



Available online at www.journal.unrika.ac.id

Jurnal KOPASTA

Jurnal KOPASTA, 9 (2), (2022) 163 -179



P-ISSN : 2442-4323

E-ISSN : 2599 0071

Received : Juni 2022

Revision : Oktober 2022

Accepted : November 2022

Published : November 2022

PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK BERBASIS OPTIMALISASI KECERDASAN SPIRITUAL UNTUK MENINGKATKAN KONSEP DIRI SISWA SMP DI UPT PERLINDUNGAN DAN PELAYANAN SOSIAL ASUHAN ANAK

THE RELATIONSHIP BETWEEN THE ROLE OF PARENTS ON ACHIEVEMENT MOTIVATION DURING THE COVID-19 PANDEMIC IN RIAU ISLANDS UNIVERSITY STUDENTS, BATAM CITY AND IMPLICATION FOR GUIDANCE AND COUNSELING

NGANJUK

THE EFFECT OF GROUP COUNSELING SERVICES BASED ON OPTIMIZING SPIRITUAL INTELLIGENCE TO IMPROVE THE SELF-CONCEPT OF JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS AT THE UPT PERLINDUNGAN DAN PELAYANAN SOSIAL ASUHAN ANAK NGANJUK

Alifia Aizah Fitriah, Dzinnun Hadi

Bimbingan Konseling Islam, UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, Indonesia

alifiaaizah91@gmail.com, dzinnunhadi@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi pengaruh layanan konseling kelompok berbasis optimalisasi kecerdasan spiritual untuk meningkatkan konsep diri siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk. Metode dalam penelitian ini adalah kuantitatif dan menggunakan desain true experimental dengan jenis pretest-posttest control group design. Populasi dalam penelitian adalah 27 siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk, dan sampel dalam penelitian ini sebanyak 12 siswa yang terindikasi memiliki konsep diri rendah dan diambil melalui teknik probability sampling dengan bentuk simple random sampling. Pengumpulan data dalam penelitian melalui penyebaran angket dan wawancara. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji paired sample t-test melalui bantuan aplikasi SPSS versi 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat konsep diri siswa antara sebelum dan sesudah diberikan treatment menggunakan layanan konseling kelompok berbasis optimalisasi kecerdasan spiritual. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil uji paired sample t-test yang menunjukkan nilai signifikansi (2-tailed) $0,000 < 0,05$ berarti bahwa H_0 ditolak, artinya layanan konseling kelompok berbasis optimalisasi kecerdasan spiritual memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan konsep diri siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk.

Kata Kunci; Konseling Kelompok, Optimalisasi Kecerdasan Spiritual, Konsep Diri, Remaja

Abstract

This study aims to determine the significance of the effect of group counseling services based on optimizing spiritual intelligence to improve the self-concept of junior high school students at UPT PPSAA Nganjuk. The method in this study is quantitative and uses a true experimental design with a pretest-posttest control group design. The population in this study were 27 junior high school students at UPT PPSAA Nganjuk, and the sample in this study was 12 students who indicated that they had low self-concept and were taken through probability sampling technique in the form of simple random sampling. Collecting data in research through the distribution of questionnaires and interviews. Data analysis in this study used a paired sample t-test using the SPSS version 26 application. The results showed that there was a significant difference in the level of student's self-concept between before and after being given treatment using group counseling services based on optimizing spiritual intelligence. This is evidenced by the results of the paired sample t-test which shows a significance value (2-tailed) $0.000 < 0.05$, meaning that H_0 is rejected, meaning that group counseling services based on spiritual intelligence optimization have a significant influence in improving the self-concept of junior high school students at UPT PPSAA Nganjuk.

Keywords; *Group Counseling, Optimizing Spiritual Intelligence, Self Concept, Adolescents*

PENDAHULUAN

Perkembangan remaja dapat diartikan sebagai salah satu tahap yang penting dalam siklus perkembangan individu. Hal tersebut dikarenakan pada masa ini terjadi peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa. Seorang remaja dapat dikatakan sebagai remaja yang ideal ketika remaja tersebut mempunyai pola pikir yang positif, memiliki tujuan hidup yang jelas untuk masa depannya, dan remaja yang tidak membatasi kemampuan yang dimiliki. Tugas perkembangan dari remaja yaitu mampu memahami masa peralihan atau perubahan dalam dirinya, dapat mencapai kemandirian secara emosional, percaya diri atas kemampuan yang dimiliki, dapat memahami nilai tanggung jawab atas dirinya sendiri maupun orang lain, serta mampu beradaptasi dengan lingkungan. (Jannah, 2016)

Seorang individu akan mengalami perubahan-perubahan dalam dirinya, baik secara fisik maupun psikis sesuai dengan konsep diri yang dimiliki. Konsep diri merupakan suatu pandangan individu terhadap dirinya sendiri yang meliputi berbagai pandangan terhadap fisik dan kualitas dirinya (Wajdaniyah, 2017). Konsep diri sebenarnya bukanlah aspek yang dibawa sejak seorang individu lahir, namun terbentuk melalui interaksi seorang individu dengan lingkungan di sekitarnya. Seorang individu yang memiliki konsep diri positif cenderung dapat memandang kehidupannya dengan cara yang berbeda dibandingkan dengan individu yang memiliki konsep diri negatif. Apabila dalam perkembangannya individu memiliki konsep diri positif, maka individu tersebut cenderung memandang kehidupannya dengan sikap yang positif, begitu juga sebaliknya individu yang memiliki konsep diri negatif, maka akan memandang kehidupannya dengan sikap yang negatif.

Beberapa perilaku yang mencerminkan bahwa seorang individu memiliki permasalahan terhadap konsep dirinya atau memiliki konsep diri negatif yaitu apabila seorang individu kurang mampu memahami kelebihan maupun kelemahan yang dimiliki. Selain itu, seorang individu yang memiliki konsep diri negatif lebih cenderung melihat aspek-aspek mengenai kelemahan dalam dirinya dibandingkan dengan beberapa kelebihan yang dimiliki, seperti merasa pesimis dalam mengerjakan suatu hal, merasa malu dengan diri sendiri, tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki, dan lain-lain. Jadi, individu tersebut lebih cenderung melihat berbagai pandangan negatif tentang dirinya, baik pandangan mengenai keadaan fisik, kualitas diri, maupun kemampuan yang dimiliki untuk mencapai keberhasilan dalam hidup. (Wajdaniyah, 2017)

Konsep diri negatif pada seorang individu pasti dapat menimbulkan beberapa dampak dalam kehidupan, yaitu apabila konsep diri negatif secara terus-menerus dibiarkan dalam diri seorang individu, maka dapat menjadikan individu tersebut memiliki rasa putus asa dalam

diri dan mudah merasa depresi. Selain itu juga dapat menimbulkan rasa cemas yang berlebihan, mudah merasa gelisah, bahkan mampu menyebabkan penyakit yang awalnya dianggap sepele namun ternyata dapat berdampak besar bagi kesehatan tubuh. Adapun faktor yang dapat mempengaruhi konsep diri seorang individu yaitu adanya pengaruh dari lingkungan atau keadaan keluarga yang kurang baik ketika menginternalisasikan nilai-nilai kehidupan dalam membentuk karakter, sifat, maupun konsep diri seorang individu (Wajdaniyah, 2017). Faktor lain yang mempengaruhi konsep diri seorang individu yaitu kurangnya penyesuaian diri dalam menghadapi berbagai perubahan yang terjadi dalam lingkungan, dan kurangnya kemampuan dalam memanfaatkan kecerdasan yang dimiliki.

Kecerdasan merupakan kemampuan individu dalam memecahkan masalah, dimana masalah tersebut menuntut individu untuk mampu berpikir sehingga dapat keluar dari permasalahan yang dihadapi. Kecerdasan seorang individu dapat dibagi menjadi 3, yaitu kecerdasan intelektual, emosional, dan spiritual. Apabila seorang individu ingin mengembangkan konsep dirinya, maka individu tersebut tidak lepas dari pemanfaatan kecerdasan yang ada, terutama mengenai sikap religiusitas. Sikap religiusitas adalah suatu keadaan dalam diri individu ketika mampu merasakan adanya kekuatan tertinggi yang menaungi kehidupan manusia dengan cara melaksanakan segala perintah Tuhan dan menjauhi larangan-Nya, sehingga dapat mendorong individu untuk menjadi pribadi yang lebih baik (Ni Putu Bintari, 2014). Oleh karena itu, supaya menjadi seorang individu yang memiliki sikap religiusitas yang tinggi, maka individu tersebut harus mampu mengoptimalkan kecerdasan spiritual dengan sebaik mungkin.

Kecerdasan spiritual (SQ) penting untuk dimiliki oleh seorang individu, terutama dalam hal yang berkaitan dengan peningkatan konsep diri. Ketika seorang individu mampu mengoptimalkan kecerdasan spiritual dengan sebaik mungkin, maka dapat terbentuklah sikap religiusitas yang baik dalam dirinya, dimana sikap religiusitas ini dapat digunakan untuk meningkatkan konsep diri pada seorang individu. Hal tersebut dikarenakan apabila seorang individu tidak memiliki sikap religiusitas yang baik, maka dapat mengakibatkan terjadinya berbagai permasalahan yang mencerminkan konsep diri negatif, seperti dapat terjadinya kenakalan dikalangan remaja. (Ni Putu Bintari, 2014)

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan sebelumnya, terdapat beberapa remaja yang memiliki permasalahan mengenai konsep diri di UPT PPSAA Nganjuk. Hasil dari observasi yang dilakukan yaitu beberapa siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk masih mencerminkan konsep diri negatif. Hal tersebut dapat diketahui karena masih terdapat siswa yang sering membolos kegiatan yang ada di panti, seperti tidak mengikuti sholat berjama'ah,

mengaji, bimbingan belajar, dan kegiatan lainnya. Selain itu, juga terdapat kenakalan remaja seperti merokok di lingkungan panti, lalu terdapat beberapa siswa yang sering mengeluh terhadap dirinya sendiri, merasa belum mampu mengetahui kelemahan atau kelebihan dalam diri, sering merasa pesimis dalam mengerjakan tugas, serta kurangnya motivasi dalam hal belajar. Oleh karena itu, perlu adanya usaha peningkatan konsep diri supaya dapat berkembang menjadi konsep diri yang lebih positif.

Sejauh ini, terdapat beberapa penelitian yang dilakukan untuk meningkatkan konsep diri. Beberapa penelitian tersebut diantaranya: **Pertama**, penelitian dengan judul “Penerapan Pendekatan *Realistic Mathematic Education* untuk Meningkatkan Konsep Diri (*Self Concept*) Siswa SMP di Era Milenial”. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa penerapan pendekatan RME dapat meningkatkan konsep diri pada siswa era milenial di SMP Negeri 2 Kersamanah. Hasil tersebut berdasarkan hasil uji statistika parametrik yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kelas yang menggunakan pendekatan RME dalam pembelajaran dibandingkan dengan kelas dengan pembelajaran biasa. Skor presentase dalam kelas eksperimen menunjukkan 80,8% dengan kualifikasi baik, sedangkan skor presentase dalam kelas kontrol adalah 60,8% dengan kualifikasi kurang baik. (Sopyan, 2019)

Kekurangan mengenai penelitian yang telah dijelaskan diatas yaitu dalam penelitian tersebut belum dijelaskan mengenai karakteristik dan langkah-langkah penerapan teknik RME dalam meningkatkan konsep diri siswa. Selain itu, meskipun hasil penelitian telah menunjukkan bahwa pendekatan RME dapat meningkatkan konsep diri, namun peneliti belum menjelaskan alat peraga yang digunakan sesuai dengan situasi pembelajaran saat itu, misalnya melalui penggunaan alat peraga manipulatif seperti puzzle bangun datar untuk membangun pemahaman konsep luas layang-layang, papan catur untuk membangun pemahaman konsep luas persegi panjang atau dengan alat peraga lainnya, sehingga hasil yang diperoleh lebih kuat dari yang telah dijelaskan sebelumnya.

Kedua, penelitian dengan judul “Layanan Bimbingan Klasikal untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa *Underachiever*”. Hasil dari penelitian yang menggunakan desain penelitian pra-eksperimen dengan bentuk *one group pre test - post test design* ini yaitu layanan bimbingan klasikal dapat digunakan dalam meningkatkan konsep diri siswa *underachiever* di SMP Al-Fajar Pringsewu yang dibuktikan dengan terdapat hasil pengujian hipotesis bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, serta adanya peningkatan hasil skor *pretest* dan *posttest* bagi siswa yang mengalami konsep diri *underachiever* sebesar 821 skor. (Rosidah, 2017)

Kekurangan mengenai penelitian yang telah dijelaskan diatas yaitu dalam penelitian tersebut belum dijelaskan secara jelas mengenai metode yang digunakan dalam bimbingan klasikal yang telah diberikan kepada siswa, mengingat dalam bimbingan klasikal terdapat banyak metode yang bisa digunakan seperti metode diskusi kelompok, bermain peran, studi kasus, ceramah, *homeroom*, sosiodrama, dan lain-lain. Oleh karena itu, dengan kurangnya penjelasan mengenai metode yang digunakan dalam bimbingan klasikal yang telah diberikan kepada siswa, maka penelitian ini dianggap kurang mampu menjelaskan secara lebih jelas dan lengkap mengenai penelitian yang telah dilakukan.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, ternyata konsep diri belum bisa terbentuk sebagaimana mestinya, karena masih terdapat beberapa kekurangan dalam penelitian tersebut. Adapun salah satu layanan yang bisa digunakan untuk meningkatkan konsep diri yaitu konseling kelompok. Layanan konseling kelompok adalah suatu proses interpersonal yang dinamis dan berpusat pada kesadaran diri dalam berpikir maupun bertindak, serta melibatkan beberapa fungsi terapeutik. Konseling kelompok dalam penelitian ini dilakukan dengan cara memanfaatkan salah satu teknik dalam bimbingan konseling yaitu teknik *self management*, karena teknik tersebut dapat membantu individu dalam mengatur dirinya sendiri, sehingga dapat berkembang menjadi pribadi yang lebih baik (Annisa, 2017). Selain itu, teknik tersebut juga memiliki beberapa kelebihan, yaitu pelaksanaannya cukup sederhana, penerapannya dapat dilakukan secara berkelompok dan bisa dikombinasikan dengan pelatihan lain, serta dapat merubah perilaku secara langsung. (Khotimah, 2017)

Pengelolaan diri sebenarnya sudah terdapat dalam diri setiap individu, tetapi kebanyakan dari mereka belum mampu mengoptimalkannya, sehingga masih belum bisa menahan dorongan dalam diri yang dapat menyebabkan dorongan tersebut menutup “*God Spot*” seorang individu dan menjadikan individu tersebut tidak mampu membaca kondisi batiniah dirinya sendiri maupun lingkungan disekitarnya. Jadi, selain dibutuhkan pengelolaan diri yang baik, diperlukan adanya pengoptimalan kecerdasan spiritual dalam diri seorang individu dengan tujuan supaya mampu menjadi manusia seutuhnya, mampu menjalani kehidupan dengan lebih baik, dan memiliki pegangan dalam hidup. (Mariska, 2017) Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok berbasis Optimalisasi Kecerdasan Spiritual untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa SMP di UPT Perlindungan dan Pelayanan Sosial Asuhan Anak Nganjuk”. Adapun tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui signifikansi pengaruh layanan konseling kelompok berbasis optimalisasi kecerdasan spiritual untuk meningkatkan konsep diri siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian dengan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif yaitu suatu metode yang digunakan untuk meneliti sampel atau populasi tertentu dengan pengumpulan data menggunakan instrumen, dan analisis data bersifat statistik. Penelitian ini menggunakan desain *true experimental*, yaitu suatu penelitian eksperimen yang memiliki ciri utama sampel dalam kelompok eksperimen maupun kontrol diambil secara random dari populasi tertentu. Sedangkan jenis dalam penelitian ini yaitu *pretest-posttest control group design*, yaitu suatu desain eksperimen yang didalamnya terdapat 2 kelompok yang dipilih secara random, kemudian diberi *pretest* untuk mengetahui keadaan awal adakah perbedaan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. (Sugiyono, 2016)

Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk dengan jumlah 27 siswa, sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah 12 siswa. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling* dengan bentuk *simple random sampling*. *Simple random sampling* merupakan teknik pengambilan anggota sampel dari populasi yang diambil secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut. (Sugiyono, 2016) Adapun sampel yang dipilih dalam penelitian ini adalah siswa SMP yang memiliki tingkat konsep diri rendah.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket dan wawancara. Instrumen angket yang digunakan dalam penelitian ini, sebelum disebarikan kepada populasi telah melewati uji validitas oleh dosen ahli bimbingan dan konseling, serta uji reliabilitas terlebih dahulu. Angket tersebut telah dibuat sesuai dengan kriteria dari aspek-aspek dalam konsep diri. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji *paired sample t-test* melalui aplikasi SPSS versi 26 dengan ketentuan yaitu apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak, sedangkan jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka H_0 diterima.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini menggunakan layanan konseling kelompok berbasis optimalisasi kecerdasan spiritual untuk meningkatkan konsep diri siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk. Peneliti dalam penelitian ini menggunakan angket konsep diri dengan skala *likert*. Angket tersebut disebarikan dalam bentuk *pretest* kepada 27 siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk. *Pretest* dilakukan untuk mengetahui tingkat konsep diri siswa SMP yang berada dalam kategori rendah. Adapun hasil dari *pretest* yang telah dilakukan dibagi menjadi 2 kategori, yaitu tinggi dan rendah. Pembagian kategori tersebut dilakukan untuk mempermudah peneliti

dalam mengetahui hasil data secara keseluruhan. Sebelum angket disebar, peneliti telah melakukan uji validitas oleh Prof. Dr. Elfi Muawanah, S.Ag., M.Pd pada tanggal 20 Maret 2021, sedangkan untuk uji reliabilitas peneliti menggunakan uji Cronbach's Alpha melalui aplikasi SPSS versi 26. Peneliti menggunakan tabel kategori sebagai berikut untuk menentukan tinggi rendahnya tingkat konsep diri siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk.

Tabel 1. Tabel Kategori

Nilai	Kategori
≥ 102	Tinggi
< 102	Rendah

Adapun hasil dari angket konsep diri siswa, baik hasil *pretest* maupun *posttest* sebagai berikut:

Tabel 2. Perbedaan Hasil Pretest dan Posttest

No.	Nama	Pretest	Kategori	Posttest	Kategori
1.	OYN	90	Rendah	168	Tinggi
2.	RN	101	Rendah	170	Tinggi
3.	DS	97	Rendah	147	Tinggi
4.	RIP	96	Rendah	140	Tinggi
5.	YRW	100	Rendah	170	Tinggi
6.	VV	101	Rendah	164	Tinggi
7.	LDP	101	Rendah	132	Tinggi
8.	MAI	99	Rendah	129	Tinggi
9.	SE	100	Rendah	130	Tinggi
10.	AZA	98	Rendah	122	Tinggi
11.	NS	94	Rendah	105	Tinggi
12.	JE	98	Rendah	136	Tinggi
Rata-Rata		97,91		142,75	

Berdasarkan data diatas, diketahui bahwa terdapat 12 siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk telah memiliki tingkat konsep diri rendah dengan rata-rata sebesar 97,91. Peneliti menjadikan 12 siswa tersebut dalam 2 kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kontrol. Kelompok eksperimen dalam penelitian ini yaitu siswa mulai nomor 1-6, sedangkan kelompok kontrolnya mulai dari nomor 7-12. Kelompok eksperimen dalam penelitian ini

telah diberikan *treatment* oleh peneliti dengan menggunakan layanan konseling kelompok berbasis optimalisasi kecerdasan spiritual. Kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol dalam penelitian ini telah memiliki tingkat konsep diri yang lebih tinggi dari sebelumnya, meskipun ke-2 kelompok sama-sama memiliki konsep diri yang berkategori tinggi, namun kelompok eksperimen mempunyai nilai konsep diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrolnya. Hal tersebut juga dapat dilihat dalam tabel diatas dengan rata-rata hasil *posttest* sebesar 142,75.

Uji Normalitas

Uji normalitas yaitu suatu proses yang digunakan untuk menguji normal atau tidaknya data yang akan di analisis. Penelitian ini menggunakan uji *one sample kolmogorov smirnov* dengan bantuan SPSS versi 26.

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Pretest-Posttest (One Sample Kolmogorov Smirnov)

		PreTest	PostTest
N		12	12
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	97.9167	142.7500
	Std. Deviation	3.31548	21.25227
	Most Extreme Differences		
	Absolute	.177	.175
	Positive	.176	.135
	Negative	-.177	-.175
Test Statistic		.177	.175
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}	.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Hasil uji normalitas diatas menunjukkan bahwa nilai signifikansi dari *pretest-posttest* adalah $0,200 > 0,05$. Hal tersebut berarti bahwa nilai residual *pretest-posttest* tersebar secara normal.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah kedua varians yang digunakan homogen atau tidak. Apabila kedua kelompok memiliki varians yang sama, maka kelompok tersebut dapat dikatakan homogen. Penelitian ini ketika melakukan uji homogenitas menggunakan uji *levene* dengan bantuan aplikasi SPSS versi 26.

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas Pretest-Posttest (Uji Levene)

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
PreTest	Based on Mean	1.607	1	10	.234
	Based on Median	1.401	1	10	.264
	Based on Median and with adjusted df	1.401	1	8.209	.270
	Based on trimmed mean	1.594	1	10	.235
PostTest	Based on Mean	.643	1	10	.441
	Based on Median	.198	1	10	.666
	Based on Median and with adjusted df	.198	1	9.831	.666
	Based on trimmed mean	.576	1	10	.465

Hasil uji homogenitas diatas menunjukkan bahwa nilai signifikansi dari hasil *pretest* adalah 0,234 dan hasil *posttest* adalah 0,441. Hasil tersebut menunjukkan bahwa dalam penelitian ini data berdistribusi homogen, karena hasil uji homogenitas dari *pretest* maupun *posttest* $> 0,05$.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk melihat apakah hipotesis data yang diajukan akan diterima atau ditolak. Penelitian ini menggunakan uji hipotesis yang dilakukan melalui uji *paired sample t-test* dengan bantuan aplikasi SPSS versi 26 dengan ketentuan yaitu apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka H_0 ditolak, sedangkan jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka H_0 diterima.

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis Pretest-Posttest (Uji Paired Sample t-Test)

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PreTest - PostTest	-44.833	21.174	6.112	-58.287	-31.380	-7.335	11	.000

Berdasarkan hasil uji *paired sampel t-test* diatas, diketahui bahwa nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000 yang berarti bahwa H_0 ditolak. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dalam penggunaan layanan konseling kelompok berbasis optimalisasi kecerdasan spiritual untuk meningkatkan konsep diri siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk.

Pembahasan

Berdasarkan hasil instrumen angket konsep diri yang telah disebar kepada 27 siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk, diketahui bahwa terdapat 12 siswa yang menunjukkan konsep diri dalam kategori rendah dan sebanyak 15 siswa dalam kategori konsep diri tinggi. Siswa yang memiliki tingkat konsep diri rendah dijadikan sampel dan dibagi menjadi 2 kelompok oleh peneliti, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Adapun kelompok eksperimen inilah yang diberikan *treatment* oleh peneliti melalui layanan konseling kelompok berbasis optimalisasi kecerdasan spiritual untuk meningkatkan konsep diri.

Menurut Berzonsky (Malik, 2017) seorang individu yang memiliki konsep diri positif adalah individu yang dapat memenuhi aspek-aspek sebagai berikut: (1) Aspek fisik, artinya individu yang memiliki konsep diri positif mampu memahami keadaan dirinya secara fisik, baik mengenai kesehatan diri, penampilan, maupun keadaan tubuh; (2) Aspek moral, berarti bahwa individu yang memiliki konsep diri positif memiliki kepuasan mengenai kehidupannya yang berkaitan dengan agama maupun baik buruknya nilai moral yang dipegang; (3) Aspek psikis, maksudnya individu yang berkonsep diri positif mampu memahami keadaan dirinya yang dipengaruhi oleh sejauh mana individu tersebut merasa sebagai pribadi yang tepat; (4) Aspek keluarga, berarti bahwa individu yang berkonsep diri positif mampu merasakan seberapa jauh kedekatannya dengan anggota keluarga, serta peran yang dijalankan sebagai anggota dalam suatu keluarga; (5) Aspek sosial, artinya bahwa individu yang memiliki konsep diri positif mampu memberikan penilaian terhadap interaksinya dengan lingkungan disekitarnya.

Penjabaran diatas menjelaskan mengenai aspek-aspek yang dimiliki oleh seorang individu berkonsep diri positif, artinya individu yang memiliki konsep diri positif atau tinggi adalah mereka yang mampu memahami keadaan dirinya baik secara fisik maupun psikis, memiliki kepuasan mengenai kehidupannya yang berkaitan dengan agama, mampu merasakan seberapa jauh kedekatannya dengan anggota keluarga, memahami peran yang dijalankan sebagai anggota keluarga, serta mampu memberikan penilaian terhadap interaksinya dengan lingkungan disekitarnya. Konsep diri sebenarnya sudah terdapat dalam setiap diri individu, namun yang membedakan adalah tingkat konsep dirinya yaitu tinggi atau rendahnya konsep diri tersebut.

Konsep diri yang berkategori rendah dapat dicerminkan melalui beberapa perilaku seperti kurangnya kemampuan individu dalam memahami kelebihan maupun kelemahan yang dimiliki. Selain itu, seorang individu yang memiliki konsep diri berkategori rendah lebih cenderung melihat aspek-aspek mengenai kelemahan dalam dirinya dibandingkan

dengan kelebihan yang dimiliki. Jadi, individu tersebut lebih cenderung melihat berbagai pandangan negatif tentang dirinya, baik pandangan mengenai keadaan fisik, kualitas diri, maupun kemampuan yang dimiliki untuk mencapai keberhasilan dalam hidup. (Wajdaniyah, 2017) Hal tersebut tercermin dalam beberapa siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk, maksudnya beberapa diantara mereka ada yang memiliki konsep diri rendah yang dibuktikan melalui beberapa sikap seperti terdapat perasaan kurang yakin akan kemampuannya, merasa belum bisa mengetahui minat ataupun bakat dalam diri, belum memiliki tujuan yang jelas untuk kedepannya, merasa pesimis dalam mengerjakan suatu hal, dan lain-lain. Oleh karena itu, diperlukan upaya dalam peningkatan konsep diri supaya mereka memiliki tingkat konsep diri yang lebih tinggi dari sebelumnya.

Upaya peneliti untuk meningkatkan konsep diri siswa dalam penelitian ini dilakukan melalui pemberian *treatment* yang menggunakan layanan konseling kelompok berbasis optimalisasi kecerdasan spiritual. Konseling kelompok merupakan suatu layanan yang terdiri dari beberapa anggota dalam bentuk kelompok dengan konselor sebagai pemimpin dalam kegiatan tersebut. Menurut Prayitno (Febrianti, 2017) layanan konseling kelompok pada dasarnya merupakan suatu layanan yang diberikan kepada perseorangan tetapi dilaksanakan dalam situasi berkelompok. Tujuan dalam pelaksanaan layanan ini yaitu supaya dapat memecahkan permasalahan konseli serta mengembangkan potensi yang ada pada diri konseli. Adapun tahap-tahap dalam pelaksanaan layanan konseling kelompok yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran. Selain menggunakan layanan konseling kelompok, peneliti juga memanfaatkan teknik *self management* sebagai upaya dalam peningkatan konsep diri siswa. Hal tersebut dikarenakan teknik ini dapat membantu seorang individu dalam mengatur dirinya sendiri, sehingga dapat berkembang menjadi pribadi yang lebih baik (Annisa, 2017).

Pelaksanaan layanan konseling kelompok melalui teknik *self management* berbasis optimalisasi kecerdasan spiritual untuk meningkatkan konsep diri siswa SMP terdiri dari 4x pertemuan, yaitu pertemuan pertama (tahap *pretest*), pertemuan kedua (tahap pembentukan, peralihan, dan kegiatan). Ketika melaksanakan tahap kegiatan ini, peneliti membagi menjadi 2 sesi dimana sesi pertama dalam pertemuan kedua terdiri dari tahap 1, 2 dalam teknik *self management* yaitu tahap observasi diri dan evaluasi. Lalu, dilanjutkan dengan pertemuan ketiga yaitu pelaksanaan tahap 3, 4 dalam teknik *self management* (tahap pemberian penguatan dan hukuman, serta tahap target perilaku). Pertemuan keempat, tahap pengakhiran yaitu evaluasi dan pengisian *posttest*.

Ketika pelaksanaan layanan tersebut, peneliti menggunakan konsep teori teknik *self management* berbasis optimalisasi kecerdasan spiritual dalam pelaksanaannya. Jadi, peneliti tetap melaksanakan tahap-tahap dalam layanan konseling kelompok yang didalamnya juga terdapat tahap pelaksanaan teknik *self management* dan tetap memperhatikan indikator-indikator dalam kecerdasan spiritual. Adapun tahap-tahap dalam teknik *self management* menurut Sukadji (Khotimah, 2017) yaitu tahap observasi diri, evaluasi, pemberian penguatan dan hukuman, serta target perilaku. Berikut tahap-tahap dalam penelitian ini yaitu: **Pertama**, tahap pembentukan dalam layanan konseling kelompok, yaitu peneliti dalam tahap ini melakukan tahap pengenalan antar sesama anggota kelompok, lalu mengungkapkan tujuan, cara beserta asas-asas yang terdapat dalam layanan konseling kelompok. **Kedua**, tahap peralihan yaitu dalam tahap ini peneliti telah mengalihkan pembicaraan awal dalam tahap pembentukan kedalam pembicaraan yang lebih terarah pada tujuan kelompok, sehingga dalam tahap ini peneliti telah menjelaskan mengenai pentingnya kecerdasan spiritual, fungsi kecerdasan spiritual, beserta indikator-indikator yang ada dalam kecerdasan spiritual.

Ketiga, tahap kegiatan yaitu dalam tahap ini peneliti telah membagi menjadi 2 sesi dimana sesi pertama yaitu tahap 1,2 dalam teknik *teknik self management*, lalu dilanjutkan dengan tahap 3,4 dalam teknik *self management* ketika pelaksanaan dalam sesi 2. Sesi pertama yaitu tahap observasi diri dan evaluasi. Tahap observasi diri yaitu suatu tahap dimana konseli dengan sengaja mengamati dan mencatat dengan teliti mengenai perilakunya sendiri. Peneliti dalam tahap ini telah memberikan tugas kepada konseli untuk mencatat kegiatan sehari-harinya sebelum pelaksanaan konseling. Hal tersebut bertujuan supaya peneliti mengetahui intensitas, frekuensi maupun durasi dari perilaku yang telah dilakukan. Selanjutnya tahap evaluasi, yaitu disini peneliti melihat hasil catatan dari kegiatan yang telah dilaksanakan oleh konseli, lalu memberikan penilaian mengenai kegiatan tersebut. Selain itu, dalam pelaksanaan tahap ini peneliti juga telah memberikan tugas kepada konseli untuk mencari salah satu tokoh yang menurut mereka dapat mencerminkan kecerdasan spiritual dengan sebaik mungkin. Jadi, sebelumnya peneliti telah menjelaskan mengenai definisi dari pentingnya kecerdasan spiritual, fungsi dan 9 indikator yang terdapat dalam kecerdasan spiritual ketika di tahap peralihan, sehingga dalam tahap ini peneliti memberikan tugas tersebut.

Menurut Zohar dan Marshall (Marshall, 2007) indikator-indikator dalam kecerdasan spiritual yaitu: (1) Bersikap aktif dalam menghadapi berbagai situasi. Hal tersebut berarti bahwa dapat bersikap fleksibel, mampu menempatkan diri, dan dapat menerima pendapat orang lain secara terbuka; (2)Memiliki tingkat kesadaran diri yang tinggi. Hal tersebut seperti

memiliki kemampuan dalam memahami visi maupun tujuan hidupnya; (3) Mampu menghadapi berbagai permasalahan. Hal tersebut seperti mampu menghadapi dan melampaui rasa sakit yang ditandai dengan sikap ikhlas dan mudah memaafkan; (4) Menghadapi dan melampaui penderitaan. Hal ini berarti bahwa seorang individu memiliki kemampuan dalam menghadapi penderitaan dan menjadikannya sebagai suatu motivasi untuk mendapatkan kehidupan yang lebih baik; (5) Berpegang teguh terhadap visi dan nilai; (6) Tidak menyebabkan kerugian. Kecerdasan spiritual yang tinggi dalam diri seorang individu membuat individu tersebut menyadari bahwa ketika menyebabkan kerugian pada orang lain, maka dia juga merugikan dirinya sendiri; (7) Memiliki pandangan yang holistik. Hal tersebut berarti bahwa adanya kecenderungan dalam melihat keterkaitan antara berbagai hal sehingga mampu berpikir secara logis dan berperilaku sesuai dengan norma sosial; (8) Cenderung untuk bertanya. Hal itu berarti bahwa seorang individu mempunyai rasa ingin tahu yang besar; (9) Bersikap mandiri, artinya mudah dalam bekerja melawan konvensi (adat dan kebiasaan sosial), seperti mau memberi namun tidak mau menerima atau bergantung dengan orang lain.

Ketika pelaksanaan sesi pertama sudah selesai, maka dilanjut sesi kedua dalam tahap kegiatan yaitu tahap pemberian penguatan dan hukuman, serta tahap target perilaku. Tahap penguatan dan hukuman yaitu dalam tahap ini peneliti memberikan penguatan kepada konseli yang telah berhasil memahami kecerdasan spiritual dengan sebaik mungkin yang dibuktikan dengan tokoh yang telah mereka tulis beserta alasan mengapa memilih tokoh tersebut. Selanjutnya, tahap target perilaku yaitu dalam tahap ini peneliti memberikan beberapa target perilaku kepada konseli supaya mereka lebih bisa meningkatkan konsep dirinya melalui pengoptimalan kecerdasan spiritual. Adapun target perilaku tersebut adalah mengikuti bimbingan, sholat berjama'ah, mengikuti bimbingan agama (mengaji), belajar dengan lebih rajin, serta menjalankan piket sesuai dengan jadwal masing-masing. Oleh karena itu, untuk mengetahui apakah target perilaku sudah terlaksana dengan baik atau belum maka peneliti memberikan tugas kepada konseli untuk menuliskan kegiatan sehari-harinya setelah peneliti memberikan target perilaku tersebut. Setelah itu, hasil dari kegiatan yang telah dituliskan oleh konseli dievaluasi oleh peneliti dalam tahap penelitian keempat.

Keempat, tahap pengakhiran yaitu dalam tahap ini peneliti telah mengevaluasi hasil dari kegiatan yang ditugaskan setelah pemberian *treatment* mengenai target perilaku, serta pengisian angket *posttest*. Selain itu, dalam tahap ini peneliti juga memberikan *reward* kepada konseli yang selama pelaksanaan layanan konseling telah melakukan tugas dengan sebaik mungkin maupun yang hampir memenuhi kriteria dalam kecerdasan spiritual yang

telah dibuktikan dalam kegiatan sehari-harinya. Setelah evaluasi selesai, peneliti juga telah memberikan kesempatan kepada konseli untuk mengungkapkan segala pesan maupun kesan selama penelitian, dan dilanjutkan dengan penutupan pelaksanaan layanan konseling.

Setelah pemberian *treatment* dan pelaksanaan konseling selesai, diperoleh hasil bahwa terdapat perbedaan yang signifikan mengenai tingkat konsep diri siswa antara sebelum dan sesudah pemberian *treatment*. Hal tersebut diketahui bahwa rata-rata hasil *pretest* yaitu 97,91 sedangkan rata-rata hasil *posttest* 142,75. Selain itu, juga dibuktikan dengan hasil uji hipotesis (uji *paired sampel t-test*) yang menunjukkan bahwa nilai signifikansi (2-tailed) sebelum dan sesudah diberikan *treatment* yaitu $0,000 < 0,05$ yang berarti bahwa H_0 ditolak. Jadi, dapat disimpulkan bahwa tingkat konsep diri siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk meningkat setelah mendapatkan *treatment* melalui layanan konseling kelompok dengan teknik *self management* berbasis optimalisasi kecerdasan spiritual.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari data penelitian yang diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa tingkat konsep diri siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk sebelum diberikan *treatment* (*pretest*) tergolong dalam kategori rendah dengan nilai rata-rata 97,91 sebanyak 12 siswa, sedangkan rata-rata nilai *posttest*-nya 142,75 yang menunjukkan bahwa konsep diri dalam kategori tinggi. Perbedaan yang signifikan antara hasil rata-rata *pretest* dan *posttest* membuktikan bahwa tingkat konsep diri siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk mengalami peningkatan setelah diberikan *treatment* menggunakan layanan konseling kelompok berbasis optimalisasi kecerdasan spiritual. Selain itu, berdasarkan hasil uji hipotesis (uji *paired sample t-test*) telah menunjukkan bahwa nilai signifikansi (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti H_0 ditolak. Jadi, dapat disimpulkan bahwa penggunaan layanan konseling kelompok berbasis optimalisasi kecerdasan spiritual memiliki pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan konsep diri siswa SMP di UPT PPSAA Nganjuk.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disarankan bahwa pekerja sosial yang ada di UPT PPSAA Nganjuk diharapkan dapat memberikan layanan konseling kelompok berbasis optimalisasi kecerdasan spiritual dalam mengatasi masalah konsep diri siswa. Selain itu, bagi penelitian selanjutnya dirasa perlu melakukan penelitian lebih lanjut mengenai upaya meningkatkan konsep diri dengan tujuan supaya siswa tersebut dapat menjadi pribadi yang lebih baik dan lebih memahami tugas maupun tanggung jawab dalam dirinya dengan sebaik mungkin.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisah, F. N. (2017). Pengembangan Model Konseling Kleompok Teknik Self Management untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling Vol. 06, No. 02*, 149.
- Annisa. (2017). *Efektifitas Konseling Behavior dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Kelas VII di SMP Negeri 19 Bandar Lampung*. Lampung: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Lampung.
- Febrianti, R. (2017). *Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Peserta Didik Kelas XI Administrasi Perkantoran Bandara di SMK Penerbangan Raden Intan Bandar Lampung*. Lampung: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
- Jannah, M. (2016). Remaja dan Tugas-Tugas Perkembangannya dalam Islam. *Jurnal Psikoislamedia Vol. 01, No. 01*, 12.
- Khotimah, B. K. (2017). *Pengaruh Konseling Individu dengan Teknik Self Management terhadap Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VIII di SMP Wiyatama Bandar Lampung*. Lampung: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Lampung.
- Malik, S. (2017). *Gambaran Konsep Diri Guru Honorer*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Semarang.
- Mariska, I. (2017). Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan Kontrol Diri pada Mahasiswa di Universitas Gunadarma. *Jurnal Psikologi Vol. 10, No. 02*, 114.
- Marshall, D. Z. (2007). *SQ Kecerdasan Spiritual*. Bandung: Mizan.
- Ni Putu Bintari, N. D. (2014). Korelasi Konsep Diri dan Sikap Religiusitas terhadap Kecenderungan Perilaku Menyimpang di Kalangan Siswa pada Kelas XI SMA Negeri 4 Singaraja. *E-Journal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling Vol. 02, No. 01*, 03.
- Rosidah, A. (2017). Layanan Bimbingan Klasikal untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Underachiever. *Jurnal Fokus Konseling Vol. 03, No. 02*, 161.
- Siswadi, A. (2015). *Hubungan antara Kecerdasan Spiritual dengan Strategi Coping Stres Belajar pada Mahasantri Sunan Ampel Al-Aly UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*. Malang: Fakultas Psikologi UIN Malang.

- Sopyan, R. (2019). Penerapan Pendekatan Realistic Mathematic Education untuk Meningkatkan Konsep Diri (Self Concept) Siswa SMP di Era Milenial. *Jurnal On Education Vol. 02, No. 01*, 51.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Wajdaniyah, S. A. (2017). *Efektifitas Konseling Behavioral dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Konsep Diri Remaja (Penelitian pada Siswa Kelas XI SMA Muhammadiyah 1 Muntilan)*. Magelang: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang.