

TEKNIK TERAPI REALITAS DALAM MENINGKATKAN CITRA DIRI NEGATIF DILIHAT DARI RENDAHNYA KONSEP DIRI SISWA

Suci Nur Pratiwi¹, Siti Fatimah², Alvian Agung Nurhaqy³

¹sucinurpratiwi@gmail.com, ²sitifatimah432@ikipsiliwangi.ac.id, ³alvianagungn@ikipsiliwangi.ac.id

Program Studi Bimbingan dan Konseling
IKIP Siliwangi

Abstract

This study aims to describe the negative self-image caused by the low self-concept in students of SMAN 1, Lareh Sago Halaban District, Lima Puluh Kota District. This research uses the literature review method. The results show that a person's self image can become unbalanced and distorted or unhealthy for many reasons. The lack of students' academic skills and abilities makes them insecure so that they display a negative self-image from an indication of their low self-concept. Therefore the solution for this is to provide guidance and counseling services by BK teachers who work in school. From this phenomenon and various solutions applied by several studies, the most appropriate and effective solution is to provide reality therapy counseling services with the aim of paying attention on the behavior of the counselee. A successful personality is achieved by the desire of the individual himself to change it, of course not forgetting self awareness and responsibility.

Keywords: *Body- Image, Self-Concept, Reality Therapy Counseling*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan citra diri negatif yang diakibatkan rendahnya konsep diri pada siswa SMAN 1 Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota. Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa citra diri individu bisa menjadi tidak seimbang dan tidak sehat untuk berbagai alasan. Rendahnya keterampilan dan kemampuan akademik siswa membuatnya menjadi tidak percaya diri sehingga menampilkan citra diri yang negatif dari indikasi konsep dirinya yang rendah. Dengan begitu, solusinya yaitu memberikan pelayanan konseling oleh guru BK yang bertugas. Dari fenomena ini dan berbagai solusi yang di terapkan oleh beberapa penelitian, maka solusi yang paling tepat dan efektif adalah memberikan layanan konseling terapi realitas yang berfokus pada tingkah laku dari konseli. Kepribadian yang sukses dicapai dengan adanya keinginan dari individu sendiri untuk mengubahnya, tentunya tidak lupa dari kesadaran diri serta tanggung jawabnya.

Kata Kunci: Citra Diri, Konsep Diri, Konseling Realitas Terapi

PENDAHULUAN

Menurut Hurlock (1980) konsep diri beranggapan dan penilaian orang disekitarnya biasanya mempengaruhi terhadap konsep diri individu. Pandangan tersebut terhadap dirinya sendiri dengan keseluruhan hal ini sebagai hasil dari observasi terhadap diri di masa lalu dan saat ini. Hal ini terjadi karena konsep diri dibentuk melalui proses belajar, dari hasil proses belajar yang mengandung unsur-unsur deskriptif (penggambaran diri),

evaluative (penilaian) yang berhubungan dengan unsur pengalaman. Dengan konsep ini menggabungkan dari keyakinan yang dimiliki individu tentang dirinya, karakter fisik, psikologis, social, emosional, aspirasi serta prestasi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru bimbingan dan konseling di sekolah pada tanggal 14 Oktober 2016 di SMA Negeri 1 Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota, yaitu ada dua siswa yang memiliki berat badan berlebihan yang dipermalukan oleh temannya dan ada siswa yang dijadikan bahan ejekan karena memiliki postur tubuh yang pendek.

Dari fenomena yang terjadi pada siswa yang memiliki citra diri negatif akibat konsep diri yang rendah terhadap dirinya, maka terdapat berbagai tanggapan bahwa konsep diri yang rendah diakibatkan dari siswa yang mempunyai kemampuan akademik dan keterampilan yang berkaitan erat dengan konsep diri. Siswa tersebut dapat melaksanakan berbagai tugas perkembangan fisik secara mandiri tanpa orang lain baik di dalam keluarga maupun lingkungan sekitarnya.

Tanggapan fisik seseorang biasanya disadari oleh keadaan fisik yang dianggap sudah ideal oleh orang dirinya sendiri maupun pandangan dari masyarakat sekitar. Dengan begitu, proses evaluasi tentang tubuhnya fisiknya didasarkan pada norma social dan dari orang lain sehingga masih banyak berbagai hambatan dalam mencapai keadaan fisik yang ideal. Oleh karena itu, siswa di sekolah dasar citra fisik masih dalam batas fungsi anggota tubuh, pengenalan tubuh dan membangun sikap pada dirinya sendiri.

Berdasarkan permasalahan kasus tersebut maka perlu adanya solusi bagi siswa yang memiliki citra negatif. Dengan Idealnya setiap individu harus memiliki pandangan yang cukup baik terhadap dirinya sendiri. Seseorang yang memiliki citra diri baik cenderung akan memiliki pandangan yang lebih baik terhadap diri sendiri tentang penilaian fisiknya, kemampuannya, minat serta penilaian tentang tingkah laku dominan (Pebriani, S. Ibrahim, Y. & Khairani, 2017). Seseorang harus memiliki keinginan untuk mengenali dirinya dengan lebih baik, karena dengan begitu bisa mengendalikan perasaan dan pikiran sampai batas memahami dan menyadari dirinya sendiri (De Vito, 2011).

Maka dari itu untuk pengambilan solusi untuk kasus fenomena siswa citra diri yang negatif akibat konsep diri yang rendah yaitu dengan memberikan pelayanan bimbingan dan konseling oleh guru bk. Pelayanan ini menjadi peran yang sangat penting dalam pengembangan konsep diri siswa tersebut. Hal ini sesuai dengan fungsi bimbingan dan konseling yaitu,

pemahaman, pencegahan, pemeliharaan, pengentasan dan pengembangan. Maka untuk pengambilan layanannya yang akan diterapkan kepada siswa tersebut yaitu memberikan layanan konseling individual melalui teknik realitas. Dari berbagai sumber jurnal yang telah ditelaah, pemberian layanan konseling realitas ini salah satu layanan yang tepat dan efektif untuk membantu siswa tersebut dengan tujuan dapat memperhatikan tingkah laku dari konseli. Kepribadian yang sukses dicapai dengan adanya keinginan dari individu sendiri untuk mengubahnya, tentunya tidak lupa dari kesadaran diri serta tanggung jawabnya.

METODE

Metode kajian literatur merupakan metode yang penting sebagai *contect review* (ulasan kontak), karena kajian literatur sangat berguna dan sangat membantu dalam memberikan konteks arti dalam penulisan yang sedang dilakukan, melalui kajian literatur ini peneliti dapat menyatakan secara eksplisit dan untuk pembaca mengetahui hal yang ingin diteliti adalah masalah yang memang harus diteliti, baik dari segi subjek yang akan diteliti dari lingkungan maupun maupun dari sisi hubungan penelitian tersebut dan dengan penelitian yang relevan (Afifuddin, 2012).

Hasil dari kajian literatur yang sudah lengkap akan membantu peneliti dalam berbagai banyak hal. Dengan hasil kajian literatur membantu dalam mempersiapkan sebuah angket untuk di *review* (tinjauan). Hasil dalam penelitian etnografis, hasil kajian literatur dapat memberikan wawasan tentang masyarakat dan latar dalam penelitian hingga sampai proses analisis data. Untuk itu, dibutuhkan waktu yang cukup. Untuk memudahkan pekerjaan, siapkan catatan dan tulis kutipan berikut identitas sumbernya. Sumber literatur yang utama bisa berupa dari buku-buku referensi dan dari jurnal ilmiah hasil penelitian yang bisa menerbitkan kurang dari 10 tahun dari sekarang. Hasil penelitian di dalam laporan perlu diterangkan penelitian lain yang relevan selain itu, diterangkan pula aspek yang membedakan penelitian ini dengan penelitian anda (Suwartono, 2014).

Dengan kajian literature yang baik dan efektif yaitu merupakan hal yang umum dilakukan pada saat penelitian kualitatif setelah dilakukanya pengumpulan data dan analisis. Pada tahap awal mengapa tidak menggunakan kajian literatur yaitu untuk melindungi penelitian dalam mengarahkan patra partisipannya tentang berbagai hal yang sebelumnya telah diketahui oleh peneliti (Streubert & Carpenter, 2003).

Apabila tidak mempelajari literatur yang relevan dengan topik penelitiannya tersebut, peneliti dapat membatasi hal-hal yang diketahui tentang situasi penelitian sebelum melakukan

penelitiannya tersebut. Dengan demikian, penggunaan kajian literatur sebelum melakukan penelitian, hal ini bukan suatu langkah yang harus dilakukan oleh peneliti kualitatif. Demikian memiliki ada beberapa manfaat lainnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Konsep diri

Menurut Hurlock (1980) konsep diri adalah pandangan individu mengenai dirinya sendiri dengan keseluruhan sebagai hasil dari observasi terhadap dirinya di masa lalu dan saat ini. Kebanyakan dari para ahli menyatakan konsep diri dengan jelas bisa terstruktur yaitu merupakan suatu keseluruhan yang stabil. Sepanjang rentan kehidupan, konsep diri berkembang dan berubah secara berkelanjutan, meskipun sulit untuk membedakannya antara perkembangan dan perubahan konsep dirinya (Yusra, 2018).

Untuk meningkatkan konsep diri yang kokoh secara fisik, maka ketika orang berhubungan dengan seseorang seperti, orangtua, keluarga dan guru lainnya untuk menghindari celaan terhadap keadaan fisik yang membuat anak memiliki penilaian tentang dirinya secara negatif yaitu diantaranya, merasa tidak percaya diri dengan keadaan fisik yang dimilikinya, menjaga kondisi fisik berada dalam keadaan yang sehat, karena semakin sehat kondisi fisik maka seseorang semakin bergantung terhadap konsep diri sendiri (Folastri & Prasetyaningtyas, 2017).

Dimensi Konsep Diri

Menurut Fitts (1971) bahwa pengamatan terhadap dirinya bisa dilihat dari dua dimensi yaitu dimensi internal dan eksternal. Pada dimensi internal ini, individu melihat dirinya sebagai suatu kesatuan unik dan dinamis ketika dirinya melakukan pengamatan dan penilaian terhadap identitas dirinya, tingkah lakunya dan kepuasan dirinya. Sedangkan, dimensi eksternal dengan penilaian dan pengamatan yang timbul ketika individu berinteraksi dengan dunia luar, khususnya dalam interpersonal.

Menurut Kiling & Kiling (2015) mengemukakan bahwa diri kebendaan yang terdiri atas pakaian dan milik kebendaan yang kita lihat sebagai bagian dari kita, lalu diri sosial merupakan segala suatu yang berhubungan dengan orang lain. Maka dari itu, setiap individu memiliki banyak dari diri sosial yang berbeda-beda, sebanyak individu dan group yang dianggap penting. Lalu ada diri badaniah dimana ditempatkan terakhir yang berkaitan dengan kondisi

fisik seseorang, seperti tinggi, gemuk, berotot, mancung atau pesek, pendek atau tinggi, kulit terang atau gelap, rambut yang lurus atau keriting.

Aspek Konsep Diri

Dalam konsep diri ada beberapa aspek menurut Atwater dalam Puspasari (2007). Yaitu diantaranya:

a. Pola pandangan diri subjektif

Dalam proses yang berkaitan dengan perbandingan nonfisik yaitu proses perbandingan perspektif.

b. Bentuk dan Bayangan Tubuh

Bayangan tubuh terdapat kondisi emosional dapat memberi pengaruh terhadap bagaimana seseorang mengenali bentuk fisik dirinya.

b. Ideal Perbandingan

Dalam proses pengenalan diri yaitu dengan membandingkan dirinya dengan seseorang yang menurut ia ideal sesuai yang harapannya.

c. Pembentukan Sosial

Dalam proses ini yaitu melihat diri seperti yang dirasakan orang lain yaitu, seseorang mencoba untuk memahami persepsi orang lain terhadap dirinya.

d. Faktor Konsep Diri

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan konsep diri diantaranya, teori perkembangan, orang lain yang penting dan persepsi diri sendiri.

Pengertian Citra Diri

Citra diri merupakan cara pandang atau sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar maupun tidak. Sikap dari citra diri ini mencakup persepsi perasaan dari ukuran, bentuk, fungsi, potensi dan penampilan tubuhnya saat ini serta masa lalu yang berkesinambungan, di modifikasi dengan pengalaman baru pada setiap individu (Hidayat, 2019). Kata citra diri ini bersumber dari istilah konsep diri yang meliputi semua aspek nilai, sikap, dan keyakinan terhadap diri seseorang dalam hubungannya dengan lingkungannya merupakan paduan dari sejumlah persepsi diri yang mempengaruhi bahkan menentukan persepsi dan tingkah lakunya.

Citra diri ini bisa dikatakan sebagai persepsi seseorang mengenai keberadaan fisik dan karakteristiknya seperti, kejujuran, rasa humor, hubungannya dengan orang lain, apa yang dimilikinya, serta kreasinya. Dengan begitu, setiap orang akan mempunyai citra diri tentang dirinya sendiri, baik tentang citra diri yang sebenarnya maupun citra diri yang diinginkannya. Pendapat ini juga didukung oleh Susanto (Kholisoh, 2017), yaitu citra diri merupakan konsep yang kompleks meliputi dari kepribadian, karakter, tubuh dan penampilan individu.

Dari penjelasan diatas maka citra diri adalah gambaran individu mengenai penampilan fisik dan perasaan yang menyertai baik dalam tubuhnya maupun terhadap keseluruhan bagian tubuhnya dan berdasarkan penilaiannya sendiri. Apabila penilaian itu diberikan terlalu sering dan terlalu negatif, kemungkinan akan memiliki konsep diri lebih negatif.

Macam- macam Citra Diri

Terdapat beberapa macam- macam citra diri yang membentuk diri seseorang yaitu, diantaranya:

- a. Citra diri yang didapatkan oleh sudut pandang individu memandang dirinya.
- b. Citra diri yang didapatkan dengan cara orang lain memandang individu lainnya.

Aspek Citra Diri

Terdapat beberapa aspek yang sering digunakan seseorang untuk menilai seluruh yang ada dalam dirinya diantaranya:

- a. Aspek fisik yaitu, bagaimana individu mengevaluasi penampilan fisiknya baik dari bentuk fisik, berpakaian, dan lainnya.
- b. Aspek psikologis yaitu, bagaimana individu mengevaluasi keadaan psikologis dirinya.
- c. Aspek intelektual yaitu, evaluasi dengan kecerdasan yang dilakukannya.
- d. Aspek keterampilan yaitu, bagaimana memperbaiki individu terhadap keterampilan sosial serta teknis.
- e. Aspek moral yaitu, langkah seseorang menilai prinsip dalam hidupnya.
- f. Aspek seksual yaitu, bagaimana individu memiliki perasaan yang sama terhadap norma di dalam masyarakat.

Berarti citra diri yaitu cara pandang atau perilaku seseorang fisiknya dengan sadar serta tidak sadar dan citra tersebut bisa positif maupun negatif.

SIMPULAN

Berdasarkan pembahasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan sosial yang ditunjukkan oleh siswa kelas XI SMK Negeri 1 Cihampelas yaitu kurang bisa beradaptasi dengan lingkungan sekitar, tidak dapat memahami perasaan orang lain, dan tidak dapat mengatur keterampilan dalam menghadapi stress.

Maka dari itu guru BK dapat memberikan strategi layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik diskusi agar siswa dapat mengetahui betapa pentingnya keterampilan sosial yang harus dimiliki oleh setiap manusia.

Pengertian Konseling Individu

Konseling individu menurut Tolbert (dalam Syamsu dan Juntika, 2014) menyatakan bahwa “Hubungan secara langsung antara konselor dan konseli, dimana konselor sebagai individu yang mempunyai kompetensi khusus memberikan suatu keadaan belajar kepada konseli sebagai seseorang yang normal, menolong konseli mengenali dirinya, situasi yang dihadapi dimasa depan, sehingga konseli bisa menggunakan potensinya untuk meraih kebahagiaan pribadi maupun sosialnya serta selanjutnya dia mampu belajar tentang bagaimana menyelesaikan permasalahan untuk memenuhi kebutuhan masa depannya”.

Menurut Gerald Corey (Amalia, 2019) menjelaskan terapi realitas merupakan suatu system yang difokuskan pada perilaku sekarang dan lebih berpusat pada saat ini, sehingga pada proses konseling ini membantu secara alternatif dengan tidak meganggali masa lalunya tetapi leboh fokus pada klien agar dapat sukses kedepannya.

Tujuan dan Manfaat Konseling Individu

Tujuan dan manfaat yaitu untuk membantu konseli mengevaluasi kembali permasalahannya dan lebih sadar atas kehidupannya dan menurunkan penilaian yang negatif serta peerasaan prioritasnya. Selain itu dapat membantu konseli agar bisa lebih mengarahkan dan mengembangkan perilakunya dalam lingkungan sekitar. Ada 5 manfaat konseling individu yaitu, bisa memahami, bisa mengatasi, dan bisa mengembangkan dan memelihara, bisa mencegah, dan advokasi. Dalam memahami yaitu bisa menghasilkan pemahaman untuk konseli mengenai pribadinya, sosialnya, dan beragam pengetahuan yang dibutuhkan Dalam memahami lingkungan seperti kondisi alam semestanya sedangkan, untuk mehami berbagai pengetahuan yang dibutuhkan mencakup informasi, pendidikan dan karir (Sukoco, 2018).

Teknik Realitas Konseling

Menurut Glasser dan Corey (dalam Yusra, 2018) menjelaskan konseling realitas adalah sistem yang memfokuskan pada perilaku sekarang. Praktek dalam realitas konseling ini memliki dua unsur utama yaitu diantaranya: (1) lingkungan dalam proses konseling (2) prosedur yang detail bisa membuat perilaku berubah. Kedua unsur ini dilakukan pada saat konseling. Unsur yang memperlihatkan bahwa adanya tahapan dari keseluruhan untuk mengartikan teori realitas ketika proses konseling. Maka realitas konseling ini bisa membantu konseli agar dapat bertanggung jawab dari perilaku yang telah dilakukannya.

Dalam proses konseling tujuannya agar mampu mempelajari perilaku yang baru sebagai dasar untuk memperbaiki perilaku dari perilaku sukses yang bisa dikaitkan dengan kepribadian sukses. Individu dapat meraih kepuasan dalam mengubah dirinya. Selain itu, lebih berfokus kepada kedisiplinan serta bisa bertanggung jawab secara sadar (Yusra, 2018).

Dengan layanan konseling realitas mampu mencegah citra diri siswa negatif serta kurangnya pemahaman dirinya, yaitu konselor yang terlibat dengan siswa (klien) dan membawa siswa (klien) menghadapi realitas, mengusahakan agar siswa (klien) dapat mengambil keputusan serta dapat berperilaku berdasarkan pemahaman tentang dirinya dan dapat menampilkan yang terbaik.

Tahap- tahap Konseling Realitas

Dalam tahapan konseling realitas ada beberapa indikator serta tahapan dalam proses konseling realitas yaitu diantaranya:

- a. Keterlibatan penggunaan topik netral yang berhubungan dengan keberhasilan seorang konseli pada awal pertemuan melalui perhatian, pemahaman, serta penghayatan.
- b. Tingkah laku sebagai pusat dengan menekankan apa yang dilakukan serta yang dipikirkan daripada yang dirasa dan dialami secara fisiologi.
- c. Konseli harus memiliki pertimbangan diri secara sadar untuk membantu menilai apakah yang dilakukannya selama ini dapat dipertanggungjawabkan atau tidak. Hal ini ditujukan untuk melihat apakah ada perubahan tingkah laku pada diri konseli.
- d. Perencanaan tingkah laku dan tanggung jawab dengan tindakan yang efektif dan sederhana bisa dicapai, terukur, dan terkendalikan oleh konseli.
- e. Pembuatan komitmen secara lisan atau tertulis ditujukan agar rencana yang dilakukan oleh konseli dapat bermanfaat.
- f. Konselor tidak menerima alasan kegagalan dari sebuah rencana konseli, tapi konselor memberikan rencana baru yang tepat.
- g. Peniadaan hukuman, sebetulnya pemberian hukuman hanya dapat mempertegas jenis kesalahan dari rencana konseli.
- h. Konselor dengan sifat pantang menyerah memiliki keyakinan yang kuat bahwa konseli memiliki kemampuan untuk merubah dirinya.

Maka dari itu dengan memberikan layanan konseling individual melalui teknik realitas dimaksudkan supaya dapat memperhatikan tingkah laku dari konseli. Kepribadian yang sukses dicapai dengan adanya keinginan dari individu sendiri untuk mengubahnya tentunya tidak lupa dari kesadaran diri serta tanggung jawabnya.

SIMPULAN

Konsep diri erat kaitannya dengan citra diri hal ini dikarenakan bahwa konsep diri yang rendah akan menimbulkan citra diri yang negatif. Dapat disimpulkan bahwa ada siswa yang merasa dirinya jelek, tidak menarik, tidak disenangi dalam bergaul, beranggapan temannya memandang dia orang yang kasar, egois, pemaarah, pandai bersilat lidah, pendiam, dramatis, pandai membuat alasan, merasa tidak mampu mencapai sekolah yang diinginkan, ada siswa yang belum memahami tujuannya setelah lulus SMA, ada siswa yang beranggapan tidak mampu melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi atau suatu akademi karena tidak memenuhi syarat masuk secara fisik.

REFERENSI

- Afifuddin, 2014, Metodologi Penelitian Kualitatif, Bandung: Pustaka Setia.
- Amalia, A. (2019). *Terapi Realitas Untuk Mengendalikan Self Control Pada Seorang Remaja Yang Melakukan Bullying Di Desa Bendet Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang Skripsi*.
- DeVito, J. A. (2011). *Komunikasi Antarmanusia*. Tangerang Selatan: Karisma Publishing Group.
- Fitts, W.H, "The Self Concept and Self Actualization", (1st ed), Western Psychological Service, Los Angeles, 1971.
- Folastri, S., & Prasetyaningtyas, W. E. (2017). Gambaran konsep diri siswa di sekolah menengah kejuruan sumbangsih Jakarta Selatan. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(1), 33.
- Hidayat, R., Malfasari, E., & Herniyanti, R. (2019). Hubungan Perlakuan Body Shaming dengan Citra Diri Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 79-86.
- Hurlock. 1980. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT. Aksara Pratama.
- Kholisoh, N., & Wahyuni, D. E. (2017). Media Sosial Youtube sebagai Sarana Membentuk Citra Diri (Studi Kasus Personal Branding Laurentius Rando). *Prosiding Konferensi Nasional Komunikasi*, 1(01).
- Kiling, B. N., & Kiling, I. Y. (2015). Tinjauan konsep diri dan dimensinya pada anak dalam masa kanak-kanak akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 1(2), 116-124.
- Pebriani, S. Ibrahim, Y. & Khairani. 2017. "Hubungan Citra Diri Dengan Komunikasi Interpersonal Siswa di Sman 1 Kecamatan Lareh Sago Halaban Kabupaten Lima Puluh Kota". Makalah dipresentasikan dalam *International Counseling and Education Seminar ICES 2017*. Padang, Indonesia, 16 Oktober 2017.

- Sukoco, K. W. (2018, November). Konseling Individu Melalui Cyber Counseling Terhadap Pembentukan Konsep Diri Peserta Didik. In *Seminar Nasional Bimbingan Konseling* (Vol. 2, No. 1, pp. 87-91).
- Streubert, H.J., & Carpenter, D.R. (2003). Qualitative research in nursing: Advancing the
- Suhardita, K. (2011). Efektivitas penggunaan teknik permainan dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri siswa. *Edisi khusus*, 8(1), 127.
- Sunastiko, K. P., Frieda, N. R. H., & Putra, A. (2013). Hubungan Antara Citra Diri (Self Image) dengan Perilaku Konsumtif Dalam Pembelian Produk Kosmetik Pada Mahasiswi Fakultas Hukum Universitas Diponegoro Semarang. *Empati*, 2(3), 52-59.
- Suwartono, 2014. Dasar-Dasar Metodologi Penelitian, Yogyakarta: Andi Offset. Universitas Negeri Malang, 2017, Pedoman Penulisan Karya Ilmiah, Semarang: UM Press.
- Syamsu Yusuf L. N dan Juntika Nurihsan, Landasan Bimbingan dan Konseling, Cet.8 (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2014), hlm., 5.
- Widiarti, P. W. (2017). Konsep diri (self concept) dan komunikasi interpersonal dalam pendampingan pada siswa SMP se kota Yogyakarta. *Informasi*, 47(1), 135-148.
- Yumni, H., Loetfia Dwi, R., & Siswari, N. K. P. (2012). Konsep Diri Mahasiswa Dengan Acne Vulgaris Self Concept Of Students With Acne Vulgaris. *Jurnal Keperawatan*, 5(2), 49-53.
- Yusra, T. (2018). Konseling realitas: meningkatkan sikap toleran siswa terhadap keragaman budaya. In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling* (Vol. 2, No. 1, pp. 32-37).