

# Pengembangan Panduan Bibliokonseling Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Siswa SMA

Kevin Setiawan<sup>1</sup>, Agus Tri Susilo<sup>1</sup>, Citra Tectona Suryawati<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Prodi Bimbingan dan Konseling, FKIP, Universitas Sebelas Maret

Jl. Ir. Sutami 36A, Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia

Jl. Ir. Sutami No. 36 A, Kentingan Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia 57126

Email: kevinset22@gmail.com

**Abstract:** This research and development aim to produce products that meet the relevance criteria, namely the development of bibliocounseling guidelines to increase self-esteem in high school students in Karanganyar. Based on the results of empirical and theoretical studies ready to meet the criteria of consistency, efficiency, and effectiveness. This research uses research and development methods according to Plomp & Nieveen. Product development is based on preliminary investigation analysis through questionnaires and interviews. This research and development have only reached the second stage, namely the development or prototyping phase, which has been carried out to produce a product, namely guidelines and worksheets for counseling and counseling to increase self-esteem in high school students in Karanganyar. The resulting bibliocounseling guidelines meet the relevance criteria. Relevance criteria were obtained through empirical studies and theoretical studies. The product in this study still needs to meet the criteria for consistency, practicality, and effectiveness to reach the research and development phase of the assessment phase. This manual consists of two books, namely (1) manuals and (2) worksheets. Suggestions for further researchers to be able to proceed to the next stage, namely the assessment phase, and examine the acceptability of this product in the broader scope of the school.

**Keywords:** Bibliocounseling, Self-Esteem, Guide

**Abstrak:** Penelitian dan pengembangan ini bertujuan untuk menghasilkan produk yang memenuhi kriteria relevansi, yaitu pengembangan pedoman bibliocounseling untuk meningkatkan harga diri (*self esteem*) pada peserta didik SMA. Berdasarkan hasil studi empiris dan studi teoretis siap memenuhi kriteria konsistensi, efisiensi dan efektivitas. Penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan produk berdasarkan analisis investigasi pendahuluan melalui kuesioner dan wawancara. Penelitian dan pengembangan ini baru sampai pada tahap kedua yaitu *development or prototyping phase*, yang telah dilakukan hingga menghasilkan produk yaitu panduan dan lembar kerja bibliokonseling untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik SMA di Karanganyar. Pedoman bibliocounseling yang dihasilkan memenuhi kriteria relevansi. *Kriteria relevansi diperoleh* melalui kajian empirik dan kajian teoritik. Produk dalam penelitian ini masih perlu memenuhi kriteria *consistency, practically* dan *effectiveness*. agar dapat sampai pada tahap penelitian dan pengembangan *assessment phase*. Panduan ini terdiri dari dua buku, yaitu (1) buku panduan dan (2) lembar kerja. Saran bagi peneliti selanjutnya untuk dapat melanjutkan pada tahap berikutnya yaitu *assessment phase* serta mengkaji keberterimaan produk ini di ruang lingkup sekolah yang lebih luas.

**Kata Kunci:** bibliocounseling, self esteem, panduan

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi yang dialami individu untuk dapat mengarahkan menuju perkembangan ke masa dewasa yang sehat (Kanopa, Yusuf, 2009). Individu pada masa remaja akan mengalami perubahan secara biologis, kognitif, dan sosial emosional (Santrock, 2007). Setiap



individu berharap dirinya dapat berkembang menjadi lebih baik. Perkembangan individu dalam segi kemampuan maupun potensi tidak akan terwujud apabila tidak ada upaya yang dilakukan dan sejauh mana individu itu mengupayakannya sehingga terwujud kebiasaan serta sikapnya. Hal itu dapat diperoleh individu apabila mempunyai harga diri positif atau dapat disebut *positive self esteem*, sehingga perkembangan dapat meningkat dari dirinya maupun lingkungannya yang dapat membantu untuk mencapainya. *Positive self esteem* menurut Maslow (Feist dan Feist, 2013) termasuk dalam hierarki kebutuhan manusia yang terdiri dari lima tingkatan yaitu kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan cinta dan kasih sayang, kebutuhan penghargaan, dan kebutuhan aktualisasi diri.

Maslow (Feist dan Feist 2013) memaparkan bahwa *self esteem* merupakan perasaan pribadi setiap individu yang menganggap bahwa individu tersebut bernilai atau memiliki kebermanfaatn serta rasa percaya diri. *Self esteem* tidak hanya didasari atas reputasi dan gengsi, namun *self esteem* mencerminkan kemauan individu untuk mendapatkan kekuatan, keberhasilan, pencapaian, penguasaan, kecukupan, kemampuan dan kepercayaan diri dalam menghadai dunia, serta kemandirian dan kebebasan. Kajian tentang self esteem ditambahkan pula oleh Kreitner & Kinick (Yovita, 2008: 25) menyatakan bahwa *self esteem* merupakan keyakinan akan nilai diri pribadi yang berdasar pada penilaian diri secara menyeluruh. Perasaan akan *self esteem* terbentuk dalam kenyataannya oleh keadaan diri pribadi dan perlakuan orang lain kepada kita. Alwisol (2009: 206) berpendapat bahwa pemenuhan kebutuhan harga diri dapat memunculkan perasaan dan sikap percaya diri, diri mampu, diri berharga, dan perasaan berguna serta penting. Arndlt & Pelham (Walgito, 2010: 216) mengemukakan bahwa harga diri adalah evaluasi individu terhadap diri pribadinya sendiri, positif maupun negatif. Sedangkan Sobur (2010: 507) menjelaskan penghargaan terhadap diri sendiri merupakan pandangan penilaian secara umum dari pada konsep diri. Mengacu pada bagaimana individu memberikan penilaian pada diri mereka sendiri, seberapa besar harga diri individu sebagai seseorang. Menurut beberapa pendapat ahli di atas dapat di tarik kesimpulan bahwa *self esteem* adalah evaluasi dan penilaian terhadap diri sendiri berupa penilaian positif dan negatif tentang seberapa bermanfaat dan berharga dirinya di kehidupannya sendiri yang dipengaruhi komunikasi dengan orang lain, sikap interaksi, penerimaan orang lain terhadap individu yang menimbulkan percaya diri dan diri berharga. Proses penilaian ini akan terjadi secara terus menerus dalam diri individu sepanjang hidupnya.

Peneliti menggunakan skala Rosenberg untuk mengukur tingkat *self esteem* pada peserta didik SMA di Karanganyar. Skala tersebut dipilih karena dapat mengukur tingkat *self esteem* secara eksplisit (Baron, Bryne, dan Branscombe, 2006). Peneliti melibatkan subjek sebanyak 225 peserta didik SMA di Karanganyar dalam melakukan assesmen. Hasil assesmen tersebut menunjukkan

bahwa 53,8% peserta didik memiliki tingkat *self esteem* rendah, sedangkan 40,8% peserta didik memiliki tingkat *self esteem* sedang, dan 5,4% peserta didik memiliki tingkat *self esteem* tinggi.

Sejalan dengan hal di atas, hasil wawancara dengan 3 guru BK SMA di Karanganyar, layanan BK secara khusus untuk menangani *self esteem* masih cenderung rendah. Guru BK hanya memberikan layanan melalui konseling individu atau konseling kelompok. Guru BK seharusnya dituntut untuk lebih kreatif dalam memberikan sebuah layanan kepada peserta didik. Perlu adanya media yang digunakan agar lebih menyenangkan. Guru BK harus mengeluarkan ide ide yang ada di kepalanya. Jangan sampai memberikan layanan yang terkesan monoton dan membosankan untuk mereka.

Permasalahan di atas memiliki banyak alternatif penanganannya, salah satunya adalah dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Hal itu sesuai dengan Ellis (2014) yang mengatakan bahwa bukan pengalaman atau peristiwa eksternal yang menimbulkan emosional, akan tetapi tergantung kepada pengertian yang diberikan terhadap peristiwa itu. Lasan (2018) menyatakan REBT berasumsi bahwa pikiran irasional dan tidak logis dapat diubah menjadi pikiran yang rasional dan logis. Terdapat 4 teknik dalam mengubah jalan pikiran irasional, yaitu: teknik behavioral; teknik emotive eksperiensial; teknik *counter conditioning*; dan teknik kognitif. Di antara keempat teknik tersebut, teknik kognitif paling tepat dilakukan karena teknik tersebut langsung berpengaruh pada cara berpikir irasional peserta didik. Salah satu subteknik dari teknik kognitif adalah bibliokonseling.

Bibliokonseling dapat digunakan dalam menangani berbagai masalah salah satunya meningkatkan *self esteem* (Asri & Angriana, 2016). Bibliokonseling dapat juga *me-recognize feeling*, meningkatkan *self esteem* (Luna, 2017). Lasan (2018) menambahkan bahwa bibliokonseling adalah kegiatan terprogram dengan menggunakan media (bahan) baik cetak ataupun dengan adanya interaksi kemudian dilaksanakan dengan berbagai metode agar terjadi perubahan tingkah laku.

Uraian di atas menunjukkan bahwa secara teoritis perlu adanya layanan yang diberikan dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik seperti memberikan layanan bibliokonseling. Secara empiris belum terdapat panduan bibliokonseling untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik SMA di Karanganyar. Bukti pendukung yang lain adalah keterangan yang di dapat dari guru BK dan peserta didik yang membutuhkan penanganan terhadap permasalahan peningkatan *self esteem* kalangan SMA di Karanganyar. Guru BK seharusnya berperan dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik di sekolah karena dapat berpengaruh pada aspek-aspek seperti pribadi, pendidikan dan kariernya. Akan tetapi kenyataannya Guru BK SMA di Karanganyar hanya memberikan beberapa layanan saja seperti bimbingan klasikal, dan konseling individu akan tetapi kurang efektif dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik.

Penelitian desain pengembangan ini berusaha untuk dapat membantu dan memfasilitasi guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan efisiensi pekerjaannya dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling dalam meningkatkan tingkat *self esteem* peserta didik SMA. Upaya yang dikerahkan adalah dengan mengembangkan panduan bibliokonseling dalam meningkatkan tingkat *self esteem* pada peserta didik SMA. Sehingga guru bimbingan dan konseling mempunyai acuan sebagai bahan untuk melaksanakan program layanan bimbingan dan konseling dalam meningkatkan tingkat *self esteem* pada peserta didik SMA di Karanganyar.

## **METODE**

Desain penelitian dan pengembangan panduan bibliokonseling untuk meningkatkan *self esteem* pada Peserta Didik SMA di Karanganyar menggunakan model Plomp & Nieveen (2013) sebagai berikut: (1) *preliminary research* atau studi pendahuluan; (2) *development or prototyping phase*; (3) *assessment phase* atau *implementation*. Peneliti membatasi penelitian hanya sampai tahap *Development or Prototyping Phase* menghasilkan produk yang memenuhi kriteria *relevance*, yaitu pemenuhan validitas konten. Validitas konten merupakan penggunaan referensi-referensi yang relevan dengan teori dari variabel yang di teliti, dalam penelitian ini yaitu bibliokonseling dan *self esteem*. Kemudian selanjutnya, tahap *Assessment phase / Implementation* akan dilaksanakan oleh penelitian selanjutnya guna memenuhi kriteria *consistency, practicality, effectiveness*.

Pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian dan pengembangan ini berdasar kepada kajian empirik dan kajian teoritik. Kajian empirik penelitian ini dengan melakukan studi pendahuluan, sebelumnya peneliti menyusun instrumen yang berguna untuk mengumpulkan data lapangan. Data yang diperoleh tersebut berguna untuk dijadikan dasar kajian teoritik dan empirik. Instrumen tersebut berupa angket yang diadaptasi dari skala Rosenberg yang telah diterjemahkan. Indikator peserta didik yang memiliki *self esteem* rendah adalah mereka yang setuju maupun sangat setuju dengan keadaan bahwa ia berpikir tidak baik sama sekali, tidak merasa ada yang di banggakan pada dirinya, merasa tidak berguna, berharap dapat lebih menghargai diri sendiri dan merasa bahwa dirinya gagal. Sedangkan sebaliknya, peserta didik yang memiliki *self esteem* tinggi akan setuju maupun sangat setuju dengan keadaan puas dengan dirinya sendiri, merasa mempunyai sifat yang baik pada dirinya, merasa dapat melakukan suatu hal seperti orang lain, merasa berharga, dan mereka dapat mengambil sikap positif terhadap dirinya sendiri. Subjek eksplorasi penelitian awal adalah representasi Peserta Didik SMA di Karanganyar yang meliputi 3 SMA di kabupaten Karanganyar. Assesmen peneliti menggunakan sampel sebanyak 225 Peserta Didik SMA di Karanganyar. Selain hasil analisis studi pendahuluan dengan angket, peneliti melakukan wawancara untuk memperkuat hasil angket diatas. Peneliti melakukan wawancara terhadap 3 Peserta Didik SMA di Karanganyar dari 3 sekolah yang berbeda. Selain itu, Peneliti melakukan wawancara kepada

3 Guru BK SMA di Karanganyar yang menyatakan bahwa peserta didik perlu memiliki tingkat *self esteem* yang tinggi, sehingga permasalahan yang dialami karena tingkat *self esteem* rendah dapat diselesaikan.

Kajian teoritik dilakukan untuk memenuhi kebutuhan literasi dan variabel penelitian, yaitu meningkatkan *self esteem* dengan Bibliokonseling untuk peserta didik SMA di Karanganyar. Adapun studi literatur yang dilakukan peneliti berkaitan tentang: (1) Pengertian *self esteem*; (2) Faktor-faktor yang mempengaruhi *self esteem*; (3) Aspek-aspek *self esteem*; (4) Karakteristik *self esteem*; (5) Pengertian bibliokonseling; (6) Tujuan bibliokonseling; (7) Langkah-langkah bibliokonseling.

## HASIL

Penelitian dan pengembangan yang dilakukan menghasilkan tiga hal, yaitu: (1) Hasil kajian empirik tingkat *self esteem*; (2) Hasil kajian teoritik *self esteem* dan bibliokonseling, dan (3) Hasil pengembangan Panduan Bibliokonseling untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Peserta Didik SMA di Karanganyar yang memenuhi kriteria *Relevance*.

Hasil kajian empirik *self esteem* adalah studi pendahuluan tersebut terdapat 225 responden dari 3 SMA yang berbeda dengan hasil 53,8% peserta didik memiliki tingkat *self esteem* rendah, 40,8% peserta didik memiliki tingkat *self esteem* sedang, dan 5,4% peserta didik memiliki tingkat *self esteem* tinggi. Kemudian, hasil wawancara kepada Guru BK dan Peserta Didik SMA di Karanganyar didapati hasil bahwa, *self esteem* peserta didik perlu di tingkatkan, serta belum ada layanan khusus untuk meningkatkan tingkat *self esteem* peserta didik. Hasil kajian teoritik *self esteem* dan bibliokonseling dapat dijabarkan dalam Tabel 1.

**Tabel 1. Hasil Kajian Teoretis Self Esteem dan Bibliokonseling**

Konsep Variabel	Teori	Sumber
<i>Self Esteem</i>	a. Pengertian <i>Self Esteem</i>	Rosenberg (Abdel-khalek, 2016: 2), Rosenberg (Minev, 2018: 144), Balley (2003: 389), Hewitt (Keshky, 2017: 2), James (Neff, 2011: 1), Harter (dBos, 2006: 4)
	b. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Self Esteem</i>	Fudyaratanta (2012), Santrock (2007), Han dan Kim (2006), Talib, dkk (Abdel-khalek, 2016: 5), Rosenberg dan Coopersmith (Abdel-khalek, 2016: 5)
	c. Aspek-aspek <i>Self Esteem</i>	Branden (Rahman, 2013), Coopersmith (Mruk 2006), dan Leavitt (Minev, 2018: 114)
	d. Karakteristik <i>Self Esteem</i>	Strauman. Dkk (Baron dan Byne, 2005: 177), Coopersmith (Simbolon, 2008), dan Lavoie (Abdel-khalek, 2016: 5)
Bibliokonseling	a. Pengertian Bibliokonseling	McCulliss (2012), Brewster (2009), Genuis (2015), Trihantoro dkk (2016), (Mumbauer & Kelchner, 2018), Nguyen, dkk (2015)
	b. Tujuan Bibliokonseling	Pardeck (Myers, 1998), Stamps (Antila, 2009), Jake (Lasan, 2018)

Konsep Variabel	Teori	Sumber
c.	Langkah-langkah Bibliokonseling	Pardeck (Cook dkk, 2006), Abdullah (Erford, 2016), Aeix (Trihantoro, Hidayat, & Chanum, 2016)

Hasil pengembangan Panduan Bibliokonseling untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Peserta Didik SMA di Karanganyar yang memenuhi kriteria *Relevance*, yaitu berwujud Buku Panduan dan Lembar Kerja. Buku Panduan Bibliokonseling untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Peserta Didik SMA di Karanganyar merupakan buku yang disusun sistematis, supaya mempermudah Guru BK dalam pemberian layanan bibliokonseling untuk peserta didik. Buku ini terdiri dari 8 bagian yaitu: (1) Sampul; (2) Kata Pengantar; (3) Daftar Isi; (4) BAB I Pendahuluan; (5) BAB II Bibliokonseling; (6) BAB III Isi Layanan; (7) BAB IV Penutup; (8) Daftar Pustaka

Lembar Kerja Bibliokonseling untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Peserta Didik SMA di Karanganyar, merupakan buku yang juga disusun secara sistematis yang berfungsi untuk mempermudah Guru BK memantau perkembangan Peserta Didik. Lembar Kerja terdiri dari: : (1) Sampul; (2) Kata Pengantar; (3) Daftar Isi; (4) Materi Layanan; (5) Lembar Evaluasi Peserta Didik; (6) Daftar Pustaka.

## PEMBAHASAN

Penelitian dan pengembangan ini mengacu model penelitian dan pengembangan Plomp & Nieveen (2013) yang terdiri dari 3 tahap yaitu; (1) *Preliminary research* atau *preliminary investigation*; (2) *Development or prototyping phase*; (3) *Assessment phase* atau *implementation*. Penelitian dan pengembangan ini baru sampai pada tahap pertama yaitu *preliminary research*, dengan produk yang memenuhi kriteria *relevance*. Produk dalam penelitian ini masih perlu memenuhi kriteria *consistency*, *practically* dan *effectiveness*. Sehingga dapat sampai pada tahap penelitian dan pengembangan *assessment phase*.

Peneliti menentukan variabel yang akan digunakan dalam program berdasar pada kajian dan kajian empirik teoritik. Kajian empirik melalui studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan desember 2019. Studi pendahuluan tersebut menggunakan angket dari skala Rosenberg yang telah diterjemahkan ke bahasa Indonesia dengan hasil yaitu: sebanyak 225 responden. 53,8% peserta didik memiliki tingkat *self esteem* rendah, 40,8% peserta didik memiliki tingkat *self esteem* sedang, dan 5,4% peserta didik memiliki tingkat *self esteem* tinggi. Pendapat tersebut diperkuat dengan wawancara kepada guru BK SMA di Karanganyar yang menyatakan bahwa masih terdapat permasalahan *self esteem* yang rendah pada peserta didik mereka.

Selain kajian empirik diatas, penelitian dan pengembangan juga didasari kajian teoritik. Rahardjo (2011: 3) menyatakan bahwa teori akan memberikan peneliti inspirasi dalam memahami

sebuah permasalahan. Teori merupakan ilmu yang dapat digunakan sebagai alat memahami kondisi empirik diatas. Berikut hasil kajian teoritik yang dilakukan peneliti.

*Self esteem* di perlukan setiap individu dikarenakan menurut Maslow (dalam Feist dan Feist, 2013: 335) termasuk dalam hierarki kebutuhan manusia yang terdiri dari lima tingkatan yaitu kebutuhan fisiologis, kebutuhan rasa aman, kebutuhan cinta dan kasih sayang, kebutuhan penghargaan, dan kebutuhan aktualisasi diri. Individu akan dapat memenuhi kebutuhan penghargaan (*esteem need*) setelah kebutuhan cinta dan kasih sayang telah terpenuhi. Apabila kebutuhan *self esteem* tidak bisa terpenuhi maka akan berdampak pada tahap selanjutnya yaitu aktualisasi diri.

Menurut Morchel (dalam Dayakisni & Hudainah, 2012: 59) menjelaskan bahwa *self esteem* merupakan bagian dari penilaian konsep diri yang berupa penilaian diri positif dan negatif yang dimiliki seseorang itu sendiri. Menurut Desmita (2009: 64) kebutuhan akan *self esteem* mempunyai cakupan yaitu *self respect* atau penghargaan terhadap diri. Salah satu contoh *self respect* yaitu rasa percaya diri. Sedangkan menurut Kreitner & Kinick (dalam Yovita, 2008: 25) menyatakan bahwa *self esteem* merupakan keyakinan akan nilai diri pribadi yang berdasar pada penilaian diri secara menyeluruh. Perasaan akan *self esteem* terbentuk dalam kenyataannya oleh keadaan diri pribadi dan perlakuan orang lain kepada kita.

Diketahui bahwa *self esteem* (harga diri) adalah penilaian kepada diri sendiri yang terdiri dari penilaian positif maupun negatif tentang seberapa besar manfaat dan *self esteem* individu di kehidupannya sendiri yang dipengaruhi oleh komunikasi yang di bentuk, sikap dalam berinteraksi, penerimaan individu lain yang menimbulkan rasa percaya diri dan *self esteem*. Proses penilaian ini terjadi secara terus menerus dalam diri individu sepanjang hidupnya.

Peningkatan *self esteem* pada peserta didik dapat dilakukan dengan berbagai cara, diantaranya menggunakan konseling individu maupun kelompok, atau menggunakan media berupa buku, e-book, dan media online lainnya. Sehubungan dengan hal tersebut dalam bimbingan dan konseling terdapat teknik memanfaatkan media tersebut guna menangani permasalahan individu, yang disebut dengan istilah bibliokonseling. Worker (dalam Herlina, 2013: 78) menyatakan bahwa bibliokonseling merupakan penggunaan buku yang memiliki situasi yang sama dengan yang dialami individu sebagai treatment pada individu yang mengalami masalah dalam emosinya. Tujuan dalam bibliokonseling menurut Stamps (dalam Antila, 2009) salah satunya adalah pengembangan konsep diri dan rasa harga diri (*self esteem*). Sejalan dengan hal itu Jake (dalam Lasan 2018: 58) menyatakan bahwa tujuan dari bibliokonseling adalah menumbuhkan sikap jujur pada diri pribadinya dalam meningkatkan nilai diri (*self esteem*). Menurut pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa tujuan bibliokonseling adalah mengembangkan dan menumbuhkan *self esteem* pada diri seseorang.

Bibliokonseling saat ini telah digunakan dalam menangani berbagai macam permasalahan. Bibliokonseling juga dapat digunakan dalam mencegah permasalahan pada seseorang. Terutama *self*

*esteem*, diantaranya penelitian yang dilakukan Salimi, dkk (2014) mendapatkan hasil bahwa bibliokonseling dapat meningkatkan *self esteem* individu. Sejalan dengan hal tersebut Asri & Angriana (2016) menyatakan bahwa bibliokonseling dapat digunakan dalam meningkatkan *self esteem*. Bibliokonseling juga dapat *me-recognize feeling* dan meningkatkan *self esteem*.

Nuccio dan Marie (1997) melakukan penelitian apakah bibliokonseling dapat membantu peserta didik dari keluarga yang bercerai untuk meningkatkan *self esteem* di kelas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan yang ditunjukkan peserta didik terhadap *self esteem* nya. Berdasarkan peserta didik yang keluarganya utuh dan keluarganya bercerai setelah diberikannya bibliokonseling. Semua peserta didik juga dapat mengikuti tahap tahap bibliokonseling dengan baik. Sejalan dengan hal itu Salimi dkk (2014) melakukan penelitian terhadap mahasiswi Universitas Isfahan Ilmu Kedokteran yang tinggal di asrama untuk mengetahui efek dari bibliokonseling terhadap *self esteem* mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bibliokonseling memiliki efek positif dan signifikan pada *self esteem* umum, keluarga, dan professional. Hal sama juga terjadi pada penelitian Karacan dan Guneri (2010) penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh program bibliokonseling pengayaan *self esteem* peserta didik kelas enam. Penelitian ini menunjukkan bahwa peningkatan yang signifikan terjadi pada skor *self esteem* subjek kelompok perlakuan yang diukur dengan angket Rosenberg.

Menurut kajian teoritik di atas dapat disimpulkan bahwa bibliokonseling dapat menjadi alternatif solusi dalam meningkatkan *self esteem*, sehingga perlu untuk mengembangkan Panduan Bibliokonseling untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Peserta Didik SMA di Karanganyar yang harus melewati kriteria pengembangan produk. Pemenuhan kriteria produk yang berkualitas perlu memenuhi 4 aspek yaitu *relevance*, *consistency*, *practically* dan *effectiveness*. Aspek *relevance* dapat terpenuhi melalui kajian empirik dan kajian teoritik. Aspek *consistency* dapat terpenuhi dengan melakukan uji ahli dari beberapa pakar yang disesuaikan dengan kebutuhan penelitian diantaranya ahli bimbingan dan Konseling, ahli sastra dan bahasa, ahli desain grafis, ahli kurikulum. Disamping itu, perlu pula untuk menetapkan jumlah ahli perspesifikasinya. Setelah aspek *consistency* terpenuhi maka aspek *practically* dan *effectiveness* dilakukan dengan melakukan uji coba ke pengguna secara luas. Kemudian akan menjadi sebuah mini teori. Namun penelitian ini dibatasi baru sampai pada pembuatan produk yang memenuhi kriteria *relevance*, sehingga pada tahap uji untuk memenuhi kriteria *consistency*, *practically* dan *effectiveness* akan dilaksanakan pada penelitian selanjutnya. Hal ini didasarkan atas pertimbangan keterbatasan waktu, karena untuk pemenuhan kriteria kualitas produk sesuai yang dijabarkan di atas membutuhkan waktu yang relatif panjang. Dalam penelitian ini, peneliti membatasi penelitian hanya sampai tahap *Development or Prototyping Phase* menghasilkan produk yang memenuhi kriteria *relevance* yaitu pemenuhan validitas konten.



Kemudian tahap selanjutnya adalah *Assessment phase / Implementation* akan dilaksanakan oleh penelitian selanjutnya guna memenuhi kriteria *consistency, practicality, effectiveness* yaitu uji coba lapangan di tiga sekolah.

Produk yang di buat berupa panduan berisikan acuan dalam melaksanakan kegiatan bibliokonseling dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik SMA di Karanganyar. Terdapat pengertian bibliokonseling, langkah-langkah pelaksanaan bibliokonseling, rencana pelaksanaan layanan (RPL) yang sudah disesuaikan dengan tujuan meningkatkan *self esteem* pada peserta didik SMA di Karanganyar. Sedangkan lembar kerja adalah kumpulan penggalan cerita yang di jadikan satu dalam bentuk buku guna membantu peserta didik mengembangkan pandangannya mengenai *self esteem*. Penggalan cerita diambil dari buku-buku terbaru dan berbagai sumber yang populer, banyak di baca kalangan remaja dan *best seller* di beberapa toko buku pada masa kini, seperti buku dari Fiersa Besari, Syahid Muhammad dan yang lainnya. Selain itu, cerita yang digunakan pun sudah memenuhi aspek-aspek dalam *self esteem* yaitu, *power, significance, virtue, competence*.

Peneliti juga membuat lembar kerja guna mendukung panduan tersebut, kemudian melakukan analisis literatur untuk menguji kelayakan dan kesesuaian literatur yang akan digunakan dalam layanan bibliokonseling. Literatur yang digunakan adalah berupa penggalan cerita dengan 20 judul yang memenuhi kriteria dari aspek *self esteem* yaitu, *power, significance, virtue, competence*. Sumber Bacaan yang Terdapat dalam Lembar Kerja Bibliokonseling untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Peserta Didik SMA di Karanganyar tersaji dalam Tabel 2.

**Tabel 2. Sumber Bacaan yang terdapat dalam Lembar Kerja Bibliokonseling**

No	Judul Cerita	Aspek dalam <i>Self Esteem</i>	Sumber
1	Aku Lupa	<i>Competence</i>	Muhammad, S. (2019)
2	Apakah kamu pembaca pikiran yang handal ?	<i>Virtue</i>	Basuki, T. (2018)
3	Biar apa ?	<i>Competence</i>	Besari, F. (2018)
4	Di labeli apakah kamu oleh sekitarmu ?	<i>Power</i>	Arden, P. (2006)
5	Hal kecil yang remeh	<i>Significance</i>	Wongso, A. (2008)
6	Jadilah Teman Terbaik Dirimu Sendiri	<i>Virtue</i>	Basuki, T. (2018)
7	Jangan Ragu Untuk Meminta Bantuan	<i>Competence</i>	Muhammad, S. (2019)
8	Kamu bukan dia, pun dia bukan kamu	<i>Virtue</i>	Wongso, A. (2008)
9	Kau ? akan bertanggung jawab terhadap siapa ?	<i>Virtue</i>	Arden, P. (2006)
10	Kehidupan Seperti Apa yang Kalian Inginkan ?	<i>Power</i>	Arden, P. (2006)
11	Keluar, cari suasana baru	<i>Power</i>	Arden, P. (2006)
12	Merawat Diri	<i>Virtue</i>	Besari, F. (2018)
13	Percaya bahwa dirimu layak!	<i>Competence</i>	Besari, F. (2018)
14	Perluakah pemikiran negatif?	<i>Virtue</i>	Wongso, A. (2008)
15	Si Cacat	<i>Power</i>	Wongso, A. (2008)
16	Tak apa pernah berbuat kesalahan	<i>Significance</i>	Arden, P. (2006)
17	Tenang, kau tidak salah	<i>Significance</i>	Besari, F. (2018)
18	Tersenyumlah!	<i>Significance</i>	Kevin Setiawan

No	Judul Cerita	Aspek dalam <i>Self Esteem</i>	Sumber
19	Tumbuhkan Keibaan Terhadap Diri Sendiri	<i>Virtue</i>	Basuki, T. (2018)
20	Umur Bukan Menjadi Alasan	<i>Power</i>	Arden, P. (2006)

Produk yang akan di buat seperti yang telah dijelaskan di atas sudah berdasar pada kajian empirik dan kajian teoritik. Maka sudah dipastikan bahwa produk yang dibuat untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik SMA di Karanganyar baru dan belum pernah dikembangkan sebelumnya. Teknik bibliokonseling dipilih karena diasumsikan dapat meningkatkan *self esteem* yang didasarkan pada kajian teoritik sehingga dapat dipertanggung jawabkan secara ilmiah. Pemilihan media yang digunakan yaitu panduan dan lembar kerja yang sudah disesuaikan dengan kriteria yang disebutkan Sanjaya (2008) dalam bentuk chek list sebagai berikut: “Kriteria khusus dalam memilih sebuah media pembelajaran yang tepat dapat kita rumuskan dalam satu kata ACTION, yaitu akronim dari; *access, cost, technology, interactivity, organization, dan novelty*.

*Access*, yaitu media yang di buat harus tersedia, mudah, dan dapat digunakan peserta didik. Panduan dan lembar kerja yang dibuat sudah tersedia dan mudah untuk digunakan peserta didik karena terdapat petunjuk yang perlu dilakukannya. *Cost*, yaitu media yang akan digunakan pembiayaannya terjangkau oleh peserta didik. Panduan dan lembar kerja yang dibuat tidak memakan biaya yang mahal sekitar 50-100 ribu rupiah. *Technology*, media yang digunakan teknologinya tersedia dan mudah menggunakannya. Panduan dan lembar kerja dibuat berdasarkan buku-buku yang populer di kalangan remaja, termasuk buku-buku yang *best seller* di toko buku dan pasti mudah digunakan karena peserta didik tinggal membacanya saja.

*Interactivity*, media yang di pilih dapat memunculkan komunikasi dua arah antara guru dan peserta didik. Sehingga peserta didik akan terlibat (aktif) baik secara fisik, intelektual dan mental. Panduan dan lembar kerja yang dibuat akan membuat guru dan peserta didik memunculkan komunikasi secara aktif yang ditunjukkan dalam kegiatan dalam layanan bibliokonseling. *Organization*, dalam memilih media secara organisatoris mendapatkan dukungan dari pimpinan sekolah atau guru. Pembuatan panduan dan lembar kerja sebelumnya telah berdasar pada kajian empirik yang telah dilakukan peneliti di 3 SMA di Karanganyar dan mendapat dukungan dari guru yang bersangkutan yaitu guru BK. *Novelty*, media yang dipilih memiliki nilai kebaruan, sehingga memiliki daya tarik bagi peserta didik. Panduan dan lembar kerja yang dibuat sebelumnya memang belum ada dan juga memiliki daya tarik yaitu bacaan yang terdapat dalam lembar kerja berdasar pada buku-buku yang populer di kalangan remaja dan buku-buku yang *best seller* di toko buku. Diharapkan dengan dibuatnya produk panduan dan lembar kerja bibliokonseling yang telah mengacu pada kriteria ACTION diatas, siap untuk memenuhi kriteria konsistensi dengan dilakukan evaluasi formatif lebih lanjut.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan ini dapat disimpulkan bahwa *self esteem* pada peserta didik dapat dilakukan menggunakan bibliokonseling, karena bibliokonseling memanfaatkan buku dalam memberikan treatment pada individu yang telah disesuaikan isi bacaannya dengan keadaan yang dialami individu. Selain itu, salah satu tujuan dalam bibliokonseling adalah pengembangan dari konsep diri dan rasa harga diri (*self esteem*)

Berdasarkan kajian empiris dan pustaka, maka perlu dibuat Panduan Bibliokonseling untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Peserta Didik SMA di Karanganyar. Penelitian dan pengembangan ini didasarkan pada model pengembangan Plomp & Nieveen (2013) yang terdiri dari 3 tahap yaitu; (1) *Preliminary research* atau *preliminary investigation*; (2) *Development or prototyping phase*; (3) *Assessment phase* atau *implementation*. Penelitian dan pengembangan ini baru sampai pada tahap kedua yaitu *development or prototyping phase*, dengan produk yang memenuhi kriteria *relevance* yaitu melalui kajian empirik dan kajian teoritik yang telah dilakukan peneliti hingga menghasilkan produk yaitu panduan dan lembar kerja bibliokonseling untuk meningkatkan *self esteem* pada peserta didik SMA di Karanganyar. Produk dalam penelitian ini masih perlu memenuhi kriteria *consistency*, *practically* dan *effectiveness*. agar dapat sampai pada tahap penelitian dan pengembangan *assessment phase*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2009). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press
- Antila, R.D. (2009). *Bibliotherapy and the K-5 Michigan model for the health curriculum*. Northern Michigan University. Thesis.
- Asri & Angriana. (2016). *Efektivitas Bibliokonseling untuk Meningkatkan Empati Remaja di Rumah Pintar "Bunga Padi" kecamatan Balerejo Kabupaten Madiun*. IKIP PGRI Madiun. Diakses tanggal 16 Desember 2019. [http:// DOI: 10.25273/counsellia.v2i2.225](http://DOI: 10.25273/counsellia.v2i2.225).
- Baron, R. A., Byrne, D., & Branscombe, N. R. (2006). *Social Psychology (11<sup>th</sup> ed.)*. Boston: Pearson Education
- Dayakisni, T & Hudainah. (2012). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Ellis, A. (2007). *Terapi R-E-B(Terjemahan Mahyuddin Ikramullah)*. Jakarta: Bentang Pustaka.
- Feist & Feist J. (2013). *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika
- Herlina. (2013). *Bibliotherapy: Mengatasi Masalah Anak & Remaja Melalui Buku*. Bandung: Pustaka Cendekia Utama.
- Karacan, N & Guneri, O. (2010). The effect of self-esteem enrichment bibliocounseling program on the self-esteem of sixth grade students. *Nurten Karacan and Oya Yerin Güneri / Procedia Social and Behavioral Sciences* 5, 318–322.
- Lasan, B B. (2018). *Bibliokonseling Konsep dan Pengembangan*. Malang: Elang Mas
- Luna, L. (2017). *Bibliotherapy Curriculum for Enhancing self-concept I Fourth and Fifth Grade Student*. California State University, Northridge
- Nuccio & Marie, L. (1997). The Effects of Bibliotherapy On the Self-Esteem and Teacher-Rated Classroom Behavior On Third-Grade Children of Divorce. *Dissertation Archive*. 2357.
- Plomp, T & Nieveen, N. (Eds). (2013). *Educational Design Research*. Netherlands: Slo, Enschede. <http://International.Slo.Nl/Publications/Edr/>.

- Rahardjo, M. (2011). Fungsi Teori dan State Of The Art dalam Penelitian. Bahan Kuliah Program Magister dan Doktor 2011, Hal 1–4. Universitas Negeri Malang. Diakses tanggal 15 Februari 2018 dari <https://www.uin-malang.ac.id/r/110401/fungsi-teori-dan-state-of-the-arts-dalam-penelitian-html>.
- Salimi, S., *et al.* (2014). The effect of group bibliotherapy on the self-esteem of female students living in dormitory. *J Educ Health Promot*. 3: 89.
- Sanjaya, Wina. (2008). *Strategi Pembelajaran Berorientasi Standar Proses Pendidikan*. Jakarta: Kencana Persada Media Group 1
- Santrock, John W. (2007). *Adolescence*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Sobur, A. (2010). *Psikologi Umum*. Yogyakarta; Pustaka Setia
- Walgito, B. (2010). *Pengantar Psikolog Umum*. Yogyakarta: C.V Andi Offset
- Yovita, F. (2008). *Pengaruh Self Esteem Dan Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja Individual Pada Karyawan Pt. Raja Besi. Other thesis, Prodi Manajemen Unika Soegijapranata*. Universitas Katolik Soegijapranata.
- Yusuf, S. (2009). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.