

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Bimbingan Kelompok

1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Bimbingan adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh orang ahli kepada seseorang atau beberapa individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa. agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kekuatan individu dan sarana yang ada dan dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku¹. Kelompok adalah layanan yang membantu klien atau peserta didik dalam pengembangan pribadi, kemampuan hubungan sosial, kegiatan belajar, karier dan pengambilan keputusan serta melakukan kegiatan tertentu melalui dinamika kelompok.²

Bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suasana kelompok. Gazda mengemukakan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok peserta didik untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat.

¹.Prayitno, Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*, Jakarta, Rineka Cipta, 2009. H .99

² Rosmalia, *Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Peserta Didik Kelas VII N 2 Lampung Selatan (SKRIPSI,UIN Raden Intan Lampung ,Bandar Lampung ,2016)*. H . 11

Gazda juga menyebutkan bahwa bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat personal, vokasional, dan sosial.³ Menurut Winkel dan Sri Hastuti, bimbingan kelompok merupakan salah satu pengalaman melalui pembentukan kelompok yang khas untuk keperluan pelayanan bimbingan kelompok. Thantawy menjelaskan pengertian bimbingan kelompok merupakan salah satu upaya yang diberikan kepada beberapa individu dalam situasi kelompok, dengan sasaran kelompok tetap adalah individu yang memiliki masalah yang sama.⁴

Sitti Hartinah mengemukakan bahwa bimbingan kelompok merupakan bimbingan yang dilaksanakan secara kelompok terhadap sejumlah individu sekaligus agar individu tersebut dapat menerima bimbingan yang dimaksudkan.⁵ Hal tersebut mengindikasikan bahwa dalam kegiatan bimbingan kelompok pelaksanaannya dilakukan secara bersama-sama terhadap sejumlah individu sehingga masing-masing individu dapat memahami kegiatan bimbingan kelompok pelaksanaannya dilakukan secara bersama-sama terhadap sejumlah individu dapat memahami kegiatan bimbingan yang tengah diterapkan. Sitti Hartinah juga mengemukakan bahwa kriteria bimbingan kelompok yang baik yaitu “bila didalam kelompok diwarnai

³ Prayitno, Erman Amti, *Loc. Cit*

⁴ Rosmalia, *Lok. Cit*

⁵ Djannah Wardatul "Dan" Edy. K . Drajat, 2012, *Bimbingan Kelompok Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Interaksi Sosial Dengan Teman Sebaya, Universitas Sebelas Maret* , Tersedeia *Jurnal* ([Http://Jurnal.fkip.uns.ac.id/index,Php/Cons/Article/Download/727/04](http://jurnal.fkip.uns.ac.id/index.php/cons/article/download/727/04),Pdf Diaksesb Pada 20.24 WIB (26 Februari 2017)

semangat tinggi, dinamis, hubungan yang harmonis, kerjasama yang baik dan saling mempercayai antara kelompok “⁶.

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah kegiatan bimbingan yang diberikan kepada sejumlah individu yang dilakukan secara bersama-sama, guna dapat membantu peserta didik dalam menyusun rencana dan pengambilan keputusan yang tepat, bimbingan kelompok diselenggarakan untuk memberikan informasi yang bersifat profesional, vokasional, dan sosial. Proses pemberian bantuan yang diberikan kepada individu untuk meningkatkan dan mengembangkan potensi yang ada pada dirinya secara maksimal dengan memberikan informasi, diskusi, tanya jawab dengan memanfaatkan dinamika kelompok .

2. Tujuan Layanan Bimbingan Kelompok

Adapun tujuan layanan bimbingan kelompok menurut beberapa para ahli. Menurut Halena tujuan dari layanan bimbingan kelompok yaitu untuk mengembangkan langkah-langkah bersama untuk menangani permasalahan yang dibahas di dalam kelompok, dengan demikian dapat menumbuhkan hubungan yang baik antar anggota kelompok, kemampuan berkomunikasi antar individu, pemahaman berbagai situasi dan kondisi lingkungan, dapat mengembangkan sikap

⁶ Djannah Wardatul, Yulita, Ayom, Juli 2012, *Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri*, Universitas Sebelas Maret Surakarta, Tersedia Jurnal ([Http://Www.Jurnal.Fkip.Uns.Ac.Id/Index. Php/ Councilium/Articale/Dwonload/1295/886.Pdf](http://www.jurnal.fkip.uns.ac.id/index.php/Councilium/Articale/Dwonload/1295/886.Pdf) Diakses Pada 11.23 WIB 28 Februari 2017).

dan tindakan nyata untuk mencapai hal-hal yang diinginkan sebagaimana terungkap didalam kelompok.⁷

Sedangkan menurut Bennet tujuan layanan bimbingan kelompok adalah sebagai berikut:

- a. memberikan kesempatan-kesempatan pada peserta didik belajar hal-hal penting yang berguna bagi pengarahannya yang kaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial;
- b. memberikan layanan-layanan penyembuhan melalui kegiatan kelompok;
- c. bimbingan secara kelompok lebih ekonomis dari pada melalui kegiatan bimbingan individual; dan
- d. untuk melaksanakan layanan konseling individu secara lebih efektif. denganmempelajari masalah-masalah yang umum dialami oleh individu dan dengan meredakan atau menghilangkan hambatan-hambatan emosional melalui kegiatan kelompok, maka pemahaman terhadap masalah individu menjadi lebih mudah.⁸

Dari beberapa tujuan layanan bimbingan kelompok menurut beberapa ahli dapat disimpulkan, bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan sebuah layanan bimbingan konseling yang bertujuan untuk membentuk pribadi individu yang dapat hidup secara harmonis, dinamis, produktif, kreatif dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya secara optimal. Pelaksanaan dilakukan dengan cara berkelompok dengan memperhatikan norma-norma yang berlaku dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

⁷ A, Hallen, *Bimbingan dan Konseling. Edisi Revisi*, (Jakarta: Quantum Teaching, 2005),h.73.,dikutip oleh Affiyani Pramono ,” Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Psikodrama Untuk Mengembangkan Konsep Diri Positif”. *Jurnal Bimbingan Konseling* vol.2 (Februari 2013).h. 100. Tersedia di <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk>

⁸ Romlah Tetik, 2006, *Teori Dan Praktek Bimbingan Kelompok*, Malang: Universitas Negeri Malang 2001). H .45

3. Unsur-Unsur Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok dilaksanakan dalam bentuk kelompok dengan menekankan unsur-unsur terpenting dari bimbingan kelompok diantaranya adalah dinamika kelompok, pemimpin kelompok dan anggota kelompok serta tahapan-tahapan bimbingan kelompok yang harus ada agar tercapai tujuan dari bimbingan kelompok.

a. Dinamika kelompok

Shertzer dan Stone mengemukakan definisi dinamika kelompok yaitu kuatnya interaksi antar anggota kelompok yang terjadi untuk mencapai tujuannya. Dikemukakan pula bahwa produktivitas kelompok akan tercapai apabila ada interaksi yang harmonis antar anggotanya.⁹ Adapun aspek-aspek dinamika kelompok menurut Hartinah diantaranya adalah sebagai berikut:

- 1) Komunikasi dalam kelompok.
Dalam komunikasi akan terjadi perpindahan ide atau gagasan yang diubah menjadi simbol oleh komunikator kepada komunikan melalui media.
- 2) Kekuatan di dalam kelompok.
Dalam interaksi antar anggota kelompok terdapat kekuatan atau pengaruh yang dapat membentuk kekompakan dalam kelompok.
- 3) Kohesi kelompok
Merupakan sejumlah faktor yang mempengaruhi anggota kelompok untuk tetap menjadi anggota kelompok tersebut.¹⁰

⁹ Sitti Hartinah, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok*, (Bandung: PT Refika Aditama, 2009), h. 64.

¹⁰ Tatiek, Romlah, *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*, (Malang: Universitas Negeri Malang, 2001), h.32.

b. Pemimpin kelompok dan anggota kelompok

Pemimpin kelompok merupakan unsur yang menentukan akan berjalan dengan baik atau tidak bimbingan kelompok yang akan dilaksanakan. Menurut Tatiek peranan pemimpin kelompok adalah sebagai berikut:

1. memberikan dorongan emosional (*emotional stimulation*): memberikan motivasi, memberikan kenyamanan, memimpin untuk mendapatkan solusi;
2. memedulikan (*caring*): memberi dorongan, mengkasahi, menghargai, menerima, tulus dan penuh perhatian;
3. memberikan pengertian (*meaning attribution*): menjelaskan, mengklarifikasi, menafsirkan; dan
4. fungsi eksekutif (*excecutive function*): menentukan batas waktu, norma-norma, menentukan tujuan-tujuan dan memberikan saran-saran.¹¹

Anggota kelompok merupakan salah satu unsur pokok dalam layanan bimbingan kelompok. Tanpa anggota kelompok tidaklah mungkin ada kelompok dan sebagian besar kegiatan bimbingan kelompok di dasarkan atas peranan dari anggota kelompok. Menurut Sukardi peranan anggota kelompok yang harus dilaksanakan dalam layanan bimbingan kelompok yaitu:

- 1) membantu terbinanya suasana keakraban antar anggota kelompok;
- 2) mencurahkan segenap perasaan dalam mengikuti kegiatan kelompok;
- 3) berusaha agar yang dilakukanya itu membatu tercapainya tujuan bersama;
- 4) membantu tersusunya aturan kelompok dan melaksanakannya dengan baik;
- 5) aktif ikut serta dalam kegiatan kelompok;
- 6) mampu berkomunikasi secara terbuka; dan
- 7) berusaha membantu anggota lain.¹²

¹¹ Tatiek, Romlah, *Loc.Cit.* H. 45

¹² Dewa Ketut Sukardi, Desak P.E. Nila Kusumawati, *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah*, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2008), H.30.

Unsur-unsur tersebut dapat disimpulkan bahwa ada tiga unsur pokok dalam bimbingan kelompok yakni;

1. dinamika kelompok yang berfungsi sebagai ruh dalam bimbingan kelompok;
2. pemimpin kelompok yang berfungsi sebagai penentu arah jalannya bimbingan kelompok; dan
3. anggota kelompok yang merupakan unsur penting dalam suatu layanan bimbingan kelompok.

4. Manfaat Bimbingan Kelompok

Adapun manfaat dari bimbingan kelompok. Teaxler mengemukakan bahwa bimbingan kelompok mempunyai manfaat tertentu seperti;

- a. bimbingan kelompok dapat menghemat waktu khususnya dalam memberikan layanan-layanan yang berguna untuk para peserta didik;
- b. bimbingan kelompok cocok digunakan untuk melaksanakan beberapa kegiatan terutama kegiatan yang bersifat intruksional;
- c. bimbingan kelompok menolong individu untuk memahami bahwa orang lain ternyata mempunyai kebutuhan-kebutuhan dan masalah-masalah yang sama;
- d. bimbingan kelompok dapat membantu pelaksanaan konseling individual; dan
- e. bimbingan kelompok juga memiliki nilai penyembuhan khususnya untuk kegiatan *role playing*, psikodrama, sosiodrama, dinamika kelompok, serta psikoterapi kelompok¹³.

¹³ Romlah Tetik, *Loc.Cit*, H. 17

5. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok

Dalam bimbingan kelompok ada beberapa tahapan yakni; tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran. Adapun penjelasan secara singkat mengenai tahap-tahapan dalam pelaksanaan bimbingan kelompok sebagai berikut ;

a. Tahap pembentukan

Pada tahap ini adalah mengungkapkan perhatian dan tujuan kegiatan kelompok dalam rangka pelayanan bimbingan dan konseling. menjelaskan cara-cara dalam melaksanakan bimbingan kelompok, menjelaskan asas-asas kegiatan kelompok, para anggota kelompok saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan ataupun harapan yang ingin dicapai serta permaianan dan penghormatan atau pengakraban.

b. Tahap peralihan

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan adalah menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, menerapkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan sebelumnya, membahas suasana yang terjadi dan meningkatkan keikutsertaan anggota.

c. Tahap kegiatan

Ada beberapa tahap dalam kegiatan ini yaitu ;

- 1) masing-masing anggota kelompok secara bebas mengemukakan masalah atau topik bahasan (pada kelompok bebas). Sedangkan

pada kelompok tugas, pemimpin kelompok mengemukakan suatu masalah atau topik.

- 2) menetapkan masalah atau topik yang akan dibahas terlebih dahulu.
- 3) anggota kelompok membahas masalah atau topik tersebut secara mendalam dan tugas, bila perlu ada kegiatan selingan.

d. Tahap pengakhiran

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan adalah pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan serta harapan.¹⁴

B. Konsep Diri.

1. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri adalah pandangan yang menyeluruh tentang totalitas diri baik positif ataupun negatif, mengenai dimensi fisik, psikis, sosial, pengharapan, dan penilaian terhadap konsep diri sendiri. Konsep diri dibentuk oleh persepsi-persepsi lingkungan terhadap individu¹⁵. Kelly mengungkapkan bahwa konsep diri adalah suatu teori yang dibangun individu yang mencakup fungsi dan penguasaan sifat dari

¹⁴DS.Hartinah Sitti,2009, *Konsep Dasar Bimbingan Kelompok* , PT Rafika Asditama,Bandung :132-154 Dikutipdi (Skripsi Muhamad Hendi Surya Dinata *„Efektivitas Sosiodrama Dalammeningkatkan Perilaku Profesionalpeserta Didik Kelas X Semester Genap SMA Negeri 10 Bandar Lampung,)* Universitas IAIN Raden Intan Lampung , Bandar Lampung, 2016.H.15 Dikutip Pada Tanggal 26 Februari 2017. 14.30 WIB

¹⁵Anwar Sutoyo, M.Pd, *Pemahaman Individu Observasi, Cheklis, Interviu, Kuesioner,Sosiometri (Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 2014). H. 245*

lingkungan psikologinya.¹⁶ Proses pembentukan konsep diri dianggap sebagai suatu aset utama dan penentu utama dari setiap tingkah laku individu.

Calhoun & Acoccela mengatakan bahwa konsep diri adalah cara pandang individu terhadap dirinya akan membentuk suatu konsep tentang diri sendiri. Konsep tentang diri merupakan hal yang penting bagi kehidupan individu karena konsep diri menentukan bagaimana individu bertindak dalam berbagai situasi. Sedangkan menurut Stuart dan Sundeen konsep diri adalah semua ide, pikiran, kepercayaan dan pendirian yang diketahui individu tentang dirinya dan mempengaruhi individu dalam berhubungan dengan orang lain¹⁷.

Menurut Hurlock, konsep diri adalah konsep seseorang dari siapa dan apa dia itu. Konsep ini merupakan bayangan cermin, ditentukan sebagian besar oleh peran dan hubungan dengan orang lain, dan apa yang kiranya reaksi orang lain terhadapnya. Konsep diri mencakup citra diri fisik dan psikologis. Citra diri fisik biasanya berkaitan dengan penampilan, sedangkan citra diri psikologis berdasarkan atas pikiran, perasaan, dan emosi. Song dan Hattie juga mengemukakan bahwa konsep diri terdiri atas konsep diri akademis dan non akademis. Selanjutnya konsep diri non akademis dapat dibedakan menjadi konsep diri sosial dan penampilan diri.

¹⁶ Rezky Rosalinda, Salmah Dan Wagimin". *The Effectiveness Of Role Playing Techniques To Improve Self-Concept Of Accounting Class X Students Of Smk Negeri 4 Klaten In The Academic Year Of 2013/2014*". *Jurnal Bimbingan Dan Konseling* , Vol. 1 No. 1 (Maret 2013). H . 3 .

¹⁷ Bab II , *Konsep Diri Positif* ,(On-Line) Tersedia Di [Http://KonsepDiriPositifSkripsiBabII.Net.Id/BimbinganKonseling.Htm](http://KonsepDiriPositifSkripsiBabII.Net.Id/BimbinganKonseling.Htm) (13 January 2017)

Jadi menurut Song dan Hattie, konsep diri secara umum dapat dibedakan menjadi konsep diri akademis, konsep diri sosial, dan penampilan diri.¹⁸

Dari beberapa pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah pandangan individu tentang segala tingkah laku serta pola pikir yang ada pada individu itu sendiri, termasuk persepsi individu akan sifat dan kemampuannya, interaksi dengan orang lain dan lingkungan, nilai-nilai yang berkaitan dengan pengalaman dan objek, tujuan serta keinginannya. Konsep diri dapat didefinisikan sebagai gambaran yang ada pada diri individu yang berisikan tentang bagaimana individu melihat dirinya sendiri sebagai pribadi yang disebut dengan pengetahuan diri, bagaimana individu merasa atas dirinya yang merupakan penilaian diri sendiri serta bagaimana individu menginginkan diri sendiri sebagai manusia yang diharapkan.

2. Aspek-aspek konsep diri

Adapun aspek-aspek dalam konsep diri, menurut Bruns konsep diri mencakup beberapa aspek yakni, karakteristik fisik, cara berpakaian, model rambut, dan make up, kesehatan dan kondisi fisik, benda-benda yang dimiliki dan pemilikan, rumah dan hubungan keluarga, olah raga hobi dan permainan, sekolah dan pekerjaan, status intelektual, bakat dan minat, ciri keperibadian, sikap dan hubungan social, dan religious, minat religiuas, keyakinan, dan praktek religius.

¹⁸ Pengertian Konsep Diri Dan Cirri-Cirinya , (On-Line) Tersedia Di [Http://pengertian konsep diri dan cirri. blogsport./Htm](http://pengertian_konsep_diri_dan_cirri.blogspot.com/htm)

Sedangkan menurut Hurlock konsep diri memiliki dua aspek yaitu aspek fisik dan aspek psikologis

a. Aspek fisik

Terdiri dari konsep diri yang dimiliki individu tentang penampilanya, kesesuaian dengan seksnya, arti penting tubuhnya dalam hubungan dengan perilaku dan gengsi yang diberikan tubuhnya dimata orang lain

b. Aspek psikologis

Terdiri dari konsep diri individu tentang kemampuan dan ketidak mampunya, harga dirinya, dan hubunganya dengan orang lain .¹⁹

3. Faktor yang mempengaruhi pembentukan konsep diri

Hurlock mengungkapkan bahwa faktor yang mempengaruhi konsep diri pada remaja meliputi;

a. Usia kematangan

Remaja yang matang lebih awal, diperlakukan seperti orang yang hamper dewasa, mengembangkan konsep diri yang menyenangkan sehingga dapat menyesuaikan diri dengan baik.

b. Penampilan diri

Penampilan diri yang berbeda membuat remaja merasa rendah diri meskipun perbedaan yang menambah daya tarik fisik. Cacat fisik yang dialami oleh remaja dapat menjadi sumber masalah yang mengakibatkan perasaan rendah diri. sebaliknya, daya tarik fisik menimbulkan penilaian yang menyenangkan tentang ciri keperibadian dan menambah dukungan sosial.

c. Kepatutan seks

Kepatutan seks dalam penampilan diri, minat, dan perilaku membantu remaja mencapai konsep diri yang baik.

¹⁹ Hurock B, *psikologi perkembangan anak jilid 2*, (Jakarta, Erlanga , 2005) h. 58

- d. Nama dan julukan
Remaja peka akan keritik dan malu bila teman-teman sekelompoknya menilai namanya buruk atau bila mereka memberikan julukan yang bernada cemooh atau direndahkan.
- e. Hubungan keluarga
Seorang remaja yang memiliki hubungan erat dengan anggota keluarga akan mengidentifikasikan citra diri dengan orang tersebut dan ingin mengembangkan pola keperibadian yang sama. Apabila tokoh tersebut sesama jenis maka remaja akan tertolong untuk mengembangkan konsep diri yang layak untuk seksnya.
- f. Teman sebaya
Teman sebaya mempengaruhi pola keperibadian remaja dengan dua hal yaitu; pertama konsep diri remaja merupakan cerminan dan anggapan tentang konsep teman dan dirinya; dan kedua berada dalam tekanan untuk mengembangkan ciri-ciri keperibadian dalam kelompok.
- g. Kreativitas
Remaja yang semasa kanak-kanak didorangi agar kreatif dalam bermain dan dalam tugas akademis, mengembangkan peran individualitas dan identitas yang memberi pengaruh yang baik pada konsep dirinya.
- h. Cita-cita
Remaja yang memiliki cita-cita yang tidak realistis, ia akan mengalami kegagalan yang menimbulkan ketidakpercayaan diri dan timbul perasaan tidak mampu serta reaksi yang bertahan dimana ia menyalahkan orang lain atas kegagalannya. Sebaliknya, remaja yang realistis tentang kemampuannya banyak mengalami keberhasilan dari pada kegagalan. Hal ini akan menimbulkan rasa percaya diri dan kepuasan diri yang besar yang memberikan konsep diri yang baik²⁰.

Sedangkan menurut Jalaludin Rakhmat pembentukan konsep diri individu dipengaruhi oleh orang lain dan kelompok rujukan.

- a. Orang lain
Harry Stack Sullivan menjelaskan bahwa jika kita diterima, dihormati dan disenangi orang lain karna keadaan diri, maka diri akan cenderung bersikap menghormati, menerima diri sendiri dan akan menciptakan konsep diri yang positif. Sebaliknya, jika orang lain selalu meremehkan, menyalahkan dan menolak individu tersebut, maka individu tersebut akan

²⁰ Hurock, B, *psikologi perkembangan sepanjang rentang kehidupan*, (Bandung, erlangga,2005

cenderung menolak dirinya sendiri sehingga konsep diri akan mengarah kearah yang negatif.

b. Kelompok rujukan (*reference group*)

Setiap kelompok memiliki norma tertentu, ada kelompok yang emosional meningkat dan berpengaruh terhadap pembentukan konsep diri, hal ini disebut kelompok rujukan²¹.

4. Macam Dan Ciri-Ciri Konsep Diri

secara umum konsep diri dapat dibedakan menjadi dua yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Konsep diri positif merupakan penerimaan diri secara positif sedangkan, konsep diri negatif merupakan cara pandang seseorang terhadap dirinya yang negatif maksudnya individu merasa rendah diri, membenci dan tidak dapat menerima dirinya dengan baik.

Menurut pendapat Calhoun dan Acocella dalam Ghufon dan Risnawita, membagi konsep diri menjadi dua, yaitu konsep diri yang positif dan negatif²².
mengubahnya

1. konsep diri positif

Ciri konsep diri yang positif adalah yakin terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam mengatasi masalah, merasa sejajar dengan orang lain, menerima pujian tanpa rasa malu, sadar bahwa tiap orang mempunyai keragaman perasaan, hasrat, dan perilaku yang tidak disetujui oleh masyarakat serta mampu mengembangkan diri

²¹ Rahmat .j, *psikologi komunikasi remaja*, (Bandung ,Remaja Rosidakarya, 2017), h, 100-104

²² Ghufon Nur, Risnawita Rini. (2010). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.dikutip oleh , Nurfaizal.” Penggunaan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa”. *Jurnal Fokus Konseling*, Vo 2 No. 2, (Agustus 2016). h, 160

karena mampu mengungkap aspek-aspek kepribadian yang buruk dan berupaya untuk mengubahnya²³.

Menurut Rakhmat²⁴ orang yang memiliki konsep diri positif adalah orang yang membuka diri kepada orang lain, orang yang percaya diri, dan orang yang selektif²⁴. Konsep diri yang positif dapat melahirkan pola perilaku yang positif pula, yakni melakukan persepsi yang lebih cermat, dan mengungkapkan petunjuk-petunjuk yang membuat orang lain menafsirkan kita dengan cermat pula.

Menurut William D. Brooks karakteristik orang yang mempunyai konsep diri positif antara lain;

- 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;
- f. peka pada kebutuhan orang lain, pada kebiasaan sosial yang telah diterima, dan terutama sekali pada gagasan bahwa ia tidak bisa bersenang-senang dengan mengorbankan orang lain;
- g. mampu menikmati dirinya secara utuh dalam berbagai kegiatan yang meliputi pekerjaan, permainan, ungkapan diri yang kreatif, persahabatan, atau sekedar mengisi waktu;
- h. sanggup mengaku kepada orang lain bahwa dirinya mampu merasakan berbagai dorongan dan keinginan; dan
- i. cenderung menolak usaha orang lain untuk mendominasinya;

²³ Ghufroon Nur, Risnawita Rini, *ibid*, h.160

²⁴ Rakhmat, Jalaluddin. 2011. *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya dikutip oleh Rosalinda, Salmah dan Wagimin". The Effectiveness Of Role Playing Techniques To Improve Self-Concept Of Accounting Class X Students Of Smk Negeri 4 Klaten In The Academic Year Of 2013/2014". *Jurnal bimbingan dan konseling*, Vol. 1 No. 1 (maret 2013)

2. Konsep diri negatif.

Menurut William D. Brooks, ciri konsep diri yang negatif adalah peka terhadap kritik, responsif terhadap pujian, punya sikap hiperkritis, cenderung merasa tidak disukai orang lain, dan pesimistis terhadap kompetisi dan bersikap pesimis²⁵.

1. Peka pada kritik

Orang seperti ini sangat tidak tahan kritik yang diterimanya, dan mudah marah atau naik pitam. Bagi orang seperti ini koreksi sering dipersepsikan sebagai usaha untuk menjatuhkan harga dirinya. Orang yang memiliki konsep diri yang negatif cenderung menghindari dialog yang terbuka, dan bersikeras mempertahankan pendapatnya dengan berbagai logika yang keliru.

2. Responsif sekali terhadap pujian

Walaupun berpura-pura menghindari pujian, orang seperti ini tidak dapat menyembunyikan antusiasmenya pada waktu menerima pujian. Bagi orang seperti ini embel-embel yang menunjang harga dirinya menjadi pusat perhatiannya.

3. Cenderung merasa tidak disenangi orang lain

Orang yang seperti ini bereaksi pada orang lain sebagai musuh, sehingga tidak dapat melahirkan kehangatan dan persahabatan. Orang ini tidak akan pernah mempersalahkan dirinya, tetapi akan menganggap dirinya sebagai korban dari system social yang tidak beres.

4. Sikap hiperkritis.

Orang seperti ini selalu mengeluh, mencela, atau meremehkan apapun dan siapapun. Mereka tidak pandai dan tidak sanggup mengungkapkan penghargaan atau pengakuan pada kelebihan orang lain.

5. Bersikap pesimis

Bersikap pesimis terhadap kompetisi seperti terungkap dalam keengganannya untuk bersaing dengan orang lain dalam membuat prestasi. Ia menganggap tidak akan berdaya melawan persaingan yang merugikan dirinya.²⁵

²⁵ Dr.Anwar Sutoyo, M.Pd, *Loc.Cit.*

5. Indikator-indikator konsep diri

Dari yang telah diungkapkan oleh beberapa ahli mengenai pengertian konsep diri maka dapat ditarik kesimpulan bahwa menurut, Hurlock, Shog dan Hattie juga mengatakan bahwa indikator konsep diri terbagi menjadi tiga bagian yaitu; Indikator citra diri fisik biasanya berkaitan dengan penampilan, indikator citra diri psikologis berdasarkan atas pikiran, perasaan, dan emosi. Sedangkan indikator konsep diri sosial adalah pandangan, penilaian peserta didik terhadap kemampuan bergaul dan kerjasama dengan orang lain. Sehingga, dapat ditarik kesimpulan bahwa indikator konsep diri adalah citra fisik, citra psikologis dan konsep diri sosial, dimana tiga indikator konsep diri pada individu ini sangatlah penting bagi individu baik dalam kehidupan individu dan lingkungan karena konsep diri adalah gambaran atau cerminan yang ada dalam diri individu itu sendiri.

6. Manfaat Mengetahui Konsep Diri

Dengan adanya konsep diri individu memandang atau menilai dirinya sendiri akan tampak jelas dari seluruh perilakunya, dengan kata lain perilaku seseorang akan sesuai dengan cara individu memandang dan menilai dirinya sendiri. Apabila individu memandang dirinya sebagai seorang yang memiliki cukup kemampuan untuk melaksanakan tugas, maka individu itu akan menampilkan perilaku sukses dalam melaksanakan tugasnya. Sebaliknya apabila individu memiliki cara pandang yang tidak stabil maka individu tersebut akan kesulitan dalam mengenal dirinya sendiri dan individu tersebut akan sulit menjaga tanggung jawab yang ada pada dirinya .

C. Role Pelaying

1. Pengertian *Role Playing*

Santrock menyatakan bahwa bermain peran (*role play*) ialah suatu kegiatan yang menyenangkan. Secara lebih lanjut bermain peran merupakan suatu kegiatan yang dilakukan seseorang untuk memperoleh kesenangan. Role playing merupakan suatu metode bimbingan dan konseling kelompok yang dilakukan secara sadar dan diskusi dalam kelompok. Santrock juga menyatakan bermain peran memungkinkan seseorang mengatasi frustrasi dan merupakan suatu medium bagi ahli terapi untuk menganalisis konflik-konflik individu dan cara-cara mereka mengatasinya.²⁶

Teknik *role playing* merupakan layanan yang dianggap tepat untuk meningkatkan konsep diri peserta didik menjadi lebih baik. Romlah mengemukakan bahwa *role playing* merupakan kegiatan dimana individu memerankan suatu tokoh yang bertujuan untuk memahami diri sendiri, menganalisis perilaku dan bagaimana menunjukkan perilaku yang baik. Selanjutnya, Zaini mengemukakan bahwa *role playing* merupakan suatu kegiatan belajar yang dirancang untuk mencapai tujuan pendidikan yang spesifik. diketahui bahwa *role playing* merupakan permainan peran yang dirancang untuk mencapai tujuan dalam pendidikan yang dilaksanakan dengan menghadirkan karakter-karakter yang ada didalam kehidupan nyata kedalam permainan peran. Selama permainan berlangsung, peserta didik dapat

²⁶ Bambang Adi Nugraha, *Fakar Psikologi*, (on-line) tersedia di <http://psikologibebas.blogspot.co.id/2012/06/pengertian-bermain-peran-role-play.html>

mengembangkan imajinasi, mengeksplorasi perasaan, sikap maupun nilai-nilai. Setiap pemeranan tidak dilakukan secara tuntas sampai masalah dapat dipecahkan. Hal ini dimaksudkan untuk menimbulkan rasa keingin tahuan peserta didik untuk mencari pemecahan masalah.

3. Perbedaan soisodrama, psikodrama dan *role playing*

- a. Sosiodrama adalah drama sosial yang berguna untuk menanamkan kemampuan menganalisa situasi sosial tertentu
- b. Psikodrama sama halnya dengan sosiodrama yang lebih menekankan dengan situasi sosial, sedangkan psikodrama lebih menekankan pada pengaruh psikologinya
- c. *Role playing* atau permainan peran yang lebih menekankan pada peristiwa yang telah terjadi atau lampau, maksudnya adalah melakukan sebuah permaian yang dilakukan menggunakan peristiwa yang telah terjadi atau lampau.

Dalam teknik *role playing* Terdapat lima karakteristik bermain peran, yaitu:

1. Merupakan sesuatu yang menyenangkan dan memiliki nilai yang positif bagi anak.
2. Didasari motivasi yang muncul dari dalam. Jadi anak melakukan kegiatan itu atas kemauannya sendiri.
3. Sifatnya spontan dan sukarela, bukan merupakan kewajiban. Anak merasa bebas memilih apa saja yang ingin dijadikan alternatif bagi kegiatan bermainnya.
4. Senantiasa melibatkan peran aktif dari anak, baik secara fisik maupun mental.

5. Memiliki hubungan sistematis yang khusus dengan sesuatu yang bukan bermain, seperti kemampuan kreatif, memecahkan masalah, kemampuan berbahasa, kemampuan memperoleh teman sebanyak mungkin dan sebagainya.²⁷

Hasil refleksi *role playing* dapat digunakan oleh siswa untuk mengembangkan konsep diri yang positif. Teknik ini selain dikembangkan untuk melatih individu yang mengalami gangguan kepribadian juga dapat digunakan sebagai media belajar bagaimana menghargai, bertoleransi dan bertanggung jawab yang akan membantu peserta didik dalam meningkatkan konsep diri yang positif.²⁸

2. Langkah-Langkah Penerapan *Role Playing*

Setiap model pembelajaran aktif, ada beberapa langkah-langkah yang harus dilakukan. Berikut langkah-langkah penerapan model *role playing* menurut Mulyadi

1. guru menyiapkan skenario yang akan ditampilkan;
2. menunjuk beberapa siswa untuk mempelajari skenario dalam waktu beberapa hari sebelum kegiatan belajar mengajar;
3. guru membentuk kelompok yang anggotanya lima orang (menyesuaikan jumlah siswa);
4. memberikan penjelasan tentang kompetensi yang ingin dicapai;
5. memanggil para siswa yang sudah ditunjuk untuk melakonkan skenario yang sudah dipersiapkan;
6. masing-masing siswa berada di kelompoknya sambil mengamati skenario yang sedang diperagakan;
7. setelah selesai ditampilkan, masing-masing siswa diberi lembar kerja untuk membahas penampilan yang selesai diperagakan;
8. masing-masing kelompok menyampaikan hasil kesimpulannya;

²⁷ Bambang Adi Nugraha, *Ibit*

²⁸ Rezky Rosalinda, Salmah Dan Wagimin, *The Effectiveness Of Role Playing Techniques To Improve Self-Concept Of Accounting Class X Students Of Smk Negeri 4 Klaten In The Academic Year Of 2013/2014*, Education and Teacher Training Faculty, (11 maret University of Surakarta.)

9. guru memberi kesimpulan secara umum;
10. evaluasi; dan
11. penutup

Nursalim mengatakan bahwa langkah-langkah teknik bermain peran dalam bimbingan kelompok adalah:

- a. Pembimbing membicarakan suatu hal yang menarik dan dapat menggerakkan perasaan atau emosi individu, sehingga mereka dapat mengadakan identifikasi dengan orang-orang atau tokoh-tokoh dalam cerita. Masalah dalam cerita harus dipahami, sehingga secara mudah tergugah untuk ikut berpartisipasi dalam masalah penyelesaian dan pengentasannya.
- b. Setelah pembimbing selesai dalam ceritanya, kemudian menentukan siapa siapa individu yang akan berperan sebagai tokoh-tokoh tertentu.
- c. Dalam cerita yang didramakan, individu bukan hanya dihadapkan pada satu persoalan saja, tetapi mereka dihadapkan pada bagaimana dia sendiri memilih jalan keluar dari problem tadi sebagai akhir cerita, untuk ini perlu dipersiapkan terlebih dahulu penonton yang akan memberikan penilaian terhadap jalannya cerita dalam drama, dan sikap-sikap yang salah atau tidak seharusnya dilakukan.
- d. Dalam melakukan drama tadi tidak ada batasan waktu. Disini yang penting bukan kepandaian berakting, tetapi yang diutamakan adalah spontanitas dalam berperan, gerak dan mengucapkan kata-kata.
- e. Setelah pementasan drama, diadakan diskusi-diskusi yang membahas baik dan tidaknya pengentasan masalah tadi. Diskusi ini dilakukan oleh individu pemegang peran, penonton dan pembimbing. Dalam hal ini saran-saran pengatasan yang baik, wajar dan seharusnya dilakukan perlu dikemukakan, sehingga individu akan memperoleh suatu gambaran tentang kemungkinan-kemungkinan penyelesaian masalah yang sedang dihadapi.
- f. Setelah diskusi dilakukan, diadakan pementasan drama kembali dengan pemain dari individu yang berbeda. Hal ini dimaksudkan agar dapat ditemukan cara penyelesaian yang sebaik-baiknya.

Keberhasilan model pembelajaran melalui teknik bermain peran bergantung pada kualitas permainan peran yang diikuti dengan analisis terhadapnya. Disamping

itu bergantung pula pada persepsi siswa terhadap peran yang dimainkan terhadap situasi nyata.²⁹

3. Kelebihan dan kekurangan role playing

Dalam setiap model, selain memiliki kelebihan juga memiliki kelemahan. Kelebihan model *role playing* melibatkan seluruh siswa berpartisipasi, mempunyai kesempatan untuk memajukan kemampuannya dalam bekerja sama. Siswa juga dapat belajar menggunakan bahasa dengan baik dan benar. Selain itu, kelebihan model ini adalah, sebagai berikut:

Craciun mengatakan bahwa ada banyak kelebihan belajar melalui ilmu bermain peran diantaranya;

- a. mendorong siswa untuk menciptakan realitas mereka sendiri;
- b. mengembangkan kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain;
- c. meningkatkan motivasi belajar siswa;
- d. melibatkan para siswa pemalu dalam kegiatan kelas;
- e. membuat siswa percaya diri;
- f. membantu siswa untuk mengidentifikasi dan memecahkan masalah;
- g. bersifat menyenangkan;
- h. memperlihatkan pada siswa bahwa dunia nyata yang kompleks dan masalah yang muncul di dunia nyata tidak dapat diselesaikan dengan hanya menghafal informasi; dan
- i. menggarisbawahi penggunaan simultan dengan kemampuan yang berbeda (yang diperoleh secara terpisah).

²⁹ Nursalim, Moch, dan Suradi. 2002. *Layanan Bimbingan dan Konseling*. Surabaya: Unesa University Press. Di kutip oleh Galih Wicaksono , Dr. Najlatun Naqiyah, S.Ag, M.Pd, Penerapan Teknik Bermain Peran Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas X Multimedia Smk Ikip Surabaya, *Journal Mahasiswa Bimbingan Konseling* , Vo 1. No. 1 (Januari 2013)

Dalam penggunaan teknik *role playing* juga memiliki beberapa kelemahan antara lain;

- a. model bermain peranan memerlukan waktu yang relatif panjang atau banyak;
- b. memerlukan kreativitas dan daya kreasi yang tinggi dari pihak guru maupun murid. dan ini tidak semua guru memilikinya;
- c. tidak semua materi pelajaran dapat disajikan melalui metode ini;
- d. kebanyakan siswa yang ditunjuk sebagai pemeran merasa malu untuk memerlukan suatu adegan tertentu;
- e. menurut Santoso Apabila pelaksanaan sosiodrama atau *role playing* (bermain peran) mengalami kegagalan, bukan saja dapat memberi kesan kurang baik, tetapi sekaligus berarti tujuan pengajaran tidak tercapai³⁰.

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran *role playing* adalah model pembelajaran inovatif yang dapat meningkatkan ketertarikan peserta didik terhadap materi pelajaran yang disajikan, serta peserta didik juga biasa bersosilaisai ,bekerja sama dan dapat meyelesaikan masalah, sehingga, tujuan pembelajaran lebih mudah tercapai.

4. Manfaat (Bermain Peran) *Role Playing*

Model pembelajaran melalui pemeranan sebuah situasi dalam hidup manusia dengan tanpa diadakan latihan untuk mencapai tujuan bersama dalam rangka mencari penyelesaian dari suatu masalah yang sering dihadapi siswa dalam kehidupan sehari-

³⁰ Rossana Hutari, Sularmi, Siti Kamsiyati, Penggunaan Metode *Role Playing* Untuk Meningkatkan Konsep Diri Positif Pada Anak Kelompok B Tk Karang Indriya Karangasem Laweyan Surakarta Tahun Ajaran 2014/2015,

hari dan dapat digunakan untuk mendiagnosis dan mengerti seseorang, sebagai media pengajaran dan metode pelatihan ketrampilan tertentu.

Menurut Sastrowadoyo mengemukakan bahwa manfaat utama bermain peran bagi peserta didik adalah:

- a. memupuk kerja sama yang baik dalam pergaulan siswa;
- b. memberi kesempatan kepada siswa untuk melahirkan daya kreasi masing-masing;
- c. mengembangkan emosi sehat anak;
- d. menghilangkan sifat malu, gugup, dan lain-lain;
- e. mengembangkan apresiasi dan sikap yang baik;
- f. menghargai pendapat dan pikiran orang lain;
- g. menanamkan kepercayaan kepada diri sendiri; dan
- h. mengurangi kejahatan dan kenakalan anak-anak;

Dari pendapat yang telah dipaparkan maka dapat diketahui bahwa permainan peran diyakini dapat memberikan manfaat yang positif terhadap hubungan sosial individu dengan individu lainnya. Melalui bimbingan kelompok menggunakan teknik role playing diharapkan peserta didik dapat meningkatkan konsep diri positif yang ada dalam diri individu itu sendiri. Sehingga peserta didik lebih memahami tentang dirinya sendiri, peserta didik diharapkan dapat bekerja sama dengan teman-temannya serta dapat mengemban tanggung jawab yang di berikan.

D.Kerangka Berpikir

Konsep diri positif adalah orang yang membuka diri kepada orang lain, orang yang percaya diri, dan orang yang selektif". Konsep diri yang positif dapat melahirkan pola perilaku yang positif pula, yakni melakukan persepsi yang lebih cermat, dan mengungkapkan petunjuk-petunjuk yang membuat orang lain

menafsirkan kita dengan cermat pula. peserta didik yang memiliki konsep diri yang rendah memiliki ciri-ciri sebagai berikut; tidak percaya diri, tidak dapat menerima pendapat orang lain, merasa dirinya dikucilkan, acuh terhadap sekitarnya, peka pada kritik, responsif sekali terhadap pujian, cenderung merasa tidak disenangi orang lain, sikap hiperkritis, dan bersikap pesimis.

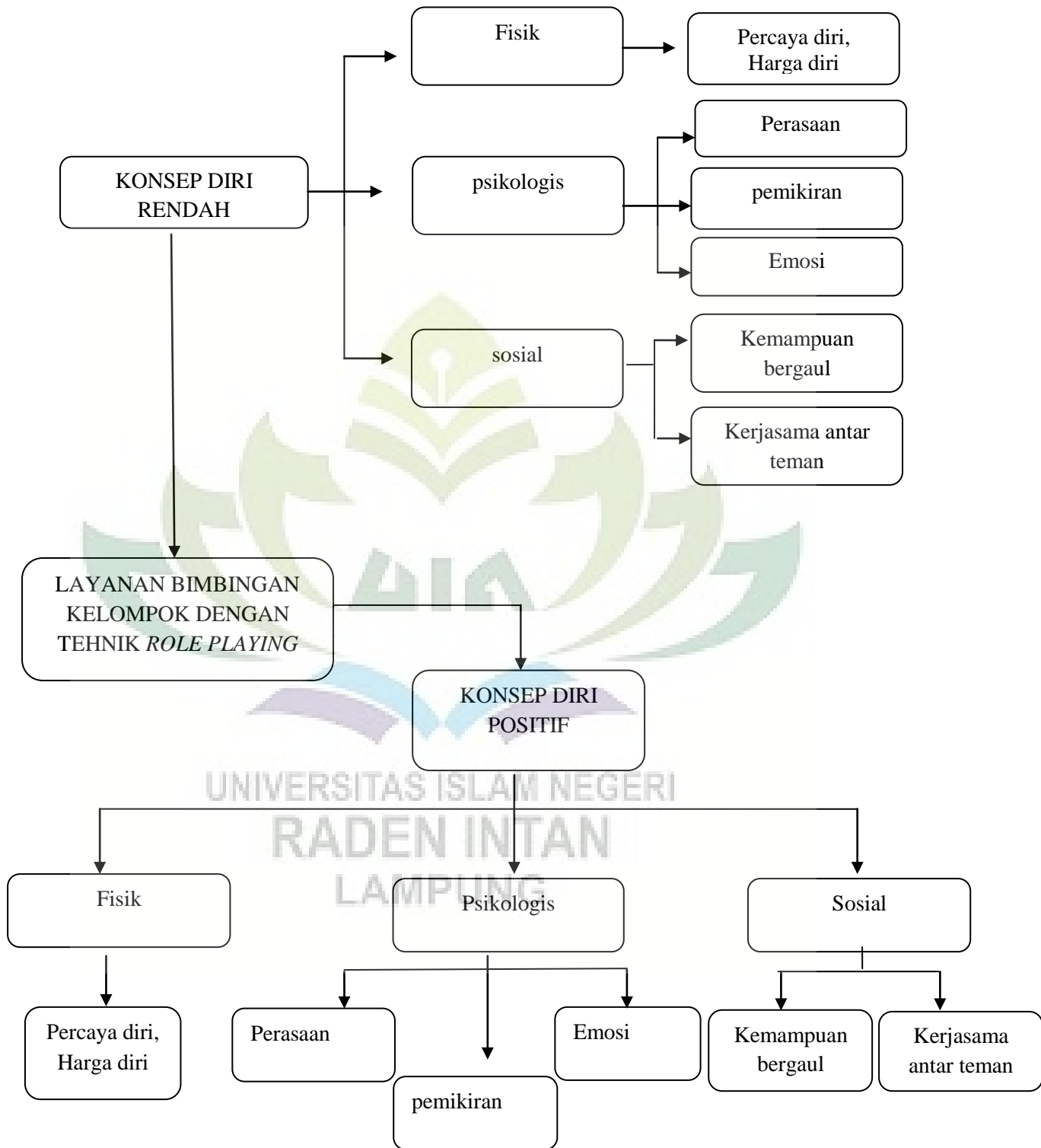
Sehingga, untuk mengatasi konsep diri positif yang masih rendah yang terjadi pada peserta didik, peneliti menggunakan metode *role playing* dengan memanfaatkan layanan bimbingan kelompok agar dapat meningkatkan konsep diri positif yang rendah pada peserta didik. Sitti Hartinah mengemukakan bahwa bimbingan kelompok merupakan bimbingan yang dilaksanakan secara berkelompok terhadap sejumlah individu sekaligus agar individu tersebut dapat menerima bimbingan yang dimaksudkan. Hal tersebut mengidentifikasi bahwa dalam kegiatan bimbingan pelaksanaannya dilakukan secara bersama-sama terhadap sejumlah individu sehingga masing-masing individu dapat memahami kegiatan bimbingan yang tengah diterapkan. Kriteria kelompok yang baik bila di dalam kelompok diwarnai semangat yang tinggi, dinamis, memiliki hubungan yang harmonis kerja sama yang baik dan saling mempercayai antar anggota kelompok. Untuk mencapai kriteria bimbingan kelompok yang baik maka, peneliti memilih metode *role playing* sebagai salah satu permainan peran yang menyenangkan bagi peserta didik metode *role playing* juga diharapkan mampu membantu peserta didik dalam meningkatkan konsep diri positif.

Romlah mengemukakan bahwa *role playing* merupakan kegiatan dimana individu memerankan suatu tokoh yang bertujuan untuk memahami diri sendiri, menganalisis perilaku dan bagaimana menunjukkan perilaku yang baik³¹.

Role palying di pilih dengan tujuan bahwa teknik ini dapat membantu peserta didik mendapatkan layanan bimbingan konseling yang berbeda dan dapat membuat peserta didik lebih mudah memahami apa yang dimaksudkan oleh peneliti, dengan menggunakan teknik *role playing* peneliti berharap peserta didik dapat meningkatkan konsep diri positif. dalam penggunaan teknik *role palying* peserta didik diminta untuk bekerja sama dengan teman sekelompoknya. Hal ini bertujuan agar peserta didik dapat saling membantu satu sama lain dalam memahami dirinya sendiri dan lingkungannya di sekitarnya. Baik dari sisi konsep diri sosial, fisik dan psikologis peserta didik yang merupakan indikator konsep diri yang penting dalam meningkatkan konsep diri positif peserta didik.

Kerangka pemikiran dalam penelitian ini adalah bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* diharapkan dapat membantu peserta didik dalam meningkatkan konsep diri positif peserta didik. Berikut ini kerangka berfikir yang dapat digambarkan sebagai berikut;

³¹ Rezky Rosalinda, Salmah Dan Wagimin, The Effectiveness Of Role Playing Techniques To Improve Self-Concept Of Accounting Class X Students Of Smk Negeri 4 Klaten In The Academic Year Of 2013/2014, *Education and Teacher Training Faculty*, (11 maret University of Surakarta.)



Gambar 1
Kerangka Berfikir

E . Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara yang akan menjawab rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah telah dibentuk menjadi sebuah kalimat³². Jawaban sementara sangat membantu peneliti untuk melakukan penelitian agar penelitian lebih terarah. Berdasarkan teori yang telah di paparkan maka hipotesis yang diajukan oleh peneliti adalah; apakah penerapan teknik *role playing* dalam bimbingan kelompok dapat meningkatkan konsep diri positif peserta didik kelas XI SMAN 10 Bandar Lampung.

Berdasarkan pemaparan tersebut, maka peneliti menggunakan uji hipotesis nol, menurut Emory hipotesis nol adalah pernyataan yang tidak memiliki perbedaan antara parameter (populasi) dan statistik (data sampel). Lawan dari hipotesis nol adalah hipotesis alternatif yang menyatakan perbedaan antara parameter dan statistik. Hipotesis nol diberi notasi H_0 dan hipotesis alternatif diberi notasi H_a . Berdasarkan pemaparan tersebut, maka peneliti mengajukan hipotesis sementara sebagai berikut;

H_0 : Bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* tidak dapat meningkatkan konsep diri positif pada peserta didik kelas XI IPA di SMAN10 Bandar Lampung'

³² Sugiono , " *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*" (Bandung, Alfabeta , 2010), h.64

Ha: Bimbingan kelompok dengan tehnik *role playing* dapat meningkatkan konsep diri positif pada peserta didik kelas XI di SMAN 10 Bandar Lampung'.

Maka berdasarkan pemaparan tersebut maka hipotesis dalam penelitian yang akan dilaksanakan sebagai berikut;

Ho : $\mu_1 = \mu_2$

Ha : $\mu_1 \neq \mu_2$

Keterangan :

Ho : sebelum diberikan bimbingan

Ha : sesudah diberikanya bmbingan

Untuk menguji hipotesis, nilai t (t_{hitung}) akan dibandingkan dengan nilai dari tabel distribusi t (t_{tabel}). Cara penentuan nilai (t_{tabel}) didasarkan pada taraf signifikansi tertentu, mialnya ($\alpha = 0.05$) dan $dk = n - 1$. Kriteria pengujian hipotesis untuk uji yaitu: Hipotesis ditolak jika H_0 ($t_{hitung} > t_{tabel}$),
Dikatakan diterima jika H_a ($t_{hitung} < t_{tabel}$).