

**KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGATASI KONSEP DIRI
NEGATIF (STUDI PADA SISWA SMAN 1 POLANHARJO KLATEN)**



**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam
Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1**

SKRIPSI

Disusun Oleh:

**Hindun Arroyani
NIM. 16220095**

Dosen Pembimbing:

**Dr. H. Rifa'i, MA
NIP. 196107041992031001**

**STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM

FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA

2021



PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-960/Un.02/DD/PP.00.9/06/2021

Tugas Akhir dengan judul : KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGATASI KONSEP DIRI NEGATIF (STUDI PADA SISWA SMAN 1 POLANHARJO KLATEN)

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : HINDUN ARROYANI
Nomor Induk Mahasiswa : 16220095
Telah diujikan pada : Kamis, 06 Mei 2021
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

Dr. H. Rifa'i, M.A.
SIGNED



Penguji I

Dr. Muhsin, S.Ag., M.A.
SIGNED

Valid ID: 60d0740b4326b



Penguji II

Sudharmo Dwi Yuwono, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 60becfebdd84e



Yogyakarta, 06 Mei 2021
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 60d14b077f67a



SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:

Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr. wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk, dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Hindun Arroyani

NIM : 16220095

Judul Skripsi : Konseling Individu Untuk Mengatasi Siswa dengan Konsep Diri Rendah
(Studi pada Siswa SMAN 1 Polanharjo Klaten)

Sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Daakwah dan Komunikasi Program Studi Bimbingan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang Ilmu Sosial.

Dengan ini kami berharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum wr. wb.

Yogyakarta, 30 April 2021

Mengetahui:

Ketua Program Studi

Pembimbing Skripsi

Slamet, S.Ag, M.Si.

NIP. 19691214 199803 1 002

Dr. H. Rifa'i MA

NIP. 19610704199203 1 001

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hindun Arroyani

NIM : 16220095

Jurusan : Bimbingan Konseling Islam

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul **Konseling Individu Untuk Mengatasi Siswa dengan Konsep diri Negatif (Studi pada Siswa SMAN 1 Polanharjo Klaten)** adalah hasil karya saya pribadi yang tidak mengandung plagiatisme dan tidak berisi materi yang dipulihkan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang diambil sebagai acuan dengan tata cara yang dibenarkan secara ilmiah.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka penulis siap mempertanggungjawabkan sesuai hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 10 Maret 2021

Yang menyatakan,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALAGA
YOGYAKARTA



Hindun Arroyani
NIM.16220095

SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Penulis yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Hindun Arroyani
NIM : 16220095
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penulis tidak menuntut kepada jurusan/prodi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta (Atas Pemakaian Jilbab Dalam Ijazah Strata Satu Saya). Seandainya suatu hari terdapat instansi yang menolak ijazah tersebut karena penggunaan jilbab.

Demikian surat pertanyaan ini penulis buat dengan sungguh-sungguh dengan penuh kesadaran dan ridho Allah SWT.

Yogyakarta, 10 Maret 2021

Yang Menyatakan

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Hindun Arroyani
NIM. 16220095

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan untuk kedua orang tua

Bapak Rusbanasir dan Ibu Muji Rahayu

Terimakasih untuk kasih sayang yang tak pernah usai



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

“Terbentur Terbentur Terbentur Terbentuk”*

(Tan Malaka)



*Tan Malaka, *Madilog (Materialisme, Dialitika, Logika)*, (Jakarta: Lembaga Penelitian & Pengembangan Masyarakat, 1974), hlm. 36.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah, puji syukur penulis atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Konseling Individu untuk Mengatasi Konsep Diri Negatif (Studi pada Siswa SMAN 1 Polanharjo Klaten)”. Shalawat dan salam penulis curahkan kepada Nabi Muhammad SAW sebagai teladan umat Islam yang patut dijadikan sauna tauladan dan penyemangat hidup.

Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan tidak lepas dari dorongan dan bantuan berbagai pihak. Penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Phil. Al Makin, M.A selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Slamet, S.Ag., M.Si., selaku Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Dr. H. Rifa'i, MA, selaku dosen pembimbing skripsi yang telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan ilmu, memberikan pemahaman, pengarahan, memberikan motivasi, arahan dan bimbingan dengan sabar
5. Bapak dan Ibu Dosen serta staf Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
6. Bapak Joko Susilo, M.Pd selaku Kepala Sekolah SMAN 1 Polanharjo Klaten.

7. Bapak Drs. Sirajamunir, Ibu Gesang Iswati S.Pd., Ibu Erna S.Pd dan Ibu Bernadetha Krismawati Purnama Sari S.Pd. selaku guru BK di SMAN 1 Polanharjo
8. Adik ku Rus'an Al ichwan dan Zakia Asha Safita yang selalu mendukung dan menyemangati
9. Teman-teman BKI 2016 UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang saling memberikan semangat, membantu dan mengingatkan.
10. Sahabat-sahabat seperjuangan, Nina, Fifi, Isna, Suci, Monika yang selalu mendukung dan mengingatkan untuk mengerjakan skripsi.

Yogyakarta, 20 Maret 2021

Penulis

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Hindun Arroyani

NIM. 16220095

ABSTRAK

Hindun Arroyani (16220095) Konseling Individu Untuk Mengatasi Konsep Diri Negatif (Studi pada Siswa SMAN 1 Polanharjo Klaten) Prodi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2021.

Remaja yang memiliki konsep diri negatif mengakibatkan mereka kurang bisa bersosialisasi dengan teman sebaya. Padahal ketika siswa berada di sekolah mereka perlu adanya interaksi, hal ini penting untuk dilakukan agar potensi yang dimiliki para remaja dapat dikembangkan secara optimal. Remaja yang memiliki konsep diri negatif akan berdampak pada menurunnya prestasi akademik, sehingga perlu bantuan dari Guru BK untuk mengatasi masalah tersebut. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penelitian ini berupaya mengungkap, mendeskripsikan metode konseling individu yang di berikan guru BK bagi siswa kelas X yang memiliki masalah konsep diri negatif di SMAN 1 Polanharjo.

Penelitian ini termasuk jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan lapangan (*field research*). Pengumpulan datanya menggunakan wawancara, dokumentasi dan observasi. Adapun analisisnya dengan *deskriptif-kualitatif*, data yang telah terkumpul disusun dan diklarifikasikan sehingga dapat menjawab dari rumusan masalah. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa metode dalam konseling individu untuk mengatasi siswa dengan konsep diri negatif di SMA Negeri 1 Polanharjo Klaten ada 2 metode yaitu metode konseling direktif dan konseling eklektif.

Kata Kunci: Konseling Individu, Kosep Diri Negatif, Siswa

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
SURAT PERNYATAAN BERJILBAB.....	v
HALAMAN PESEMBAHAN.....	vi
MOTTO.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Penegasan Judul.....	1
B. Latar Belakang.....	3
C. Rumusan Masalah.....	5
D. Tujuan Penelitian.....	5
E. Manfaat Penelitian.....	6
F. Kajian Pustaka.....	6
G. Kerangka Teori.....	11
H. Metode Penelitian.....	33
BAB II GAMBARAN UMUM ORGANISASI BK SMAN 1 POLANHARJO KLATEN.....	43
A. Gambaran Umum SMAN 1 Polanharjo Klaten.....	43
B. Profil Bimbingan dan Konseling SMAN 1 Polanharjo.....	49
C. Profil Subyek Utama.....	53
BAB III METODE KONSELING INDIVIDU UNTUK MENGATASI MASALAH KONSEP DIRI NEGATIF SISWA SMAN 1 POLANHARJO.....	55
A. Konseling Direktif.....	56

B.	Konseling Non-Direktif.....	56
C.	Konseling Eklektif.....	66
BAB IV	PENUTUP.....	75
A.	Kesimpulan.....	75
B.	Saran.....	75
C.	Kata Penutup.....	76
	DAFTAR PUSTAKA.....	78
	LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	80
	DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	85



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Guna menghindari kesalahpahaman dalam memahami skripsi yang berjudul “Konseling Individu untuk Mengatasi Konsep Diri Negatif (Studi pada Siswa SMAN 1 Polanharjo Klaten)”. Maka perlu dijelaskan istilah-istilah yang terdapat pada judul tersebut, yaitu sebagai berikut:

1. Konseling Individu

Konseling individu yaitu pertemuan konselor dengan konseli secara individual, yaitu terjadi hubungan konseling dan konselor berupaya memberikan bantuan untuk mengembangkan pribadi klien serta dapat mengatasi masalah-masalah yang dihadapinya.¹ Sedangkan Sofyan menjelaskan bahwa konseling individu merupakan salah satu pemberian bantuan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik mendapatkan bantuan langsung secara tatap muka dengan guru pembimbing atau konselor dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahannya.² Berdasarkan pengertian tersebut, yang dimaksud konseling individu dalam penelitian ini adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan konselor kepada konseli dalam upaya membantu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi siswa.

¹ Sofyan S. Willis, *Konseling Idividu: Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), hlm. 159.

² Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta, Rineka Cipta, 2010), hlm. 63.

2. Mengatasi Konsep Diri Negatif

Menurut KBBI mengatasi diartikan sebagai menguasai atau menanggulangi.³ Sedangkan konsep diri menurut Brehm dan Kasim adalah keyakinan yang dimiliki individu tentang atribut atau cita-cita yang dimilikinya, sehingga dapat dimengerti sebagai pengetahuan dan keyakinan yang dimiliki individu tentang karakteristik atau ciri-ciri pribadinya.⁴ Hurlock juga menjelaskan bahwa konsep diri negatif merupakan penilaian negatif terhadap diri sendiri, merasa cemas dan tidak adanya perasaan yang menghargai pribadi dan penerimaan terhadap dirinya.⁵ Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan mengatasi konsep diri negatif adalah menanggulangi keyakinan individu terhadap dirinya sendiri yang cenderung buruk tentang karakteristik, cita-cita, dan pandangan akan dirinya sendiri.

3. SMAN 1 Polanharjo Klaten

SMAN 1 Polanharjo adalah sebuah lembaga pendidikan formal yang beralamatkan di Jalan Karanglo Polanharjo, Karanglo, Kecamatan Polanharjo, Kabupaten Klaten, Provinsi Jawa Tengah. Dalam penelitian ini, penulis berfokus pada guru BK dalam menangani tiga siswa SMAN 1 Polanharjo Klaten yang memiliki konsep diri negatif.

³ Departemen Pendidikan Nasional, Kamus Besar Bahasa Indonesia, (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), hlm. 24.

⁴ Dayaksini & Hudaniyah, *Psikologi sosial edisi revisi*, (Malang: UMM Press, 2003), hlm 65

⁵ Hurlock Elizabeth B, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pengantar Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 1991), hlm. 132-133

Berdasarkan penegasan istilah-istilah tersebut, yang dimaksud Konseling Individu untuk Mengatasi Konsep Diri Negatif (Studi pada Siswa SMAN 1 Polanharjo Klaten) adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan antara guru BK dengan siswa dalam mengatasi masalah terkait kurangnya keyakinan siswa dalam hal cita-cita, pengetahuan atau pandangan tentang dirinya sendiri di SMAN 1 Polanharjo Klaten.

B. Latar Belakang Masalah

Rasa rendah diri yang timbul karena perasaan kurang berharga atau kurang mampu dalam bidang psikologi atau sosial yang dirasa secara subyektif, ataupun karena keadaan jasmani yang kurang sempurna.⁶ Orang yang merasa dirinya diterima akan cenderung memiliki konsep diri yang positif, sebaliknya orang yang merasa ditolak akan cenderung memiliki konsep diri yang negatif. Perasaan diri yang ditolak menyebabkan remaja menutup diri sehingga menarik diri dari lingkungan pertemanan di sekolah. Beberapa remaja di sekolah merasa dirinya kurang dalam berbagai hal seperti fisik, finansial, kepintaran, dan hal-hal lain yang menyebabkan remaja tersebut menutup diri. Selain itu faktor lain yang juga mempengaruhi yaitu perlakuan yang diberikan oleh teman-temannya yang menganggap remaja tersebut aneh dan tidak sama dengan mereka, sehingga teman-temannya mengucilkan teman yang berbeda tersebut.

Konsep diri mempunyai peranan penting dalam menentukan perilaku seseorang dan sebagai acuan bagi tingkah laku dan cara penyesuaian orang.

⁶ Agus Suyatno, dkk., *Psikologi Kepribadian*, (Jakarta: Bumi Aksara, 1991), hlm. 74

Suatu sikap individu yang mempunyai konsep diri positif akan cenderung menghasilkan perilaku positif dan akan mudah menyesuaikan terhadap masalah-masalah yang dihadapi. Sebaliknya, individu yang mempunyai konsep diri negatif cenderung menghasilkan perilaku yang negatif dan akan sulit menyesuaikan dengan masalah-masalah yang dihadapinya. Konsep diri bukanlah faktor bawaan sejak lahir, tetapi konsep diri merupakan sekumpulan informasi tentang dirinya yang kemudian membentuk konsep diri. Sehingga konsep diri bukan sesuatu yang bertahan dan tidak dapat diubah, tetapi lebih merupakan konsep yang memungkinkan berkembang terhadap pengalaman-pengalaman baru, umpan balik, dan informasi-informasi dari lingkungan sekitarnya.

Remaja yang memiliki konsep diri negatif akan cenderung pada kurangnya sosialisasi dengan teman sebaya mereka. Padahal ini sangat penting dilakukan untuk menggali dan mengoptimalkan potensi yang dimiliki siswa tersebut. Ketika remaja tidak memiliki keyakinan terkait dengan cita-cita, pengetahuan dan pandangan tentang dirinya sendiri, dimungkinkan remaja tersebut akan mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya, khususnya hubungan pertemanan di sekolah dan mengakibatkan prestasinya menurun.

Seperti fenomena konsep diri negatif yang terjadi pada salah satu anak tuli yang ada di SMAN 1 Polanharjo Klaten. Anak tersebut mengalami tuli karena kebiasaan buruk dia yang sangat suka main *game* (kecanduan *game*) dan tidak terkontrol. Hal tersebut berdampak pada terganggunya syaraf pada

pendengaran dan mengakibatkan pendengarannya berkurang. Karena kekurangannya tersebut anak menjadi minder dan kurang bisa bersosialisasi secara normal dengan lingkungannya. Selain itu anak tersebut juga menjadi pendiam dan kurang optimal dalam perkembangan akademiknya. Hal ini terlihat pada menurunnya nilai-nilai akademik yang dia peroleh hampir di semua mata pelajaran.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian mengenai metode konseling individu yang dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling, untuk mengatasi konsep diri yang negatif pada siswa. Diadakannya konseling individu ini bertujuan agar siswa dapat mengatasi konsep diri negatif yang ada dalam dirinya kemudian menguubahnya ke arah yang lebih positif dengan dibantu oleh guru bimbingan dan konseling. Sehingga kekurangan yang dimiliki tidak dijadikan sebagai alasan untuk selalu mengarah ke hal-hal yang sifatnya negatif. Melalui konseling individu dengan metode direktif dan eklektif ini siswa juga dibantu untuk lebih mengenal dan menggali konsep-konsep diri positif yang ada di dalam dirinya.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana metode konseling individu yang digunakan oleh guru BK untuk mengatasi konsep diri negatif siswa di SMAN 1 Polanharjo Klaten?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui, mendeskripsikan, dan menganalisis metode konseling individu yang dilakukan guru bimbingan konseling untuk mengatasi konsep diri negatif siswa di SMAN 1 Polanharjo Klaten.

E. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan dalam perkembangan ilmu bimbingan dan konseling islam, terkhusus dalam mengatasi siswa dengan masalah konsep diri yang negatif.

2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah keterampilan untuk guru BK dalam melaksanakan tugas yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling baik dari hasil penelitian maupun dari proses penelitian.

F. Kajian Pustaka

Tinjauan pustaka sangat penting dilakukan untuk mengetahui persamaan dan perbedaan penelitian yang sudah ada sebelumnya, sepanjang pengetahuan penulis sudah banyak yang meneliti tentang konseling individu, tetapi sampai saat ini penulis belum menemukan karya ilmiah yang membahas tentang *Konseling Individu untuk Mengatasi Konsep Diri Negatif (Studi pada Siswa SMAN 1 Polanharjo Klaten)* secara spesifik. Namun penulis menemukan beberapa karya ilmiah berbentuk skripsi yang relevan diantaranya sebagai berikut:

1. Skripsi Tri Astuti Sari, Skripsi yang berjudul “Konseling Individu Dalam Mengatasi Siswa Dengan Perilaku Rendah Diri”, penelitian ini membahas tentang pelaksanaan konseling individu dalam mengatasi siswa yang berperilaku rendah diri. Hasil dari skripsi ini menunjukkan bahwa SMP Negeri 5 Banguntapan telah menerapkan konseling individu dengan cukup baik. Terlihat dari peran guru pembimbing yang menciptakan suasana yang rileks, nyaman dan tidak ada tekanan.⁷ Persamaan penelitian dari Tri Astuti Sari dengan skripsi peneliti yaitu terletak pada bimbingan konseling individu untuk mengatasi siswa dengan perilaku rendah diri, sedangkan perbedaannya terletak pada yang diteliti yaitu penelitian ini meneliti tentang pelaksanaan konseling individu sedangkan penelitian yang peneliti lakukan berfokus pada metode konseling individu.
2. Skripsi Devi Oktaviani Asyari, yang berjudul “Konseling Individu dalam Meningkatkan Konsep Diri Positif (Studi Kasus Pada 3 Siswa *Broken Home* di MAN 4 Bantul Yogyakarta)”. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tahap-tahap pemberian bantuan konseling individu dalam meningkatkan konsep diri positif siswa *broken home* di MAN 4 Bantul Yogyakarta ada 6 langkah, yaitu analisis, sintesis, diagnosis, prognosis, konseling dan *follow-up*.⁸

⁷ Tri Astuti Sari, *Konseling Individu dalam Menangani Siswa dengan Perilaku Rendah diri (Studi Kasus Terhadap Tiga Siswa kelas VII di SMP Negeri 5 Banguntapan)*, Skripsi Program Sarjana UIN Sunan Kalijaga, 2013.

⁸ Devi Oktaviani Asyari, *Konseling Individu dalam Meningkatkan Konsep Diri Positif (Studi Kasus Pada 3 Siswa Broken Home di MAN 4 Bantul – Yogyakarta)*, Skripsi Program Sarjana UIN Sunan Kalijaga, 2013.

Persamaan penelitian dari Devi Oktaviani Asyari terletak pada subyek yang diteliti yaitu studi pada siswa, sedangkan perbedaannya terletak pada obyek penelitian. Obyek penelitian Devi Oktaviani Asyari yaitu tahap-tahap konseling individu sedangkan obyek yang diteliti dalam penelitian ini adalah metode yang diberikan guru bimbingan dan konseling dalam memberikan bantuan konseling individu untuk mengatasi konsep diri yang negatif pada siswa.

3. Skripsi Fatmawati, yang berjudul “Layanan Konseling Individu Dalam Menangani Kecemasan Berpidato (Studi Pada Siswa MTs Negeri Yogyakarta 1)”. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif. Subyek penelitiannya ada 3 guru BK dan 6 siswa, hasil penelitiannya menunjukkan bahwa layanan konseling individu yang dilakukan guru BK menggunakan teknik konseling yaitu: melayani (*attending*), empati, menjernihkan (*clarifying*), memberi nasehat, memberikan informasi serta merujuk pada layanan teknik konseling *Rasional Emotif Therapy (RAT)* dengan pendekatan *assertive training* dan *systematic desensitization*.⁹ Persamaan antara skripsi Fatmawati dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu pada subyek penelitian yaitu studi kasus pada siswa sekolah, sedangkan perbedaan penelitiannya terletak pada obyek, pada skripsi tersebut yang menjadi objek penelitiannya mengenai teknik konseling, sedangkan objek skripsi peneliti mengenai metode yang

⁹ Fatmawati, *Layanan Konseling Individu Dalam Menangani Kecemasan Berpidato (Studi Pada Siswa MTs Negeri Yogyakarta 1)*. Skripsi Program Sarjana UIN Sunan Kalijaga, 2015.

diberikan guru bimbingan dan konseling dalam memberikan bantuan konseling individu untuk mengatasi siswa dengan konsep diri negatif.

4. Skripsi Lulu Lubna Abharina, dengan judul *Konseling Individu dalam Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Korban Broken Home di MTs Negeri 8 Sleman*. Penelitian tersebut merupakan penelitian lapangan dengan pendekatan metode kualitatif. Rumusan masalah yang diteliti adalah metode konseling individu yang digunakan guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan efikasi diri terhadap siswa korban *broken home* di MTs Negeri 8 Sleman. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa cara yang digunakan guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan efikasi diri siswa korban *broken home* kelas VIII tahun ajaran 2017/2018 di MTs Negeri 8 Sleman adalah dengan menggunakan cara direktif dan elektif, adapun langkah-langkah yang ditempuh adalah identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, penyelesaian masalah dan evaluasi.¹⁰ Persamaan penelitian ini dengan skripsi peneliti yaitu terletak pada objek penelitiannya, sedangkan perbedaannya terletak pada subyek penelitiannya, subyek penelitian ini yaitu siswa MTs kelas VIII sedangkan subyek peneliti Siswa SMA kelas X.
5. Skripsi Lutfi wahyuningrum, dengan judul “Konseling Individu Bagi Siswa yang Melakukan *Bullying* di MTs Negeri Yogyakarta II”. Penelitian tersebut menggunakan penelitian kualitatif hasil dari penelitian ini menunjukkan bentuk-bentuk *bullying* yang dilakukan oleh

¹⁰ Lulu Lubna Abharina, *Konseling Individu dalam Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Korban Broken Home Di MTs Negeri 8 Sleman*. Skripsi Program Sarjana UIN Sunan Kalijaga, 2018.

siswa kepada teman sebayanya yang duduk di kelas VIII di MTs Negeri Yogyakarta II yaitu *bullying* verbal, fisik dan sosial. Kemudian dapat kita ketahui tahap-tahap pemberian bantuan yang melakukan *bullying* yang duduk di kelas VIII tahun ajaran 2016/2017 meliputi tahap pembinaan hubungan, penilaian masalah, penetapan tujuan, seleksi strategi, implementasi strategi, evaluasi dan tindak lanjut dan yang terakhir terminasi.¹¹ Persamaan penelitian ini dengan skripsi peneliti yaitu terletak pada subjek penelitiannya, sedangkan perbedaannya terletak pada objek penelitiannya, objek penelitian ini adalah tahap-tahap pemberian bantuan yang melakukan *bullying* yang duduk di kelas VIII tahun ajaran 2016/2017 sedangkan objek penelitian ini adalah metode yang diberikan guru bimbingan dan konseling dalam memberikan bantuan konseling individu untuk menangani siswa dengan konsep diri yang negatif.

Berdasarkan kajian pustaka di atas tentang penelitian yang pernah dilakukan, ada perbedaan dengan penelitian ini. Fokus penelitian ini terletak pada metode konseling individu yang digunakan guru bimbingan konseling untuk mengatasi konsep diri negatif di SMAN 1 Polanharjo Klaten.

¹¹ Lutfi wahyuningrum, *Konseling Individu Bagi Siswa yang Melakukan Bullying di MTs N Yogyakarta II*. Skripsi Program Sarjana UIN Sunan Kalijaga, 2017.

G. Kerangka Teori

1. Tinjauan Tentang Konseling Individu

a. Pengertian Konseling Individu

Konseling individu yaitu layanan konseling yang diberikan oleh seorang pembimbing (konselor) kepada peserta didik (klien) secara tatap muka (secara perorangan) dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi yang sedang dihadapi klien.¹²

b. Tujuan Konseling Individu

Tujuan konseling secara eksplisit dan implisit oleh konselor adalah:

1) Pemahaman, yaitu siswa dapat memahami akar dan perkembangan kesulitan emosional, mengarah kepada peningkatan kapasitas untuk lebih memilih mengontrol rasional dari pada perasaan dan tindakan.

2) Berhubungan dengan Orang Lain

Siswa menjadi lebih mampu membentuk dan mempertahankan hubungan yang bermakna yang memuaskan kepada orang lain, misalnya dalam keluarga atau di dunia pendidikan.

3) Kesadaran Diri

Menjadikan siswa lebih peka terhadap pemikiran dan perasaan yang selama ini ditahan, dipendam ataupun ditolak atau mengembangkan perasaan yang lebih akurat berkenaan dengan penerimaan orang lain terhadap dirinya.

¹² Tohari, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Maderasah (berbasis Integrasi)*, (Jakarta: Grafindo Persada, 2010), hlm. 98

4) Penerimaan Diri, yaitu pengembangan sikap positif terhadap diri siswa, yang ditandai oleh kemampuan menjelaskan pengalaman yang selalu menjadi subjek kritik dan penolakan.

5) Aktualisasi Diri atau Individual

Yaitu pengarahan siswa ke arah pemenuhan potensi atau penerimaan integrasi bagian diri yang sebelumnya saling bertentangan.

6) Pencerahan

Yaitu membantu siswa mencapai kondisi kesadaran spiritual yang lebih tinggi.

7) Pemecahan masalah

Siswa dapat menemukan pemecahan masalah tertentu yang tidak dapat dipecahkan oleh konseli seorang diri.

8) Pendidikan psikologis

Siswa mampu menangkap ide dan teknik untuk memahami dan mengontrol tingkah laku.

9) Memiliki Keterampilan Sosial

Yaitu siswa mampu mempelajari dan menguasai keterampilan sosial dan interpersonal seperti mempertahankan kontak mata, tidak menyela pembicaraan, asertif atau pengendalian kemarahan.

10) Perubahan Kognitif

Siswa dapat memodifikasi atau mengganti kepercayaan yang tidak rasional atau pola pikiran yang tidak dapat diadaptasi, yang diasosiasikan dengan tingkah laku yang merusak diri sendiri.

11) Perubahan Tingkah Laku

Siswa dapat memodifikasi atau mengganti pola tingkah laku yang maladaptif atau merusak ke arah yang lebih adaptif dan diterima secara sosial.

12) Perubahan Sistem

Siswa dapat memperkenalkan perubahan dengan cara beroperasinya sistem sosial seperti keluarga dan masyarakat sekitar.

13) Restitusi

Yaitu membantu siswa membuat perubahan kecil terhadap perilaku yang merusak.

14) Reproduksi (*generativity*) dan Aksi Sosial

Membuat inspirasi dalam diri seseorang dan kapasitas untuk peduli terhadap orang lain, membagikan pengetahuan dan berkontribusi untuk kebaikan bersama *colleccive good* melalui kesepakatan politik dan kerja komunitas.¹³

¹³ Gantina Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT Indeks, 2014). hlm. 18

c. Fungsi Konseling Individu

1) Fungsi Pemahaman

Fungsi pemahaman, terdapat beberapa hal yang perlu dipahami yaitu, pemahaman tentang masalah konseli. Dalam pengenalan, bukan saja hanya mengenal diri konseli tetapi lebih dari sekedar itu melainkan pemahaman yang menyangkut latar belakang pribadi konseli, kekuatan dan kelemahannya, serta kondisi lingkungan konseli.

2) Fungsi Pencegahan

Fungsi pencegahan ini berfungsi agar konseli tidak ketergantungan ataupun gangguan tindak lanjut dari hidupnya agar tidak memasuki hal-hal yang berbahaya tingkat lanjut, yang mana perlu pengorbanan yang rumit.

3) Fungsi Pengentasan

Dalam fungsi Pengentasan konselor bukan ditugaskan untuk mengenal dengan unsur-unsur fisik yang berada di luar dari konseli, tapi konselor mengatasi dengan menggunakan kekuatan-kekuatan yang berada di dalam dari konseli sendiri.

4) Fungsi Pemeliharaan dan Pengembangan

Fungsi pemeliharaan adalah memelihara segala yang baik yang ada pada diri individu, baik hal yang merupakan pembawaan, maupun dari hasil pengembangan yang sudah dicapai selama ini. Dalam bimbingan dan konseling, fungsi pemeliharaan

dan pengembangan dilaksanakan melalui berbagai peraturan kegiatan dan program.¹⁴

d. Metode Konseling Individu

1) Konseling Direktif (*Directive Counseling*)

Konseling direktif ini yang aktif adalah Guru BK, sedangkan siswa bersifat pasif, Dengan demikian inisiatif dan peranan utama pemecahan masalah lebih banyak dilakukan Guru BK. Pendekatan ini berasumsi bahwa konseli tidak mampu mengatasi sendiri masalah yang dihadapinya, oleh sebab itu konseli membutuhkan bantuan dari orang lain sehingga Guru BK berusaha mengarahkan siswa sesuai dengan masalahnya selain itu Guru BK juga memberikan saran, anjuran dan nasehat kepada siswa.

Konseling direktif berlangsung menurut langkah-langkah umum sebagai berikut:

a) Analisis data tentang konseli. Langkah ini merupakan langkah pengumpulan data atau informasi tentang diri klien termasuk lingkungannya. Pengumpulan data yang akurat biasanya dilakukan dengan menggunakan berbagai metode atau teknik utamanya tes psikologis dan dari berbagai aspek kepribadian klien. Dengan kata lain, pengumpulan data dilakukan secara integratif dan komprehensif.

¹⁴ Makmun Khairani, *Psikologi Konseling* (Yogyakarta: Aswaja, 2014), hlm. 19-21.

b) Pensintesisan data untuk mengenali kekuatan-kekuatan dan kelemahan-kelemahan konseli. Pada langkah ini, yang dilakukan konselor adalah mensintesis data yang relevan dan berguna dan yang tidak, dengan keluhan atau gejala yang muncul. Dalam membuat sintesis, konselor memadukan, menyusun, dan merangkum data yang telah ada untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas tentang keadaan diri individu klien

c) Diagnosis masalah, pada langkah ini konselor menetapkan atau merumuskan kesimpulan tentang masalah klien serta latar belakang atau sebab-sebabnya. Secara rinci yang dilakukan konselor, adalah melakukan identifikasi masalah secara deskriptif, misalnya tergantung, kekurangan informasi, konflik internal atau konflik dalam diri sendiri, kecemasan dalam membuat pilihan, tidak ada masalah. Menemukan sebab-sebab dalam hal ini biasanya mencari hubungan antara masa lalu, masa

kini dan masa depan. Dalam proses ini sering konselor menggunakan intuisinya yang kemudian dicek dengan logikanya.

d) Prognosis atau prediksi tentang perkembangan masalah selanjutnya. Pada langkah ini konselor memprediksi tentang kemungkinan keberhasilan klien dari proses konseling, artinya memprediksi tentang hasil yang dapat dicapai oleh klien dari

kegiatan-kegiatannya selama konseling, serta merumuskan bentuk bantuan yang sesuai.

e) Pemecahan masalah, Langkah ini merupakan langkah usaha menerapkan metode sebab-akibat. Langkah ini merupakan inti dari pelaksanaan konseling. Usaha-usaha pada langkah ini, yakni menciptakan atau meningkatkan hubungan baik antara konselor dengan klien, menafsirkan data yang telah ada dan mengkomunikasikannya kepada klien, memberikan saran atau ide kepada klien, atau merencanakan kegiatan yang dilakukan bersama klien, membantu klien dalam melaksanakan rencana kegiatan dan jika perlu, menunjukkan kepada konselor atau ahli lain untuk memperoleh diagnosis atau konseling dalam masalah yang lain.

f) Tindak lanjut dan peninjauan hasil-hasil konseling. Langkah ini merupakan langkah untuk menentukan apakah usaha konseling dilakukan itu efektif atau tidak. Usaha-usaha konseling yang dapat dilakukan pada langkah ini adalah berusaha mengetahui apakah klien telah melaksanakan rencana-rencana yang telah dirumuskan atau belum, keberhasilan pelaksanaan rencana-rencana itu, perubahan-perubahan apa yang perlu dibuat jika ternyata belum atau tidak berhasil dan melakukan rujukan (*referral*) jika perlu.

2) Konseling Non-direktif (*Non-Directive Counseling*)

Konseling non-direktif, dilakukan berdasarkan *client centered* (konseling yang berpusat pada siswa). Dalam praktek konseling non-direktif, Guru BK hanya menampung pembicaraan dan mengarahkan, sedangkan yang berperan aktif adalah siswa. Metode ini tentu sulit diterapkan untuk siswa yang berkepribadian tertutup. Karena siswa dengan kepribadian tertutup biasanya sulit diajak bicara dan pendiam.

3) Konseling Eklektif (*Eclective Counseling*)

Konseling eklektif merupakan penggabungan metode konseling direktif dan konseling non direktif, penerapan metode ini dalam konseling adalah dalam keadaan tertentu konselor menasehati dan mengarahkan konseli (siswa) sesuai dengan masalahnya, dan dalam keadaan yang lain konselor memberikan kebebasan kepada konseli (siswa) untuk berbicara sedangkan konselor mengarahkan saja¹⁵.

Tahapan yang di bawah ini adalah model tahapan konseling sistematis yang dirancang oleh Carkhuff dalam Latipun yang dibagi dalam enam tahapan, yaitu:

a) Tahapan eksplorasi

Ini adalah tahap awal dari proses konseling. Pada tahap ini konselor diharapkan untuk membangun suatu hubungan yang

¹⁵ Prayitno dan Erman Anti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: Rineka cipta, 2009), hlm. 299.

baik dengan konselor. Hal ini diperlukan karena dengan hubungan yang baik konselor dapat mencari informasi tentang permasalahan yang dihadapi klien sebanyak-banyaknya.

b) Tahapan perumusan masalah

Bersama klien, konselor membuat rumusan dan membuat kesepakatan bersama tentang masalah apa yang dihadapi oleh klien. Jika rumusan tidak disepakati maka kembali ke tahap pertama.

c) Tahap identifikasi masalah

Pada tahap ini konselor dan klien bersama mengidentifikasi masalah dan alternatif masalah dari hasil perumusan masalah. Alternatif yang diidentifikasi adalah alternatif yang tepat dan realistis. Konselor tidak boleh menentukan alternatif mana yang akan digunakan, akan tetapi semua keputusan tentang penggunaan alternatif pemecahan masalah berada ditangan klien. Konselor hanya membantu dalam menyusun daftar alternatif.

d) Tahap perencanaan

Jika klien telah menentukan alternatif pemecahan masalah. Kemudian klien bersama konselor membuat rencana tindakan. Rencana tersebut antara lain tentang apa yang akan dilakukan, caranya, kapan waktunya, dsb.

e) Tahap tindakan atau komitmen

Pada tahap selanjutnya hasil perencanaan kemudian dilaksanakan. Disini klien harus melakukan rencana yang telah disusun. Pelaksanaan ini harus dilakukan karena proses konseling akan sia-sia jika perencanaan yang telah disusun sedemikian rupa tidak dilaksanakan.

f) Tahap penilaian dan umpan balik

Konselor dan klien perlu mendapatkan umpan balik dan penilaian tentang keberhasilannya. Jika dirasa gagal maka perlu adanya tinjauan atau perencanaan ulang dalam memberi tindakan terhadap masalah yang dihadapi klien. Sehingga dapat dicari suatu tindakan yang paling tepat untuk menghadapi masalah yang dihadapi oleh klien.¹⁶

e. Prinsip Konseling Individu

Di dalam konseling individu terdapat prinsip-prinsip umum yang dapat menjadi pedoman dalam menghadapi permasalahan konseli, yaitu:

1) Konselor membentuk hubungan yang baik dengan konseli.

Hubungan yang baik antara konselor dan konseli merupakan dasar dalam mencapai tujuan konseling, hubungan baik harus dipertahankan dan dijaga dengan sebaik-baiknya, sehingga konseli semakin percaya pada konselor, sehingga konseli dapat

¹⁶ Latipun, *Psikologi Konseling*, (Malang: UMM Press, 2001)

menemukan dirinya dan berani menentukan pilihan keputusan serta pencapaian yang akan dilakukan.

- 2) Konselor harus memberikan kebebasan kepada konseli untuk berbicara dan mengekspresikan dirinya. Dalam konseling, konseli akan cenderung bebas mengekspresikan apa yang ada dalam dirinya jika merasa aman dan nyaman kepada konselor. Konselor harus mampu mendengarkan apa yang dibicarakan konseli dengan penuh perhatian dan penuh pengertian.
- 3) Konselor sebaiknya tidak memberikan kritik kepada konseli. Kritik dalam proses konseling kurang bijaksana, karena dapat merusak hubungan baik antara konselor dan konseli, akibatnya dapat membentuk sikap pertahanan diri konseli.
- 4) Konselor sebaiknya tidak menyanggah konseli, karena menyanggah dapat merusak hubungan kepercayaan antara konselor dan konseli.
- 5) Konselor sebaiknya melayani konseli sebagai pendengar yang penuh perhatian dan pengertian, serta konselor sebaiknya tidak bertindak otoriter.
- 6) Konselor harus dapat mengerti perasaan dan kebutuhan konseli.

Hal ini merupakan momen berharga bagi konseli karena konselor dapat memberikan kesempatan kepada konseli untuk lebih mengerti dan dapat mengetahui isi perasaan dan kebutuhan-kebutuhannya.

- 7) Konselor harus dapat menanggapi pembicaraan konseli dalam hubungannya dengan latar belakang kehidupan pribadinya dan pengalaman pada masa lalu.
- 8) Konselor sebaiknya memperhatikan setiap perbedaan pernyataan konseli, khususnya nilai-nilai dan nada perasaan konseli.
- 9) Konselor harus memperhatikan apa yang diharapkan oleh konseli dan apa yang akan dikatakan oleh konseli, tetapi konseli belum bisa mengutarakannya.
- 10) Konselor sebaiknya berbicara dan bertanya pada saat yang tepat.
- 11) Konselor harus memiliki dasar *acceptance* (menerima) terhadap konseli.¹⁷

f. Tahap Pelaksanaan Layanan Konseling Individu

Proses konseling terlaksana karena hubungan konseling berjalan dengan baik. Proses konseling adalah peristiwa yang tengah berlangsung dan memberi makna bagi konselor dan klien.¹⁸ Sedangkan proses konseling individu adalah proses untuk mengadakan perubahan pada diri klien, perubahan itu sendiri pada dasarnya adalah menimbulkan sesuatu yang baru yang sebelumnya belum ada perkembangan, misalnya berupa perubahan pandangan, sikap keterampilan dan sebagainya.¹⁹

¹⁷ Yusup Gunawan, *Pengantar Bimbingan Dan Konseling: Buku panduan Mahasiswa* (Jakarta: Gramedia Pustaka Tama, 1992), Hlm 127

¹⁸ Sofyan S. Willis, *Konseling Individu Teori*, (Jakarta: Grafindo Persada, 2016), hlm 50

¹⁹ Dewa Ketut Sukardi, *Dasar-Dasar Bimbingan*, (Jakarta: Rineka cipta, 2007), hlm 107

Tahap pelaksanaan layanan konseling individu menurut Sofyan

S. Willis yaitu sebagai berikut:

1) Tahap Awal Konseling

Tahap awal disebut juga tahap definisi masalah, tujuannya adalah supaya konselor bersama klien mampu mendefinisikan masalah klien yang ditangkap atau dipilih dari isu-isu atau pesan yang disampaikan klien dalam dialog konseling.

Teknik-teknik konseling yang harus ada pada tahap awal konseling, yaitu:

a) *Attending*

Perilaku *attending* yang baik merupakan kombinasi antara mata, bahasa badan, dan bahasa lisan sebagai bentuk perilaku untuk menghampiri klien sehingga akan memudahkan pembimbing untuk membuat klien terlibat pembicaraan dan mau terbuka.

b) Empati

Empati adalah kemampuan untuk merasakan apa yang dirasakan klien dan berpikir bersama klien dan bukan untuk atau tentang klien.

c) Refleksi Perasaan

Refleksi perasaan merupakan keterampilan konselor untuk dapat memantulkan (merefleksikan) perasaan klien sebagai hasil pengamatan verbal atau non-verbal klien.

d) Eksplorasi

Eksplorasi perasaan adalah ketrampilan konselor untuk menggali perasaan verbal atau non-verbal klien.

e) Menangkap Pesan Utama (*Paraphrasing*)

Paraphrasing yang baik adalah menyatakan kembali pesan utama klien secara seksama dengan kalimat yang mudah dan sederhana.

f) Bertanya Terbuka

Bertanya terbuka yang baik untuk digunakan adalah bolehkah, dan dapatkah.

g) Mendefinisikan Masalah Bersama Klien

Hal ini pembimbing (konselor) membantu klien untuk mendefinisikan hasil pembicaraan yang menyangkut permasalahan klien.

h) Dorongan Minimal

Dorongan minimal merupakan dorongan langsung yang singkat terhadap apa yang telah dikatakan klien dan memberi dorongan singkat.

2) Tahap Pertengahan Konseling

Tahap ini disebut juga tahap kerja, yang bertujuan untuk mengolah atau mengerjakan masalah klien (bersama klien) yang telah didefinisikan bersama pada tahap awal tadi. Pada tahap ini teknik-teknik konseling yang dibutuhkan adalah:

- a) Memimpin
 - b) Memfokuskan
 - c) Mendorong
 - d) Menginformasikan (hanya jika diminta klien)
 - e) Konfrontasi, yaitu teknik yang digunakan pembimbing untuk menunjukkan adanya kesenjangan, diskrepansi atau mikroguransi dalam diri klien kemudian konselor mengumpan balikkan.
 - f) Memberi nasehat (hanya jika diminta klien)
 - g) Menyimpulkan sementara
 - h) Bertanya terbuka
- 3) Tahap Akhir Konseling

Tahap ini adalah tahap tindakan (*action*) tahap ini bertujuan agar klien mampu menciptakan tindakan-tindakan positif seperti perilaku dan emosi, serta perencanaan hidup masa depan yang positif setelah mampu mengatasi masalahnya. Klien diharapkan akan lebih mandiri, kreatif dan produktif.

Teknik-teknik konseling yang ada dan diperlukan pada tahap ini sebagian mencakup pada tahap awal dan pertengahan. Dan secara spesifik dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a) Menyimpulkan
- b) Memimpin
- c) Merencanakan, dan mengevaluasi²⁰

²⁰ Sofyan S Willis, *Konseling Individu Teori*, (Jakarta: Grafindo Persada, 2016), hlm 239

g. Nilai-nilai Islam dalam Konseling Individu

Sebagai manusia biasa manusia tak lepas dari berbagi masalah dalam kehidupan yang sedang dihadapinya sehingga memerlukan bantuan orang lain yang lebih berkompeten untuk menyelesaikan permasalahannya tersebut, dalam hal ini, ajaran Islam hadir membantu menyelesaikan masalah kehidupan manusia, secara operasional khazanah-khazanah tersebut tertuang dalam proses konsep konseling dan secara nyata tercermin dalam proses *face to face relationship* (pertemuan tatap muka) atau kontak pribadi antara seorang konselor yang professional dan berkompeten dalam bidangnya dengan seorang klien yang sedang menghadapi masalah dalam hidupnya, dalam mewujudkan amanah ajaran Islam, untuk hidup secara tolong menolong menuju jalan kebaikan, saling memberi nasehat dan mengingatkan menjauhi kemungkar. Hidup secara islam adalah hidup yang melibatkan terus-menerus aktivitas belajar dan aktivitas konseling²¹

Konseling islam merupakan proses membantu individu belajar mengembangkan fitrah iman atau kembali ke fitrah iman, dengan cara memberdayakan fitrah-fitrah (jasmani, rohani, nafs, dan iman) melaksanakan dan mempelajari ajaran Allah dan rosul-Nya, agar fitrah yang ada pada individu dapat berkembang dan berfungsi dengan baik

²¹ Lubis Akhyar saiful, *Konseling Islam*, (Yogyakarta: Elsaq Press, 2007), hlm 85.

dan benar, diharapkan agar individu selamat dan memperoleh kebahagiaan dunia dan akhirat²²

Ajaran islam sumbernya berdasarkan Qur'an ditambah sumber ajaran agama islam yang lainnya misalnya hadist, ijtihad shahabat, itjima'ulama, dan maslahatul marsalah, peneliti melakukan pengkajian Qur'an sebagai sumber utama ajaran Islam yang ada nilai konseling dalam rangka menemukan landasan spiritual dan moral dalam konseling. Landasan ayat-ayat Qur'an ini akan ada pendekatan konseling alternatif. lebih lanjut pendekatan konseling alternatif ini dimungkinkan lebih efektif diaplikasikan dalam proses konseling dalam penanganan klien yang beragama islam. Pendapat ini sesuai dengan pernyataan Bishop bahwa nilai agama penting untuk dijadikan pedoman oleh konselor dalam proses konseling agar proses konseling terlaksana dengan baik.

Dalam Qur'an terdapat ayat tentang penyakit psikis serta pengobatannya dalam QS. Yunus, 10:57/

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي
الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Artinya: "Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit- penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman."²³

²² Anwar Sutoyo, *Model Bimbingan dan Konseling Islam (terori dan praktik)*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), hlm, 207.

²³ Departemen Agama, *Al-Qur'an dan Terjemahan* (Jakarta: Al-Kamil, 2002)

Usman Najati menegaskan bahwa ayat-ayat Quran yang berbicara terhadap tabiat manusia serta berbagai psikis dan menjelaskan penyebab penyakit jiwa dan penyimpangan sekaligus pelurusannya.²⁴

2. Tinjauan Konsep Diri Negatif

Terminologi konsep diri negatif dalam penelitian ini merujuk pada teori konsep diri negatif. Jalaludin Rakhmat menjelaskan bahwa konsep diri negatif merupakan pandangan seseorang terhadap dirinya yang tidak teratur, tidak stabil, pesimis dan cenderung merasa tidak disukai oleh orang lain.²⁵

a. Pengertian Konsep Diri Negatif

Konsep diri adalah gambaran seseorang mengenai dirinya sendiri yang merupakan gabungan dari keyakinan fisik, psikologis, sosial, emosional, aspirasi dan prestasi yang mereka capai.²⁶

Menurut 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’*. Konsep diri merupakan pandangan dan perasaan tentang diri kita. Persepsi tentang diri ini boleh bersifat psikologis, social, dan fisis.²⁷

²⁴ Elfi Mu’awanah, *Bimbingan Konseling Islam*, (Yogyakarta: Teras, 2012), hlm. 1244-126

²⁵ Jalaludin Rakhmat, *Psikologi Komunikasi*, (Bandung: Remadja Karya, 2011), hlm. 105

²⁶ Hurlock Elizabeth B, *Psikologi Perkembangan: Suatu Pengantar Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 1991), hlm. 132-133.

²⁷ Jalaludin Rakhmat, *Psikologi Komunikasi*, (Bandung: Remadja Karya, 2011), hlm. 125.

Berdasarkan pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan pandangan yang dilakukan individu terhadap dirinya sendiri dari berbagai aspek seperti aspek fisik, aspek psikologi, kondisi social, keyakinan kemampuannya sendiri, dan kegagalannya sendiri.

a. Aspek-Aspek Konsep Diri

Menurut Robinson, J.P, dan Shever, P. R. Konsep diri dibagi lima kategori umum yaitu konsep diri fisik, konsep diri pribadi, konsep sosial, konsep diri moral etika, konsep diri keluarga. Adapun penjelasan dari ke lima konsep diri yang telah disebutkan:

1) Konsep Diri Fisik

Konsep diri fisik adalah pandangan, pikiran, perasaan, dan penilaian individu itu sendiri terhadap fisiknya. Individu tersebut memiliki konsep diri positif apabila memandang secara positif penampilannya, kondisi kesehatan, kulitnya, perasaan bahkan sampai ukuran tubuh yang ideal. Sebaliknya, individu yang memiliki konsep diri negatif memandang dirinya selalu kurang.

2) Konsep Diri Pribadi

Konsep diri pribadi adalah pandangan, pikiran, perasaan dan penilaian diri individu terhadap kepribadiannya. Sendiri. Individu yang memiliki konsep diri pribadi positif akan senantiasa memandang diri sendiri sebagai seseorang yang

bahagia, optimis, mampu mengontrol diri, dapat bermanfaat bagi orang lain serta menilai dirinya memiliki berbagai kemampuan. Sebaliknya, apabila individu dengan konsep diri pribadi yang negatif cenderung memandang dirinya sebagai seseorang yang tidak bahagia, pesimis tidak bisa berpikiran positif terhadap apa yang terjadi, serta selalu menganggap dirinya kurang dalam hal apapun.

3) Konsep Diri Sosial

Konsep diri sosial merupakan pandangan, pikiran, perasaan dan penilaian individu terhadap lingkungannya. Hal yang berkaitan dengan kemampuan berhubungan dengan dunia luar dirinya seperti lingkungan yang menentukan individu tinggal. Di lingkungan ini, individu yang mampu berinteraksi sosial dengan individu lainnya, maka akan merasakan perasaan mampu dan berharga dalam lingkup interaksi sosialnya.

Seseorang digolongkan mempunyai konsep diri sosial yang positif apabila memandang dirinya sebagai orang yang mampu berinteraksi dengan orang lain, berminat untuk gabung dengan orang lain, mampu mengerti dan memahami orang lain, mampu merasa mudah akrab dengan orang lain, merasa diperhatikan dan memperhatikan orang lain, menjaga perasaan orang lain, bahkan mampu melibatkan diri dalam kegiatan sosial yang berada di lingkungan sekitar.

4) Konsep Diri Moral Etik

Konsep diri moral etik adalah pandangan, perasaan dan penilaian individu terhadap moralitas diri sendiri. Konsep diri moral etik berkaitan dengan nilai dan prinsip yang memberi arti dan arah bagi kehidupan seseorang. Seseorang yang memiliki konsep diri ini positif bila memandang dirinya sebagai orang yang mampu memegang teguh pada nilai-nilai etik moral. Berbeda dengan individu yang memiliki konsep diri moral etik negative akan memandang dirinya sebagai orang yang menyimpang dari nilai moral standar yang harusnya diikutinya.

5) Konsep Diri Keluarga

Konsep diri keluarga merupakan pandangan, pikiran, perasaan dan penilaian diri sendiri. Konsep diri keluarga berkaitan dengan keberadaan individu dalam keluarga. Seseorang dikatakan memiliki konsep diri keluarga²⁸

b. Karakteristik Konsep diri Negatif dan Positif

1) Karakteristik Konsep diri Negatif

William D. Brooks dan Philip Emmert berpendapat ada empat tanda orang yang memiliki konsep diri negatif yaitu:

- a) Peka terhadap kritik, Orang ini tidak tahan dengan kritikan dan mudah marah, bagi orang yang mengalami hal tersebut

²⁸ *Ibid.* hlm 143

koreksi seringkali dipersepsi sebagai usaha untuk menjatuhkan harga dirinya

- b) Responsif terhadap pujian
- c) Merasa dirinya tidak disenangi orang lain
- d) Bersikap pesimis terhadap kompetisi seperti ketidakmauannya untuk bersaing dengan orang lain, ia menganggap tidak akan berdaya melawan persaingan yang merugikan dirinya.

2) Karakteristik Konsep diri positif

William D Brooks berpendapat bahwa ada lima tanda orang yang memiliki konsep diri positif yaitu:

- a) yakin akan kemampuan mengatasi masalah
- b) merasa setara dengan orang lain
- c) menerima pujian tanpa rasa malu
- d) menyadari, bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan, keinginan dan perilaku yang tidak seluruhnya disetujui masyarakat
- e) mampu memperbaiki dirinya karena ia sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang tidak disenanginya dan berusaha mengubahnya.²⁹

²⁹ Jalaludin Rakhmat, *Psikologi Komunikasi*, (Bandung: PT Remadja Karya, 2011), hlm. 105.

H. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah cara yang dilakukan untuk menemukan, menggali dan melahirkan ilmu pengetahuan yang kebenarannya dapat dipertanggungjawabkan. Dalam pengertian yang lain, metode penelitian merupakan cara-cara berpikir yang dipersiapkan yang sebaik-baiknya untuk mengadakan penelitian untuk mencapai tujuan penelitian.³⁰

1. Jenis penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian metode kualitatif. Metode kualitatif merupakan penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan dll. Secara holistik, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.³¹ Dengan jenis penelitian studi kasus, yang tujuannya untuk mendeskripsikan dan menganalisa peristiwa yang dianggap menarik dan penting untuk diteliti.

2. Subjek Penelitian

Subjek penelitian merupakan orang-orang yang bersangkutan dengan objek penelitian atau mereka yang dapat memberikan informasi mengenai objek tersebut.³² Teknik dalam pengambilan informan dalam

³⁰ Kartini kartono, *Pengantar Metodologi Riset Sosial*, (Bandung: Mandar University Press, 1995), hlm.72.

³¹ Lexy J Meleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandong: Remaja Rosdakarya, 2005), hlm. 6

³² Tatang Amirin, *Menyusun Rencana Penulisan*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1998), hlm, 135

penelitian ini adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* menurut Sugiyono adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.³³ Alasan menggunakan teknik *purposive sampling* adalah karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Oleh karena itu, penulis memilih teknik *purposive sampling* yang menetapkan pertimbangan-pertimbangan atau kriteria-kriteria tertentu yang harus dipenuhi oleh sampel-sampel yang digunakan dalam penelitian ini.

Subjek dalam penelitian ini yaitu:

1) Guru BK sekolah SMAN 1 Polanharjo

Sebagai subjek utama dalam penelitian ini untuk mengetahui dan menggali informasi mengenai konsep diri negatif yang ada pada siswa serta mengetahui informasi penerapan metode konseling individu yang digunakan. Subjek utama dalam penelitian ini ditetapkan berdasarkan kriteria sebagai berikut:

a) Guru BK SMAN 1 Polanharjo

b) Guru BK Kelas X

Dalam hal ini yang menjadi subjek utama yaitu Guru BK Ibu Gesang Iswati, S.Pd sebagai satu-satunya pengampu BK Kelas X Di SMAN 1 Polanharjo.

2) Subjek pendukung yang ditetapkan berdasarkan kriteria yaitu:

a) Siswa kelas X sebanyak 355 orang

³³ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2007), hlm. 68

- b) Siswa yang memiliki masalah konsep diri negatif sebanyak 10 orang
- c) Pernah melakukan konseling individu 3 orang

Dari 355 siswa kelas X terdapat 10 siswa dengan masalah konsep diri negatif dan 3 orang yang pernah mengikuti konseling individu yaitu PD (siswa kelas X IPS 3), FN (kelas X IPA 6) dan AF (kelas X IPA 5)

3. **Objek Penelitian**

Objek penelitian yaitu permasalahan-permasalahan yang menjadi titik sentral perhatian suatu penelitian.³⁴ Objek penelitian ini adalah metode yang digunakan guru bimbingan dan konseling dalam memberikan bantuan konseling individu untuk mengatasi konsep diri negatif siswa SMAN 1 Polanharjo Klaten.

4. **Metode Pengumpulan Data**

Untuk dapat memperoleh data yang berhubungan dengan permasalahan penelitian, digunakan beberapa teknik pengumpulan data sebagai berikut:

a. Wawancara

Wawancara adalah proses interaksi yang dilakukan oleh dua orang atau lebih, kedua pihak yang terlibat (pewawancara, terwawancara) memiliki hak yang sama dalam bertanya dan

³⁴ Koentjaraningrat, *Metode Penelitian Masyarakat*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1993), hlm. 221.

menjawab.³⁵ Metode wawancara digunakan untuk mendapatkan data yang lebih mengenai metode guru bimbingan dan konseling dalam konseling individu untuk mengatasi siswa dengan konsep diri negatif.

Penelitian ini menggunakan wawancara terstruktur. Wawancara ini merupakan wawancara yang pewawancara menetapkan sendiri masalah dan pertanyaan-pertanyaan yang akan diajukan. Format yang digunakan dalam penelitian ini dinamakan protokol wawancara. Protokol wawancara dapat juga berbentuk terbuka. Pertanyaan-pertanyaan ini disusun sebelum dan didasari atas masalah dalam rancangan penelitian³⁶

Wawancara yang dilakukan penulis yaitu dengan mewawancarai guru BK SMAN 1 Polanharjo hal ini dilakukan untuk mencari informasi mengenai metode bantuan yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling dalam mengatasi siswa dengan konsep diri negatif di SMAN 1 Polanharjo. Sedangkan hasil wawancara dengan siswa digunakan sebagai data sekunder sekaligus sebagai proses triangulasi data.

Data yang digali dari teknik wawancara yaitu proses pelaksanaan konseling individu, proses *asesmen* oleh guru bk, teknik yang digunakan dalam konseling individu, hasil layanan yang

³⁵ J.R. Raco, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Grasindo, 2010), hlm. 27

³⁶ Lexy. J Moleong, *Metodologi Penelitian kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2012), hlm. 190

didapatkan, dan juga *follow up* dari layanan konseling individu yang telah diberikan.

b. Observasi

Observasi berfungsi mengumpulkan data langsung dari lapangan bersama partisipan. Proses observasi dimulai dengan mengidentifikasi tempat yang hendak diteliti. Setelah tempat penelitian diidentifikasi, dilanjutkan dengan membuat pemetaan, sehingga diperoleh gambaran umum tentang sasaran penelitian³⁷

Metode observasi merupakan metode mengumpulkan data yang digunakan untuk himpunan data-data penelitian dengan menggunakan pengamatan melalui panca indera. Observasi yang dilakukan penulis dengan menggunakan observasi non partisipan melalui pengamatan yang berhubungan dengan penelitian. Yang menjadi sasaran observasi yaitu Guru BK dan konseli dalam proses konseling individu serta pasca konseling individu. Data yang didapatkan dari teknik observasi yaitu data mengenai gambaran umum lokasi penelitian yaitu SMAN 1 Polanharjo, proses pelaksanaan konseling individu, metode yang digunakan guru BK dalam memberikan layanan konseling individu, serta pengamatan terhadap aktivitas konseli setelah proses konseling.

³⁷ J.R. Raco, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Grasindo, 2010), hlm 112-114.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumentasi yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan (*life histories*), cerita, biografi, peraturan, dan kebijakan. Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif.³⁸

Data dokumentasi yang didapatkan dalam penelitian ini adalah *soft file* yang digunakan untuk mendapatkan data tentang profil SMAN 1 Polanharjo yang terdiri dari letak geografis, sejarah berdiri, berkembangnya sekolah, sarana prasarananya, visi, misi dan tujuan sekolah, struktur, organisasi, data siswa dengan konsep diri negatif, buku panduan konseling individu, buku laporan proses pelaksanaan konseling individu, daftar hadir, hasil akademik siswa, serta catatan-catatan dari proses konseling individu yang dilakukan oleh guru BK dalam mengatasi konsep diri yang negatif pada siswa.

5. Metode Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan dokumentasi sehingga mudah dipahami oleh diri

³⁸ Sugiyono. *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2009), hlm 82.

sendiri maupun orang lain.³⁹ Dalam penelitian kualitatif, analisis data lebih difokuskan selama proses di lapangan bersamaan dengan pengumpulan data.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis interaktif model Miles dan Michael Huberman yang terdiri dari:⁴⁰

a. Reduksi Data

Mereduksi data yakni merangkum, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, mencari tema dan polanya. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas, dan mempermudah penulis dalam pengelompokan penelitian hasil penelitian agar tersusun dengan bahasa maupun kalimat yang baik dan tersusun secara sistematis. Adapun data-data yang penulis reduksi dengan penelitian antara lain hasil wawancara dan observasi.

b. Penyajian Data

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan sejenisnya. Adapun data-data yang penulis sajikan adalah metode konseling individu yang digunakan guru BK dalam menangani masalah konsep diri negatif siswa

³⁹ Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Alfabeta, 2008), hlm. 88.

⁴⁰ *Ibid*, hlm. 89.

SMAN 1 Polanharjo.

c. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi

Langkah terakhir dalam analisis data kualitatif adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah jika tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat untuk mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya. Tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat penulis ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.⁴¹ Penarikan kesimpulan dilakukan dengan mengumpulkan seluruh data mengenai metode konseling individu untuk mengatasi konsep diri negatif siswa.

Sedangkan verifikasi dimaksudkan untuk menghasilkan kesimpulan yang valid. Oleh karena itu, sebelum dilakukan penarikan kesimpulan, terlebih dahulu data mengenai metode konseling individu untuk mengatasi konsep diri negatif siswa yang telah didapat melalui metode observasi, wawancara dan dokumentasi kemudian ditelaah dan ditinjau kembali dengan cara membandingkan data-data yang telah diperoleh dengan teori-teori yang ada. Kemudian, data-data yang didapatkan selama penelitian tersebut dicari pola, tema, model, hubungan dan persamaannya untuk diambil sebuah kesimpulan.

⁴¹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), hlm. 341.

Kesimpulan yang didapatkan pada penelitian kualitatif tersebut merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada.

6. Uji Keabsahan Data

Pengujian keabsahan data dalam penelitian ini menggunakan teknik triangulasi data. Triangulasi data yaitu teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada. Penulis menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain. Dalam penelitian kualitatif diartikan sebagai pengujian keabsahan data yang diperoleh dari berbagai sumber, teknik, dan waktu.⁴²

Teknik triangulasi yang dilakukan dalam penelitian ini ialah triangulasi teknik dan sumber. Triangulasi teknik artinya membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui teknik yang berbeda dalam penelitian kualitatif.⁴³ Sedangkan triangulasi sumber adalah membandingkan dan mengecek balik derajat keabsahan data dengan sumber data yang berbeda.⁴⁴ Penulis melakukan triangulasi melalui pengkonfirmasi antara hasil wawancara dengan data observasi dan dokumentasi. Penulis juga melakukan konfirmasi hasil

⁴² Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Methods)* (Bandung: Alfabeta, 2003), hlm. 332

⁴³ *Ibid*, hlm 333

⁴⁴ *Ibid*, hlm 334

wawancara kepada sumber lain yang memiliki informasi mengenai data yang dicari.

Sebagai contoh dalam penelitian ini, penulis melakukan triangulasi teknik pada salah satu data mengenai proses konseling individu. Penulis mendapatkan data tahapan proses konseling individu metode direktif dengan wawancara kepada subyek utama, subyek utama menjelaskan bahwa proses konseling dilaksanakan berdasarkan buku panduan konseling. Kemudian penulis mengkonfirmasi data hasil wawancara dengan observasi dan dokumentasi, yakni melihat buku panduan konseling yang dimiliki oleh subyek utama, dan disitu terdapat kesesuaian antara hasil wawancara dengan hasil studi dokumen.



BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian hasil penelitian tentang konseling individu dalam mengatasi konsep diri negatif siswa SMAN 1 Polanharjo, maka penulis menyimpulkan bahwa terdapat dua metode konseling individu yang guru BK terapkan di SMAN 1 Polanharjo, yaitu konseling direktif dan konseling eklektif. Konseling direktif menggunakan enam tahap yang meliputi, analisis data tentang konseli, pensintesisan data untuk mengenali kekuatan-kekuatan dan kelemahan-kelemahan konseli, diagnosis masalah, prognosis atau prediksi tentang perkembangan masalah selanjutnya, pemecahan masalah, dan tindak lanjut dan peninjauan hasil-hasil konseling. Sedangkan dalam pelaksanaan konseling eklektif Guru BK menggunakan lima tahapan konseling meliputi tahap eksplorasi masalah, tahap perumusan masalah, tahap perencanaan, tahap tindakan/komitmen, dan tahap penilaian serta umpan balik.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, ada beberapa hal yang diharapkan untuk memaksimalkan konseling individu dalam mengatasi masalah konsep diri di SMAN 1 Polanharjo, maka dapat diajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Guru BK

- a. Guru BK lebih memperhatikan kepada siswa yang memiliki masalah konsep diri negatif agar siswa tersebut dapat tertangani dengan baik.

- b. Administrasi bimbingan dan konseling untuk dilengkapi dengan lebih baik. Agar mempermudah guru BK mengetahui berapa jumlah siswa dengan masalah konsep diri negatif

2. Wali Kelas

Wali kelas lebih mengenal kondisi dan perkembangan siswa yang ada dalam kelasnya agar wali kelas mampu bekerja sama dengan guru BK dan wali kelas dapat meningkatkan kepedulian terhadap siswa khususnya siswa yang memiliki masalah serius.

3. Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat lebih mencari tau hal-hal terkait masalah konsep diri negatif pada siswa, karena di berbagai sekolah masih terdapat masalah konsep diri negatif yang lebih serius dengan obyek dan subyek yang beda.

C. Penutup

Alhamdulillah rabil'alamin penulis panjatkan kepada Allah SWT. Karena atas rahmat-Nya, hidayah serta inayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. terselesaikannya skripsi ini atas pertolongan Allah SWT.

Penulis telah berusaha bahwa karya skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu kepada para pembaca, penulis mohon kritik dan saran demi terciptanya sebuah karya yang lebih bermanfaat.

Kemudian penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang sudah ikut mendukung dan mendoakan sehingga penulis dapat menyelesaikan

skripsi ini. Akhir kata penulis hanya bisa mengucapkan semoga segala rahmat-Nya tetap tercurahkan kepada semua makhluk Nya. Amin.



DAFTAR PUSTAKA

- Agus Suyatno, dkk., *Psikologi Kepribadian*, Jakarta: Bumi Aksara, 1991.
- Anwar Sutoyo, *Model Bimbingan dan Konseling Islam* (Teori dan Praktik), Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Coulhoun, J.f & Acocella, J.R., *Psychologi of Adjustment and Human Relationship*, Alih Bahasa: Satmok. Semarang: Ikip Semarang Press, 1990.
- Dayaksini & Hudaniyah, *Psikologi Sosial edisi revisi*, Malang: UMM Press, 2003.
- Departemen Agama, *Al-Qur'an dan Terjemahan*, Jakarta: Al-Kamil, 2002.
- Devi Oktaviani Asyari, *Konseling Individu dalam Meningkatkan Konsep Diri Positif (Studi Kasus Pada 3 Siswa Broken Home di MAN 4 Bantul – Yogyakarta)*. Skripsi tidak diterbitkan, Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan kalijaga, 2013.
- Elfi Mu'awanah, *Bimbingan Konseling Islam*, Yogyakarta: Teras, 2012.
- Fatmawati, *Layanan Konseling Individu Dalam Menangani Kecemasan Berpidato (Study Pada Siswa MTs Negeri Yogyakarta 1)*. Skripsi tidak diterbitkan Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan kalijaga, 2015.
- Gantina Komalasari dkk, *Teori dan Teknik Konseling* Jakarta: PT Indeks, 2014.
- Jalaludin Rakhmat, *Psikologi Komunikasi*, Bandung; PT Remadja Karya, 2011.
- J.R. Raco, *Metode Penelitian Kualitatif*, Jakarta: Grasindo, 2010.
- Kartini kartono, *Pengantar Metodologi Riset Sosial*, Bandung, Mandar University Press, 1995
- Lexy J Meleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Remaja Rosdakarya, 2005.
- Lulu Lubna Abharina, *Konseling Individu dalam Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Korban Broken Home Di MTs Negeri 8 Sleman*. Skripsi tidak di terbitkan, Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan kalijaga, 2018.

- Lutfi wahyuningrum, *Konseling Individu Bagi Siswa yang Melakukan Bullying di MTs N Yogyakarta II*. Skripsi tidak di terbitkan, Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan kalijaga, 2017.
- Prayitno Dan Erman Anti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling* Jakarta: Rineka cipta, 2009.
- Sugiyono, *Memahami Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta, 2009.
- Sugiyono, *Metode Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2012.
- Sofyan S. Willis, *Konseling Idividu, Teori dan Praktek*, Bandung: CV Alfabeta, 2004
- Tatang Amirin, *Menyusun Rencana Penulisan*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1998.
- Tri Astuti Sari, *Konseling Individu dalam Menangani Siswa dengan Perilaku Rendah diri (Study Kasus Terhadap Tiga Siswa kelas VII di SMP Negeri 5 Banguntapan)*. Skripsi tidak diterbitkan, Yogyakarta: Universitas Islam Negeri Sunan kalijaga, 2013.
- Tohari, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Maderasah (berbasis Integrasi)*, Jakarta: Raja Grafindo, 2010.
- Yusup Gunawan, *Pengantar Bimbingan Dan Konseling: Buku panduan Mahasiswa* Jakarta: Gramedia Pustaka Tama, 1992.