

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Tahap Pelaksanaan penelitian

Setelah segala kebutuhan penelitian dipersiapkan dengan baik dan memperoleh izin dari beberapa pihak terkait untuk melaksanakan penelitian, maka peneliti bekerja sama dengan guru Bimbingan dan Konseling untuk menetapkan waktu pengumpulan data penelitian, yaitu tanggal 6 November 2023 sampai tanggal 30 November 2023.

Adapun rincian pelaksanaan kegiatan penelitian adalah sebagai berikut:

a. Pelaksanaan *Pretest*

Pelaksanaan *pretest* kepada 30 responden (siswa SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki), pada:

Hari/tanggal : Rabu, 10 November 2023

Tempat : Ruang VIII A

Peneliti menyiapkan angket sebanyak 30 eksemplar untuk diedarkan kepada responden penelitian (siswa kelas VIII A) sebanyak 30 orang siswa. Angket tersebut diisi oleh responden penelitian dan dikumpulkan kemudian dianalisis. Nama-nama responden *pretest* dapat dilihat pada lampiran 10.

b. Hasil *pretest*

Data *pretest* tentang konsep diri siswa diperoleh dari hasil pengisian angket. Berikut ini peneliti tampilkan dalam bentuk tabel, hasil *pretest* pada siswa kelas VIII A

Tabel 4.1 Data Hasil *Pretest* Konsep Diri.

No	Nama	Skor	Kategori
1	ASK	145	Tinggi
2	AAB	129	Tinggi
3	APC	141	Tinggi
4	AMT	135	Tinggi
5	APJH	136	Tinggi
6	AGPSR	119	Sedang
7	ABL	140	Tinggi
8	CPMF	130	Tinggi
9	DRW	137	Tinggi
10	GII	121	Sedang
11	GML	81	Rendah
12	HRU	120	Sedang
13	IGMF	128	Tinggi
14	JYR	127	Tinggi
15	JAFH	124	Sedang
16	DRB	140	Tinggi
17	JMT	123	Sedang
18	JRK	124	Sedang
19	KJT	151	Tinggi
20	KJB	129	Tinggi
21	LM	80	Rendah
22	LKWY	121	Sedang
23	MU	121	Sedang
24	MET	145	Tinggi
25	OARS	127	Tinggi
26	PB	120	Sedang
27	RAT	128	Tinggi
28	RFM	120	Sedang
29	TYGS	124	Sedang
30	WFES	80	Rendah

Berdasarkan pedoman kategorisasi pada tabel 3.4 diperoleh data bahwa dari 30 responden, terdapat 3 responden yang termasuk kategori rendah, 11 responden kategori sedang, dan 16 responden termasuk kategori tinggi. Tiga responden yang termasuk pada kategori rendah inilah yang akan menjadi responden penelitian (lihat tabel 4.2).

Tabel 4.2. Data *Pretest* Konsep Diri Responden Penelitian

No	Nama	Skor	Kategori
1	GML	81	Rendah
2	LM	80	Rendah
3	WFFS	80	Rendah
Jumlah		241	

c. *Treatment*

Pelaksanaan *treatment* dari tanggal 13 November sampai dengan 30 November Proses pelaksanaan *treatment* diuraikan sebagai berikut :

1) Pertemuan 1 dengan Siswa 1 (GML) dilaksanakan pada hari Jumat tanggal, 13 November 2023 jam 13:00 dengan langkah-langkah sebagai berikut :

a) Melaksanakan tahap awal:

(1) Peneliti mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa

(2) Peneliti menjelaskan pengertian, dan tujuan konseling individual

(3) Peneliti dan siswa menyetujui waktu selama proses konseling individual

b) Tahap pertengahan (Tahap kerja)

(1) Penjelajahan

Peneliti menjelaskan masalah yang dialami siswa khususnya masalah konsep diri fisik



Gambar 4.1 Peneliti menjelaskan Masalah yang dialami siswa

(2) Peneliti memberikan bantuan dengan mengikuti langkah-langkah teknik *bibliotherapy* yaitu:

(a) Peneliti memberikan motivasi dengan menggunakan kata-kata motivasi “saya bisa” sehingga siswa menerima diri apa adanya tanpa membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain

(b) Membaca bahan bacaan yang disiapkan

(1) Peneliti menjelaskan apa itu konsep diri fisik

- (2) Peneliti meminta siswa untuk membaca teks konsep diri fisik yang disiapkan (Lampiran 12)

(c) Lakukan Inkubasi

- (1) Peneliti meminta siswa untuk merenungkan sekaligus menghubungkan antara isi teks dengan kehidupan nyata yang dialami siswa
- (2) Peneliti meminta siswa untuk mendalami materi tentang konsep diri fisik yang tercantum dalam teks dan mengerjakan LKS (lampiran 13a)

(d) Tindak lanjut

Peneliti bersama siswa mendiskusikan hasil dari apa yang siswa baca tentang konsep diri fisik

(e) Evaluasi

- (1) Peneliti bertanya kepada siswa tentang perolehan perasaan dan harapan siswa tentang konsep diri fisik setelah mengikuti kegiatan diskusi
- (2) Peneliti menilai proses dari konseling individual

c) Tahap akhir

(1) Peneliti mengarahkan siswa untuk membuat kesimpulan dari hasil kegiatan konseling individual yang telah dilakukan

(2) Peneliti bersama siswa menyusun program tentang konsep diri fisik di masa yang akan datang

“program yang ditetapkan bersama yaitu membuat jurnal self love : kenali diri dengan lebih dekat dan tidak membandingkan diri dengan orang lain”

(3) Peneliti memberikan penguatan tentang konsep diri fisik

(4) Peneliti memberi tugas rumah terkait dengan konsep diri fisik kepada siswa (Lampiran 14a)

(5) Peneliti menutup kegiatan konseling dengan ucapan terimakasih

2. Pertemuan 2 dilaksanakan pada hari Kamis 16 November 2023 jam 14:00 dengan langkah-langkah sebagai berikut:

a) Melaksanakan tahap awal:

(1) Peneliti mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa

(2) Membahas bersama tugas rumah tentang konsep diri fisik yang telah dikerjakan siswa dari pertemuan sebelumnya.

“Saya harus mampu berinteraksi dengan orang tersebut tanpa melihat kondisi fisik yang di alami orang itu, karena dengan begitu orang tersebut tidak merasa minder untuk berinteraksi dengan siapa pun”.



Gambar 4.2 Peneliti dan siswa membahas tugas rumah bersama.

- (3) Peneliti menyampaikan topik yang akan dibahas melalui konseling individual yaitu konsep diri psikis
- b) Tahap pertengahan (Tahap kerja)
 - (1) Penjelajahan

Peneliti menjelaskan masalah yang dialami siswa khususnya masalah konsep diri psikis
 - (2) Peneliti memberikan bantuan dengan mengikuti langkah-langkah *bibliotherapy* yaitu:
 - (a) Motivasi

Peneliti memberikan motivasi dengan menggunakan kata-kata motivasi “saya bisa” sehingga saya mengasihi diri sendiri di mulai dengan menyukai diri sendiri, dimulai dengan memikirkan diri sendiri jauhkan diri dari hal-hal yang merusak mental kita, kita harus menjaga diri kita dengan cara yang positif.

(b) Membaca bahan bacaan yang disiapkan

- (1) Peneliti menjelaskan apa itu konsep diri psikis
- (2) Peneliti meminta siswa untuk membaca teks konsep diri psikis yang disiapkan (Lampiran 15a)

(c) Lakukan Inkubasi

- (1) Peneliti meminta siswa untuk merenungkan sekaligus menghubungkan antara isi teks dengan kehidupan nyata yang dialami siswa
- (2) Peneliti meminta siswa untuk mendalami materi tentang konsep diri psikis yang tercantum dalam teks dan mengerjakan LKS (lampiran 16a)

(d) Tindak lanjut

Peneliti bersama siswa mendiskusikan hasil dari apa yang siswa baca tentang konsep diri psikis

(e) Evaluasi

- (1) Peneliti bertanya kepada siswa tentang perolehan perasaan dan harapan siswa tentang konsep diri psikis setelah mengikuti kegiatan diskusi.
- (2) Peneliti menilai proses konseling individual

c) Tahap Akhir

- (1) Peneliti mengarahkan siswa untuk membuat kesimpulan dari hasil kegiatan konseling individual yang telah dilakukan

- (2) Peneliti bersama siswa menyusun program tentang konsep diri psikis yang positif di masa yang akan datang
“Program yang diberikan yaitu mengikuti klub bola yang diminati siswa”
 - (3) Peneliti memberikan penguatan tentang konsep diri psikis
 - (4) Peneliti memberi tugas rumah terkait dengan konsep diri psikis kepada siswa (lampiran 17a)
 - (5) Peneliti menutup kegiatan konseling dengan ucapan terimakasih
3. Pertemuan 3 dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 21 November 2023 jam 16:00 dengan langkah-langkah sebagai berikut:
- (a) Tahap awal:
 - (1) Peneliti mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa
 - (2) Membahas bersama PR tentang konsep diri psikis yang telah dikerjakan siswa dari pertemuan sebelumnya
“Saya tidak boleh mendengarkan perkataan orang lain tetapi percaya pada diri sendiri dan selalu tampil didepan orang banyak”



Gambar 4.3 Peneliti dan siswa membahas tugas rumah bersama

- (3) Peneliti menyampaikan topik yang akan dibahas melalui konseling individual yaitu konsep diri moral

(b) Tahap pertengahan (Tahap kerja)

(1) Penjelajahan

Peneliti menjelaskan masalah yang dialami siswa khususnya masalah konsep diri moral

- (2) Peneliti memberikan bantuan dengan mengikuti langkah-langkah *bibliotherapy* yaitu:

(a) Motivasi

Peneliti memberikan motivasi dengan menggunakan kata-kata motivasi “saya bisa” sehingga siswa yang memiliki kejujuran adalah sebuah kebaikan terdalam yang mengajarkan kita untuk bersyukur pada hidup kita sendiri dan membagi kebahagiaan tersebut dengan orang-orang.

(b) Membaca bahan bacaan yang disiapkan

- (1) Peneliti menjelaskan apa itu konsep diri moral
- (2) Peneliti meminta siswa untuk membaca teks konsep diri moral yang disiapkan (lampiran 18a)

(c) Lakukan Inkubasi

- (1) Peneliti meminta siswa untuk merenungkan sekaligus menghubungkan antara isi teks dengan kehidupan nyata yang dialami siswa
- (2) Peneliti meminta siswa untuk mendalami materi tentang konsep diri moral yang tercantum dalam teks dan LKS (lampiran 19a)

(d) Tindak lanjut

Peneliti bersama siswa mendiskusikan hasil dari apa yang siswa baca tentang konsep diri moral

(e) Evaluasi

- (1) Peneliti bertanya kepada siswa tentang perolehan perasaan dan harapan siswa tentang konsep diri moral setelah mengikuti kegiatan diskusi.
- (2) Peneliti menilai proses dari konseling individual

c) Tahap Akhir

- (1) Peneliti mengarahkan siswa untuk membuat kesimpulan dari hasil kegiatan konseling individual yang telah dilakukan

- (2) Peneliti bersama siswa menyusun program tentang konsep diri moral yang positif di masa yang akan datang
“program yang diberikan yaitu menanamkan nilai-nilai moral yang baik”
 - (3) Peneliti memberikan penguatan tentang konsep diri moral
 - (4) Peneliti memberi tugas rumah terkait dengan konsep diri moral kepada siswa (lampiran 20a)
 - (5) Peneliti menutup kegiatan konseling dengan ucapan terimakasih
4. Pertemuan 4 dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 24 November 2023 jam 14:00 dengan langkah-langkah kegiatan sebagai berikut:
- a) Tahap awal:
 - (1) Peneliti mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa
 - (2) Membahas bersama tugas rumah tentang konsep diri moral yang telah dikerjakan siswa dari pertemuan sebelumnya
“Saya harus lebih percaya pada diri sendiri dan tidak tergantung pada orang lain dan tidak menyontek pada saat ulangan”
 - (3) Peneliti menyampaikan topik yang akan dibahas melalui konseling individual yaitu konsep diri social
 - b) Tahap pertengahan (tahap kerja)
 - (1) Penjelajahan
Peneliti menjelaskan masalah yang dialami siswa khususnya masalah konsep diri sosial

(2) Peneliti memberikan bantuan dengan mengikuti langkah-langkah *bibliotherapy* yaitu:

(a) Motivasi

Peneliti memberikan motivasi dengan menggunakan kata-kata motivasi “saya bisa” sehingga saya bersikap baik kepada semua orang tanpa harus memandang status sosialnya

(b) Membaca bahan bacaan yang disiapkan

(1) Peneliti menjelaskan apa itu konsep diri sosial

(2) Peneliti meminta siswa untuk membaca teks konsep diri sosial yang disiapkan (lampiran 21a)



Gambar 4.4 Peneliti meminta siswa untuk membaca teks konsep diri sosial.

(c) Lakukan Inkubasi

(1) Peneliti meminta siswa untuk merenungkan sekaligus menghubungkan antara isi teks dengan kehidupan nyata yang dialami siswa

(2) Peneliti meminta siswa untuk mendalami materi tentang konsep diri sosial yang tercantum dalam teks dan mengerjakan LKS (lampiran 22a)

(d) Tindak lanjut

Peneliti bersama siswa mendiskusikan hasil dari apa yang siswa baca tentang konsep diri sosial

(e) Evaluasi

(1) Peneliti bertanya kepada siswa tentang perolehan perasaan dan harapan siswa tentang konsep diri sosial setelah mengikuti kegiatan diskusi.

(2) Peneliti menilai proses dari konseling individual

c) Tahap Akhir

(1) Peneliti mengarahkan siswa untuk membuat kesimpulan dari hasil kegiatan konseling individual yang telah dilakukan

(2) Peneliti bersama siswa menyusun program tentang konsep diri sosial yang positif di masa yang akan datang

“program yang diberikan yaitu penyuluhan tentang narkoba”

(3) Peneliti memberikan penguatan tentang konsep diri sosial

- (4) Peneliti memberi tugas rumah terkait dengan konsep diri sosial kepada siswa (lampiran 23a)
 - (5) Peneliti menutup kegiatan konseling dengan ucapan terimakasih
2. Pertemuan 1 dengan Siswa 2 (LM) yang dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 14 November 2023 jam 14:00 dengan langkah-langkah sebagai berikut:
- a) Melaksanakan tahap awal:
 - (1) Peneliti mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa
 - (2) Peneliti menjelaskan pengertian, tujuan konseling individual
 - (3) Peneliti dan siswa menyepakati waktu selama proses konseling individual
 - b) Tahap pertengahan (Tahap kerja)
 - (1) Penjelajahan
Peneliti menjelaskan masalah yang dialami siswa khususnya masalah konsep diri fisik



Gambar 4.5 Peneliti menjelaskan masalah yang dialami siswa

- (2) Peneliti memberikan bantuan dengan mengikuti langkah-langkah teknik *bibliotherapy* yaitu:
 - (a) Peneliti memberikan motivasi dengan menggunakan kata-kata motivasi “saya bisa” sehingga siswa menerima diri apa adanya tanpa membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain
 - (b) Membaca bahan bacaan yang disiapkan
 - (1) Peneliti menjelaskan apa itu konsep diri fisik
“Konsep diri fisik yaitu pandangan seseorang terhadap fisik, kesehatan, penampilan diri dan gerak motoriknya”
 - (2) Peneliti meminta siswa untuk membaca teks konsep diri fisik yang disiapkan (lampiran 12)

(c) Lakukan Inkubasi

(1) Peneliti meminta siswa untuk merenungkan sekaligus menghubungkan antara isi teks dengan kehidupan nyata yang dialami siswa

(2) Peneliti meminta siswa untuk mendalami materi tentang konsep diri fisik yang tercantum dalam teks dan mengerjakan LKS (lampiran 13b)

(d) Tindak lanjut

Peneliti bersama siswa mendiskusikan hasil dari apa yang siswa baca tentang konsep diri fisik

(e) Evaluasi

(1) Peneliti bertanya kepada siswa tentang perolehan perasaan dan harapan siswa tentang konsep diri fisik setelah mengikuti kegiatan diskusi

(2) Peneliti menilai proses dari konseling individual

c) Tahap akhir

(1) Peneliti mengarahkan siswa untuk membuat kesimpulan dari hasil kegiatan konseling individual yang telah dilakukan

(2) Peneliti bersama siswa menyusun program tentang konsep diri fisik yang positif di masa yang akan datang

“program yang ditetapkan bersama yaitu membuat jurnal self love: kenali diri dengan lebih dekat dan tidak membandingkan diri dengan orang lain”

- (3) Peneliti memberikan penguatan tentang konsep diri fisik
- (4) Peneliti memberi tugas rumah terkait dengan konsep diri fisik kepada siswa (lampiran 14b)
- (5) Peneliti menutup kegiatan konseling dengan ucapan terimakasih

2. Pertemuan 2 dilaksanakan pada hari Jumat tanggal 17 November 2023 jam 15:00 dengan langkah-langkah sebagai berikut :

a) Tahap awal:

- (1) Peneliti mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa
- (2) Membahas bersama tugas rumah tentang konsep diri fisik yang telah dikerjakan siswa dari pertemuan sebelumnya

“ Saya melihat disekitar saya ada seorang pria yang memiliki kekurangan fisik dimana ia tidak bisa melihat tapi ia bersemangat untuk mencari uang dengan bernyanyi keliling walau pun ia memiliki kekurangan tapi ia tidak malu dengan kekurangan yang ia miliki sedangkan saya yang memiliki tubuh yang sempurna malu jika disuruh menyanyi didepan kelas”



Gambar 4.6 Peneliti dan siswa membahas tugas rumah bersama

- (3) Peneliti menyampaikan topik yang akan dibahas melalui konseling individual yaitu konsep diri psikis
- b) Tahap pertengahan (Tahap kerja)
- (1) Penjelajahan
Peneliti menjelaskan masalah yang dialami siswa khususnya masalah konsep diri psikis
 - (2) Peneliti memberikan bantuan dengan mengikuti langkah-langkah *bibliotherapy* yaitu:
 - (a) Motivasi
Peneliti memberikan motivasi dengan menggunakan kata-kata motivasi “saya bisa” sehingga saya mengasihi diri sendiri di mulai dengan menyukai diri sendiri, dimulai dengan memikirkan diri sendiri jauhkan diri dari hal-hal yang merusak mental kita, kita harus menjaga diri kita dengan cara yang positif.

(b) Membaca bahan bacaan yang disiapkan

- (1) Peneliti menjelaskan apa itu konsep diri psikis
- (2) Peneliti meminta siswa untuk membaca teks konsep diri psikis yang disiapkan (lampiran 15b)

(c) Lakukan Inkubasi

- (1) Peneliti meminta siswa untuk merenungkan sekaligus menghubungkan antara isi teks dengan kehidupan nyata yang dialami siswa
- (2) Peneliti meminta siswa untuk mendalami materi tentang konsep diri psikis yang tercantum dalam teks dan mengerjakan LKS (lampiran 16b)

(d) Tindak lanjut

Peneliti bersama siswa mendiskusikan hasil dari apa yang mereka baca tentang konsep diri psikis

(e) Evaluasi

- (1) Peneliti bertanya kepada siswa tentang perolehan perasaan dan harapan siswa tentang konsep diri psikis setelah mengikuti kegiatan diskusi.
- (2) Peneliti menilai proses dari konseling individual

c) Tahap Akhir

- (1) Peneliti mengarahkan siswa untuk membuat kesimpulan dari hasil kegiatan konseling individual yang telah dilakukan

- (2) Peneliti bersama siswa menyusun program tentang konsep diri psikis yang positif di masa yang akan datang
“program yang diberikan yaitu mengikuti klub menari yang diminati siswa”
 - (3) Peneliti memberikan penguatan tentang konsep diri psikis
 - (4) Peneliti memberi tugas rumah terkait dengan konsep diri psikis kepada siswa (lampiran 17b)
 - (5) Peneliti menutup kegiatan konseling dengan ucapan terimakasih
3. Pertemuan 3 dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 22 November 2023 jam 14:00 dengan langkah-langkah sebagai berikut:
- a) Tahap awal:
 - (1) Peneliti mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa
 - (2) Membahas bersama PR tentang konsep diri psikis yang telah dikerjakan siswa dari pertemuan sebelumnya
“Cara saya membangun rasa percaya diri saya yang positif dalam kehidupan sehari-hari yaitu dengan cara selalu ikut kegiatan yang diadakan disekolah misalnya mengikuti perlombaan 17 Agustus”
 - (3) Peneliti menyampaikan topik yang akan dibahas melalui konseling individual yaitu konsep diri moral
 - b) Tahap pertengahan (Tahap kerja)
 - (1) Penjelajahan
Peneliti menjelaskan masalah yang dialami siswa khususnya masalah konsep diri moral

(2) Peneliti memberikan bantuan dengan mengikuti langkah-langkah *bibliotherapy* yaitu:

(a) Motivasi

Peneliti memberikan motivasi dengan menggunakan kata-kata motivasi “saya bisa” sehingga siswa yang memiliki kejujuran adalah sebuah kebaikan terdalam yang mengajarkan kita untuk bersyukur pada hidup kita sendiri dan membagi kebahagiaan tersebut dengan orang-orang.

(b) Membaca bahan bacaan yang disiapkan

(1) Peneliti menjelaskan apa itu konsep diri moral

(2) Peneliti meminta siswa untuk membaca teks konsep diri moral yang disiapkan (lampiran 18b)



Gambar 4.7 Peneliti meminta siswa untuk teks konsep diri moral

(c) Lakukan Inkubasi

(1) Peneliti meminta siswa untuk merenungkan sekaligus menghubungkan antara isi teks dengan kehidupan nyata yang dialami siswa

(2) Peneliti meminta siswa untuk mendalami materi tentang konsep diri moral yang tercantum dalam teks dan mengerjakan LKS (lampiran 19b)

(d) Tindak lanjut

Peneliti bersama siswa mendiskusikan hasil dari apa yang siswa baca tentang konsep diri moral

(e) Evaluasi

(1) Peneliti bertanya kepada siswa tentang perolehan perasaan dan harapan siswa tentang konsep diri moral setelah mengikuti kegiatan diskusi.

(2) Peneliti menilai proses dari konseling individual

c) Tahap Akhir

(1) Peneliti mengarahkan siswa untuk membuat kesimpulan dari hasil kegiatan konseling individual yang telah dilakukan

(2) Peneliti bersama siswa menyusun program tentang konsep diri moral yang positif di masa yang akan datang

“program yang diberikan yaitu menanamkan nilai-nilai moral yang baik”

(3) Peneliti memberikan penguatan tentang konsep diri moral

- (4) Peneliti memberi tugas rumah terkait dengan konsep diri moral kepada siswa (lampiran 20b)
 - (5) Peneliti menutup kegiatan konseling dengan ucapan terimakasih
4. Pertemuan 4 dilaksanakan pada hari Senin tanggal 27 November 2023 jam 16:00 dengan langkah-langkah sebagai berikut :
- a) Tahap awal:
 - (1) Peneliti mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa
 - (2) Membahas bersama tugas rumah tentang konsep diri moral yang telah dikerjakan siswa dari pertemuan sebelumnya
“Selalu percaya diri jangan malu dan jangan takut”
 - (3) Peneliti menyampaikan topik yang akan dibahas melalui konseling individual yaitu konsep diri sosial
 - b) Tahap pertengahan (tahap kerja)
 - (1) Penjelajahan
Peneliti menjelaskan masalah yang dialami siswa khususnya masalah konsep diri sosial
 - (2) Peneliti memberikan bantuan dengan mengikuti langkah-langkah *bibliotherapy* yaitu:
 - (a) Motivasi
Peneliti memberikan motivasi dengan menggunakan kata-kata motivasi “saya bisa” sehingga saya bersikap baik kepada semua orang tanpa harus memandang status sosialnya

(b) Membaca bahan bacaan yang disiapkan

(1) Peneliti menjelaskan apa itu konsep diri sosial

(2) Peneliti meminta siswa untuk membaca teks konsep diri sosial yang disiapkan (lampiran 21b)

(c) Lakukan Inkubasi

(1) Peneliti meminta siswa untuk merenungkan sekaligus menghubungkan antara isi teks dengan kehidupan nyata yang dialami siswa

(2) Peneliti meminta siswa untuk mendalami materi tentang konsep diri sosial yang tercantum dalam teks dengan refleksi yang lain dan mengerjakan LKS (lampiran 22b)

(d) Tindak lanjut

Peneliti bersama siswa mendiskusikan hasil dari apa yang siswa baca tentang konsep diri sosial

(e) Evaluasi

(1) Peneliti bertanya kepada siswa tentang perolehan perasaan dan harapan siswa tentang konsep diri sosial setelah mengikuti kegiatan diskusi.

(2) Peneliti menilai proses dari konseling individual

c) Tahap Akhir

(1) Peneliti mengarahkan siswa untuk membuat kesimpulan dari hasil kegiatan konseling individual yang telah dilakukan

- (2) Peneliti bersama siswa menyusun program tentang konsep diri sosial yang positif di masa yang akan datang
“program yang diberikan yaitu penyuluhan tentang narkoba”
- (3) Peneliti memberikan penguatan tentang konsep diri sosial
- (4) Peneliti memberi tugas rumah terkait dengan konsep diri sosial kepada siswa (lampiran 23)



Gambar 4.8 Peneliti memberikan tugas rumah tentang konsep diri sosial

- (5) Peneliti menutup kegiatan konseling dengan ucapan terimakasih
3. Pertemuan 1 dengan Siswa 3 (WFFS) dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 15 November 2023 jam 15:00 dilaksanakan dengan langkah-langkah sebagai berikut :
- a) Melaksanakan tahap awal
 - (1) Peneliti mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa
 - (2) Peneliti menjelaskan pengertian, tujuan dan hal-hal perlu diperhatikan dalam pelaksanaan konseling individual

(3) Peneliti dan siswa menyepakati waktu selama proses konseling individual

b) Tahap pertengahan (Tahap kerja)

(1) Penjelajahan

Peneliti menjelaskan masalah yang dialami siswa khususnya masalah konsep diri fisik



Gambar 4.9 Peneliti menjelaskan masalah yang dialami oleh siswa

(2) Peneliti memberikan bantuan dengan mengikuti langkah-langkah teknik *bibliotherapy* yaitu:

(a) Peneliti memberikan motivasi dengan menggunakan kata-kata motivasi “saya bisa” sehingga siswa menerima diri apa adanya tanpa membandingkan dirinya dengan orang lain

(b) Membaca bahan bacaan yang disiapkan

(1) Peneliti menjelaskan apa itu konsep diri fisik

(2) Peneliti meminta siswa untuk membaca teks konsep diri fisik yang disiapkan (lampiran 12)

(c) Lakukan Inkubasi

(1) Peneliti meminta siswa untuk merenungkan sekaligus menghubungkan antara isi teks dengan kehidupan nyata yang dialami siswa

(2) Peneliti meminta siswa untuk mendalami materi tentang konsep diri fisik yang tercantum dalam teks dan mengerjakan LKS (lampiran 13c)

(d) Tindak lanjut

Peneliti bersama siswa mendiskusikan hasil Dari apa yang mereka baca tentang konsep diri fisik

(e) Evaluasi

(1) Peneliti bertanya kepada siswa tentang perolehan perasaan dan harapan siswa tentang konsep diri fisik setelah mengikuti kegiatan diskusi

(2) Peneliti menilai proses dari konseling individual

c) Tahap akhir

(1) Peneliti mengarahkan siswa untuk membuat kesimpulan dari hasil kegiatan konseling individual yang telah dilakukan

(2) Peneliti bersama siswa menyusun program tentang konsep diri fisik yang positif di masa yang akan datang

“program yang ditetapkan bersama yaitu membuat jurnal self love: kenali diri dengan dekat dan tidak membandingkan diri dengan orang lain”

(3) Peneliti memberikan penguatan tentang konsep diri fisik

(4) Peneliti memberi tugas rumah terkait dengan konsep diri fisik kepada siswa (lampiran 14c)

(5) Peneliti menutup kegiatan konseling dengan ucapan terimakasih

2. Pertemuan 2 dilaksanakan pada hari Senin tanggal 20 November 2023 jam 15:00 dengan langkah-langkah sebagai berikut:

a) Melaksanakan tahap awal:

(1) Peneliti mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa

(2) Membahas bersama PR tentang konsep diri fisik yang telah dikerjakan siswa dari pertemuan sebelumnya

“Saya merasa bangga dan bersyukur karena memiliki anggota tubuh yang lengkap dan saya termotivasi untuk lebih meningkatkan bakat saya”



Gambar 4.10 Peneliti dan siswa membahas tugas rumah tentang fisik

(3) Peneliti menyampaikan topik yang akan dibahas melalui konseling individual yaitu konsep diri psikis

b) Tahap pertengahan (Tahap kerja)

(1) Penjelajahan

Peneliti menjelaskan masalah yang dialami siswa khususnya masalah konsep diri psikis

(2) Peneliti memberikan bantuan dengan mengikuti langkah-langkah *bibliotherapy* yaitu:

(a) Motivasi

Peneliti memberikan motivasi dengan menggunakan kata-kata motivasi “saya bisa” sehingga siswa memiliki kepercayaan akan diri sendiri adalah rahasia utama untuk sukses.

(b) Membaca bahan bacaan yang disiapkan

(1) Peneliti menjelaskan apa itu konsep diri psikis

“konsep diri psikis yaitu konsep seseorang tentang ciri-ciri khusus yang berbeda dengan orang lain”

(2) Peneliti meminta siswa untuk membaca teks konsep diri psikis yang disiapkan (lampiran 15c)

(c) Lakukan Inkubasi

(1) Peneliti meminta siswa untuk merenungkan sekaligus menghubungkan antara isi teks dengan kehidupan nyata yang dialami siswa

(2) Peneliti meminta siswa untuk mendalami materi tentang konsep diri psikis yang tercantum dalam teks dan mengerjakan LKS (lampiran 16c)

(d) Tindak lanjut

Peneliti bersama siswa mendiskusikan hasil dari apa yang siswa baca tentang konsep diri psikis

(e) Evaluasi

(1) Peneliti bertanya kepada siswa tentang perolehan perasaan dan harapan siswa tentang konsep diri psikis setelah mengikuti kegiatan diskusi.

(2) Peneliti menilai proses dari konseling individual

c) Tahap Akhir

(1) Peneliti mengarahkan siswa untuk membuat kesimpulan dari hasil kegiatan konseling individual yang telah dilakukan

- (2) Peneliti bersama siswa menyusun program tentang konsep diri psikis yang positif di masa yang akan datang
“program yang diberikan yaitu mengikuti klub menyanyi yang diminati siswa”
 - (3) Peneliti memberikan penguatan tentang konsep diri psikis
 - (4) Peneliti memberi tugas rumah terkait dengan konsep diri psikis kepada siswa (lampiran 17)
 - (5) Peneliti menutup kegiatan konseling dengan ucapan terimakasih
3. Pertemuan 3 dilaksanakan pada hari Kamis tanggal 23 November 2023 jam 14:00 dengan langkah-langkah kegiatan sebagai berikut:
- a) Tahap awal:
 - (1) Peneliti mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa
 - (2) Membahas bersama tugas rumah tentang konsep diri psikis yang telah dikerjakan siswa dari pertemuan sebelumnya.
“Dengan cara percaya diri contohnya kita tidak boleh ada rasa takut atau rasa malu pada orang-orang yang ada disekitar kita”
 - (3) Peneliti menyampaikan topik yang akan dibahas melalui konseling individual yaitu konsep diri moral
 - b) Tahap pertengahan (Tahap kerja)
 - (1) Penjelajahan
Peneliti menjelaskan masalah yang dialami siswa khususnya masalah konsep diri moral

(2) Peneliti memberikan bantuan dengan mengikuti langkah-langkah *bibliotherapy* yaitu:

(a) Motivasi

Peneliti memberikan motivasi dengan menggunakan kata-kata motivasi “saya bisa” sehingga siswa yang memiliki kejujuran adalah sebuah kebaikan terdalam yang mengajarkan kita untuk bersyukur pada hidup kita sendiri dan membagi kebahagiaan tersebut dengan orang-orang.



Gambar 4.11 peneliti memberikan motivasi kepada siswa

(b) Membaca bahan bacaan yang disiapkan

(1) Peneliti menjelaskan apa itu konsep diri moral

(2) Peneliti meminta siswa untuk membaca teks konsep diri moral yang disiapkan (lampiran 18c)

(c) Lakukan Inkubasi

(1) Peneliti meminta siswa untuk merenungkan sekaligus menghubungkan antara isi teks dengan kehidupan nyata yang dialami siswa

(2) Peneliti meminta siswa untuk mendalami materi tentang konsep diri moral yang tercantum dalam teks dan mengerjakan LKS (lampiran 19c)

(d) Tindak lanjut

Peneliti bersama siswa mendiskusikan hasil dari apa yang siswa baca tentang konsep diri moral

(e) Evaluasi

(1) Peneliti bertanya kepada siswa tentang perolehan perasaan dan harapan siswa tentang konsep diri moral setelah mengikuti kegiatan diskusi.

(2) Peneliti menilai proses dari konseling individual

c) Tahap Akhir

(1) Peneliti mengarahkan siswa untuk membuat kesimpulan dari hasil kegiatan konseling individual yang telah dilakukan

(2) Peneliti bersama siswa menyusun program tentang konsep diri moral yang positif di masa yang akan datang

“program yang diberikan yaitu menanamkan nilai-nilai moral”

(3) Peneliti memberikan penguatan tentang konsep diri moral

(4) Peneliti memberi tugas rumah terkait dengan konsep diri moral kepada siswa (lampiran 20c)

(5) Peneliti menutup kegiatan konseling dengan ucapan terimakasih

4. Pertemuan 4 dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 28 November 2023 jam 16:00 dengan langkah-langkah sebagai berikut:

a) Tahap awal

- 1) Peneliti mengucapkan salam dan menanyakan kabar siswa
- 2) Membahas bersama tugas rumah tentang konsep diri moral yang telah dikerjakan siswa dari pertemuan sebelumnya
“Saya dapat untuk diterapkan jangan pernah putus asah dan harus percaya diri”
- 3) Peneliti menyampaikan topik yang akan dibahas melalui konseling individual yaitu konsep diri sosial

b) Tahap pertengahan (tahap kerja)

1) Penjelajahan

Peneliti menjelaskan masalah yang dialami siswa khususnya masalah konsep diri sosial

2) Peneliti memberikan bantuan dengan mengikuti langkah-langkah *bibliotherapy* yaitu:

(a) Motivasi

Peneliti memberikan motivasi dengan menggunakan kata-kata motivasi “saya bisa” sehingga saya bersikap baik kepada semua orang tanpa harus memandang status sosialnya.

(b) Membaca bahan bacaan yang disiapkan

(1) Peneliti menjelaskan apa itu konsep diri sosial

(2) Peneliti meminta siswa untuk membaca teks konsep diri sosial yang disiapkan (lampiran 21c)

(c) Lakukan Inkubasi

(1) Peneliti meminta siswa untuk merenungkan sekaligus menghubungkan antara isi teks dengan kehidupan nyata yang dialami siswa

(2) Peneliti meminta siswa untuk mendalami materi tentang konsep diri sosial yang tercantum dalam teks dengan refleksi yang lain dan mengerjakan LKS (lampiran 22c)

(d) Tindak lanjut

Peneliti bersama siswa mendiskusikan hasil dari apa yang siswa baca tentang konsep diri sosial

(e) Evaluasi

(1) Peneliti bertanya kepada siswa tentang perolehan perasaan dan harapan siswa tentang konsep diri sosial setelah mengikuti kegiatan diskusi.

(2) Peneliti menilai proses dari konseling individual

c) Tahap Akhir

(1) Peneliti mengarahkan siswa untuk membuat kesimpulan dari hasil kegiatan konseling individual yang telah dilakukan

(2) Peneliti bersama siswa menyusun program tentang konsep diri sosial yang positif di masa yang akan datang

“program yang diberikan yaitu penyuluhan narkoba”

- (3) Peneliti memberikan penguatan tentang konsep diri sosial
- (4) Peneliti memberi tugas rumah terkait dengan konsep diri sosial kepada siswa (lampiran 23c)



Gambar 4.12 Peneliti memberikan tugas rumah tentang konsep diri sosial

- (5) Peneliti menutup kegiatan konseling dengan ucapan terimakasih

d) *Posttest*

Setelah melaksanakan *treatment* (penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual), selanjutnya dilakukan *posttest* pada tanggal 29 November 2023 untuk membandingkan tingkat konsep diri sebelum *treatment* dan sesudah *treatment* pada responden penelitian. *Posttest* dilakukan dengan cara menyebarkan angket konsep diri dan dijawab oleh responden penelitian. Selanjutnya peneliti menghitung skor masing-masing item dan jumlah skor dari setiap responden direkap dalam bentuk tabulasi dengan menggunakan program excel (Lampiran 24). Setelah menghitung jumlah skor, peneliti menentukan kriteria tingkat konsep diri masing-masing.

Dampak dari *treatment* ialah, responden penelitian mengalami peningkatan konsep diri dari kategori rendah menjadi tinggi. Hasil *posttest* dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 4.3 Data Hasil *Posttest* Konsep Diri

No	Nama	Skor	Kategori
1	GML	144	Tinggi
2	LM	146	Tinggi
3	WFFS	140	Tinggi
Jumlah		430	

B. Hasil Penelitian

Pada bagian hasil penelitian ini peneliti menyajikan data hasil *Pretest* dan *Posttest* serta menganalisisnya sesuai dengan rumus statistik serta Langkah-langkah kerjanya yang sudah dikemukakan pada Bab III.

1. Data *Pretest*

Analisis data *pretest*/tes awal dilakukan sebelum kegiatan bimbingan kelompok dengan teknik *bibliotherapy*, data yang dianalisis adalah data yang dikumpulkan menggunakan angket konsep diri yang disebarakan kepada siswa kelas VIII A. Tujuan dari analisis data *pretest* ialah untuk memperoleh data awal sebagai acuan untuk mengetahui kondisi awal siswa kelas VIII A SMPK St. Yoseph Noelbaki. Rumus yang digunakan dalam analisis *pretest* adalah rumus Mean (rata-rata):

$$\bar{X}_1 = \frac{\sum X_1}{n_1}$$

Keterangan:

\bar{X}_1 = Pengukuran *Pretest*/ tes awal

$\sum X_1$ = Jumlah keseluruhan skor (*pretest*/ tes awal)

n_1 = Jumlah responden

Diketahui:

$$\sum X = 241$$

$$n = 3$$

$$\bar{X}_1 = \frac{241}{3} = 80,333$$

Hasil analisis *pretest* diperoleh hasil mean/rata-rata = 80,333

2. Analisis Data *Posttest*/ tes akhir

Analisis *posttest*/tes akhir dilakukan setelah penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual, untuk mengetahui kondisi atau hasil yang diperoleh setelah subjek penelitian diberikan *treatment*. Data yang dianalisis adalah data yang dikumpulkan menggunakan angket yang sama dengan angket yang digunakan pada saat *pretest*. Rumus yang digunakan peneliti untuk menganalisis data *posttest* adalah rumus mean (rata-rata):

$$\bar{X}_2 = \frac{\sum X_2}{n_2}$$

Keterangan:

\bar{X}_2 = Pengukuran *posttest*/ tes akhir

$\sum X_2$ = Jumlah keseluruhan skor (*posttest*/ tes akhir)

n_2 = Jumlah responden

Diketahui:

$$\sum X_2 = 430$$

$$n_2 = 3$$

$$\bar{X}_2 = \frac{430}{3} = 144$$

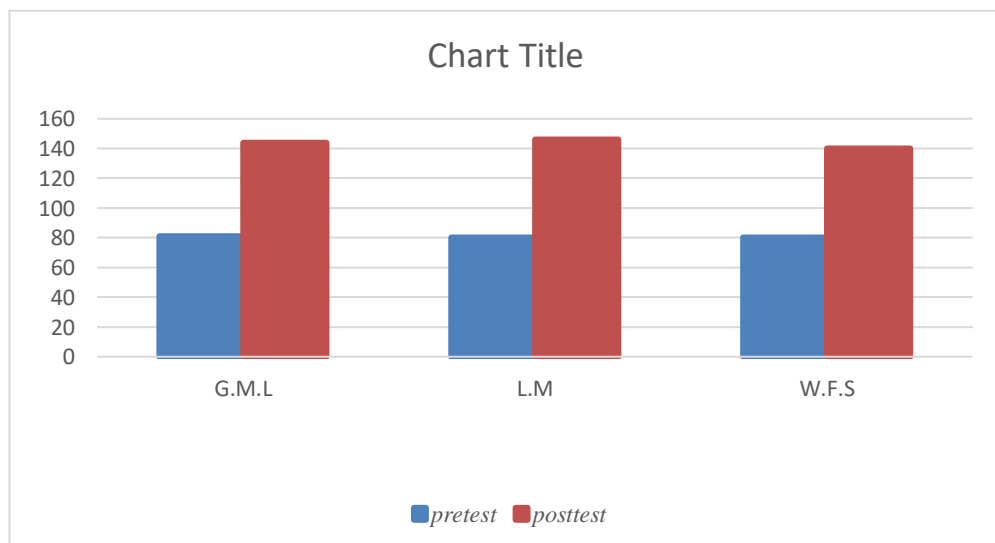
Hasil analisis *posttest* tes akhir diperoleh hasil mean/rata-rata =144

Selanjutnya gambaran perbedaan tingkat konsep diri berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.4 Perbedaan Hasil *Pretest* dan *Posttest*

No	Nama	Skor <i>pretest</i> (X1)	Kategori	Skor <i>posttest</i> (X2)	Kategori
1	GML	81	Rendah	144	Tinggi
2	LM	80	Rendah	146	Tinggi
3	WFFS	80	Rendah	140	Tinggi
	Jumlah	241		430	

Perbedaan hasil *pretest* dan *posttest* digambarkan pada Bagan berikut:



Bagan 4.3 Perbedaan Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Dari data *posttest* di atas dapat dilihat bahwa semua subjek penelitian mengalami kenaikan skor jika dibandingkan dengan data *pretest*, sesuai dengan prioritas yang ingin dicapai oleh peneliti.

3. Uji Hipotesis

Hipotesis dilakukan untuk mengetahui efektivitas penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual.

Langkah kerja analisis data penelitian dengan menggunakan rumus uji *t* (*t-test*), adalah sebagai berikut:

a) Peneliti membuat tabel penolong dengan rincian sebagai berikut:

1) Kolom (1) : Nomor responden (subyek penelitian)

2) Kolom (2) : Jumlah skor *pretest*

3) Kolom (3) : Jumlah skor *posttest*

4) Kolom (4) : Selisih nilai *posttest* dan *pretest*

5) Kolom (5) : Selisih *posttest* dan *pretest*

dikurangi rata-rata selisih *posttest* dan *pretest*.

6) Kolom (6) : d kuadrat

- b) Peneliti memasukkan data hasil perhitungan *pretest* dan *posttest* konsep diri ke dalam kolom tabel yang telah disediakan:

Tabel 4.5 Data Hasil Perhitungan *pretest* dan *posttest* Konsep Diri

No	Skor <i>pretest</i> (1)	Skor <i>posttest</i> (2)	D (3)	Xd (4)	Xd ² (5)
1	81	144	63	1	1
2	80	146	66	1,05	1,1025
3	80	140	60	0,96	0,9216
Jumlah	241	430	∑d= 189		3,0241

Berdasarkan data pada tabel di atas, maka dapat dilakukan penghitungan sebagai berikut:

- 1) Menghitung nilai rata-rata dari gain (Md):

$$Md = \frac{\sum d}{n} = \frac{189}{3} = 63$$

- 2) Menentukan nilai t_{hitung} dengan menggunakan rumus:

$$t_{hitung} = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum Xd^2}{n(n-1)}}}$$

$$t_{hitung} = \frac{63}{\sqrt{\frac{3,0241}{3(3-1)}}} = \frac{63}{\sqrt{0,504}} = 88,75$$

Dari perhitungan yang dilakukan diketahui hasil t_{hitung} adalah sebesar 88,75

- 3) Menentukan derajat kebebasan:

$$Db = n - 2 = 3 - 2 = 1$$

4) Menetapkan nilai t_{tabel} :

Nilai t_{tabel} pada taraf signifikansi 5% dengan d.b 1 sebesar 12.71. Pengujian hipotesis dengan menggunakan rumus uji t dimana hasil analisis data diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 88,75 sedangkan nilai t_{tabel} pada taraf signifikansi 5% dengan d.b = 1 adalah 12.71. Dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ (88,75 > 12.71). Hal ini menunjukkan bahwa penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual efektif untuk peningkatan konsep diri pada siswa kelas VIII A SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki tahun Pelajaran 2023/2024. Dengan demikian H_0 yang berbunyi penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual tidak efektif untuk peningkatan konsep diri siswa kelas VIII A SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki tahun pelajaran 2023/2024 ditolak, dan H_a yang berbunyi penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual efektif untuk peningkatan konsep diri siswa kelas VIII A SMP Katolik St. Yoseph Noelbaki tahun pelajaran 2023/2024 diterima.

C. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual efektif meningkatkan konsep diri siswa kelas VIII A SMPK St. Yoseph Noelbaki tahun pelajaran 2023/2024. Buktinya, hasil analisis data yang telah dilakukan dalam penelitian ini terlihat tingkat

perubahan hasil antara *pretest* dan *posttest* dari kategori rendah menjadi tinggi.

Selain itu, hasil uji hipotesis menggunakan rumus t_{test} menunjukkan nilai t_{hitung} sebesar 88,75 lebih besar dari t_{tabel} sebesar 12.71 pada taraf signifikansi 5%. Perbedaan angka tersebut menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan menerima H_a yang berbunyi penerapan teknik *bibliotherapy* melalui konseling individual efektif untuk meningkatkan konsep diri siswa kelas VIII A SMPK St. Yoseph Noelbaki tahun pelajaran 2023/2024.

Peningkatan konsep diri siswa dengan menggunakan teknik *bibliotherapy* sebagai mana peneliti temukan di atas, didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Trihantoro (2016), dalam penelitian dengan judul Pengaruh Teknik *Bibliotherapy* untuk peningkatan Konsep Diri Siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Tangerang.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang dilakukan dalam penelitian ini terlihat tingkat perubahan hasil data *pretest* dan *posttest* dari kategori rendah menjadi tinggi. Berdasarkan hasil analisis deskriptif yang dilakukan dalam penelitian ini terlihat tingkat perubahan hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan Mann Whitney U-Test diperoleh hasil nilai asymp. Sig = 0.037. Hipotesis penelitian diuji pada taraf signifikansi $\alpha = 0.05$ atau dengan tingkat kesalahan sebesar 5%, maka nilai Asymp. Sig = 0.037 < nilai signifikansi $\alpha = 0.05$. bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima.

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa, hipotesis alternatif (Ha) yang berbunyi ada pengaruh layanan konseling individual dengan teknik *bibliotherapy* terhadap pengembangan konsep diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 2 Tangerang, diterima kebenarannya. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa layanan konseling individual dengan teknik *bibliotherapy* dapat meningkatkan konsep diri siswa.

Teknik *bibliotherapy* ini memiliki beberapa manfaat. Shinn (dalam Suparyo 2007:34), mengemukakan bahwa manfaat *bibliotherapy* yaitu:

- 1) Mengidentifikasi kebutuhan dan permasalahan klien. Hal ini dilakukan melalui pengamatan, berbincang dengan orangtua, penugasan menulis dan pandangan hidup klien.
- 2) Menyesuaikan tema yang tepat untuk terapi.
Memotivasi klien dengan aktivitas pengenalan seperti mengajukan pertanyaan untuk mengasah pemahaman dari membaca cerita tersebut.
- 3) Melibatkan klien dalam fase mendapatkan informasi, berkomentar atau mendengarkan. Ajukan pertanyaan dan mulai berdiskusi tentang bacaan. Secara berkala, simpulkan apa yang terjadi secara panjang lebar.
- 4) Memberikan waktu dalam beberapa menit agar klien bisa memikirkan apa yang mereka baca.
- 5) Mendampingi klien sampai akhir terapi melalui diskusi dan menyusun daftar jalan keluar atau aktivitas lain.

