

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

Dibawah ini dipaparkan metode penelitian terkait penelitian yang sudah dilakukan, akan dijelaskan mendetail dalam bab ini.

#### **3.1 Paradigma Penelitian**

Paradigma yang digunakan dalam penelitian ini ialah paradigma post-positivism dan paradigma penelitian kualitatif. Paradigma postpositivism dalam penelitian ini ditunjukkan dengan meneliti harga diri remaja madya dengan mengumpulkan data yang ada sebagai ontologi. Selanjutnya menggunakan instrumen harga diri untuk mengukur kebenarannya sebagai epistemologi. Setelah itu, instrumen diuji kebenarannya dengan uji validitas dan reliabilitas, dan terakhir menguji konseling naratif untuk meningkatkan harga diri remaja madya dengan gejala *self-harm*, dan melihat dinamika perilaku harga diri remaja madya setelah diberikannya konseling naratif. Paradigma postpositivism yaitu penelitian yang bertumpu pada logika deduktif, rumusan hipotesis, pengujian hipotesis, definisi operasional variabel dan pengolahan data (Kivunja & Kuyini, 2017). Sedangkan paradigma penelitian kualitatif dalam penelitian ini ditunjukkan dengan mendeskripsikan dinamika perubahan harga diri pada remaja madya dengan pengalaman *self-harm* setelah diterapkannya konseling naratif. Paradigma penelitian kualitatif menggunakan pandangan logika induktif, yaitu menafsirkan dari yang khusus ke yang umum (Houser, 2020).

#### **3.2 Pendekatan Penelitian**

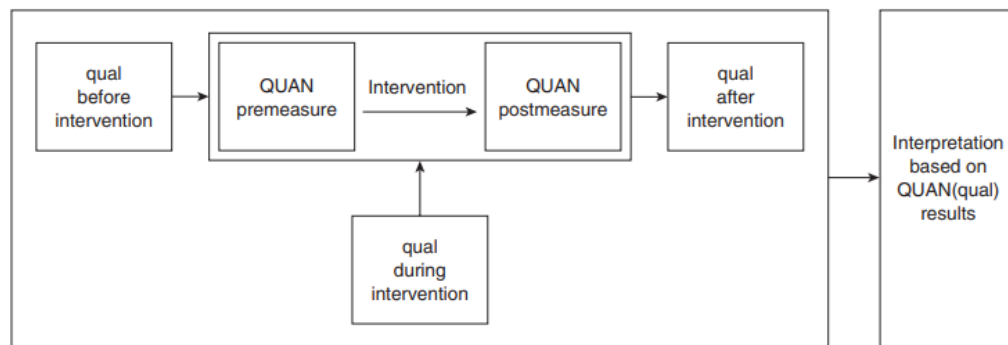
Penelitian ini menggunakan pendekatan *mixed-method* yaitu mencampurkan pendekatan kuantitatif dan kualitatif, namun pendekatan kuantitatif berperan sebagai data utama dalam penelitian ini. Pendekatan kuantitatif yang dilakukan dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur harga diri yang dimiliki oleh remaja madya sebelum intervensi (sebagai kondisi *baseline*). Kemudian menginterpretasikan data yang diperoleh untuk dijadikan acuan atau dasar dalam penyusunan rancangan konseling naratif untuk meningkatkan harga diri remaja

madya dengan gejala *self-harm*. Pendekatan kuantitatif juga digunakan untuk mengukur harga diri remaja setelah diberikan intervensi guna menguji perubahan perilaku harga diri remaja madya setelah diberikannya konseling naratif.

Sedangkan pendekatan kualitatif digunakan untuk memperoleh gambaran harga diri remaja madya sebelum diberikan intervensi, kemudian dilakukan analisa harga diri remaja madya dengan gejala *self-harm* yang memiliki kecenderungan harga diri rendah untuk diberikannya konseling naratif. Kemudian, pendekatan kualitatif dilakukan untuk mendeskripsikan harga diri setelah intervensi dan perubahan perilaku (dinamika) harga diri remaja madya dengan gejala *self-harm* setelah diberikannya konseling naratif. Pendekatan *mixed-method* ialah prosedur untuk mengumpulkan, menganalisis, dan mencampurkan pendekatan kuantitatif dengan pendekatan kualitatif dalam satu studi atau serangkaian studi untuk memahami suatu permasalahan penelitian lebih dalam dan luas (Creswell, 2012; Houser, 2020).

### 3.3 Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini ialah *the embedded design*. *The embedded design* ialah suatu desain penelitian pada pendekatan *mixed-method* yang mengumpulkan data kuantitatif dan data kualitatif secara bersamaan atau berurutan, tetapi memiliki satu bentuk data yang memainkan peran pendukung ke bentuk data lainnya (Creswell, 2012; Houser, 2020). Dasar pemikiran desain ini ialah kumpulan data tunggal saja tidak cukup, pertanyaan yang berbeda perlu dijawab, dan setiap jenis pertanyaan memerlukan jenis data yang berbeda. Gambar 3.1 menggambarkan *the embedded design: embedded experimental model* yang digunakan dalam penelitian ini.



**Gambar 3.1**  
***Embedded Design: Embedded Experimental Model***  
**Sumber: Creswell & Clark (2006)**

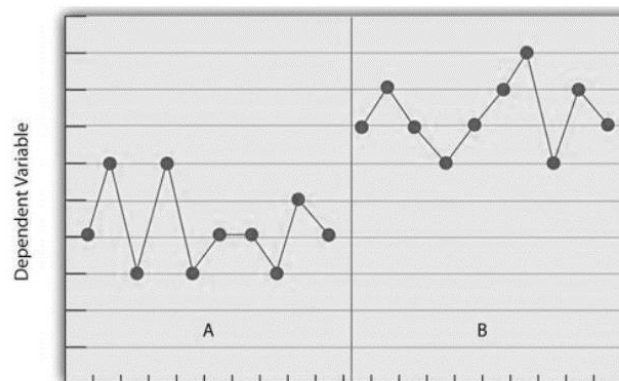
*The embedded design* dapat menggunakan pendekatan satu fase atau dua fase, karena data kuantitatif dan kualitatif digunakan untuk menjawab berbagai pertanyaan penelitian. Gambar 3.1 mendeskripsikan *embedded design* dalam pendekatan dua fase dimana data kualitatif bisa didapatkan sebelum atau sesudah intervensi. Sedangkan pendekatan satu fase data kualitatif disematkan selama fase intervensi. Dalam penelitian yang dilakukan, data kualitatif sebelum dilakukannya intervensi didapatkan dari hasil wawancara dan observasi pada remaja madya serta pendidik di SMA Negeri 1 Bandung. Data kualitatif ini digunakan untuk membentuk rancangan intervensi yang digunakan, untuk mengembangkan instrument serta untuk memilih konseli yang akan diberikan intervensi berupa konseling naratif. Data kuantitatif sebelum pengukuran didapatkan dari kuesioner harga diri remaja madya yang telah dikembangkan yaitu profil harga diri remaja madya di SMA Negeri 1 Bandung serta pemilihan konseli berdasarkan skor terendah. Kemudian data kualitatif disematkan dalam proses intervensi konseling naratif.

Data kuantitatif setelah pengukuran didapatkan dari perhitungan setelah diberikannya intervensi konseling. Data kualitatif setelah dilakukannya intervensi didapatkan dari hasil wawancara dan observasi pada remaja madya yang sudah diberikan konseling naratif untuk menjelaskan hasil intervensi. Semua data baik data kuantitatif dan kualitatif yang didapatkan dianalisis dan diinterpretasi berdasarkan hasil kuantitatif untuk melihat dinamika harga diri setelah diberikannya konseling naratif untuk meningkatkan harga diri remaja dengan

pengalaman *self-harm* di SMA Negeri 1 Bandung. Prioritas pada model ini ditetapkan oleh kuantitatif, metodologi eksperimental, dan kumpulan data kualitatif tunduk didalamnya ditetapkan oleh kuantitatif (Creswell & Clark, 2006).

Desain penelitian yang digunakan untuk data kuantitatif ialah *single-subject research*, dimana terdapat dua kondisi berbeda yang dijadikan perbandingan yaitu kondisi *baseline* (kondisi awal), dan kondisi intervensi (*treatment*). Diawal dilakukan identifikasi harga diri remaja madya yang dibutuhkan untuk diberikan intervensi konseling naratif, kemudian dilakukan klarifikasi dan pengukuran *baseline*. Step untuk melakukan *single-subject*, yaitu a) *selection and identification of the target behavior*, dan; b) *clarification of the baseline and measurement of the baseline* (Houser, 2020)

Penelitian ini menggunakan *AB design* yang memiliki dua fase yaitu fase *baseline* (A) dan fase *intervensi* (B). Gambar 3.2 menunjukkan *AB design single subject research* pada penelitian ini.



**Gambar 3. 2**  
**Desain AB Single Subject Research**  
**Sumber: Houser (2020)**

Fase *baseline* (A) ialah kondisi pengukuran harga diri pada remaja madya dilakukan dalam keadaan natural sebelum diberikan konseling naratif sebagai intervensi, sedangkan fase *intervensi* (B) ialah kondisi dimana konseling naratif telah diberikan dan harga diri pada remaja madya diukur. Adanya suatu percobaan untuk menguji penerapan suatu intervensi secara individual agar hasilnya lebih akurat karena membandingkan perilaku individu sebelum intervensi yang disebut dengan kondisi *baseline* (A) dengan perilaku individu setelah diberikan intervensi yang disebut dengan kondisi *intervensi* (B), sehingga dari hal tersebut akan

diperoleh gambaran mengenai dampak intervensi konseling naratif terhadap peningkatan harga diri remaja madya dengan pengalaman *self-harm*. Desain AB ini dimulai dengan *baseline (A)* kemudian diikuti dengan *intervensi (B)* (Houser, 2020)

Desain penelitian yang digunakan untuk data kualitatif ialah *case-study*, yaitu penulis mengeksplorasi kasus dari waktu ke waktu, secara terperinci dan mendalam yang melibatkan berbagai sumber informasi (Creswell, 2009). Tipe *case-study* dalam penelitian ini ialah *single-case type*. Desain ini berfokus untuk menjelaskan dinamika harga diri remaja madya dengan gejala *self-harm*. Berikut ini dipaparkan tahapan *case-study* yang akan dilakukan dalam penelitian ini.

a. Identifikasi pendekatan yang tepat untuk masalah penelitian.

Masalah penelitian harus ditelaah dengan jelas agar penanganan atau intervensi yang akan diberikan dapat menjawab kebutuhan sampel penelitian. Dalam penelitian ini, peneliti identifikasi masalah dengan pemetaan batasan penelitian yang akan diteliti yaitu harga diri rendah pada remaja madya dengan pengalaman *self-harm* di SMAN 1 Bandung.

b. Identifikasi masalah.

Tahap selanjutnya ialah identifikasi masalah yang berhubungan dengan sampel penelitian. Dalam penelitian ini, masalah yang diidentifikasi oleh penulis ialah harga diri rendah pada remaja madya dengan pengalaman *self-harm* di SMAN 1 Bandung.

c. Pengumpulan data

Penelitian ini mengumpulkan data sebanyak-banyaknya yang didasarkan dari pengamatan yang jelas dari waktu ke sehingga mampu menunjang informasi yang dibutuhkan. Pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini berasal dari hasil observasi dan wawancara.

d. Analisis masalah

Analisis masalah dilakukan dalam penelitian ini, yang memuat penjelasan secara mendalam terkait pemberian konseling naratif untuk meningkatkan harga diri remaja madya dengan pengalaman *self-harm* di SMA Negeri 1 Bandung.

e. Penarikan kesimpulan

Kesimpulan didapatkan dari hasil keseluruhan tahapan yang dilakukan dalam penelitian sebagai bentuk pelaporan peneliti akan masalah yang diteliti.

### 3.4 Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini ialah remaja madya kelas XI SMA Negeri 1 Bandung Tahun Ajaran 2022/2023, karena adanya temuan masalah saat peneliti melakukan internship di kelas X dan XI. Namun khususnya pada kelas XI banyak ditemukan masalah terutama dalam bidang pribadi yang berkaitan dengan harga diri rendah serta perilaku *self-harm*.

**Tabel 3. 1**  
**Data Populasi Penelitian Peserta Didik Kelas XI**  
**SMA Negeri 1 Bandung**

<b>Kelas</b>	<b>Jumlah Peserta Didik</b>
X-1	32
X-2	32
X-3	34
X-4	34
X-5	33
X-6	34
X-7	33
X-8	32
X-9	34
<b>Total</b>	<b>298</b>

Pengambilan data dilakukan terhadap seluruh peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Bandung melalui instrumen harga diri. Berdasarkan hasil pengolahan instrumen harga diri diperoleh profil umum yang menunjukkan bahwa tingkat harga diri remaja madya di SMA Negeri 1 Bandung berada pada kategori sebagai berikut.

**Tabel 3. 2**  
**Deskripsi Harga Diri Remaja di SMA Negeri 1 Bandung**

No	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi
1	$X > 124$	Tinggi	40
2	$101 \leq X < 124$	Sedang	212
3	$X < 101$	Rendah	46

Tabel 3.2 memaparkan tingkat harga diri remaja madya berada pada kategori rendah sebanyak 46 orang. Kategori sedang sebanyak 212 orang. Kategori tinggi sebanyak 40 orang. Maka harga diri remaja madya di SMA Negeri 1 Bandung paling banyak berada pada kategori sedang. Pada kategori sedang, sebagian besar remaja sudah dapat menerima diri mereka sendiri sebagaimana adanya karena merasa dirinya cukup berharga. Remaja juga sudah memiliki kondisi pribadi yang positif berupa sikap yang cukup baik dalam berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, remaja kemungkinan sudah cukup memiliki konsep diri positif, dan memiliki resiliensi yang cukup tinggi. Berikut ini profil harga diri remaja madya di SMA Negeri 1 Bandung berdasarkan aspek.

**Tabel 3. 3**  
**Deskripsi Aspek Harga Diri Remaja di SMA Negeri 1 Bandung**

No	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi
<b>Aspek Kekuatan (<i>Power</i>)</b>			
1	$X > 35$	Tinggi	34
2	$28 \leq X < 35$	Sedang	225
3	$X < 28$	Rendah	38
<b>Aspek Keberartian (<i>Significance</i>)</b>			
1	$X > 35$	Tinggi	31
2	$25 \leq X < 35$	Sedang	234
3	$X < 25$	Rendah	33

No	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi
<b>Aspek Kebajikan (<i>Virtue</i>)</b>			
1	$X > 19$	Tinggi	37
2	$16 \leq X < 19$	Sedang	224
3	$X < 16$	Rendah	37
<b>Aspek Kompetensi (<i>Competence</i>)</b>			
1	$X > 38$	Tinggi	38
2	$29 \leq X < 38$	Sedang	223
3	$X < 38$	Rendah	37

Berdasarkan gambaran umum yang terdapat pada tabel 3.3 didapatkan hasil bahwa tingkat harga diri remaja madya berdasarkan aspek berada pada tingkat sedang, baik pada aspek kekuatan (*power*), keberartian (*significance*), kebajikan (*virtue*), dan kompetensi (*competence*). Pada aspek kekuatan (*power*), remaja berada pada tingkatan sedang yang artinya sebagian besar remaja sudah cukup memiliki pengakuan dan rasa hormat yang diterimanya dari orang lain walau belum semestinya, seperti sudah cukup berani untuk berbicara di depan kelas dan merasa disukai oleh teman-temannya karena mereka bisa diajak untuk mengobrol. Remaja juga kemungkinan sudah cukup memiliki penilaian dari orang lain terhadap sumbangan pendapat atau perilakunya seperti sering berpikir bahwa dirinya orang yang berguna dan selalu berusaha untuk melakukan yang terbaik dalam berbuat sesuatu.

Pada aspek keberartian (*significance*), berada pada tingkatan sedang yang artinya sebagian besar remaja sudah memiliki penerimaan berupa penghargaan, perhatian dan kepedulian yang diterimanya dari orang lain seperti perhatian yang didapatkan dari orang tua tentang perasaan mereka di rumah dan di sekolah walau belum semestinya. Remaja juga kemungkinan sudah memiliki popularitas di lingkungannya seperti merasa dapat diandalkan di lingkungannya, tidak canggung apabila bertemu orang baru dan tidak merasa kurang dibanding teman-temannya yang lain.

Pada aspek kebajikan (*virtue*), berada pada tingkatan sedang yang artinya sebagian besar remaja cukup menaati etika dan moral serta aturan agama yang dianutnya walau belum sepenuhnya taat, sudah cukup memperhatikan guru saat



mengajar di kelas dan mentaati aturan sekolah dengan tidak terlambat pergi sekolah untuk beberapa waktu. Selain itu remaja sudah mulai berusaha untuk selalu melakukan perbuatan yang benar dan berkata jujur terhadap orang lain.

Aspek terakhir yaitu aspek kemampuan (*competence*) remaja yang berada pada tingkatan sedang yang artinya sebagian besar remaja sudah memiliki kemampuan dalam mengerjakan tugas seperti berusaha mengerjakan apa yang dapat mereka kerjakan sebaik mungkin dan serius dalam mengerjakan tugas. Selain itu, remaja memiliki kegiatan belajar yang terjadwal dengan baik dan tidak menyontek tugas temannya karena mereka yakin dengan kemampuannya sendiri. Sebagian besar remaja juga sudah memiliki kemampuan dalam memecahkan suatu masalah dan mengambil keputusan seperti tidak menyesali keputusan yang sudah diambilnya, tidak mudah mengeluh ketika mengalami kesulitan, memiliki tujuan dan semangat hidup karena beranggapan bahwa setiap permasalahan dalam hidupnya dapat ia selesaikan dengan baik walau belum sesuai dengan semestinya karena terkadang remaja masih ada kemungkinan mengeluh dan bingung akan tujuan hidupnya.

Selain hasil penyebaran angket, dilakukan juga wawancara terhadap guru mata pelajaran, walikelas dan guru BK di SMA Negeri 1 Bandung. Hasil dari wawancara didapatkan data kualitatif sebagai pelengkap data kuantitatif. Dari hasil wawancara yang dilakukan, pada aspek kekuatan (*power*), didapatkan hasil bahwa secara umum peserta didik kelas XI sudah cukup memiliki pengakuan dan rasa hormat yang mereka terima dari orang lain walau belum sesuai dengan semestinya, seperti yang dipaparkan oleh guru BK, "*mereka itu kan suka ingin namanya dipanggil gitu loh kaya lagi bimklas kan suka ada yang bilang Pak ih aku eun ih naha dia wae yang dipanggil*" (W-BK-F-180123). Hal itu menunjukkan bahwa remaja ingin namanya dipanggil di kelas, baginya berarti guru tidak mengakui mereka yang tidak terpanggil, karena bentuk panggilan ini menjadi bentuk mereka merasa diakui dan dihargai oleh gurunya karena mereka membutuhkan pengakuan dari orang lain.

Bentuk pengakuan lain yang diterima individu dari orang lain ditunjukkan oleh sikap bagaimana mereka berbicara didepan kelas, seperti yang dipaparkan oleh guru mata pelajaran, "*dalam pembelajaran saya membiasakan mereka*

*untuk menyampaikan hasil tugas mereka di depan kelas, sehingga mereka sudah terbiasa untuk berbicara di depan kelas, namun memang masih ada sebagian kecil yang masih malu-malu untuk berbicara di depan kelas (W-MP-D-170123).* Hal itu menunjukkan bahwa remaja cenderung berani berbicara di depan kelas walau tidak seluruhnya.

Gejala lain dipaparkan oleh guru mata pelajaran, yaitu *“sebagian besar peserta didik dalam pembelajaran itu orientasinya nilai, bukan esensi pembelajaran atau ilmunya, sehingga nilai menjadi bentuk pengakuan yang mereka inginkan, walau beberapa peserta didik cenderung ada yang tidak peduli dengan nilai yang mereka dapatkan apalagi ketika mendapatkan nilai kurang bagus” (W-MP-D-170123).* Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa remaja merasa dirinya diakui.

Pada aspek keberartian (*significance*), remaja cenderung belum mendapatkan penerimaan berupa penghargaan, perhatian dan kepedulian dari orang lain terutama dari kedua orang tuanya dengan semestinya, yang ditunjukkan dengan banyaknya permasalahan yang dialami remaja di sekolah yang dilatarbelakangi dengan kurangnya perhatian penuh dari orang tua pada mereka. Seperti yang dipaparkan oleh guru BK, *“sering ditemui kasus dimana ada anak yang tidak mau pulang ke rumahnya karena merasa orang tuanya pulang kerja hanya memarahinya saja, sehingga mereka memilih untuk menginap di rumah temannya” (W-BK-F-180123).* Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa remaja merasa dirinya tidak nyaman di rumah karena tidak mendapatkan perhatian dari orang tuanya karena orang tua yang terlalu sibuk seperti pernyataan lain yang dipaparkan oleh guru BK, *“..itu kan biasanya orang tua nya itu pulang nya kan malem banget atau ada juga kan yang orang tua sama anak teh rumahnya beda ngga serumah. Jadi anaknya mah sama neneknya.” (W-BK-F-180123).* Remaja yang tidak serumah dengan orang tuanya cenderung kurang mendapatkan perhatian dan kepedulian penuh, maka remaja merasa dirinya tidak berharga.

Gejala lain yang menunjukkan bahwa remaja cenderung belum mendapatkan perhatian dan kepedulian dari orang tuanya, dipaparkan oleh walikelas, sebagai berikut *“saya itu biasanya melakukan coaching untuk siswa*

*siswa yang kurang dalam hal akademiknya, biasanya saya panggil orang tua juga. Tapi ternyata orang tuanya itu banyak yang memang tidak pernah mengontrol pekerjaan anaknya di sekolah” (W-WK-S-230123). Pernyataan “tidak pernah mengontrol pekerjaan anaknya di sekolah” (W-WK-S-230123),, berarti remaja cenderung tidak ditanya seputar kegiatannya di sekolah, bagaimana aktivitasnya, gurunya, nilainya di sekolah, apa saja yang dilakukan di sekolah, apa kesulitannya, sehingga remaja merasa dirinya tidak mendapatkan kepedulian dan cenderung memiliki harga diri rendah dalam aspek keberartian.*

Pada aspek kebajikan (*virtue*), masih banyak remaja yang cenderung belum menaati etika dan moral khususnya di sekolah, dibuktikan dengan apa yang dipaparkan oleh guru mata pelajaran, *“kalau kaya kasus yang berat banget gitu sebenarnya ngga begitu ya, tapi kasus ringan kaya pada sering kesiangan masuk sekolah itu kan udah bentuk pelanggaran, setiap hari itu banyak yang terlambat dan terjadi terus menerus” (W-MP-D-170123). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa remaja cenderung belum berusaha untuk melakukan perbuatan yang benar dalam hal aturan sekolah. Lebih lanjut guru mata pelajaran mengatakan, “kalau yang udah sering banget itu kan suka dipanggil orang tuanya, tapi ternyata masih aja suka terus terlambat, jadi ngga berubah gitu” (W-MP-D-170123). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa remaja tidak berusaha melakukan perbuatan yang benar dan cenderung tidak belajar dari suatu kesalahan.*

Hal sejenis dipaparkan oleh guru BK, *“masih ada siswa yang suka pada ngerokok di kamar mandi belakang dekat kantin, dan orangnya teh itu itu lagi” (W-BK-F-180123). Remaja cenderung tidak belajar dari kesalahan yang sudah mereka perbuat yang artinya mereka belum mampu memaknai setiap kejadian yang terjadi dalam hidup ini, belum memahami dengan betul apa masalah yang dihadapinya sehingga cenderung tidak ada rasa penyesalan dan terus mengulangnya, yang dapat disimpulkan berarti mereka belum mampu menyelesaikan permasalahannya, dan ini didukung oleh paparan walikelas “biasanya ketika siswa melakukan kesalahan, guru harus marah harus memberi hukuman yang cukup berat atau memberi peringatan beberapa kali, baru*

*mereka meminta maaf dan mengakui kesalahannya, tapi cenderungnya tidak menyesal dan mengulangnya lagi” (W-MP-D-170123).*

Gejala lain dipaparkan oleh walikelas, *“banyak yah bentuk pelanggaran yang dilakukan anak-anak teh.. yang jelas melanggar aturan, contohnya pernah ada yang malsuin tanda tangan walikelas, BK dan wakasek buat keluar sekolah di jam pelajaran” (W-WK-S-230123).* Pernyataan tersebut merujuk pada remaja yang tidak menaati etika dan moral serta aturan agama yang dianut karena memalsukan tanda tangan orang adalah perbuatan bohong yang tentu bohong itu tidak diperbolehkan di semua agama. Memalsukan tanda tangan juga bentuk tidak menghargai orang lain apalagi orang yang lebih tua, guru di sekolah.

Aspek terakhir yaitu aspek kompetensi (*competence*), gejala yang ditunjukkan tentang kemampuan remaja dalam mengerjakan tugas cenderung masih rendah, hal ini dibuktikan dari pernyataan walikelas yaitu, *“banyak siswa yang ngga ngerjain UKBM, padahal UKBM itu waktunya lama loh fleksibel juga bisa dikerjain dimana aja tapi sampe kenaikan kelas itu banyak siswa yang belum tuntas nilainya ya raportnya tuh jadi masih raport sementara karena apa ya itu karena UKBM nya ngga selesai (W-WK-S-230123).* Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa remaja tidak serius dalam mengerjakan tugas dan tidak berusaha untuk mengerjakan apa yang dapat dikerjakannya dengan sebaik mungkin.

Gejala lain dipaparkan oleh guru BK, *“banyak siswa yang takut sama guru mata pelajaran tertentu jadi mereka milih buat ngga masuk pas jam pelajaran itu teh” (W-BK-F-180123).* Lebih lanjut, guru BK menyampaikan, *“kalau mau ulangan juga mereka teh suka pada bilang takut, pesimis karena tidak paham dengan pelajarannya dan ada juga yang sudah menjudge kaya ah pak pasti jelek geura nilainya” (W-BK-F-180123).* Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa remaja cenderung belum memiliki kemampuan dalam memecahkan permasalahan dan belum dapat mengambil keputusan. Bahkan ketika hal yang ditakutkan itu belum terjadi, beberapa remaja sudah mengeluh terlebih dahulu, dan bukan menyelesaikan permasalahannya.

Guru BK juga memaparkan ketika remaja mengalami permasalahan baik dalam bidang pribadi, sosial, akademik maupun karir, beberapa remaja cenderung tidak memiliki semangat untuk hidup, hal ini ditunjukkan dengan, “*banyak anak yang ngelakuin self-cutting, terus kaya minum obat tidur gitu itu rata-rata mereka ngelakuin itu karena mereka ngga punya semangat hidup jadi suka pada ngerasa kalau masalah mereka itu terlalu berat sampai mereka nganggap kalau mereka ngga akan bisa nyelesaiin masalahnya*” (W-BK-F-180123). Pernyataan tersebut juga menunjukkan bahwa remaja tidak memiliki tujuan dalam hidupnya karena mereka menganggap bahwa permasalahannya terlalu rumit, jadi bukan sikap optimis yang muncul melainkan sikap pesimis dan menyerah pada keadaan, dan ini termasuk pada ciri individu dengan harga diri rendah. Dari beberapa pernyataan yang dipaparkan oleh narasumber, sebagian remaja di SMAN 1 Bandung itu memiliki harga diri sedang, tetapi semestinya seluruh remaja itu memiliki harga diri yang tinggi sehingga mereka mampu menyelesaikan permasalahan hidupnya dengan optimal.

Sampel dalam penelitian ini yaitu remaja madya kelas XI dengan pengalaman *self-harm* di SMA Negeri 1 Bandung dan memiliki skor harga diri rendah. Pengambilan sampel menggunakan teknik *nonprobability sampling*, artinya individu dalam partisipan dipilih yang mencapai kategori sampel. Sampel yang diambil yaitu beberapa remaja madya dengan gejala *self-harm* dan ditunjukkan dengan skor harga diri yang rendah pada beberapa aspek harga diri, dan didukung dari data kualitatif yang menunjukkan gejala harga diri rendah untuk diberikan intervensi berupa konseling naratif, sebagai berikut.

#### 3.4.1 Konseli 1

- a. Nama : N
- b. Jenis Kelamin : Perempuan
- d. Usia : 15 tahun
- e. Tempat Tinggal : Ujung Berung, Bandung
- f. Hobi : Baca Au
- g. Cita-cita : Penulis, Apoteker
- h. Pekerjaan Ayah : Pegawai Pos Indonesia
- i. Pekerjaan Ibu : Ibu rumah tangga

- j. Anak Ke- : 2 dari 2 bersaudara
- 3.4.2 Konseli 2
- a. Nama : A
- b. Jenis Kelamin : Perempuan
- d. Usia : 16 tahun
- e. Tempat Tinggal : Taman Sari, Bandung
- f. Hobi : Dengerin Lagu
- g. Cita-cita : Diplomat
- h. Pekerjaan Ayah : Karyawan Swasta
- i. Pekerjaan Ibu : Ibu Rumah Tangga
- j. Anak Ke- : 2 dari 2 bersaudara
- 3.4.3 Konseli 3
- a. Nama : F
- b. Jenis Kelamin : Perempuan
- d. Usia : 15 tahun
- e. Tempat Tinggal : Kebon Bibit, Bandung
- f. Hobi : *Fangirling*
- g. Cita-cita : Perawat
- h. Pekerjaan Ayah : Pegawai Swasta (Richeese Nabati)
- i. Pekerjaan Ibu : Ibu Rumah Tangga
- j. Anak Ke- : 2 dari 2 bersaudara

### 3.5 Definisi Operasional Variabel

#### 3.5.1 Definisi Konseptual Harga Diri

Harga diri sebagai evaluasi individu tentang dirinya sendiri di domain tertentu (Epstein, 1973; Harter, 1999; Shavelson et al., 1976). Ciri – ciri individu yang memiliki harga diri tinggi, ialah a) menganggap diri sendiri sebagai orang yang berharga, sama baiknya dengan orang lain yang sebaya dengan dirinya dan menghargai orang lain; b) dapat menerima kritik dengan baik; c) menyukai tantangan dan tugas baru; d) berprestasi di bidang akademik dan aktif; e) tidak menanggapi dirinya sempurna, tetapi tahu keterbatasan yang dimilikinya serta bagaimana dirinya terus berkembang

dan lebih baik; f) memiliki nilai dan sikap demokratis serta realistis, dan; g) bahagia dan efektif menghadapi tuntutan dari lingkungan (Coopersmith, 1967).

Sedangkan ciri – ciri individu yang memiliki harga diri rendah, ialah a) menganggap dirinya sebagai orang yang tidak berharga, takut gagal berhubungan sosial, menolak diri sendiri dan tidak puas akan dirinya; b) sulit mengontrol perilaku terhadap dunia luarnya dan tidak menerima kritikan orang lain; c) tidak menyukai tantangan dan tugas baru; d) tidak yakin akan pendapat dan kemampuannya sendiri sehingga kurang berprestasi dalam hal akademik; e) menganggap dirinya kurang sempurna sehingga segala sesuatu yang dikerjakan akan mendapatkan hasil yang buruk walaupun sudah dilakukan semaksimal mungkin, kurang dapat menerima perubahan; f) kurang memiliki nilai dan sikap yang demokratis, dan; g) selalu merasa khawatir dan ragu dalam menghadapi tuntutan lingkungan (Coopersmith, 1967).

### 3.5.2 Definisi Operasional Harga Diri

Harga diri adalah evaluasi keseluruhan individu terhadap dirinya sendiri dalam bentuk penerimaan (perilaku positif), juga penolakan (perilaku negatif) yang menunjukkan sejauh mana individu percaya bahwa dirinya mampu dan berharga. Definisi operasional aspek terdapat empat yaitu aspek kekuatan (*power*), keberartian (*significance*), kebajikan (*virtue*), dan kompetensi (*competence*). Aspek kekuatan (*power*) berfokus pada adanya pengakuan dan rasa hormat yang diterima peserta didik dari orang lain. Aspek keberartian (*significance*) berfokus pada adanya kepedulian dan afeksi yang diterima peserta didik dari orang lain dimana ketika lingkungan mendukung dan menghargai peserta didik maka dirinya merasa semakin berarti. Aspek kebajikan (*virtue*) berfokus pada bagaimana peserta didik taat pada aturan, nilai dan norma yang ada di masyarakat. Aspek terakhir yaitu aspek kompetensi (*competence*) berfokus pada kemampuan yang dimiliki peserta didik dimana merasa yakin dengan apa yang dicintainya dan merasa mampu menyelesaikan segala bentuk permasalahan.

### 3.6 Pengembangan Instrumen Penelitian

Pengembangan instrumen penelitian dilakukan sebagai bentuk pengumpulan data yang didasarkan pada pendekatan *mixed-method*, berkaitan dengan tujuan penelitian, subjek penelitian, alat pengumpul data serta data yang diperoleh sebagai berikut.

**Tabel 3. 4**  
**Pengembangan Instrumen Penelitian**

No.	Tujuan Penelitian	Subjek Penelitian	Alat Pengumpul Data	Hasil yang Diperoleh
1	Mendeskripsikan kondisi objektif harga diri remaja madya di SMAN 1 Bandung	Seluruh peserta didik di SMA Negeri 1 Bandung	Pedoman Observasi	Data kualitatif mengenai profil harga diri remaja madya
		Beberapa guru SMA Negeri 1 Bandung	Pedoman Wawancara	Data kualitatif mengenai profil harga diri remaja madya
2	Menentukan konseli dengan harga diri rendah yang membutuhkan intervensi konseling	Seluruh peserta didik kelas XI SMA Negeri 1 Bandung	Kuisisioner Harga Diri Remaja Madya	Data kuantitatif mengenai profil harga diri remaja kelas XI SMAN 1 Bandung
	Konseling naratif untuk meningkatkan harga diri remaja madya yang mengalami <i>self-harm</i> .	Tiga konseli dengan kategori harga diri rendah	Lembar Evaluasi	Data kualitatif mengenai proses intervensi konseling naratif untuk meningkatkan harga diri remaja madya
	Harga diri remaja madya setelah dilakukannya intervensi konseling naratif	Tiga konseli dengan kategori harga diri rendah	Kuisisioner Harga Diri Remaja Madya	Data kuantitatif mengenai harga diri remaja madya setelah dilakukan intervensi konseling naratif



No.	Tujuan Penelitian	Subjek Penelitian	Alat Pengumpul Data	Hasil yang Diperoleh
3	Mendeskripsikan perubahan harga diri remaja madya setelah dilakukan inetrvensi	Tiga konseli dengan kategori harga diri rendah	Pedoman Observasi dan Wawancara	Data kualitatif mengenai harga diri remaja madya setelah dilakukan intervensi konseling naratif
4.	Mendeskripsikan dinamika harga diri remaja madya	Tiga konseli dengan kategori harga diri rendah	Kuesioner Harga Diri	Data kualitatif berupa interpretasi dari data kuantitatif mengenai dinamika harga diri remaja madya setelah dilakukannya intervensi konseling naratif

### 3.6.1 Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini ialah instrumen yang dikembangkan oleh penulis dengan dilakukannya judgement experts oleh dosen bimbingan dan konseling Dr. Anne Hafina Adiwinata, M.Pd. Didasarkan pada definisi operasional harga diri (*self-esteem* yang diikemukakan oleh Coopersmith pada bukunya “*The Antecedents of Self Esteem*” pada tahun 1967 dengan aspek-aspek item yang diambil dari *Coopersmith Self Esteem Inventory* (CSEI). Diterjemahkan kemudian disesuaikan dengan subjek dan kebutuhan penelitian, namun tetap mengukur empat aspek diantaranya aspek *power* (kekuasaan), *significance* (keberartian), *virtue* (kebajikan), dan *competence* (kemampuan). Skala yang digunakan pada penelitian ini ialah skala likert.

#### A. Uji Kelayakan Instrumen

Instrumen yang dikembangkan menggunakan instrumen harga diri remaja yang dikembangkan oleh penulis dan telah dilakukan judgemen instrumen oleh dosen ahli Dr. Anne Hafina Adiwinata, M.Pd. Judgement instrumen dilakukan guna

mengetahui tingkat kelayakan secara konstruk, kontekstual, dan kebahasaan sehingga dapat diputuskan apakah item pernyataan memadai atau tidak.

### A. Uji Keterbacaan Instrumen

Uji keterbacaan instrumen harga diri remaja dilakukan pada tujuh remaja SMA Negeri 1 Bandung, dimana uji keterbacaan ini dilakukan agar konteks dalam instrument mampu dipahami oleh peserta didik. Hasilnya, instrumen harga diri remaja ini dapat dipahami dalam segi konteks.

### B. Uji Validitas Instrumen

Uji validitas *rasch model* dilakukan menggunakan dengan bantuan aplikasi *winstep versi 3.73* dengan melihat pada kriteria MNSQ, ZSTD, dan *Pt Mean Corr*. Kriteria yang digunakan untuk memeriksa item yang tidak sesuai sebagai berikut (Bond & Fox, 2015; Sumintono & Widiarso, 2014).

**Tabel 3. 5**  
**Kriteria Validitas Item**

<i>Outfit Mean Square</i> (MNSQ)	$0,5 < \text{MNSQ} < 1,5$
<i>Outfit Z-Standard</i> (ZSTD)	$-2,0 < \text{ZSTD} < +2,0$
<i>Point Measure Correlation</i> (Pt Mean Corr)	$0,4 < \text{Pt Mean Corr} < 0,85$

Item dianggap valid jika memenuhi salah satu kriteria validitas item dan tidak menunjukkan nilai *Pt Mean Corr* negatif. Nilai MNSQ diperlukan untuk menentukan item yang dikembangkan sesuai (*item fit*) dalam mengukur konstruk (*variabel laten*). Nilai ZTSD didasarkan pada nilai MNSQ, sehingga pada analisa nilai *outfit* dimulai dengan menganalisis nilai *outfit* MNSQ. Jika nilai *outfit* MNSQ sudah memenuhi kriteria kesesuaian, maka nilai *outfit* ZSTD dapat diabaikan. Kemudian polarisasi item dilihat dari nilai *Pt Mean Corr*, jika nilainya positif maka dapat dikatakan bahwa item dapat mengukur variabel seharusnya diukur. Berdasarkan kriteria MNSQ, ZSTD, dan *Pt Mean Corr* untuk menguji validitas item, maka diperoleh data validitas item sebagai berikut. Berdasarkan hasil uji validitas menggunakan *rasch model*, sebanyak 33 item memenuhi kriteria validitas

dan 3 item tidak memenuhi kriteria validitas, sehingga item yang digunakan pada penelitian sebanyak 33 item dilampirkan.

### C. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas *rasch model* dilakukan dengan menggunakan bantuan aplikasi *winstep 3.73*. Nilai reliabilitas dapat dilihat berdasarkan kriteria nilai koefisien alpha (*cronbach's alpha*). Drummond et al., (2016) menjelaskan koefisien alpha digunakan ketika item pada tes tidak diberi skor dikotomi. Berikut merupakan kriteria nilai *cronbach's alpha* dan kriteria reliabilitas (Bond & Fox, 2015; Sumintono & Widiarso, 2014).

**Tabel 3. 6**  
**Kriteria Nilai Cronbach's Alpha dan Reliabilitas**

<i>Cronbach's Alpha</i>		Reliabilitas	
Rentang	Kategori	Rentang	Kategori
< 0,5	Buruk	< 0,67	Lemah
0,5 - 0,6	Jelek	0,67-0,8	Cukup
<i>Cronbach's Alpha</i>		Reliabilitas	
0,6 - 0,7	Cukup	0,81-0,9	Bagus
0,7 - 0,8	Bagus	0,91-0,94	Bagus Sekali
> 0,8	Bagus Sekali	>0,94	Istimewa

Pengelompokan *person* dan *item* dapat diketahui dari nilai *separation*. Makin besar nilai *separation* maka kualitas instrumen dalam keseluruhan responden dan item makin bagus, karena dapat mengidentifikasi kelompok responden dan kelompok item. Berikut hasil uji reliabilitas instrumen.

**Tabel 3. 7**  
**Hasil Uji Reliabilitas Instrumen**

No	Deskripsi	Mean	SD	Separation	Reliabilitas	Cronbach Alpha
1	Person	0,47	0,48	1,99	0,80	0,82
2	Item	0,00	0,82	11.39	0,99	

Hasil uji reliabilitas instrumen menunjukkan nilai reliabilitas person sebesar 0,80 berada pada kategori cukup dan reliabilitas item sebesar 0,99 berada pada kategori istimewa. Nilai *alpha cronbach* sebesar 0,82 menunjukkan interaksi antara responden dan item secara keseluruhan berada pada kategori bagus sekali sehingga memenuhi kriteria reliabel.

**Tabel 3. 8**  
**Instrumen Harga Diri Remaja Madya**

ASPEK	INDIKATOR	ITEM		JUMLAH
		FAVOURABLE	UNFAVOURABLE	
<b>Kekuatan</b> <i>(Power)</i>	1. Pengakuan dan rasa hormat yang diterima individu dari orang lain.	9, 31	18, 10	4
	2. Penilaian dari orang lain terhadap sumbangan pendapat/pikiran individu	11, 32	1, 19, 20	5
<b>Keberartian</b> <i>(Significance)</i>	1. Penerimaan berupa penghargaan, perhatian dan kepedulian yang diterima individu dari orang lain.	2, 3, 21	26, 28	5
	2. Popularitas individu di lingkungannya.	15, 36	25, 32	4

ASPEK	INDIKATOR	ITEM		JUMLAH
		FAVOURABLE	UNFAVOURABLE	
<b>Kebajikan</b> ( <i>Virtue</i> )	1. Menaati etika dan moral, serta aturan agama yang dianut.	4, 5, 23	14, 27	5
<b>Kemampuan</b> ( <i>Competence</i> )	1. Kemampuan individu dalam mengerjakan tugas.	24, 30	15, 16	4
	2. Kemampuan individu dalam memecahkan suatu masalah dan mengambil keputusan	8, 17, 25	6, 7, 12	6

### 3.6.2 Observasi

Instrumen yang digunakan selanjutnya ialah observasi dan didapatkan ialah data kualitatif. Observasi dibutuhkan untuk mendeskripsikan profil umum tentang harga diri remaja di SMA Negeri 1 Bandung. Observasi ini digunakan sebagai acuan untuk membuat dasar rancangan konseling naratif guna meningkatkan harga diri remaja madya

**Tabel 3. 9**  
**Pedoman Observasi Harga Diri Remaja Madya**

ASPEK	INDIKATOR
<b>Kekuatan</b> ( <i>Power</i> )	1. Pengakuan dan rasa hormat yang diterima individu dari orang lain.
	2. Penilaian dari orang lain terhadap sumbangan pendapat/pikiran individu
<b>Keberartian</b> ( <i>Significance</i> )	1. Penerimaan berupa penghargaan, perhatian dan kepedulian yang diterima individu dari orang lain.

ASPEK	INDIKATOR
<b>Keberartian</b> ( <i>Significance</i> )	2. Popularitas individu di lingkungannya.
<b>Kebajikan</b> ( <i>Virtue</i> )	1. Menaati etika dan moral, serta aturan agama yang dianut.
<b>Kemampuan</b> ( <i>Competence</i> )	1. Kemampuan individu dalam mengerjakan tugas.
	2. Kemampuan individu dalam memecahkan suatu masalah dan mengambil keputusan

### 3.6.3 Wawancara

Wawancara dilakukan terhadap narasumber yang berkaitan yaitu konseli, guru bimbingan dan konseling, walikelas dan guru mata pelajaran. Wawancara sebelum intervensi dilakukan terhadap peserta didik, guru bimbingan dan konseling, walikelas dan guru mata pelajaran guna tujuan mendapatkan informasi terkait gambaran harga diri remaja madya. Kemudian wawancara juga dilakukan setelah intervensi terhadap konseli. Terakhir, wawancara dilakukan terhadap konseli guna mendeskripsikan perubahan perilaku (dinamika) harga diri remaja madya dengan gejala *self-harm* setelah diberikan intervensi konseling. Pedoman wawancara disusun berdasarkan empat aspek harga diri yaitu aspek *power* (kekuasaan), *significance* (keberartian), *virtue* (kebajikan), dan *competence* (kompetensi) sebagai berikut.

**Tabel 3. 10**  
**Pedoman Wawancara Harga Diri Remaja Madya**

<b>Judul Penelitian</b>	: Konseling Naratif untuk Meningkatkan Harga Diri Remaja Madya dengan Gejala <i>Self-harm</i>	
<b>Interviewer</b>	: Najma Sana Nadhirah H	
<b>Narasumber</b>	: Peserta didik (K, H, G, M, N, A dan F)	
<b>Kelas</b>	: XI SMAN 1 Bandung	
<b>Tempat</b>	: Ruang BK dan Ruang Konseling SMAN 1 Bandung	
<b>Durasi</b>	: 45 menit	
<p>Wawancara dilakukan kepada peserta didik kelas XI sesuai dengan kesepakatan yang sudah dilakukan. Wawancara dilakukan untuk memperoleh data kualitatif mengenai harga diri remaja madya di SMAN 1 Bandung. Pertanyaan wawancara didasarkan kepada empat aspek harga diri yaitu, 1) aspek <i>power</i>; 2) aspek <i>significance</i>; 3) aspek <i>virtue</i>, dan; 4) aspek <i>competence</i>, sesuai dengan kebutuhan penelitian. Berikut ini dipaparkan pedoman wawancara yang dilakukan:</p>		
<b>ASPEK</b>	<b>INDIKATOR</b>	<b>DESKRIPTOR</b>
<b><i>Power</i></b> <b>(kekuatan)</b>	1. Pengakuan dan rasa hormat yang diterima individu dari orang lain.	a. Bagaimana perasaanmu mendapatkan pengakuan dan rasa hormat dari orang lain? b. Bagaimana bentuk pengakuan dan rasa hormat yang pernah kamu terima dari orang lain? c. Bagaimana perasaanmu ketika ada teman sekelasmu yang memanggil mu? d. Bagaimana perasaanmu ketika berbicara di depan kelas?

<b>ASPEK</b>	<b>INDIKATOR</b>	<b>DESKRIPTOR</b>
<b><i>Power</i></b> <b>(kekuatan)</b>	2. Penilaian dari orang lain terhadap sumbangan pendapat/pikiran individu	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Bagaimana bentuk kepedulianmu dengan penilaian orang lain terhadap dirimu?</li> <li>b. Mengapa kamu suka membanding-bandingkan dirimu dengan orang lain?</li> <li>c. Bagaimana cara kamu melakukan yang terbaik dalam berbuat sesuatu?</li> </ul>
<b><i>Significance</i></b> <b>(keberartian)</b>	1. Penerimaan berupa penghargaan, perhatian dan kepedulian yang diterima individu dari orang lain.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Bagaimana pentingnya penghargaan yang kamu dapat dari orang lain?</li> <li>b. Bagaimana perasaanmu ketika mendapatkan penghargaan dan perhatian dari orang sekitarmu?</li> <li>c. Bagaimana bentuk perhatian yang kamu dapatkan dari orang tua mu?</li> </ul>
	2. Popularitas individu di lingkungannya.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Bagaimana perasaanmu apabila jadi pusat perhatian orang lain?</li> <li>b. Bagaimana perasaanmu ketika dapat diandalkan oleh orang lain?</li> <li>c. Bagaimana perasaanmu apabila bertemu dengan orang baru?</li> </ul>



ASPEK	INDIKATOR	DESKRIPTOR
<b><i>Virtue</i></b> <b>(kebajikan)</b>	1. Menaati etika dan moral, serta aturan agama yang dianut.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Bagaimana cara kamu memperhatikan guru di kelas?</li> <li>b. Bagaimana kamu menaati perintah orang tua?</li> <li>c. Bagaimana cara kamu menolak sesuatu yang tidak kamu inginkan?</li> </ul>
<b><i>Competence</i></b> <b>(kompetensi)</b>	1. Kemampuan individu dalam mengerjakan tugas.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Bagaimana usahamu untuk mengerjakan apa yang dapat kamu kerjakan sebaik mungkin?</li> <li>b. Bagaimana cara kamu dalam mengerjakan tugas sekolah mu?</li> </ul>
	2. Kemampuan individu dalam memecahkan suatu masalah dan mengambil keputusan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Bagaimana tujuan hidupmu?</li> <li>b. Bagaimana sikap optimism dalam menyelesaikan suatu permasalahan?</li> <li>c. Bagaimana cara kamu dalam mengambil keputusan</li> <li>d. Bagaimana kamu mendapatkan resiko dari segala keputusan yang sudah kamu ambil?</li> <li>c. Mengapa pengalaman itu penting?</li> </ul>

Selain wawancara pada konseli, dilakukan juga wawancara terhadap guru yaitu guru BK, guru mata pelajaran dan walikelas sebagai dasar perencanaan konseling untuk meningkatkan harga diri remaja madya khususnya bagi konseli dengan gejala *self-harm*. Berikut ini pedoman wawancara untuk guru.

**Tabel 3. 11**  
**Pedoman Wawancara Harga Diri Remaja Madya untuk Guru**

<b>Judul Penelitian</b>	: Konseling Naratif untuk Meningkatkan Harga Diri Remaja Madya dengan Gejala <i>Self-harm</i>	
<b>Interviewer</b>	: Najma Sana Nadhirah H	
<b>Narasumber</b>	: Guru BK (F), Guru Mata Pelajaran (D), dan Walikelas (S, SO)	
<b>Kelas</b>	: XI SMAN 1 Bandung	
<b>Tempat</b>	: Ruang Guru dan Ruang Konseling SMAN 1 Bandung	
<b>Durasi</b>	: 45 menit	
<p>Wawancara dilakukan kepada guru sesuai dengan kesepakatan yang sudah dilakukan. Wawancara dilakukan untuk memperoleh data kualitatif mengenai harga diri remaja madya di SMAN 1 Bandung. Pertanyaan wawancara didasarkan kepada empat aspek harga diri yaitu, 1) aspek <i>power</i>; 2) aspek <i>significance</i>; 3) aspek <i>virtue</i>, dan; 4) aspek <i>competence</i>, sesuai dengan kebutuhan penelitian. Berikut ini dipaparkan pedoman wawancara yang dilakukan:</p>		
<b>ASPEK</b>	<b>INDIKATOR</b>	<b>DESKRIPTOR</b>
<b><i>Power</i> (kekuatan)</b>	1. Pengakuan dan rasa hormat yang diterima individu dari orang lain.	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Bagaimana cara peserta didik berani untuk berbicara didepan kelas?</li> <li>b. Bagaimana perilaku yang ditunjukkan oleh peserta didik saat mereka mendapatkan nilai yang kurang baik?</li> <li>c. Bagaimana peserta didik membutuhkan pengakuan dan penghargaan dari orang lain?</li> </ul>
	2. Penilaian dari orang lain terhadap sumbangan pendapat/pikiran individu	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Bagaimana cara peserta didik memiliki pendirian yang teguh?</li> </ul>

<b>ASPEK</b>	<b>INDIKATOR</b>	<b>DESKRIPTOR</b>
<b>Significance (keberartian)</b>	1. Penerimaan berupa penghargaan, perhatian dan kepedulian yang diterima individu dari orang lain.	a. Bagaimana peserta didik mendapatkan perhatian dari keluarga dan sekitarnya?
	2. Popularitas individu di lingkungannya.	a. Bagaimana peserta didik membanding-mbandingkan diri mereka dengan orang lain?
<b>Virtue (kebajikan)</b>	1. Menaati etika dan moral, serta aturan agama yang dianut.	a. Bagaimana peserta didik memperhatikan Anda saat mengajar di kelas? b. Bagaimana peserta didik berkata jujur saat ia sudah melakukan kesalahan?
<b>Competence (kompetensi)</b>	1. Kemampuan individu dalam mengerjakan tugas.	a. Bagaimana peserta didik mengerjakan tugas-tugas sekolahnya?
	2. Kemampuan individu dalam memecahkan suatu masalah dan mengambil keputusan	a. Bagaimana peserta didik menyelesaikan permasalahannya?

### 3.7 Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian yang dilakukan oleh penulis merujuk pada desain yang diambil dalam penelitian ini yaitu *the embedded design*, merujuk pada tiga tahap inti. Tahap pertama yaitu data kualitatif sebelum intervensi, tahap kedua ialah tahap intervensi dan tahap ketiga ialah data kualitatif setelah intervensi. Tahap pertama bertujuan untuk mendapatkan data kualitatif sebelum intervensi, yang dilakukan

dengan wawancara dan observasi terkait gambaran harga diri peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Bandung secara umum.

Selanjutnya dilakukan tahapan yang kedua yaitu tahap intervensi yang diawali dengan memperoleh data kuantitatif sebelum pengukuran dengan menggunakan skala penilaian berupa kuesioner terhadap seluruh peserta didik kelas XI dan mengarah pada subjek penelitian yang memiliki skor harga diri rendah, memiliki gejala *self-harm* dan membutuhkan intervensi. Setelah itu dilakukannya intervensi konseling naratif yang sebelumnya telah dirancang sesuai dengan kebutuhan. Proses konseling dianalisis sehingga mendapatkan data kualitatif. Kemudian, data kuantitatif setelah intervensi didapatkan dari skala penilaian kuesioner dan dilihat adanya perubahan skor harga diri pada subjek penelitian.

Tahap ketiga bertujuan mendapatkan data kualitatif setelah dilakukannya intervensi dengan cara melakukan wawancara dan observasi. Ketiga tahap diinterpretasi dengan hasil data kualitatif yang didasarkan pada data kuantitatif. Berikut ini dipaparkan rencana program layanan konseling naratif untuk meningkatkan harga diri remaja madya dengan gejala *self-harm*.

### **A. Rasional**

Harga diri adalah evaluasi keseluruhan dari nilai seseorang terhadap dirinya sendiri yang diekspresikan baik dalam positif maupun negatif. Harga diri adalah pusat dari apa yang individu lakukan dengan hidupnya, maka pentingnya harga diri bagi setiap individu terutama remaja dalam hidupnya. Masa remaja ialah masa dimana individu cenderung untuk mengeksplorasi identitasnya dan meningkatkan pemahaman dirinya terkait harga diri (Tavakoli, dll., 2014). Harga diri yang rendah pada remaja diidentifikasi sebagai salah satu penyebab berbagai masalah yang dihadapi remaja saat ini (Widianti, 2021).

Ketika harga diri pada masa remaja diabaikan, aspek penting lainnya pun akan terabaikan, karena 1) harga diri dan ciri kepribadian lainnya tidak sepenuhnya merupakan konstruksi yang stabil tetapi secara sistematis berubah, sepanjang umur terutama selama masa remajanya; 2) perubahan pasti mempengaruhi kehidupannya, dan; 3) kelenturan harga diri dan ciri-ciri kepribadian memungkinkan untuk program intervensi dalam konstruksi ini

(Steiger et al., 2014). Maka penting bagi remaja untuk memiliki harga diri tinggi agar mampu menyelesaikan segala permasalahan dan tantangan dalam hidupnya, seperti prestasi akademik, kepuasan fisik, penyesuaian psikologis dan hubungan social, karena harga diri yang tinggi pada remaja membantu individu meningkatkan kualitas mereka dalam ekspresi diri, realisasi diri dan penegasan diri (Stoycheva & Koinova, 1992).

Bentuk upaya untuk meningkatkan harga diri remaja ialah dengan pemberian layanan Bimbingan dan Konseling. Khususnya bagi remaja yang memiliki harga diri rendah, berdasarkan beberapa hasil penelitian efektif dengan bantuan kuratif yaitu diberikannya layanan konseling.

## **B. Deskripsi Kebutuhan**

Remaja madya yang memiliki harga diri rendah masih menjadi perhatian khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling. Ketika harga diri pada masa remaja diabaikan, aspek penting lainnya pun akan terabaikan. Remaja yang memiliki harga diri rendah akan lebih mudah mengalami depresi, mereka merasa diri mereka tidak berharga, tidak kompeten, bahkan sampai kepada menyakiti diri mereka sendiri (Orth & Robins, 2013). Berdasarkan hasil pengolahan instrumen harga diri diperoleh bahwa remaja madya dengan kategori rendah sebanyak 46 orang.

**Tabel 3. 12**  
**Deskripsi Kebutuhan Harga Diri Rendah pada Remaja Madya**  
**di SMA Negeri 1 Bandung**

<b>ASPEK</b>	<b>INDIKATOR</b>	<b>KATEGORI</b>	<b>KEBUTUHAN REMAJA MADYA</b>
<b>Kekuatan (Power)</b>	1. Pengakuan dan rasa hormat yang diterima individu dari orang lain.	Rendah	a. Kemampuan untuk mengatur dan mengontrol tingkah laku. b. Kemampuan berbicara di depan kelas. c. Kepercayaan diri yang tinggi.
	2. Penilaian dari orang lain terhadap sumbangan pendapat/pikiran individu	Rendah	a. Keyakinan bahwa dirinya berharga. b. Memiliki konsep diri positif.
<b>Keberartian (Significance)</b>	1. Penerimaan berupa penghargaan, perhatian dan kepedulian yang diterima individu dari orang lain.	Rendah	a. Memiliki perasaan rendah hati. b. Keyakinan dicintai dan dihargai.
	2. Popularitas individu di lingkungannya.	Rendah	a. Memiliki sikap yang baik dalam berinteraksi dengan orang lain.

ASPEK	INDIKATOR	KATEGORI	KEBUTUHAN REMAJA MADYA
<b>Kebajikan</b> ( <i>Virtue</i> )	1. Menaati etika dan moral, serta aturan agama yang dianut.	Rendah	a. Pemahaman bahwa segala etika, moral dan aturan yang ada wajib untuk ditaati. b. Pemahaman memilih mana yang benar dan mana yang salah atau mana yang boleh dan mana yang tidak boleh. c. Kesiapan untuk mendapatkan resiko dari kesalahan yang telah diperbuat.
<b>Kompetensi</b> ( <i>Competence</i> )	1. Kemampuan individu dalam mengerjakan tugas.	Rendah	a. Kemampuan mengerjakan tugas dan memenuhi kewajiban. b. Keyakinan akan kompetensi yang dimiliki.
	2. Kemampuan individu dalam memecahkan suatu masalah dan mengambil keputusan.	Rendah	a. Kemampuan mengambil keputusan yang tepat. b. Kemampuan untuk berpikir rasional dalam menghadapi tantangan hidup. c. Memiliki resiliensi yang tinggi.

Deskripsi kebutuhan di atas diharapkan dapat terpenuhi dengan diberikannya konseling naratif, sehingga remaja madya memiliki harga diri yang tinggi.

#### D. Tujuan Layanan

Tujuan konseling naratif untuk meningkatkan harga diri remaja madya dengan pengalaman *self-harm*, sebagai berikut.

1. Pada aspek kekuatan (*power*) secara umum memiliki tujuan remaja menerima pengakuan, rasa hormat dan penilaian dari orang lain

terhadap sumbangan pendapat atau pikiran remaja. Berikut ini dipaparkan tujuan secara khusus.

- a. Memiliki kemampuan untuk mengatur dan mengontrol tingkah laku.
  - b. Memiliki kemampuan untuk berbicara di depan kelas.
  - c. Memiliki kepercayaan diri yang tinggi.
  - d. Memiliki keyakinan bahwa dirinya berharga.
  - e. Memiliki konsep diri positif.
2. Pada aspek keberartian (*significance*) secara umum memiliki tujuan remaja menerima penghargaan, perhatian dan kepedulian dari orang lain serta memiliki popularitas di lingkungannya. Berikut ini dipaparkan tujuan secara khusus.
- a. Memiliki perasaan rendah hati.
  - b. Memiliki keyakinan dirinya dicintai dan dihargai.
  - c. Memiliki sikap yang baik dalam berinteraksi dengan orang lain.
  - d. Memiliki keyakinan bahwa setiap individu memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing.
3. Pada aspek kebajikan (*virtue*) secara umum memiliki tujuan mampu menaati etika, moral serta aturan agama yang dianut. Berikut ini dipaparkan tujuan secara khusus.
- a. Memiliki pemahaman bahwa segala etika, moral, dan aturan yang ada wajib untuk ditaati.
  - b. Dapat memilih mana yang benar dan mana yang salah atau mana yang boleh dan mana yang tidak boleh.
  - c. Memiliki kesiapan untuk mendapatkan resiko dari kesalahan yang telah diperbuat.
4. Pada aspek kompetensi (*competence*) secara umum memiliki tujuan memiliki kemampuan dalam mengerjakan tugas dan memecahkan suatu masalah serta mengambil keputusan. Berikut ini dipaparkan tujuan secara khusus.
- a. Memiliki kemampuan mengerjakan tugas dan memenuhi kewajiban.
  - b. Memiliki keyakinan akan kompetensi yang dimiliki.
  - c. Memiliki kemampuan untuk mengambil keputusan yang tepat.



- d. Memiliki kemampuan untuk berpikir rasional dalam menghadapi tantangan hidup.
- e. Memiliki resiliensi yang tinggi.
- f. Menyalurkan kebiasaan buruk pada aktivitas lain yang lebih sehat dan produktif.

### **E. Sasaran**

Sasaran dalam penelitian ini ialah tiga remaja madya yang memiliki harga diri rendah ditunjukkan dengan skor rendah pada *baseline* serta pengalaman *self-harm* yang didukung dengan hasil observasi dan wawancara. Proses pemilihan konseli juga didasarkan pada level pengalaman *self-harm* yang dilakukan, yaitu terdiri dari 3 kategori level berdasarkan bentuk *self-harm* yang dilakukan yaitu.

- Sering melakukan *self-cutting*, melontarkan kata-kata kasar pada diri sendiri, dan menjambak rambut.
- Sering melakukan *self-cutting*, melontarkan kata-kata kasar pada diri sendiri, menjambak rambut, menusuk jari tangan dengan jarum dan memukul tangan ke tembok.
- Sangat sering melakukan *self-cutting*, melontarkan kata-kata kasar pada diri sendiri, menjambak rambut, menusuk jari tangan dengan jarum, memukul tangan ke tembok dan menggores luka yang masih basah mengeluarkan darah lagi.

Berikut ini dipaparkan profil ketiga remaja yang memiliki harga diri rendah dan ditunjukkan dengan skor rendah pada *baseline* serta gejala *self-harm* sesuai dengan kategori level tersebut.

## 1. Profil Konseli N

**Tabel 3. 13**  
**Profil Harga Diri Konseli N (baseline)**

<b>Indikator Harga Diri</b>	<b>A1</b>	<b>A2</b>
Pengakuan dan rasa hormat yang diterima individu dari orang lain.	19	18
Penilaian dari orang lain terhadap sumbangan pendapat/pikiran individu	12	10
Penerimaan berupa penghargaan, perhatian dan kepedulian yang diterima individu dari orang lain.	13	14
Popularitas individu di lingkungannya.	12	11
Menaati etika dan moral, serta aturan agama yang dianut.	16	17
Kemampuan individu dalam mengerjakan tugas.	11	10
Kemampuan individu dalam memecahkan suatu masalah dan mengambil keputusan	16	18
<b>Skor Total Harga Diri</b>	<b>99</b>	<b>98</b>

Tabel 3.13 di atas merupakan profil harga diri konseli N berdasarkan aspek *power*, *significance*, *virtue* dan *competence*. Konseli N memiliki skor pada kategori rendah dengan rata-rata baseline ( $X = 98,5$ ). Harga diri rendah artinya konseli N cenderung tidak menerima diri sendiri sebagaimana adanya karena ia merasa bahwa dirinya tidak berharga baik untuk dirinya maupun untuk orang lain. Konseli N juga cenderung memiliki konsep diri negatif dan resiliensi yang negatif. Hal ini sejalan dengan wawancara yang didapatkan dengan konseli, bahwa konseli sering merasa dirinya tidak berharga untuk orang-orang terutama kedua orang tuanya, konseli mengatakan:

*“Ngga tau yah bu, tapi kalau aku mah ngerasa emang ga berharga aja tuh karena buktinya mereka suka nya marahin aku terus gitu. Kalau mau diitung antara disayang sama dimarahin, lebih banyak dimarahinnya. Kan kalau aku berharga harusnya mereka kasian sama aku terus tau kalau aku tuh sakit hati kalau dimarahin terus harusnya mereka ngga marahin aku tapi ini kan sebaliknya. Dan aku juga udah ngerasa maksimal gitu kaya misal belajar, nilai yang aku dapet di raport itu udah usaha berat aku tapi tetep dimarahin berarti kan emang aku ga berharga.”*

Dari perkataan N di atas, itu cenderung menunjukkan bahwa ia merasa dirinya tidak berharga. Konseli N memiliki harga diri rendah terutama pada aspek *power* dan *significance*, dimana konseli N cenderung tidak mendapatkan pengakuan dari orang lain, dan tidak menerima penghargaan, perhatian maupun kepedulian.

Konseli N pernah melakukan *self-harm*, bahkan cenderung masih sering melakukan sampai sekarang. Dari wawancara yang didapatkan, konseli sering melakukan *self-harm*. Perilaku *self-harm* yang paling banyak dilakukan konseli N ialah *self-cutting*, melontarkan kata-kata kasar pada diri sendiri dan menjambak rambut, menusuk jari dengan jarum, dan memukul tangan ke tembok. Bahkan juga pernah membenturkan kepala ke tembok. Biasanya konseli N menyayat tangannya ketika ia sedang sendiri atau tidak ada orang lain di sekitarnya, yaitu dengan melakukannya di kamar. Konseli N cenderung sering melakukan *self-harm* terutama menyayat tangan, pertama kali ia lakukan saat ia duduk di kelas VII di Pesantren dan masih terus berlanjut sampai sekarang di SMA. Konseli N melakukan *self-harm* ketika orang tuanya memarahinya, atau bahkan saat orang tuanya selesai memukulnya, konseli langsung masuk ke kamar dan menyayat tangannya. Dari hasil wawancara yang dilakukan, konseli mengatakan:

*“Biasanya aku ngelakuin ini ya nge cutting kalau misal mereka abis marahin aku mukul aku, kaya yaudah sekalian aja nyiksanya gitu. Tapi sih bu gini tuh ga sakit, justru kaya bikin tenang aja. Aku jarang nangis kalau abis mereka marahin, tapi aku lebih ke kaya frustrasi aja tapi ga sampe nangis, jadi nge cutting cara aku biar aku jadi tenang. Mungkin orang kalau sedih nangis, kalau aku ngga. Aku kalau sedih ya cutting gitu.”*

Dari perkataan tersebut, konseli melakukan *self-harm* karena ia merasa bahwa dengan *self-cutting* membuat dirinya tenang. Konseli juga melepaskan semua tekanan emosional yang menumpuk pada dirinya, dan mampu mengurangi kecemasan, frustrasi serta kemarahan dan emosi yang berlebih pada dirinya, atau dikenal dengan *self harm as affect regulation*. Konseli juga melakukan *self-harm* sebagai hukuman karena ia tidak bisa memenuhi

ekspektasi kedua orang tuanya, tidak bisa menyamakan kepintarannya dengan kakaknya maka *self-harm as punishment*. Setelah mendapatkan persetujuan, didapatkan kesepakatan untuk melakukan sesi konseling.

## 2. Profil Konseli A

**Tabel 3. 14**  
**Profil Harga Diri Konseli A (baseline)**

<b>Indikator Harga Diri</b>	<b>A1</b>	<b>A2</b>
Pengakuan dan rasa hormat yang diterima individu dari orang lain.	11	10
Penilaian dari orang lain terhadap sumbangan pendapat/pikiran individu	15	14
Penerimaan berupa penghargaan, perhatian dan kepedulian yang diterima individu dari orang lain.	12	10
Popularitas individu di lingkungannya.	11	11
Menaati etika dan moral, serta aturan agama yang dianut.	16	18
Kemampuan individu dalam mengerjakan tugas.	13	12
Kemampuan individu dalam memecahkan suatu masalah dan mengambil keputusan	16	16
<b>Skor Total Harga Diri</b>	<b>94</b>	<b>91</b>

Tabel 3.14 di atas merupakan profil harga diri konseli A berdasarkan aspek *power*, *significance*, *virtue* dan *competence*. Konseli A memiliki skor pada kategori rendah dengan rata-rata baseline ( $X = 92,5$ ). Harga diri rendah artinya konseli A cenderung tidak menerima diri sendiri sebagaimana adanya karena ia merasa bahwa dirinya tidak berharga baik untuk dirinya maupun untuk orang lain. Konseli A juga cenderung memiliki konsep diri negatif dan resiliensi yang negatif. Hal ini sejalan dengan wawancara yang didapatkan dengan konseli, bahwa konseli sering merasa dirinya tidak berharga untuk ayahnya, konseli mengatakan:

*“Aku ngerasa kaya buat apa aku hidup gitu bu, ayah kaya yang benci banget gitu sama aku. Apalagi kalau misalnya aku udah ketemu Ibu ayah pasti marah terus diemin aku sampe berhari-hari. Padahal kan*

*aku ga sering banget ketemu Ibu juga terus kalau ketemu cuma sebentar aja tapi ayah aku marahnya kaya gimana gitu gede banget..”*

Dari perkataan A di atas, konseli A merasa bahwa dirinya tidak mendapatkan pengakuan dan itu merasa dirinya tidak berharga, seperti data yang didapatkan bahwa konseli A memiliki skor rendah pada aspek *significance* indikator penerimaan berupa penghargaan, perhatian, dan kepedulian yang diterima individu dari orang lain. Dari perkataan A juga ia cenderung merasa sedih dengan sikap yang ditunjukkan oleh ayahnya sebagaimana skor yang didapat pada aspek *power* indikator pengakuan dan rasa hormat yang diterima individu dari orang lain rendah.

Konseli A pernah melakukan *self-harm*, bahkan cenderung masih sering melakukan sampai sekarang. Dari wawancara yang didapatkan, konseli sering melakukan *self-harm*. Perilaku *self-harm* yang paling banyak dilakukan konseli A ialah *self-cutting*, melontarkan kata-kata kasar pada diri sendiri dan menjambak rambut. Biasanya konseli A menyayat tangannya ketika ia sedang sendiri atau tidak ada orang lain di sekitarnya, yaitu dengan melakukannya di kamar. Konseli A melakukan *self-harm* pertama saat ia berada di bangku kelas VII dan masih terus berlanjut sampai sekarang di SMA. Konseli A melakukan *self-harm* dulu saat orang tuanya bercerai, kemudian saat awal awal ia berpisah dengan kedua orang tua nya dimana sang ibu dan ayah yang tidak tinggal lagi dengannya sehingga konseli A harus tinggal dengan keluarga bibinya, dan terus berlangsung sampai A ada di bangku SMA terutama saat kelas XI dimana ayahnya sering marah besar karena konseli bertemu dengan ibunya secara diam-diam namun ketahuan. Dari wawancara yang di dapat dengan konseli A, ia mengatakan:

*“Aku ngelakuin ini karena biasanya aku sedih banget terus gaada siapa siapa yang bisa aku mintain tolong maksudnya kaya buat cerita gitu jadi setidaknya rasa frustrasi aku kaya sedikit keredam.. terus aku ngelakuin ini karena aku udah dimarahin ayah sebagai hukuman, aku juga harus ngehukum aku sendiri, jangan ayah aja”*

Dari perkataan yang disampaikan konseli A, ia melakukan *self-harm* karena dengan *self-harm* ia merasa bahwa dirinya tenang, ia juga melepaskan semua tekanan emosional yang menumpuk pada dirinya, dan mampu

mengurangi kecemasan, frustrasi serta kemarahan dan emosi yang berlebihan pada dirinya atau dikenal dengan *self-harm as affect regulation*. Selain itu, ayahnya selalu marah jika konseli bertemu dengan ibunya secara diam-diam, diluar itu ayahnya tidak pernah marah untuk nilai yang kurang bagus, untuk sikapnya di rumah ayahnya tidak pernah memarahinya. Tapi jika ia bertemu dengan ibu ayahnya pasti marah bahkan sampai melakukan *silent treatment* pernah paling lama sampai hampir satu bulan lamanya. Maka konseli merasa bahwa memang ayahnya marah karena konseli A salah makai a melakukan *self-harm* sebagai bentuk hukuman yang bisa ia berikan untuk dirinya sendiri atau dikenal dengan *self-harm as punishment*. Setelah itu konseli bersedia untuk mengikuti sesi konseling dan membuat jadwal kesepakatan.

### 3. Profil Konseli F

**Tabel 3. 15**  
**Profil Harga Diri Konseli F (baseline)**

<b>Indikator Harga Diri</b>	<b>A1</b>	<b>A2</b>
Pengakuan dan rasa hormat yang diterima individu dari orang lain.	13	13
Penilaian dari orang lain terhadap sumbangan pendapat/pikiran individu	13	13
Penerimaan berupa penghargaan, perhatian dan kepedulian yang diterima individu dari orang lain.	16	16
Popularitas individu di lingkungannya.	10	10
Menaati etika dan moral, serta aturan agama yang dianut.	16	15
Kemampuan individu dalam mengerjakan tugas.	13	15
Kemampuan individu dalam memecahkan suatu masalah dan mengambil keputusan	16	16
<b>Skor Total Harga Diri</b>	<b>97</b>	<b>98</b>

Tabel 3.15 di atas merupakan profil harga diri konseli F berdasarkan aspek *power*, *significance*, *virtue* dan *competence*. Konseli F memiliki skor pada kategori rendah dengan rata-rata baseline ( $X = 97,5$ ). Harga diri rendah artinya konseli F cenderung tidak menerima diri sendiri sebagaimana adanya

karena ia merasa bahwa dirinya tidak berharga baik untuk dirinya maupun untuk orang lain. Konseli F juga cenderung memiliki konsep diri negative dan resiliensi yang negatif. Hal ini sejalan dengan wawancara yang didapatkan dengan konseli, bahwa konseli sering merasa dirinya tidak berharga untuk teman-temannya karena ia merasa bahwa teman-temannya datang saat mereka butuh saja, giliran konseli F yang butuh tidak ada teman-teman yang membantunya, konseli mengatakan:

*“Gatau yah bu jadi kalau..misal nih ya bu aku kan kaya butuh saran cepet gitu jadi kan aku WA misal ke si A, nah tapi A ga bales-bales padahal dia online. Terus kan di Instagram juga suka ada gening ya Bu kaya lastseen di WA gitu kan nah si A ini teh aktif gitu Bu malah dia buat story juga di second ig nya tapi ai WA aku ga dibales-bales. Dan ini teh ga sekali aja Bu, dia gini udah beberapa kali sering banget jadi pas ketemu baru aku bilang terus dia bilang kaya chatnya tenggelam. Tapi giliran pas dia butuh aja ke aku teh nge P P P gitu Bu terus aku gabales dikit juga misal aku lagi apa dia suka nyuruh cepet bales kadang reply story aku juga. Terus dia juga kaya ngomongin aku gitu di sirkel dia yang satu lagi kaya ngejelekin aku, nah tapi tuh bu aku jadi ngerasa kaya apa iya gitu ya aku gitu. Maksudnya gitu ke yang temen aku bilang ke sirkel satunya”*

Dari perkataan F di atas, F merasa bahwa temannya hanya datang padanya saat mereka butuh saja, giliran konseli F butuh temannya tidak membantunya. Hal ini selaras sebagaimana skor rendah yang F dapatkan pada aspek *power* indikator penilaian dari orang lain terhadap sumbangan pendapat atau pikiran individu, dimana penilaian dari temannya membuatnya merasa dirinya tidak dibutuhkan dan tidak berguna karena pendapat temannya sangat mempengaruhinya.

Konseli F pernah melakukan *self-harm*, bahkan cenderung masih sangat sering melakukan sampai sekarang. Dari wawancara yang didapatkan, konseli sangat sering melakukan *self-harm*. Perilaku *self-harm* yang paling banyak dilakukan konseli F ialah *self-cutting*, melontarkan kata-kata kasar pada diri sendiri, menjambak rambut, menusuk jari tangan dengan jarum, memukul tangan ke tembok dan menggores luka yang masih basah agar mengeluarkan darah lagi. Konseli F bisa melakukan *self-harm* dimana pun, bahkan saat di sekolah ia pergi ke toilet untuk menyayat atau menggores luka

di tangan. Konseli F melakukan *self-harm* sejak ia kelas VIII SMP sampai ia duduk di bangku SMA dan masih terus ia lakukan bahkan tiap bulan tidak pernah tidak ia lakukan. Dari wawancara yang di dapat dengan konseli F, ia mengatakan :

*“Aku biasanya gini kalau misal kaya aku lagi sedih aja hehehe.... Ngga tau ya bu aku suka nangis tapi juga tetep harus ngelakuin ini hehe kaya ya liatin kalau aku tuh emang sesakit itu gitu. Kalau ngga kaya kurang tenang aja gitu ke aku nya seneng gitu gatau kenapa bu, terus ya kalau ini berdarah paling sebentar aja nanti juga berenti dan cepet sembuhnya. Kalau sakit di hati kan ga bisa sembuh bu hehehe, tapi kalau sakit ini bisa.”*

Dari perkataan yang disampaikan konseli F, ia melakukan *self-harm* ia cenderung merasa dirinya lemah dibandingkan orang lain terutama temannya. Dari perkataan yang disampaikannya cenderung terlihat *self-harm* ia lakukan sebagai bentuk *affect regulation*, *self-punishment*, *self-care*, *feeling generation*, *anti-suicide*, *sensation seeking*, *toughness*, *marking distress*, dan *outcoming*. Setelah itu konseli bersedia untuk melakukan sesi konseling dengan konselor dan mengatur jadwal bersama.

## **F. Tahapan Konseling Naratif**

Terdapat tujuh tahapan konseling naratif yang didasarkan pada pendekatan naratif (Payne, 2006) dan didasarkan pada struktur Model Transteoritis (TTM) sebagai perspektif perkembangan perubahan, yaitu 1) *Tells the story and listening to the problem-saturated*; 2) *Naming and externalizing the problem*; 3) *Relative influence questioning as a detecting clues to competence*; 4) *Deconstructions of unique outcomes*; 5) *Remembering as alternative stories*; 6) *Metaphors for re-authoring*, dan; 7) *Documenting the evidence as a therapeutic document*.

## **G. Action Plan**

Jumlah sesi konseling tergantung pada tingkat permasalahan yang dimiliki oleh konseli. Setiap konseli akan mendapatkan penerapan konseling naratif yang berbeda – beda yang didasarkan pada kedalaman harga diri yang dimiliki



yang didasarkan pada 4 aspek harga diri yaitu *power*, *significance*, *virtue* dan *competence*, serta melihat pada 3 kategori bentuk perilaku *self-harm* yang dilakukan. Namun pada dasarnya konseling naratif ini bersifat singkat dan tahapannya menyesuaikan kebutuhan, sehingga dalam penelitian ini dilakukan 5 sesi dilampirkan *action plan*.

## H. Evaluasi

Evaluasi dilakukan setiap pertemuan setelah intervensi konseling yang dilakukan dengan diberikannya lembar evaluasi pada konseli yang berisi beberapa pertanyaan yang perlu mereka jawab dan dianalisis di setiap pertemuannya.

### 3.8 Teknik Analisis Data

#### 3.8.1 Kategori Data

Kategori data dibagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Kategori data dilakukan dengan menggunakan skor aktual, karena penelitian bertujuan untuk mengetahui suatu populasi bukan untuk generalisasi pendalaman pada penelitian pada konseptual variabel. Berikut ini rumus untuk skor aktual.

**Tabel 3. 16**  
**Rumus Skor Aktual**

No	Rentang Skor	Kategori
1	$X > (\text{Mean} + 1,0 \text{ SD})$	Tinggi
2	$(\text{Mean} - 1,0 \text{ SD}) < X < (\text{Mean} + 1,0 \text{ SD})$	Sedang
3	$X < (\text{Mean} - 1,0 \text{ SD})$	Rendah

Setelah dilakukannya perhitungan dengan mengacu pada rumus skor actual di atas, didapatkan hasil sebagai berikut.

**Tabel 3. 17**  
**Skor Gambaran Umum**

No	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi
1	$X > 124$	Tinggi	40
2	$101 \leq X \leq 124$	Sedang	212
3	$X < 101$	Rendah	46

Berikut ini interpretasi harga diri remaja madya dalam setiap kategori tinggi, sedang dan rendah sebagai berikut.

**Tabel 3. 18**  
**Interpretasi Kategori Harga Diri Remaja**

No.	Kategori	Interpretasi
1.	Tinggi	Pada kategori tinggi, peserta didik dapat a) menerima diri sendiri sebagaimana adanya karena merasa bahwa dirinya berharga; b) memiliki kondisi pribadi yang positif berupa sikap yang baik dalam berinteraksi dengan orang lain; c) memiliki konsep diri positif, dan; d) memiliki resiliensi yang tinggi.
2.	Sedang	Pada kategori sedang, peserta didik dapat a) merasa cukup menerima diri sendiri sebagaimana adanya karena merasa bahwa dirinya cukup berharga; b) cukup memiliki kondisi pribadi yang positif berupa sikap yang baik dalam berinteraksi dengan orang lain; c) cukup memiliki konsep diri positif, dan; d) memiliki resiliensi yang cukup tinggi.
3.	Rendah	Pada kategori rendah, peserta didik dapat a) cenderung tidak menerima diri sendiri sebagaimana adanya karena merasa bahwa dirinya tidak berharga; b) memiliki kondisi pribadi yang cenderung negatif berupa sikap yang tidak baik dalam berinteraksi dengan orang lain; c) memiliki konsep diri negatif, dan; d) memiliki resiliensi yang rendah.