



Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia is licensed under
A Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

STRATEGI LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING UNTUK MENINGKATKAN HARGA DIRI SISWA: SEBUAH STUDI PUSTAKA

Heru Hermawan¹⁾, Gantina Komalasari²⁾, Wirda Hanim³⁾

¹⁾Magister Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia
E-mail: heruhermawan496@gmail.com

²⁾Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia
E-mail: gantina.komalasari2803@gmail.com

³⁾Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia
E-mail: wurdahanim10@gmail.com

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengelaborasi landasan teori dan strategi layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan harga diri. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kepustakaan. Metode pengumpulan data yang digunakan yakni metode dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis isi. Untuk menjaga ketepatan pengkajian dan mencegah kesalahan informasi dalam analisis data maka dilakukan pengecekan antar pustaka dan membaca ulang pustaka. Hasil penelitian ini adalah terelaborasinya landasan teori dan strategi layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan harga diri secara utuh meliputi: 1) pengertian harga diri, 2) komponen layanan bimbingan dan konseling, 3) faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri rendah, 4) upaya meningkatkan harga diri, 5) strategi layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan harga diri.

Kata Kunci: Harga Diri; Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling

I. PENDAHULUAN

Menurut Santrock [1] masa remaja (*adolescence*) merupakan periode peralihan perkembangan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa awal, yang dimulai pada usia 10 sampai 12 tahun dan diakhiri pada usia 18 sampai 22 tahun. Pada masa ini, remaja lebih sering menghabiskan banyak waktunya bersama teman-teman daripada bersama keluarga.

Hal ini diperkuat oleh Hurlock [2] terdapat beberapa tugas perkembangan remaja, diantaranya: (a) menerima fisiknya sendiri beserta keragaman kualitasnya, (b) menemukan seseorang sebagai model yang dijadikan sebagai identitasnya, (c) menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri. Oleh karena itu, tugas-tugas perkembangan remaja akan tercapai apabila remaja itu mampu menerima dan memahami dirinya sendiri baik itu kelebihan maupun kekurangannya.

Mruk [3] menjelaskan bahwa harga diripada remaja terbukti sebagai suatu faktor yang dapat mempengaruhi pencarian identitas diri ketika remaja memahami dirinya seperti apa yang mereka idealkan, maka remaja akan memiliki penghargaan diri positif atau memiliki harga diri tinggi, namun sebaliknya ketika apa yang mereka miliki atas dirinya tidak sesuai dengan apa pandangan ideal mereka akan memiliki harga diri rendah.

Penelitian yang dilakukan oleh Srisayekti & Setiady [4] terhadap beberapa remaja di Bandung diperoleh informasi bahwa masalah yang dihadapi mengenai harga dirinya adalah mereka belum mampu menerima fisik dirinya baik itu kelebihan maupun kekurangan dalam dirinya dan mereka tidak mempunyai kepercayaan diri dalam berinteraksi dengan teman-teman sebaya di dalam kelompoknya.

Salah satunya hasil penelitian yang dilakukan oleh Awlawi [5] menunjukkan bahwa tingkat harga diri di SMA Negeri 1 Kota Padang Tahun Pelajaran 2013/2014 sebanyak

30,50% harga diri peserta didik berada pada kategori tinggi, 67,25% berada pada kategori sedang, dan 18,45% berada pada kategori rendah. Perbandingan hasil persentase harga diri peserta didik yang memiliki harga diri tinggi lebih kecil dibandingkan harga diri sedang dan rendah menandakan peserta didik belum menyadari dan memahami dirinya berharga.

Kemudian hasil penelitian Irawati & Nurahma [6] mengungkapkan bahwa gambaran harga dirisiswa SMK adalah cenderung rendah dikarenakan siswa masih belum memahami dirinya, turunnya semangat dalam belajar serta mengalami masalah dalam bersosialisasi dengan teman sebaya dan guru di Sekolah.

Penelitian di atas menunjukkan bahwa beberapa konselor di sekolah belum efektif dalam melakukan layanan bimbingan dan konseling di Sekolah. Utami [7] mengemukakan alasan konselor tersebut belum baik dalam melakukan layanan bimbingan konseling antara lain, ketidakmampuan konselor merencanakan layanan, minimnya minat konselor untuk belajar melakukan layanan bimbingan konseling, dan minimnya pelatihan yang diberikan kepada konselor untuk melaksanakan layanan bimbingan dan konseling dengan baik.

Dalam Permendikbud 111 Tahun 2014 tentang bimbingan dan konseling pada pendidikan dasar dan menengah, bahwa konselor harus melakukan layanan bimbingan dan konseling dengan baik, guna membantu keberhasilan perkembangan siswa di Sekolah. Penerapan layanan bimbingan dan konseling di Indonesia saat ini menggunakan pola bimbingan dan konseling komprehensif. Komponen program bimbingan dan konseling komprehensif adalah layanan dasar, perencanaan individual, layanan responsif, dan dukungan sistem [8].

Disamping itu, sudah seharusnya konselor menguasai teori dan pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dengan baik sejalan dengan tuntutan Permendiknas No. 27 Tahun 2008 dalam melakukan layanan bimbingan konseling, evaluasi hasil, proses, dan program bimbingan dan konseling. Hal ini menjadi salah satu hal yang mendorong dilakukannya studi kepustakaan untuk menemukan sebuah strategi layanan bimbingan dan konseling dalam upaya meningkatkan harga diri siswa. Penulis ingin memberikan pedoman dan gambaran mengenai strategi layanan dalam bimbingan dan konseling sebagai upaya meningkatkan harga diri, karena bimbingan dan konseling merupakan suatu layanan yang dapat menjadi wadah bagi siswa untuk peningkatan harga diri. Layanan bimbingan dan konseling yang memiliki sifat *continue* dan sistematis menjadi alternatif untuk meningkatkan harga diri siswa, karena siswa memiliki waktu yang cukup banyak dihabiskan di sekolah sehingga konselor bisa melakukan layanan bimbingan dan konseling untuk memecahkan masalah siswa dan meningkatkan harga diri siswa.

II. METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian yang berupa studi kepustakaan (*library research*). Studi pustaka berkaitan dengan kajian teoritis dan beberapa referensi yang

tidak akan lepas dari literatur-literatur ilmiah [9]. Dalam penelitian ini, sumber data yang diperoleh dari literatur-literatur yang relevan seperti buku, jurnal atau artikel ilmiah yang terkait dengan topik yang dipilih. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian kepustakaan ini yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, buku, makalah atau artikel, jurnal dan sebagainya [10]. Instrumen penelitian yang digunakan peneliti adalah daftar check-list klasifikasi bahan penelitian berdasarkan fokus kajian, skema/peta penulisan, dan format catatan penelitian.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian kepustakaan ini adalah metode analisis isi (*content analysis*) [11]. Untuk menjaga kekekalan proses pengkajian dan mencegah serta mengatasi misinformasi (kesalahan pengertian manusiawi yang bisa terjadi karena kurangnya pengetahuan peneliti atau kurangnya penulis pustaka) maka dilakukan pengecekan antar pustaka dan membaca ulang pustaka. Laporan penelitian ini disusun atas prinsip kesederhanaan dan kemudahan. Prinsip tersebut dipilih mengingat keterbatasan kemampuan peneliti yang belum mampu melakukan kajian pustaka secara mendalam dan lebih detail. Selain itu, tujuan dari penggunaan asas kesederhanaan dan kemudahan adalah mempermudah pembaca memahami inti isi mengenai evaluasi program bimbingan dan konseling.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

1. Pengertian Harga Diri

Coopersmith [12] menyatakan harga diri adalah penilaian diri yang dilakukan oleh individu dan lingkungan yang berkaitan dengan dirinya sendiri, yang mencerminkan sikap penerimaan, penolakan dan menunjukkan seberapa jauh individu tersebut memahami dirinya mampu, penting, berhasil, bermakna serta berharga. Menurut penulis harga diri yang tinggi menjadi hal yang sangat penting bagi individu guna untuk bisa menerima, memahami kondisi dirinya, memiliki pandangan positif bagi dirinya, sehingga dapat membantu perkembangan diri individu yang lebih baik secara pribadi, sosial dan akademik, dan selanjutnya mampu merencanakan masa depan yang lebih baik.

Hal senada juga dijelaskan oleh Baroon [13] mengungkapkan bahwa harga diri adalah merujuk pada sikap individu terhadap dirinya sendiri, mulai dari sangat negatif sampai sangat positif. Baihaqi [14] juga menjelaskan harga diri adalah menyangkut perasaan bangga anak sebagai suatu hasil dari belajar mengerjakan benda-benda atas usahanya sendiri.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli di atas, penulis menyimpulkan bahwa harga diri merupakan evaluasi penilaian diri. Penilaian ini meliputi penilaian positif atau negatif individu terhadap dirinya, memiliki sikap menerima kekurangan/kelebihan, dan bisa memahami dirinya dengan baik. Individu yang memiliki penilaian positif terhadap dirinya akan memiliki harga diri tinggi, yakni memiliki sikap percaya diri, terbuka dengan orang lain, berani

mengemukakan pendapat, menerima kelebihan/kekurangan dirinya dan mampu memahami dirinya, sedangkan individu yang memiliki penilaian negatif akan memiliki harga diri rendah yakni memiliki sikap tertutup, tidak percaya diri, malu dalam mengemukakan pendapat, tidak menerima keadaan dirinya, tidak mampu memahami dirinya, dan cenderung terpengaruh oleh pembicaraan lingkungan tentang dirinya.

2. *Komponen Layanan Bimbingan dan Konseling*

Menurut Bakar & Luddin [15] dijelaskan bahwa bimbingan dan konseling mengandung empat komponen layanan komprehensif, yaitu sebagai berikut:

a. Layanan dasar

Layanan dasar adalah layanan bimbingan dan konseling yang bertujuan membantu seluruh siswa mengembangkan perilaku efektif dan meningkatkan keterampilan hidupnya dan sebagai proses pemberian bantuan kepada seluruh siswa melalui kegiatan penyiapan pengalaman terstruktur secara klasikal atau kelompok yang disajikan secara sistematis dalam mengembangkan perilaku jangka panjang sesuai dengan tahap dan tugas-tugas perkembangan yang diperlukan dalam pengembangan kemampuan memilih dan mengambil keputusan dan menjalani kehidupannya.

b. Layanan perencanaan individual

Perencanaan individual adalah membantu siswa belajar memantau dan memahami perkembangannya sendiri, merencanakan dan mampu merumuskan dan melakukan aktifitas yang berkaitan dengan perencanaan masa depan berdasarkan pemahaman akan kelebihan dan kekurangan dirinya, serta pemahaman akan peluang dan kesempatan yang tersedia di lingkungannya.

c. Layanan responsif

Layanan responsif merupakan pemberian bantuan kepada konseli yang menghadapi kebutuhan dan masalah yang memerlukan pertolongan dengan segera, sebab jika tidak segera dibantu menimbulkan gangguan dalam proses pencapaian tugas-tugas perkembangan. Konseling individual, konseling krisis, konsultasi dengan orang tua, guru dan alih tangan kepada ahli lain adalah bantuan yang dapat dilakukan pelayanan responsif.

d. Dukungan sistem

Dukungan sistem merupakan komponen pelayanan dan kegiatan manajemen, tata kerja, infrastruktur (misalnya teknologi informasi dan komunikasi) dan pengembangan kemampuan profesional konselor secara berkelanjutan yang secara tidak langsung memberikan bantuan kepada konseli atau memfasilitasi kelancaran perkembangan konseli.

3. *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Harga Diri Rendah*

Guindon [16] mengungkapkan faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri rendah adalah:

a. Orangtua

Apabila orangtua menghalangi kebutuhan anak dan menghalangi untuk mengeksplorasi bakat minatnya

dalam hal tertentu maka anak akan merasa dan berfikir orangtua merendahkan kemampuan yang dimilikinya.

b. Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial sangat mempengaruhi harga diri anak dalam hal berinteraksi dengan teman sebayanya. Karena anak merasa diterima atau tidak dengan teman sebayanya dalam berinteraksi.

c. Diri Sendiri

Sumber faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri rendah juga dari diri sendiri, yakni diri sendiri dapat mempertinggi atau merendahkan harga diri sesuai dengan perasaan kita sendiri. Selalu memandang pada apa yang dikerjakan dan pada apa yang telah dilakukan itu mempunyai nilai makna atau tidak dalam diri sendiri.

d. Pendidikan

Pendidikan di Sekolah juga mempengaruhi harga diri rendah seperti seorang guru yang tidak memberikan dorongan-dorongan kepada siswanya untuk mengembangkan potensi yang dimiliki. Sehingga siswa merasakan bahwa dirinya tidak percaya diri dan berfikir tidak mempunyai kemampuan yang dimiliki.

4. *Upaya Meningkatkan Harga Diri*

Harga diri yang rendah bisa dibentuk dan ditingkatkan (ditumbuh kembangkan) dan tentunya dipengaruhi oleh beberapa upaya. Guindon [16] mengemukakan upaya-upaya yang meningkatkan pertumbuhan harga diri yaitu sebagai berikut:

a. Orangtua

Orangtua merupakan sumber utama pembentuk harga diri, khususnya di kalangan anak-anak. Maka orangtua harus meletakkan landasan harga diri yang kokoh, mengembangkan kepercayaan diri, mendukung kemampuan anak dan memberikan perhatian kepada anak, sehingga kepercayaan diri dan harga diri anak dapat meningkat.

b. Pencapaian Prestasi

Hasil prestasi yang dicapai oleh anak harus didukung oleh orangtua dan guru guna mendukung peningkatan harga diri anak. Jangan sampai merendahkan pencapaian prestasi yang didapatkan anak, karena akan merendahkan harga diri anak.

c. Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial harus memiliki sikap menerima kelebihan dan kekurangan anak sehingga memberikan peningkatan harga diri anak, namun jika menolak seorang anak akan timbul rasa kecewa dan kehilangan percaya diri sehingga merendahkan harga diri anak.

d. Pendidikan

Guru di dalam Sekolah harus selalu memberikan dorongan-dorongan, motivasi, dan semangat kepada siswa untuk mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki, sehingga siswa menjadi pribadi yang percaya diri dan memiliki harga diri tinggi.

B. PEMBAHASAN

Dalam proses studi kepustakaan ditemukan beberapa strategi layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan harga diri [17]

1. Layanan Dasar

Layanan dasar sebagai pemberian bantuan melalui kegiatan penyiapan pengalaman terstruktur secara klasikal atau kelompok yang dirancang dan dilaksanakan secara sistematis dalam rangka mengembangkan kemampuan penyesuaian diri yang efektif sesuai dengan tahap dan tugas perkembangan. Strategi layanan dasar yang diberikan adalah memberikan bimbingan klasikal dengan materi “cara meningkatkan harga diri” dalam layanan ini, menggunakan teknik *brainstorming* dan diskusi. Teknik diskusi dianggap lebih unggul dibanding dengan metode ceramah yang membuat peserta merasa bosan.

2. Layanan Perencanaan Individual

Dalam layanan perencanaan individual guru bimbingan memberikan strategi dengan cara merancang berbagai kegiatan dan merumuskan aktivitas-aktivitas sistematis yang berkaitan dengan pemahaman tentang kelebihan dan kekurangan dirinya, peluang dan kesempatan yang ada di lingkungan, sehingga hal ini dapat meningkatkan harga diri siswa dan membantu untuk langkah masa depan siswa yang lebih baik.

3. Layanan Responsif

Layanan responsif sebagai proses bantuan untuk menghadapi masalah dan memerlukan pertolongan dengan segera, supaya peserta didik tidak mengalami hambatan dalam pencapaian tugas-tugas perkembangan. Strategi layanan responsif adalah konsultasi guru bimbingan konseling dengan wali kelas, dan guru mata pelajaran yang bertujuan untuk memonitoring dan memiliki informasi mengenai perkembangan siswa di dalam kelas, prestasi belajar, kehadiran, dan mengetahui masalah pribadi siswa, sehingga guru bimbingan konseling dapat lebih mudah dan cepat mengetahui penyebab rendahnya harga diri siswa dan dapat meningkatkan harga diri siswa dengan baik.

4. Dukungan Sistem

Dukungan sistem sebagai proses bantuan atau fasilitas atau dukungan secara tidak langsung terhadap kelancaran, efektivitas dan efisien pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling. Strategi yang digunakan dalam dukungan sistem adalah menciptakan kolaborasi dengan pihak lain (kepala sekolah, guru dan orangtua) guna menghasilkan sumber daya yang memiliki kekuatan untuk meningkatkan harga diri siswa. Kolaborasi dengan para guru di lingkungan sekolah dengan membuat kebijakan untuk menciptakan suasana yang mendorong siswa untuk lebih percaya diri dan meningkatkan harga dirinya, dengan cara semua guru memberikan reward kepada para siswa yang mendapatkan prestasi, kebijakan berupa kewajiban untuk semua guru berada di depan sekolah untuk menyambut kedatangan siswa ke sekolah dengan sikap yang hangat, dengan tujuan siswa merasa

diperhatikan dan kedatangannya ke sekolah menjadi hal yang menyenangkan karena adanya para guru yang menyambut mereka dengan hangat.

Berdasarkan temuan tersebut, peneliti berasumsi bahwa guru bimbingan konseling belum melakukan strategi-strategi layanan bimbingan dan konseling dengan maksimal. Selain itu, faktor penyebab strategi layanan bimbingan dan konseling ini tidak berjalan dengan baik karena gambaran dan sumber pengetahuan dan guru bimbingan konseling yang rendah [17].

IV. KESIMPULAN

Melihat teori dan hasil penelitian mengenai kurangnya pengetahuan, tidak adanya pelatihan guru BK mengenai pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling, dan tingginya beban kerja guru BK di sekolah, menjadi alasan terkuat seorang guru BK tidak melakukan strategi layanan bimbingan dan konseling dengan baik.

Berdasarkan hasil penelitian dan studi kepustakaan mengenai strategi layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan harga diri siswa diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

Pelaksanaan strategi layanan bimbingan dan konseling melalui empat fase, yakni;

- 1) Layanan dasar, strategi yang diberikan layanan dasar adalah dengan memberikan bimbingan klasikal di dalam kelas berupa penyajian materi “cara meningkatkan harga diri”.
- 2) Layanan perencanaan individual, strategi yang diberikan layanan perencanaan individual adalah dengan cara merancang berbagai kegiatan dan merumuskan aktivitas-aktivitas sistematis yang berkaitan dengan pemahaman tentang kelebihan dan kekurangan, peluang dan kesempatan yang ada di lingkungan, sehingga hal ini dapat meningkatkan harga diri siswa.
- 3) Layanan responsif, strategi yang diberikan layanan responsif adalah dengan melakukan konsultasi dengan wali kelas, dan guru mata pelajaran untuk memonitoring dan memiliki informasi mengenai perkembangan siswa di dalam kelas, sehingga mengetahui masalah pribadi siswa.
- 4) Dukungan sistem, strategi yang diberikan dukungan sistem adalah menciptakan kolaborasi dengan pihak lain (kepala sekolah, guru wali kelas, guru mata pelajaran dan orangtua) guna menghasilkan sumber daya dukungan yang memiliki kekuatan untuk meningkatkan harga diri siswa.

Berdasarkan pembahasan yang telah dipaparkan oleh peneliti di atas, diharapkan strategi layanan bimbingan dan konseling dapat menjadi pedoman dan gambaran kepada guru bimbingan konseling untuk meningkatkan harga diri siswa, dan diharapkan strategi tersebut dapat dikembangkan kembali sesuai dengan kebutuhan siswa di sekolah dengan didukung teori dan rujukan yang sesuai dengan peningkatan harga diri siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Santrock, J. W. (2007). *Adolescence*. New York: McGraw Hill & CO.
- [2] Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendidikan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi 5*. Surabaya: PT. Gelora Aksara Pratama Erlangga.
- [3] Mruk, C. J. (2006). *Self-Esteem research, theory, and practice: toward a positive psychology of self esteem 3rd edition*. New York: Manufacturing Group.
- [4] Srisayekti, W., & Setiady, D. A. (2015). Harga-diri (*Self-esteem*) Terancam dan Perilaku Menghindar. *Jurnal Psikologi*, 42(2), 141-156.
- [5] Awlawi, A. H. (2013). Teknik Bermain Peran Pada Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Self-Esteem. *Konselor*, 2(1)
- [6] Irawati, N., & Nurahma, H. (2012). Hubungan Antara Harga Diri Dengan Prestasi Belajar Pada Siswa SMKN 48 di Jakarta Timur. *Jurnal Econo Sains*.
- [7] Utami (2015). Pelaksanaan Layanan Bimbingan dan Konseling di Sekolah. *Prosiding Seminar Bimbingan dan Konseling*, 1(1), 130-150.
- [8] Sukardi, D. K. (2008). *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- [9] Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- [10] Zed, M. (2004). *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- [11] Arikunto, S., & Jabar, C. S. A. (2010). *Evaluasi Program Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- [12] Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents Of Self Esteem*. San Fransisco: W.H. Freeman dan Co.
- [13] Baroon, R. A., & Byrne, D. (2003). *Social Psychology*. Pearson Education.
- [14] Baihaqi, M. (2011). *Psikologi Pertumbuhan*. Bandung: Rosda Karya.
- [15] Bakar A., & Luddin, M. (2010). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Cita Pustaka Media Perintis.
- [16] Guindon, M. H. (2010). *Self Esteem Across The Lifespan: Issues and Interventions*. New York: Taylorand Francis Group, LCC.
- [17] Bhakti, C. P., Kumara, A. R., & Safitri, N. E. (2017) Pemahaman Guru Bimbingan dan Konseling Tingkat SMP tentang Bimbingan dan Konseling Komprehensif. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(1), 11-19.