



*Lampiran 1. Instrumen Konsep Diri*

**INSTRUMEN KONSEP DIRI**



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING  
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN PSIKOLOGI DAN BIMBINGAN  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
SINGARAJA  
2023**

## GRAND TEORI, KISI-KISI, DAN KUESIONER KONSEP DIRI

### 1. Definisi Konsep Diri

Dalam kamus besar bahasa Indonesia istilah “konsep” memiliki arti gambaran, proses atau hal-hal yang digunakan oleh akal budi untuk memahami sesuatu. Istilah “diri” berarti bagian-bagian dari individu yang terpisah dari yang lain. Konsep diri dapat diartikan sebagai gambaran seseorang mengenai dirinya sendiri atau penilaian terhadap dirinya sendiri. (Handayani, 2016)

Mead (dalam Novilita Hairina, 2013) menjelaskan konsep diri sebagai pandangan, penilaian, dan perasaan individu mengenai dirinya yang timbul sebagai hasil dari suatu interaksi sosial

Djaali (dalam Ranny, 2017) menyatakan “Konsep diri merupakan bayangan seseorang tentang keadaan dirinya sendiri pada saat ini dan bukanlah bayangan ideal dirinya sendiri sebagaimana yang diharapkan atau yang disukai oleh orang bersangkutan”.

Menurut Hurlock (dalam Ranny, 2017) Konsep diri merupakan pengertian dan harapan seseorang mengenai diri sendiri yang di cita-citakan atau yang diharapkan dan bagaimana dirinya dalam realitas yang sesungguhnya, baik secara fisik maupun psikologis.

Menurut Santrock (dalam Ranny, 2017) menyebutkan Konsep diri merupakan suatu evaluasi diri terhadap segala lingkup perubahan diri. Remaja bisa mengevaluasi dirinya berdasarkan bagaimana hidupnya, penampilannya, akademiknya, dan sebagainya.

Sudjiwanati (dalam Masela, 2019), konsep diri merupakan produk sosial dan terbentuk dalam proses interaksi sosial yang selanjutnya berkembang dan berubah melalui interaksi sosial juga konsep diri tumbuh dari hubungan antara anak dengan orang lain terutama orang-orang yang berarti dalam hidup (significant others) dalam hidup anak, seperti teman, guru, dan orang tua, guru perlu memperhatikan penyesuaian diri anak, karena pola perilaku dan sikap yang tertanam pada anak cenderung menetap dan akan meninggalkan ciri pada konsep diri mereka.

Maka dapat disimpulkan bahwa Konsep Diri adalah sebuah gambaran atau penilaian dari seseorang terhadap dirinya sendiri yang meliputi aspek fisik dan aspek psikologi. Aspek psikologi meliputi kemampuan akademik dan kemampuan sosial.

## 2. Definisi Operasional

Konsep diri adalah skor yang diperoleh siswa dari responnya terhadap kuesioner konsep diri yang meliputi aspek fisik dan psikologis. Aspek psikologis meliputi kemampuan akademik dan kemampuan sosial

## 3. Pemberian Alternatif Jawaban

Pertanyaan	Sangat Sesuai (SS)	Sesuai (S)	Kurang Sesuai (KS)	Sangat Tidak Sesuai (STS)
<i>Favorable</i>	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i>	1	2	3	4

#### 4. Kisi – Kisi Kuesioner Konsep Diri

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor Item Favorable	Nomor Item Unfavorable	Jumlah Item
Konsep Diri	Fisik	Penilaian seseorang terhadap penampilan fisik	2,3	1,4	4
		Penilaian seseorang terhadap kekuatan fisik	15,29	16,21	4
		Penilaian seseorang terhadap kesehatan fisiknya	9,17	18,30	4
	Psikologis: 3. Akademik	Penilaian seseorang terhadap kemampuan akademiknya secara umum	5,8,10,11,12	6,7,13,14,23	10
	4. Sosial	Penilaian seseorang terhadap kemampuan persahabatan baru	19	20	2
		Penilaian seseorang terhadap kemampuan berkomunikasi dengan orang lain	28	27	2
		Kemampuan seseorang dalam mempertahankan persahabatan	24,26	22,25	4

## 5. Butir-Butir Kuesioner

No.	Pernyataan	Jawaban			
		Sangat Sesuai	Sesuai	Kurang Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
1.	Saya merasa diri saya jelek				
2.	Saya merasa cantik/ganteng				
3.	Saya merasa selalu berpenampilan rapi dan bersih				
4.	Saya tidak merasa berpenampilan rapi dan bersih				
5.	Saya merasa diri saya pintar				
6.	Saya merasa bodoh				
7.	Saya lambat dalam hal belajar				
8.	Saya pintar dalam hal menghitung				
9.	Saya merasa sehat dan bugar				
10.	Saya aktif mengikuti pembelajaran di sekolah				
11.	Saya selalu mendapatkan nilai yang bagus dalam pembelajaran				
12.	Saya lebih suka menghafal dibandingkan menghitung				
13.	Saya tidak pernah aktif mengikuti pembelajaran di sekolah				
14.	Saya selalu mendapat nilai di bawah rata-rata				
15.	Saya merasa lebih kuat dibandingkan teman-teman saya				



16.	Saya merasa diri saya lemah				
17.	Saya jarang sakit				
18.	Saya merasa sangat mudah sakit				
19.	Saya mampu berbaur dengan orang baru				
20.	Saya lebih senang menyendiri				
21.	Saya mudah pingsan jika berdiri terlalu lama				
22.	Saya susah memiliki teman baru				
23.	Saya kesulitan dalam memahami materi pembelajaran				
24.	Saya mampu mempertahankan pertemanan saya				
25.	Saya hanya memiliki satu teman saja				
26.	Saya memiliki teman masa kecil				
27.	Saya merasa takut dan malu saat ingin mengajak seseorang berbicara				
28.	Saya pandai dalam hal berkomunikasi dengan orang lain				
29.	Saya tidak mudah merasa lelah				
30.	Saya sering merasa lelah				

Lampiran 2. Lembar Penilaian Judges

**LEMBAR PENILAIAN PAKAR (UJI JUDGES)**

**Instrumen : Konsep Diri**

**Nama Pakar : Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd.**

No. Butir	Respon Judges (✓)		Saran / Komentar
	Relevan	Tidak Relevan	
1	✓		
2	✓		
3	✓		
4	✓		
5	✓		
6	✓		
7	✓		
8	✓		
9	✓		
10	✓		
11	✓		
12	✓		
13	✓		
14	✓		
15	✓		
16	✓		
17	✓		
18	✓		
19	✓		
20	✓		
21	✓		
22	✓		
23	✓		
24	✓		
25	✓		
26	✓		
27	✓		
28	✓		
29	✓		
30	✓		

Singaraja, 18 April 2023



Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd.,M.Pd.  
NIP.198605192008122003



**LEMBAR PENILAIAN PAKAR (UJI JUDGES)**

**Instrumen : Konsep Diri**

**Nama Pakar : Kadek Ari Dwiarwati, S.Pd., M.Pd.**

No. Butir	Respon Judges (✓)		Saran / Komentar
	Relevan	Tidak Relevan	
1	✓		
2	✓		
3	✓		
4	✓		
5	✓		
6	✓		
7	✓		
8	✓		
9	✓		
10	✓		
11	✓		
12	✓		
13	✓		
14	✓		
15	✓		
16	✓		
17	✓		
18	✓		
19	✓		
20	✓		
21	✓		
22	✓		
23	✓		
24	✓		
25	✓		
26	✓		
27	✓		
28	✓		
29	✓		
30	✓		

Singaraja, 18 April 2023



Kadek Ari Dwiarwati, S.Pd., M.Pd.  
NIP.199202162019032021

**LEMBAR PENILAIAN PAKAR (UJI JUDGES)**

**Instrumen : Konsep Diri**

**Nama Pakar : Kade Sathya Gita Rismawan, M.Pd.**

No. Butir	Respon Judges (✓)		Saran / Komentar
	Relevan	Tidak Relevan	
1	✓		
2	✓		
3	✓		
4	✓		
5	✓		
6	✓		
7	✓		
8	✓		
9	✓		
10	✓		
11	✓		
12	✓		
13	✓		
14	✓		
15	✓		
16	✓		
17	✓		
18	✓		
19	✓		
20	✓		
21	✓		
22	✓		
23	✓		
24	✓		
25	✓		
26	✓		
27	✓		
28	✓		
29	✓		
30	✓		

Singaraja, 18 April 2023

Kade Sathya Gita Rismawan, M.Pd  
NIP.199012042022031006

## Lampiran Uji Validitas Pakar

<b>No.</b>	<b>Pakar 1</b>	<b>Pakar 2</b>	<b>Pakar 3</b>
1	Relevan	Relevan	Relevan
2	Relevan	Relevan	Relevan
3	Relevan	Relevan	Relevan
4	Relevan	Relevan	Relevan
5	Relevan	Relevan	Relevan
6	Relevan	Relevan	Relevan
7	Relevan	Relevan	Relevan
8	Relevan	Relevan	Relevan
9	Relevan	Relevan	Relevan
10	Relevan	Relevan	Relevan
11	Relevan	Relevan	Relevan
12	Relevan	Relevan	Relevan
13	Relevan	Relevan	Relevan
14	Relevan	Relevan	Relevan
15	Relevan	Relevan	Relevan
16	Relevan	Relevan	Relevan
17	Relevan	Relevan	Relevan
18	Relevan	Relevan	Relevan
19	Relevan	Relevan	Relevan
20	Relevan	Relevan	Relevan
21	Relevan	Relevan	Relevan
22	Relevan	Relevan	Relevan
23	Relevan	Relevan	Relevan
24	Relevan	Relevan	Relevan
25	Relevan	Relevan	Relevan
26	Relevan	Relevan	Relevan
27	Relevan	Relevan	Relevan
28	Relevan	Relevan	Relevan
29	Relevan	Relevan	Relevan
30	Relevan	Relevan	Relevan

*Lampiran 3. Lampiran Surat Izin Penelitian*



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

Jalan Udayana Nomor 11, Singaraja 81116  
Telepon (0362) 31 372  
Laman [www.fip.undiksha.ac.id](http://www.fip.undiksha.ac.id)

Singaraja, 02 Mei 2023

Nomor 323/ UN48.10.1 /LT/2023  
Hal Ijin Penelitian

Yth. Kepala SMK NEGERI 1 SINGARAJA  
di tempat

Dengan hormat, dalam rangka melengkapi syarat-syarat perkuliahan Mata Kuliah Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Ganesha, mohon agar mahasiswa kami dapat diterima dan diberikan keterangan guna pengumpulan data di instansi Bapak/Ibu pimpin. Adapun nama mahasiswa tersebut :

Nama : Megawati Ricky  
NIM 1911011013  
Jurusan : Ilmu Pendidikan, Psikologi dan Bimbingan  
Program Studi : Bimbingan Konseling

Demikian surat ini disampaikan atas kesediaan dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

An. Dekan  
Wakil Dekan I,

Dr. I Made Tegeh, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 197108152001 H 1001

Arsip.  
Akaderrak FIP  
Arsip

Lampiran 4. Lampiran Kegiatan Penelitian

No	Waktu	Kegiatan	sasaran	Tempat Pelaksanaan	Pelaksanaan
1	Minggu pertama (1x Pertemuan)	1. Pemberian kuesioner konsep diri ( <i>pre-test</i> )	Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol	Kelas XI PH	Peneliti
2	Minggu pertama (3x Pertemuan) Minggu kedua (3x Pertemuan)	1. Melakukan konseling pertemuan pertama 2. Melakukan konseling pertemuan kedua 3. Melakukan konseling pertemuan ketiga 4. Melakukan konseling pertemuan ke-empat 5. Melakukan konseling pertemuan ke-lima 6. Melakukan konseling pertemuan ke-enam	Kelas Eksperimen	Kelas XI- PH A	Peneliti
3	Minggu kedua (1x Pertemuan)	1. Pemberian Kuesioner konsep diri ( <i>post-tes</i> )	Kelas Eksperimen dan kontrol	Kelas XI PH	Peneliti

Lampiran 5. Lampiran Nilai Pret-test kelas XI- PH A

PRETEST EXPERIMEN W PHA																																	
NO	NAMA	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Jumlah	
1	KAK	2	2	3	2	2	3	4	4	2	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	57
2	KSE	4	4	2	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	52
3	GAS	4	2	2	1	2	2	1	3	2	2	2	3	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	4	2	1	2	1	1	55
4	KWS	2	2	2	1	2	2	3	3	2	1	2	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	49
5	KW	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	4	2	1	2	1	2	3	1	1	1	2	2	1	2	2	2	2	4	1	1	1	57
6	IGBNP	2	4	2	3	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	2	50
7	LPSC	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	44

Lampiran 6. Lampiran Nilai Hasil Post-test kelas XI-PH A

No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Jumlah	
1	KAK	2	4	2	4	2	2	2	4	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	3	2	71	
2	KSE	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	99	
3	GAS	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	117	
4	KWS	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	114	
5	KW	4	3	1	3	3	1	4	2	1	1	1	4	4	2	2	2	3	4	1	2	4	1	2	2	3	4	3	2	2	2	73	
6	IGBNP	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	2	4	113
7	LPSC	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	108





Lampiran 7. Lampiran Pemberian Konseling Kelompok





Lampiran 8. Lampiran thitung, T tabel, dan Data Valid

Nilai thitung, ttabel, valid																																
No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	Jumlah
1	KAK	2	4	2	4	2	2	2	4	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	3	2	71
2	KSE	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	99
3	GAS	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	117
4	KWS	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	114
5	KW	4	3	1	3	3	1	4	2	1	1	1	4	4	2	2	2	3	4	1	2	4	1	2	2	3	4	3	2	2	73	
6	IGBNP	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	2	4	113
7	LPSC	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	108	
8	AS	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	4	2	4	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	84	
9	DP	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	2	4	4	3	2	3	4	4	2	2	4	3	2	3	4	4	4	3	4	99	
10	KASR	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	76	
11	KAS	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	2	4	4	3	2	3	4	4	2	2	4	3	2	3	3	4	4	3	4	98	
12	PJA	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	119	
13	KRA	2	2	4	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	4	2	4	2	4	83	
14	PBA	2	2	3	3	2	3	4	2	3	4	4	2	4	4	4	3	2	2	4	3	4	4	3	3	3	2	2	4	3	4	92
		0,649	0,55	0,77	0,46	0,792	0,766	0,641	0,634	0,7661	0,727	0,589	0,649	0,5628	0,749	0,559	0,7288	0,689	0,566	0,55	0,671	0,641	0,494	0,717	0,7	0,5632	0,56	0,7758	0,749	0,514	0,749	19,5
		0,497	0,5	0,5	0,5	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	0,497	
		V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	

Lampiran 9. Lampiran Uji Reliabilitas



Lampiran 10. Lampiran Surat Balasan Dari SMK N 1 Singaraja



**SURAT KETERANGAN**

Nomor: B.31.518/131/SMKN1-SGR/DIKPORA

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMK Negeri 1 Singaraja, Kabupaten Buleleng, Provinsi Bali, menerangkan bahwa:

Nama : Megawati Ricky  
NIM : 1911011013  
Fakultas : Ilmu Pendidikan  
Program Studi : Bimbingan Konseling  
Perguruan Tinggi : Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja  
Jenjang : S1  
Tahun Akademik : 2022/2023

Memang benar atas nama di atas telah melakukan Penelitian dan Pengambilan Data untuk keperluan Skripsi di SMK Negeri 1 Singaraja. Pada 2 Mei 2023 s.d 12 Mei 2023 dengan judul **“Efektivitas Konseling Kelompok Teknik Cognitive Restructuring untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa SMKN 1 Singaraja.”**

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya

Dikeluarkan di Singaraja  
Pada tanggal 12 Mei 2023

Ditandatangani secara elektronik oleh:  
KEPALA SEKOLAH  
Drs. I Made Darwis Wibawa, MM.  
NIP. 196412181991031007



Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSRF