah yang akan di bahas serta membahas masalah secara mendalam

d) Mengaktifkan kelompok (dalam hal ini pemimpin kelompok melebur dengan anggota kelompok)

e) Pemimpin dan anggota kelompok menganalisis gaya hidup yang mempengaruhi perilaku klien saat ini

f) Menilai apa yang sebenarnya menjadi pokok permasalahan klien

- 3) Kesadaran dan wawasan
  - a) Pemimpin kelompok bersama-sama anggota kelompok menafsirkan permasalahan klien
  - b) Menyimpulkan permasalahan dan bertanya kepada klien terkait penyimpulan kelompok
  - c) Menyadari klien terhadap perilaku yang keliru
- 4) Tahap orientasi dan pendidikan kembali
  - a) Menawarkan alternatif pemecahan masalah
  - b) Klien memutuskan apa yang akan diubah dari dirinya
  - c) Menyusun tugas apa yang akan dilakukan
  - d) Komitmen dengan tugas yang akan dilakukan
  - e) Refleksi
  - f) Penutup
  - g) Berdoa

### 3. Diberikan *Posttest*

*Posttest* diberikan setelah semua rancangan pelaksanaan kegiatan konseling kelompok pendekatan Adleriandilakukan. Tujuannya untuk mengetahui keadaan harga dirisiswi sesudah diberikan konseling kelompok pendekatan Adlerian

### 4. Bandingkan Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Setelah didapatkan hasil dari *posttest* selanjutnya yang dilakukan adalah membandingkan hasil *pretest* dan *posttest*. Berdasarkan hasil perbandingan *pretest* dan *posttest* dapat diketahui apakah ada peningkatan harga dirisiswi sebelum dan setelah dilaksanakan konseling kelompok pendekatan Adlerian.

Dengan demikian penelitian *the one group pre test-post test design* yaitu penelitian dengan menggunakan satu kelompok eksperimen dengan membandingkan hasil *pretest* dan *posttest*. Melalui penelitian *the one group pre test-post test design* dapat mengetahui apakah terjadi peningkatan harga diri sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok pendekatan Adlerian.

## B. Tempat Dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yang penulis lakukan yaitu di pondok pesantren MAS TI Candung pada semester genap tahun pelajaran Januari-Juli 2021

## C. Populasi Dan Sampel

Populasi dan sampel dari penelitian ini yaitu,

### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2007, p.119). Jadi dapat disimpulkan populasi merupakan keseluruhan dari obyek atau subyek yang akan diteliti dan mempunyai karakteristik tertentu.

Adapun populasi dalam penelitian ini yaitu siswikelas 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 3.2**  
**Populasi**

<b>NO</b>	<b>Kelas X</b>	<b>Jumlah</b>
1	X.2	27
2	X.5	30
<b>JUMLAH</b>		<b>57</b>

### 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Sampel harus betul-betul representatif (mewakili) dari populasi (Sugiyono, 2007, p.120). Yusuf (2016. p.150)

sebagian dari populasi yang terpilih dan mewakili populasi tersebut. Sebagian dan mewakili dalam batasan di atas merupakan dua kata kunci dan merujuk kepada semua ciri populasi dalam jumlah yang terbatas pada masing-masing karakteristiknya. Jadi dapat disimpulkan bahwa sampel adalah sebagian dari populasi, dalam pemilihan populasi harus mewakili dari sampel yang ada.

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.

#### **D. Definisi Operasional**

Harga diri adalah penilaian positif atau negatif seseorang terhadap dirinya. Hal ini dapat terlihat dari tingkah laku yang ditampilkan oleh individu tersebut meliputi mampu atau tidak mampu, berharga atau tidak berharga. Harga diri dalam penelitian ini terdiri dari beberapa aspek Pertalian (*connectiveness*), Keunikan (*uniqueness*), Kemampuan (*power*), serta Teladan (*models*).

Dalam penelitian ini konseling kelompok pendekatan Adlerian yang dimaksudkan adalah suatu proses konseling dengan menggunakan pendekatan dan teknik-teknik konseling Adlerian dengan 4 tahap yaitu Membangun dan Menjaga Hubungan yang Kompak dengan Anggota Kelompok, Tahap Analisis dan Penilaian, Kesadaran dan Wawasan, Tahap Orientasi dan Pendidikan Kembali.

#### **E. Pengembangan Instrumen**

Pengumpulan data sebaiknya dilakukan setelah berbagai langkah penelitian sebelumnya dirumuskan dengan baik. Untuk mendapatkan data

yang akan diteliti, terlebih dahulu peneliti harus menempuh langkah-langkah dalam penyusunan instrument. Untuk mendapatkan data yang akan diteliti terlebih dahulu peneliti harus menempuh langkah-langkah dalam penyusunan instrumen. Menurut Nurkencana (1993, p.219) langkah-langkahnya yaitu 1) Menetapkan jenis atau pola instrumen, 2) Menetapkan isi instrumen, 3) Menyusun kisi-kisi, 4) Menulis item-item, 5) Uji coba instrumen. Berdasarkan kutipan tersebut dapat dipahami bahwa terdapat lima langkah dalam menyusun instrumen yaitu,

1. Menetapkan jenis atau pola instrumen

Menetapkan instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah skala harga diri model Likert.

2. Menetapkan isi instrumen

Isi skala harus relevan dengan data yang hendak dikumpulkan dan dapat didasarkan pada satu teori atau mengombinasikan beberapa teori. Isi skala dalam penelitian ini yaitu tentang harga diri. Data yang akan penulis kumpulkan tentang harga diri siswi

3. Menyusun kisi-kisi.

Dalam menyusun kisi-kisi skala terdapat beberapa hal yang dicantumkan, hal-hal yang dimaksud yaitu:

- 1) Variabel atau aspek yang hendak diukur
- 2) Sub variabel atau perincian terhadap aspek yang hendak diukur
- 3) Indikator yaitu sesuatu yang dapat memberikan petunjuk atau keterangan dari sub variabel
- 4) Jumlah item yang akan digunakan untuk mengukur masing-masing indikator

Agar penulis mudah dalam menyusun instrument penelitian maka terlebih dahulu penulis harus merancang instrument dengan istilah kisi-kisi. Arikunto (2009, p.205) menjelaskan “kisi-kisi bermanfaat sebagai gambaran yang jelas, lengkap dan mempermudah penulis untuk mengembangkan instrumen karena kisi-kisi ini berfungsi sebagai pedoman dalam penulisan butir”. Berikut tabel kisi-kisi instrument penelitian;

**Tabel 3.3**  
**Kisi-Kisi Instrumen Harga Diri**

Variabel	Sub variable	Indikator	Bentuk Pernyataan		Jumlah
			Positif	Negatif	
Harga Diri	Pertalian ( <i>connectiveness</i> )	menjadi bagian dari kelompok	1,2,	3,4	4
		memiliki hubungan dengan tubuhnya sendiri	5,6	7,8	4
	Keunikan ( <i>uniqueness</i> )	menghargai kemampuan diri,	9,10	11,12	4
		menyenangi keunikam dirinya,	13,14	15,16	4
	kemampuan ( <i>power</i> )	merasa punya wewenang atas hal-hal penting dalam dirinya,	19,18	17,20	4
		bertanggung jawab	21,22	23,24	4
	teladan ( <i>models</i> )	memiliki norma-norma dan keyakinan sebagai petunjuk fungsional bagi dirinya	25,26	27,28	4
		mengambil pelajaran dari pengalaman masa lalu untuk menghadapi pengalaman baru	29,30	31,32	4

**Sumber** Clemes, H & Bean, R. (1990)

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

siswitersebut. 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.

### **1. Validitas**

Validitas adalah derajat ketepatan instrumen penelitian dengan variabel yang diungkap. Validitas ini memperlihatkan bahwa sesuatu diungkap dengan menggunakan alat pengungkapnya. Seperti yang dijelaskan oleh Sugiyono (2011, 168) “Uji validitas adalah ketepatan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada objek melalui koefisien yang diteliti”. Terdapat tiga jenis validitas dalam sebuah penelitian yaitu,

#### **a. Validitas isi**

Validitas isi ditegakkan pada langkah telaah dan revisi butir pernyataan/pertanyaan berdasarkan pendapat profesional (*profesional judgment*) para penelaah. Pelaksanaan validitas ini penulis meminta kesediaan para doktor yang berkompeten dalam bidang bimbingan dan konseling dalam hal ini penulis melakukan validitas isi dengan pembimbing dua yaitu ibu Dr. Silvianetri, M.Pd.,Kons dan pembimbing satu bapak Dr Masril M.Pd.Kons

#### **b. Validitas Konstruksi**

Validitas konstruksi merupakan derajat yang menunjukkan suatu tes mengukur sebuah konstruk sementara. Untuk menguji validitas konstruksi dapat digunakan pendapat dari ahli. Jadi, setelah dikonstruksi tentang aspek-aspek yang akan diukur dengan berlandaskan teori tertentu, maka selanjutnya dikonsultasikan dengan ahli Bimbingan Konseling.

Dalam penelitian ini peneliti melakukan validitas dengan dua orang Doktor yang ahli pada bidang Bimbingan dan Konseling, yaitu bapak Dr. Irman S.Ag, M.Pd dan Dr. Dasril, S.Ag.,M.Pd

c. Validitas Item

Penyusunan skala, dimulai dengan menyusun item yang tidak memperlihatkan kualitas yang baik atau tidak valid. Item yang tidak valid harus disingkirkan atau direvisi terlebih dahulu sebelum dapat dijadikan bagian dari skala (Sugiyono, 2011, p.136).

Berdasarkan kutipan di atas dapat dipahami untuk mendapatkan konsistensi item total maka digunakan statistik yang memperlihatkan kesesuaian skor masing-masing item berkorelasi /signifikan dengan skor total masing-masing sub variabel.

Menurut Widoyoko (2012, p.145-146) suatu butir instrument dikatakan valid apabila memiliki sumbangan yang besar terhadap skor total. Dengan kata lain dikatakan mempunyai validitas yang tinggi jika skor pada butir mempunyai kesejajaran dengan skor total. Kesejajaran dapat diartikan dengan korelasi, sehingga untuk menguji atau mengetahui validitas butir digunakan rumus korelasi *product moment* dengan angka kasar.

Adapun rumus *product moment* dengan angka kasar adalah:

$$r = \frac{n \sum XY - (\sum X) (\sum Y)}{\sqrt{(n \sum X^2 - (\sum X)^2)(n \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan:

$r$  = Koefisien korelasi

$X$  = Jumlah skor dalam sebaran  $x$

$\sum Y$  = Jumlah skor dalam sebaran  $y$

$\sum XY$  = Jumlah hasil kali skor  $x$  dengan skor  $y$  yang berpasangan

$\sum X^2$  = Jumlah skor yang dikuadratkan dalam sebaran  $x$

$\sum Y^2$  = Jumlah skor yang dikuadratkan dalam sebaran  $y$

$n$  = banyaknya subjek skor  $x$  dan skor  $y$  yang berpasangan

Penegakan validitas item melalui analisis faktor makin banyak digunakan oleh peneliti, terutama karena mudahnya

penggunaan jasa komputer. Banyak program komputer yang telah tersedia untuk melakukan analisis faktor ini dan untuk penelitian sosial program yang populer adalah *Software SPSS* 25 dengan jumlah siswi yang digunakan 50 orang. Berikut data hasil uji validitas item.

**Table 3.4**  
**Hasil Uji Validitas**

	r Tabel	Corrected Item-Total Correlation / r Hitung	Keterangan
SOAL1	.273	.345	Valid
SOAL2	.273	.431	Valid
SOAL3	.273	.296	Valid
SOAL4	.273	.437	Valid
SOAL5	.273	.380	Valid
SOAL6	.273	.323	Valid
SOAL7	.273	.616	Valid
SOAL8	.273	.332	Valid
SOAL9	.273	.572	Valid
SOAL10	.273	.530	Valid
SOAL11	.273	.541	Valid
SOAL12	.273	.311	Valid
SOAL13	.273	.320	Valid
SOAL14	.273	.333	Valid
SOAL15	.273	.322	Valid
SOAL16	.273	.494	Valid
SOAL17	.273	.657	Valid
SOAL18	.273	.379	Valid
SOAL19	.273	.389	Valid
SOAL20	.273	.318	Valid
SOAL21	.273	.333	Valid
SOAL22	.273	.435	Valid
SOAL23	.273	.400	Valid
SOAL24	.273	.445	Valid
SOAL25	.273	.306	Valid
SOAL26	.273	.383	Valid
SOAL27	.273	.285	Valid
SOAL28	.273	.477	Valid
SOAL29	.273	.524	Valid
SOAL30	.273	.318	Valid
SOAL31	.273	.280	Valid
SOAL32	.273	.323	Valid

Berdasarkan table 3.4 hasil pengolahan data pada nilai r hitung seluruh item pertanyaan lebih besar dari r tabel 0,273 maka dapat disimpulkan bahwa seluruh item pertanyaan pada variabel penelitian ini dinyatakan valid.

## 2. Reliabilitas

Setelah dilakukan uji Validitas maka dilakukan uji reliabilitas untuk melihat apakah angket yang digunakan layak dan dapat dipercaya untuk mengukur kemampuan harga diri siswi kelas XMAS TI Candung. Sedangkan reliabilitas sering diartikan dengan keterandalan, artinya suatu tes memiliki keterandalan apabila tes tersebut dipakai mengukur berulang-ulang hasilnya sama.

Reliabilitas merupakan konsistensi skor suatu instrumen penelitian (Yusuf, 2016, p.234). Uji realibilitas instrumen dengan menggunakan teknik *Alfa Cronbach* dengan menggunakan SPSS Versi 25.00. Uji Reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan metode *Cronbach's Alpha*,

**Tabel 3.5**  
**Uji Reliabilitas**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.868	32

Sebagai tolak ukur, digunakan klasifikasi rentang koefisien dari Sugiyono (2007, p.172) yaitu:

- 0,00 – 0,19 Derajat keterandalan sangat rendah.
- 0,20 – 0,39 Derajat keterandalan rendah.
- 0,40 – 0,59 Derajat keterandalan cukup.
- 0,60 – 0,79 Derajat keterandalan tinggi.
- 0,80 – 1,00 Derajat keterandalan sangat tinggi.

Berdasarkan tabel 3.5 dan dari klasifikasi rentang koefisien hasil ukur yang berada 0.868 dapat dipahami bahwa skala harga diri berada pada kategori sangat tinggi, artinya instrumen yang digunakan sudah baik dan dapat dipercaya sebagai alat pengumpulan data.

#### **F. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data pada penelitian terdapat beberapa cara yang bisa digunakan untuk mengumpulkan data. Pada penelitian ini, instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah pernyataan dalam bentuk skala. Penilaian skor untuk harga diri diukur dengan menggunakan skala Likert. Desmita (2006, p.113) menjelaskan bahwa Skala Likert merupakan suatu skala psikologis (sikap) yang pertama kali dikembangkan oleh Rensis Likert tahun 1932, skala Likert atau biasa juga disebut dengan *summated-rating scale*, merupakan skala pengukuran atribut-atribut psikologi yang paling luas digunakan dalam penelitian dewasa ini.

Dalam penelitian ini, pengukuran dilakukan terhadap peningkatan harga diri siswi yang terjadi sebelum dan sesudah intervensi dengan pelaksanaan konseling kelompok pendekatan Adlerian. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan skala Likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap individu dalam dimensi yang sama dan individu menempatkan dirinya ke arah satu kontinuitas dari butir soal (Yusuf, 2016, p.149).

Skala yang digunakan berisi pernyataan mengenai harga diri, responden akan diminta untuk mengisi setiap pernyataan dengan memberikan tanda ceklis (√) pada kolom yang sesuai. Respons subjek tidak diklasifikasikan benar-salah, semua jawaban dapat diterima sesuai jawaban jujur dan sungguh-sungguh. Jawaban setiap item instrumen mempunyai bentuk positif dan negatif, jawaban dari skala Likert ini memiliki alternatif jawaban berupa Selalu (SL), Sering (SR), Kadang-

kadang (KD), Jarang (JR), dan Tidak pernah (TP) dalam bentuk item positif, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel. 3.6**  
**Skor Jawaban Skala Likert**

No	Alternatif Jawaban	Pernyataan positif	Pernyataan Negatif
1.	Selalu (SL)	5	1
2.	Sering (SR)	4	2
3.	Kadang- Kadang (KD)	3	3
4.	Jarang (JR)	2	4
5.	Tidak pernah (TP)	1	5

## G. Teknik Analisis Data

### 1. Teknik Pengolahan Data

Menurut Arikunto (2006, p.309) “teknik analisis data merupakan suatu cara yang digunakan untuk mengolah data hasil penelitian guna memperoleh suatu kesimpulan”. Data yang terkumpul akan dianalisa menggunakan uji t (t-test). Pada pengujian ini t-test digunakan untuk menguji perbedaan kedua nilai tersebut secara signifikan. Proses pengolahan data selanjutnya dengan melakukan pengklasifikasian jawaban berdasarkan kategori harga diri. Menurut Sudjana (1996, p.47) “dalam menentukan rentang skor yaitu skor terbesar dikurang skor terkecil”.

Rentangan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu rentang dari skor 1-5 dengan alternatif jawaban selalu, sering, kadang-kadang, jarang dan tidak pernah. Jumlah item skala harga diri sebanyak 32 item, sehingga interval kriteria tersebut dapat ditentukan sebagai berikut:

$$J_i = (t - r) / JK$$

Keterangan:

t : skor tertinggi ideal dalam skala

r : skor terendah idela dalam skala

JK : jumlah kelas interval.

Berdasarkan rumus tersebut maka interval kriteria dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut,

Skor tertinggi :  $5 \times 32 = 160$

Skor terendah:  $1 \times 32 = 32$

Rentang :  $160 - 32 = 128$

Banyak kriteria adalah 5 tingkat

Panjang kelas interval:  $128 : 5 = 25,6$  dibulatkan menjadi 26.

**Tabel 3.7**  
**Klasifikasi Skor Harga Diri**

No	Rentang Skor	Klasifikasi
1	136 – 160	Sangat Tinggi
2	110 – 135	Tinggi
3	84 – 109	Sedang
4	58 – 83	Rendah
5	32 – 57	Sangat Rendah

## 2. Teknik Analisis Data

Analisis data yang diterapkan adalah analisis inferensial yang mana ingin menaksir atau memprediksi apakah X memengaruhi atau berkontribusi terhadap Y. Tujuan utama dari analisis data adalah untuk meringkas data dalam bentuk yang mudah dipahami dan mudah ditafsirkan sehingga hubungan antar masalah penelitian dapat dipelajari dan diuji. Sugiono (2011, 221) menjelaskan analisis data merupakan suatu proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dengan cara mengorganisasikan data kedalam kategori, menjabarkan ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih mana yang penting dan yang akan dipelajari dan

membuat kesimpulan sehingga mudah dipahami oleh diri sendiri dan orang lain.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa analisis data merupakan sebuah proses untuk menentukan hasil dari penelitian, dengan melihat dari berbagai aspek dan kategori penilaian sehingga didapatkan hasil yang maksimal. Dengan demikian hasil analisis adalah apakah hipotesis penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya dapat digeneralisasikan atau tidak. Jika hipotesis ( $H_a$ ) diterima, berarti hasil penelitian dapat digeneralisasikan.

Adapun langkah-langkah analisis data adalah sebagai berikut:

a. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif bertujuan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku umum. Analisis deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan dan menjabarkan data sampel. Langkah-langkah dalam melakukan analisis deskriptif adalah sebagai berikut:

- 1) Mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden,
- 2) Mentabulasi data berdasarkan variabel dan jenis responden,
- 3) Menyajikan data dari variabel yang diteliti,
- 4) Melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah dan
- 5) Melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan

b. Analisis Statistik

Analisis statistik bertujuan untuk menguji hipotesis statistik apakah hipotesis yang hanya diuji dengan data sampel dapat diberlakukan untuk populasi atau tidak. Pengujian ini untuk mencari signifikansi, maksudnya hipotesis penelitian yang telah terbukti pada sampel itu dapat diberlakukan untuk populasi.

- 1) Uji Normalitas

Uji normalitas data adalah uji prasyarat tentang kelayakan data untuk dianalisis dengan menggunakan statistik parametrik atau non parametrik. Melalui uji ini sebuah data hasil penelitian dapat diketahui bentuk distribusi data tersebut, yaitu berdistribusi normal atau tidak normal. Statistik parametrik dapat digunakan sebuah data lolos uji normalitas dan ini berdistribusi normal, dalam hal ini peneliti menggunakan aplikasi IBM SPSS 25.0 Statistics For Windows dengan Uji Sampiro-Wilk, apabila nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka data berdistribusi normal, tetapi apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05 maka data tidak berdistribusi normal.

## 2) Uji homogenitas

Uji homogenitas data adalah uji persyaratan analisis tentang kelayakan data untuk dianalisis dengan menggunakan uji statistik tertentu. Uji ini berkaitan dengan penggunaan uji statistik parametrik, seperti uji komparatif (penggunaan Anova) dan uji independen sampel t-test dan sebagainya. Peneliti menggunakan aplikasi *IBM SPSS 25.0 Statistics For Windows* dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji homogenitas jika nilai signifikansi  $< 0,05$  maka varian dari dua atau lebih kelompok populasi data tidak sama, jika nilai signifikansi  $> 0,05$  maka varian dari dua atau lebih kelompok populasi data adalah sama.

## 3) Analisis Komparasi dengan uji-t

Analisis statistik yang digunakan yaitu dengan uji - t (*t - test*). Rumus untuk mencari “t” (*Paired t test*) dengan langkah-langkah analisis data eksperimen model *pretest-posttest desain* adalah (Sudijono, 2005, p.307)

a) Mencari *Mean Pretest (X)*

b) Mencari *Mean Posttest (Y)*

c) Menghitung selisih rerata dengan uji-t yang rumusnya adalah sebagai berikut:

Rumus :

$$t = \frac{\bar{D}}{s_{\bar{D}}}$$

Keterangan:

$\bar{D}$  : Deviasi (Pretest dan Posttest)

$S_{\bar{D}}$  : Standar Deviasi (pretest dan posttest).

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.

#### 4) Uji Pengaruh Dengan N-gain

Untuk mendapatkan nilai gain yang ternormalisasi, hitung peningkatan antara tes awal dan tes akhir, setelah nilai tes awal dan akhir kelas eksperimen di hitung. Untuk menguji efektifitas model harga diri dengan rumus edektifitas N-Gain, Hake (dalam Sundayana: 2014, p.151) adalah

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

Klasifikasi normalisasi *gain* adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.8**  
**Kalsifikasi dan Kriteria N-gain**

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

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. DESKRIPSI DATA

#### 1. Deskripsi Data Hasil *Pretest*

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Penelitian eksperimen dilakukan untuk melihat pengaruh suatu variabel terhadap variabel yang lain dengan menggunakan metode *eksperiment*, jenis *Pre-Eksperiment Designs* dengan tipe *one group pretest-posttest design*. Penelitian ini dilakukan terhadap tujuh orang siswi yang merupakan sampel penelitian. Pengambilan tujuh siswi tersebut menjadi sampel penelitian didasari dari studi pendahuluan yang dilakukan.

Berdasarkan tingkat harga diri siswi, diambil tujuh orang siswi yang termasuk kategori rendah. Penelitian yang penulis lakukan berkaitan dengan harga diri siswi. Penulis menyajikan hasil penelitian yang mengungkap tentang efektifitas konseling kelompok pendekatan Adlerian untuk meningkatkan harga diri siswi di MAS-TI Candung, hal yang dilakukan pertama kali adalah memberi *pretest* kepada kelompok sampel.

Data hasil pengolahan skala tentang harga diri pada saat *pretest* yang dilakukan pada siswi MAS-TI Candung dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel. 4.1**  
**Hasil Pengolahan Data *Pretest* Harga diri Siswa**

No	Responden	Skor	Kategori
1	SHA	81	RENDAH
2	KH	83	RENDAH
3	GS	76	RENDAH
4	SHI	82	RENDAH
5	WY	77	RENDAH
6	YF	80	RENDAH
7	UA	81	RENDAH
n=7	$\sum$ Jumlah	560	
	Rata-rata	80	

Berdasarkan table 4.1 harga diri semua sampel berada pada kategori rendah dengan skor yang berbeda-beda, skor SHA yaitu 81, skor KH 83, skor GS 76, skor SHI 82, skor WY 77, skor YF 80 dan skor UA 81. Jika dilihat secara keseluruhan jumlah skor 560 dengan rata-rata skor 80. Selanjutnya untuk lebih rinci dapat dijelaskan klasifikasi harga diri sebagaimana terdapat pada tabel berikut ini:

**Tabel. 4.2**  
**Hasil klasifikasi data *Pretest***

No	Interval	Kategori	f	Persentase
1	136 – 160	Sangat tinggi		
2	110 – 135	Tinggi		
3	84 – 109	Sedang		
4	58 – 83	Rendah	7	100%
5	32 – 57	Sangat rendah		
<b>Jumlah</b>			<b>7</b>	

Berdasarkan tabel 4.2 klasifikasi harga diri di atas dapat dijelaskan dari hasil *pretest* secara keseluruhan dari tujuh orang siswa yang mengisi angket harga diri keseluruhannya berada pada kategori rendah. Adapun jika dilihat dari masing-masing aspek harga diri siswa sebagai terdapat pada table berikut

**Tabel 4.3**  
**Data Aspek-Aspek Harga Diri (*Pretest*)**

No	Inisial	HARGA DIRI								Rata-rata	Kategori
		Pertalian		Keunikan		Kemampuan		Keteladanan			
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	Skor	Kategori	Skor	Kategori		
1	SHA	19	R	16	R	26	T	20	SD	20	SD
2	KH	21	SD	22	SD	21	SD	19	R	21	SD
3	GS	20	SD	18	R	19	R	19	R	19	R
4	SHI	19	R	18	R	21	SD	24	SD	21	SD
5	WY	17	R	17	R	22	SD	21	SD	19	R
6	YF	17	R	21	SD	23	SD	19	R	20	SD
7	UA	18	R	19	R	20	SD	24	SD	20	SD
Rata-rata		19	R	19	R	22	SD	21	SD	20	SD

Keterangan,

8-13 = Sangat Rendah (SR)      26-31 = Tinggi (T)  
14-19 = Rendah (R)      32-40 = Sangat Tinggi (ST)  
20-25 = Sedang(SD)

Berdasarkan Tabel 4.3 di atas dapat dilihat gambaran harga diri siswi per-aspeknya, yang dimana harga diri siswa berada pada kategori yang berbeda-beda, secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa rata-rata skor SHA 20 dengan kategori sedang, sedangkan KH mendapatkan rata-rata skor 21 dengan kategori sedang, GS mendapatkan skor 19 dengan kategori rendah, SHI mendapatkan skor 21 dengan kategori sedang, WY dengan skor 19 dengan kategori rendah, YF dengan skor 20 dengan kategori sedang, serta UA dengan skor 20 dengan kategori sedang. Berdasarkan hal ini dapat disimpulkan bahwa keempat aspek harga diri memiliki rata-rata 20 dengan kategori sedang. Jadi dapat disimpulkan bahwa harga diri siswi di tinjau dari aspek-aspek harga diri tergolong sedang.

## 2. Deskripsi Data Hasil *Posttes*

Berdasarkan hasil angket untuk *posttest* yang diberikan kepada tujuh orang siswiMAS-TI Candung sebagai subjek penelitian didapatkan skor dan kategori secara keseluruhan mengenai harga diri dapat dilihat pada tabel dibawah ini

**Tabel. 4.4**  
**Hasil Pengolahan Data *Posttest***

No	Responden	Skor	Kategori Harga Diri
1	SHA	116	TINGGI
2	KH	103	SEDANG
3	GS	100	SEDANG
4	SHI	120	TINGGI
5	WY	95	RENDAH
6	YF	96	SEDANG

7	UA	103	SEDANG
$n = 7$	$\sum$ Jumlah	733	
	Rata-rata	105	

Berdasarkan data pada tabel 4.4 di atas tentang harga diri di dapatkan hasil bahwa tingkat harga diri siswi setelah dilakukan *posttest* berbeda-beda SHA berada pada kategori sedang dengan skor 116, KH berada pada kategori sedang dengan skor 103, GS berada pada kategori sedang dengan skor 100, SHI berada pada kategori tinggi dengan skor 120, WY berada pada kategori sedang dengan skor 95, YF berada pada kategori sedang dengan skor 96 dan terakhir UA berada pada kategori sedang dengan skor 103. Sejalan keseluruhan nilai berada pada kategori sedang dengan skor 105 jadi harga diri kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan berada pada kategori sedang dengan skor 105. Selanjutnya untuk lebih rinci dapat dijelaskan klasifikasi harga diri sebagaimana terdapat pada tabel berikut ini:

**Tabel. 4.5**  
**Hasil Klasifikasi Data *Posttest***

No	Interval	Kategori	f	Persentase
1	136 – 160	Sangat tinggi		
2	110 – 135	Tinggi	2	28,5%
3	84 – 109	Sedang	5	71,5%
4	58 – 83	Rendah		
5	32 – 57	Sangat rendah		
<b>Jumlah</b>			<b>7</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.5 klasifikasi harga diri di atas dapat dijelaskan dari hasil *posttest* dari tujuh orang siswi yang mengisi skala harga diri terdapat dua orang siswi berada pada kategori tinggi dengan persentase 28,5% dan 5 orang siswi berada pada kategori

sedangdengan presentase 71,5. Artinya, dari data tersebut kondisi responden masing-masing kategori beragam ada yang tinggi dan sedang. Adapun jika dilihat dari masing-masing aspek harga diri siswi sebagai terdapat pada table berikut

**Tabel 4.6**  
**Data Aspek-Aspek Harga Diri (*Posttest*)**

No	Inisial	HARGA DIRI								Rata-rata	Kategori
		Pertalian		Keunikan		Kemampuan		Keteladanan			
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	Skor	Kategori	Skor	Kategori		
1	SHA	32	ST	28	T	28	T	28	T	29	T
2	KH	27	T	26	T	25	SD	25	SD	26	T
3	GS	25	SD	24	SD	26	T	25	SD	25	SD
4	SHI	30	T	29	T	30	T	31	T	30	T
5	WY	23	SD	23	SD	25	SD	24	SD	24	SD
6	YF	22	SD	25	SD	25	SD	24	SD	24	SD
7	UA	23	SD	23	SD	26	T	31	T	26	T
Rata-rata		26	T	25	SD	26	T	27	T	26	T

Keterangan,

8-13 = Sangat Rendah (SR)      26-31 = Tinggi (T)  
 14-19 = Rendah (R)              32-40 = Sangat Tinggi (ST)  
 20-25 = Sedang(SD)

Berdasarkan table 4.6 di atas dapat dijelaskan bahwa dari empat aspek harga diri secara keseluruhan atau rata-rata dapat disimpulkan bahwa SHA dengan rata-rata skor 29 berada pada kategori tinggi, KH dengan rata-rata skor 26 berada pada kategori tinggi, GS dengan rata-rata skor 25 berada pada kategori sedang, SHI dengan rata-rata 30 berada pada kategori tinggi, WY dengan rata-rata 24 berada pada kategori sedang, YF dengan skor 24 berada pada kategori sedang dan yang terakhir UA berada pada kategori tinggi dengan rata-rata skor 26. Jadi secara keseluruhan rata-rata skor siswi di empat aspek harga diri berada pada kategori tinggi dengan rata-rata 26.

### 3. Perbandingan Data Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Pada bagian ini dijelaskan perbandingan hasil *pretest* dan *posttest* terhadap kelompok, data disajikan sebagai berikut:

**Tabel. 4.7**  
**Perbandingan antara *Pretest* dengan *Posttest***

No	Kode Siswa	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>		Peningkatan Skor
		Skor	Kategori	Skor	Kategori	
1.	SHA	81	RENDAH	116	TINGGI	Naik 35
2.	KH	83	RENDAH	103	SEDANG	Naik 20
3.	GS	76	RENDAH	100	SEDANG	Naik 24
4.	SHI	82	RENDAH	120	TINGGI	Naik 38
5.	WY	77	RENDAH	95	RENDAH	Naik 18
6.	YF	80	RENDAH	96	SEDANG	Naik 16
7.	UA	81	RENDAH	103	SEDANG	Naik 22
Jumlah		560		<b>733</b>		<b>173</b>
Rata-rata		80		<b>105</b>		<b>25</b>

Berdasarkan data pada tabel 4.7 di atas dapat dijelaskan perbandingan poin *pretest* dan *posttest*, poin *pretest* sebanyak 560 dengan rata-rata 80 poin berada pada kategori sedang. Setelah dilakukan *treatment* terjadi perubahan poin *posttest* menjadi 733 dengan rata-rata 105 berada pada kategori sedang. Hal ini dapat disimpulkan bahwa perbedaan poin sebanyak 173 dengan rata-rata 25. Artinya konseling kelompok pendekatan Adlerian efektif untuk meningkatkan harga diri siswa di MAS-TI Candung. Selanjutnya untuk lebih rinci dapat dijelaskan klasifikasi perbandingan *pretest* dan *posttest* harga diri sebagaimana terdapat pada tabel berikut ini:

**Tabel. 4.8**  
**Hasil Klasifikasi Perbandingan**  
***Pretest* dan *Posttest***

No.	Skor	Kategori	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
			f	%	f	%
1	136 – 160	Sangat tinggi				
2	110 – 135	Tinggi			2	28,5
3	84 – 109	Sedang			5	71,5
4	58 – 83	Rendah	7	100		
5	32 – 57	Sangat rendah				
<b>Jumlah</b>			<b>7</b>	<b>100%</b>	<b>7</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan table 4.8 hasil *pretest* dan *posttest* secara keseluruhan pada tabel diatas dapat dijelaskan bahwa pada hasil *pretest* terdapat 7 orang siswi beradapada kategori rendah dengan persentase 100%. Pada hasil *posttest* terdapat 2 orang siswi berada pada kategori tinggi dengan persentase 28,5% dan 5 orang siswi beradapada kategorisedang dengan persentase 71.5 %. Artinya, dari data tersebut kondisi responden masing-masing kategori beragam ada yang tinggi dan sedang. Selanjutnya untuk melihat perbandingan hasil *pretest* dan *posttest* harga diri per aspek-aspeknya adalah sebagai berikut.

**Tabel. 4.9**  
**Perbandingan antara *Pretest* dengan *Posttest***  
**Ditinjau dari Aspek-Aspek Harga Diri**

No	Kode Siswa	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		Skor	Kategori	Skor	Kategori
1.	SHA	20	SD	29	T
2.	KH	21	SD	26	T
3.	GS	19	R	25	SD
4.	SHI	21	SD	30	T
5.	WY	19	R	24	SD
6.	YF	20	SD	24	SD
7.	UA	20	SD	26	T
Rata-rata		20	SD	26	T

Keterangan,

8-13 = Sangat Rendah (SR)                      26-31 = Tinggi (T)  
 14-19 = Rendah (R)                              32-40 = Sangat Tinggi (ST)  
 20-25 = Sedang (SD)

Berdasarkan table 4.9 ini dapat dijelaskan bahwa terdapat perbedaan antara skor *pretest* dan *posttest* siswi, seperti SHA yang pada skor *pretest* berada pada kategori sedang dengan skor 20 mengalami peningkatan skor menjadi 29 dan berada pada kategori tinggi, begitu juga dengan KH yang

skor *pretest* 21 sedang meningkat menjadi 26 pada skor *posttest* dengan kategori tinggi, GS pada skor *pretest* berada pada kategori rendah dengan skor 19 meningkat dengan skor 25 dengan kategori sedang pada saat *posttest*, SHI skor nilai *pretest* 21 dengan kategori sedang meningkat pada saat *posttest* menjadi 30 dengan kategori tinggi, WY pada saat *pretest* berada pada kategori rendah dengan skor 19 setelah dilakukan *posttest* memiliki peningkatan skor menjadi 24 dengan kategori sedang, YF pada saat *pretest* mendapatkan skor 20 dengan kategori sedang dan hasil *posttest* menunjukkan kenaikan skor 4 poin menjadi 24 akan tetapi tidak terjadi kenaikan kategori, yang berarti YF berada pada kategori sedang, UA pada saat *pretest* berada pada kategori sedang dengan skor 20 meningkat pada saat *posttest* menjadi kategori tinggi dengan skor 26. Untuk rata-rata dari keseluruhan aspek juga mengalami peningkatan yang awalnya pada saat *pretest* mendapatkan skor 20 dengan kategori sedang menjadi meningkat dengan skor 26 dengan kategori tinggi pada saat *posttest*. Jadi secara keseluruhan dapat dilihat terjadi peningkatan harga diri siswi di MAS TI Candung setelah diberikan layanan konseling kelompok pendekatan Adlerian

## **B. 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 4.10**  
**UJI NORMALITAS**

<b>Tests of Normality</b>							
Kriteria		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest	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 4.7 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-test* 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 4.11**  
**Hasil Uji Homogenitas**

**Test of Homogeneity of Variances**

Pretestposttes			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
7.818	1	12	.076

Pada table 4.8 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.

### C. 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 4.12**

#### 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 4.12 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. 4.13**  
**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 4.14**  
**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 4.14 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 peningkatan sebesar 0,28. Siswa dengan inisial SHI memperoleh peningkatan 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

#### **D. PEMBAHASAN**

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 dirimempunyai 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, perharga, 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 selan (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 ketidak mampuaannya 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 selisi 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.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

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

#### **B. Implikasi**

Implikasi dalam penelitian ini yaitu pelaksanaan konseling kelompok pendekatan Adlerian dapat digunakan oleh konselor sekolah sebagai salah satu teknik untuk peningkatan harga 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.

#### **C. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang efektifitas konseling kelompok pendekatan Adlerian untuk meningkatkan harga diri siswi di MAS TI Candung, maka peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi konselor sekolah diMAS TI Candung untuk dapat melaksanakan konseling kelompok pendekatan Adlerian sebagai salah satu teknik untuk meningkatkan harga dirisiswi.
2. Bagi para siswa/i, diharapkan agar dapat memiliki meningkatkan harga diridan senantiasa berpartisipasi aktif dalam mengikuti layanan

konselingkelompok serta layanan lainnya sebagai wadah untuk mengembangkan kemampuan dan pemahaman.

3. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan hasil penelitian ini dapat dilakukan lebih luas lagi mengenai aspek-aspek yang belum terungkap dalam penelitian serta pendekatan-pendekatan lain yang bisa digunakan. Seperti peningkatan harga diri bisa menggunakan SFBC atau CBT, untuk konseling kelompok Adlerian bisa untuk meningkatkan rasa rendah diri siswa dan hubungan interpersonal siswa

## KEPUSTAKAAN

- 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, PJ. (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
- Creswell, J. (2015). *Riset Pendidikan Perencanaan, Pelaksanaan dan Evaluasi Riset Kualitatif dan Kuantitatif*. (alih bahasa Elly Prajitno Soetjipto & Sri Mulyani Soetjipto). Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Darminto, E. (2007). *Teori-Teori Konseling*. Unesa University Press: Surabaya

- Desmita. (2006). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Ghufron, M.N & Risnawati, R. (2010). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gibson, LR. & Mitchel, HM. (2011). *Bimbingan dan Konseling*. (Alih bahasa Yudi Santoso, dkk). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Goble, F.G. (1987). *Psikologi Humanistik Abraham Maslow*. (Alihbahasa: A. Supratiknya). Yogyakarta: Kansinius.
- Hamdi, M. (2016). *Teori Kepribadian Sebuah Pengantar*. Bandung: Alfabeta
- Hartinah, S. (2009). *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*. Bandung: Refika Aditama.
- Hurlock, BE. (1996). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. (Alih bahasa Istiwidayanti dan Soedjarwo). Jakarta: Erlangga.
- Imam, J. (2016). *Tafsir Jalalain*. Bandung: Sinarbaru Algensido
- Jasmadi, dkk. 2016. Hubungan Harga Diri Dengan Perilaku Konsumtif Remaja di Banda Aceh. *Jurnal Psikoislamedia Volume 1, Nomor 2*. Retrieved from <https://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/Psikoislam/article/view/919>.
- Kurnanto, Edi. (2013). *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfa Beta
- Lufri. (2007). *Kiat Memahami dan Melakukan Penelitian*. Padang: UNP Press.
- Marjohan. (1997). "An Investigation of Factor that Influence Decision Making and Their Relationship to Self-Esteem and Locus of Control Among Minangkabau Students". *Disertasi* tidak diterbitkan. Australia: University of Tasmania.
- Maslow, A. (1987). *Motivation and Personality*. New York : Harper Inc.
- Mruk, C. J. (2006). *Self-Esteem Research, Theory, and Practice. Toward a Positive Psychology of Self-Esteem*. New York: Springer Publishing Company
- Munandar, U. (2002). *Kreativitas dan Keberbakatan Strategi Mewujudkan Potensi Kreatif dan Bakat*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.

- Myers, DG. (2012). *Psikologi Sosial Edisi Kesepuluh*. (Alih bahasa Aliya Tusyani). Jakarta: Salemba Humanika.
- Nikmarijal. (2012). Peningkatan *Self-Esteem* Siswi dengan Layanan Informasi Bermuatan *Cinematherapy* di SMA N 1 Kerinci. *Tesis* (tidak diterbitkan). Universitas Negeri Padang
- Novirson, R. (2019). Efektifitas Konseling Kelompok Adlerian untuk Meningkatkan harga diri remaja panti asuhan. *Tesis* (tidak diterbitkan). Universitas Negeri Padang
- 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.
- Q.S Ali Imran Ayat 139
- Q.S Al-Mujadillah ayat 11
- 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
- Rusandi, M.A. (2014).Efektifitas Konseling Singkat Berfokus Solusi (Solution Focused Brief Therapy) Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling Fkip Unlam Banjarmasin. *Al 'UlumVol.62 No.4 Oktober 2014*. Retrieved from <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/ULUM/article/view/119/111>
- Santrock, JW. (2007). *Remaja Edisi Kesebelas Jilid 1*. (Alih bahasa Benedictine Widyasinta). Jakarta: Erlangga.
- Santrock, JW. 2007. *Perkembangan Anak Edisi Kesebelas Jilid 2*. (Alih bahasa Mila Rachmawati dan Anna Kuswanti). Jakarta: Erlangga.

- Santrock, WJ. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. (Alih bahasa Shinto B. Adelar & Sherly Saragih). Jakarta: Erlangga.
- Seniati, L, dkk. (2014). *Psikologi Ekperimen*. Jakarta: Indeks
- Siregar, S. (2011). *Statistika Deskriptif untuk Penelitian Dilengkapi Perhitungan Manual dan Aplikasi SPSS Versi 17*. RajawaliPers. Jakarta
- Siregar, S. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Kencana
- Sudijono, A. (2005). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Sudjanaan, N. (1996). *Metode Statistika*. Bandung: Sinar Baru Algasindo.
- 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.
- Wick D.T , K.Wick & Peterson, J.(1997). *Improving Self Esteem With Adlerian Adventure Therapy*. : Professional School Counseling, Vol. 1, No. 1, Special Issue: Partners In Research: School Counselors And Counselor Educators Working Together (October 1997), Pp. 53-56. Retriewed from <https://sci-hub.se/https://www.jstor.org/stable/42731893>
- Yusuf, AM. (2007). *Metodologi Penelitian: Dasar-dasar penyelidikan ilmiah*. Padang: UNP Press.
- Yusuf, AM. (2016). *Metode Penelitian, Kuantitatif, Kualitatif dan Gabungan*. Jakarta: Kencana