

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja yang tidak memiliki pemahaman yang baik mengenai dirinya, akan lebih besar kemungkinannya hidup dalam ketidak pastian serta tidak mampu menyadari keunggulan maupun kekurangan yang ada pada dirinya (Purwanti, 2013). Sehingga membuat remaja tersebut menjadi individu yang tidak percaya diri dan tidak memiliki kebanggaan pada dirinya. Menurut Santrock, (2011) masa Remaja adalah masa perkembangan transisi antara kanak-kanak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional, Hal ini, ditandai dengan timbulnya perubahan dalam hakikat fisik, pikiran, rasa ingin tahu, mencari dan menemukan identitas diri, perubahan dalam hubungan individu dengan orang lain, sehingga pada masa remaja merupakan masa paling menentukan terjadinya perkembangan harga diri remaja. Masa remaja juga merupakan masa dimana seseorang berada di suatu persimpangan antara apa yang diinginkan dan apa yang harus dilakukan (Purwanti, 2013). Remaja yang mampu mencapai kebutuhan psikologisnya maka akan mengembangkan identitas keberhasilan (*successidentity*) pada dirinya, namun jika tidak mampu untuk mencapai kebutuhan psikologisnya maka akan cenderung mengembangkan kegagalan identitas (*failure identity*) (Corey, 2013).

Masa remaja disebut masa krisis karena pada masa ini remaja banyak mengalami konflik. Perilaku seperti tawuran antar pelajar, miras, obat terlarang, atau kecemburuan disebabkan oleh banyak hal, seperti lingkungan, pergaulan, pengalaman, dan salah satunya adalah gangguan konsep diri, apakah itu ideal diri, gangguan identitas, gangguan peran, atau harga diri yang rendah (Sosiawan, 2012). Permasalahan yang terjadi dalam diri individu akan menyebabkan timbulnya perubahan secara emosional. Periode pada masa ini sangat beresiko bagi remaja karena sebagian individu mengalami kesulitan dalam menangani perubahan yang terjadi dalam satu waktu dan mungkin membutuhkan adanya bantuan untuk menghadapi sesuatu yang akan terjadi pada dirinya (Papalia et al, 2011). Kondisi tersebut tentunya akan mempengaruhi kesehatan mentalnya mengacu pada kognitif,

perilaku, dan kesejahteraan emosional, ini berkaitan dengan bagaimana orang berpikir, merasa, dan bertindak seperti depresi, kecemasan, stress, kenakalan remaja, dan tidak adanya rasa percaya diri (Ayu & Chahya, 2022). Pada kondisi ini mereka biasanya mengalami proses pencarian konsep diri yang tidak dapat dipisahkan dari harga diri karena harga diri merupakan kebutuhan dasar dari setiap individu, kemampuan remaja dalam pencarian konsep diri positif berkaitan dengan harga diri mereka (Friedlander et al, 2007).

Erikson (1968) menegaskan bahwa masa remaja merupakan masa krisis dalam pencarian identitas diri (krisis identitas), menunjukkan bahwa pada masa ini tugas perkembangan utama individu adalah menemukan jati diri (identitas) yang jelas. Berkaitan dengan tugas-tugas perkembangan masa remaja, antara lain penerimaan kondisi fisik, peran gender sosial, pembentukan hubungan baru dengan lawan jenis, kemandirian emosional dan finansial, pilihan karir, pengembangan kemampuan intelektual, pilihan nilai-nilai perilaku, perkembangan perilaku sosial, dan persiapan pernikahan (Havinghurst, Papalia, 1998). Itulah sebabnya masa remaja merupakan masa yang paling penting bagi perkembangan harga diri remaja. Masalah besar lainnya adalah munculnya berbagai pertanyaan tentang identitas diri seperti “siapa saya, saya harus menjadi apa, apa yang saya inginkan” dan banyak pertanyaan serupa lainnya yang berfokus pada identitas diri pada remaja (Gottman & Declaire, 1997). Proses pencarian konsep diri juga sangat erat kaitannya dengan harga diri para remaja tersebut.

Elskin (1979) menyebutkan bahwa perkembangan dan pertumbuhan remaja merupakan fase kehidupan yang sulit dilalui, karena pada masa ini remaja harus mengatasi emosi yang muncul antara lain ketidakstabilan harga diri (*self-esteem*) seseorang secara umum dan ketidakstabilan harga diri (*self-esteem*). Terutama pada masa pubertas masa remaja, seseorang cenderung mengalami penurunan harga diri. Guindon (2010) menyebutkan bahwa harga diri terbagi dalam dua kategori, yaitu harga diri tinggi (positif) dan harga diri rendah (negatif). Hal ini menunjukkan bahwa orang dengan harga diri tinggi lebih mandiri dan lebih mampu mengendalikan diri. Pada saat yang sama, remaja dengan harga diri rendah menunjukkan berbagai karakteristik yang berbeda, yaitu masalah

interpersonal, kegagalan akademik, kecanduan, resistensi tersembunyi, depresi dan kecemasan (Coetzee, 2009). Harga diri adalah penilaian individu terhadap kesesuaian perilaku yang ideal terhadap dirinya (Stuart & Sundeen, 1991). Harga diri yang tinggi muncul dari penerimaan diri individu yang berarti dan penting, bahkan ketika salah, gagal atau kalah sekalipun, harga diri berasal dari menghargai diri sendiri dan orang lain (Budiman et al., 2011).

Coopersmith (1967) menjelaskan bahwa harga diri mengacu pada evaluasi positif atau negatif kita terhadap diri kita sendiri, artinya evaluasi diri seseorang bisa positif sehingga harga diri (*self-esteem*) nya tinggi. Sebaliknya, ketika harga diri (*self-esteem*) mereka negatif, harga diri mereka menurun. Harga diri mengacu pada evaluasi positif dan negatif dari diri kita sendiri (Coopersmith, 1967, Kassir, et al, 2008). Tafarodi & Swann (2001) juga menjelaskan bahwa harga diri adalah perilaku dimana seseorang menghargai diri sendiri berdasarkan apa yang dapat mereka lakukan dan apa yang orang lain lihat tentang mereka karena kemampuan mereka personal, penampilan, kepribadian, dan identitas sosial. Melihat dirinya sebagai pribadi dapat lebih meningkatkan harga diri dan mendukung pengembangan diri (Dijkstra et al., 2008).

Harga diri merupakan bagian dari konsep diri yaitu gambaran mental tentang diri sendiri yang terdiri dari pengetahuan diri, harga diri dan evaluasi diri (Dayakisni & Hudaniah, 2009). Rogers membagi konsep diri menjadi tiga bagian, yaitu: (1) ideal diri, (2) citra diri, dan (3) diri Citra diri atau *self-image* adalah sebuah persepsi kita terhadap diri kita sendiri. Sedangkan penilaian terhadap diri kita baik-buruk, pintar-bodoh, disebut harga diri (*Self-esteem*), orang yang memiliki harga diri yang optimal disebut sebagai diri ideal atau *self-Ideal*. Harga diri tinggi dan rendah tergantung pada jarak antara diri ideal (*ideal self*) dan citra diri (*self-image*). Jika Jaraknya jauh, harga dirinya rendah. Tetapi Jaraknya pendek, harga dirinya tinggi (Musbikin, 2004). Harga diri adalah salah satu faktor terpenting yang mempengaruhi kesehatan mental dan kualitas hidup karena keyakinan dan evaluasi yang dimiliki individu tentang diri mereka menentukan siapa, apa yang mereka lakukan, dan menjadi individu seperti apa mereka (Mann et al, 2004).

Ketika individu merasakan ketidaksesuaian antara kualitas personal dan dengan apa yang diinginkan secara ideal atau diri ideal nya, maka individu tersebut akan merasakan kesedihan, ketidakpuasan, kekecewaan dan akan menurunkan tingkat harga diri nya. Remaja dengan harga diri rendah akan lebih rentan berperilaku negatif dan bermacam-macam bentuk perilaku negatif yang akan dilakukan siswa karena harga diri dapat mempengaruhi perilaku seseorang (Clemes, 1995). Remaja sekarang memiliki harga diri (*self-esteem*) kurang baik atau rendah seperti remaja yang kurang baik dalam mengelola emosi akan kesulitan dalam mengatasi ketegangan yang dialaminya yang akhirnya remaja mengalami berbagai masalah (Hidayati et al, 2017). Ketika remaja mampu mengekspresikan emosinya maka remaja dapat meningkatkan kesehatan mental, kesejahteraan psikologis, dan mampu dalam mengatasi distress psikologis (Mawardah & Adiyanti, 2014). Ciri dari individu yang memiliki harga diri yang rendah, seperti merasa tidak puas diri, mengalami emosi negatif, kesulitan dalam menerima kegagalan yang dialami, dan pesimis (Rosenberg, 1965). Pada remaja yang dalam proses pencarian jati diri cenderung memiliki pandangan tidak realistis, hal ini yang dapat menjadikan remaja merasa tidak puas dan membandingkan dirinya dengan orang lain yang menurut dirinya lebih ideal (Minev et al, 2018). Ada dua hal yang berperan dalam pembentukan harga diri, yakni *reflected appraisals* dan *social comparisons* (Srisayekti & Setiady, 2015). Dari dua aspek ini terbagi menjadi lima dimensi, yakni akademik, sosial, emosional, keluarga, dan fisik (Salsabila et al, 2022).

Disisi lain, harga diri ini dapat berdampak besar pada perkembangan remaja (Liu et al, 2019). Ketika individu dengan harga diri yang tinggi mampu memecahkan masalah secara efektif, individu tersebut dapat menghadapi masalah yang dihadapinya (Budiyanto, 2022). Orang dengan harga diri rendah dapat menyebabkan masalah lain yang berasal dari evaluasi diri yang negatif (Febrina et al., 2018). Hal tersebut relevan dengan salah satu riset terdahulu Refnadi, (2018) menyatakan bahwa remaja dengan harga diri (*self esteem*) rendah telah terbukti berkaitan dengan banyak fenomena negatif seperti meningkatnya kehamilan remaja, penyalahgunaan narkoba, kekerasan, depresi, kecemasan sosial dan bunuh

diri. Dan dengan rendahnya harga diri (*self-esteem*) dapat menghambat siswa untuk berprestasi.

Dampak-dampak dari harga diri rendah seperti yang disebutkan di atas, masing-masing menunjukkan tingkat penyebaran yang menjadi perhatian pada setiap kasus yang ditimbulkan. Berdasarkan data survei Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA), 93% remaja yang mengalami gejala depresi berada pada rentang 14 – 18 tahun. (Ayu & Chahya, 2022). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Peltzer & Pengpid, 2018) mengatakan bahwa remaja perempuan (15-19 tahun) memiliki persentase depresi 32% lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki (15-19 tahun) yaitu 26%. Apabila remaja mengalami situasi depresi maka rentan bagi remaja untuk melakukan bunuh diri. Kasus bunuh diri pada remaja menjadi salah satu perhatian yang harus diwaspadai. Data dari (WHO, 2018) Menunjukkan bahwa tingkat penyebaran kasus bunuh diri pada remaja laki-laki mencapai 75% dan pada perempuan mencapai 60%. Sebuah penelitian di Cina juga menunjukkan terdapat tiga gejala yang paling umum dirasakan anak dan remaja yaitu kecemasan (24,9%), depresi (19,7%), dan stres (15,2%) (Ayu & Chahya, 2022).

Berdasarkan kondisi di atas maka sangatlah penting bagi siswa remaja untuk dapat mengembangkan keterampilan-keterampilan sosial, kemampuan untuk menyesuaikan diri dan pentingnya harga diri. Permasalahannya adalah bagaimana cara melakukan hal tersebut dan aspek-aspek apa saja yang harus diperhatikan. Menurut Taffarodi & swann (2001) dalam kehidupan remaja terdapat dua aspek yaitu menyukai diri dan kompetensi diri. Menyukai diri sendiri (*self-liking*) merupakan seberapa suka atau tidak suka terhadap dirinya sendiri, setuju atau tidak setuju dengan apa yang dimilikinya, dan mampu menerima dirinya sendiri. Sedangkan, Kompetensi diri (*Self-competence*) merupakan kekuatan seseorang untuk mencapai keberhasilan dan merupakan evaluasi diri secara positif dan negatif terhadap kemampuan mereka sendiri. Erita (2016) Menjelaskan bahwa proses pembelajaran memiliki beberapa aspek psikologis yang harus ditumbuhkan yaitu minat, sikap, motivasi dan aktivitas yang timbul atau berkembang dalam proses pembelajaran kebutuhan bertahan, kebutuhan berprestasi, kontrol atau harga diri

(*self-esteem*). Harga diri seseorang dapat dipengaruhi oleh diri sendiri ataupun lingkungannya, karena hal itu, harga diri seseorang cenderung tidak stabil. Lingkungan sekitar yang mempengaruhi *self-esteem* seseorang adalah *significant others* (orang-orang yang terpenting atau terdekat dengannya). *Significant others* yang paling berpengaruh terhadap *self-esteem* seseorang, khususnya remaja, yaitu orang tua, guru dan teman pergaulannya.

Bimbingan dan konseling merupakan proses bantuan kepada siswa agar siswa dapat mengaktualisasikan dirinya (intelektual, emosional, sosial, dan moral-spiritual) secara optimal, sehingga menjadi pribadi yang produktif baik secara pribadi maupun sosial (Yusuf, 2017). Bimbingan dan konseling adalah kegiatan yang sistematis, objektif, logis dan terprogram yang dilakukan oleh konselor atau guru yang memberikan layanan untuk mencapai kemandirian dalam hidup (Suherman, 2015). Sejalan dengan pendapat Yusuf & Nurihsan (2014) menjelaskan bahwa bimbingan dan konseling dalam konteks pendidikan adalah pemberian dukungan masyarakat yang ditujukan untuk mengembangkan perberdayaan diri atau tugas-tugas perkembangan secara optimal. Bimbingan dan Konseling (BK) dalam hal ini adalah layanan yang membantu menyelesaikan masalah remaja (siswa) di sekolah, dalam hal ini guru Bk memiliki pandangan atau cara masing-masing untuk mengatasi masalah siswa tersebut.

Seperti bagaimana pada penelitian yang dilakukan oleh para ahli dimana harga diri berdampak pada kemampuan diri seseorang dalam memperoleh prestasi dan menentukan konsep diri masa depannya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Alfiana (2016) hasil yang didapat menunjukkan bahwa adanya hubungan korelasi positif antara harga diri dengan prestasi belajar. Individu yang memiliki harga diri tinggi maka prestasi belajarnya akan tinggi, sedangkan jika individu yang memiliki harga diri rendah maka prestasi belajarnya akan rendah. Remaja yang mempunyai harga diri tinggi akan memiliki pikiran-pikiran positif, dan orang yang mempunyai harga diri rendah akan memiliki pikiran-pikiran negative terhadap masa depannya. Hal ini, tentu saja harus ada jalan keluarnya dan salah satu solusinya adalah pemberian layanan konseling.

Menurut *The American Counseling Association* (Gladding, 2012:3) mendefinisikan konseling adalah penerapan prinsip-prinsip kesehatan mental, perkembangan psikologis atau manusia, melalui intervensi kognitif, afektif, perilaku atau sistematis strategi yang merancang kesejahteraan pertumbuhan pribadi atau perkembangan karir dan juga patologi. Layanan bimbingan dan konseling sangat dibutuhkan oleh peserta didik terutama peserta didik pada usia remaja. Dengan pemberian layanan konseling bagi remaja diharapkan dapat memberikan manfaat menjadikan harga diri tinggi dan diharapkan remaja juga mampu menemukan strategi sendiri melalui sesi konseling yang dijalani.

Berbagai intervensi telah dilakukan dalam upaya meningkatkan harga diri remaja, diantaranya penelitian yang dilakukan Wulansari & Soejanto (2016) Hasil dari penelitian ini membuktikan bahwa konseling kelompok REBT efektif meningkatkan harga diri mahasiswa. Namun, ternyata terdapat beberapa kritik terhadap pendekatan konseling REBT yaitu cenderung mengabaikan faktor-faktor sosial dan lingkungan yang mempengaruhi harga diri seseorang. Selain itu penelitian kedua, yang dilakukan Nur'aini (2017) hasil dari penelitian tersebut peserta didik yang mengalami harga diri rendah dapat ditingkatkan dengan layanan konseling realitas. Namun konseling realitas memiliki kekurangan yaitu tidak memperhatikan dinamika alam bawah sadar manusia; disatu sisi pendekatan ini juga memandang peristiwa masa lalu sebagai penyebab dari peristiwa sekarang. Penelitian ketiga, berdasarkan penelitian yang dilakukan Hanifah & Hartati (2016) Hasil penelitian ini yaitu keenam konseli mengalami peningkatan *self-esteem* dengan rata-rata skor 75,65%, sehingga masalah *low self-esteem* siswa dapat diatasi melalui konseling model *person centered therapy*.

Diantara ketiga penanganan tersebut, ada lagi satu penanganan yang dapat diterapkan pada berbagai gangguan, yaitu *Person centered expressive art therapy* dapat mengurangi kesulitan dalam mengungkapkan perasaan secara lisan, khusus untuk anak-anak dan remaja; ini jenis intervensi dapat menguntungkan kelompok-kelompok sebagai sarana komunikasi (Azizah, 2017), dan intervensi psikoterapi seni dikenal dengan istilah *Art Therapy* yang merupakan bentuk terapi dinamis dan melibatkan individu untuk berpartisipasi dalam proses treatment itu sendiri (Azizah,

2017). *Person Centered Expressive Art Therapy* merupakan hasil perpaduan dari seni dan psikologi. Pada *Art Therapy*, media seni, proses kreatif, dan hasil karya seni dimanfaatkan untuk mengungkapkan perasaan, berdamai dengan konflik emosional, meningkatkan kesadaran diri, menurunkan kecemasan, serta meningkatkan keberhargaan diri (Malchiodi, 2007). sehingga layanan konseling *Person Centered Expressive art Therapy* dapat menjadi rekomendasi alternatif dalam mengatasi Harga Diri individu, dengan alasan konseling *person centered Expressive Art therapy* lebih menekankan pada sisi humanis, dimana individu dipercaya dapat bergerak menuju kepositifan, memberikan ruang gerak yang lebih bagi konseli, memperlakukannya dengan tanpa syarat (*genuiness*) sehingga konseli merasa lebih dihargai (Roger, 2009). Konseli diberi kesempatan untuk melakukan eksplorasi diri melalui seni, menggunakan emosi dan intuisi dalam bentuk media (Rogers et.al, 2012). Fenomena permasalahan *self-esteem* pada siswa diharapkan dapat diatasi melalui konseling kelompok model *person centered expressive art therapy* yang menitikberatkan pada penerimaan konseli tanpa syarat, sehingga konseli menjadi lebih terhargai.

Konseling *Person Centered Expressive Art Therapy* dari sudut pandang Humanistik adalah konseling yang berpusat pada orang (Roger, 2009). Terapi seni pada awalnya dikembangkan oleh putri Carl Rogers, yaitu Natalie Rogers, yang menggabungkan filosofi humanistik ayahnya dengan pendekatan kreatif ibunya yang artistik (Rogers, 1993). Pendekatan konseling terapi seni ekspresif yang berpusat pada orang (*person centered expressive art therapy*) ini menjadi pembuka bagi pengenalan potensi individu untuk dikembangkan berdasarkan apa yang mereka pilih dalam hidup bukan sekedar perintah atau paksaan dari orang lain (Abd & Zakaria, 2015). Inilah salah satu nilai tinggi dari pendekatan konseling *person centered expressive art therapy* karena sudut pandang individu yang memiliki kekuatan dan sumber daya, bukan individu patologis (Barida et al, 2022).

Person Centered Expressive Art therapy merupakan ringkasan perspektif yang berpusat pada orang tentang kreativitas, dan terapi ekspresif, diikuti dengan diskusi yang menghubungkannya dengan prinsip dasar pendekatan yang berpusat pada orang (PCA), khususnya sifat organisme, dan nondirective. sikap terapis, dan

beberapa pemikiran tentang bagaimana terapi ekspresif meningkatkan tindakan individu dan kolektif serta gerakan perdamaian (Rogers et al. 2012). Bagian dari proses psikoterapi adalah membangkitkan energi daya hidup yang kreatif, Integrasi seni dalam praktik terapeutik disebut "terapi seni ekspresif yang berpusat pada orang" (Rubin, 2011) Menggunakan seni ekspresif untuk mendorong penyembuhan emosional, menyelesaikan konflik batin, dan membangkitkan kreativitas individu adalah bidang yang relatif baru dan berkembang. Filosofi yang berpusat pada klien atau berpusat pada orang merupakan fondasi di mana model terapi seni ekspresi berada. Pendekatan ini membutuhkan konselor untuk menjadi empatik, terbuka, jujur, kongruen, dan peduli, karena dia mendengarkan secara mendalam dan memfasilitasi pertumbuhan individu atau kelompok. Pusatnya adalah keyakinan bahwa setiap orang memiliki harga diri, martabat, kapasitas untuk mengarahkan diri sendiri, dan dorongan yang melekat pada pertumbuhan (Rogers et al. 2012).

Namun, kedua pendekatan mengakui peran *Expressive Art Therapy* dalam proses kesadaran diri dan pemahaman, serta penyembuhan dan pertumbuhan klien (deCarvalho, 1999, Suzanne, Degges- White & Davis 2011). Selain itu, banyak konsistensi lainnya telah diidentifikasi di *person centered expressive art therapy* singkatnya, penggabungan seni ekspresif menyediakan sarana nonverbal pelengkap yang digunakan untuk memberlakukan prinsip-prinsip teori berpusat pada orang (*person centered therapy*) (Malchiodi, 2005; McNiff, 2004; Rogers, 1993 dalam Suzanne, Degges- White & Davis 2011).

Menurut *American Art Therapy Association* (Magdalena & Titi, 2018) Salah satu cara untuk meningkatkan *self-esteem* seseorang adalah dengan menggunakan *art therapy*, karena *person centered expressive art therapy* membantu memfasilitasi klien untuk menggunakan media seni, proses kreatif, dan hasil dari karya seni untuk mengeksplorasi perasaan, konflik emosi, kesadaran diri, menata perilaku, meningkatkan kemampuan sosial, sehingga hal ini dapat meningkatkan *self-esteem* yang dimiliki seseorang dan dapat mengoptimalkan diri mereka ketika berperilaku di dalam lingkungan sehari-hari. Dari teori konseling diatas, konseling *person centered expressive art therapy* juga bisa untuk meningkatkan harga diri pada remaja. Berdasarkan riset yang ditemukan, masalah

harga diri itu diawali dari problem fokus orientasi. Individu yang mengalami harga diri yang rendah akan mengakibatkan rendahnya kepercayaan diri terhadap individu. Sehingga konseling *person centered expressive art therapy* dapat digunakan untuk meningkatkan harga diri.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Satyajati (2016) hasil penelitian ini mendasari hipotesa bahwa *Person Centered Expressive Art Therapy* (PCEAT) dapat meningkatkan efikasi diri konselor adiksi. Sejalan dengan penelitian Magdalena & Titi (2018) hasil dari penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa *art therapy* cukup efektif untuk meningkatkan harga diri (*self-esteem*) dari lima remaja perempuan di lembaga bimbingan belajar X. Dan berdasarkan penelitian Rizky et.al (2020) Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian intervensi *Person-Centered Art Therapy* dapat menurunkan simtom PTSD pada keempat subjek penelitian. Sejalan dengan penelitian Ardila et al (2019) mengatakan teknik *Expressive art therapy* menjadi media dalam menyembuhkan gangguan mental, mengembangkan kemampuan sosial, menyelesaikan masalah, mengontrol tingkah laku, dan menumbuhkan kembali harga diri individu.

Konseling *Person Centered Expressive Art Therapy* yang dikenal dengan “PCEAT” (terapi seni ekspresif yang berpusat pada orang) adalah sebagai aspek terapi yang menggabungkan seni dan psikoterapi, terapi ini bertujuan untuk membantu klien mengekspresikan diri dan meningkatkan harga diri mereka melalui seni, terapi ini dapat membantu klien mengatasi masalah emosional dan psikologis seperti harga diri rendah (Rogers et al. 2012). Melalui konseling *Person centered expressive art therapy* ini, konseli akan belajar bagaimana mengekspresikan diri mereka dengan cara yang lebih kreatif dan autentik, mengekspresikan aspek diri yang sebelumnya tidak diketahui dan memunculkan informasi dan kesadaran baru, dan dapat menjadi solusi bagi konseli yang terjebak dalam cara hidup yang linier dan kaku (Nur et al. 2021)

Berdasarkan uraian fakta dan fenomena diatas, maka rendahnya harga diri (*self-esteem*) perlu mendapat penanganan khusus, sehingga harga diri (*self-esteem*) yang rendah dapat ditingkatkan. Pada penelitian ini penulis mencoba mengemukakan alternatif penyelesaian terhadap permasalahan tersebut melalui

layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Person Centered Expressive Art Therapy*. Maka peneliti tertarik melakukan penelitian lebih lanjut dengan judul “Model Konseling Kelompok *Person Centered Expressive Art Therapy* Untuk Meningkatkan Harga Diri (*Self-Esteem*) Siswa”. Dengan begitu diharapkan penelitian ini mampu mengungkapkan keefektifan *person centered expressive art therapy* untuk meningkatkan harga diri (*self-esteem*) serta dapat memberikan sumbangan dalam perkembangan ilmu dan praktik dalam bidang Bimbingan dan Konseling.

B. Identifikasi Masalah

Sebagaimana yang telah dipaparkan dalam latar belakang masalah bahwa kajian pokok penelitian ini adalah konseling dengan *person centered expressive art therapy* untuk meningkatkan harga diri (*self-esteem*) siswa, maka dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut Masalah yang sering dan hampir semua dihadapi remaja berasal dari dalam diri mereka sendiri. Konseling merupakan strategi layanan yang tepat agar siswa mampu memahami dirinya sehingga mampu mengendalikan dirinya. Adapun identifikasi permasalahan yang dialami siswa, yaitu rendahnya harga diri yang dimiliki siswa terkait kelebihan dan kekurangannya, rendahnya rasa percaya diri terhadap kemampuan yang dimilikinya, selalu melihat bahwa dirinya berbeda dengan orang lain.

Berdasarkan Permasalahan yang telah diuraikan diatas maka solusi yang dapat dilakukan untuk penyelesaian masalah ini yaitu dengan melakukan layanan konseling untuk meningkatkan harga diri Siswa. Mengingat bahwa layanan bimbingan dan konseling merupakan suatu kegiatan bantuan dan tuntunan yang diberikan kepada individu umumnya dan siswa pada khususnya disekolah dalam rangka meningkatkan kelebihannya. Dalam Penelitian ini model konseling yang dipilih yaitu konseling *Person Centered Therapy*, dengan alasan konseling *person centered Expressive Art therapy* lebih menekankan pada sisi humanis, dimana individu dipercaya dapat bergerak menuju kepositifan, memberikan ruang gerak yang lebih bagi konseli, memperlakukannya dengan tanpa syarat (*genuiness*) sehingga konseli merasa lebih dihargai. Fenomena permasalahan *self-esteem* pada

siswa diharapkan dapat diatasi melalui konseling kelompok model *person centered expressive art therapy* yang menitikberatkan pada penerimaan konseli tanpa syarat, sehingga konseli menjadi lebih terhargai.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar Belakang dan Identifikasi Masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka penelitian ini dilakukan untuk menganalisis:

1. Bagaimana Gambaran Umum Harga Diri (*Self-esteem*) Siswa
2. Bagaimana Rancangan Layanan Konseling *Person Centered Expressive Art Therapy*?
3. Bagaimana Efektivitas penggunaan Konseling Kelompok Dengan *Person Centered Expressive Art Therapy* Dalam Meningkatkan Harga Diri (*Self-Esteem*) Siswa?

D. Tujuan Penelitian

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk mengungkap pengaruh dan efektivitas layanan konseling menggunakan *person centered expressive art therapy* terhadap harga diri (*self-esteem*) pada siswa.

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka secara khusus tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui;

1. Memperoleh data tentang harga diri (*self-esteem*) yang dialami siswa
2. Memperoleh hasil dari proses pelaksanaan konseling *person centered expressive art therapy* untuk meningkatkan harga diri
3. Memperoleh hasil efektivitas Konseling Kelompok Dengan *Person Centered Expressive Art Therapy* Dalam Meningkatkan Harga Diri (*Self-Esteem*) Siswa

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang akan didapat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan serta menjadi referensi tambahan maupun

pertimbangan bagi keberlangsungan program bimbingan dan konseling di sekolah dan melengkapi berbagai model konseling untuk meningkatkan harga diri (*Self-Esteem*)

2. Manfaat Praktis:

a. Bagi konselor

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi wawasan, pemahaman, dan pengembangan dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling, Untuk memenuhi salah satu syarat dalam rangka menyelesaikan perkuliahan di Program Studi Bimbingan dan Konseling (BK) Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya.

b. Bagi Siswa

Hasil Penelitian ini diharapkan siswa memiliki keterampilan bantuan diri dalam meningkatkan harga diri.

c. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi sekolah jika ingin meneliti masalah ini lebih lanjut.

d. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan gambaran umum tentang pengaruh layanan konseling *Person Centered Expressive Art Therapy* terhadap Harga Diri (*Self-Esteem*) Siswa

F. Sistematika Penulisan

Untuk memahami lebih jelas laporan ini, maka materi yang tertera dalam skripsi ini dikelompokkan menjadi beberapa sub bab dengan sistematika penyampaian sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN, di dalam bab ini memaparkan mengenai latar belakang masalah, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II KAJIAN PUSTAKA, di dalam bab ini memaparkan tentang konsep harga diri, konsep teori konseling person centered expressive art therapy, penelitian yang relevan, kerangka konseptual, hipotesis penelitian.

BAB III METOLOGI PENELITIAN, di dalam bab ini memaparkan metode penelitian, desain penelitian, populasi penelitian, penyusunan instrument.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN, di dalam bab ini memaparkan deskripsi hasil penelitian, pembahasan hasil penelitian, keterbatasan penelitian.

BAB V KESIMPULAN, di dalam bab ini memaparkan kesimpulan dan saran dari hasil penelitian

DAFTAR PUSTAKA

