

**PENYUSUNAN MATERI KONSEP DIRI SISWA
KELAS X3 SMA NEGERI 5 PEKANBARU
TAHUN AJARAN 2013/2014**

Sri Wahyuni, Zulfan Saam, Sardi Yusuf
Email : Wahyuni.srie92@yahoo.co.id, Telepon: +6282169984267
**Program Studi Pendidikan Bimbingan Konseling FKIP
Universitas Riau, Pekanbaru**

***Abstract:** The lack of a positive self concept of students and limited material on the concept of self encourage researchers to conduct research on the development of the self concept of material preparation of students of class X3 SMAN 5 Pekanbaru. Research objectives 1). Composed material concept of self that is suitable for high school students in terms of clarity, aspects of the systematics, image support, new material, and completeness of the materials. 2) Knowing the quality of the material produced. using the method of research and development. Which acts as a validator is a supervising professor, lecturer, one of two supervising lecturers BK FKIP UR, teacher mentors, 6 friends of the associate PL-BKS, and 36 students of class X3 SMAN 5 Pekanbaru. The material self concept consists of 4 sub chapter, which 1). Understanding of the self-concept, 2). The types of self-concept. 3). Factors that influence self concept. 4). How to build and improve self concept. Quality of the material concept of self produced based on this aspect of the matter is the obvious clarity with $X = 4,19$ and the percentage 83,8%. Aspects of the systematics of material is systematically with $X = 3.95$ and percentage 79%. Aspects of image support is good with $X = 3.78$ and the percentage 75,6%. This aspect of the matter is the new material with $X = 4,10$ and percentage of 82%. Aspects of the completeness of the material is very complete with $X = 4.30$ and percentage of 86%. And of the overall aspect of the matter is the good quality with $X = 4.06$ and percentage of 81,28%.*

***Key words:** Material of self concept*

**PENYUSUNAN MATERI KONSEP DIRI SISWA
KELAS X3 SMA NEGERI 5 PEKANBARU
TAHUN AJARAN 2013/2014**

Sri Wahyuni, Zulfan Saam, Sardi Yusuf
Email : Wahyuni.srie92@yahoo.co.id, Telepon: +6282169984267
**Program Studi Pendidikan Bimbingan Konseling FKIP
Universitas Riau, Pekanbaru**

Abstrak: Kurangnya konsep diri positif siswa dan terbatasnya materi tentang konsep diri mendorong peneliti untuk melakukan penelitian pengembangan yaitu penyusunan materi konsep diri siswa kelas X3 SMA Negeri 5 Pekanbaru Tahun Ajaran 2013/2014. Tujuan penelitian: 1) Tersusunnya materi konsep diri yang sesuai untuk siswa SMA ditinjau dari aspek kejelasan, sistematika, dukungan gambar, keterbaruan dan kelengkapan materi. 2) Mengetahui kualitas materi yang dihasilkan. Menggunakan metode Penelitian dan Pengembangan (*Research and Development/R&D*). Yang bertindak sebagai validator adalah dosen pembimbing I, dosen pembimbing II, salah satu dosen BK FKIP UR, guru pamong, 6 teman sejawat PL-BKS dan 36 siswa kelas X3 SMA Negeri 5 Pekanbaru. Materi konsep diri terdiri dari 4 sub bab, yaitu: 1) Pengertian konsep diri, 2) Jenis-jenis konsep diri, 3) Faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri, 4) cara membangun dan meningkatkan konsep diri. Kualitas materi konsep diri yang dihasilkan berdasarkan aspek kejelasan materi adalah jelas dengan $X = 4,19$ dan persentase 83,8%. Aspek sistematika materi adalah sistematis dengan $X = 3,95$ dan persentase 79%. Aspek dukungan gambar adalah bagus dengan $X = 3,78$ dan persentase 75,6%. Aspek keterbaruan materi adalah baru dengan $X = 4,10$ dan persentase 82%. Aspek kelengkapan materi adalah sangat lengkap dengan $X = 4,30$ dan persentase 86% dan dari keseluruhan aspek kualitas materi adalah baik dengan $X = 4,06$ dan persentase 81,28%.

Kata Kunci: Materi Konsep Diri

PENDAHULUAN

Konsep diri siswa SMA sangat perlu dikembangkan, karena siswa SMA masih pada usia mencari jati diri dan pada saat itu adalah masa untuk belajar memahami diri sendiri, sehingga perlu bimbingan dengan ajaran yang memiliki landasan yang benar. Kurangnya konsep diri positif dalam diri siswa dan terbatasnya materi tentang konsep diri mendorong peneliti untuk menyusun materi ajar. Telah dilakukan penelitian pengembangan untuk menyusun materi konsep diri kelas X3 SMA Negeri 5 pekanbaru Ajaran 2013/2014. Sehingga peneliti membuat rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut: 1) Bagaimana penyusunan materi tentang Konsep Diri yang sesuai untuk siswa SMA ditinjau dari kejelasan, sistematika, dukungan gambar, keterbaruan dan kelengkapan materi ? 2) Bagaimana kualitas materi yang dihasilkan? Adapun tujuan dari penelitian ini, yaitu: 1) Tersusunnya materi konsep diri yang sesuai untuk siswa SMA ditinjau dari kejelasan, sistematika, dukungan gambar, keterbaruan dan kelengkapan materi, 2) Mengetahui kualitas materi yang dihasilkan. Menurut Hurlock (1975) Konsep diri sebagai gambaran seseorang mengenal dirinya sendiri yang merupakan gabungan dari keyakinan terhadap fisik, psikologis, social, emosional, aspirasi dan prestasi yang mereka capai. (dalam Zulfan Saam,2009:71). Menurut William D. Brooks (dalam Jalaluddin Rakhmat, 2005 : 105) bahwa dalam menilai dirinya seseorang ada yang menilai positif dan ada yang menilai negative. Jadi konsep diri memiliki dua jenis yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri tersebut ialah pola asuh orangtua, orang lain, kelompok rujukan, usia kematangan, penampilan diri, jenis kelamin, nama dan julukan, hubungan keluarga, teman sebaya, kreativitas, cita-cita, perubahan fisik, hubungan dengan keluarga, hubungan lawan atau sesama jenis, perkembangan kognitif, depresi, kecerdasan emosional dan identitas social. cara yang bisa dilakukan untuk membangun konsep diri positif antara lain : mencintai dan menyayangi diri sendiri, mengembangkan pikiran positif, memperbaiki kualitas hubungan dengan orang lain, bersikap proaktif, menjaga keseimbangan hidup, bertingkah laku sedapat mungkin sesuai dengan konsep dirinya, membuka diri, percaya diri, selektivitas, memberi rangsangan yang membangkitkan, memberikan pemahaman yang benar terhadap persoalan hidup, membantu anak dalam mengungkapkan kelebihanannya, keteladanan, afirmasi positif dan penetapan tujuan (goal setting).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah metode Penelitian dan Pengembangan (*Research and Development/R&D*). Dengan tahapan penelitian Menurut Sugiono (2009:298) langkah – langkah penelitian dan pengembangan meliputi: 1) Identifikasi Masalah, 2) Pengumpulan Informasi, 3) Desain Produk, 4) Validasi Desain, 5) Perbaikan Desain, 6) Uji Coba Produk, 7) Revisi Produk. 8) Uji Coba Pemakaian, 9) Revisi Produk tahap, 10) Produksi Massal. Yang bertindak sebagai validator adalah dosen pembimbing I, dosen pembimbing II, salah satu dosen BK FKIP UR, guru pamong, 6 teman sejawat PL-BKS dan 36 siswa kelas X3 SMA Negeri 5 Pekanbaru. Menurut Nurbowo Budi Utomo,dkk (2011) dalam buku Pengembangan Materi

Bimbingan dan Konseling Berbasis Multimedia, penyusunan materi terdiri dari :1) Apersepsi, 2) materi, 3) Diskusi, 4) Evaluasi, 5) Refleksi. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu: 1) Dokumentasi menurut Suharsimi Arikunto (2006:158), Dokumentasi adalah mencari dan mengumpulkan data mengenai hal-hal yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, notulen, rapat, agenda dan sebagainya. Instrument penilaian dari data kualitatif kemudian ditabulasikan menjadi data kuantitatif, kemudian dianalisis sehingga dihasilkan penilaian ideal kualitas materi konsep diri. 2) Skala likert. Skala ini digunakan untuk memperoleh informasi dari responden mengenai persepsi materi yang diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini adalah 1). Telah tersusun sebuah materi tentang konsep diri dengan menggunakan metode penelitian dan pengembangan (research and development/R&D). 2) Kualitas materi yang dihasilkan pada keseluruhan aspek berada dalam kategori baik dengan rincian sebagai berikut: 1) Kualitas pada aspek kejelasan materi adalah jelas. 2) Kualitas pada aspek sistematika materi adalah sistematis. 3) Kualitas pada aspek dukungan gambar adalah bagus. 4) Kualitas pada aspek keterbaruan materi adalah baru. 5) Kualitas pada aspek kelengkapan materi adalah sangat lengkap. 6) Kualitas pada keseluruhan aspek materi adalah baik.

Dengan saran-saran dari validator sebagai berikut : 1) Menyebutkan sumber rujukan setiap kutipan (tahun:halaman), 2) Dibuat daftar isi, daftar pustaka, 3) Pada akhir sub bab materi diberikan rangkuman dan latihan/ pertanyaan yang diawali dengan prolog, 4) Tampilan depan/ cover ditambahkan nama pembuat dan pokok bahasan yang ada dalam materi tersebut, 5) Seluruh kutipan yang diambil harus ada pada daftar pustaka dan perhatikan cara penulisan daftar pustaka pada buku panduan tugas akhir mahasiswa S1 FKIP Universitas Riau, 6) Setiap akhir kutipan harus ada rangkuman atau pendapat dari peneliti, 7) Setiap gambar diberikan no dan keterangan, 8) Skala penilaian disertai surat pengantar dan keterangan skala, 9) Konsisten dalam penulisan kutipan dan daftar pustka, 10) Gambar jangan terlalu banyak berbentuk kartun.

SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu: 1) Produk yang dihasilkan adalah materi konsep diri siswa untuk kelas X SMA Negeri 5 Pekanbaru (terlampir pada lampiran 1 halaman 6). 2) Kualitas materi konsep diri yang dihasilkan secara umum berada dalam kategori Baik yang meliputi kejelasan materi, sistematika materi, dukungan gambar, keterbaruan materi dan kelengkapan materi.

Adapun rekomendasi dari penulis yaitu: 1) Karena telah tersusun materi konsep diri dengan baik maka Guru BK dapat mengembangkan materi tersebut pada seluruh siswa kelas X melalui layanan informasi. 2) Materi ini dapat digunakan dan dikembangkan oleh Guru BK melalui kegiatan Musyawarah Guru Mata Pelajaran (MGMP) dan kepada peneliti berikutnya dapat menggunakan dan mengembangkan lebih mendalam untuk kesempurnaan materi ini.

Setelah melewati beberapa tahapan hingga penyusunan karya ilmiah ini maka ucapan terima kasih saya sampaikan kepada Bapak Zulfan saam sebagai Pembimbing I dan Bapak Sardi Yusuf sebagai Pembimbing II atas bimbingan dan tunjuk beserta ajarannya untuk membimbing penulis dalam penelitian sampai menyelesaikan skripsi dan karya ilmiah ini. Kemudian kepada kedua orangtua beserta keluarga juga teman-teman seperjuangan yang tidak bisa saya sebutkan namanya satu persatu, yang selalu memotivasi dan memberi informasi dalam penyelesaian tugas akhir ini, semoga apapun yang kita perbuat diridhoi oleh Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

- Jalaluddin Rakhmat . 2005 . *Psikologi Komunikasi* . Edisi Revisi . Bandung . PT Remaja Rosdakarya.
- Nurbowo Budi Utomo, Slamet Windarto& M.Abdul Malik. 2011.*Pengembangan materi Bimbingan dan Konseling Berbasis Multimedia*.Paramitra Publishing.Yogyakarta.
- Partosuwido,Sri Rahayu,Nuryoto,Sartini,Irfan,Sobani. 1985. *Peranan Konsep Diri dan Perkembangan Psikososial Anak Remaja Yang Kurang Berprestasi di DIY*. Laporan Penelitian. Yogyakarta . Lembaga Penelitian Universitas Gadjah Mada.
- S Eko Putro Widoyoko.2009.*Evaluasi Program Pembelajaran*.Yogyakarta.Pustaka Pelajar.
- Sugiono.2009.*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Alfabeta.Bandung.
- Suharsimi Arikunto. 2006.*Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik* . PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Zulfan Saam . 2009. *Psikologi Keperawatan* . Pekanbaru . UR Press.

LAMPIRAN 1

MODUL MATERI KONSEP DIRI



POKOK BAHASAN MATERI

1. PENGERTIAN KONSEP DIRI
2. JENIS-JENIS KONSEP DIRI
3. FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KONSEP DIRI
4. CARA MEMBANGUN KONSEP DIRI POSITIF

DISUSUN OLEH

SRI WAHYUNI

1005121009

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING

2014

APERSEPSI

Setiap individu dilahirkan pasti ada kelebihan dan kekurangan. Kelebihan dan kekurangan itu berarti membuat individu untuk membentuk konsep diri yang benar. Kekurangan yang ada pada diri individu seharusnya tidak menjadikan individu tidak percaya diri dan menimbulkan konsep diri yang negative melainkan untuk memperkuat dan menanamkan konsep diri yang positif. Setiap individu sangat penting untuk belajar memahami konsep diri karena dengan pemahaman konsep diri yang benar, individu akan mengetahui dirinya sendiri dan belajar untuk menerima dirinya sendiri.

Materi konsep diri sangat penting diberikan oleh guru pembimbing, sebab kegagalan remaja dalam membentuk konsep diri positif akan menyebabkan dia sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya sehingga dapat menyebabkan rasa rendah diri, dikucilkan dari pergaulan, cenderung berperilaku yang kurang normatif dan bahkan dalam perkembangan yang lebih ekstrim, bisa menyebabkan terjadinya gangguan jiwa, kenakalan remaja, tindakan kriminal, tindakan kekerasan. Hal ini juga akan membuat individu tidak akan mudah kehilangan arah perjalanan hidup serta tidak terpengaruh terhadap hal-hal yang negative. Apabila individu tidak memahami konsep dirinya maka akan menimbulkan hal-hal yang negative seperti sekarang ini banyaknya penyimpangan social yang disebabkan oleh konsep diri yang negative.

Pertanyaan: untuk membentuk konsep diri positif tidaklah mudah sehingga sebagian individu mengalami kegagalan dalam membentuk konsep diri positif. Apa yang disebabkan jika seorang remaja mengalami kegagalan dalam membentuk konsep diri positif ?

KONSEP DIRI

Pengertian Konsep Diri

William D. Brooks mendefinisikan konsep diri sebagai “Those physical, social, and psychological perceptions of ourselves that we have derived from experiences and our interaction with others” (1974:40) jadi konsep diri adalah pandangan dan perasaan kita tentang diri kita, persepsi tentang diri ini boleh bersifat psikologi, social dan fisik. (Jalaluddin Rakhmat.2005:99)

Menurut Deaux, Dane & Wrightsman konsep diri adalah sekumpulan keyakinan dan perasaan seseorang mengenai dirinya. (Sarlito W. Sarwono.2005:53)

Berdasarkan definisi-definisi konsep diri yang telah disebutkan, menurut penulis konsep diri adalah pandangan menyeluruh tentang dirinya yang meliputi kemampuan yang dimiliki baik fisik, psikologis, social, emosional yang mereka capai untuk membentuk konsep diri yang positif.

Konsep diri bukanlah sesuatu yang tiba-tiba muncul melainkan pembentukan konsep diri dipengaruhi oleh orang lain dalam proses interaksi social. Namun bukan berarti penilaian dan evaluasi orang lain adalah satu-satunya yang membentuk konsep diri. Ketika kita melakukan sesuatu, hasil dari tindakan kita juga akan membentuk konsep diri. Konsep diri bukanlah bawaan lahir, konsep diri terbentuk melainkan hasil belajar. Seseorang akan menetapkan konsep dirinya berdasarkan berbagai faktor. Selain itu diperoleh melalui proses pembelajaran, bukan faktor keturunan dan diperkuat

melalui pengalaman hidup yang dialami, dapat berubah secara drastic dan dapat mempengaruhi semua proses berpikir dan perilaku, mempengaruhi proses pembelajaran dan prestasi, dapat dibangun dan dikembangkan dengan mengganti system kepercayaan yang merugikan, dan dapat mengganti self-talk yang negative dengan yang positif. Aspek aspek konsep diri adalah Berzonsky 1981 (dalam Zulfan Saam.2009:76), ia mengemukakan aspek-aspek konsep diri terdiri dari :

1. Aspek fisik yang meliputi penilaian individu terhadap segala sesuatu yang dimiliki individu seperti tubuh, pakaian dan benda-benda yang dimilikinya.
2. Aspek social yang meliputi peranan social yang dimainkan individu
3. Aspek moral yang meliputi nilai-nilai dan prinsip-prinsip yang memberi arti dan arah bagi kehidupan individu tersebut.
4. Aspek psikis yang meliputi pikiran, perasaan, kemauan dan sikap individu terhadap dirinya sendiri.

Walaupun orang sering kali berusaha untuk mengubah konsep diri mereka, perubahan tersebut pada umumnya terjadi sebagai akibat dari berbagai faktor daripada keinginan untuk memperbaiki diri. Peristiwa yang tidak terlalu mempengaruhi juga dapat membawa perubahan terhadap konsep diri. Perubahan dalam diri terjadi selama interaksi interpersonal. Konsep diri bukanlah merupakan faktor hereditas, melainkan faktor yang dipelajari dan terbentuk melalui pengalaman dan hubungan individu dengan orang lain.

Pertanyaan: Konsep diri bukanlah bawaan lahir tetapi terbentuk dari hasil belajar. Menurut kamu apakah konsep diri bisa berubah-ubah ? jelaskan dan berikan contohnya!

Jenis – Jenis Konsep Diri

1. Konsep Diri Positif

Tanda- tanda individu yang memiliki konsep diri positif adalah :

1. Yakin akan kemampuan dalam mengatasi masalah.
Orang yang mempunyai rasa percaya diri sehingga merasa mampu dan yakin untuk mengatasi masalah yang dihadapi, tidak lari dari masalah dan percaya bahwa setiap masalah pasti ada jalan keluarnya.
2. Merasa setara dengan orang lain.
Ia selalu merendah diri, tidak sombong, mencela atau meremehkan siapapun, selalu menghargai orang lain.
3. Menerima pujian tanpa rasa malu.
Ia menerima pujian tanpa rasa malu tanpa menghilangkan rasa merendah diri. Jadi meskipun ia menerima pujian ia tidak membanggakan dirinya apalagi meremehkan orang lain.
4. Menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan dan keinginan serta perilaku yang tidak seharusnya disetujui oleh masyarakat.
Ia peka terhadap perasaan orang lain sehingga akan menghargai perasaan orang lain meskipun kadang tidak disetujui oleh masyarakat.

5. Mampu memperbaiki karena ia sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian tidak disenangi dan berusaha mengubahnya.

Ia mampu mengintropeksi dirinya sendiri sebelum mengintropeksi orang lain, dan mampu untuk mengubahnya menjadi lebih baik agar diterima di lingkungannya.

Ciri – ciri orang yang memiliki konsep diri positif adalah : 1) Dapat menerima dan mengenal dirinya dengan baik. 2) Dapat menyimpan informasi tentang dirinya sendiri baik itu informasi yang positif maupun yang negative. Jadi mereka dapat memahami dan menerima fakta yang bermacam-macam tentang dirinya. 3) Dapat menyerap pengalaman masalahnya. 4) Apabila mereka memiliki pengharapan selalu merancang tujuan-tujuan yang sesuai dan realistis. 5) Selalu memberi ide yang diberikannya pada kehidupannya dan bagaimana seharusnya dirinya mendekati dunia.

2. Konsep Diri Negatif

Jadi ciri konsep diri negative adalah pengetahuan yang tidak tepat tentang diri sendiri, harapan yang tidak realistis dan harga diri yang rendah. Ciri orang yang memiliki konsep diri negatif adalah :

1. Individu mudah marah dan naik pitam serta tahan terhadap kritikan yang diterimanya.
2. Individu responsif terhadap pujian yang diberikan oleh orang lain pada dirinya.
3. Individu tidak pandai dan tidak sanggup untuk menggungkapkan penghargaan/pengakuan kelebihan yang dimiliki oleh orang lain.
4. Individu cenderung merasa tidak disenangi oleh orang lain.
5. Individu bersikap pesimis terhadap kompetisi, keengganannya untuk bersaing dengan orang lain dalam memuat prestasi.

Konsep diri negative muncul karena pandangan seseorang tentang dirinya sendiri benar-benar tidak teratur. Dia tidak tahu kekuatan dan kelemahannya / apa yang dia hargai dalam hidupnya dan juga konsep diri yang teratur dengan kata lain kaku. Hal ini terjadi mungkin karena di didik dengan sangat keras sehingga individu tersebut menciptakan citra diri yang tidak mengijinkan adanya penyimpangan dari hukum yang keras dan kaku yang dalam pikirannya merupakan cara hidup yang tepat. Dalam kaitannya dengan penilaian diri, konsep diri yang negative merupakan penilaian negative terhadap diri sendiri. Apapun yang diperoleh tampaknya tidak berharga dibandingkan dengan apa yang diperoleh orang lain.

Orang-orang yang mempunyai konsep diri positiflah yang dapat mencapai aktualisasi diri, karena orang yang memiliki konsep diri positif dapat lebih menghargai diri sendiri dan mencintai diri sendiri sehingga akan ada energy positif untuk mengaktualisasikan diri. Berbeda dengan orang yang memiliki konsep dirinya negative, mereka hanya akan sibuk dengan pikiran negatifnya dan tidak menjadi yang lebih baik. Pertanyaan: Dasar konsep diri positif adalah penerimaan diri sedangkan dasar konsep diri negative adalah keangkuhan dan keegoisan..Coba renungkan konsep diri positif atau negatifkah yang ada dalam diri kamu ? Tuliskan dalam selembar kertas konsep diri yang mana yang sudah kamu miliki dan berikan contohnya!

Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Konsep Diri

Konsep diri mempengaruhi perilaku komunikasi kita karena konsep diri mempengaruhi kepada pesan apa kita bersedia membuka diri, bagaimana kita mempersepsikan pesan itu dan apa yang kita ingat. Selain itu, konsep diri sangat mempengaruhi perilaku seseorang terutama dalam menanggapi dunia pengalaman (Markus, 1977:63-78). Penelitian ini sesuai yang dikatakan oleh peneliti terdahulu yang membahas mengenai *Perbedaan Konsep Diri Antara Remaja Akhir Yang Mempersepsi Pola Asuh Orang Tua Authorian, Permissive dan Authoritative* bahwa ada perbedaan konsep diri antara remaja akhir yang mempersepsi pola asuh orang tua *authoritarian*, *permissive* dan *authoritative*. Namun yang memberikan perbedaan pada konsep diri secara signifikan adalah persepsi pola asuh *authoritative*. Dari ketiga persepsi pola asuh, skor tertinggi adalah persepsi pola asuh *authoritative*, kemudian persepsi pola asuh *permissive*, dan yang paling rendah adalah persepsi pola asuh *authoritarian*. Hal ini dapat dikatakan bahwa dengan persepsi pola asuh *authoritative* akan menghasilkan konsep diri yang positif. Sebaliknya pada persepsi pola asuh *permissive* dan *authoritarian* menghasilkan konsep diri negatif pada subyek penelitian (Winanti Siwi Respati, 2006:137).

Konsep diri seseorang sangat dipengaruhi oleh faktor keluarga yaitu pola asuh orang tua yang merupakan kontak social yang paling awal dan paling kuat dialami oleh individu, sehingga orang tua menjadi sangat kuat pengaruhnya terhadap anak karena apa yang dikomunikasikan oleh orang tua pada anak akan cepat ditanggapi oleh anak daripada informasi lain yang diterima anak sepanjang hidupnya.

Dalam pembentukan konsep diri banyak hal-hal yang dapat mempengaruhi terbentuknya konsep diri tersebut. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri tersebut ialah pola asuh orangtua, orang lain, kelompok rujukan, usia kematangan, penampilan diri, jenis kelamin, nama dan julukan, hubungan keluarga, teman sebaya, kreativitas, cita-cita, perubahan fisik, hubungan dengan keluarga, hubungan lawan atau sesama jenis, perkembangan kognitif, identitas social, depresi dan kecerdasan emosional. Hasil penelitian ini senada dengan hasil penelitian terdahulu oleh (Resti Asweni, Khairani, 2013:41) yang membahas mengenai korelasi antara konsep diri sosial dengan hubungan sosial bahwa sebagian besar siswa memiliki pandangan yang positif terhadap kemampuannya dalam berinteraksi di lingkungan sekolah maupun di lingkungan keluarga.

Hurlock (1979:77) mengatakan bahwa konsep diri terbentuk berdasarkan hubungan anak dengan orang lain, misalnya dengan orang tua dan anggota keluarga lainnya. Bagaimana mereka memperlakukan anak, apa yang mereka katakan mengenai anak, dan bagaimana status anak dalam kelompok tempat ia mengidentifikasi diri, akan mempengaruhi perkembangan konsep diri anak.

Hurlock (1978:89) mengatakan bila konsep diri positif maka anak akan mengembangkan sifat-sifat yang mempercayai dirinya, mampu melihat realitas, dapat menilai hubungan dengan orang lain secara tepat dan hal ini akan mengarahkannya kepada penyesuaian social yang baik.

Faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri menurut Rapport (dalam Partusuwido dkk. 1979:80) adalah :

1. Perubahan fisik, keadaan dan penampilan fisik yang baik merupakan aspek yang penting untuk memperoleh tanggapan yang baik dari lingkungan. Tanggapan tersebut merupakan refleksi yang digunakan individu untuk menilai dirinya sendiri.
2. Hubungan dengan keluarga, suatu hal yang tidak menguntungkan yaitu para orang tua, guru dan orang lain yang bertanggung jawab dalam memberikan bimbingan dan pengawasan terhadap anak, mungkin tidak dapat melaksanakannya dengan baik sehingga anak akan mengembangkan konsep diri yang tidak menguntungkan. Akibatnya, anak akan mengalami kesulitan dalam menerima dirinya sendiri dan sering menolak diri yang selanjutnya mereka akan menjadi pribadi yang “lemah” serta kesulitan mengadakan penyesuaian diri (Hurlock,1978:83). Oleh karena itu keluarga berperan penting dalam pembentukan konsep diri anak.
3. Hubungan lawan atau sesama jenis, konsep diri anak secara langsung ataupun tidak langsung dipengaruhi oleh kelompok bermain. Kelompok bermain dapat memberi beberapa informasi yang kadang-kadang juga berubah. Selain itu, kelompok bermain berfungsi sebagai sumber bagi anak untuk membandingkan dirinya dengan teman-teman. Jadi hubungan anak dengan temannya akan berpengaruh terhadap konsep diri anak.
4. Perkembangan kognitif, konsep diri yang dimiliki seseorang akan turut menentukan bagaimana ia menerima, merasakan dan merespon lingkungannya. Bila ia menilai dirinya kurang baik, maka ia akan menganggap remeh dan membayangkan kegagalan usahanya, sedangkan individu yang menilai dirinya baik atau positif maka ia akan bersifat optimis terhadap usahanya dan berusaha mengatasi kesulitannya sehingga bertambah kemungkinan untuk sukses.
5. Identitas social, seseorang yang mendefinisikan dirinya berdasarkan keanggotaan dalam suatu kelompok social atau atribut yang dimiliki bersama oleh anggota kelompok.

Pertanyaan:

- 1). Konsep diri sangat mempengaruhi perilaku seseorang terutama dalam menanggapi dunia pengalaman. Apakah konsep diri itu merupakan bawaan sejak lahir ?
- 2). Menurut kamu apakah lingkungan sekitar tempat tinggal kamu dapat mempengaruhi konsep diri kita ? jelaskan dengan singkat !

Cara Membangun Dan Meningkatkan Konsep Diri Positif

Cara untuk membangun dan meningkatkan konsep diri positif yaitu dimana remaja merupakan pribadi yang sedang berkembang menuju kematangan diri, kedewasaan perlu menjadikan dirinya yang mampu menciptakan interaksi sosial yang saling mempercayai, saling terbuka, saling memperhatikan kebutuhan teman dan saling mendukung. Penelitian ini sesuai dengan penelitian terdahulu yang membahas mengenai *hubungan antara bimbingan orang tua dan konsep diri dengan prestasi belajar mata pelajaran sosiologi siswa kelas XI sma negeri 8 surakarta tahun pelajaran 2012/2013* bahwa bimbingan orang tua dan konsep diri sangat penting untuk mencapai prestasi belajar sosiologi. Untuk mencapai prestasi belajar sosiologi yang maksimal diperlukan bimbingan orang tua secara intensif dan konsep diri positif secara bersama-sama. Bimbingan orang tua

dirumah dan penumbuhan konsep diri positif dengan bantuan guru disekolah sangat dipelukan dalam pencapaian prestasi belajar sosiologi.(Boyong Rachman Wijaya. 2012:9)

Selain itu, ada beberapa cara yang bisa dilakukan untuk membangun konsep diri positif antara lain . 1) Mencintai dan menyayangi diri sendiri, Wujud dari kecintaan kita terhadap diri sendiri adalah dengan memperlakukan dan menjaga diri ini dengan baik dari hal-hal yang bisa merusak diri. Dengan begitu kita akan senantiasa terdorong untuk melakukan sesuatu hal yang positif dalam hidup. 2) Mengembangkan pikiran positif, Cara berfikir kita mengendalikan sikap, tindakan dan hidup kita. Pikiran positif akan mendorong kita untuk tetap optimis, pantang menyerah dan berani menghadapi resiko serta tantangan. 3) Memperbaiki kualitas hubungan dengan orang lain, Dari itu bergaullah dengan orang yang memiliki kecerdasan dan perilaku yang baik. Selain itu perbaiki juga hubungan kita dengan orang-orang terdekat kita dan hindarilah pertentangan. 4) Bersikap proaktif, Proaktif sering dikatakan sebagai kemampuan mengambil sebuah inisiatif tindakan. Proaktif ini meliputi banyak hal seperti proaktif dalam melawan hawa nafsu, proaktif dalam memberantas kebodohan diri, proaktif memupuk motivasi, proaktif dalam belajar, proaktif dalam menolong orang yang membutuhkan. 5) Menjaga keseimbangan hidup, sebaiknya kita menyusun sebuah agenda kegiatan dan skala proritas sehingga kita benar-benar melakukan suatu hal sesuai dengan kebutuhan yang ada, berlebihan dan seimbang. 6) Setiap orang bertingkah laku sedapat mungkin sesuai dengan konsep dirinya, kecenderungan untuk bertingkah laku sesuai dengan konsep diri disebut sebagai nubuat yang dipenuhi sendiri. 7) Membuka diri meliputi Diri terbuka, Diri buta, Diri tersembunyi, Diri tidak diketahui. 8) Percaya diri, Keinginan untuk menutup diri, selain konsep diri yang negative timbul dari kurangnya kepercayaan akan kemampuan diri sendiri. Orang yang tidak menyenangi dirinya merasa bahwa dirinya tidak mampu mengatasi persoalan. Ketakutan untuk melakukan komunikasi dikenal sebagai “communication apprehension”. Orang yang aprehensif dalam komunikasi, akan menarik diri dalam pergaulan, berusaha sekecil mungkin berkomunikasi dan berbicara apabila terdesak saja. Tentu saja dalam aprehensi komunikasi disebabkan oleh kurangnya percaya diri, tetapi sebagai faktor dominan. 9) Selektivitas, konsep diri mempengaruhi perilaku komunikasi kita karena konsep diri mempengaruhi kepada pesan apa kita bersedia membuka diri, bagaimana kita mempersepsikan pesan itu dan apa yang kita ingat. 10) Memberi rangsangan yang membangkitkan, rangsangan ini bentuknya banyak dan bisa kita pilih sesuai keadaan, keadaan dalam arti kebutuhan, kepentingan, kemanfaatan atau isi kantong. Ini misalnya saja : membangkitkan jiwanya, membesarkan hatinya, memperkuat imannya atau mentalnya, memberikan bacaan yang menginspirasi, mengarahkan dia untuk mengidolakan tokoh-tokoh yang bermutu, menyediakan fasilitas pendidikan dirumah, mengajak mereka untuk mengunjungi event-event yang bermutu. 11) Memberikan pemahaman yang benar terhadap persoalan hidup (Realitas), misalnya saja pemahaman tentang pentingnya tolong menolong, pentingnya melawan kemiskinan dan kemalasan, pentingnya menyadari potensi dan kelebihan, pentingnya keikhlasan, kejujuran, kegigihan, melawan kesulitan. 12) Membantu anak dalam mengungkapkan kelebihan-kelebihannya, Kita semua sudah yakin bahwa pada setiap bayi yang lahir ke dunia ini memiliki kelebihan-kelebihan, disamping juga kekurangan-kekurangan. Bentuknya mungkin bisa bakat umum atau khusus, kecerdasan akademis, kemampuan social, leadership, seni, kecenderungan atau kesenangan (hobi) terhadap bidang-bidang tertentu. 13) Keteladanan, Ini tentu kita sudah tahu semua, yang selalu

dibutuhkan adalah kesadaran baru. Sebab, yang lebih kuat mendorong kita untuk melakukan sesuatu itu terkadang bukan pengetahuan, melainkan kesadaran baru. 14) Afirmasi positif, Afirmasi positif merupakan self-talk antara kita dengan diri kita sendiri. Afirmasi bukanlah sekedar ucapan klise yang kita ucapkan pada diri kita sendiri dan kita ucapkan secara terus menerus sampai kita bosan, Ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam melakukan afirmasi positif : a. Harus positif, hindari kata “tidak”, misalnya saya tidak bodoh, gunakanlah saya pandai. b. Menggunakan kalimat waktu sekarang, hindari kata “besok”, “akan”. Misalnya jangan menggunakan kalimat “besok saya akan rajin”, tapi gunakanlah “saya adalah siswa yang rajin”. d. Bersifat pribadi, gunakan kata “saya”. e. Persisten, setiap saat, setiap waktu. f. Dengan hasrat dan antusiasme yang besar, melibatkan emosi kamu. 15) Penetapan tujuan (goal setting), Langkah-langkah sebagai berikut : a. Tentukan keinginan apa yang ingin kita capai se jelas-jelasnya. b. Tuliskan diatas kertas, jangan hanya diangan-angan. c. Tetapkan waktunya, kapan harus tercapai. d. Pecah dan uraian menjadi sub-goal yang terarah dan teratur. e. Lakukan tindakan setiap hari agar tercapai goal setting semakin dekat. f. Tinjaulah setiap hari.

Pertanyaan :

- 1) Dalam membangun konsep diri positif ada beberapa cara yang harus dilakukan, salah satunya yaitu dengan melakukan afirmasi positif. Sudahkah kamu melakukan afirmasi positif ? kalau sudah berikan contohnya sesuai yang kamu lakukan !
- 2) Tulislah pada selembar kertas mengenai goal setting sesuai langkah-langkahnya!

DISKUSI

1. Dasar konsep diri positif adalah penerimaan diri. Kualitas ini lebih mengarahkan ke kerendahan hati dan ke kedermawanan daripada keangkuhan dan keegoisan. Orang yang mengenal dirinya dengan baik merupakan orang yang mempunyai konsep diri yang positif. Diskusikan hal-hal berikut ini yang berhubungan dengan konsep diri positif :
 1. Jelaskan ciri-ciri orang yang memiliki konsep diri positif ?
 2. Faktor apa sajakah yang mempengaruhi dalam pembentukan konsep diri ?
 3. Bagaimana dampak jika seseorang tidak memiliki konsep diri positif ?
 4. Upaya apa yang dapat dilakukan untuk meningkatkan konsep diri positif ?
2. Sesuai dengan namanya konsep diri negative berarti selalu berpikir negative tentang diri sendiri. Konsep diri negative terjadi karena rasa kecewa dan tidak percaya terhadap diri sendiri. Orang yang memiliki konsep diri yang tidak stabil akan selalu merasa dirinya tidak bisa melakukan sesuatu apapun yang berharga. Diskusikan hal-hal berikut ini yang berhubungan dengan konsep diri negatif :
 1. Jelaskan ciri-ciri orang yang memiliki konsep diri negative ?
 2. Buatlah 2 contoh sikap orang yang memiliki konsep diri negative ?
 3. Apa dampak yang ditimbulkan jika seseorang memiliki konsep diri negative?
 4. Apakah bisa jika seseorang yang memiliki konsep diri negative akan berubah memiliki konsep diri positif ?

EVALUASI

Aspek Kognitif. 1) Apa yang dimaksud dengan Konsep diri ?, 2) Sebutkan jenis – jenis konsep diri dan berikan contohnya ?, 3) Apa yang dimaksud dengan percaya diri ?, 4) Bagaimana cara mengatasi orang yang tidak percaya diri ?, 5) Bagaimana cara kita membangun dan meningkatkan konsep diri positif ?

Aspek Afektif. Jawablah isian berikut dengan Setuju atau Tidak Setuju pada pilihan yang kamu anggap tepat. 1) Konsep diri tidak dibawa sejak lahir tetapi dipelajari dari pengalaman. 2) Setiap individu harus memiliki rasa percaya diri. 3) Memiliki konsep diri positif menurut saya penting.

4) Lingkungan sekolah dapat mempengaruhi konsep diri negatif. 5) Jika saya memiliki konsep diri positif maka saya akan memiliki rasa percaya diri.

Aspek Psikomotorik. Buatlah rencana program untuk membangun meningkatkan konsep diri positif dengan menjawab Ya atau Tidak pada pilihan yang kamu anggap sesuai dengan program kamu. 1) Tidak canggung dalam bertindak. 2) Berani persentasi di depan kelas. 3) Berani berpendapat, bertanya dan menjawab pertanyaan. 4) Saya sering menghindari perdebatan antar teman. 5) Saya memiliki rasa humor yang tinggi.

REFLEKSI

Game fakta vs persepsi. Bahan :tisu bersih, spidol, papan tulis, penghapus. Tujuan : peserta dapat membedakan antara fakta dan persepsi serta menyadari pengaruh persepsi terhadap pola pikir seseorang. Petunjuk : 1) Instruktur mengambil tisu yang masih bersih. 2)Instruktur melipat tisu tersebut, membuatnya tampak kumal dengan meremas – remas tisu tersebut. 3) Instruktur membuang tisu yang sudah tampak kumal itu ke lantai.

4) Instruktur meminta pendapat kepada peserta dengan menanyakan, “ benda apa yang anda lihat di atas lantai itu?”. 5) Peserta mengemukakan pendapatnya, sedangkan instruktur menuliskan pendapat peserta pada papan tulis. Pendapat yang merupakan fakta ditulis di sebelah kiri dan persepsi di sebelah kanan. 6) Setelah peserta selesai mengemukakan pendapat, instruktur mengambil tisu tersebut dan menggunakannya untuk melap mukanya. Instruktur juga menunjukkan kepada peserta bahwa tisu tersebut masih bersih dan utuh, tidak seperti dugaan para peserta.

Pertanyaan untuk diskusi: 1) Apa perbedaan fakta dan persepsi ?, 2) Mana yang lebih berpengaruh terhadap pikiran seseorang, fakta atau persepsi?

DAFTAR PUSTAKA

Boyong Rachman Wijaya. 2012. *Hubungan Antara Bimbingan Orang Tua Dan Konsep Diri Dengan Prestasi Belajar Mata Pelajaran Sosiologi Siswa Kelas Xi Sma Negeri 8 Surakarta Tahun Pelajaran 2012/2013*. Jurnal Psikologi. Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret. Surakarta.

<http://digilib.uinsuka.ac.id/6060/1/BAB%20I.V.%20DAFTAR%20PUSTAKA.pdf>

(Kamis, 03 Juli 2014)

Hurlock, E.B. 1978. *Development Psychology*. New Delhi . Tata Mc Graw Hill.

WISUDA OKTOBER 2014

KARYA ILMIAH

7 JULI 2014

- Hurlock, E.B. 1979. *Personality Development*. New York. Mc Graw Hill Kogakhusa Ltd.
- Jalaluddin Rakhmat . 2005 . *Psikologi Komunikasi* . Edisi Revisi . Bandung . PT Remaja Rosdakarya.
- Markus, H. 1977. *Self Schemata and Processing Information About The Self*. Journal Of Personality And Social Psychology, 35,(3), hlm 63-78.
- Partosuwido,Sri Rahayu,Nuryoto,Sartini,Irfan,Sobani. 1985. *Peranan Konsep Diri dan Perkembangan Psikososial Anak Remaja Yang Kurang Berprestasi di DIY*. Laporan Penelitian. Yogyakarta. Lembaga Penelitian Universitas Gadjah Mada.
- Resti Asweni, Khairani. 2013. *Korelasi Antara Konsep Diri Social Dengan Hubungan Sosial (studi korelasional terhadap siswa smp negeri 2 padang panjang)*. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
http://eprints.undip.ac.id/8495/1/HUBUNGAN_KONSEP DIRI DENGAN PENYESUAIAN SOSIAL.pdf (Kamis, 03 Juli 2014)
- Sarlito Wirawan Sarwono. 2006 . *Psikologi Remaja* . Jakarta . PT Raja Grafindo Persada.
- Sarlito Wirawan Sarwono,Eko.A.Meinarno.2011. *Psikologi Sosial* . Jakarta . Salemba Humanika.
- Winanti Siwi Respati. 2006. *Perbedaan Konsep Diri Antara Remaja Akhir Yang Mempersepsi Pola Asuh Orang Tua Authoritarian, Permissive Dan Authoritative*. Jurnal Psikologi. Fakultas Psikologi Universitas INDONUSA Esa Unggul. Jakarta.
<http://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/psiko/article/viewFile/231/174>
 (Kamis, 03 Juli 2014)
- Zulfan Saam . 2009. *Psikologi Keperawatan* . Pekanbaru . UR Press.