

THE EFFECT OF GROUP COUNSELING SERVICE TOWARD THE ENHANCEMENT OF STUDENTS' PHYSICAL SELF-CONCEPT AT X MIA GRADE OF SENIOR HIGH SCHOOL 2 PEKANBARU

Sesi Pujiasti¹, Raja Arlizon², Tri Umari³

Email: Sesi.Pujiasti18@gmail.com, Rajaarlizon59@gmail.com, Triumari2@gmail.com

No. HP: 085870193698, 08127653325, 08126858328

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau

Abstract: *This research is aimed to find out the effect of group counseling service toward students' physical self-concept at the experiment group. The methodology of this research is real-experimental method with control group experiment. The sample of this research was 20 students of X MIA Senior High School 2 Pekanbaru. The result of this research is to find out the difference between post test at the experiment group and post test at the control group, the researcher used SPSS program with Mann Whitney formula and got the result $Z = -2.734$ with sig. (2-tailed) is 0.006. Because of the value of sig. (2-tailed) $0.006 < 0.05$, therefore, it can be concluded that "there is a significant difference between post test of students' physical self-concept at the experiment group and post test of students' physical self-concept at the control group" and for the contribution of group counseling service toward students' physical self-concept is 13.6%.*

Keywords: *Group Counseling Service, Physical Self-Concept*

PENGARUH LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP PENINGKATAN KONSEP DIRI FISIK SISWA KELAS X MIA SMA NEGERI 2 PEKANBARU

Sesi Pujiasti¹, Raja Arlizon², Tri Umari³
Email: Sesi.Pujiasti18@gmail.com, Rajaarlizon59@gmail.com, Triumari2@gmail.com
No. HP: 085870193698, 08127653325, 08126858328

Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Riau

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap konsep diri fisik siswa pada kelompok eksperimen. Metode penelitian ini adalah metode *real-ekperimental* dengan pola *pretest-posttest control group design*. Subjek penelitian ini berjumlah 20 orang siswa kelas X MIA SMA Negeri 2 Pekanbaru. Hasil penelitian ini adalah untuk melihat perbedaan *post test* kelompok eksperimen dengan *post test* kelompok kontrol maka digunakan rumus Mann Whitney pada program SPSS dengan hasil $Z = -2.734$ dengan nilai sig (2-tailed) sebesar 0.006. Karena nilai sig (2-tailed) $0.006 < 0.05$ maka dapat disimpulkan “terdapat perbedaan yang signifikan konsep diri fisik siswa antara post test kelompok eksperimen dengan post test kelompok kontrol”. Sedangkan untuk kontribusi layanan bimbingan kelompok terhadap konsep diri fisik siswa yaitu sebesar 13.6%.

Kata Kunci : Layanan Bimbingan Kelompok, Konsep Diri Fisik

PENDAHULUAN

Manusia sebagai makhluk sosial juga termasuk makhluk individu yang memiliki kebebasan dan mengembangkan diri ke arah yang lebih baik dan bermutu. Sebagai makhluk individu dan sosial, manusia bersikap dan berperilaku tidak akan lepas dari konsep yang dimilikinya.

Setiap manusia berkembang serta mengalami perubahan-perubahan baik secara fisik maupun psikis sesuai dengan konsep dirinya sendiri. Perkembangan dan perubahan itu tanpa sadar menciptakan masalah di dalam dirinya sendiri. Sehingga muncul konsep diri bersifat positif dan negatif, yang semuanya itu berasal dari dalam dirinya sendiri.

Syamsu Yusuf (2006) menjelaskan bahwa konsep diri adalah persepsi (pandangan), penilaian dan perasaan seseorang terhadap dirinya, baik menyangkut aspek fisik, psikis maupun sosial. Konsep diri mempunyai peranan yang penting dalam menentukan perilaku seseorang. Konsep diri seseorang dipengaruhi oleh faktor pengalaman berinteraksi dengan orang lain atau faktor sikap dan perilaku orang lain.

Hurlock (1999) mengemukakan konsep diri aspek fisik meliputi sejumlah konsep yang dimiliki individu mengenai penampilan, kesesuaian dengan jenis kelamin, arti penting tubuh, dan perasaan gengsi dihadapan orang lain yang disebabkan oleh keadaan fisiknya. Individu dengan penampilan yang menarik cenderung mendapatkan sikap sosial yang menyenangkan dan penerimaan sosial dari lingkungan sekitar yang akan menimbulkan konsep yang positif bagi individu.

Individu yang memiliki konsep diri positif akan terlihat optimis, penuh percaya diri dan selalu bersikap positif terhadap segala sesuatu termasuk terhadap kegagalan yang pernah dialami. Sebaliknya seseorang dikatakan mempunyai konsep diri negatif jika dirinya menyakini dan memandang bahwa dirinya jelek, pendek, gemuk, lemah dan tidak berdaya. Konsep diri terbentuk atas perasaan yang diperoleh pada saat tindakan individu sesuai dengan kesan pribadi dan pada saat kesan khusus mengira suatu versi yang diharapkan individu itu sendiri, Myers dan Myers (dalam Alex Sobur, 2003).

Untuk melihat seseorang itu mempunyai konsep diri positif dan negatif dalam aspek fisik adalah melalui proses belajar yang dimulai pada masa pertumbuhannya dari kecil sampai dewasa dan termasuk kehidupan di lingkungannya. Lingkungan yang kurang mendukung cenderung mempunyai konsep diri yang negatif. Agar tidak membentuk konsep diri yang negatif, orang tua sebagai tempat berinteraksi pertama harus memberikan sikap yang baik dan positif. Sehingga individu akan merasa dirinya berharga sehingga tumbuh konsep diri yang positif.

Pernyataan tersebut sejalan dengan hasil pengamatan penulis di SMA Negeri 2 Pekanbaru, penulis menemukan berbagai fenomena yang terjadi di sekolah, dimana siswa kurang percaya diri dengan bentuk tubuhnya, banyaknya siswa yang masih belum puas dengan keadaan fisik yang dimiliki yang tidak sesuai dengan fisik ideal yang diinginkan, banyaknya siswa yang sering membandingkan fisiknya dengan fisik orang lain ataupun idola-idola mereka sehingga menyebabkan mereka kurang percaya diri.

Selain itu berdasarkan pengamatan penulis dan informasi dari guru-guru BK di SMA Negeri 2 Pekanbaru bahwa banyak siswa-siswi yang memandang bahwa wajahnya jelek, pendek, gemuk, lemah dan selalu menyusahkan.

Hal ini tentunya menjadi permasalahan yang harus di carikan solusinya dengan metode-metode yang ada secara efektif. Di dalam bimbingan dan konseling terdapat berbagai macam cara dalam membantu meningkatkan konsep diri fisik siswa, salah satunya yaitu dengan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok dapat

digunakan sebagai acuan untuk bersikap dan berperilaku dalam rangka membentuk konsep diri siswa, sebagai pertimbangan bagi arah untuk pengembangan diri dan sebagai dasar pengambilan keputusan.

Oleh karena itu layanan bimbingan kelompok dipergunakan untuk membantu siswa memahami dirinya sendiri dan pemahaman orang lain. Layanan bimbingan kelompok diharapkan mampu meningkatkan konsep diri fisik siswa. Sehingga siswa-siswi tersebut dapat menemukan kekuatan dan kelemahan dirinya sendiri serta menerima secara positif kondisi fisik dirinya.

Dari uraian di ataslah yang melatarbelakangi peneliti meneliti “**Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Konsep Diri Fisik Siswa Kelas X MIA SMA Negeri 2 Pekanbaru**”.

METODE PENELITIAN

Subjek Penelitian

Dalam penelitian ini subjek penelitian adalah 20 orang siswa kelas X MIA SMA Negeri 2 Pekanbaru yang memiliki konsep diri rendah.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan *kuesioner* (angket). Pada penelitian ini peneliti melanjutkan indikator dari penelitian yang pernah dilaksanakan sebelumnya oleh Erlia Widya Nursanthi (2011) yang terdiri dari beberapa indikator dan berjumlah 14 butir setelah diuji validitasnya. Item berupa pernyataan yang kemudian dijawab responden dengan alternatif jawaban sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai dan sangat tidak sesuai.

Metode dan rancangan penelitian

Metode yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah *real-eksperimental*. Metode ini bertujuan untuk menyelidiki kemungkinan hubungan sebab akibat dengan cara memberikan kepada satu atau lebih kelompok eksperimen kondisi perlakuan dan membandingkan hasilnya dengan satu atau lebih kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan. Adapun desain eksperimen ini menggunakan pola *Pretest-Posttest Control Group Design*. Desain ini melibatkan dua kelompok subjek, satu diberi perlakuan eksperimental (kelompok eksperimen) dan yang lain tidak diberi perlakuan apapun (kelompok kontrol). Dari desain ini efek dari suatu perlakuan terhadap variabel dependen akan diuji dengan cara membandingkan keadaan variabel dependen pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan dengan kelompok kontrol yang tidak dikenai perlakuan.

Teknik Analisis Data

Uji Wilcoxon

Dalam penelitian ini penulis menggunakan rumus uji *Wilcoxon*, yaitu untuk menguji hipotesis komparatif dua sampel berpasangan bila datanya berbentuk ordinal. Pada penelitian ini penulis menggunakan program pengolahan SPSS versi 22. Sopiudin Dahlan (2012) mengemukakan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) *Analyze* → *nonparametric test* → *legacy dialogs* → *2 related samples*
- 2) Masukkan hasil *pretest* dan *posttes* kedalam kotak *test pairs list*.
- 3) Aktifkan *uji Wilcoxon*.

Uji Korelasi Rank Spearman

Untuk menjawab pertanyaan seberapa besar pengaruh bimbingan kelompok terhadap interaksi sosial maka digunakan Uji korelasi rank spearman untuk mengetahui koefisien korelasinya dan koefisien determinannya. Pada penelitian ini penulis menggunakan program pengolahan SPSS versi 22. Sopiudin Dahlan (2012) mengemukakan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) *Analyze* → *nonparametric test* → *bivariate*
- 2) Masukkan skor *pretest* dan *posttest* kedalam kotak *variables*
- 3) Pilih uji spearman pada kota *correlation coeffitient*
- 4) Pilih *two tailed* pada test of significance

Uji Mann Whitney

Mann Whitney untuk mengetahui signifikansi hipotesis komparatif dua sampel independen. Pada penelitian ini penulis menggunakan program pengolahan SPSS versi 22. Sopiudin Dahlan (2012) mengemukakan langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) *Analyze* → *nonparametric test* → *2 independent samples*
- 2) Masukkan Skor kedalam *test variable*
- 3) Masukkan Kategori kedalam *grouping variable*
- 4) Aktifkan uji mann whitney
- 5) Klik kotak *define group*
- 6) Masukkan angka 1 pada kotak *group 1*
- 7) Masukkan angka 2 pada kotak *group 2*
- 8) Proses selesai, klik *continue*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Konsep Diri Fisik Siswa Sebelum diberikan Layanan Bimbingan Kelompok

Tabel 1 Gambaran Konsep Diri Fisik Siswa Sebelum Layanan Bimbingan Kelompok

No	Rentang Skor	Kategori	Kelompok Eksperimen	
			F	%
1	46 – 56	Sangat Baik	0	0
2	35 – 45	Baik	0	0
3	24 – 34	Kurang Baik	10	83.33
4	13 – 23	Tidak Baik	2	16.67
Jumlah			12	100

Sumber : data olahan penelitian 2016

Berdasarkan tabel 1.1 dapat dilihat bahwa tingkat konsep diri fisik siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen sebagian besar berada pada kategori kurang baik yakni 83.33%, sedangkan sebanyak 16.67% pada kategori tidak baik.

Proses Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan Konsep Diri Fisik Siswa.

Dalam proses pelaksanaan layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan konsep diri fisik siswa dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan. Pada pertemuan pertama dihadiri oleh seluruh anggota kelompok, topik yang dibahas yakni definisi konsep diri fisik serta pentingnya memiliki konsep diri. Dinamika kelompok pada pertemuan pertama ini kurang dinamis karena masih terfokus kepada pemimpin kelompok untuk memancing anggota mengeluarkan pendapat. Pertemuan kedua dihadiri oleh seluruh anggota kelompok, dengan topik pembahasan tentang memahami karakteristik-karakteristik fisik diri sendiri.

Pertemuan ketiga dihadiri oleh seluruh anggota kelompok, dengan topik pembahasan tentang memahami peraturan berpakaian yang sesuai dengan ketentuan sekolah. Pertemuan keempat hanya dihadiri 11 anggota kelompok. Pada pertemuan ini membahas topik pentingnya menjaga kesehatan dan kondisi tubuh. Dinamika kelompok pada pertemuan keempat ini dinamis karena antara anggota dan pemimpin kelompok dan antara anggota dengan anggota lainnya dengan aktif sama-sama saling bertukar pikiran dan pendapat serta ide-idenya dinamika kelompok pada pertemuan keempat ini dinamis karena antara anggota dan pemimpin kelompok dan antara anggota dengan anggota lainnya dengan aktif sama-sama saling bertukar pikiran dan pendapat serta ide-ide, suasana kelompok sangat menyenangkan dan semua siswa ikut berpartisipasi dalam kegiatan ini.

Gambaran Konsep Diri Fisik Siswa Sesudah diberikan Layanan Bimbingan Kelompok pada Kelompok Ekperimen

Tabel 2 Konsep diri fisik siswa sesudah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok

No	Rentang Skor	Kategori	F	%
1	46 – 56	Sangat Baik	4	33.33
2	35 – 45	Baik	6	50
3	24 – 34	Kurang Baik	2	16.67
4	13 – 23	Tidak Baik	0	0
Jumlah			12	

Sumber : Data olahan penelitian (2016)

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui konsep diri fisik siswa sesudah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok sebanyak 33.33% berada pada kategori sangat baik, sebanyak 50% pada kategori baik dan sebanyak 16.67% pada kategori kurang baik.

Tabel 3 Hasil rekapitulasi tingkat konsep diri fisik siswa sebelum dan sesudah diberikan bimbingan kelompok

Rentang Skor	Kategori	Sebelum		Sesudah	
		F	%	F	%
46 – 56	Sangat Baik	0	0	4	33.33
35 – 45	Baik	0	0	6	50
24 – 34	Kurang Baik	10	83.33	2	16.67
13 – 23	Tidak Baik	2	16.67	0	0
Jumlah		12	100	12	100

Sumber : data olahan penelitian 2016

Berdasarkan tabel 3 dapat disimpulkan bahwa tingkat konsep diri fisik siswa mengalami peningkatan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok. Sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok, sebagian besar tingkat konsep diri fisik siswa berada pada kategori kurang baik dan sebagian kecil berada pada kategori tidak baik. Sesudah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok sebanyak 33.33% berada pada kategori sangat baik, sebanyak 50% pada kategori baik dan sebanyak 16.67% pada kategori kurang baik.

Perbedaan konsep diri fisik siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen

Pengambilan keputusan berdasarkan hasil angka signifikan (*Asymp. Sig*) pada tabel uji wilcoxon yang diperoleh kemudian dibandingkan dengan nilai alpha (α) sebesar 0.05, dengan ketentuan apabila nilai *Asymp. Sig* < dari α (0.05) berarti H_a diterima H_0 ditolak. Melihat pada hasil uji wilcoxon pada penelitian ini sebesar 0.002 maka dapat dibandingkan dengan alpha (0.002 < 0.05), hal ini menyatakan bahwa

“Terdapat perbedaan tingkat konsep diri fisik siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen”.

Perbedaan konsep diri fisik siswa *pre test* dan *post test* pada kelompok kontrol.

Pengambilan keputusan berdasarkan hasil angka signifikan (*Asymp. Sig*) pada tabel uji wilcoxon yang diperoleh kemudian dibandingkan dengan nilai alpha (α) sebesar 0.05, dengan ketentuan apabila nilai *Asymp. Sig* < dari α (0.05) berarti H_0 diterima H_a ditolak. Melihat pada hasil uji wilcoxon pada penelitian ini sebesar 0.066 maka dapat dibandingkan dengan alpha (0.066 > 0.05), hal ini menyatakan bahwa “Tidak terdapat perbedaan tingkat konsep diri fisik siswa sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol”

Perbedaan konsep diri fisik siswa antara *post test* kelompok eksperimen dengan *post test* kelompok kontrol

Pengambilan keputusan berdasarkan hasil angka signifikan (*Asymp. Sig*) pada uji mann whitney yang diperoleh kemudian dibandingkan dengan nilai alpha (α) sebesar 0.05, dengan ketentuan apabila nilai *Asymp. Sig* < dari α (0.05) maka terdapat pengaruh yang signifikan. Melihat pada hasil uji mann whitney pada penelitian ini sebesar 0.006 maka dapat dibandingkan dengan alpha (0.006 < 0.05), hal ini menyatakan bahwa “Terdapat perbedaan yang signifikan konsep diri fisik siswa antara *post test* kelompok eksperimen dengan *post test* kelompok kontrol.”

Pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap konsep diri fisik siswa pada kelompok eksperimen

Dari hasil olahan uji Rank Spearman menggunakan SPSS versi 17 diperoleh hasil koefisien korelasi r_s sebesar 0.369. Selanjutnya untuk mengetahui koefisien determinan sebagai berikut:

$$\begin{aligned}(r_s)^2 &= (0.369)^2 \\ &= 0.136\end{aligned}$$

Artinya pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap konsep diri fisik siswa yaitu sebesar 13.6%. Untuk mengetahui tingkat hubungan pada interval koefisien bimbingan kelompok terhadap konsep diri fisik siswa dengan perolehan koefisien korelasi sebesar (r_s) 0.348 maka bimbingan kelompok memiliki korelasi yang rendah terhadap konsep diri fisik siswa.

Selanjutnya untuk penarikan kesimpulan pada uji rank spearman dengan ketentuan apabila nilai *Sig.* < dari α (0.05) maka H_a diterima. Dengan perolehan *Sig.* Pada uji rank spearman pada penelitian ini sebesar 0.238 yang ternyata lebih besar dari nilai alpha (0.238 > 0.05) maka kesimpulannya adalah H_a ditolak dan H_0 diterima, sehingga pada penelitian ini ditarik kesimpulan “Tidak terdapat pengaruh positif yang signifikan pemberian layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan konsep diri fisik siswa.”

PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis data menunjukkan bahwa tingkat konsep diri fisik siswa lebih dari separuh berada dikategori kurang baik sebelum mendapat layanan bimbingan kelompok, yang berarti bahwa konsep diri fisik siswa masih cenderung negatif. Setelah mendapatkan layanan bimbingan kelompok, tingkat konsep diri siswa sebagian besar berada pada kategori baik, yang berarti bahwa konsep diri siswa sudah cenderung menunjukkan dan mengarah pada konsep diri yang positif. Hal ini menunjukkan bahwa dengan adanya layanan bimbingan kelompok, mampu meningkatkan konsep diri fisik siswa yang negatif kearah peningkatan dan pengembangan konsep diri fisik yang positif.

Adanya pengaruh bimbingan kelompok terhadap konsep diri fisik siswa didukung oleh teori mengenai bimbingan kelompok yang dikemukakan Sukardi (2008) bahwa layanan bimbingan kelompok adalah layanan yang memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama memperoleh bahan dari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing atau konselor) yang berguna untuk menunjang kehidupan sehari-hari baik individu sebagai pelajar, anggota keluarga, dan masyarakat serta untuk mempertimbangkan dalam pengambilan keputusan. Artinya layanan bimbingan kelompok dapat membantu memberikan informasi bermanfaat kepada siswa sehingga dapat membantu mereka dalam mengambil keputusan.

Adapun pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap konsep diri fisik siswa pada kelompok eksperimen yang dianalisis dengan menggunakan uji Spearman Rank pada SPSS versi 17 diperoleh hasil sebesar 0,369 sehingga koefisien determinannya yakni 0,136. Artinya pengaruh layanan bimbingan kelompok terhadap konsep diri fisik siswa yaitu sebesar 13.6% selebihnya dipengaruhi faktor lain seperti keterbatasan peneliti sebagai pemimpin kelompok dalam menghidupkan dinamika kelompok antara semua anggota bimbingan kelompok seintensif mungkin.

Hal ini sesuai dengan pendapat Prayitno (2004) bahwa “Bimbingan kelompok adalah memanfaatkan dinamika untuk mencapai tujuan-tujuan bimbingan dan konseling, bimbingan kelompok lebih menekankan suatu upaya bimbingan kepada individu melalui kelompok”. Prayitno lebih menekankan dinamika kelompok sebagai wahana mencapai tujuan kegiatan bimbingan dan konseling yang muncul pada bimbingan kepada individu-individu melalui kelompok.

Hasil penelitian ini diperkuat oleh penelitian Srinarti (2012) bahwa model bimbingan kelompok berbasis ajaran Islam dapat meningkatkan konsep diri siswa, ditemukannya tingkat keefektifan model bimbingan kelompok berbasis ajaran Islam untuk meningkatkan konsep diri siswa. Hal ini terlihat dari perubahan konsep diri siswa antara sebelum diberi perlakuan dengan setelah diberi perlakuan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan dari penelitian ini yaitu :

1. Sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok, diperoleh hasil penelitian tentang konsep diri fisik siswa yaitu lebih dari separuh berada dalam kategori kurang baik, dan selebihnya berada pada kategori tidak baik.
2. Pada proses pelaksanaan layanan bimbingan kelompok sebagian dari anggota kelompok sudah merasakan perubahan dan menyadari kekurangan mereka selama ini seperti, merasa malu jika ada orang lain yang mengkritik bentuk tubuh mereka.
3. Setelah diberikan layanan bimbingan kelompok ternyata tingkat konsep diri fisik siswa, hasilnya adalah sebagian siswa berada pada kategori baik.
4. Terdapat perbedaan tingkat konsep diri fisik siswa sebelum dan sesudah pemberian layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen.
5. Tidak terdapat perbedaan tingkat konsep diri fisik siswa *pre test* dan *post test* pada kelompok kontrol.
6. Terdapat perbedaan yang signifikan pemberian layanan bimbingan kelompok pada kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan layanan bimbingan kelompok.
7. Tidak terdapat pengaruh positif yang signifikan pemberian layanan bimbingan kelompok terhadap peningkatan konsep diri fisik siswa. Pemberian layanan bimbingan kelompok memberikan kontribusi sebesar 13.6% terhadap peningkatan konsep diri fisik siswa.

REKOMENDASI

Berdasarkan hasil analisis data penelitian, pembahasan, temuan penelitian dan kesimpulan penelitian ini maka dapat dikemukakan rekomendasi sebagai berikut:

1. Kepada guru BK di SMAN 2 Pekanbaru hendaknya dapat memberikan layanan bimbingan kelompok agar membantu siswa dalam meningkatkan konsep diri fisik siswa.
2. Kepada sekolah khususnya guru agar dapat memperhatikan dan membimbing siswa dalam mentaati peraturan berseragam yang sesuai dengan ketentuan sekolah.
3. Kepada orang tua siswa sebaiknya lebih mengawasi perkembangan tubuh dan kesehatan siswa.
4. Kepada peneliti yang akan datang dapat melakukan penelitian mengenai konsep diri fisik siswa dengan variabel yang berbeda, seperti Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Peningkatan Konsep Diri Fisik Siswa di Sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

Alex Sobur. 2003. *Psikologi Umum dalam Lintas Sejarah*. Pustaka Setia. Bandung.

Erlan Widya Nursanthi. 2011. Meningkatkan Konsep Diri Melalui Layanan Informasi dengan Media Visual Pada Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 1 Bergas. Skripsi tidak dipublikasikan. FKIP Universitas Negeri Semarang. Semarang.

- Hurlock, B.E. 1999. *Psikologi Perkembangan*. Erlangga. Jakarta.
- M. Sopiudin Dahlan. 2013. *Statistik untuk kedokteran dan kesehatan*. Salemba Medika. Jakarta.
- Prayitno & Erman Amti. (2004). *Dasar-Dasar BK*. Rineka Cipta. Jakarta.
- Srinarti. (2012). Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Berbasis Ajaran Islam untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling* 1 (2). (Online). <http://journal.unnes.ac.id>. (diakses 20 Mei 2016)
- Sukardi. 2003. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Bumi Aksara. Jakarta.
- Syamsu Yusuf. 2006. *Program Bimbingan Konseling di Sekolah*. Pustaka Bani Quraisy. Bandung.