

## Efektivitas Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Self Esteem Siswa di SMP N 3 Luhak Nan Duo

Tiara Iqsani<sup>1</sup>, Syawaluddin<sup>2</sup>, Alfi Rahmi<sup>3</sup>, Arjoni<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Bimbingan dan Konseling, UIN Sjech M. Djmail Djambek Bukittinggi  
e-mail: [tiaraiqsani085@gmail.com](mailto:tiaraiqsani085@gmail.com)<sup>1</sup>, [konselor.al@gmail.com](mailto:konselor.al@gmail.com)<sup>2</sup>

### Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi dengan adanya fenomena yang terjadi pada siswa SMP N 3 Luhak Nan Duo meliputi masih ada beberapa siswa yang memiliki self esteem rendah dikarenakan terindikasi masih ada siswa yang suka menyendiri di dalam kelas. Terindikasi masih ada siswa yang tidak mau mencoba sesuatu yang baru karena takut gagal. Terindikasi masih ada siswa yang kurang memahami siapa dirinya. Terindikasi masih ada siswa yang suka mengejek temannya di kelas. Terindikasi masih ada siswa yang tidak mengikuti aturan sekolah. Penelitian ini bertujuan: (1) Untuk mengetahui gambaran self esteem siswa kelas IX sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok. (2) Untuk mengetahui gambaran self esteem siswa kelas IX setelah diberikan layanan bimbingan kelompok. (3) Untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan self esteem siswa kelas IX SMP N 3 Luhak Nan Duo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis Pre-Experimental Design dengan menggunakan model One Group Pretest-Posttest. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 100 siswa, teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling. Sampel penelitian ini sebanyak 12 siswa. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu kuisioner self esteem yang dikembangkan oleh penulis. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa : (1) gambaran self esteem siswa kelas IX sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok berada pada kategori sedang dengan meannya adalah 122.5. (2) gambaran self esteem siswa kelas IX sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok berada pada kategori tinggi, dengan meannya adalah 127.8. (3) hasil uji wilcoxon menunjukkan bahwa nilai Asymp. Sig 2-tailed 0.003 yang berarti lebih kecil dari 0.05. Jadi dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan self esteem di SMP N 3 Luhak Nan Duo.

**Kata kunci:** *Layanan Bimbingan Kelompok, Self Esteem Siswa*

### Abstract

This research is motivated by the phenomenon that occurs in SMP N 3 Luhak Nan Duo students, including that there are still some students who have low self esteem because there are still students who like to be alone in class. It is indicated that there are still students who do not want to try something new for fear of failure. It is indicated that there are still students who do not understand who they are. It is indicated that there are still students who like to mock their friends in class. There are still students who do not follow school rules. This study aims: (1) To find out the description of self esteem of class IX students before being given group guidance services. (2) To find out the description of self esteem of ninth grade students after being given group guidance services. (3) To find out whether group guidance services are effective for increasing the self esteem of ninth grade students of SMP N 3 Luhak Nan Duo. This research uses a quantitative approach with the type of Pre-Experimental Design using the One Group Pretest-Posttest model. The population in this study were 100 students, the sampling technique in this study used purposive sampling technique. The sample of this study were 12 students. The instrument used in this study is a self esteem questionnaire developed by the author. Data analysis in this study used the Wilcoxon test. The results showed that: (1) the description of self esteem of class IX students before being given group guidance services is in the medium category with the mean being 122.5. (2) the description of self esteem of ninth grade students after being given group guidance services is in the high category, with the mean being 127.8. (3) wilcoxon test results show that the value of

Asymp. Sig 2-tailed 0.003 which means smaller than 0.05. So it can be concluded that group guidance services are effective for increasing self esteem at SMP N 3 Luhak Nan Duo.

**Keywords :** *Group Guidance Services, Student Self Esteem*

## PENDAHULUAN

Berdasarkan Undang-Undang nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 1 ayat 1, dikatakan bahwa pendidikan merupakan usaha sadar untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Depdiknas, 2003).

Dari uraian tersebut maka idealnya pendidikan yang dijalani seseorang seharusnya dapat memberi peluang untuk seseorang mengembangkan segala potensi dirinya, sehingga dengan potensi yang dimilikinya dapat menjadikan peserta didik mempunyai *self esteem* yang tinggi, maka dengan *self esteem* yang tinggi menjadikan peserta didik memiliki keyakinan diri dalam bergaul dengan lingkungan, tidak didasarkan atas fantasi karena mempunyai kemampuan, kecakapan, dan kualitas diri yang tinggi.

*Self esteem* merupakan salah satu aspek kepribadian yang mempunyai peran penting dan berpengaruh besar terhadap sikap dan perilaku individu. *Self esteem* merupakan komponen konsep diri manusia. *Self esteem* adalah penilaian individu terhadap kehormatan diri, mellalui sikap terhadap dirinya sendiri yang sifatnya implisit dan tidak diverbalisasikan dan menggambarkan sejauh mana individu tersebut menilai dirinya sebagai orang yang memiliki kemampuan, keberartian, berharga, dan kompeten (Yusri, 2015).

Menurut Coopersmith harga diri mempunyai tiga jenis tingkatan yaitu harga diri tinggi, harga diri sedang dan harga diri rendah. Untuk menilai dimensi harga diri remaja tergantung pada sejauh mana remaja menganggap dan menilai dirinya, dan tergantung dari teori yang dipakai. Kemudian ia juga mengklasifikasikan harga diri berdasar atas dua hal yaitu sikap realistik individu dalam mencapai tujuan yang diinginkan dan bagaimana individu berpikir tentang diri sendiri, orang lain dan lingkungan (Coopersmith<sup>1967</sup>).

Remaja yang memiliki harga diri tinggi, bangga dengan sikap dan kemampuan yang dimilikinya, serta mampu mempercayai persepsi diri sendiri sehingga tidak terpaku pada kesukaran-kesukaran personal, memanfaatkan kritikan dari lingkungan sebagai bahan untuk evaluasi diri, memandang diri sebagai seorang yang bernilai, penting dan berharga, memiliki harapan dan tujuan tinggi, dan berusaha merealisasikan dari lingkungan sosialnya. Sedangkan remaja yang memiliki harga diri rendah tidak mempunyai kepercayaan diri dan tidak mampu menilai kemampuan dalam dirinya, merasa terasing karena memiliki keyakinan bahwa dirinya tidak dicintai, terlalu lemah dalam mengakui kekurangan, peka terhadap kritik, terbenam dalam masalah-masalah pribadi dan melarikan diri dari interaksi sosial.

Coopersmith mengemukakan 8 karakteristik individu dengan *self esteem* tinggi, yaitu: 1) Aktif dan dapat mengekspresikan diri dengan baik; 2) Berhasil dalam bidang akademik dan menjalin hubungan sosial; 3) Dapat menerima kritik dengan baik; 4) Percaya pada persepsi dan reaksinya sendiri; 5) Tidak terpaku pada dirinya sendiri atau hanya memikirkan kesulitannya sendiri; 6) Memiliki keyakinan diri, tidak didasarkan atas fantasi karena mempunyai kemampuan, kecakapan dan kualitas diri yang tinggi; 7) Tidak terpengaruh oleh penilaian orang lain tentang kepribadiannya; 8) Lebih mudah menyesuaikan diri dengan suasana yang menyenangkan sehingga tingkat kecemasannya rendah dan memiliki ketahanan diri yang seimbang (Coopersmith<sup>1967</sup>).

Berdasarkan karakteristik diatas maka dapat disimpulkan peserta didik dengan *self esteem* yang tinggi yaitu peserta didik yang aktif dan dapat mengekspresikan diri dengan baik, berhasil dalam bidang akademik dan menjalin hubungan sosial, dapat menerima kritik dengan baik, percaya pada persepsi dan reaksi diri, tidak terpaku pada diri sendiri atau hanya memikirkan kesulitan sendiri, memiliki keyakinan diri, tidak didasarkan atas fantasi karena mempunyai kemampuan kecakapan dan kualitas diri yang tinggi, tidak terpengaruh oleh penilaian orang lain

tentang kepribadiannya, lebih mudah menyesuaikan diri dengan suasana menyenangkan sehingga tingkat kecemasannya rendah.

Realita pada saat ini banyak siswa yang tidak paham dengan dirinya sendiri dan dia tidak bisa menentukan siapa aku, apa kemampuan ku, apa peranku, dan apa kekuranganku. Seseorang yang memiliki *self esteem* positif dia akan mampu untuk berkomunikasi dengan baik dengan orang lain, sedangkan orang yang *self esteem* nya negatif dia akan takut untuk memulai berkomunikasi dengan orang yang berada disekitarnya karna kurangnya rasa percaya dirinya, jangan kan orang yang akan menilainya dia saja sudah menilai dirinya buruk, takut disalahkan dan merasa dia adalah orang yang bodoh yang nantinya akan dipersalahkan. Gejala *self esteem* rendah sudah tampak dalam perilaku sehari-hari siswa. Sikap suka menyalahkan diri, kurang menghargai orang lain, kurang percaya diri, serta terjerumus dalam perilaku merusak diri sendiri seperti merokok, minum-minuman keras, tawuran, penyalahgunaan narkoba dan obat-obatan serta seks bebas (Turnip et al, 2023).

Layanan bimbingan kelompok merupakan suatu cara memberikan bantuan (bimbingan) kepada individu (siswa) melalui kegiatan kelompok dalam layanan bimbingan kelompok (Aisyah, 2023). Dalam layanan bimbingan kelompok aktivitas dan dinamika kelompok harus diwujudkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi perkembangan atau pemecahan masalah individu (siswa) yang menjadi peserta layanan (Tohirin, 2007). Berkaitan dengan upaya meningkatkan *self esteem* menurut Campbell ada beberapa cara yang dapat dilakukan guru dalam upaya meningkatkan *self esteem* siswa salah satunya adalah melalui proses proses kelompok baik besar maupun kecil sehingga bentuk kerja kelompok yang dianggap efektif dalam membahas masalah rendahnya *self esteem* siswa yaitu melalui bimbingan kelompok (Campbell, 2002).

Berdasarkan pernyataan di atas maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok adalah layanan dalam bimbingan konseling yang dapat membantu mengembangkan kepribadian siswa. Berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan, diketahui bahwa masih ditemukan siswa yang suka menyendiri di dalam kelas, tidak mau berbaur dengan teman-temannya. Kemudian saat didalam kelas, masih ditemukan siswa yang tidak mau mengeluarkan pendapat. Masih ditemukan siswa yang tidak menaati peraturan sekolah seperti saat jam istirahat, siswa laki-laki mengeluarkan baju dan bolos saat jam pelajaran.

Penulis juga melakukan wawancara dengan guru bimbingan dan konseling pada tanggal 21 September 2022 di SMP N 3 Luhak Nan Duo, yang mana di sekolah ini terdapat 2 orang guru BK, dari hasil wawancara pertama yaitu Ibu YN mengatakan bahwa:

“Jadi saya mengampu di kelas VII, dimana memang anak-anak tersebut masih mempunyai *self esteem* yang bisa dibilang rendah, seperti saat diskusi dikelas, mereka masih malu-malu mengeluarkan pendapat karena takut ditertawakan teman dan tak jarang mereka memilih diam, juga masih ada siswa yang tidak mau mencoba hal baru karena takut gagal seperti tidak mau saat ditunjuk menjadi pelaksana upacara.”

Kemudian penulis melakukan wawancara kedua dengan guru bimbingan dan konseling disekolah tersebut yang dilaksanakan pada tanggal 18 Maret 2024, adapun Pak FEP mengatakan bahwa:

“Mengenai *self esteem* siswa kelas IX ini siswa masih kurang dalam memahami dirinya, seperti ketika ditanya mengenai cita-cita, kekurangan dan kelebihan, apa minat mereka, sebagian dari mereka masih ada yang menjawab tidak tau. Kemudian juga masih ada siswa yang saling bermusuhan dengan temannya, juga masih ada siswa yang suka mengejek temannya, terus masih ada siswa yang bolos saat jam pelajaran.”

Peningkatan *self esteem* perlu dilakukan, karena siswa SMP merupakan remaja dengan kepribadian yang labil dan perlu mendapatkan perhatian khusus. Apabila *self esteem* siswa dapat lebih ditingkatkan, maka dapat berpengaruh baik dalam peningkatan kepribadian siswa tersebut dan agar setiap siswa dapat lebih menghargai dan menilai positif terhadap dirinya, dan tidak menutup kemungkinan bahwa dirinya mampu meningkatkan prestasi belajarnya lebih baik lagi. Adapun layanan yang sudah diberikan oleh guru BK diantaranya Bapak FEP pernah melakukan layanan konseling individual dengan salah satu siswa insial DF terkait permasalahan siswa sering bolos saat jam pelajaran. Adapun hasil yang diperoleh adalah siswa tersebut mengatakan akan

merubah perilaku nya tetapi masih kedapatan beberapa kali bolos saat jam pelajaran. Kemudian juga melakukan konseling individual dengan siswa inisial HR, dimana permasalahan siswa tersebut ia ingin sekolah lanjutan kejuruan, tetapi ia tidak tau apa minat dan bakatnya, kemudian setelah dilakukan layanan konseling individual, siswa tersebut mulai mengetahui minatnya melalui hal-hal yang disukainya. Diantara layanan-layanan yang sudah diberikan kepada siswa, belum ada layanan bimbingan kelompok yang diberikan guru BK untuk meningkatkan *self esteem* siswa.

Beranjak dari latar belakang masalah di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian terkait fenomena tersebut dengan judul penelitian “Efektivitas Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan *Self esteem* Siswa Di SMP N 3 Luhak Nan Duo”.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis Pre-Experimental Design dengan menggunakan model One Group Pretest-Posttest. Bentuk *pre-experimental design* ada beberapa macam yaitu : *One-Shot Case Study*, *One-Group pretest-Posttest Design*, *Intact-Group Comparison*. Penulis menggunakan desain *One-Group pretest-Posttest Design*. Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan (Sugiyono, 2018). Populasi dalam penelitian ini sebanyak 100 siswa, teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling. Sampel penelitian ini sebanyak 12 siswa. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu kuisioner *self esteem* yang dikembangkan oleh penulis. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji wilcoxon.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### A. Deskripsi Hasil Penelitian

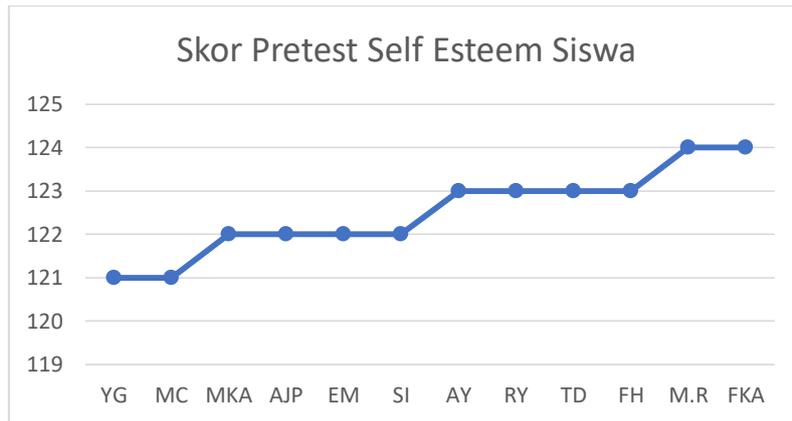
##### 1. Gambaran *Pretest Self Esteem* Siswa Kelas IX Sebelum Diberikan Perlakuan / *Treatment*

*Pretest* dilaksanakan pada tanggal 8 Agustus 2024. Pemberian *pretest* dilakukan kepada seluruh siswa kelas IX yang berjumlah 100 siswa, kemudian diolah dan ditabulasikan. Hasil *pretest* (sebelum diberikan perlakuan) menunjukkan bahwa ada beberapa siswa yang memiliki *self esteem* sedang. Adapun gambaran dari *self esteem* siswa sebelum diberikan perlakuan sebagai berikut :

**Tabel 1. Data *pretest Self esteem* Siswa**

No	Inisial	Skor	Keterangan
1	YG	121	Sedang
2	MC	121	Sedang
3	MKA	122	Sedang
4	AJP	122	Sedang
5	EM	122	Sedang
6	SI	122	Sedang
7	AY	123	Sedang
8	RY	123	Sedang
9	TD	123	Sedang
10	FH	123	Sedang
11	M.R	124	Sedang
12	FKA	124	Sedang
Rata-rata		122.5	

Berdasarkan tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa sampel tersebut sebelum diberikan perlakuan bimbingan kelompok, ke-12 siswa tersebut memiliki *self esteem* kategori sedang. Untuk melihat hasil *pretest self esteem* dapat dilihat dalam grafik berikut :



**Grafik 1. Skor Pretest Self Esteem Siswa**

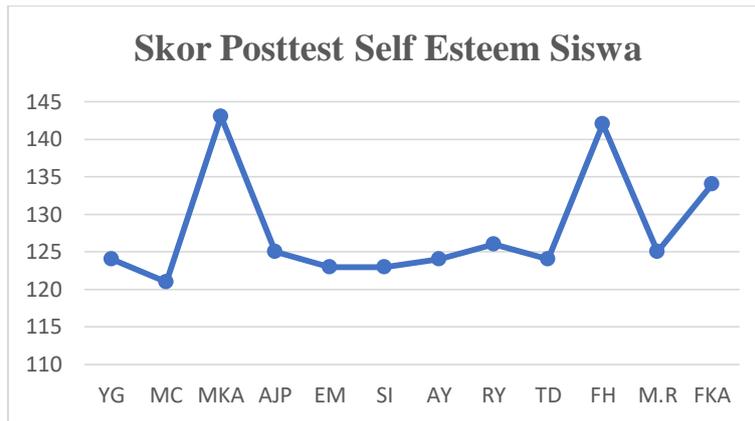
**2. Gambaran *Posttest Self Esteem Siswa Kelas IX Setelah Diberikan Perlakuan / Treatment***

Pemberian *posttest* dilakukan pada tanggal 15 Agustus 2024. Pemberian *posttest* ini diberikan untuk melihat ada atau tidaknya perbedaan skor *self esteem* siswa sebelum diberikan perlakuan (*treatment*) dengan skor *self esteem* siswa setelah diberikan perlakuan (*treatment*). Hasil *posttest* ini sangat berguna untuk mengetahui efektif atau tidaknya layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self esteem* siswa. Berikut tabel data *posttest self esteem* siswa setelah diberikan perlakuan (*treatment*).

**Tabel 2. Data *Posttest Self esteem Siswa***

No	Inisial	Skor	Keterangan
1	YG	124	Sedang
2	MC	121	Sedang
3	MKA	143	Sangat Tinggi
4	AJP	125	Tinggi
5	EM	123	Sedang
6	SI	123	Sedang
7	AY	124	Sedang
8	RY	126	Tinggi
9	TD	124	Sedang
10	FH	142	Sangat Tinggi
11	M.R	125	Tinggi
12	FKA	134	Tinggi
Rata-rata		127.8	

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa jumlah sampel setelah diberikan perlakuan (*treatment*) *self esteem* siswa yaitu 2 siswa berada pada kategori sangat tinggi, 4 siswa kategori tinggi, dan 6 siswa berada pada kategori tinggi. Hal ini dapat terlihat dari skor *self esteem* siswa. Untuk melihat hasil *posttest self esteem* siswa dapat dilihat pada grafik berikut:



**Grafik 2. Skor Posttest Self Esteem Siswa**

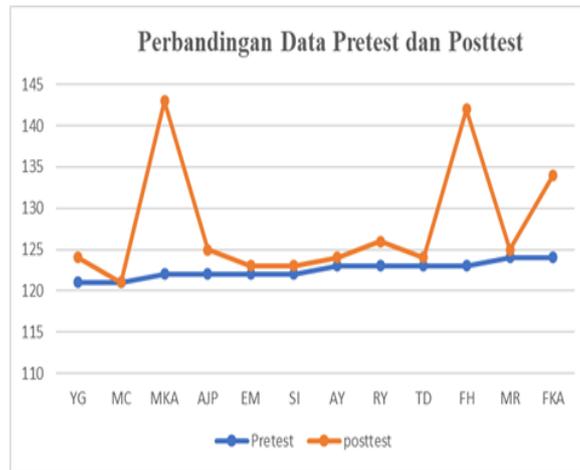
**3. Perbandingan *Pretest* Dan *Posttest* Self esteem Siswa Kelas IX**

Berdasarkan hasil dari *pretest* dan *posttest* maka dapat dilihat gambaran perbedaan antara sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok *self esteem* siswa. Dapat dilihat dalam tabel berikut ini.

**Tabel 3. Perbandingan *Pretest* dan *Posttest***

No	Responden	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		Skor	Ket	Skor	Ket
1	YG	121	Sedang	124	Sedang
2	MC	121	Sedang	121	Sedang
3	MKA	122	Sedang	143	Sangat Tinggi
4	AJP	122	Sedang	125	Tinggi
5	EM	122	Sedang	123	Sedang
6	SI	122	Sedang	123	Sedang
7	AY	123	Sedang	124	Sedang
8	RY	123	Sedang	126	Tinggi
9	TD	123	Sedang	124	Sedang
10	FH	123	Sedang	142	Sangat Tinggi
11	M.R	124	Sedang	125	Tinggi
12	FKA	124	Sedang	134	Tinggi
Rata-rata		122.5		127.8	

Berdasarkan tabel diatas, terlihat perbedaan hasil skor *pretest* dan *posttest self esteem* siswa sebelum diberikan perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan layanan bimbingan kelompok bahwa adanya peningkatan skor *self esteem* siswa kelompok eksperimen tersebut. untuk melihat hasil *pretest* dan *posttest self esteem* siswa dapat dilihat pada tabel berikut:



**Grafik 3. Perbandingan *Pretest* dan *Posttest* Self Esteem Siswa**

**Tabel 4. Distribusi frekuensi skor *pretest* dan *posttest***

No	Skor	Kategori	<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
			F	%	F	%
1	$x > 142$	Sangat Tinggi	0	0	2	16.6
2	$125 < X < 141$	Tinggi	0	0	4	33.4
3	$108 < X < 124$	Sedang	12	100	6	50
4	$91 < X < 107$	Rendah	0	0	0	0
5	$X < 90$	Sangat Rendah	0	0	0	0
Jumlah			12	100	12	100

Berdasarkan tabel di atas, diketahui pada hasil *pretest* terdapat 12 frekuensi dalam kategori sedang. Dalam hasil *posttest* terdapat 6 frekuensi sedang, 4 frekuensi tinggi, dan 2 frekuensi dalam kategori sangat tinggi. Secara keseluruhan hasil *pretest* dan *posttest* dalam distribusi frekuensi menunjukkan 100%.

**B. Uji Hipotesis**

Data yang terkumpul dianalisa dengan menggunakan uji *wilcoxon*, analisa ini menjelaskan tentang ada atau tidaknya perbedaan yang signifikan antara *pretest* dan *posttest* setelah diberikan perlakuan. Hal ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan untuk meningkatkan *self esteem* siswa. Hasilnya dicari menggunakan SPSS 25..

Hasil dari *posttest* ini kemudian dianalisa dengan mencari selisih positif dan selisih negatif, sehingga bisa diketahui perbedaan antara *pretest* dan *posttest*, serta melihat *asym.sig 2 (tailed)*. Apabila nilai *Asym.sig. 2-tailed* < 0,05 maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, artinya layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan *self esteem* siswa. Sebaliknya, apabila nilai *asym.sig 2-tailed* > 0,05 maka  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima, artinya layanan bimbingan kelompok tidak efektif untuk meningkatkan *self esteem* siswa. Pengolahan data ini memakai SPSS 25. Adapun hasil uji *wilcoxon* dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 5. Uji Wilcoxon**

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
<i>Posttest - pretest</i>	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	0.00	0.00
	Positive Ranks	11 <sup>b</sup>	6.00	66.00
	Ties	1 <sup>c</sup>		
Total		12		

- a. *Posttest < pretest*
- b. *Posttest > pretest*
- c. *Posttest = pretest*

Tabel diatas menunjukkan bahwa negative ranks atau selisih negatif antara hasil penurunan *self esteem* siswa dari pretest dan *posttest* adalah 0, artinya tidak ada siswa yang mengalami penurunan skor *self esteem*, *mean ranks* sebesar 0.00 sedangkan sum of ranks 0.00.

Positive ranks atau selisih positif antara *self esteem* siswa dari pretest dan *posttest*. Disini terdapat 11 data positif (N) artinya terdapat 11 siswa mengalami kenaikan skor *self esteem* siswa. *Mean of ranks* atau rata-rata peningkatan tersebut adalah 6.00, sedangkan sum of ranks sebesar 66.00. Ties adalah kesamaan nilai pretest dan *posttest*, disini ties adalah 1 siswa, yang artinya terdapat 1 siswa yang memiliki nilai sama antara pretest dan *posttest*. Dari penjelasan diatas dapat dikatakan bahwa terdapat kenaikan *self esteem* siswa.

**Tabel 6. Test Statistics**

Test Statistics <sup>a</sup>	
<i>Posttest – pretest</i>	
Z	-2.969 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	0.003

- a. *Wilcoxon Signed Ranks Test*
- b. *Based on negative ranks.*

Berdasarkan hasil Asymp. Sig 2-tailed diperoleh nilai sebesar 0.003 yang berarti lebih kecil dari 0.05, maka dapat dikatakan  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak artinya terdapat peningkatan terhadap *self esteem* siswa yang dilihat dari pretest dan *posttest*, sehingga dapat dikatakan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan *self esteem* siswa di SMP N 3 Luhak Nan Duo.

**Pembahasan**

Berdasarkan pengolahan hasil pretest dengan jumlah sampel 12 siswa, nilai hasil pretest dengan *mean*nya adalah 122.50, *self esteem* siswa sebelum diberikan perlakuan / *treatment* tergolong kategori sedang. Setelah diberikan perlakuan (*treatment*) hasil pengolahan data dapat diketahui bahwa hasil *posttest* dengan sampel 12 siswa *mean*nya adalah 127.83, *self esteem* siswa dalam kategori tinggi. Berdasarkan hasil *posttest* diketahui 2 orang memiliki kategori *self esteem* sangat tinggi, berdasarkan analisis penulis, pada saat diberikan layanan bimbingan kelompok, siswa tersebut terlihat sangat aktif dan mengikuti setiap kegiatan dengan baik. Dari hasil evaluasi hasil, diketahui bahwa siswa tersebut merasa senang mengikuti kegiatan, dapat dilihat antusiasme siswa saat mengeluarkan pendapat dan saat ditanya mengenai kesan dan pesan selama mengikuti kegiatan, merasa memperoleh pengetahuan dan wawasan baru,

mengalami perubahan sikap, dan akan menerapkan nilai-nilai yang dibahas dalam kehidupan sehari-hari, berupa siswa MKA akan mengatur waktu belajarnya dan juga akan menaati seluruh peraturan yang ada di sekolah, sedangkan siswa FH akan merubah perilaku buruknya dan mulai memajemen diri untuk mendapatkan nilai yang bagus di sekolah.

Perubahan pada *posttest* setelah mendapatkan perlakuan layanan bimbingan kelompok menunjukkan bahwa layanan ini membantu siswa untuk meningkatkan *self esteem* siswa di SMP N 3 Luhak Nan Duo. Maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan *self esteem* siswa.

Hasil uji *wilcoxon* menunjukkan *positif ranks* atau selisih positif antara hasil *pretest* dan *posttest self esteem* siswa adalah terdapat 11 data positif yang artinya terdapat 11 siswa yang mengalami peningkatan *self esteem* siswa, *mean rank* adalah *Mean of ranks* atau rata-rata peningkatan tersebut adalah 6.00, sedangkan *sum of ranks* sebesar 66.00. data *negative ranks* atau selisih negatif disini adalah 0 artinya tidak ada siswa yang mengalami penurunan skor *self esteem* siswa, *mean ranks* sebesar 0.00 sedangkan *sum of ranks* 0.00. *ties* adalah kesamaan antara skor *pretest* dan *posttest*, *ties* disini adalah 1, artinya terdapat 1 siswa yang memiliki skor sama antara *pretest* dan *posttest*. Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat kenaikan *self esteem* siswa.

Berdasarkan hasil uji hipotesis *pretest* dan *posttest*, nilai *Asymp Sig 2-tailed* diperoleh nilai sebesar 0.003 yang berarti lebih kecil dari 0.05, maka dapat dikatakan  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak artinya terdapat peningkatan terhadap *self esteem* siswa yang dilihat dari *pretest* dan *posttest*, sehingga dapat dikatakan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan *self esteem* siswa di SMP N 3 Luhak Nan Duo.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ahmad Rizki yang berjudul "Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Modelling* Untuk Meningkatkan *Self esteem* Pada Siswa Kelas 11 SMAN 1 Terbanggi Besar TA 2021/2022" Hasil penelitian diperoleh *Asymp.Sig (2-tailed)* sebesar 0,000 dengan taraf signifikansi 0,05 sehingga  $0,000 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Kesimpulan penelitian tersebut adalah bimbingan kelompok dengan teknik *modelling* efektif dalam meningkatkan *Self esteem* pada siswa Kelas 11 SMAN 1 Terbanggi Besar TA 2021/2022 (Rizki, 2022).

Berdasarkan teori yang peneliti paparkan di bab 2, maka dapat disimpulkan bahwa *self esteem* merupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya terutama mengenai sikap menerima atau menolak, dan indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuannya, keberartian, kesuksesan, dan keberhargaan. Secara singkat *self esteem* adalah *personal judgment* mengenai perasaan berharga atau berarti yang diekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya. Seseorang yang memiliki *self esteem* tinggi akan semakin kuat menghadapi penderitaan-penderitaan hidup, individu semakin kreatif, individu semakin ambisius, individu akan memiliki harapan yang besar dalam membangun hubungan yang baik dan konstruktif, dan individu akan semakin hormat dan bijak dalam memperlakukan orang lain. Sedangkan seseorang yang memiliki *self esteem* rendah kurang menghargai dirinya sendiri, memandang dirinya dalam perspektif negatif, dan individu merasa tidak dicintai oleh orang-orang disekitarnya. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *self esteem* antara lain orang tua, teman, pencapaian, diri sendiri, pendidikan, dan lingkungan.

Hal ini sejalan dengan teori yang ada, bahwa tujuan dari bimbingan kelompok adalah layanan yang membantu peserta didik dalam pengembangan pribadi, kemampuan hubungan sosial, kegiatan belajar, karir dan pengambilan keputusan, serta melakukan kegiatan tertentu melalui dinamika kelompok. Melihat peran dan fungsi dari bimbingan kelompok itu sendiri sangatlah penting dalam mengembangkan potensi individu yang belum dikembangkan atau mengatasi persoalan-persoalan yang dihadapi oleh individu serta memelihara potensi yang sedang berkembang khususnya hal-hal yang berkaitan dengan persoalan tentang diri sendiri sampai peningkatan kepercayaan individu. Dengan memanfaatkan dinamika kelompok dapat membantu siswa agar lebih percaya diri untuk berpendapat dan mengembangkan potensi yang dimilikinya (anggraini & Rahmi, 2022). Juga diharapkan dapat membantu siswa dalam meningkatkan *self esteem*.

Setelah dilakukannya layanan bimbingan kelompok terhadap 12 siswa, 11 diantaranya sudah mengalami peningkatan *self esteem*, dan 1 orang mengalami kesamaan skor antara sebelum dan sesudah dilaksanakan bimbingan kelompok. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian menyatakan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan *self esteem* siswa di SMP N 3 Luhak Nan Duo.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMP N 3 Luhak Nan Duo, dapat disimpulkan bahwa:

1. gambaran *self esteem* siswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok *mean*nya 122.5 yang mana dalam kategori sedang.
2. Gambaran *self esteem* siswa sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok *mean*nya adalah 127.83 yang mana berada pada kategori tinggi.
3. Layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan *self esteem* siswa, kenyataan ini didukung dengan hasil Asymp. Sig 2-tailed diperoleh nilai 0.003 yang berarti lebih kecil dari 0.05. maka dapat disimpulkan  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak artinya layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan *self esteem* siswa di SMP N 3 Luhak Nan Duo.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, S., Syawaluddin, S., & Ardizo, C. (2023). Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Perencanaan Masa Depan Karir Anak Asuh Panti Asuhan Aisyiyah Putra Bukittinggi. *Educational Journal: General and Specific Research*, 3(3), 802-809.
- Anggarini, D., & Rahmi, A. (2022). Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Group Exercise untuk Meningkatkan Interaksi Sosial pada Siswa di SMPN 03 Sungai Pua. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 10852-10864.
- Campbell, C. (2002). *Multiple Intelequences Metode Terbaru Melesatkan Kecerdasan*. Depok: Inisiasi Press.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedent of Self Esteem*. San Fransisco: W.H. Freeman dan Company.
- Depdiknas, D. (2003). *Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional*. Jakarta: Depdiknas.
- Rizki, A. (2022). *Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Siswa Kelas 11 SMAN 1 Terbanggi Besar TA 2021/2022*. SKRIPSI: Universitas Lampung.
- Sugiyono, S. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tohirin, T. (2007). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Turnip, A., Hulukati, W., & Puluholawa, M. (2023). Konseling kelompok teknik journaling dan pengaruhnya terhadap *self esteem* siswa. *Student Journal of Guidance and Counseling*, 2(2), 87-97.
- Yusri, F. (2015). *Instrumen Non Tes Dalam Konseling*. Padang Panjang: Melati Publishing.