

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN  
PSIKOEDUKATIF DALAM MENINGKATKAN *SELF-ESTEEM*  
SISWA KELAS X SMA MUHAMMADIYAH 1 MEDAN  
TAHUN AJARAN 2025/2026**

**SKRIPSI**

*Diajukan guna melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi  
Syarat-syarat guna Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling*

Oleh :

**DINA HARDITA**  
**NPM. 2202080059**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
MEDAN  
2026**



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jl. Kapten Muchtar Baari No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20236  
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)

**BERITA ACARA**

Ujian Mempertahankan Skripsi Sarjana Bagi Mahasiswa Program Strata I  
Fakultas Keguruan dan Ilmu pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Panitia Ujian Sarjana Strata/I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dalam Sidangnya yang diselenggarakan pada hari Selasa, Tanggal 11 April 2026, pada pukul 08.30 WIB s/d selesai. Setelah mendengar, memperhatikan, dan memutuskan bahwa :

Nama Mahasiswa : Dina Hardita  
NPM : 2202080059  
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Psikoedukatif dalam Meningkatkan *Self-Esteem* Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan Tahun Ajaran 2025/2026.

Dengan diterimanya Skripsi ini, sudah lulus dari ujian komprehensif, berhak memakai gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Ditetapkan :  Lulus Yudisium  
:  Lulus Bersyarat  
:  Memperbaiki Skripsi  
:  Tidak Lulus

PANITIA PELAKSANA

Ketua

Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd

Sekretaris

Dr. Hj. Dewi Kesuma Nst, SS., M.Hum.

ANGGOTA PENGUJI:

1. Dr. Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi.
2. Deliati, S.Ag., S.Pd., M.Ag.
3. Uli Makmun Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

1.

2.

3.



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTAR  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

J. Kapten Muchtar Basri No.3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238  
Website: <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Skripsi ini diajukan oleh mahasiswa dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Dina Hardita  
NPM : 2202080059  
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Psikoedukatif* dalam Meningkatkan *Self-Esteem* Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan Tahun Ajaran 2024/2025.

Sudah layak disidangkan.

Medan, Februari 2026

Disetujui Oleh:

Dosen Pembimbing

Uli Makmun Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

Diketahui Oleh:

Dekan

Dr. Hj. Syamsyurnita, M.Pd

Ketua Program Studi

M Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd



PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Dina Hardita  
NPM : 2202080059  
Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Psikoedukatif* dalam Meningkatkan *Self-Esteem* Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan Tahun Ajaran 2024/2025.

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan *Psikoedukatif* dalam Meningkatkan *Self-Esteem* Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan Tahun Ajaran 2024/2025" Adalah bersifat asli (Original), bukan hasil menyadur mutlak dari karya orang lain.

Bagaimana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini mmaka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Uniiversitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Demikian pernyataan ini dengan sesunggu-sungguhnya dan dengan yang sebenar-benarnya.

Medan, 14 Februari 2026

Hormat Saya

Yang membuat pernyataan,



Dina Hardita

## ABSTRAK

**Dina Hardita, NPM 2202080059, Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Psikoedukatif dalam Meningkatkan *Self-esteem* Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan Tahun Ajaran 2025/2026 : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.**

Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif dalam meningkatkan *self-esteem* siswa kelas X di SMA Muhammadiyah 1 Medan. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya *self-esteem* siswa yang ditunjukkan melalui kurangnya rasa percaya diri, perasaan tidak berharga, serta kesulitan dalam mengekspresikan diri. Metode penelitian yang digunakan adalah kuasi eksperimen dengan desain *One-Group Pretest-Posttest Design*. Subjek penelitian berjumlah 7 siswa yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk melihat perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* pada subjek penelitian setelah diberikan perlakuan. Instrumen yang digunakan berupa angket *self-esteem* yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* untuk melihat perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* pada kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan *self-esteem* siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* yang menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara *pre-test* dan *post-test* (Asymp. Sig. = 0,018 < 0,05). Dengan demikian, hipotesis kerja ( $H_a$ ) diterima, yang berarti layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif terbukti secara signifikan efektif dalam meningkatkan *self-esteem* siswa.

**Kata kunci: Bimbingan Kelompok, *Self-esteem*, Pendekatan Psikoedukatif.**

## KATA PENGANTAR



*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh*

Segala puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang selalu melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini untuk melengkapi tugas-tugas dan syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana (S.Pd) tepat waktu pada Program studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Shalawat dan salam penulis sampaikan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah menyampaikan risalahnya kepada umatnya guna membimbing kegiatan yang diridhoi Allah SWT. Penulis mengadakan penelitian dengan observasi serta permasalahan yang terjadi di lapangan, sehingga penulis mengangkat judul: **“Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Psikoedukatif dalam Meningkatkan *Self-esteem* Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan Tahun Ajaran 2025/2026”**.

Terkhusus untuk kedua orang tua saya yang paling saya cintai, Papa Feri Hardian, S.H. dan Mama Rosnita Panjaitan, A.mk. Terima kasih sebanyak-banyaknya atas doa baik yang selalu kalian langitkan dengan begitu tulus, yang rasanya sampai ke bumi begitu cepat hingga berbuah keberhasilan bagi anak perempuan pertamanya ini. Terima kasih Papa dan Mama yang tidak pernah lelah memberikan dukungan materi, kasih sayang, dan kepercayaan penuh. Keberhasilan ini adalah persembahan kecil penulis untuk segala peluh dan doa yang kalian

tumpahkan demi melihat penulis meraih gelar sarjana ini. Ridho kalian adalah ridho Allah bagi penulis.

Selama proses penyelesaian skripsi ini, peneliti menyadari cukup banyak mengalami kesulitan yang peneliti hadapi, baik dari segi waktu, tenaga dan biaya. Namun, berkat doa, dukungan, dorongan, dan motivasi dari berbagai pihak, akhirnya penulisan skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Untuk itu, pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Bapak **Prof. Dr. Agussani, M.AP** selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Ibu **Dra. Hj. Syamsuyurnita, M.Pd**, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera.
3. Ibu **Dr. Dewi Kesuma Nasution, S.S., M.Hum**, Wakil Dekan I Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
4. Bapak **Mandra Saragih, S.Pd., M.Hum**, Wakil Dekan III Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
5. Bapak **Muhammad Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd.** selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

6. Ibu **Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi Psikolog** selaku Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
7. Bapak **Uli Makmun Hasibuan, S.Pd., M.Pd.** selaku Dosen Pembimbing I yang telah sangat sabar, tulus, dan ikhlas meluangkan waktu, tenaga, serta pikirannya untuk memberikan bimbingan, arahan, dan saran yang sangat berharga kepada penulis selama menyusun skripsi ini hingga selesai tepat pada waktunya.
8. Bapak dan Ibu Dosen serta Seluruh Staf Biro Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan saran, bimbingan, bantuan, dan ilmu pengetahuan yang sangat luas bagi penulis selama mengikuti perkuliahan.
9. Bapak Ivansyah Aly, S.E. selaku Kepala Sekolah SMA Muhammadiyah 1 Medan, serta Guru BK yang telah memberikan fasilitas, kesempatan, dan bantuan selama proses penelitian dilakukan.
10. Teruntuk adik-adik tersayang penulis, Ihsan Jiddan Arifi, Tirta Bagus Praja, dan Aiyra Zafira Zahra. Terima kasih telah menjadi alasan bagi penulis untuk terus semangat dan menjadi teladan yang baik. Kehadiran kalian di rumah selalu menjadi pelipur lara di saat penulis merasa lelah dengan urusan perkuliahan. Semoga keberhasilan kakak ini menjadi motivasi bagi kalian untuk mengejar mimpi-mimpi kalian nantinya.
11. Untuk sepupu saya kakak Annisa Utami Wallad, S.Pd., M.Pd. Sosok teman, sahabat, keluarga, sekaligus dosen pribadi bagi penulis yang telah banyak sekali membantu melewati segala drama perskripsian. Terima kasih telah

menjadi tempat curhat yang paling nyaman, memberikan solusi, dan menguatkan penulis di saat mental penulis sedang jatuh. Jasamu sangat membekas di hati penulis. Dan kepada abang Irwan Setiawan Koto Sahabat sekaligus keluarga yang selalu menjadi pelipur lara dikala drama perskripsian ini datang. Terima kasih atas segala celetukan dan aksi lucunya yang mampu memecah ketegangan. Kehadiranmu membuat perjalanan yang berat ini terasa jauh lebih ringan dan berwarna.

12. Kepada sahabat tersayang penulis adek Ziqrah Ghafira Siahaan, Fiskadilla Aulia Pulungan dan teman teman bermain lainnya yang tidak bisa dijabarkan satu persatu. Terima kasih sudah selalu mau menemani dan mengajak penulis keluar agar tidak terlalu stres mengerjakan skripsi. Terima kasih telah membuat proses skripsi ini menjadi hal yang menyenangkan, enjoy, dan membuktikan bahwa skripsi tidak melulu soal tekanan jika dijalani bersama sahabat yang tepat.

13. Dina Husada dan Zulianty Putri Azizah sahabat lama penulis yang sudah bersedia konsisten mensupport penulis hingga menyelesaikan skripsi ini meskipun banyak konflik yang diluar kendali dan hampir menghancurkan persahabatan ini tapi dengan kemurahan hati kita semua, kita mampu menerjangnya dan tidak kalah dengan badainya.

14. Teman seangkatan BK B Pagi 2022, terutama Chairunnisa Siregar dan Elsa Hari Ningsih Lubis. Terima kasih atas setiap memori indah yang kita ukir di kampus tercinta ini. Lebih dari sekadar teman kuliah, terima kasih telah menjadi pendengar setia di saat penulis mengalami kesulitan dan berbagai

dinamika kehidupan lainnya selama proses penyusunan skripsi ini. Meski sering kali penuh dengan canda yang menyebarkan, kehadiran kalian adalah dukungan yang luar biasa, baik dalam menghadapi masalah terkecil hingga masalah terbesar yang penulis alami. Penulis sangat menyayangi kalian. Semoga setiap kebaikan yang kalian berikan dibalas dengan keberhasilan, kebahagiaan, dan masa depan yang cerah oleh Allah SWT.

15. Dan yang terakhir, kepada diri saya sendiri Dina Hardita. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini, terima kasih tetap memilih berusaha dan merayakan dirimu sendiri sampai di titik ini. Terima kasih tetap bertanggung jawab hingga penulisan skripsi ini selesai. Walaupun sering kali merasa putus asa atas apa yang diusahakan dan belum berhasil, namun terima kasih tetap menjadi manusia yang tidak menyerah sesulit apapun prosesnya. Berbahagialah selalu, Dina. Mari merayakan dirimu sendiri atas pencapaian ini.

Kepada semua pihak yang terlibat, semoga Allah SWT membalas semua kebaikan kalian dengan pahala yang berlipat ganda. Akhir kata dengan segala kerendahan hati, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. *Amin Ya Rabbal Alamin.*

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Medan, April 2026

Dina Hardita

NPM : 2202080059

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>x</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	6
1.3 Batasan Masalah.....	7
1.4 Rumusan Penelitian.....	7
1.5 Tujuan Penelitian.....	8
1.6 Manfaat Penelitian.....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>9</b>
2.1 Kerangka Teori.....	9
2.1.1 <i>Self-esteem</i> .....	9
2.1.1.1 Pengertian <i>Self-esteem</i> .....	9
2.1.1.2 Komponen <i>Self-esteem</i> .....	10
2.1.1.3 Tingkatan <i>Self-esteem</i> .....	12
2.1.1.4 Faktor-Faktor <i>Self-esteem</i> .....	13
2.1.1.5 Indikator <i>Self-esteem</i> .....	14
2.1.1.6 Cara Meningkatkan <i>Self-esteem</i> .....	16
2.1.2 Bimbingan Kelompok .....	17
2.1.2.1 Pengertian Bimbingan Kelompok.....	17
2.1.2.2 Tujuan Bimbingan Kelompok .....	18
2.1.2.3 Manfaat Bimbingan Kelompok .....	20
2.1.2.4 Asas Bimbingan Kelompok.....	21
2.1.2.5 Komponen Bimbingan Kelompok.....	22
2.1.2.6 Tahapan dalam Bimbingan Kelompok .....	23
2.1.3 Pendekatan Psikoedukatif .....	25
2.1.3.1 Pengertian Pendekatan Psikoedukatif.....	25
2.1.3.2 Fungsi Pendekatan Psikoedukatif.....	26
2.1.3.3 Tujuan Pendekatan Psikoedukatif.....	27
2.1.3.4 Tahapan Pelaksanaan Psikoedukatif.....	28
2.2 Penelitian yang Relevan .....	31
2.3 Kerangka Konseptual .....	33
2.4 Hipotesis.....	34
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>35</b>
3.1 Pendekatan Penelitian .....	35
3.2 Desain Penelitian.....	37
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	37
3.3.1 Lokasi Penelitian .....	37
3.3.2 Waktu Penelitian .....	38
3.4 Populasi dan Sampel .....	38
3.4.1 Populasi Penelitian .....	39

3.4.2 Sampel Penelitian .....	40
3.5 Variabel dan Definisi Operasional.....	40
3.5.1 Variabel.....	40
3.5.2 Definisi Operasional .....	41
3.6 Instrumen Penelitian .....	41
3.6.1 Observasi .....	42
3.6.2 Wawancara.....	43
3.6.3 Kuesioner .....	45
3.6.4 Pengembangan kisi-kisi Instrumen .....	45
3.6.5 Uji Coba Instrumen.....	47
3.6.6 Uji Validitas .....	49
3.6.7 Uji Reliabilitas .....	49
3.7 Prosedur Penelitian .....	50
3.7.1 Tahap Prsiapan.....	51
3.7.2 Tahap Pelaksanaan Penelitian.....	51
3.7.3 Tahap Akhir Penelitian .....	52
3.8 Teknik Analisis Data.....	54
3.8.1 Deskripsi Data.....	54
3.8.2 Pengujian Hipotesis .....	56
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>59</b>
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian.....	59
4.2 Deskripsi Data Hasil Penelitian .....	60
4.2.1 Profil Perolehan Skor <i>Self-esteem</i> .....	60
4.2.2 Perbandingan Peningkatan <i>Self-esteem</i> antar Kelompok.....	63
4.3 Uji Persyaratan Analisis.....	64
4.3.1 Uji Normalitas.....	64
4.3.2 Uji Homogenitas .....	65
4.4 Pengujian Hipotesis .....	66
4.4.1 Uji Perbedaan Skor <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> (Uji Wilcoxon).....	68
4.4.2 Uji Signifikansi Perbedaan Skor <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> (Uji Wilcoxon) .....	71
4.5 Pembahasan Hasil Penelitian .....	73
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>81</b>
5.1 Kesimpulan .....	81
5.2 Saran .....	82
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>84</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>88</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Desain Penelitian Quasi Experiment.....	38
Tabel 3.2 Waktu Penelitian .....	40
Tabel 3.3 Populasi Penelitian.....	41
Tabel 3.4 Sampel Penelitian.....	41
Tabel 3.5 Skor Jawaban Responden Terhadap Instrumen .....	45
Tabel 3.7 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian.....	46
Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas.....	49
Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas.....	50
Tabel 3.10 Deskripsi Data.....	56
Tabel 4.1 Skor Perbandingan Self-esteem Siswa Subjek penelitian Pre-Test - Post-Test .....	60
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Perbandingan Pre-Test-Post-Test Variabel Self-esteem pada Subjek penelitian.....	61
Tabel 4.3 Rekapitulasi Hasil Pre-Test dan Post-Test.....	61
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas (Shapiro-Wilk).....	62
Tabel 4.5 Hasil Uji Wilcoxon Signed Test .....	64
Tabel 4.6 Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test.....	65

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....	34
Gambar 4.1 Histogram Hasil Perbedaan Efektivitas Antar Kelompok .....	66

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Rencana Pelaksanaan Layanan .....	78
Lampiran 2 Hasil Uji Validitas Kuesioner.....	86
Lampiran 3 Instrumen Penelitian .....	87
Lampiran 4 Hasil Data Pre-Test dan Post-Test.....	89
Lampiran 5 Pedoman Wawancara .....	90
Lampiran 6 Pedoman Observasi .....	92
Lampiran 7 Laporan Pelaksanaan Layanan .....	94
Lampiran 8 Verbatim .....	98
Lampiran 9 Dokumentasi .....	99
Lampiran 10 K1 .....	100
Lampiran 11 K2 .....	101
Lampiran 12 K3 .....	102
Lampiran 13 Berita Acara Bimbingan Proposal .....	103
Lampiran 14 Berita Acara Seminar.....	104
Lampiran 15 Lembar pengesahan Hasil Seminar Proposal .....	105
Lampiran 16 Surat Keterangan Bebas Pustaka .....	106
Lampiran 17 Surat Izin Riset .....	107
Lampiran 18 Surat Balasan Sekolah .....	108
Lampiran 19 Turnitin .....	109
Lampiran 20 Daftar Riwayat Hidup.....	114

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan proses yang dirancang secara sistematis untuk menciptakan suasana belajar yang mendorong peserta didik aktif dalam mengembangkan potensi dirinya. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 Ayat (1), pendidikan bertujuan mengembangkan kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan oleh individu dalam kehidupannya sebagai bagian dari masyarakat, bangsa, dan negara. Dengan demikian, Pendidikan tidak hanya berorientasi pada pengembangan aspek kognitif, tetapi juga bertanggung jawab membentuk karakter dan kepribadian peserta didik. (Mulyani dan Arifin, 2023). Oleh karena itu, pendidikan menjadi landasan utama dalam membangun generasi muda yang siap menghadapi tantangan dan dinamika kehidupan, terutama pada masa remaja yang merupakan tahap pembentukan jati diri dan kematangan pribadi.

Masa remaja merupakan periode transisi yang sangat penting karena individu sedang mengalami perubahan fisik, kognitif, dan sosial-emosional. Menurut UNICEF, remaja didefinisikan sebagai individu yang berada dalam rentang usia 10–19 tahun, yaitu periode transisi antara masa anak dan dewasa yang ditandai oleh perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Di Indonesia, BKKBN bahkan memperluas definisi ini hingga usia 24 tahun dalam konteks demografi dan kesehatan remaja. Dalam penelitian ini, peneliti mengadopsi definisi remaja usia 10–19 tahun sebagai

acuan umum, dan secara khusus meneliti siswa kelas X yang berada dalam rentang usia antara 15–16 tahun. Salah satu aspek psikologis yang berperan besar dalam keberhasilan remaja menjalani masa ini adalah *Self-esteem* atau *Self-esteem*. Beberapa siswa menunjukkan gejala *Self-esteem* rendah seperti pasif, sulit bergaul, dan pemurung, sementara siswa lain menunjukkan *Self-esteem* tinggi dengan sikap percaya diri dan sosialisasi baik. (Umam et al., 2025).

*Self-esteem* pada remaja berada pada fase yang dinamis karena mereka sedang beradaptasi dengan tuntutan sosial yang beragam. Banyak remaja mengalami penurunan *Self-esteem* akibat perbandingan sosial dengan teman sebaya dan tekanan akademik (Pratiwi, 2024). Kondisi tersebut berdampak pada munculnya perilaku menarik diri, kurangnya motivasi belajar, serta kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. (Wulandari dan Wijayanti, 2023). Oleh karena itu, pembahasan mengenai *Self-esteem* menjadi hal yang sangat penting, terutama pada peserta didik tingkat SMA. *Self-esteem* yang sehat berperan besar dalam mendukung perkembangan pribadi, sosial, dan akademik siswa sehingga mereka dapat tumbuh menjadi individu yang percaya diri, mandiri, serta mampu mengatasi tantangan perkembangan remaja dengan lebih adaptif.

Rendahnya *Self-esteem* pada remaja juga terlihat jelas dalam konteks lokal di Medan. Berdasarkan hasil observasi peneliti pada Rabu, 17 September 2025 di SMA Muhammadiyah 1 Medan, khususnya pada siswa kelas X, terlihat beberapa tanda rendahnya *Self-esteem*. Beberapa siswa tampak ragu mengemukakan pendapat saat proses belajar mengajar, memilih diam meskipun tahu jawabannya, dan terlihat kurang percaya diri ketika diminta tampil di depan kelas. Temuan ini

sejalan dengan hasil penelitian di SMA Panti Asuhan Al-Washliyah Medan yang menunjukkan bahwa dari 27 siswa, sekitar 33,3% berada pada kategori *Self-esteem* rendah, 44,4% sedang, dan hanya 22,2% yang tergolong tinggi (Muhshanah, 2025). Penelitian lain di SMA Muhammadiyah 2 Medan juga menunjukkan adanya kelompok siswa dengan *Self-esteem* relatif rendah, terutama pada siswa yang memiliki keterlibatan ayah (*father involvement*) rendah (Mulyani, 2023). Oleh karena itu, pemilihan siswa kelas X sebagai subjek penelitian menjadi relevan. Selain karena mereka sedang berada pada masa transisi dari SMP ke SMA yang rentan terhadap perubahan *Self-esteem*, hasil observasi juga memperlihatkan perlunya layanan bimbingan yang dapat membantu meningkatkan *Self-esteem* siswa.

Dalam praktiknya, guru BK di sekolah memiliki peran penting untuk membantu siswa dalam mengatasi masalah perkembangan, termasuk masalah *Self-esteem*. Melalui layanan BK, guru BK dapat memberikan bantuan yang tepat agar siswa mampu memahami dan menerima dirinya secara positif. Guru Bimbingan dan Konseling memiliki peran penting dalam dunia pendidikan, khususnya dalam membimbing dan membantu siswa mengatasi berbagai permasalahan akademik, pribadi, sosial, serta karier (Taufik, 2023). Layanan konseling kelompok terbukti efektif dalam meningkatkan *Self-esteem* siswa, di mana semua aspek *Self-esteem* yaitu *power*, *significance*, *virtue*, dan *competence* mengalami peningkatan setelah intervensi (Nashwa et al., 2025)

Salah satu layanan yang dapat digunakan adalah bimbingan kelompok. Melalui bimbingan kelompok, peserta didik diajak untuk berbagi pengalaman dan

berdiskusi. Siswa dilatih untuk saling menghargai, terbuka, dan mendukung satu sama lain, sehingga dengan dinamika kelompok yang baik mereka dapat belajar menghargai dirinya dan orang lain. Bimbingan kelompok efektif untuk mengembangkan keterampilan sosial, komunikasi, dan kepercayaan diri (Nawawi 2025). Selain itu, kelompok merupakan wadah alami untuk memfasilitasi pertumbuhan pribadi (Darmayanti, 2020).

Untuk mengoptimalkan layanan bimbingan kelompok, konselor dapat memilih pendekatan psikoedukatif. Psikoedukasi merupakan strategi yang efektif dalam membentuk kesadaran dan pemahaman individu, serta terbukti mampu meningkatkan pemahaman, mengembangkan sikap positif, dan mendorong efikasi dalam menghadapi tantangan akademik maupun psikososial (Maharani et al., 2024). Dalam hal ini, konselor secara sukarela membantu siswa memahami dirinya, menjelaskan cara belajar yang efektif, serta menyadarkan siswa tentang potensi dirinya sendiri (Nasution & Abdillah, 2019). Salah satu contohnya terlihat pada intervensi psikoedukatif untuk meningkatkan *Self-esteem*, di mana metode partisipatif seperti diskusi interaktif dan eksplorasi kekuatan diri terbukti efektif menaikkan skor harga diri klien (Sabrina, et al., 2025).

Sejumlah penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa bimbingan kelompok memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan *Self-esteem* siswa. layanan bimbingan kelompok secara signifikan efektif dalam meningkatkan *Self-esteem* siswa di SMP Negeri 3 Luhak Nan Duo (Iqsani, Syawaluddin, Rahmi, dan Arjoni, 2025). Penelitian serupa di SMKN 2 Kuripan, yang membuktikan adanya perbedaan skor *Self-esteem* siswa sebelum dan sesudah mengikuti layanan

konseling (Nuraeni dan Mastari, 2022). Selain itu, ada juga yang menegaskan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik assertive training efektif meningkatkan *Self-esteem* siswa SMA (Fatimah, et al., 2023).

Meskipun demikian, penelitian-penelitian tersebut umumnya hanya berfokus pada layanan, teknik dan pendekatan konseling yang lain dan belum secara khusus menggunakan pendekatan psikoedukatif. Selain itu, belum ditemukan penelitian yang secara spesifik mengkaji penerapan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif untuk meningkatkan *Self-esteem* siswa SMA Muhammadiyah 1 Medan, khususnya siswa kelas X. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki posisi penting untuk mengisi kekosongan tersebut dengan menguji efektivitas bimbingan kelompok berbasis psikoedukatif dalam meningkatkan *Self-esteem* siswa.

Kondisi lapangan di SMA Muhammadiyah 1 Medan menunjukkan adanya fenomena *Self-esteem* yang perlu mendapat perhatian khusus. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui wawancara dengan Bapak MK selaku Guru Bimbingan dan Konseling pada tanggal 24 Januari 2026, terungkap bahwa sejumlah siswa khususnya di kelas X masih memiliki rasa percaya diri yang rendah. Hal ini terlihat dari perilaku siswa yang cenderung pasif saat KBM berlangsung, seperti enggan bertanya atau takut salah ketika menjawab pertanyaan guru. Selain itu, hasil observasi langsung di sekolah juga memperkuat temuan tersebut, di mana siswa dengan *Self-esteem* rendah cenderung minder dan lebih memilih menyendiri daripada berbaur dengan teman sebaya. Maka peneliti menyimpulkan jika fenomena ini dibiarkan tanpa adanya layanan bantuan yang

tepat, dikhawatirkan akan menghambat perkembangan akademik maupun kepribadian siswa di masa depan.

Kondisi tersebut menunjukkan pentingnya *Self-esteem* sebagai aspek yang perlu mendapat perhatian dan ditingkatkan pada siswa remaja, khususnya di SMA Muhammadiyah 1 Medan. Salah satu upaya yang diyakini efektif untuk membantu siswa meningkatkan kepercayaan diri dan penghargaan terhadap dirinya adalah melalui layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif. Oleh karena itu, peneliti bermaksud melakukan penelitian untuk melihat efektivitas bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif dalam meningkatkan *Self-esteem* siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Masih terdapat siswa SMA Muhammadiyah 1 khususnya kelas X, yang memiliki *Self-esteem* rendah sehingga kurang percaya diri dalam menampilkan kemampuan yang dimilikinya.
2. Rendahnya *Self-esteem* siswa berdampak pada sikap pasif di kelas, seperti enggan bertanya, jarang mengemukakan pendapat, dan takut salah dalam menjawab pertanyaan guru.
3. Siswa dengan *Self-esteem* rendah cenderung minder dalam pergaulan, sulit menjalin hubungan sosial yang sehat, dan lebih memilih menyendiri.
4. Kondisi *Self-esteem* yang rendah dapat menghambat perkembangan akademik maupun pribadi siswa.

### 1.3 Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terarah dan tidak melebar ke permasalahan lain, maka peneliti membatasi pada:

1. Penelitian ini dibatasi pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan Tahun Ajaran 2025/2026 yang teridentifikasi memiliki tingkat *Self-esteem* (harga diri) dalam kategori rendah berdasarkan hasil penyebaran angket (*pre-test*).
2. Masalah yang diteliti dibatasi pada upaya meningkatkan *Self-esteem* siswa, yang mencakup aspek perasaan aman (*feeling of safety*), mengenali diri (*feeling of identity*), diterima (*feeling of belonging*), mampu (*feeling of competence*), dan bernilai (*feeling of worth*).
3. Tindakan dalam penelitian ini dibatasi pada pemberian Layanan Bimbingan Kelompok dengan menggunakan Pendekatan Psikoedukatif sebagai teknik utama untuk memberikan pemahaman dan penguatan kepada siswa dalam meningkatkan *Self-esteem* mereka.

### 1.4 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi, dan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, apakah terdapat peningkatan *self-esteem* siswa yang signifikan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan?

## 1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk menganalisis signifikansi peningkatan *self-esteem* siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan melalui pemberian layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif.

## 1.6 Manfaat Penelitian

### 1. Secara Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya sumber ilmu pengetahuan di bidang bimbingan dan konseling, khususnya terkait Efektivitas bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif untuk meningkatkan *Self-esteem*.

### 2. Secara Praktis

#### a. Bagi Siswa

Membantu meningkatkan *Self-esteem* sehingga mereka lebih percaya diri, berani berpendapat, dan mampu menghargai diri sendiri.

#### b. Bagi Guru BK/Konselor

Memberikan alternatif layanan bimbingan yang efektif untuk menangani permasalahan *Self-esteem* siswa.

#### c. Bagi Sekolah

Menjadi masukan dalam mengembangkan program layanan bimbingan dan konseling yang lebih sesuai dengan kebutuhan peserta didik.

#### d. Bagi Peneliti

Menambah pengalaman dan wawasan dalam melaksanakan penelitian serta sebagai bekal profesional dibidang bimbingan dan konseling.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Kerangka Teori**

##### **2.1.1 *Self-esteem***

###### **2.1.1.1 Pengertian *Self-esteem***

Menurut Rokhmatika dan Muslikah (2024) Harga diri atau *Self-esteem* didefinisikan oleh sebagai evaluasi individu dalam memandang dirinya, terutama berkaitan dengan sikap menerima dan menolak. Konsep ini tercermin melalui sikap positif maupun negatif terhadap diri sendiri, yang pada akhirnya akan memengaruhi pola pikir dan perilaku individu dalam kehidupan sehari-hari. Sebagaimana dijelaskan oleh Destari dan Suwandi (2023) Seseorang dengan *Self-esteem* yang tinggi cenderung memiliki pandangan positif, kepercayaan diri yang kuat, serta mampu menghargai dirinya secara seimbang.

Salah satu aspek penting yang muncul dari *Self-esteem* adalah pengaruhnya terhadap kemampuan individu dalam berperilaku asertif. Orang yang memiliki tingkat *Self-esteem* tinggi biasanya mampu menilai dirinya sebagai pribadi yang berharga dan memiliki kemampuan untuk berinteraksi secara sehat di lingkungannya. Dalam uraian Ardaningrum dan Savira (2022) kesadaran akan nilai diri tersebut menjadi dorongan bagi seseorang untuk dapat mengekspresikan pikiran, perasaan, dan pendapatnya secara terbuka tanpa rasa takut atau rendah diri.

Masalah utama yang sering dialami individu dengan *Self-esteem* rendah adalah ketidakmampuan untuk menerima dirinya sendiri. Mereka mungkin tidak mengenali kelebihan, kekurangan, atau bahkan tujuan hidupnya, sehingga sulit

untuk berkembang secara positif. Oleh karena itu, langkah awal dalam membangun *Self-esteem* adalah memahami diri sendiri secara mendalam—baik dari segi emosi, potensi, maupun nilai-nilai pribadi. Sejalan dengan pernyataan Dharma. (2020) pemahaman ini menjadi pondasi penting dalam mengarahkan perubahan positif dan peningkatan kualitas hidup

Kesimpulannya, *Self-esteem* dapat dimaknai sebagai persepsi dan penghargaan seseorang terhadap dirinya sendiri yang berperan penting dalam membentuk kepribadian, perilaku sosial, serta kemampuan beradaptasi dengan lingkungan. Individu dengan *Self-esteem* yang baik akan lebih mudah menghadapi tantangan hidup, berpikir positif, dan menjalin hubungan sosial yang sehat, sehingga *Self-esteem* menjadi aspek fundamental dalam perkembangan psikologis dan kesejahteraan emosional seseorang.

#### **2.1.1.2 Komponen *Self-esteem***

Dalam perspektif Rokhmatika dan Muslikah (2024) terdapat empat komponen utama yang membentuk *Self-esteem* pada individu yaitu sebagai berikut:

##### 1) Kekuatan (*Power*)

Komponen ini menggambarkan sejauh mana seseorang memiliki kendali atas perilakunya sendiri serta mampu mengatur tindakannya dengan baik. Individu yang memiliki kekuatan diri biasanya mendapatkan pengakuan dan rasa hormat dari orang lain karena mampu menunjukkan sikap yang tegas, mandiri, dan bertanggung jawab atas setiap tindakan yang dilakukan.

## 2) Keberartian (*Significance*)

Komponen ini berkaitan dengan sejauh mana seseorang merasa diperhatikan,

dicintai, dan diterima oleh lingkungan sosialnya. Rasa keberartian muncul ketika individu mendapatkan dukungan emosional serta kasih sayang dari orang lain, yang menumbuhkan rasa diterima dan dihargai dalam hubungan sosialnya, baik di lingkungan keluarga, pertemanan, maupun masyarakat.

## 3) Kebajikan (*Virtue*)

Kebajikan mencerminkan komitmen individu untuk bertindak sesuai dengan nilai moral, norma sosial, etika, dan ajaran agama. Individu dengan tingkat kebajikan tinggi akan berusaha menghindari perilaku yang melanggar aturan dan lebih memilih untuk bertindak sesuai dengan prinsip-prinsip moral yang dianutnya. Hal ini menunjukkan adanya kesadaran etis dalam menentukan perilaku yang benar dan pantas.

## 4) Kemampuan (*Competence*)

Komponen ini menunjukkan tingkat keterampilan dan efektivitas seseorang dalam memenuhi kebutuhan serta mencapai tujuan yang diinginkan. Rasa kompeten terbentuk melalui pencapaian dan keberhasilan dalam menjalankan tugas-tugas yang sesuai dengan tahap perkembangan dan kemampuan individu. Semakin tinggi kemampuan seseorang dalam menyelesaikan tugasnya, semakin besar pula rasa percaya diri dan penghargaan terhadap dirinya sendiri.

Selain itu, Fitriani (2020) mengemukakan bahwa harga diri (*Self-esteem*) mencakup tiga komponen utama, yaitu:

- 1) Perasaan diterima atau memiliki tempat dalam suatu lingkungan sosial (*feeling of belonging*).
- 2) Perasaan memiliki kemampuan dan keyakinan diri untuk melakukan sesuatu dengan baik (*feeling of competence*).
- 3) Perasaan bahwa dirinya bernilai dan memiliki arti penting bagi diri sendiri maupun orang lain (*feeling of worth*).

#### **2.1.1.3 Tingkatan *Self-esteem***

Jika ditinjau melalui konsep Hutabarat (2024) *Self-esteem* dapat dibagi menjadi tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah, yang masing-masing memiliki karakteristik berbeda dalam penilaian diri dan perilaku individu

- 1) Tingkatan tinggi, dengan ciri memiliki kepribadian yang mandiri, kreatif, yakin atas pendapatnya, selalu stabil disituasi apapun, tingkat kecemasan rendah, dan cenderung berhasil dalam menjalani sesuatu.
- 2) Tingkatan sedang, Individu dengan tingkat *Self-esteem* sedang ini melihat dirinya lebih baik dibandingkan kebanyakan orang, namun masih berada di bawah penilaian individu dengan tingkat *Self-esteem* yang tinggi.
- 3) Tingkatan rendah, memiliki rasa percaya diri yang rendah dan tidak berani mengekspresikan dirinya ketika berada dalam kelompok, terutama saat memiliki ide-ide baru. Mereka sering mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan interpersonal dan kurang mampu terlibat dalam aktivitas sosial.

#### 2.1.1.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self-esteem*

Menurut Yudiono dan Sulisty (2020) *Self-esteem* siswa dipengaruhi oleh faktor internal seperti motivasi, aspek afektif dan kognitif, serta kemampuan pengembangan diri. Selain itu, faktor eksternal seperti lingkungan belajar, apresiasi dari orang lain, kerja sama, dan komunikasi sosial juga memainkan peran penting.

##### 1) Faktor Internal

Faktor internal mencakup aspek-aspek pribadi yang berkaitan dengan kondisi psikologis, pola pikir, dan kemampuan individu. Motivasi diri berperan penting karena individu yang memiliki dorongan intrinsik kuat cenderung lebih percaya pada kapasitas dirinya. Aspek afektif seperti kestabilan emosi dan kemampuan mengelola perasaan turut memengaruhi bagaimana seseorang menilai dirinya. Selain itu, aspek kognitif termasuk keyakinan terhadap kemampuan, cara berpikir, serta interpretasi pengalaman akan membentuk persepsi diri secara langsung. Pola pikir yang adaptif dan kemampuan mengembangkan diri mendukung terbentuknya *Self-esteem* positif, sedangkan pola pikir negatif atau penafsiran yang keliru terhadap pengalaman dapat menurunkannya.

##### 2) Faktor Eksternal

Faktor eksternal berasal dari lingkungan sosial dan interaksi yang memengaruhi penilaian individu terhadap dirinya. Lingkungan belajar yang suportif, metode pembelajaran yang menghargai siswa, serta apresiasi dari guru, orang tua, dan teman sebaya dapat memperkuat *Self-esteem*. Interaksi sosial yang positif melalui kerja sama dan komunikasi interpersonal

memberi pengalaman diterima dan dihargai oleh kelompok. Dukungan sosial yang stabil dari keluarga, teman, dan guru juga berperan besar dalam membangun rasa aman dan berharga. Sebaliknya, lingkungan yang kurang mendukung atau tekanan sosial tanpa pendampingan dapat berdampak negatif pada pembentukan harga diri.

#### **2.1.1.5 Indikator *Self-esteem***

*Self-esteem* merupakan penilaian individu terhadap keberhargaan dirinya. Reasoner menjelaskan bahwa *Self-esteem* dapat dipandang sebagai penilaian menyeluruh individu terhadap dirinya sendiri yang berkaitan dengan kompetensi diri dan rasa keberhargaan berdasarkan realita yang dialaminya. Berdasarkan konsep tersebut, Reasoner dalam Zamzanah et al., (2023) menyebutkan ada lima indikator untuk mengukur *Self-esteem*, yaitu

1. Perasaan Aman (*Feeling of Security*)

Perasaan aman bagi individu berhubungan dengan rasa kepercayaan dalam lingkungan mereka. Individu yang memiliki rasa aman merasa bahwa lingkungannya aman, dapat diandalkan, dan terpercaya. Keamanan emosional ini menjadi fondasi penting dalam membangun kepercayaan diri serta kestabilan individu dalam berinteraksi dengan orang lain.

2. Perasaan Mengenal Diri (*Feeling of Identity*)

Perasaan identitas melibatkan kesadaran diri menjadi seorang individu yang memisahkan diri dari orang lain dan memiliki karakteristik yang unik. Hal ini juga melibatkan penerimaan diri terhadap berbagai potensi, kepentingan, kekuatan, dan kelemahan yang dimiliki. Untuk mengetahui jati diri mereka

sendiri, individu harus disediakan kesempatan untuk mengeksplorasi diri serta lingkungan mereka.

3. Perasaan Diterima (*Feeling of Belonging*)

Perasaan ini muncul ketika individu merasa menjadi bagian dari suatu kelompok dan memperoleh penerimaan dari orang-orang di sekitarnya, baik di lingkungan keluarga, pertemanan, maupun sekolah. Individu yang merasa diterima cenderung memiliki pandangan positif terhadap dirinya. Sebaliknya, apabila seseorang merasa terasing atau ditolak, hal tersebut dapat menurunkan penilaian dirinya secara signifikan.

4. Perasaan Mampu (*Feeling of Competence*)

Perasaan mampu mencerminkan keyakinan individu bahwa dirinya secara umum mampu menghasilkan hasil yang diinginkan, memiliki kepercayaan diri dalam kemampuan berpikir, serta mampu membuat pilihan dan keputusan yang tepat. Individu dengan tingkat kompetensi yang tinggi biasanya merasa bangga terhadap pencapaiannya dan memiliki rasa percaya diri dalam menghadapi tantangan.

5. Perasaan Bernilai (*Feeling of Worth*)

Perasaan bernilai berkaitan dengan sejauh mana individu menilai dirinya sebagai pribadi yang berharga, yang tercermin dari apakah individu tersebut menjalani hidupnya sesuai dengan nilai-nilai dasar kemanusiaan yang fundamental. Rasa berharga ini sering terbentuk dari pengalaman masa lalu serta bagaimana individu menafsirkan umpan balik dari lingkungannya.

### 2.1.1.6 Cara Meningkatkan *Self-esteem*

Peningkatan *Self-esteem* dapat dilakukan melalui berbagai strategi yang berfokus pada penguatan pemahaman diri, restrukturisasi pola pikir negatif, serta pengembangan keterampilan sosial yang mendukung penilaian diri positif. Upaya peningkatan tersebut menjadi lebih efektif apabila disampaikan melalui proses edukatif yang sistematis. Dalam konteks ini, psikoedukasi berperan sebagai pendekatan yang memberikan informasi psikologis, pemahaman diri, serta latihan keterampilan yang relevan bagi individu agar mampu membangun evaluasi diri yang lebih adaptif. Program psikoedukasi memberikan peningkatan skor *Self-esteem* antara Pre-Test dan Post-Test (Ihdalumam et al., 2023).

Proses psikoedukatif terbukti efektif dalam mengubah pola pikir negatif menjadi lebih realistis dan positif. Melalui identifikasi pikiran disfungsional, restrukturisasi kognitif, dan latihan penerimaan diri, individu diarahkan untuk menilai diri sendiri lebih objektif dan mengembangkan rasa penghargaan diri yang sehat. Studi kuasi-eksperimen pada remaja SMA menunjukkan bahwa psikoedukasi dapat meningkatkan *Self-esteem* dengan cara mengurangi rasa insecure melalui diskusi dan pengisian jurnal (Suarni dan Mayang Sari, 2024).

Pendekatan psikoedukatif sangat cocok diintegrasikan ke dalam bimbingan kelompok karena suasana kelompok mendorong interaksi terbuka dan saling mendukung. Dalam kelompok, peserta bisa bertukar pengalaman, memperoleh umpan balik, dan melakukan latihan pengembangan diri bersama. Penelitian juga menemukan bahwa intervensi psikoedukasi kelompok dapat meningkatkan *Self-*

*esteem* remaja, terutama ketika materi diberikan secara terstruktur dan konsisten dalam lingkungan yang mendukung (Slametiningsih et al.. 2021).

## **2.1.2 Bimbingan Kelompok**

### **2.1.2.1 Pengertian Bimbingan Kelompok**

Bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk layanan yang termasuk dalam bidang Bimbingan dan Konseling. Bimbingan kelompok dapat diartikan sebagai suatu layanan yang dirancang untuk memberikan informasi, pengalaman, serta kesempatan belajar melalui aktivitas kelompok yang terencana dan terorganisir secara sistematis (Harahap dan Sumarto, 2020). Kegiatan dalam bimbingan kelompok berfokus pada pembahasan topik-topik yang bersifat umum atau *common problem* dan bukan masalah pribadi yang bersifat rahasia. Bimbingan kelompok umumnya memberikan informasi yang benar dan bermanfaat agar setiap anggota kelompok mampu meningkatkan pemahaman diri serta mengembangkan sikap yang lebih baik dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan.

Sementara itu Tiro dan Marjohan, (2022) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok adalah suatu bentuk layanan yang memanfaatkan dinamika kelompok untuk memberikan bantuan kepada individu yang membutuhkan. Melalui proses ini, setiap anggota kelompok tidak hanya memperoleh dukungan dari pembimbing, tetapi juga dari sesama peserta. Informasi yang diperoleh dalam kegiatan tersebut dapat digunakan untuk kepentingan pribadi masing-masing anggota, khususnya dalam upaya mengembangkan potensi diri dan mencapai kemandirian. Dengan adanya interaksi timbal balik antaranggota, proses pengembangan diri menjadi lebih bermakna karena terjadi saling berbagi pengalaman dan pemikiran.

Bimbingan kelompok juga merupakan layanan yang memberi kesempatan kepada peserta didik untuk bersama-sama mendapatkan berbagai pengetahuan dari guru pembimbing, atau melalui pembahasan topik-topik tertentu yang relevan dengan kehidupan mereka (Hasanah, 2018). Kegiatan ini tidak hanya memperluas wawasan peserta, tetapi juga berfungsi sebagai sarana pengembangan diri, baik sebagai individu maupun sebagai pelajar. Dengan mengikuti bimbingan kelompok, siswa dapat belajar berinteraksi, berpendapat, serta menemukan solusi terhadap berbagai permasalahan umum yang mereka hadapi dalam lingkungan sekolah maupun kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan berbagai pandangan dari para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok merupakan suatu kegiatan layanan bimbingan yang dilaksanakan secara berkelompok dengan tujuan memberikan bantuan, informasi, dan pengalaman belajar yang bermanfaat bagi peserta. Prosesnya dilakukan melalui interaksi kelompok yang terencana, di mana setiap anggota memiliki kesempatan untuk berpartisipasi aktif dalam membahas topik yang bersifat umum dan relevan dengan kehidupan mereka. Dengan demikian, bimbingan kelompok tidak hanya berfungsi untuk memberikan informasi, tetapi juga menjadi media pengembangan diri, peningkatan pemahaman diri, serta pembentukan sikap dan perilaku yang positif sehingga setiap individu dapat mengoptimalkan potensi yang dimilikinya.

#### **2.1.2.2 Tujuan Bimbingan Kelompok**

Kegiatan dalam layanan bimbingan kelompok diarahkan untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan diri peserta serta membantu mereka dalam menemukan solusi atas permasalahan yang dihadapi (Astuti et al., 2019).

Melalui kegiatan ini, siswa memperoleh kesempatan untuk saling bertukar pandangan, belajar memahami diri sendiri maupun orang lain, serta mengembangkan kemampuan berpikir kritis dalam menghadapi tantangan yang muncul di lingkungan sekolah maupun kehidupan sehari-hari.

Tujuan bimbingan kelompok secara umum adalah untuk mengembangkan pribadi masing-masing anggota kelompok melalui berbagai suasana yang menyenangkan, sedangkan secara khusus bertujuan untuk melatih individu agar berani mengemukakan pendapat, bersikap terbuka, membina keakraban, memiliki tanggung rasa, memperoleh keterampilan sosial, serta membantu mereka mengenali dan memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain (Harefa et al., 2024). Dalam prosesnya, setiap anggota kelompok diajak untuk berpartisipasi aktif, berbagi pengalaman, serta membangun kerja sama yang harmonis demi tercapainya perkembangan pribadi dan sosial yang seimbang.

Sementara itu, Aulia (2024), menjelaskan bahwa tujuan khusus dari bimbingan kelompok meliputi berbagai aspek penting dalam pengembangan diri peserta. Melalui kegiatan ini, anggota kelompok diharapkan dapat belajar berbicara secara efektif di depan orang lain, mampu memberikan dan menerima pendapat dengan bijaksana, serta bertanggung jawab terhadap opini yang disampaikan. Selain itu, bimbingan kelompok juga menumbuhkan kemampuan dalam mengendalikan diri dan emosi, mengembangkan sikap saling menghormati, mempererat hubungan antaranggota, dan membahas berbagai topik umum yang relevan dengan kehidupan bersama.

Berdasarkan pemaparan tersebut, dapat disimpulkan bahwa tujuan bimbingan kelompok adalah memberikan kesempatan seluas-luasnya kepada setiap anggota untuk mengasah kemampuan diri, khususnya dalam berkomunikasi dan berinteraksi sosial. Melalui kegiatan ini, peserta dapat membentuk kepribadian yang selaras, mampu menyesuaikan diri secara positif dengan lingkungan, memiliki kepekaan sosial yang tinggi, serta mampu mengontrol diri dalam menghadapi berbagai situasi. Selain itu, bimbingan kelompok juga mendorong peserta untuk berperan aktif dalam menemukan solusi terhadap permasalahan yang sedang mereka hadapi, baik secara individu maupun bersama-sama dalam kelompok.

### **2.1.2.3 Manfaat Bimbingan Kelompok**

Terdapat sejumlah manfaat yang dapat diperoleh siswa melalui pelaksanaan layanan bimbingan kelompok (Harefa et al., 2024). Manfaat bimbingan kelompok di antaranya:

- 1) mengembangkan kemampuan peserta layanan agar berani berbicara di dalam kelompok dan umum, serta diberi kesempatan yang luas untuk berpendapat dan membicarakan berbagai hal yang terjadi di sekitarnya
- 2) menimbulkan sikap yang positif terhadap keadaan diri dan lingkungan di dalam kelompok, menolak hal-hal yang negatif dan menyokong hal-hal yang positif
- 3) mendorong peserta untuk menyusun program-program dan kegiatan untuk mewujudkan penolakan terhadap yang buruk dan dukungan terhadap yang baik

- 4) melaksanakan kegiatan-kegiatan nyata dan langsung untuk membuahkan hasil yang telah direncanakan.

#### **2.1.2.4 Asas Bimbingan Kelompok**

Menurut Hasanah, Sa'idah, Fakhriyani, dan Aisa (2022), asas-asas bimbingan kelompok mencakup:

1. Kesukarelaan, Peserta kelompok harus mengikuti layanan secara sukarela, tanpa paksaan dari pihak manapun, sedangkan pemimpin kelompok memberikan bantuan secara sukarela.
2. Keterbukaan, Anggota kelompok didorong untuk terbuka dalam menyampaikan pikiran, perasaan, dan informasi pribadi, serta bersedia menerima umpan balik dari orang lain.
3. Kegiatan, Keberhasilan bimbingan kelompok bergantung pada partisipasi aktif anggota dalam diskusi atau aktivitas kelompok agar tema atau masalah yang dibahas dapat diselesaikan dengan baik.
4. Kenormatifan, Semua interaksi dalam kelompok harus mengikuti norma-norma yang berlaku (misalnya norma sosial, moral, atau aturan kelompok), agar proses bimbingan tetap harmonis dan terstruktur.
5. Kerahasiaan, Informasi pribadi yang diungkapkan oleh anggota kelompok harus dijaga kerahasiaannya oleh semua pihak dalam kelompok, sehingga menciptakan suasana aman dan saling percaya.

### **2.1.2.5 Komponen Bimbingan Kelompok**

Bimbingan Kelompok memiliki beberapa komponen penting yang perlu dipahami agar prosesnya berjalan efektif (Khasanah, 2023). Komponen-komponen tersebut meliputi:

1) pemimpin kelompok

Pemimpin bertugas mengelola dan menghidupkan dinamika kelompok agar interaksi antar anggota berjalan seintensif mungkin dan mendukung tercapainya tujuan umum bimbingan kelompok.

2) Anggota kelompok

Tidak semua individu bisa menjadi anggota bimbingan kelompok. Konselor harus membentuk kelompok yang memenuhi persyaratan tertentu. Jumlah dan karakteristik anggota, baik homogen maupun heterogen, memengaruhi efektivitas kelompok. Idealnya, jumlah anggota tidak terlalu banyak maupun terlalu sedikit, karena kelompok dengan anggota lebih dari sepuluh orang cenderung kurang efektif.

3) Dinamika yang terjadi di dalam kelompok

Dinamika kelompok sengaja dikembangkan dalam bimbingan kelompok. Hal ini mencakup hubungan interpersonal yang ditandai dengan semangat, kerja sama, saling berbagi pengalaman, dan pencapaian tujuan bersama. Dinamika ini membangun rasa kebersamaan, saling mendukung, dan hubungan bermakna antar anggota. Peran serta anggota dalam dinamika ini sangat menentukan manfaat yang diperoleh masing-masing peserta.

### **2.1.2.6 Tahapan dalam Bimbingan Kelompok**

Nurihsan dalam Abdillah dan Nasution (2019) menyampaikan bahwa pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok dapat dibedakan berdasarkan jumlah peserta menjadi tiga kategori, yaitu kelompok kecil yang beranggotakan 2–6 orang, kelompok sedang dengan jumlah 7–12 orang, dan kelompok besar yang terdiri dari 13–20 orang. Menurut Ilhamuddin et al. (2024) kegiatan bimbingan kelompok dilaksanakan melalui empat tahapan utama, yaitu tahap pembentukan, tahap transisi (peralihan), tahap kegiatan, dan tahap pengakhiran

Adapun penjelasan dari keempat tahapan tersebut adalah sebagai berikut:

a. Tahap Pembentukan/Awal

Tahap ini merupakan proses awal terbentuknya kelompok, di mana setiap anggota mulai bergabung dan siap berpartisipasi dalam kegiatan. Pada tahap ini dilakukan pengenalan antaranggota agar tercipta suasana yang akrab dan terbuka. Anggota juga diajak untuk menyampaikan harapan serta tujuan mengikuti kegiatan kelompok. Pemimpin kelompok bertugas memberikan penjelasan tentang pengertian bimbingan kelompok, tujuan kegiatan, serta asas-asas yang berlaku dalam pelaksanaannya.

b. Tahap Peralihan

Sebelum memasuki kegiatan inti, pemimpin kelompok memberikan penjelasan ulang mengenai kegiatan yang akan dijalankan serta peran masing-masing anggota selama proses berlangsung. Pada tahap ini, pemimpin juga menilai sejauh mana kesiapan anggota untuk melanjutkan ke kegiatan berikutnya. Hal-hal penting seperti pengertian, tujuan, dan asas-

asas bimbingan kelompok ditegaskan kembali agar seluruh anggota benar-benar memahami arah kegiatan. Selain itu, pemimpin menjelaskan topik yang akan dibahas, baik topik bebas maupun topik tugas, sesuai dengan jenis bimbingan kelompok yang akan dilaksanakan.

c. Tahap Kegiatan/Inti

Tahap ini merupakan bagian utama dari keseluruhan proses bimbingan kelompok. Pada tahap ini, pembahasan difokuskan pada topik tertentu yang telah ditetapkan sebelumnya. Dalam pelaksanaannya, biasanya digunakan pendekatan kelompok tugas atau topik tugas, di mana pemimpin kelompok menentukan satu tema yang akan didiskusikan bersama oleh seluruh anggota. Proses ini bertujuan untuk mengembangkan pemahaman, berbagi pengalaman, serta menemukan solusi dari permasalahan yang dibahas.

d. Tahap Pengakhiran

Tahap pengakhiran merupakan bagian penutup dari rangkaian kegiatan bimbingan kelompok. Pada tahap ini, pemimpin kelompok bersama para anggota melakukan refleksi terhadap seluruh kegiatan yang telah dilakukan, meninjau kembali hasil yang diperoleh, serta mengevaluasi efektivitas pelaksanaan bimbingan kelompok. Selain itu, pemimpin kelompok dan anggota juga dapat menyusun rencana tindak lanjut untuk kegiatan berikutnya agar proses bimbingan dapat terus berlanjut secara berkesinambungan.

### **2.1.3 Pendekatan Psikoedukatif**

#### **2.1.3.1 Pengertian Pendekatan Psikoedukatif**

Psikoedukatif adalah pendekatan psikologis yang memadukan unsur pendidikan dan psikologi dengan tujuan meningkatkan pemahaman individu terhadap kondisi mentalnya sekaligus membekalinya dengan keterampilan yang adaptif. Melalui pendekatan ini, individu didorong untuk mengenali emosi, pola pikir, dan perilakunya secara lebih mendalam sehingga mampu mengelola berbagai permasalahan hidup secara konstruktif. Psikoedukatif juga berfungsi sebagai upaya preventif dan kuratif, membantu individu mengembangkan kemampuan menghadapi stres, memperkuat daya lenting (resiliensi), serta menumbuhkan sikap positif terhadap diri sendiri dan lingkungan (Kuway dan Putri, 2025).

Psikoedukatif merupakan suatu metode intervensi yang berfokus pada pemberian pemahaman dan bantuan kepada individu dalam mengatasi berbagai tantangan dan permasalahan hidup yang mereka hadapi. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa psikoedukatif adalah strategi yang dapat digunakan oleh konselor untuk menyampaikan pemahaman psikologis kepada konseli melalui proses edukatif (Riati et al., 2024).

Dengan demikian, peneliti menyimpulkan bahwa konseling psikoedukatif merupakan suatu pendekatan konseling yang menggabungkan unsur psikologis dan pendidikan secara terpadu. Tujuan utamanya adalah memberikan wawasan, informasi, serta keterampilan praktis kepada klien agar mereka mampu memahami dan menyelesaikan permasalahan emosional maupun psikologis yang dihadapi.

Pendekatan ini berupaya memberikan dukungan secara menyeluruh (holistik) kepada individu agar dapat berfungsi optimal dalam kehidupannya.

### **2.1. 3.2 Fungsi Pendekatan Psikoedukatif**

Pelaksanaan psikoedukatif memiliki beragam peran penting yang saling melengkapi dalam membantu individu mencapai perkembangan optimal.

- a. Pertama, fungsi pencegahan berfokus pada upaya mencegah timbulnya berbagai persoalan yang dapat menghambat pertumbuhan dan kesejahteraan konseli. Melalui pendekatan ini, konselor membantu individu mengenali potensi risiko serta mengantisipasi munculnya gangguan dalam kehidupan pribadi maupun sosialnya.
- b. Kedua, fungsi pemahaman bertujuan untuk menumbuhkan kesadaran diri konseli terhadap potensi, karakter, serta lingkungan di sekitarnya. Dengan demikian, konseli dapat memahami situasi dan kebutuhan dirinya secara lebih mendalam sebagai dasar dalam mengambil keputusan yang tepat.
- c. Ketiga, fungsi pengentasan menitikberatkan pada proses penyelesaian masalah yang sedang dihadapi konseli. Setiap individu memiliki karakteristik dan permasalahan yang berbeda, sehingga penanganannya pun perlu dilakukan secara personal dan disesuaikan dengan konteks masing-masing agar lebih efektif.
- d. Keempat, fungsi pemeliharaan dan pengembangan diarahkan untuk membantu konseli menjaga serta mengembangkan potensi yang telah dimilikinya agar tetap konsisten dan dapat terus berkembang secara berkelanjutan. Dengan cara ini, konseli tidak hanya mampu

mempertahankan kondisi positif, tetapi juga meningkatkan kualitas dirinya secara berkesinambungan.

Terakhir, fungsi advokasi berperan dalam memberikan perlindungan terhadap hak-hak dan kepentingan konseli yang mungkin terabaikan atau dilanggar, terutama dalam konteks pendidikan dan perkembangan pribadi. Melalui fungsi ini, konselor berperan sebagai pembela dan pendukung bagi konseli agar dapat memperoleh haknya secara adil (Mulyadi, 2016).

### **2.1.3.3 Tujuan Pendekatan Psikoedukatif**

Tujuan pendekatan psikoedukatif secara umum adalah membantu individu memahami diri dan permasalahan yang dihadapi melalui proses pembelajaran psikologis yang terarah. Pendekatan ini berupaya memberikan informasi yang benar tentang kondisi emosional, sosial, maupun perilaku agar individu memiliki kesadaran yang lebih baik terhadap apa yang sedang ia alami. Tujuan utama psikoedukatif ialah menanamkan wawasan dan pemahaman baru agar individu dapat mengelola perasaan, pikiran, dan tindakannya secara lebih positif (Ismanto, 2022). Dengan demikian, psikoedukatif bukan hanya berfungsi memberi pengetahuan, tetapi juga membentuk cara pandang yang sehat terhadap diri sendiri dan lingkungan.

Selain itu, pendekatan psikoedukatif bertujuan meningkatkan kemampuan adaptasi dan keterampilan menghadapi tantangan kehidupan sehari-hari. Melalui kegiatan edukatif seperti diskusi, simulasi, atau refleksi, individu diajak untuk belajar mengenali pola perilaku yang kurang efektif dan menggantinya dengan strategi yang lebih baik. Psikoedukatif juga bertujuan memperkuat daya tahan

psikologis individu, sehingga mereka mampu berpikir rasional dalam menghadapi tekanan dan tidak mudah terpengaruh oleh situasi negatif (Hapsari, 2023). Artinya, pendekatan ini membantu individu menjadi lebih mandiri dan bijak dalam mengambil keputusan.

Tujuan lainnya ialah mengembangkan potensi diri dan meningkatkan kualitas hidup melalui perubahan pola pikir serta perilaku ke arah yang lebih konstruktif. Psikoedukatif mendorong individu untuk memahami hubungan antara pemikiran, emosi, dan tindakan, sehingga dapat menyesuaikan diri dengan lebih baik dalam berbagai situasi sosial (Ismanto, 2022). Dengan tujuan yang komprehensif ini, pendekatan psikoedukatif tidak hanya menekankan pada pemahaman teoritis, tetapi juga penerapan praktis dalam kehidupan sehari-hari agar individu mampu mencapai kesejahteraan psikologis yang optimal.

#### **2.1.3.4 Tahapan Pelaksanaan Psikoedukatif**

Terdapat sembilan tahapan utama dalam proses pelaksanaan konseling psikoedukatif yang berfungsi sebagai panduan sistematis bagi konselor dalam membantu klien mencapai tujuan perubahan.

a. *Persiapan atau pre-entry*

Sebelum berinteraksi dengan klien, konselor perlu melakukan persiapan pribadi yang mencakup refleksi teoritis, pemilihan pendekatan yang tepat, serta kesiapan keterampilan profesional. Tahap ini memastikan konselor memahami konteks dan metode yang akan digunakan selama proses konseling.

b. *Entry*

Setelah siap, konselor mulai membangun hubungan dengan klien. Pada fase ini, dilakukan pendengaran aktif terhadap permasalahan yang dihadapi, penetapan tujuan awal, serta kesepakatan atau kontrak kerja sama untuk membangun rasa saling percaya dan tanggung jawab bersama.

c. Pengumpulan Informasi

Tahapan ini bertujuan memperoleh pemahaman mendalam terkait situasi klien. Konselor mengumpulkan data melalui wawancara, observasi, pengisian kuesioner, tes psikologis, hingga telaah dokumen yang relevan agar masalah yang dihadapi dapat diidentifikasi secara objektif dan komprehensif.

d. Perumusan Masalah

Informasi yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis dan dirumuskan menjadi pernyataan masalah yang lebih spesifik. Hasil rumusan ini digunakan untuk menetapkan tujuan umum konseling yang disepakati oleh konselor dan klien, sehingga arah penanganan menjadi lebih terarah.

e. Merumuskan dan Memilih Solusi Alternatif

Konselor bersama klien melakukan diskusi untuk menentukan berbagai alternatif penyelesaian masalah. Setiap alternatif dianalisis berdasarkan kelebihan, kekurangan, dan konsekuensi yang mungkin timbul agar dapat memilih solusi yang paling sesuai dengan kebutuhan klien.

f. Merumuskan Aneka Tujuan Khusus

Solusi yang dipilih diterjemahkan ke dalam rencana tindakan konkret, dengan menetapkan tujuan-tujuan khusus yang terukur, strategi pelaksanaan, langkah-langkah operasional, serta indikator evaluasi untuk menilai keberhasilan.

g. Implementasi

Tahap ini merupakan pelaksanaan dari rencana yang telah disusun. Konselor dan klien bekerja sama menjalankan langkah-langkah yang telah dirancang, sesuai jadwal dan strategi yang disepakati.

h. Evaluasi

Evaluasi dilakukan secara menyeluruh untuk menilai efektivitas proses dan hasil konseling. Evaluasi formatif dilakukan selama proses berlangsung untuk memastikan tahapan berjalan dengan baik, sedangkan evaluasi sumatif dilakukan di akhir untuk menilai tingkat keberhasilan dan dampak intervensi terhadap klien.

i. Terminasi atau Mengakhiri Proses Konseling

Tahap akhir ini berfungsi untuk meninjau sejauh mana tujuan konseling telah tercapai. Berdasarkan hasil evaluasi bersama, konselor dan klien memutuskan langkah berikutnya, apakah proses perlu dilanjutkan, disesuaikan, atau diakhiri secara tuntas (Maharani, 2024).

## 2.2 Penelitian yang Relevan

Untuk mendukung penelitian ini, terdapat beberapa hasil penelitian terdahulu yang relevan mengenai efektivitas beberapa layanan dalam meningkatkan *Self-esteem* siswa, yaitu:

1. Bahriyah, S. (2025)

Dalam penelitian berjudul "Efektivitas layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik cognitive restructuring dalam meningkatkan *Self-esteem* pada siswa SMP Negeri 40 Semarang" menunjukkan hasil analisis bahwa meskipun terdapat peningkatan skor *Self-esteem* pada subjek penelitian (dari rata-rata 39,60 menjadi 83,40), peningkatan serupa juga terjadi pada kelompok kontrol (dari 40,00 menjadi 77,80). Selisih peningkatan yang relatif kecil menunjukkan bahwa teknik Cognitive Restructuring belum memberikan pengaruh yang signifikan secara praktis. Peningkatan yang terjadi kemungkinan besar disebabkan oleh pelaksanaan layanan bimbingan kelompok secara umum, bukan oleh penerapan teknik tertentu. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik Cognitive Restructuring belum terbukti efektif secara signifikan dalam meningkatkan *Self-esteem* siswa

2. Iqsani, T., Syawaluddin, S., Rahmi, A., dan Arjoni, A. (2025)

Dalam penelitian berjudul "Efektivitas bimbingan kelompok untuk meningkatkan *Self-esteem* siswa di SMPN 3 Luhak Nan Duo" mengungkapkan bahwa: (1) tingkat *Self-esteem* siswa kelas IX sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok berada pada kategori sedang

dengan nilai rata-rata 122,5; (2) setelah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok, tingkat *Self-esteem* siswa meningkat ke kategori tinggi dengan rata-rata 127,8; dan (3) berdasarkan hasil uji Wilcoxon, diperoleh nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,003 yang lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok terbukti efektif dalam meningkatkan *Self-esteem* siswa di SMP Negeri 3 Luhak Nan Duo.

3. Oktalia, B., Tiatri, S., dan Mularsih, H. (2018)

Dalam penelitian berjudul "Efektivitas Program Psikoedukatif Pengembangan Selfesteem Untuk Meningkatkan *Self-esteem* Remaja Kelas 1 DI SMP X" menjelaskan bahwa berdasarkan hasil uji paired sample T-Test terhadap nilai pre-test dan post-test partisipan diperoleh hasil (  $Z = 0.17$ ,  $p > 0.05$  ). Temuan ini mengindikasikan bahwa meskipun terdapat peningkatan skor *Self-esteem* setelah diberikan intervensi, peningkatan tersebut tidak menunjukkan signifikansi secara statistik. Oleh karena itu, program psikoedukatif yang dirancang untuk mengembangkan *Self-esteem* pada siswa kelas 1 SMP di SMP X dinyatakan belum efektif dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta.

4. Wardhani, R. C., Handaka, I., Setyowati, A., dan Utomo, N. B. (2022)

Dalam penelitian berjudul "Upaya Meningkatkan *Self-esteem* Siswa melalui Konseling Kelompok menggunakan Solution Focused Brief Counseling" menunjukkan bahwa penerapan layanan konseling kelompok dengan

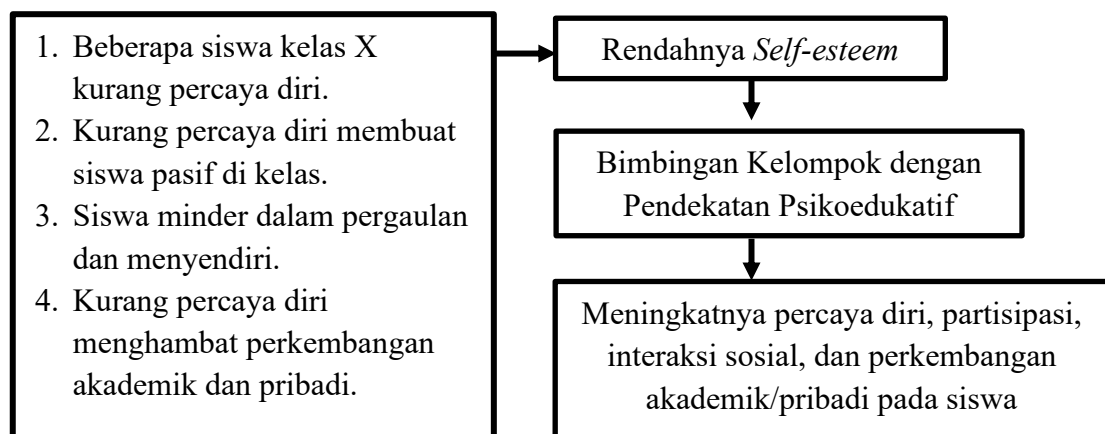
pendekatan solution focused brief counseling di SMP Negeri 1 Pasir Penyu terbukti mampu meningkatkan tingkat *Self-esteem* pada siswa.

#### 5. Armila (2021)

Dalam penelitian berjudul "Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan *Self-esteem*" menyimpulkan bahwa berdasarkan hasil penelitian, pelaksanaan layanan konseling kelompok terbukti memberikan dampak yang efektif dalam membantu meningkatkan serta mengembangkan rasa harga diri atau *Self-esteem* pada peserta didik.

### 2.3 Kerangka Konseptual

Adapun kerangka konseptual dalam penelitian ini dapat digambarkan seperti berikut ini:



**Gambar 2.1 Kerangka Berpikir**

Penelitian ini berangkat dari ditemukannya fenomena empiris pada sejumlah siswa kelas X yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Kondisi kurangnya percaya diri tersebut memberikan dampak negatif yang signifikan, di antaranya membuat siswa menjadi pasif di dalam kelas, merasa minder dalam pergaulan serta cenderung menyendiri, hingga akhirnya menghambat

perkembangan akademik dan pribadi mereka secara keseluruhan. Berbagai persoalan perilaku dan sosial tersebut merupakan indikator klinis dari rendahnya *Self-esteem* pada siswa.

Sebagai upaya untuk mengatasi permasalahan tersebut, peneliti menerapkan intervensi berupa Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Psikoedukatif. Melalui pemberian layanan bimbingan kelompok yang terstruktur ini, diharapkan terjadi perubahan positif pada kondisi psikologis siswa. Hasil akhir atau *output* yang diharapkan dari penelitian ini adalah meningkatnya kepercayaan diri, partisipasi aktif di kelas, kualitas interaksi sosial, serta optimalnya perkembangan akademik dan pribadi pada diri siswa.

#### **2.4 Hipotesis**

Berdasarkan uraian teoritis dan kerangka konseptual di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah:

Ha: Terdapat peningkatan *self-esteem* yang signifikan pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan antara sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif.

Ho: Tidak terdapat peningkatan *self-esteem* yang signifikan pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan antara sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Pendekatan Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif dalam meningkatkan *Self-esteem* siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan tahun ajaran 2025/2026., penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui efektivitas suatu perlakuan terhadap variabel tertentu dengan cara mengontrol variabel-variabel lain yang dapat memengaruhi hasil penelitian (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini, intervensi yang diberikan berupa bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif, yang dirancang untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa, mendorong partisipasi aktif dalam proses belajar, memperbaiki interaksi sosial, serta mendukung perkembangan akademik dan pribadi siswa. Metode eksperimen dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengamati perubahan *Self-esteem* siswa secara langsung setelah mendapatkan perlakuan, sekaligus menilai sejauh mana bimbingan kelompok ini efektif dalam memenuhi tujuan yang telah ditetapkan.

#### **3.2 Desain Penelitian**

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-Experimental Design* dengan model *One-Group Pretest-Posttest Design*. Pada desain ini, hanya terdapat satu kelompok subjek penelitian yang diberikan perlakuan (*treatment*). Pengukuran dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum diberikan perlakuan (*Pre-Test*) dan sesudah diberikan perlakuan (*Post-Test*).

Penggunaan desain ini bertujuan untuk membandingkan keadaan subjek sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif guna melihat efektivitas dari layanan tersebut (Sugiyono, 2019).

Pada tahap awal, kelompok subjek diberikan *Pre-Test* (O1) untuk mengetahui kondisi awal tingkat *self-esteem* (kepercayaan diri) siswa sebelum mendapatkan intervensi. Selanjutnya, kelompok tersebut diberikan perlakuan (X) berupa layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif yang meliputi penyampaian materi psikoedukatif, diskusi kelompok, latihan penguatan percaya diri, dan refleksi diri yang dilaksanakan dalam beberapa kali pertemuan.

Setelah rangkaian intervensi selesai, kelompok yang sama kembali diberikan *Post-Test* (O2) dengan instrumen yang sama untuk mengetahui perubahan tingkat *self-esteem* siswa. Dengan membandingkan hasil antara *Pre-Test* dan *Post-Test*, peneliti dapat melihat efektivitas bimbingan kelompok secara objektif. Jika terdapat peningkatan skor *self-esteem* yang signifikan secara statistik antara sebelum dan sesudah diberikan layanan, maka perlakuan dapat dinyatakan efektif. Berikut adalah visualisasi desain penelitiannya:

**Tabel 3.1 Desain Penelitian Quasi Experiment**

Kelompok	Pre-Test	Perlakuan(X)	Post-Test
Eksperimen	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>

**Keterangan:**

- **Subjek penelitian:** Siswa yang menerima bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif.
- **O1:** Pengukuran awal tingkat kepercayaan diri (Pre-Test).

- **O2:** Pengukuran akhir tingkat kepercayaan diri (Post-Test).
- **X:** Perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif.

Perlakuan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif diberikan sebanyak dua kali pertemuan dengan durasi masing-masing  $\pm 50$  menit. Pre-Test dilakukan sebelum perlakuan dan Post-Test dilakukan setelah perlakuan selesai.

### **3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian**

#### **3.3.1 Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Muhammadiyah 1 Medan, yang beralamat di Jl. Utama No.170, Kota Matsum II, Kecamatan Medan Area, Kota Medan, Sumatera Utara 20216.

#### **3.3.2 Waktu**

Penelitian ini dilaksanakan selama semester ganjil tahun ajaran 2025/2026 dari awal Januari sampai pertengahan Februari. dimulai dari tahap observasi awal, perizinan, hingga pelaksanaan bimbingan kelompok dan pengambilan data. Proses penelitian berlangsung selama kurang lebih dua bulan, mencakup tahap persiapan instrumen, pelaksanaan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif, serta evaluasi terhadap tingkat *Self-esteem* siswa setelah penerapan bimbingan tersebut. Pemilihan waktu ini dipertimbangkan agar tidak mengganggu kegiatan belajar mengajar rutin di sekolah, serta agar proses penelitian dapat berjalan secara efektif dan terukur sesuai dengan tujuan penelitian.

Tabel 3.2 Waktu Penelitian

No.	Kegiatan	2025					2026			
		Agu	Sept	Okt	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr
1	Pengajuan Judul	■								
2	Persetujuan Judul	■								
3	Penulisan Proposal		■							
4	Bimbingan Proposal		■	■	■					
5	Seminar Proposal					■				
6	Perbaikan Proposal						■			
7	Pelaksanaan Penelitian						■	■		
8	Pengumpulan Data						■	■		
9	Penyusunan Skripsi							■		
10	Revisi Skripsi								■	
11	Pengesahan Skripsi									■
12	Sidang Meja Hijau									■

### 3.4 Populasi dan Sampel

#### 3.4.1 Populasi Penelitian

Populasi adalah keseluruhan subjek atau objek yang memiliki karakteristik tertentu yang menjadi fokus penelitian, sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan (Sugiyono, 2022) Berdasarkan pengertian tersebut, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan pada tahun ajaran 2025/2026 dengan jumlah 77 siswa yang menjadi fokus pengukuran *Self-esteem*. Populasi ini dipilih karena seluruh siswa kelas X memiliki karakteristik yang relevan dengan tujuan penelitian, yaitu meningkatkan *Self-esteem* melalui bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif.

**Tabel 3.3 Populasi Penelitian**

<b>Kelas</b>	<b>Jumlah Peserta Didik</b>
<b>X<sup>1</sup></b>	<b>25</b>
<b>X<sup>2</sup></b>	<b>26</b>
<b>X<sup>3</sup></b>	<b>26</b>
<b>Jumlah</b>	<b>77</b>

### 3.4.2 Sampel Penelitian

Sampel penelitian adalah sebagian dari populasi yang dipilih untuk mewakili keseluruhan populasi sehingga hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan secara tepat (Sugiyono, 2022). Sampel dalam penelitian ini berjumlah 7 siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Adapun kriteria yang digunakan dalam pemilihan sampel ini adalah siswa yang memiliki skor *self-esteem* dalam kategori rendah berdasarkan hasil angket *pre-test* serta rekomendasi dari guru BK. Seluruh sampel yang terpilih 7 siswa akan dijadikan sebagai satu subjek penelitian yang diberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif oleh peneliti. Dalam desain ini, tidak terdapat kelompok pembanding, sehingga fokus penelitian adalah melihat perubahan tingkat *self-esteem* pada kelompok tersebut sebelum dan sesudah diberikan layanan.

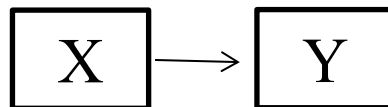
**Tabel 3.4 Sampel Penelitian**

<b>Sampel</b>	<b>Jumlah Sampel</b>
Kelas X1	7
<b>Jumlah</b>	<b>7</b>

### 3.5 Variabel dan Definisi Operasional

#### 3.5.1 Variabel Penelitian

Terdapat dua jenis variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu variabel independen (bebas) dengan simbol X, dan variabel dependen (terikat) dengan simbol Y, Hubungan antara 2 variabel:



Variabel X : Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Psikoedukatif

Variabel Y : *Self-esteem*

#### 3.5.2 Definisi Operasional

1. Variabel Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Psikoedukatif (X)

Variabel bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif didefinisikan secara operasional sebagai layanan konseling kelompok yang mengintegrasikan pendidikan psikologis dengan latihan keterampilan sosial. Layanan ini dilaksanakan melalui kegiatan terstruktur yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan, pemahaman, serta latihan praktis kepada peserta didik agar mampu meningkatkan kepercayaan diri, pengendalian diri, dan kemampuan interaksi sosial.

2. Variabel *Self-esteem* (Y)

Variabel *Self-esteem* didefinisikan secara operasional sebagai tingkat penilaian individu terhadap dirinya sendiri yang mencerminkan keyakinan, penghargaan, serta rasa percaya diri terhadap kemampuan, nilai, dan kualitas pribadinya. *Self-esteem* dalam penelitian ini diukur melalui lima

indikator, yaitu perasaan aman (*feeling of security*), perasaan mengenali diri (*feeling of identity*), perasaan diterima (*feeling of belonging*), perasaan mampu (*feeling of competence*), dan perasaan bernilai (*feeling of worth*).

### **3.6 Instrumen Penelitian**

Teknik pengumpulan data merupakan cara yang digunakan peneliti untuk memperoleh informasi yang relevan dengan tujuan penelitian. Pada penelitian ini, beberapa teknik digunakan untuk memastikan data mengenai *Self-esteem* siswa dapat diperoleh secara akurat. Pertama, peneliti melakukan observasi langsung ke sekolah untuk memahami kondisi lingkungan belajar serta situasi yang berkaitan dengan perilaku dan kepercayaan diri siswa. Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara dengan guru BK guna mendapatkan informasi tambahan mengenai karakteristik siswa yang memiliki *Self-esteem* rendah serta dinamika yang terjadi di kelas.

#### **3.6.1 Observasi**

Menurut Ulva, Samitra, dan Kusnanto (2021), observasi memungkinkan peneliti mencatat fakta dan perilaku nyata di lingkungan alami penelitian secara sistematis tanpa bergantung pada jawaban verbal responden. Melalui teknik ini, peneliti mengamati objek penelitian secara langsung sambil mencatat berbagai informasi yang muncul. Dengan demikian, observasi menjadi salah satu metode pengumpulan data yang memungkinkan peneliti memperoleh gambaran nyata dan menyeluruh mengenai keadaan atau perilaku yang diteliti.

### 3.6.2 Wawancara

Menurut Ulva, Samitra, dan Kusnanto (2021), wawancara dapat digunakan untuk memperoleh data primer langsung dari responden melalui komunikasi tatap-muka sehingga peneliti bisa menggali pandangan, persepsi, dan pengalaman responden secara mendalam. Teknik ini digunakan ketika peneliti membutuhkan gambaran awal mengenai permasalahan yang akan diteliti atau ketika ingin memperoleh informasi lebih mendalam tentang karakteristik responden. Oleh karena itu, wawancara menjadi salah satu metode pengumpulan data yang membantu peneliti memahami kondisi nyata subjek secara langsung.

### 3.6.3 Kuesioner

Menurut Ulva, Samitra, dan Kusnanto (2021), kuesioner dipahami sebagai daftar pertanyaan tertulis yang dibagikan kepada responden sehingga data dapat dikumpulkan secara efisien dari banyak responden. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket (kuesioner) sebagai instrumen utama untuk mengukur *Self-esteem* siswa. Instrumen ini dipilih karena sesuai dengan fokus penelitian, yaitu menilai efektivitas bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. Instrumen berupa angket disusun dalam bentuk checklist, sehingga memudahkan responden dalam memberikan jawaban dan mempermudah peneliti dalam menganalisis data.

Angket ini disusun berdasarkan pengembangan sub-indikator *Self-esteem*, di mana responden diminta untuk memilih satu jawaban dari empat pilihan dalam bentuk checklist pada lembar kuesioner dengan menggunakan skala Likert. Angket

*Self-esteem* digunakan sebagai instrumen Pre-Test dan Post-Test untuk mengukur perubahan *Self-esteem* siswa sebelum dan sesudah perlakuan bimbingan kelompok.

Menurut Huh dan Gim (2025), Skala Likert dikategorikan sebagai variabel ordinal yang mengukur intensitas respons peserta penelitian. Karena fleksibilitasnya, skala ini umum digunakan di ilmu sosial, keperawatan, dan penelitian berbasis survei. Skala Likert tersebut terdiri dari pernyataan yang mendukung sikap (positif) maupun pernyataan yang tidak mendukung sikap (negatif), dengan empat alternatif jawaban, yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS), serta diberikan skor untuk setiap jawaban guna memudahkan pengolahan data.

**Tabel 3.5 Skor Jawaban Responden Terhadap Instrumen**

Jenis Pernyataan	SS	S	TS	STS
	Skor Jawaban			
Favorabel (+)	4	3	2	1
Unfavorabel (-)	1	2	3	4

### 3.6.4 Pengembangan kisi-kisi Instrumen *Self-esteem*

Instrumen angket dalam penelitian ini dikembangkan berdasarkan indikator *Self-esteem*. Menurut Reasoner dalam Zamzanah et al., (2023) indikator *Self-esteem* mencakup perasaan aman (*feeling of security*), yaitu rasa percaya diri siswa dalam menghadapi situasi atau tantangan; perasaan mengenali diri (*feeling of identity*), yaitu kemampuan siswa memahami diri sendiri, termasuk kekuatan dan kelemahan yang dimiliki; perasaan diterima (*feeling of belonging*), yaitu rasa diterima dan nyaman dalam lingkungan sosial, baik di kelas maupun pergaulan dengan teman

sebaya; perasaan mampu (*feeling of competence*), yaitu keyakinan siswa terhadap kemampuan diri untuk menyelesaikan tugas atau menghadapi masalah; serta perasaan bernilai (*feeling of worth*), yaitu rasa memiliki nilai dan *Self-esteem* yang positif sebagai individu. Kisi-kisi instrumen penelitian ini dijelaskan pada tabel 3.7 sebagai berikut. :

**Tabel 3.7 Kisi-Kisi Instrumen Penelitian**

Variabel	Indikator	Aspek	No Soal	
			(+)	(-)
<i>Self-esteem</i> (Y)	a. Perasaan Aman ( <i>Feeling of Security</i> )	Keyakinan terhadap lingkungan sekitar, rasa nyaman, merasa terlindungi	1,2	3,4
	b. Perasaan Mengenali Diri ( <i>Feeling of Identity</i> )	Kesadaran akan kelebihan, kekurangan, minat, dan potensi diri	5,6	7,8
	c. Perasaan Diterima ( <i>Feeling of Belonging</i> )	Rasa menjadi bagian dari kelompok, diterima oleh teman dan lingkungan	9,10	11,12
	d. Perasaan Mampu ( <i>Feeling of Competence</i> )	Keyakinan mampu menyelesaikan tugas dan menghadapi masalah	13,14	15,16
	e. Perasaan Bernilai ( <i>Feeling of Worth</i> )	Menilai diri berharga, pantas dihargai, memiliki nilai positif	17,18	19,20

### 3.6.5 Uji Coba Instrumen

Uji coba instrumen dilakukan untuk memastikan bahwa skala *Self-esteem* yang disusun berdasarkan lima indikator Reasoner dalam Zamzanah et al., (2023) *security, identity, belonging, mission dan competence* memiliki kualitas psikometrik yang memadai sebelum digunakan pada penelitian quasi experiment dengan pola Non-Equivalent Control Group Design. Instrumen berupa skala Likert 4 kategori ini diujicobakan kepada siswa kelas X dari sekolah lain yang memiliki karakteristik serupa dengan SMA Muhammadiyah 1 Medan. Uji coba bertujuan untuk menilai kejelasan bahasa, keterbacaan, distribusi respons, serta performa statistik setiap butir. Data hasil uji coba kemudian dianalisis menggunakan korelasi item-total, reliabilitas awal, serta pemeriksaan butir yang bermasalah. Butir yang menunjukkan pola jawaban tidak konsisten atau korelasi rendah akan direvisi atau dihapus sebelum instrumen digunakan pada tahap Pre-Test dan Post-Test penelitian utama.

### 3.6.6 Uji Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen (Arikunto, 2019). Sebuah instrumen dikatakan valid apabila memiliki validitas yang tinggi, yang berarti instrumen tersebut mampu mengukur apa yang hendak diukur secara tepat. Sebaliknya, instrumen yang kurang valid memiliki validitas yang rendah dan tidak dapat diandalkan dalam pengambilan data penelitian.

Adapun validitas instrumen dalam penelitian ini diuji cobakan secara empiris kepada siswa kelas X SMA Negeri 6 Medan yang bukan merupakan subjek

penelitian, dengan jumlah responden sebanyak 68 siswa. Penggunaan responden di luar subjek penelitian ini bertujuan untuk memastikan bahwa butir-butir pernyataan dalam skala *Self-esteem* dapat dipahami dengan baik oleh siswa yang memiliki karakteristik serupa.

Instrumen yang diuji validitasnya adalah skala *Self-esteem* secara teoritis. Untuk mengolah data uji coba ini, peneliti menggunakan bantuan program SPSS versi 25.0 dengan teknik korelasi Product Moment dari Pearson.

Kriteria pengambilan keputusan dalam uji validitas ini dilakukan dengan membandingkan nilai korelasi hitung ( $r_{hitung}$ ) dengan nilai korelasi tabel  $r_{tabel}$ . Berdasarkan jumlah responden ( $N = 68$ ) pada taraf signifikansi 5%, maka diperoleh nilai  $r_{tabel}$  sebesar 0,238. Ketentuan pengujiannya adalah sebagai berikut:

1. Jika nilai  $r_{hitung} > 0,238$ , maka butir pernyataan tersebut dinyatakan valid dan dapat digunakan dalam penelitian.
2. Jika nilai  $r_{hitung} < 0,238$ , maka butir pernyataan tersebut dinyatakan gugur atau tidak valid dan akan dikeluarkan dari instrumen penelitian.

Rumus yang digunakan adalah:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

$r_{xy}$  = koefisien korelasi antara variabel X dan Y

N = jumlah responden

$\sum X$  = jumlah skor butir soal

$\sum Y$  = jumlah skor total soal

$\Sigma X^2$  = jumlah skor kuadrat butir soal

$\Sigma Y^2$  = jumlah skor total kuadrat butir soal

Hasil uji validitas instrumen penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas**

No Butir	r-tabel	r-hitung	Interpretasi
P1	0,238	0,408	Valid
P2	0,238	0,538	Valid
P3	0,238	0,426	Valid
P4	0,238	0,572	Valid
P5	0,238	0,508	Valid
P6	0,238	0,778	Valid
P7	0,238	0,371	Valid
P8	0,238	0,352	Valid
P9	0,238	0,408	Valid
P10	0,238	0,572	Valid
P11	0,238	0,506	Valid
P12	0,238	0,438	Valid
P13	0,238	0,529	Valid
P14	0,238	0,490	Valid
P15	0,238	0,778	Valid
P16	0,238	0,778	Valid
P17	0,238	0,601	Valid
P18	0,238	0,508	Valid
P19	0,238	0,572	Valid
P20	0,238	0,304	Valid

### 3.6.7 Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan metode untuk menilai konsistensi suatu kuesioner yang berisi indikator dari variabel atau konstruk tertentu. Menurut Ghozali (2018), uji ini digunakan untuk memastikan apakah alat ukur dapat diandalkan dan tetap menghasilkan data yang konsisten ketika pengukuran dilakukan berulang. Sejalan dengan itu, Nursalam (2003) menyatakan bahwa reliabilitas adalah kesamaan hasil pengukuran atau pengamatan ketika fakta yang sama dinilai berulang kali pada

waktu berbeda, di mana alat dan prosedur pengukuran memegang peranan penting. Suatu kuesioner dianggap reliabel jika respon seseorang terhadap pernyataan tetap stabil dari waktu ke waktu. Maka, uji reliabilitas bertujuan memastikan bahwa instrumen mampu memberikan hasil yang tetap atau relatif sama kapan pun digunakan.

Terdapat berbagai metode pengujian reliabilitas, seperti tes ulang, formula Flanagan, KR-20, KR-21, Anova Hoyt, serta yang paling umum digunakan dalam penelitian yaitu Cronbach's Alpha.

Tingkat reliabilitas diukur melalui koefisien reliabilitas yang bernilai antara 0 hingga 1, dan dalam penelitian biasanya dihitung menggunakan rumus Cronbach's Alpha.:

$$r_x = \left( \frac{n}{n-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum \sigma_t^2}{\sigma_x^2} \right)$$

$r_x$  = reliabilitas yang dicari

$n$  = jumlah item pertanyaan

$\sum \sigma_t^2$  = jumlah varians skor tiap item

$\sigma_x^2$  = varians total

Pengujian reliabilitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik statistik *Cronbach's Alpha* dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 25. Adapun hasil perhitungan reliabilitas untuk 20 butir pernyataan instrumen *Self-esteem* adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas**

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.899	20

Berdasarkan tabel di atas, diketahui nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,899. Rentang nilai *Alpha Cronbach's* menunjukkan tingkat reliabilitas suatu instrumen, di mana nilai alpha di bawah 0,50 menunjukkan reliabilitas yang rendah, nilai antara 0,50 hingga 0,70 menggambarkan reliabilitas moderat, nilai di atas 0,70 menandakan reliabilitas yang memadai, nilai di atas 0,80 menunjukkan reliabilitas yang kuat, dan nilai melebihi 0,90 mengindikasikan reliabilitas yang sangat tinggi.

Instrumen penelitian dianggap dapat dipercaya atau reliabel apabila nilai *Cronbach's Alpha* melebihi 0,60 (Ghozali, 2018). Berdasarkan kriteria tersebut, karena nilai *Cronbach's Alpha* sebesar  $0,899 > 0,60$ , maka dapat disimpulkan bahwa 20 butir pernyataan dalam instrumen *Self-esteem* ini dinyatakan reliabel dengan tingkat reliabilitas yang kuat. Hal ini menunjukkan bahwa instrumen tersebut konsisten dan layak digunakan untuk pengumpulan data penelitian (Slamet dan Wahyuningsih, 2021).

### **3.7 Prosedur Penelitian**

Adapun prosedur penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### **3.7.1 Tahap Persiapan**

Pada tahap persiapan, peneliti melakukan beberapa kegiatan sebagai berikut:

1. Menyusun proposal penelitian mengenai efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif dalam meningkatkan *Self-esteem* siswa.
2. Mengurus surat izin penelitian dari kampus untuk diserahkan kepada pihak sekolah.

3. Melakukan koordinasi dengan guru Bimbingan dan Konseling mengenai pelaksanaan penelitian.
4. Menentukan sampel penelitian berdasarkan rekomendasi guru BK.
5. Menyusun instrumen penelitian berupa angket *Self-esteem*.
6. Melakukan uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian.
7. Menyusun Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif.

### **3.7.2 Tahap Pelaksanaan Penelitian**

Tahap pelaksanaan penelitian dilakukan melalui beberapa langkah sebagai berikut:

a) Pelaksanaan Pre-Test

*Pre-Test* dilakukan untuk mengetahui tingkat *Self-esteem* siswa sebelum diberikan perlakuan. *Pre-Test* diberikan kepada 7 siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan yang menjadi sampel penelitian dengan menggunakan angket *Self-esteem*. Hasil *Pre-Test* digunakan sebagai data awal untuk mengetahui kondisi subjek sebelum diberikan intervensi.

b) Pelaksanaan Treatment

*Treatment* atau perlakuan diberikan kepada kelompok subjek penelitian berupa layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif. Pelaksanaan *treatment* dilakukan sebanyak dua kali pertemuan dengan waktu 1 × 50 menit setiap pertemuan. Kegiatan bimbingan kelompok dilaksanakan di ruang kelas dengan posisi tempat duduk melingkar agar tercipta suasana kelompok yang nyaman dan kondusif.

Materi yang diberikan dalam layanan bimbingan kelompok meliputi:

- Pemahaman tentang *Self-esteem*
  - Mengenali kelebihan dan kekurangan diri
  - Berpikir positif terhadap diri sendiri
  - Meningkatkan kepercayaan diri
  - Afirmasi positif terhadap diri
- c) Pelaksanaan Post-Test

*Post-Test* dilakukan setelah seluruh rangkaian pelaksanaan *treatment* selesai. *Post-Test* diberikan kepada 7 siswa yang menjadi sampel penelitian dengan menggunakan angket *Self-esteem* yang sama dengan *Pre-Test*. *Post-Test* bertujuan untuk mengetahui perubahan atau peningkatan *Self-esteem* siswa setelah diberikan perlakuan.

### **3.7.3 Tahap Akhir Penelitian**

Pada tahap akhir penelitian, peneliti melakukan kegiatan sebagai berikut:

1. Mengolah data hasil Pre-Test dan Post-Test dari kelompok tersebut.
2. Melakukan analisis data menggunakan uji statistik Wilcoxon Signed Rank Test (atau Paired Sample t-test jika data berdistribusi normal) untuk melihat signifikansi perbedaan skor sebelum dan sesudah perlakuan.
3. Menarik kesimpulan berdasarkan hasil pengolahan data statistik.
4. Menyusun laporan hasil penelitian dalam bentuk skripsi.

### **3.8 Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik non-parametrik. Pemilihan statistik non-parametrik didasarkan pada jumlah sampel

penelitian yang terbatas, yaitu 7 responden, serta tidak menuntut asumsi data berdistribusi normal secara ketat.

Adapun teknik yang digunakan adalah Wilcoxon Signed Rank Test. Teknik ini digunakan untuk menguji signifikansi perbedaan skor pre-test dan post-test pada subjek penelitian setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif. Dengan uji ini, peneliti dapat mengetahui apakah terdapat peningkatan self-esteem yang nyata (signifikan) pada subjek penelitian sebelum dan sesudah diberikan perlakuan.

Selain uji hipotesis tersebut, peneliti juga menggunakan analisis deskriptif berupa perhitungan rata-rata (mean) dan persentase untuk menggambarkan kategori tingkat self-esteem siswa pada saat pre-test dan post-test.

### **3.8.1 Deskripsi Data**

Tahap awal analisis data dilakukan dengan mengolah hasil angket *Self-esteem* yang telah diisi oleh subjek penelitian. Seluruh skor jawaban dimasukkan ke dalam tabel distribusi frekuensi untuk mempermudah peneliti dalam melihat sebaran skor *Self-esteem* siswa baik sebelum (*pre-test*) maupun setelah (*post-test*) diberikan perlakuan berupa bimbingan kelompok psikoedukatif.

Penilaian setiap item pernyataan pada angket *Self-esteem* menggunakan skala Likert dengan empat alternatif jawaban. Untuk pernyataan positif (*favorable*), pemberian skor dilakukan dengan ketentuan:

- Skor 4 untuk jawaban “Sangat Setuju (SS)”
- Skor 3 untuk “Setuju (S)”
- Skor 2 untuk “Tidak Setuju (TS)”

- Skor 1 untuk “Sangat Tidak Setuju (STS)”

Sementara itu, untuk pernyataan negatif (*unfavorable*), pemberian skor dilakukan secara terbalik, yaitu:

- Skor 1 untuk “Sangat Setuju (SS)”
- Skor 2 untuk “Setuju (S)”
- Skor 3 untuk “Tidak Setuju (TS)”
- Skor 4 untuk “Sangat Tidak Setuju (STS)”

Skor yang diperoleh dari masing-masing item kemudian dijumlahkan sehingga menghasilkan skor total *Self-esteem* setiap responden. Skor total tersebut digunakan sebagai dasar untuk menentukan nilai *Pre-Test* dan *Post-Test*, yang selanjutnya dianalisis menggunakan uji statistik untuk melihat signifikansi perubahan tingkat *Self-esteem* setelah diberikan perlakuan.

Penilaian *Self-esteem* dalam penelitian ini menggunakan instrumen berupa angket yang terdiri atas 20 item pernyataan. Dengan rentang skor 1 sampai 4 pada setiap item, skor minimal yang mungkin diperoleh adalah 20 dan skor maksimal adalah 80. Hal ini memungkinkan peneliti memperoleh gambaran kuantitatif mengenai kondisi *Self-esteem* siswa secara akurat. Untuk menentukan kriteria kategori skor, langkah-langkah yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Skor maksimal ideal dihitung dengan mengalikan jumlah item dengan skor tertinggi:

$$20 \times 4 = 80$$

2. Skor minimal ideal dihitung dengan mengalikan jumlah item dengan skor terendah:

$$20 \times 1 = 20$$

3. Rentang skor diperoleh dari selisih antara skor maksimal dan minimal:

$$80 - 20 = 60$$

4. Interval skor diperoleh dengan membagi rentang skor menjadi empat bagian:

$$60 \div 4 = 15$$

Berdasarkan perhitungan tersebut, kriteria *Self-esteem* dapat dijelaskan sebagai berikut:

**Tabel. 3.10 Deskripsi Data**

<b>Rentang Skor</b>	<b>Kategori</b>
66-80	Sangat Tinggi
51 – 65	Tinggi
36 – 50	Rendah
20–35	Sangat Rendah

### 3.8.2 Pengujian Hipotesis

Uji hipotesis yang dilakukan oleh peneliti ditentukan melalui karakteristik data penelitian. Data dalam penelitian ini berguna untuk mengembangkan variabel *Self-esteem* dengan karakteristik sebagai berikut:

1. Data Berpasangan: Membandingkan skor pre-test dan post-test pada subjek yang sama.
2. Sampel Kecil: Subjek penelitian berjumlah 7 siswa dengan asumsi data tidak berdistribusi normal (karena jumlah sampel  $< 30$ ).
3. Penelitian Eksperimen: Terdapat pemberian perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif..

Berdasarkan karakteristik data tersebut, teknik analisis data yang digunakan adalah statistik non-parametrik dengan bantuan program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 25.0. Adapun langkah-langkah pengujiannya adalah sebagai berikut:

1. Uji Wilcoxon Signed Ranks Test

Teknik ini digunakan untuk menguji signifikansi perbedaan skor *self-esteem* siswa antara sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) diberikan perlakuan pada subjek penelitian tunggal.

- $H_a$ : Terdapat peningkatan *self-esteem* yang signifikan pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan antara sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) diberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif.

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan membandingkan nilai signifikansi dengan taraf  $\alpha = 0,05$  melalui bantuan SPSS:

- a. Tolak  $H_0$  dan terima  $H_a$  apabila nilai *Asymp. Sig (2-tailed)*  $< 0,05$ . Artinya, terdapat pengaruh atau peningkatan yang signifikan pada variabel *self-esteem* setelah diberikan perlakuan.
- b. Terima  $H_0$  dan tolak  $H_a$  apabila nilai *Asymp. Sig (2-tailed)*  $> 0,05$ . Artinya, tidak terdapat pengaruh atau peningkatan yang signifikan pada variabel *self-esteem* setelah diberikan perlakuan.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Kondisi Awal Siswa

Sebelum memberikan perlakuan berupa layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif, peneliti terlebih dahulu melakukan peninjauan mendalam mengenai kondisi awal *self-esteem* siswa kelas X di SMA Muhammadiyah 1 Medan yang menjadi subjek penelitian. Peninjauan ini dilakukan melalui proses triangulasi data, yaitu memadukan hasil wawancara bersama Guru Bimbingan dan Konseling, observasi langsung di dalam kelas, serta hasil perolehan skor *pre-test*.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Guru Bimbingan dan Konseling dan pengamatan peneliti selama kegiatan belajar mengajar, ditemukan fenomena bahwa subjek penelitian menunjukkan indikasi kepercayaan diri yang rendah. Hal ini terlihat dari perilaku siswa yang cenderung pasif, enggan mengajukan pertanyaan meskipun belum memahami materi, serta adanya rasa takut salah yang dominan saat diminta menjawab pertanyaan dari guru. Selain itu, secara sosial, beberapa siswa tampak lebih sering menyendiri dan kurang berani berinteraksi secara aktif dengan teman sebaya, yang mengindikasikan adanya hambatan dalam penilaian positif terhadap diri mereka sendiri.

Kondisi tersebut menjadi dasar yang kuat bagi peneliti untuk memberikan intervensi berupa layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif. Fokus utama dalam penelitian ini adalah untuk melihat sejauh mana layanan tersebut mampu menstimulasi peningkatan *self-esteem* siswa dengan

membandingkan kondisi psikologis mereka pada saat sebelum diberikan perlakuan (*pre-test*) dan sesudah diberikan perlakuan (*post-test*). Data awal ini menjadi acuan penting untuk melihat efektivitas layanan yang diberikan oleh peneliti terhadap perubahan *self-esteem* subjek penelitian.

## 4.2 Deskripsi Data Hasil Penelitian

### 4.2.1 Hasil Data *Self-esteem* Siswa (Pre-Test dan Post-Test)

Untuk mengetahui gambaran tingkat *Self-esteem* siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif, berikut disajikan tabel distribusi skor dan kategori perolehan data penelitian:

**Tabel 4.1 Skor Perbandingan *Self-esteem* Siswa *Pretest* - *Posttest***

Kode Nama	Pre -Test		Post - Test	
	Skor	Kategori	Skor	Kategori
X1	31	Sangat Rendah	69	Sangat Tinggi
X2	32	Sangat Rendah	63	Tinggi
X3	30	Sangat Rendah	78	Sangat Tinggi
X4	45	Rendah	67	Sangat Tinggi
X5	45	Rendah	74	Sangat Tinggi
X6	29	Sangat Rendah	78	Sangat Tinggi
X7	48	Rendah	74	Sangat Tinggi

Berdasarkan tabel di atas, terlihat adanya peningkatan skor *Self-esteem* yang cukup signifikan pada seluruh subjek penelitian setelah diberikan perlakuan (*treatment*). Sebelum diberikan layanan (*pre-test*), mayoritas siswa berada pada kategori 'Sangat Rendah' dan 'Rendah', namun setelah diberikan layanan bimbingan kelompok psikoedukatif (*post-test*), seluruh siswa mengalami kenaikan skor dan berhasil mencapai kategori 'Tinggi' dan 'Sangat Tinggi'. Perubahan yang paling mencolok terlihat pada subjek X6 yang semula memiliki skor 29 (Sangat Rendah) meningkat pesat menjadi 78 (Sangat Tinggi), yang mengindikasikan bahwa

intervensi bimbingan kelompok yang dilakukan efektif dalam membantu siswa meningkatkan *Self-esteem* mereka.

**Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Perbandingan Pre-Test-Post-Test**

Kategori	Pre-Test (f)	Pre-Test (%)	Post-Test (f)	Post-Test (%)
Sangat Rendah	4	57,14%	0	0%
Rendah	3	42,86%	0	0%
Tinggi	0	0%	1	14,29%
Sangat Tinggi	0	0%	6	85,71%
Total	7	100%	7	100%

Paparan data distribusi frekuensi mengungkap adanya perubahan yang sangat progresif sebagai impresi dari pemberian layanan bimbingan kelompok psikoedukatif. Pada saat *pre-test*, kondisi *self-esteem* siswa cenderung rendah, di mana seluruh siswa (100%) berada pada kategori sangat rendah dan rendah. Namun, setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif, hasil *post-test* menunjukkan peningkatan yang sangat signifikan, di mana mayoritas siswa berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 6 orang (85,71%) dan 1 orang berada pada kategori tinggi (14,29%). Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan mampu meningkatkan *self-esteem* siswa secara signifikan.

#### 4.2.2 Rekapitulasi Peningkatan Skor *Self-esteem*

Berikut disajikan tabel rekapitulasi peningkatan hasil *pre-test* dan *post-test* untuk melihat gambaran perubahan tingkat *Self-esteem* siswa secara menyeluruh:

**Tabel 4.3 Rekapitulasi Hasil *Pre-Test* dan *Post-Test***

Variabel	Rata-Rata Pre-Test	Rata-Rata Post-Test	Selisih (Gain)	Persentase Peningkatan
<i>Self-Esteem</i>	37,14	71,86	34,72	93,48%

Berdasarkan data pada tabel di atas, hasil penelitian menunjukkan adanya lonjakan skor rata-rata yang sangat signifikan pada subjek penelitian, yakni dari 37,14 pada saat *pre-test* menjadi 71,86 pada *post-test*. Perolehan nilai rata-rata *gain* (keuntungan/kenaikan) sebesar 34,72 menunjukkan bahwa secara empiris pemberian layanan bimbingan kelompok psikoedukatif memiliki efektivitas yang sangat tinggi dalam meningkatkan tingkat *self-esteem* siswa di SMA Muhammadiyah 1 Medan.

### 4.3 Uji Persyaratan Analisis

#### 4.3.1 Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk melihat apakah sebaran data *Self-esteem* siswa pada tahap *pre-test* dan *post-test* berdistribusi normal atau tidak. Hal ini menjadi dasar penentuan apakah peneliti akan menggunakan statistik parametrik atau non-parametrik.

**Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas (*Shapiro-Wilk*)**

Data	Statistic	df	Sig.	Keterangan
<i>Pre-test</i>	.797	7	.038	Tidak Normal
<i>Post-test</i>	.919	7	.465	Normal

Berdasarkan tabel *Tests of Normality*, peneliti menggunakan uji Shapiro-Wilk sebagai acuan karena jumlah sampel penelitian yang kecil ( $N = 7$ ). Hasil pengujian menunjukkan bahwa pada data *post-test* memiliki nilai signifikansi sebesar 0,465 (Sig. > 0,05), sehingga data *post-test* berdistribusi normal. Namun, pada data *pre-test*, nilai signifikansi menunjukkan angka 0,038 (Sig. < 0,05), yang berarti data *pre-test* tidak berdistribusi normal.

Karena terdapat salah satu data (*pre-test*) yang tidak berdistribusi normal dan jumlah sampel yang sangat terbatas, maka peneliti tidak menggunakan statistik parametrik (*Paired Sample t-test*) dan beralih menggunakan uji statistik non-parametrik, yaitu Uji Wilcoxon Signed Rank Test, dalam pengujian hipotesis penelitian.

#### 4.4 Pengujian Hipotesis

Untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini, dilakukan analisis statistik non-parametrik dengan menggunakan bantuan program SPSS versi 25.0. Karena penelitian ini menggunakan desain *One-Group Pretest-Posttest*, maka pengujian difokuskan pada perbandingan skor sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) pada satu kelompok subjek penelitian yang sama.

Teknik statistik yang digunakan adalah Wilcoxon Signed Rank Test untuk menganalisis apakah terdapat peningkatan yang signifikan pada *self-esteem* siswa antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Adapun hipotesis yang diuji adalah sebagai berikut:

- Ha: Terdapat peningkatan *self-esteem* yang signifikan pada siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan antara sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) diberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif.

Adapun kriteria pengambilan keputusan dalam pengujian hipotesis ini adalah sebagai berikut:

- Tolak  $H_0$  dan Terima  $H_a$  apabila nilai probabilitas (*Asymp. Sig 2-tailed*)  $< \alpha$  (0,05). Hal ini berarti terdapat peningkatan yang signifikan pada variabel yang diteliti.
- Terima  $H_0$  dan Tolak  $H_a$  apabila nilai probabilitas (*Asymp. Sig 2-tailed*)  $> \alpha$  (0,05). Hal ini berarti tidak terdapat peningkatan yang signifikan pada variabel yang diteliti.

#### 4.4.1 Analisis Deskriptif

Berdasarkan data distribusi frekuensi pada tabel 4.2 sebelumnya, diketahui bahwa pada saat *pre-test*, seluruh siswa (100%) berada pada kategori "Sangat Rendah" dan "Rendah". Namun pada saat *post-test*, seluruh siswa mengalami peningkatan ke kategori "Tinggi" (14,29%) dan "Sangat Tinggi" (85,71%). Hal ini menunjukkan adanya peningkatan yang nyata pada tingkat *self-esteem* siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif.

#### 4.4.2 Uji Signifikansi Perbedaan Skor Prtest dan Posttest

Untuk menguji apakah peningkatan skor tersebut bersifat signifikan secara statistik, dilakukan analisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test sebagai berikut:

**Tabel 4.5 Hasil Uji *Wilcoxon Signed Test***

Test Statistics <sup>a</sup>	
	Posttest - Pretest
Z	-2.366 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.018

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon, diperoleh nilai Z sebesar -2,366 dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,018. Karena nilai signifikansi lebih kecil dari

0,05 ( $0,018 < 0,05$ ), maka ( $H_0$ ) ditolak dan ( $H_a$ ) diterima. Hal ini membuktikan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada tingkat *self-esteem* siswa setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif.

Arah peningkatan skor tersebut dapat dilihat secara lebih mendalam melalui tabel Ranks di bawah ini:

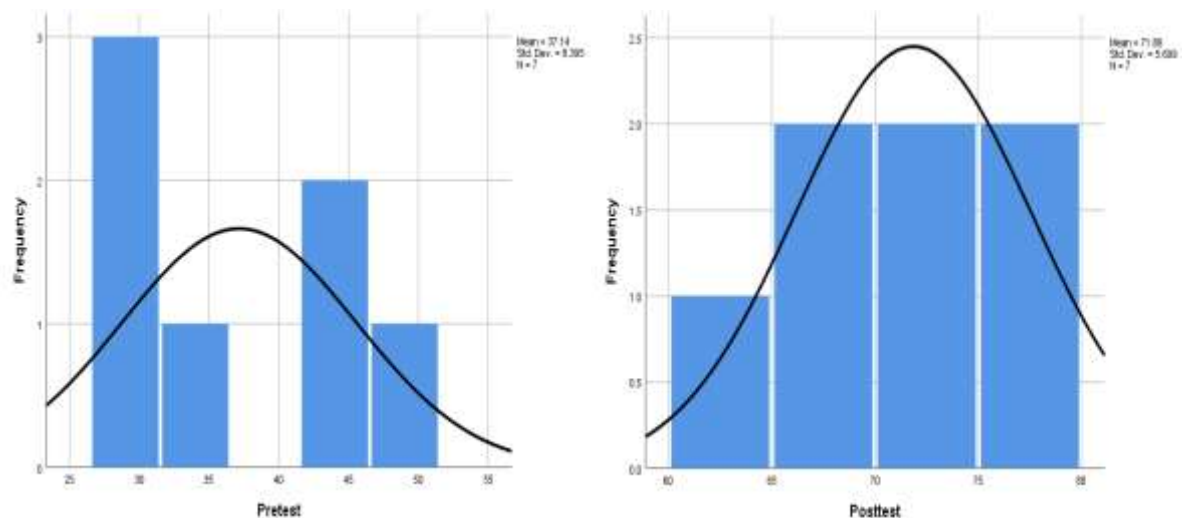
**Tabel 4.6 Hasil Uji Wilcoxon Signed Rank Test**

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
	Positive Ranks	7 <sup>b</sup>	4.00	28.00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	7		

Berdasarkan hasil analisis pada tabel *Ranks* di atas, terlihat gambaran perubahan skor yang sangat positif dan signifikan pada seluruh subjek penelitian, di mana nilai *Negative Ranks* sebesar 0 (nol) menunjukkan bahwa tidak ada satu pun siswa yang mengalami penurunan tingkat *self-esteem* setelah mengikuti rangkaian layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif. Sebaliknya, nilai *Positive Ranks* menunjukkan angka 7 yang menegaskan bahwa 100% subjek penelitian secara nyata mengalami peningkatan skor dari tahap *pre-test* ke tahap *post-test* dengan nilai *Mean Rank* sebesar 4,00, serta tidak ditemukannya nilai *Ties* yang mengindikasikan bahwa seluruh siswa tanpa terkecuali merespons positif intervensi tersebut tanpa ada yang menunjukkan kondisi stagnan. Keberhasilan ini secara empiris membuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok psikoedukatif yang diberikan peneliti sangat efektif dalam mengubah kondisi psikologis siswa ke arah yang lebih positif melalui materi,

dinamika kelompok, serta proses refleksi diri yang mampu menstimulasi penilaian objektif siswa terhadap keberhargaan dirinya masing-masing.

Visualisasi perbandingan sebaran data *self-esteem* siswa dapat dilihat pada grafik histogram di bawah ini:



**Gambar 4.1 Histogram Hasil Pre-Test Post-Test**

#### 4.5 Pembahasan Hasil Penelitian

- 1) Kondisi *Self-esteem* Siswa Sebelum Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Psikoedukatif

Berdasarkan temuan yang diperoleh peneliti di lapangan melalui tahap pra-penelitian, tingkat *self-esteem* siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan yang menjadi subjek penelitian sebelum diberikan perlakuan berada pada kategori yang memprihatinkan, yaitu "Sangat Rendah" (57,14%) dan "Rendah" (42,86%). Kondisi ini tercermin secara nyata melalui observasi perilaku siswa sehari-hari di lingkungan sekolah, di mana subjek cenderung menunjukkan sikap pasif, sering menundukkan kepala saat berinteraksi, dan menunjukkan keraguan yang besar ketika diminta untuk mengemukakan pendapat atau menjawab pertanyaan dari guru

di depan kelas. Ketidakmampuan siswa untuk menilai diri secara positif ini menciptakan hambatan dalam aktualisasi diri mereka, sehingga siswa lebih memilih untuk menarik diri dari dinamika kelompok kelas guna menghindari penilaian negatif dari orang lain. Fenomena rendahnya harga diri ini mengindikasikan bahwa subjek penelitian memiliki persepsi yang kurang tepat terhadap potensi dan keberhargaan yang mereka miliki, yang jika dibiarkan tanpa intervensi, dapat berdampak buruk pada prestasi akademik maupun perkembangan sosial mereka di sekolah. Data awal yang rendah ini menjadi dasar pijakan yang kuat bagi peneliti untuk menerapkan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif sebagai upaya intervensi yang sistematis. Penemuan awal ini juga menegaskan bahwa tanpa adanya stimulus khusus melalui layanan bimbingan dan konseling yang terprogram, siswa dengan self-esteem rendah akan terus terjebak dalam pola pikir negatif dan perasaan tidak mampu yang menghambat pertumbuhan kepribadian mereka secara sehat dan optimal.

## 2) Kondisi *Self-esteem* Siswa Sesudah Diberikan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Psikoedukatif

Setelah subjek penelitian menyelesaikan seluruh rangkaian sesi layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif, ditemukan adanya transformasi yang sangat signifikan dan progresif pada kondisi psikologis mereka. Berdasarkan hasil analisis data akhir, seluruh siswa (100%) telah berhasil meninggalkan kategori rendah dan berpindah ke kategori "Tinggi" serta "Sangat Tinggi". Peningkatan skor rata-rata yang sangat tajam, yakni dari 37,14 menjadi 71,86, memberikan bukti konkret bahwa intervensi yang dilakukan mampu

menembus hambatan kepercayaan diri siswa. Perubahan ini tidak hanya terlihat pada angka-angka statistik, tetapi juga terobservasi melalui perubahan perilaku siswa yang kini mulai berani mengemukakan ide, lebih terbuka dalam berinteraksi, dan menunjukkan apresiasi yang lebih baik terhadap kelebihan serta kekurangan diri mereka sendiri. Temuan ini secara kuat mendukung penelitian terdahulu oleh Iqsani, dkk. (2025) yang juga menemukan bahwa layanan bimbingan kelompok merupakan medium yang sangat efektif untuk menggeser kategori self-esteem siswa ke arah yang lebih positif. Keberhasilan transisi kategori ini membuktikan bahwa skema materi yang disusun dalam pendekatan psikoedukatif—seperti pemahaman konsep diri, afirmasi positif, dan manajemen pikiran negatif—telah berhasil diinternalisasi dengan baik oleh siswa. Hal ini mempertegas teori bahwa penilaian individu terhadap dirinya sendiri bukanlah sesuatu yang statis, melainkan dapat diubah dan dikembangkan secara signifikan melalui pemberian stimulus yang tepat, terukur, dan dilakukan dalam lingkungan kelompok yang suportif.

### 3) Analisis Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Psikoedukatif dalam Meningkatkan *Self-esteem*

Analisis efektivitas dalam penelitian ini dibuktikan melalui uji Wilcoxon Signed Rank Test yang menghasilkan nilai signifikansi sebesar 0,018 ( $p < 0,05$ ), yang secara statistik menegaskan adanya pengaruh yang nyata dari layanan yang diberikan. Lonjakan persentase peningkatan yang mencapai 93,48% menunjukkan bahwa pendekatan psikoedukatif memiliki keunggulan dalam menggabungkan unsur edukasi kognitif dengan dinamika kelompok yang interaktif. Dalam prosesnya, siswa tidak hanya diberikan teori mengenai harga diri, tetapi juga

dilibatkan dalam latihan keterampilan sosial dan emosional yang membantu mereka mengidentifikasi potensi tersembunyi. Hal ini sejalan dengan pandangan Corey (2016) yang menekankan bahwa kelompok bimbingan bertindak sebagai "laboratorium sosial" bagi siswa untuk bereksperimen dengan perilaku baru dan mendapatkan umpan balik langsung dalam suasana yang aman dan kondusif.

Efektivitas yang luar biasa ini juga didukung oleh fakta bahwa dinamika kelompok psikoedukatif memungkinkan terjadinya proses universalitas, di mana siswa menyadari bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi masalah kepercayaan diri, sehingga menciptakan rasa saling menguatkan antar anggota kelompok. Selain itu, sejalan dengan penelitian Oktalia, dkk. (2018), keberhasilan ini membuktikan bahwa desain program bimbingan yang dirancang secara sistematis untuk menyorot indikator spesifik—seperti perasaan mampu (competence) dan perasaan berharga (worthiness)—terbukti menjadi kunci utama dalam memicu perubahan perilaku yang berkelanjutan. Dengan demikian, peningkatan self-esteem yang terjadi dalam penelitian ini merupakan hasil dari proses integrasi antara pemahaman pengetahuan baru dan pengalaman emosional yang dialami siswa selama sesi bimbingan berlangsung.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif terbukti efektif dalam meningkatkan self-esteem siswa kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan Tahun Ajaran 2025/2026. Sebelum diberikan perlakuan, siswa menunjukkan tingkat self-esteem yang relatif rendah, yang terlihat dari kurangnya rasa percaya diri, perasaan kurang berharga, keraguan dalam menyampaikan pendapat, serta kesulitan dalam mengekspresikan potensi diri secara optimal. Setelah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok melalui dua sesi dengan pendekatan psikoedukatif, terjadi perubahan yang positif pada diri siswa, yaitu meningkatnya rasa percaya diri, kemampuan mengenali kelebihan diri, keberanian berinteraksi dengan lingkungan sosial, serta munculnya pandangan yang lebih positif terhadap diri sendiri.

Hasil tersebut diperkuat melalui analisis statistik menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar  $0,018 < 0,05$ , sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pre-test dan post-test. Dengan demikian, hipotesis kerja ( $H_a$ ) diterima dan hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak, yang berarti layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif secara signifikan mampu meningkatkan self-esteem siswa. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan psikoedukatif dalam bimbingan kelompok dapat menjadi salah satu strategi layanan BK yang efektif untuk membantu siswa mengembangkan

penghargaan diri, meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan pribadi, serta mendukung perkembangan sosial dan emosional siswa di lingkungan sekolah.

## 5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dipaparkan, peneliti memberikan beberapa saran yang diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak, antara lain:

### 1. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Diharapkan kepada Guru BK di SMA Muhammadiyah 1 Medan agar dapat menerapkan metode bimbingan kelompok dengan pendekatan psikoedukatif ini secara lebih luas dan berkelanjutan di kelas-kelas lain. Mengingat efektivitasnya yang telah teruji secara signifikan pada subjek penelitian ini dalam meningkatkan *self-esteem*, metode ini dapat dijadikan sebagai salah satu program intervensi unggulan untuk menangani permasalahan kepercayaan diri siswa. Selain itu, Guru BK disarankan untuk terus menginovasi materi-materi psikoedukasi yang relevan dengan perkembangan psikologis siswa agar dinamika kelompok tetap interaktif dan mampu menyentuh aspek-aspek harga diri siswa secara mendalam.

### 2. Bagi Siswa

Siswa hendaknya memanfaatkan layanan bimbingan kelompok sebagai wadah untuk saling mendukung dan berbagi pengalaman positif. Bagi siswa yang masih merasa kurang percaya diri, diharapkan jangan ragu untuk bercerita atau berkonsultasi dengan Guru BK. Menyadari bahwa setiap orang memiliki kelebihan dan keunikan masing-masing adalah langkah pertama yang sangat penting untuk membangun masa depan yang lebih mantap.

### 3. Bagi Program Studi Bimbingan dan Konseling UMSU

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi bagi mahasiswa maupun dosen, khususnya dalam mengembangkan teknik bantuan kelompok. Penelitian ini membuktikan bahwa pendekatan psikoedukatif sangat cocok diterapkan untuk anak SMA, sehingga kampus dapat mendorong pelatihan praktikum yang lebih bervariasi bagi calon konselor agar semakin siap saat terjun ke lapangan.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang memiliki ketertarikan untuk mengkaji topik yang sama, disarankan untuk melakukan pengembangan penelitian dengan menggunakan desain penelitian yang lebih kompleks, seperti menyertakan kelompok kontrol sebagai pembanding (*true experimental* atau *quasi-experimental* dengan kelompok kontrol). Penggunaan kelompok kontrol akan memungkinkan peneliti selanjutnya untuk membandingkan hasil efektivitas secara lebih objektif dan luas, serta mampu meminimalkan pengaruh variabel luar yang tidak terkendali. Selain itu, peneliti selanjutnya juga disarankan untuk memperluas jumlah sampel dan durasi perlakuan agar generalisasi hasil penelitian dapat mencakup cakupan populasi yang lebih luas dan memiliki akurasi yang lebih tinggi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, dan Nasution, H. S. (2019). *Bimbingan konseling: Konsep, teori, dan aplikasinya*. Medan: LPPPI.
- Ardaningrum, D. Z., dan Savira, S. I. (2022). Hubungan antara harga diri dengan perilaku asertif mahasiswa selama masa pandemi. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(7), 107–120.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Armila. (2021). Efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan *Self-esteem*. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 3(2), 243–262.
- Astuti, I., Syafriyani, N., dan Purwanti. (2019). Analisis pelaksanaan layanan bimbingan kelompok tentang kenakalan remaja pada peserta didik SMA Santun Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 8(6), 1–9.
- Aulia, D. R. (2024). Layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi. *Jurnal Bimbingan BK Unesa*.
- Bahriyah, S. (2025). *Efektivitas layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik cognitive restructuring dalam meningkatkan Self-esteem pada siswa SMP Negeri 40 Semarang* (Skripsi, Universitas IVET).
- Darmayanti, N. (2024). Peran konseling kelompok untuk pengembangan diri siswa: Studi literatur. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 13(001 Des), 607–618.
- Deliati, D., Firman, F., & Neviyarni, N. (2024). Social Dynamics in Counseling Groups: Case Studies of Children with Learning Difficulties. *Holistic Science*, 4(1), 1-4.
- Destari, A. N., dan Suwandi. (2023). Pengaruh organizational citizenship behaviour (OCB), self efficacy dan *Self-esteem* terhadap kinerja karyawan. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(2), 5593–5600.
- Dewi, K. (2016). *Pengaruh layanan bimbingan kelompok dengan teknik sosiodrama terhadap perilaku asertif siswa kelas IX SMP Negeri 25 Semarang* (Skripsi, Universitas Negeri Semarang).
- Dharma, W., Yudiono, U., dan Sulisty, S. (2020). *Self-esteem*: Faktor-faktor yang mempengaruhinya. *Widyagogik*, 8(2), 99–105.
- Fatimah, H., Ardini, F. M., dan Fikriyani, D. N. (2023). Efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik assertive training untuk meningkatkan *Self-esteem* siswa. *JCOSE: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 28–36.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 25*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hapsari, D. A. (2023). Efektivitas pendekatan psikoedukatif dalam meningkatkan resiliensi remaja pasca pandemi. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 8(2), 145–156.
- Harahap, E. K., dan Sumarto. (2020). *Bimbingan konseling*. Jambi: Pustaka Ma'arif Press.
- Harefa, I. J., Zebua, E., & Lase, F. (2024). Efektivitas layanan bimbingan kelompok terhadap perilaku konformitas. *Journal on Education*, 6(4), 20391–20400.

- Hasanah, I., Sa'idah, I., Fakhriyani, D. V., dan Aisa, A. (2022). *Bimbingan kelompok: Teori dan praktik*. Duta Media Publishing.
- Hasibuan, U. M., & Ayriza, Y. (2022, April). The Influence of Cognitive Restructuring Techniques on Students' Learning Interest in Distance Learning. In *International Seminar on Innovative and Creative Guidance and Counseling Service (ICGCS 2021)* (pp. 198-203). Atlantis Press.
- Hutabarat, D. N. W. (2024). *Hubungan Self-esteem dengan workplace well-being pada perawat di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan* (Skripsi, STIKes Santa Elisabeth Medan).
- Huh, I., dan Gim, J. (2025). Exploration of Likert scale in terms of continuous variable with parametric statistical methods. *BMC Medical Research Methodology*, 25, Article 218.
- Ihdalumam, A., Fajar, A. A. I., dan Puspitasari, D. (2023). Psychoeducational training to increase *Self-esteem* in adolescents. *Journal of Community Service*, 5(2), 383–393.
- Indriyani, J., Kusniawati, A., dan Kader, M. A. (2020). Pengaruh *Self-esteem* dan self-efficacy terhadap kepuasan kerja karyawan. *Jurnal Ekonomi Manajemen Universitas Galuh*, 7(2), 123–132.
- Iqsani, T., Syawaluddin, S., Rahmi, A., dan Arjoni, A. (2025). Efektivitas bimbingan kelompok untuk meningkatkan *Self-esteem* siswa di SMPN 3 Luhak Nan Duo. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(1), 5462–5471.
- Ismanto, H. (2022). Psikoedukasi sebagai strategi peningkatan kesejahteraan psikologis individu. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 21(1), 33–41.
- Khasanah, A. Z. (2023). *Meningkatkan motivasi belajar siswa underachiever melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa SD Negeri Pekunden Semarang* (Skripsi, Universitas Negeri Semarang).
- Kuway, T. T., dan Putri, D. R. (2025). Self-love untuk pemulihan: Psikoedukatif kepercayaan diri pada residen wanita dalam program rehabilitasi narkoba. *PROFICIO: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), 639–644.
- Maharani, S. (2024). *Pelaksanaan konseling psikoedukatif dalam memberikan motivasi anak korban kekerasan seksual di UPT PPA Kota Pekanbaru* (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau).
- Maharani, L. N., Putra, A. N., & Hidayat, M. (2024). Efektivitas psikoedukasi terhadap kesadaran kesehatan mental mahasiswa. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 5(1), 22–34.
- Muhshanah. (2022). Hubungan antara *Self-esteem* dengan perilaku prososial pada remaja di Panti Asuhan Al-Washliyah Medan. *Journal of Human Research (JHR)*, 3(2), 72–80.
- Mulyadi. (2016). *Bimbingan konseling di sekolah dan madrasah*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Mulyani, A. F. (2023). *Hubungan antara keterlibatan ayah (father involvement) dengan Self-esteem pada siswa SMA Muhammadiyah 2 Medan* (Skripsi, Universitas Medan Area).
- Mulyani, S., dan Arifin, Z. (2023). Nilai-nilai agama dalam pembentukan akhlak mulia peserta didik. *Edusiana: Jurnal Ilmu Pendidikan*.

- Nashwa, M., dkk. (2025). The effectiveness of group counseling in improving the *Self-esteem* of students who experience body shaming. *Quanta: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 9(3), 298–307.
- Nasution, H. S., & Abdillah. (2019). *Bimbingan dan konseling: Konsep, teori dan aplikasinya*. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Nawawi, E. (2025). Implementasi sosiodrama dalam layanan bimbingan kelompok untuk mengembangkan keterampilan sosial siswa. *Jurnal Konseling dan Psikologi Indonesia*, 1(3), 230–239.
- Nuraeni, N., dan Mastari, M. (2022). Pengaruh konseling kelompok terhadap *Self-esteem* siswa kelas XI SMKN 2 Kuripan. *Realita: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(2), 261–269.
- Oktalia, B., Tiatri, S., dan Mularsih, H. (2018). Efektivitas program psikoedukatif pengembangan *Self-esteem* untuk meningkatkan *Self-esteem* remaja kelas 1 di SMP X. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 2(2), 769–778.
- Pratiwi, S. (2024). Peran *Self-esteem* dalam membentuk kepercayaan diri remaja di era digital. *Literacy Notes*, 2(1).
- Prayitno. (2017). *Layanan bimbingan kelompok (dasar dan profil)*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Riati, H., Solikhah, E. M., dan Saputra, W. N. E. (2024). Implementasi psikoedukatif ajaran KH Ahmad Dahlan untuk membangun budaya damai di sekolah. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 3, 248–255.
- Rokhmatica, N., dan Muslikah, M. (2024). Pengembangan instrumen *Self-esteem* Coopersmith (citra diri). *Jurnal Literasi Indonesia*, 1(1).
- Sabrina, A. F. T., Turu'allo, J. G., Puspita, K., dan Siswanti, D. N. (2025). Membangun versi terbaik diri: Psikoedukasi untuk meningkatkan *Self-esteem* dan self-image klien rehabilitasi BNNP Sulawesi Selatan. *Gudang Jurnal Psikologi dan Manajemen (GJPM)*, 3(1), 45–54.
- Sitompul, D. N. (2015). Pengaruh penerapan layanan bimbingan kelompok teknik role-playing terhadap perilaku solidaritas siswa dalam menolong teman di SMA Negeri 1 Rantau Utara. *Jurnal EduTech*, 1(1), 1–12.
- Slamet, R., dan Wahyuningsih, S. (2021). Validitas dan reliabilitas terhadap instrumen kepuasan kerja. *Jurnal Manajemen dan Bisnis Aliansi*, 51–58.
- Slametiningsih, Medya A., Nuraenah, Asri N., dan Renaissance. (2021). *Psikoedukasi insecure pada anak remaja dengan body shaming di MTsN 03 Kota Bekasi*. Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Suarni, W., dan Mayang Sari, W. O. S. (2024). Efektivitas psikoedukasi *Self-esteem* dalam meningkatkan *Self-esteem* remaja pengguna aktif media sosial. *Jurnal Ilmiah Bening: Belajar Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 71–82.
- Corey, G. (2016). *Theory and practice of group counseling* (9th ed.). Cengage Learning.
- Hasanah, U. (2018). *Bimbingan kelompok dalam pelayanan bimbingan dan konseling*. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 3(1), 1–5.
- Ilhamuddin, A., Wahidah, I., Ridho, M. R., dan Rahmah, M. (2024). Tahapan pelaksanaan bimbingan kelompok dalam meningkatkan keterampilan sosial siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 10(1), 35–44.

- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Edisi ke-3). Alfabeta.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Taufik, T. (2023). Peran guru bimbingan dan konseling dalam penerapan etika bimbingan dan konseling. *JUBIKOPS: Jurnal Bimbingan Konseling dan Psikologi*, Universitas Muhammadiyah Barru.
- Tiro, Y., dan Marjohan, M. (2022). Bimbingan kelompok dan pengembangan diri siswa. *Jurnal Penelitian Bimbingan dan Konseling*, 7(1), 88–97..
- Ulva, T. S., Samitra, D., dan Kusnanto, R. A. B. (2021). Pengembangan instrumen tes literasi sains pada tema 8 lingkungan sahabat kita untuk siswa sekolah dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3778–3790.
- Umam, A. K., Rahmawati, Dalimunthe, R. Z., dan Nurmala, M. D. (2025). Pengaruh bimbingan kelompok dengan self help book sebagai media meningkatkan *Self-esteem* remaja. *Risâlah: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam*, 11(4), 1608–1625.
- Wardhani, R. C., Handaka, I. B., Setyowati, A., dan Utomo, N. B. (2022). Upaya meningkatkan *Self-esteem* siswa melalui konseling kelompok menggunakan solution focused brief counseling. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 13404–13412.
- Wulandari, A., dan Wijayanti, F. (2023). Dukungan teman sebaya dengan harga diri pada remaja. *Health Sciences and Pharmacy Journal*, 7(1), 16–22.
- Yudiono, U., dan Sulistyono, S. (2020). *Self-esteem*: Faktor-faktor yang mempengaruhinya. *Wiyata Dharma: Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*, 8(2), 99–105.
- Zamzanah, Z., Rasimin, R., & Yusra, A. (2023). Upaya meningkatkan *Self-esteem* (harga diri) pada siswa melalui layanan bimbingan kelompok di SMP N 19 Kota Jambi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 2178–2184.

# LAMPIRAN

## Lampiran 1 Rencana Pelaksanaan Layanan

### Pertemuan 1



MAJELIS PENDIDIKAN DASAR MENENGAH  
PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA MEDAN  
SMA SWASTA MUHAMMADIYAH 01 MEDAN  
Jl. Ulama No. 170, Kel. Kota Matsum II, Kec. Medan Area, Kota Medan, Sumatera Utara  
info@smasamedan.sch.id Telp. 7365218

#### RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

SEMESTER GENAP TAHUN PEMBELAJARAN 2025/2026

Satuan Pendidikan : SMA Muhammadiyah 01 Medan	Strategi Layanan : Bimbingan Kelompok
Kelas/ Semester : X/Genap	Aspek Perkembangan/ SKKPD : Pengembangan Pribadi
Alokasi Waktu : 1x50 menit/Pertemuan 1	Model dan Moda : Psikoedukatif, Curah pendapat/furing
Topik/ Materi : Meningkatkan Self-Esteem Siswa	Media dan Alat : Kertas kecil,
Bidang Layanan : Pribadi-Sosial	

TUJUAN LAYANAN	Tahap Pengenalan	Tahap Akomodasi	Tahap Tindakan
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 Peserta didik mampu menjelaskan pengertian self-esteem serta faktor-faktor yang mempengaruhinya.</li> <li>2 Peserta didik mampu menunjukkan sikap menerima diri dan menghargai kelebihan diri.</li> <li>3 Peserta didik mampu menyusun kom itmen tindakan sederhana untuk meningkatkan self-esteem.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>4 Peserta didik mampu mengidentifikasi kelebihan dan area pengembangan diri secara jujur</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>5 Peserta didik mampu merancang satu bentuk afirmasi positif untuk meningkatkan self-esteem</li> </ol>

#### LANGKAH KEGLATAN

1. Pembentukan	<ol style="list-style-type: none"> <li>a. Mengucapkan salam dan berdoa</li> <li>b. Mengapresiasikan kehadiran &amp; Mengakrabkan anggota kelompok</li> <li>c. Guru menyampaikan tujuan, cakupan materi &amp; azas-azas bimbingan kelompok</li> <li>d. Guru menjelaskan langkah-langkah kegiatan bimbingan kelompok</li> </ol>
2. Peralihan	<ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peneliti memastikan kesiapan peserta mengikuti kegiatan</li> <li>b. Ice breaking ringan (sapa teman sebelah, senyum, saling menyebutkan nama)</li> <li>c. Peserta menyatakan kesediaan untuk terbuka dan menjaga rahasia kelompok</li> </ol>
3. Kegiatan Inti (menggunakan Psikoedukatif)	<ol style="list-style-type: none"> <li>a. <i>Experience</i> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Peneliti mengajukan pertanyaan: "Pernah nggak sih kalian ngerasa minder, takut salah, atau ngerasa nggak sepeenting orang lain?"</li> <li>2) Peserta diberi kesempatan menyampaikan pengalaman secara sukarela.</li> </ol> </li> <li>b. <i>Identify</i> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Pengertian self-esteem sebagai cara menilai dan menghargai diri sendiri</li> <li>2) Perbedaan self-esteem dengan sikap sombong</li> <li>3) Ciri-ciri self-esteem rendah (takut ngomong, takut salah, merasa tidak mampu)</li> <li>4) Peneliti mengaitkan dengan nilai religius: QS. Al-Isra ayat 70: "Sungguh Kami telah memliakan anak Adam" Bahwa setiap manusia memiliki nilai dan kelebihan.</li> </ol> </li> <li>c. <i>Analyze</i> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Peserta diminta menuliskan: 1 hal yang dibanggakan dari diri sendiri dan 1 hal yang ingin diperbaiki dari diri sendiri</li> <li>2) Peserta boleh berbagi, peneliti memberikan penguatan dan apresiasi.</li> <li>3) Peneliti mengajak peserta menyadari: Masalah sering bukan pada kemampuan, tapi pada cara berbicara pada diri sendiri</li> </ol> </li> <li>d. <i>Generalisation</i> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Peneliti mengenalkan konsep afirmasi positif, mengganti: "Aku bodoh" → "Aku masih belajar" "Aku nggak bisa" → "Aku belum bisa"</li> <li>2) Simulasi singkat: Peserta diminta mencoba mengungkapkan pendapat sederhana di depan kelompok, misaluya: "Menurut kelompok kami, self-esteem adalah..."</li> <li>3) Peneliti menegaskan bahwa percaya diri bisa dilatih, bukan bawaan lahir.</li> </ol> </li> </ol>
4. Pengakhiran	<ol style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta menyampaikan satu hal baru yang disadari tentang diri sendiri.</li> <li>b. Peneliti menyimpulkan kegiatan.</li> <li>c. Peserta membuat komitmen pribadi untuk lebih menghargai diri sendiri.</li> <li>d. Peneliti memberikan motivasi penutup dan doa.</li> </ol>

#### PENILAIAN

1. Penilaian Proses	Keseuaian program, Antusiasme peserta didik, Kebermanfaatan dan kebermaknaan kegiatan
Penilaian Hasil	Understanding, Comfortable, Action
Penilaian Sikap	Membuat kesepakatan bersama untuk melaksanakan pertemuan kedua.



Medan, Januari 2025  
Peneliti

Dina Hardita  
NPM. 2202080039

## MATERI LAYANAN

### MENINGKATKAN *SELF-ESTEEM* SISWA KELAS X

#### A. Pendahuluan

Masa kelas X merupakan masa penyesuaian diri yang penting bagi siswa. Perubahan lingkungan sekolah, tuntutan akademik, serta pergaulan baru sering membuat siswa mulai mempertanyakan kemampuan dan nilai dirinya. Tidak sedikit siswa yang merasa kurang percaya diri, mudah membandingkan diri dengan orang lain, dan merasa tidak cukup baik. Kondisi ini menunjukkan adanya masalah pada *self-esteem* atau harga diri siswa.

*Self-esteem* yang sehat sangat dibutuhkan agar siswa mampu mengenali potensi diri, menghadapi tantangan belajar, serta berani mengembangkan kemampuan yang dimiliki. Oleh karena itu, penting bagi siswa untuk memahami apa itu *self-esteem* dan bagaimana cara meningkatkannya.

#### B. Pengertian *Self-esteem*

*Self-esteem* adalah cara seseorang menilai, menghargai, dan menerima dirinya sendiri. Siswa yang memiliki *self-esteem* baik akan mampu melihat kelebihan dan kekurangan dirinya secara seimbang. Ia tidak merasa paling hebat, tetapi juga tidak merasa paling rendah dibandingkan orang lain. *Self-esteem* bukan berarti merasa sempurna, melainkan mampu menerima diri apa adanya serta terus berusaha menjadi lebih baik.

#### C. Gambaran *Self-esteem* pada Diri Siswa

Dalam kehidupan sehari-hari di sekolah, *self-esteem* siswa dapat terlihat dari sikap dan perilaku yang ditunjukkan. Siswa dengan *self-esteem* yang sehat biasanya berani bertanya di kelas, tidak takut mencoba hal baru, serta mampu menerima kegagalan sebagai bagian dari proses belajar. Sebaliknya, siswa dengan *self-esteem* rendah sering merasa ragu pada kemampuannya sendiri, takut salah, dan lebih memilih diam meskipun sebenarnya mampu. Mereka juga cenderung membandingkan dirinya dengan teman lain dan merasa minder ketika melihat keberhasilan orang lain.

#### D. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Self-esteem* Siswa

*Self-esteem* tidak muncul begitu saja, tetapi terbentuk dari berbagai pengalaman hidup. Lingkungan keluarga, sekolah, dan pergaulan memiliki peran besar dalam membentuk harga diri siswa. Kurangnya dukungan, seringnya mendapat kritik tanpa apresiasi, atau pengalaman gagal yang tidak disertai bimbingan dapat membuat siswa menilai dirinya secara negatif. Selain itu, kebiasaan berpikir negatif seperti sering menyalahkan diri sendiri atau merasa tidak berguna juga menjadi faktor yang menurunkan *self-esteem*.

#### E. Dampak *Self-esteem* Rendah bagi Siswa

*Self-esteem* yang rendah dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan siswa. Dalam bidang akademik, siswa menjadi kurang percaya diri, mudah cemas saat menghadapi ulangan, dan prestasinya menurun. Dalam pergaulan, siswa cenderung menarik diri, sulit beradaptasi, dan takut berpendapat. Jika kondisi ini dibiarkan, siswa akan kesulitan mengenali potensi dirinya dan tidak berani merencanakan masa depan dengan optimis.

#### F. Upaya Meningkatkan *Self-esteem*

Meningkatkan *self-esteem* bukanlah proses yang instan, tetapi dapat dilakukan secara bertahap. Siswa perlu belajar mengenali kelebihan yang dimilikinya dan menyadari bahwa setiap orang memiliki keunikan masing-masing. Kesalahan dan kegagalan bukanlah tanda ketidakmampuan, melainkan bagian dari proses belajar. Siswa juga perlu membiasakan diri berpikir positif, memberi apresiasi atas usaha yang telah dilakukan, serta berani mencoba hal-hal baru meskipun belum sempurna. Dukungan dari lingkungan sekitar, seperti teman, guru, dan keluarga, sangat membantu dalam proses peningkatan *self-esteem*.

### G. Refleksi Diri

Sebagai penutup, siswa diajak untuk melakukan refleksi diri dengan menanyakan pada diri sendiri:

- “Apa kelebihan yang aku miliki?”
- “Hal apa yang sudah aku usahakan selama ini?”
- “Apa langkah kecil yang bisa aku lakukan untuk lebih menghargai diriku sendiri?”

Melalui pemahaman dan latihan yang terus-menerus, siswa diharapkan mampu membangun *self-esteem* yang sehat sehingga dapat berkembang secara optimal di lingkungan sekolah maupun di kehidupan sehari-hari.

### H. Bermain Game “Cermin Diri”

Langkah permainan:

1. Setiap peserta didik mendapat 1 kertas kecil.
2. Peneliti memberi instruksi:  
“Tuliskan 1 kelebihan diri yang kamu miliki dan 1 hal yang masih ingin kamu perbaiki. Tidak perlu ditulis nama.”
3. Kertas dikumpulkan, dikocok, lalu dibagikan kembali secara acak.
4. Peserta didik membaca isi kertas yang didapat, lalu Peneliti bertanya:
  - Apakah pernyataan ini sering kamu rasakan juga?
  - Bagaimana perasaanmu saat membaca kelebihan dan kekurangan tersebut?

### INSTRUMENT EVALUASI PROSES

TOPIK LAYANAN : Meningkatkan *Self-esteem* Siswa

No	Aspek Yang Di Nilai	Ya	Tidak
1	Dari hasil refleksi secara lisan Apakah peserta didik merasakan manfaat layanan dan kebermaknaan layanan		
2	Dalam mengikuti layanan bimbingan kelompok apakah peserta didik bersemangat( antusias)		
3	Peserta didik menyampaikan pendapat sesuai topik		
4	Apakah suasana pertemuan, menyenangkan		
5	Apakah Topik yang dibahas , penting		
7	Apakah metode yang digunakan menarik		
8	Apakah Peserta didik aktif berdialog		
9	Apakah kegiatan bimbingan kelompok berjalan sesuai tujuan yang diharapkan		
10	Apakah peserta didik menunjukkan pemahaman dan kesadaran diri terhadap materi layanan		

### Lembar Kerja Peserta Didik (LPKPD)

Jawablah pertanyaan berikut:

Apa yang kamu pahami tentang *self-esteem* (harga diri) menurut kamu sendiri?

Sebutkan 2 kelebihan yang kamu miliki!

1. ...

2. ...

Sebutkan 1 hal yang membuat kamu kurang percaya diri!

### EVALUASI HASIL

#### *Understanding*

1. Apa yang kamu pahami tentang *self-esteem* (harga diri)?
2. Sebutkan contoh sikap *self-esteem* yang rendah yang pernah kamu alami!
3. Jelaskan dampak *self-esteem* rendah terhadap proses belajar dan pergaulan!
4. Mengapa penting bagi remaja untuk memiliki *self-esteem* yang positif?

#### *Comfortable*

Petunjuk: Berilah nilai 1–4 pada setiap pernyataan berikut sesuai dengan kondisi diri kamu.

Keterangan:

1 = Sangat Tidak Sesuai

2 = Tidak Sesuai

3 = Sesuai

4 = Sangat Sesuai

1. Saya merasa lebih percaya diri setelah mengikuti kegiatan ini.  
Nilai:  1  2  3  4
2. Saya merasa nyaman menyampaikan pendapat dalam kelompok.  
Nilai:  1  2  3  4
3. Saya menyadari bahwa saya memiliki kelebihan yang patut dihargai.  
Nilai:  1  2  3  4
4. Saya merasa termotivasi untuk memperbaiki sikap terhadap diri sendiri.  
Nilai:  1  2  3  4

#### *Action*

Petunjuk: Jawablah pertanyaan berikut berdasarkan apa yang kamu rasakan setelah mengikuti kegiatan.

1. Hal baru apa yang kamu sadari tentang diri kamu setelah kegiatan ini?
2. Apakah ada perbedaan cara pandang kamu terhadap diri sendiri setelah kegiatan ini? Jelaskan.
3. Menurut kamu, bagian kegiatan mana yang paling berpengaruh terhadap pemahaman *self-esteem*?
4. Apakah kegiatan ini memberikan manfaat bagi kamu? Jelaskan alasannya.

## Pertemuan 2



MAJELIS PENDIDIKAN DASAR MENENGAH  
PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA MEDAN  
SMA SWASTA MUHAMMADIYAH 01 MEDAN  
Jl. Utama No. 170, Kel. Kota Maimun II, Kec. Medan Area, Kota Medan, Sumatera Utara  
info@smsmamedan.sch.id Telp. 7365218

### RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK

SEMESTER GENAP TAHUN PEMBELAJARAN 2025/2026

Satuan Pendidikan : SMA Muhammadiyah 01 Medan	Strategi Layanan : Bimbingan Kelompok
Kelas/ Semester : X/Genap	Aspek Perkembangan/ SKKPD : Pengembangan Pribadi
Alokasi Waktu : 1x50 menit/Pertemuan 2	Model dan Moda : Psikoedukatif, diskusi/refleksi, Juring
Topik/ Materi : Penguatan Self-Esteem dan Komitmen Diri	Media dan Alat : Kertas kecil, Alat tulis
Bidang Layanan : Pribadi-Sosial	

TUJUAN LAYANAN	Tahap Pengenalan	Tahap Akomodasi	Tahap Tindakan
	1 Peserta didik mampu mengingat kembali konsep self-esteem dan manfaatnya bagi perkembangan diri.	2 Peserta didik mampu menganalisis perubahan cara pandang terhadap diri dan mengevaluasi sikap pribadi terkait self-esteem.	3 Peserta didik mampu menyusun komitmen nyata dan strategi sederhana untuk mempertahankan self-esteem positif.

#### LANGKAH KEGIATAN

5. Pembentukan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Mengucapkan salam dan doa</li> <li>b. Mengondisikan suasana kelompok</li> <li>c. Mengingatkan kembali tujuan layanan dan asas kerahasiaan</li> <li>d. Menyampaikan bahwa pertemuan ini adalah penguatan sekaligus penutup rangkaian layanan</li> </ul>
6. Peralihan	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta perempuan mengganti nama dengan nama bunga</li> <li>b. Peserta laki-laki mengganti nama dengan nama buah</li> <li>c. Peserta memperkenalkan diri satu per satu sambil menyebut dan mengingat nama teman sebelumnya</li> </ul>
7. Kegiatan Inti (menggunakan Psikoedukatif)	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. <i>Experience</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>1) Peneliti mengajak refleksi: "Setelah pertemuan sebelumnya, apakah ada perubahan cara kamu melihat diri sendiri?"</li> <li>2) Peserta berbagi pengalaman singkat.</li> </ul> </li> <li>b. <i>Identify</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>1) Makna self-esteem sehat</li> <li>2) Hubungan self-esteem dengan keberanian mencoba</li> <li>3) Nilai religius: manusia memiliki potensi dan kemuliaan diri.</li> </ul> </li> <li>c. <i>Analyze</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>1) Peserta diminta menuliskan: Perubahan positif yang dirasakan sejak pertemuan pertama dan Situasi yang masih membuat kurang percaya diri.</li> <li>2) Diskusi singkat dan penguatan.</li> </ul> </li> <li>d. <i>Evaluate</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>1) Peserta mengevaluasi: Kebiasaan berfikir negative yang mulai dikurangi dan sikap baru yang ingin dipertahankan</li> <li>2) Peneliti memberi umpan balik konstruktif</li> </ul> </li> <li>e. <i>Generalization</i> <ul style="list-style-type: none"> <li>1) Peserta Menyusun 1 afirmasi pribadi dan 1 komitmen tindakan nyata</li> <li>2) Peneliti menegaskan bahwa self-esteem dibangun melalui Latihan berkelanjutan</li> </ul> </li> </ul>
8. Pengakhiran	<ul style="list-style-type: none"> <li>a. Peserta menyampaikan hal paling bermakna dari layanan</li> <li>b. Peneliti menyimpulkan rangkaian kegiatan pertemuan 1-2</li> <li>c. Peserta membacakan afirmasi diri</li> <li>d. Motivasi penutup dan doa</li> <li>e. Penutupan layanan bimbingan kelompok</li> </ul>

#### PENILAIAN

4. Penilaian Proses	Partisipasi, fokus, keterlibatan diskusi, kemampuan refleksi.
5. Penilaian Hasil	Understanding, Comfortable, Action
	Peserta didik diminta menerapkan afirmasi dan komitmen pribadi yang telah disusun dalam kehidupan sehari-hari.



Medan, Januari 2025  
Peneliti

Dina Hardita  
NPM. 2202080059

## MATERI LAYANAN

### Penguatan *Self-esteem* dan Komitmen Diri

#### A. Pendahuluan

Pada pertemuan sebelumnya, peserta didik telah memahami pengertian *self-esteem* serta pentingnya menghargai diri sendiri. Pemahaman tersebut menjadi dasar bagi peserta didik untuk mulai melihat dirinya secara lebih positif. Namun, membangun *self-esteem* tidak berhenti pada pemahaman konsep saja, melainkan perlu dilatih melalui refleksi dan penerapan dalam kehidupan sehari-hari. Pertemuan kedua ini bertujuan memperkuat kesadaran diri peserta didik agar mampu mempertahankan sikap menerima diri, berani mencoba, serta mengurangi kebiasaan berpikir negatif. Dengan latihan yang berkelanjutan, *self-esteem* yang sehat dapat menjadi bekal penting bagi perkembangan pribadi dan sosial peserta didik.

#### B. Refleksi Perubahan Diri

Setelah memahami konsep *self-esteem*, peserta didik perlu menyadari bahwa perubahan diri terjadi secara bertahap. Perubahan tersebut dapat terlihat dari keberanian menyampaikan pendapat, kemampuan menerima kesalahan sebagai proses belajar, serta meningkatnya penghargaan terhadap usaha diri sendiri. Refleksi membantu peserta didik mengenali perkembangan yang sudah dicapai sekaligus menyadari area yang masih perlu diperbaiki. Kesadaran ini penting agar peserta didik tidak terjebak pada penilaian negatif terhadap dirinya, melainkan mampu melihat proses perkembangan secara lebih objektif.

#### C. Mengelola Pikiran Negatif

*Self-esteem* sangat dipengaruhi oleh cara seseorang berbicara kepada dirinya sendiri. Pikiran negatif seperti merasa tidak mampu atau takut gagal dapat menurunkan kepercayaan diri. Oleh karena itu, peserta didik perlu belajar mengelola pikiran tersebut dengan menggantinya menjadi pernyataan yang lebih realistis dan membangun. Mengubah kalimat internal seperti “aku tidak bisa” menjadi “aku sedang belajar” membantu membentuk pola pikir yang lebih sehat. Latihan ini bertujuan menumbuhkan kebiasaan berpikir positif yang mendukung perkembangan diri.

#### D. Afirmasi Diri sebagai Penguatan *Self-esteem*

Afirmasi diri merupakan pernyataan positif yang digunakan untuk memperkuat keyakinan terhadap kemampuan dan nilai diri. Afirmasi bukan sekadar kata-kata, melainkan bentuk penghargaan terhadap diri sendiri. Dengan membiasakan afirmasi seperti “saya mampu berkembang” atau “saya berani mencoba”, peserta didik belajar membangun dialog internal yang lebih positif. Kebiasaan ini membantu meningkatkan rasa percaya diri dan memperkuat penerimaan diri.

#### E. Komitmen Tindakan Nyata

*Self-esteem* yang sehat perlu diwujudkan dalam tindakan sehari-hari. Peserta didik didorong untuk membuat komitmen sederhana seperti berani mencoba hal baru, menghargai proses belajar, mengurangi kebiasaan membandingkan diri dengan orang lain, serta memberi apresiasi terhadap usaha pribadi. Komitmen ini membantu peserta didik menjadikan *self-esteem* sebagai kebiasaan yang terus dilatih, bukan sekadar pemahaman sesaat.

#### F. Makna *Self-esteem* bagi Perkembangan Diri

*Self-esteem* yang positif berperan penting dalam perkembangan peserta didik. Rasa percaya diri yang sehat membantu peserta didik menghadapi tantangan akademik, membangun hubungan sosial yang baik, serta

mengelola emosi secara lebih stabil. Peserta didik yang mampu menghargai dirinya cenderung lebih berani mengambil kesempatan belajar dan memiliki pandangan masa depan yang lebih optimis.

#### G. Refleksi Akhir

Sebagai penutup, peserta didik diajak untuk merefleksikan perubahan yang telah dirasakan, pikiran negatif yang mulai berkurang, serta komitmen yang akan dijalankan setelah kegiatan layanan. Refleksi ini menegaskan bahwa pengembangan *self-esteem* merupakan proses berkelanjutan yang membutuhkan kesadaran dan latihan. Dengan memahami dan menerapkan materi ini, peserta didik diharapkan mampu mempertahankan sikap menghargai diri sebagai bagian dari perkembangan pribadi yang sehat.

#### INSTRUMEN EVALUASI PROSES

No	Aspek Yang Di Nilai	Ya	Tidak
1	Peserta didik mengikuti kegiatan dengan fokus dan perhatian		
2	Peserta didik aktif berpartisipasi dalam diskusi/refleksi		
3	Peserta didik menunjukkan keberanian menyampaikan pendapat		
4	Suasana kelompok berjalan kondusif dan saling menghargai		
5	Peserta didik menunjukkan pemahaman terhadap materi		
6	Apakah Topik yang dibahas , penting		
7	Kegiatan berjalan sesuai tujuan layanan		
8	Peserta didik terlibat dalam penyusunan afirmasi dan komitmen diri		

### LEMBAR KERJA PESERTA DIDIK

Nama :  
Kelas :  
Tanggal :

Petunjuk: Jawablah pertanyaan berikut dengan jujur sesuai kondisi diri kamu setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok.

1. Perubahan positif apa yang kamu rasakan setelah memahami materi tentang *self-esteem*?
2. Situasi apa yang masih membuat kamu kurang percaya diri?
3. Tuliskan satu pikiran negatif yang sering muncul, lalu ubah menjadi kalimat yang lebih positif.

Pikiran negatif :

...

Kalimat positif :

...

4. Tuliskan satu afirmasi diri yang ingin kamu biasakan.
5. Komitmen sederhana apa yang akan kamu lakukan untuk menjaga *self-esteem* kamu?

### EVALUASI HASIL LAYANAN

#### *Understanding*

Jawablah pertanyaan berikut.

1. Jelaskan kembali dengan singkat apa yang dimaksud dengan *self-esteem*!
2. Mengapa penting mengelola pikiran negatif?
3. Sebutkan contoh afirmasi diri yang positif!
4. Apa manfaat memiliki *self-esteem* yang sehat bagi diri kamu?

#### *Comfortable*

Petunjuk: Berilah nilai sesuai kondisi diri kamu.

1 = Sangat Tidak Sesuai

2 = Tidak Sesuai

3 = Sesuai

4 = Sangat Sesuai

1. Saya merasa lebih mampu menerima diri sendiri.  
Nilai:  1  2  3  4
2. Saya merasa lebih percaya diri menyampaikan pendapat.  
Nilai:  1  2  3  4
3. Saya merasa nyaman melakukan refleksi diri.  
Nilai:  1  2  3  4
4. Saya merasa termotivasi untuk berpikir lebih positif.  
Nilai:  1  2  3  4

#### *Action*

Jawablah dengan jujur.

1. Komitmen apa yang akan kamu lakukan setelah kegiatan ini?
2. Perubahan sikap apa yang ingin kamu pertahankan?
3. Bagaimana cara kamu mengingat afirmasi diri setiap hari?
4. Apa manfaat kegiatan ini bagi perkembangan diri kamu?



### Lampiran 3 Instrumen Penelitian

Petunjuk Pengisian:

- Sebelum mengisi angket, isilah identitas anda dengan lengkap.
- Isilah semua pernyataan dengan lengkap dan **sejujur-jujurnya**.
- Berilah tanda  $\surd$  pada setiap pilihan

**Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS)**

Nama :

Kelas :

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa nyaman dan aman berada di lingkungan sekolah.				
2	Saya dapat beraktivitas di sekolah tanpa merasa khawatir.				
3	Saya sering waspada berlebihan saat berada di sekolah.				
4	Saya merasa cemas jika harus berinteraksi dengan orang di sekolah.				
5	Saya memahami kelebihan dan kekuatan yang saya miliki.				
6	Saya mampu menilai diri saya sesuai dengan kenyataan.				
7	Saya sering merasa tidak yakin dengan jati diri saya.				
8	Saya merasa kesulitan mengenali kemampuan dan batasan diri saya.				
9	Saya merasa menjadi bagian dari kelompok sekolah.				
10	Saya merasa diterima oleh teman-teman tanpa harus berpura-pura.				
11	Saya merasa diabaikan dalam kegiatan bersama teman-teman.				
12	Saya sering merasa tidak cocok dengan kelompok di sekolah.				
13	Saya mampu menyelesaikan tugas sesuai dengan arahan guru.				
14	Saya berusaha sampai tuntas ketika diberi tanggung jawab.				
15	Saya merasa sulit menyelesaikan tugas sekolah walaupun sudah mencoba.				
16	Saya mudah menyerah saat menghadapi tugas yang menantang.				
17	Saya merasa pantas dihargai oleh orang lain.				
18	Saya melihat diri saya sebagai pribadi yang dianggap penting.				
19	Saya merasa apa yang saya lakukan jarang berarti bagi orang lain.				
20	Saya merasa merasa diri saya tidak sebaik orang lain.				

### Lampiran 4 Hasil Data Pre-Test dan Post-Test

Post-Test																			
kontrol										eksperimen									
P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20
R1	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	1	2	3	2	3
R2	3	3	2	1	3	3	1	2	3	3	1	2	3	3	1	2	3	3	1
R3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2
R4	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2
R5	3	3	2	2	3	3	1	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	1
R6	3	3	2	2	3	3	1	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	4
R7	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	1	2	3	1	2	1	1	2	3
R8	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	2	3	3	4	4	3
R9	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	4	4	3
R10	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
R11	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	2	3	3	2	4	2
R12	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4
R13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4
R14	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3

Pre-Test																			
kontrol										eksperimen									
P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20
R1	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	1	2	3	2	3
R2	3	3	2	2	3	3	1	2	3	3	1	2	3	3	1	2	3	3	1
R3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2
R4	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2
R5	3	3	2	2	3	3	1	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	1
R6	3	3	2	2	3	3	1	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	4
R7	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	1	2	3	1	2	1	1	2	3
R8	1	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2
R9	2	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	2
R10	1	1	3	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	1
R11	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2
R12	2	2	3	3	2	2	1	3	3	1	3	3	1	3	3	3	1	2	2
R13	1	2	1	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	2	1	2	2
R14	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3

### Lampiran 5 Pedoman Wawancara

Pertanyaan Wawancara	Tujuan Informasi
Bagaimana pengamatan Bapak secara umum mengenai tingkat kepercayaan diri ( <i>Self-esteem</i> ) siswa kelas X di sekolah ini?	Mengidentifikasi gambaran umum harga diri siswa.
Apakah Bapak sering menemui siswa yang merasa kurang berharga atau sering membandingkan dirinya dengan teman lain?	Mencari indikasi rendahnya <i>Self-esteem</i> .
Secara fisik dan sikap, apakah ada siswa yang terlihat sangat pasif, sering menunduk, atau menarik diri dari pergaulan?	Mengidentifikasi ciri fisik perilaku kurang PD.
Bagaimana respon siswa ketika diminta untuk tampil di depan umum, seperti presentasi atau memimpin doa di kelas?	Melihat keberanian tampil di depan publik.
Apakah rendahnya rasa percaya diri ini berpengaruh pada keaktifan siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar?	Melihat korelasi <i>Self-esteem</i> dengan akademik.
Dalam interaksi sosial, apakah Bapak melihat adanya kelompok siswa yang merasa "terasing" karena merasa tidak diterima?	Mengukur indikator "Diterima" (Indikator 3).
Bagaimana kemampuan siswa dalam mengenali potensi atau kelebihan yang mereka miliki sendiri?	Mengukur indikator "Mengenali Diri" (Indikator 2).
Apakah terdapat kecenderungan siswa merasa cemas atau takut salah secara berlebihan sebelum memulai suatu tugas baru?	Mengukur indikator "Aman dan Mampu" (Indikator 1 dan 4).
Sejauh ini, layanan bimbingan apa saja yang sudah Bapak berikan untuk menangani masalah kepercayaan diri siswa?	Mengetahui riwayat layanan sebelumnya di sekolah.
Menurut Bapak, apakah pemberian layanan informasi secara klasikal sudah cukup efektif untuk meningkatkan harga diri siswa?	Menilai kebutuhan akan metode baru.
Apakah Bapak pernah menerapkan layanan <b>Bimbingan Kelompok</b> khusus untuk membahas pengembangan diri ( <i>Self-esteem</i> )?	Memastikan kebaruan intervensi peneliti.
Bagaimana pendapat Bapak jika saya melakukan penelitian menggunakan <b>pendekatan Psikoedukatif</b> untuk meningkatkan <i>Self-esteem</i> ?	Mendapatkan dukungan profesional (ahli).
Apa harapan Bapak terhadap hasil penelitian ini bagi perkembangan mental dan karakter siswa di SMA Muhammadiyah 1 Medan?	Mengetahui harapan <i>outcome</i> dari pihak sekolah.

## Lampiran 6 Pedoman Observasi

### Observasi Awal

Aspek yang Diamati	Muncul	Tidak Muncul	Catatan Hasil Observasi
Siswa berani mengangkat tangan untuk bertanya/menjawab.		√	Siswa cenderung diam dan hanya mendengarkan penjelasan guru tanpa ada inisiatif bertanya.
Siswa melakukan kontak mata saat berinteraksi.		√	Saat diajak bicara, siswa sering menunduk atau mengalihkan pandangan (kurang rasa aman).
Siswa terlibat aktif dalam diskusi kelompok di kelas.		√	Siswa tampak pasif, ragu mengeluarkan pendapat, dan sering mengandalkan teman lain.
Sikap tubuh menunjukkan kepercayaan diri (tegak).		√	Posisi tubuh cenderung membungkuk dan tampak gugup saat diminta maju ke depan kelas.
Siswa mampu menyebutkan kelebihan dirinya.		√	Siswa merasa tidak memiliki bakat menonjol dan sering membandingkan diri dengan teman berprestasi.

### Observasi Proses Layanan Pertemuan 1 dan 2

Aspek yang Diamati	Pertemuan 1	Pertemuan 2	Catatan Perkembangan Proses
Kehadiran dan ketepatan waktu siswa.	√	√	Seluruh subjek (7 siswa) hadir tepat waktu dan mengikuti sesi hingga selesai.
Keterlibatan dalam permainan ( <i>Ice Breaking</i> ).	Sedang	Tinggi	Pada P1 siswa masih canggung, namun pada P2 siswa sangat antusias (permainan bunga dan buah).
Keberanian mengungkapkan pendapat/curhat.	Mulai Muncul	Aktif	Di P2 siswa mulai terbuka menceritakan situasi yang membuat mereka tidak percaya diri.
Kemampuan merancang afirmasi positif.	-	√	Siswa mampu menyusun kalimat penguatan diri di atas kertas kecil sesuai instruksi peneliti.

Kepatuhan pada asas kerahasiaan dan norma.	√	√	Siswa saling menghargai cerita teman dan menjaga suasana kelompok tetap kondusif.
--	---	---	---

### Observasi Akhir

Aspek yang Diamati	Muncul	Tidak Muncul	Catatan Hasil Akhir
Peningkatan inisiatif berbicara di depan umum.	√		Siswa mulai berani menjawab pertanyaan guru tanpa harus ditunjuk berkali-kali.
Perubahan sikap tubuh dan kontak mata.	√		Siswa sudah berani melakukan kontak mata saat berbicara dan tampak lebih tenang (relaks).
Kemampuan menghargai diri sendiri.	√		Siswa mulai berani mengakui potensi yang dimiliki dan tidak lagi merasa minder secara berlebihan.
Partisipasi dalam interaksi sosial.	√		Siswa yang tadinya menarik diri mulai mau bergabung dalam obrolan bersama teman sebaya.
Penerapan afirmasi positif secara mandiri.	√		Siswa melaporkan merasa lebih bersemangat setelah mempraktikkan janji diri yang dibuat di sesi BKP.

## Lampiran 7 Laporan Pelaksanaan Layanan



**MAJELIS PENDIDIKAN DASAR MENENGAH  
PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA MEDAN  
SMA SWASTA MUHAMMADIYAH 01 MEDAN**

Jl. Utama No. 170, Kel. Kota Matsum II, Kec. Medan Area, Kota Medan, Sumatera Utara  
[info@smamsamedan.sch.id](mailto:info@smamsamedan.sch.id) Telp. 7365218

**LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK  
SEMESTER GENAP TAHUN PEMBELAJARAN 2025/2026**

Komponen Layanan	: Layanan Dasar
Bidang Layanan	: Pribadi-Sosial
Hari/Tanggal Pelaksanaan	: Senin, 2 February 2026
Waktu	: 1x50 menit/Pertemuan 1
Kelas	: x <sup>1</sup>
Tujuan	: Peserta didik mampu memahami konsep dan faktor <i>self-esteem</i> , menunjukkan sikap penerimaan diri, serta mengidentifikasi potensi pribadi guna merancang afirmasi positif dan komitmen tindakan nyata dalam meningkatkan harga diri secara berkelanjutan.

### Uraian Pelaksanaan

- Uraikan kegiatan yang telah dilakukan (eksperientasi) :
  - Peneliti membuka sesi dengan doa dan membina hubungan baik (*rapport*) melalui penjelasan asas kerahasiaan kelompok.
  - Melakukan *ice breaking* permainan "Bunga dan Buah" di mana siswa menyebutkan satu sifat baik yang dimiliki diri sendiri.
  - Peneliti memberikan materi psikoedukatif mengenai konsep dasar *self-esteem* dan pentingnya menghargai potensi diri.
- Hasil yang diperoleh (Identifikasi) :
  - Siswa mampu mengenali sifat baik/positif dalam dirinya melalui permainan perkenalan.
  - Siswa mengidentifikasi hambatan diri, seperti rasa minder dan takut salah saat presentasi di depan kelas.
  - Munculnya kesadaran awal bahwa perasaan negatif tersebut dipengaruhi oleh cara menilai diri sendiri (*self-esteem*).
- Kesimpulan yang didapat (Analisis) :
  - Sebagian besar siswa (kelompok eksperimen) memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah karena terlalu fokus pada kelebihan orang lain.
  - Pendekatan psikoedukatif membantu siswa memahami bahwa harga diri adalah sesuatu yang bisa dikembangkan.
  - Diperlukan latihan lanjutan yang lebih spesifik mengenai keberanian interaksi sosial.
- Tindak lanjut dari kegiatan (Generalisasi) :
  - Peneliti dan siswa menyepakati materi pertemuan kedua berdasarkan kebutuhan siswa (berani tampil dan interaksi).
  - Siswa diminta untuk mulai mengamati satu hal positif kecil yang mereka lakukan setiap hari sebelum pertemuan berikutnya.
  - Mempersiapkan media atau alat simulasi untuk praktik keberanian sosial di pertemuan kedua.



Medan, 23 February 2026  
Peneliti,

Dina Hardita  
NPM.2202080059



**MAJELIS PENDIDIKAN DASAR MENENGAH  
PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA MEDAN  
SMA SWASTA MUHAMMADIYAH 01 MEDAN**

Jl. Utama No. 170, Kel. Kota Matsum II, Kec. Medan Area, Kota Medan, Sumatera Utara  
[info@smamsamedan.sch.id](mailto:info@smamsamedan.sch.id) Telp. 7365218

**LAPORAN PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK  
SEMESTER GENAP TAHUN PEMBELAJARAN 2025/2026**

Komponen Layanan	: Layanan Dasar
Bidang Layanan	: Pribadi-Sosial
Hari/Tanggal Pelaksanaan	: Selasa, 10 Februari 2026
Waktu	: 1x50 menit/Pertemuan 2
Kelas	: x <sup>1</sup>
Tujuan	: Peserta didik mampu menginternalisasi kembali konsep dan manfaat <i>self-esteem</i> melalui analisis perubahan cara pandang diri, serta mampu mengevaluasi sikap pribadi guna menyusun komitmen dan strategi nyata dalam mempertahankan harga diri yang positif secara berkelanjutan.

**Uraian Pelaksanaan**

1. Uraikan kegiatan yang telah dilakukan (eksperientasi) :
  - a. Melakukan refleksi atas perubahan cara pandang siswa setelah mendapatkan materi di pertemuan pertama.
  - b. Peneliti memandu siswa menuliskan perubahan positif dan situasi yang masih membuat mereka ragu pada kertas kecil.
  - c. Melakukan praktik penyusunan dan pengucapan afirmasi positif secara mandiri di dalam kelompok.
2. Hasil yang diperoleh (Identifikasi) :
  - a. Siswa mampu mengungkapkan perubahan sikap, seperti mulai tenang saat menjawab pertanyaan guru.
  - b. Tersusunnya kalimat afirmasi pribadi yang sesuai dengan kebutuhan masing-masing siswa (misal: "Saya berani mencoba").
  - c. Siswa merasa lebih diterima dan dihargai melalui dukungan dari sesama anggota kelompok.
3. Kesimpulan yang didapat (Analisis) :
  - a. Adanya perubahan signifikan pada aspek kognitif dan afektif siswa terkait penerimaan diri.
  - b. Afirmasi positif terbukti efektif sebagai strategi sederhana bagi siswa untuk melawan pikiran negatif secara instan.
  - c. Dinamika kelompok yang partisipatif (materi sesuai permintaan) meningkatkan efektivitas layanan secara drastis.
4. Tindak lanjut dari kegiatan (Generalisasi) :
  - a. Siswa berkomitmen untuk mempraktikkan afirmasi positif setiap pagi dan sebelum memulai tugas sekolah.
  - b. Peneliti merekomendasikan kepada Guru BK (Pak MK) untuk tetap memberikan penguatan atas kemajuan perilaku siswa di kelas.
  - c. Mengakhiri rangkaian penelitian dengan terminasi dan doa bersama sebagai penutup layanan bimbingan kelompok.



Medan, 23 February 2026  
Peneliti,

  
Dina Hardita  
NPM.2202080059

## Lampiran 8 Verbatim

### VERBATIM BIMBINGAN KELOMPOK KELAS X SMA MUAHMMADIYAH 1 MEDAN

Pertemuan 1

Topik : Meningkatkan *Self-esteem* Siswa (Topik Tugas)

Pemimpin Kelompok : Dina Hardita

Anggota Kelompok : X1,X2,X3,X4,X5,X6,X7

Pembentukan (P1)	
Pelaku	Verbatim
Peneliti	Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh. Selamat pagi teman-teman, terima kasih sudah bersedia mengikuti kegiatan bimbingan kelompok hari ini.
Peserta	Wa'alaikumsalam warahmatullahi wabarakatuh.
Peneliti	Sebelum kita memulai kegiatan, mari kita berdoa terlebih dahulu agar kegiatan kita hari ini berjalan dengan lancar dan memberikan manfaat bagi kita semua.
Peserta	Baik.
Peneliti	Baik teman-teman, pada kegiatan ini kita akan melakukan diskusi kelompok mengenai bagaimana kita memandang dan menghargai diri sendiri, yang dalam psikologi disebut <i>Self-esteem</i> .
Peneliti	Melalui kegiatan ini diharapkan kalian dapat lebih mengenal diri sendiri, menyadari kelebihan yang dimiliki, serta belajar untuk lebih percaya diri dalam menghadapi berbagai situasi.
Peneliti	Dalam kegiatan ini kita akan saling berbagi pengalaman dan pendapat. Diharapkan semua teman-teman dapat saling menghargai, saling mendengarkan, dan merasa nyaman untuk berbicara.
Peneliti	Apa yang disampaikan dalam kelompok ini diharapkan tetap berada dalam kelompok sehingga setiap orang dapat merasa aman untuk berbagi cerita.
Peneliti	Apakah teman-teman bersedia mengikuti kegiatan ini dengan saling menghargai dan menjaga kenyamanan bersama?
X1-X7	Bersedia kak.
Peneliti	Baik, sebelum kita masuk ke materi utama, kita akan melakukan permainan kecil agar suasana lebih santai dan kita bisa saling mengenal satu sama lain.
Ice Breaking	
Pelaku	Verbatim
Peneliti	Permainan ini adalah perkenalan menggunakan nama bunga dan buah. Siswa perempuan memilih nama bunga dan siswa laki-laki memilih nama buah.
Peneliti	Setiap orang harus menyebutkan nama teman sebelumnya kemudian menyebutkan nama dirinya sendiri dan satu sifat baik yang dimiliki.
Peneliti	Baik kita mulai dari X1.
X1	Hai teman-teman, aku Edelweis, aku orangnya berani.
X2	Edelweis... aku Lily, aku orangnya humble.
X3	Edelweis, Lily... aku Mangga, aku orangnya kuat.

X4	Edelweis, Lily, Mangga... aku Mawar, aku orangnya bisa.
X5	Edelweis, Lily, Mangga, Mawar... aku Durian, aku orangnya ikhlas.
X6	Edelweis, Lily, Mangga, Mawar, Durian... aku Melati, aku orangnya pemaaf.
X7	Edelweis, Lily, Mangga, Mawar, Durian, Melati... aku Apel, aku orangnya sabar.
Peneliti	Bagus sekali, ternyata semua bisa mengingat dengan baik.
<b>Kegiatan Inti (Psikoedukatif)</b>	
<b>Pelaku</b>	<b>Verbatim</b>
Peneliti	Dari permainan tadi kita bisa melihat bahwa setiap orang memiliki sifat baik masing-masing.
Peneliti	Sekarang saya ingin bertanya, apakah kalian pernah merasa minder, takut salah, atau merasa diri kalian tidak sepenting orang lain?
X1	Pernah kak, biasanya saat berbicara di depan kelas saya takut salah.
X2	Saya juga pernah kak, terutama saat melihat teman-teman yang lebih pintar.
X3	Saya kadang merasa kurang percaya diri ketika nilai saya lebih rendah dari teman-teman.
X4	Kalau saya kadang merasa minder ketika melihat teman punya banyak prestasi.
X5	Saya sering merasa gugup ketika harus presentasi di depan kelas.
X6	Saya kadang ragu dengan kemampuan saya sendiri.
X7	Saya juga pernah merasa kurang percaya diri saat membandingkan diri dengan orang lain.
Peneliti	Terima kasih sudah berbagi. Perasaan seperti itu sebenarnya cukup sering dialami oleh banyak orang.
Peneliti	Perasaan tersebut berkaitan dengan <i>Self-esteem</i> , yaitu bagaimana seseorang menilai dan menghargai dirinya sendiri.
Peneliti	<i>Self-esteem</i> yang baik membuat seseorang lebih percaya diri, berani mencoba, dan mampu menerima kekurangan dirinya.
Peneliti	Sebaliknya jika <i>Self-esteem</i> rendah, seseorang cenderung mudah merasa minder, takut mencoba, dan sering meragukan dirinya sendiri.
Peneliti	Sekarang coba tuliskan satu hal yang kalian banggakan dari diri kalian dan satu hal yang ingin kalian perbaiki.
<b>Pengakhiran Pertemuan Pertama</b>	
<b>Pelaku</b>	<b>Verbatim</b>
Peneliti	Baik teman-teman, karena waktu kita sudah hampir selesai maka kegiatan ini akan kita lanjutkan pada pertemuan berikutnya.
X3	Kak, kalau boleh kegiatan ini dilanjutkan lagi minggu depan.
X5	Iya kak, karena masih menarik untuk dibahas.
Peneliti	Baik, jika kalian bersedia kita akan melanjutkan kegiatan ini minggu depan agar pembahasannya lebih mendalam.
Peneliti	Sebelum kita akhiri, apa satu hal yang kalian pelajari hari ini?
X2	Saya belajar bahwa kita harus melihat diri kita lebih positif.
X4	Saya sadar kalau setiap orang punya kelebihan masing-masing.
Peneliti	Baik sekali. Mari kita akhiri kegiatan ini dengan doa.

## Pertemuan 2

Topik : Penguatan *Self-esteem* dan Komitmen Diri (Topik Tugas)

Pemimpin Kelompok : Dina Hardita

Anggota Kelompok : X1,X2,X3,X4,X5,X6,X7

<b>Pembentukan</b>	
<b>Pelaku</b>	<b>Verbatim</b>
Peneliti	Assalamu'alaikum, selamat pagi. Senang sekali bisa bertemu lagi di pertemuan kedua atau pertemuan penutup rangkaian bimbingan kelompok kita.
Peserta	Wa'alaikumsalam warahmatullahi wabarakatuh.
Peneliti	Hari ini kita melanjutkan kegiatan kita tentang <i>Self-esteem</i> . Pada pertemuan sebelumnya kita sudah membahas bagaimana kita memandang diri sendiri.
Peneliti	Sekarang saya ingin bertanya, apakah setelah kegiatan sebelumnya ada perubahan cara kalian melihat diri sendiri?
X2	Saya mulai mencoba tidak membandingkan diri sama orang yang lebih pintar kak, ternyata saya juga punya kelebihan sendiri.
X6	Saya jadi lebih tenang kak kalau disuruh guru menjawab pertanyaan.
<b>Kegiatan Inti</b>	
<b>Pelaku</b>	<b>Verbatim</b>
Peneliti	Bagus! Sekarang saya bagikan kertas kecil. Silakan tuliskan: "Satu perubahan positif yang dirasakan" dan "Situasi yang masih bikin kamu kurang percaya diri". Menurut kalian apa yang bisa dilakukan agar seseorang lebih menghargai dirinya sendiri?
X3	Menyadari kelebihan yang dimiliki.
X5	Tidak terlalu sering membandingkan diri dengan orang lain.
X4	Berani mencoba hal baru.
Peneliti	Betul sekali. Salah satu cara meningkatkan <i>Self-esteem</i> adalah dengan mengenali kelebihan diri dan berpikir positif.
Peneliti	Sekarang kita akan membuat afirmasi positif.

Peneliti	Afirmasi positif adalah kalimat yang kita ucapkan kepada diri sendiri untuk memberikan semangat dan keyakinan.
Peneliti	Silakan buat satu kalimat afirmasi positif untuk diri kalian.
<b>Pengakhiran Pertemuan Lanjutan</b>	
<b>Pelaku</b>	<b>Verbatim</b>
X1	Kalimat saya: saya bisa menjadi lebih percaya diri jika terus mencoba.
X2	Kalimat saya: saya memiliki kemampuan yang bisa saya kembangkan.
X5	Kalimat saya: saya tidak perlu takut mencoba hal baru.
Peneliti	Bagus sekali. Kalimat-kalimat seperti itu dapat membantu kita membangun keyakinan pada diri sendiri.
Peneliti	<i>Self-esteem</i> bukan sesuatu yang muncul begitu saja, tetapi dapat dibangun melalui kebiasaan berpikir positif dan menghargai diri sendiri.
Peneliti	Apa hal baru yang kalian sadari tentang diri kalian setelah mengikuti kegiatan ini?
X4	Saya sadar bahwa saya sebenarnya punya kemampuan, hanya saja sering meragukannya.
X7	Saya belajar bahwa kita harus melihat diri sendiri dengan lebih positif.
Peneliti	Terima kasih atas partisipasi dan keterbukaan kalian selama kegiatan ini.
Peneliti	Semoga apa yang kita pelajari hari ini dapat bermanfaat bagi kehidupan kalian.
Peneliti	Mari kita akhiri kegiatan ini dengan doa.

## Lampiran 9 Dokumentasi

1. Uji validasi angket kuesioner di SMA N 6 Medan



2. Pertemuan serta wawancara dengan guru BK SMAMSA



3. Pembagian Angket Pre-test



## 4. BKP Pertemuan 1



## 5. BKP Pertemuan 2



## Lampiran 10 K1



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
 UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
 FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
 Jl. KaptenMukhtarBasri No.3 Telp.(061)6619056 Medan 20238  
 Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> E-mail: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)

FORM K-1

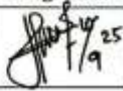

Kepada : Yth Ketua/ Sekretaris  
 Program Studi Bimbingan dan Konseling  
 FKIP UMSU

Perihal : PERMOHONAN PERSETUJUAN JUDUL SKRIPSI

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dina hardita  
 NPM : 2202080059  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
 Kredit Kumulatif : 120 SKS

IPK=3,77

Persetujuan Ket./ Sekret. Prog. Studi	Judul yang Diajukan	Disahkan oleh Dekan Fakultas
	Efektifitas Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Pisikoedukatif dalam Meningkatkan Self-Esteem Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan	
	Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Behavior Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas SMA Muhammadiyah 1 Medan	
	Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Assesive Training Terhadap Kecemasan Interpersonal Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan	

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pemeriksaan dan persetujuan  
 serta pengesahan, atas kesediaan Bapak saya ucapkan terima kasih.

Medan, 10 September 2025  
 Hormat Pemohon,



Dina hardita

Keterangan:

Dibuat Rangkap 3 : - Untuk Dekan/Fakultas  
 - Untuk Ketua/ Sekretaris Program Studi  
 - Untuk Mahasiswa yang bersangkutan

## Lampiran 11 K2



MAJLIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
Jalan Kapten Muhsin Beut No. 1 Medan 20228 Telp. 061-6622400 Ext. 22, 23, 20  
Website : <http://www.fkip.ummu.ac.id> E-mail : [fkip@ummu.ac.id](mailto:fkip@ummu.ac.id)

Form : K-2

Kepada Yth : Bapak/Ibu Ketua & Sekretaris  
Program Studi Bimbingan dan Konseling  
FKIP UMSU

*Assalamu 'alaikum Wr. Wb.*

Dengan hormat, yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : Dina Hardita  
N P M : 2202080059  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Mengajukan permohonan persetujuan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi sebagai tercantum di bawah ini dengan judul sebagai berikut :

**Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Psikoedukatif dalam Meningkatkan Self-Esteem Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan**

Sekaligus saya mengusulkan/menunjuk Bapak/Ibu :

Uli Makmun Hasibuan, S.Pd., M.Pd. *M<sup>3</sup> 10/9 25*  
Sebagai Dosen Pembimbing Proposal/Risalah/Makalah/Skripsi saya.

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan untuk dapat pengurusan selanjutnya. Akhirnya atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu saya ucapkan terima kasih.

Medan, 10 September 2025

Hormat Pemohon,

Dina Hardita

Keterangan:

Dibuat Rangkap 3 : -Untuk Dekan/Fakultas  
-Untuk Ketua/Sekretaris Program Studi  
-Untuk Mahasiswa yang Bersangkutan

## Lampiran 12 K3



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
Jln. Mukthar Basri BA No. 3 Telp. 6622400 Medan 20217 Form : K3

Nomor : 2070/II.3-AU/UMSU-02/F/2025  
Lamp : ---  
Hal : **Pengesahan Proyek Proposal  
Dan Dosen Pembimbing**

Bismillahirrahmanirrahim  
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut di bawah ini :

Nama : **Dina Hardita**  
N P M : 2202080059  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Penelitian : **Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Psikoedukatif dalam Meningkatkan Self-Esteem Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan**

Pembimbing : **Uli Makmun Hasibuan, S.Pd.,M.Pd.**

Dengan demikian mahasiswa tersebut di atas diizinkan menulis proposal/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan
2. Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan **BATAL** apabila tidak sesuai dengan jangka waktu yang telah ditentukan
3. Masa daluwarsa tanggal : 10 September 2026

Medan, 19 Rabiul Awwal 1447 H  
10 September 2025 M



  
Dr. Ul. Swamsuyanto, M.Pd.  
NIDN.: 0004066701

Dibuat rangkap 5 (lima) :  
1. Fakultas (Dekan)  
2. Ketua Program Studi  
3. Dosen Pembimbing  
4. Mahasiswa Yang Bersangkutan  
**WAJIB MENGIKUTI SEMINAR**



### Lampiran 13 Berita Acara Bimbingan Proposal



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**  
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**  
 Jl. Kapten Mukhtar Basri No. 3 Telp. (061) 6619056 Medan 20238  
 Website: <http://www.fkip.umma.ac.id> E-mail: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)



#### BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara  
 Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
 Jurusan/Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling  
 Nama Mahasiswa : Dina Hardita  
 NPM : 2202080059  
 Prog. Studi : Bimbingan dan Konseling  
 Judul Proposal : Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan Psikoedukatif  
 Dalam Meningkatkan *Self-Esteem* Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah I Medan.

Tanggal	Deskripsi Hasil Bimbingan Proposal	Paraf
13, Oktober 25	Pengembangan isi latar belakang masalah pada BAB-1 sehingga lebih rinci	
18, Oktober 25	Melengkapi teori di BAB-2 pada sub-bab Self-Esteem	
18, November 25	Tahapan bimbingan kelompok dimasukkan pada subbab bimbingan kelompok.	
20, November 25	Penjelasan rumusan masalah dan tujuan penelitian	
25, November 25	Lengkapi kisi-kisi instrumen penelitian pada BAB-3	
5, Desember 25	Acc. dikeminatkan	

Medan, 05 Desember 2025

Diketahui oleh:  
Ketua Prodi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd, M.Pd.

Dosen Pembimbing

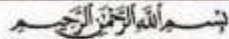
Uli Makmun Hasibuan, S.Pd., M.Pd.

## Lampiran 14 Berita Acara Seminar



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Website : <http://www.fkip.umsu.ac.id> Email: [fkip@umsu.ac.id](mailto:fkip@umsu.ac.id)



## BERITA ACARA BIMBINGAN PROPOSAL

Pada hari Sabtu, tanggal 13 Desember 2025 telah diselenggarakan seminar proposal skripsi atas nama mahasiswa di bawah ini.

Nama : Dina Hardita  
NPM : 2202080059  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Proposal : Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Psikoedukatif dalam Meningkatkan *Self-Esteem* Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan.

No.	Masukan dan Saran
Judul	
Bab I	Memperbaiki latar belakang pada pemaparan observasi
Bab II	
Bab III	Menambah definisi operasional tabel mengenai materi
Lainnya	Memperjelas kategori sample penelitian.
Kesimpulan	<input checked="" type="checkbox"/> Disetujui <input type="checkbox"/> Ditolak <input type="checkbox"/> Disetujui dengan adanya Perbaikan

Dosen Pembahas

Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Dosen Pembimbing

Uli Maknun Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Panitia Pelaksana,

Ketua Program Studi

M. Fauzi Hasibuan, S.Pd., M.Pd

Sekretaris Program Studi

Sri Ngayomi Yudha Wastuti, S.Psi., M.Psi., Psikolog

## Lampiran 15 Lembar pengesahan Hasil Seminar Proposal



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA  
Jln. Mukhtar Basri BA No. 3 Telp. 6622400 Medan 20217 Form : K3

Nomor : 2070/IL.3-AU/UMSU-02/F/2025  
Lamp : ---  
Hal : **Pengesahan Proyek Proposal  
Dan Dosen Pembimbing**

Bismillahirrahmanirrahim  
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menetapkan proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dan dosen pembimbing bagi mahasiswa yang tersebut di bawah ini :

Nama : **Dina Hardita**  
N P M : 2202080059  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Penelitian : **Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Psikoedukatif dalam Meningkatkan Self-Esteem Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan**

Pembimbing : **Uli Makmun Hasibuan, S.Pd.,M.Pd.**

Dengan demikian mahasiswa tersebut di atas diizinkan menulis proposal/risalah/makalah/skripsi dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Penulis berpedoman kepada ketentuan yang telah ditetapkan oleh Dekan
2. Proyek proposal/risalah/makalah/skripsi dinyatakan BATAL apabila tidak sesuai dengan jangka waktu yang telah ditentukan
3. Masa daluwarsa tanggal : 10 September 2026

Medan, 19 Rabiul Awwal 1447 H  
10 September 2025 M



  
**Dr. H. Syamsuyurnita, M.Pd.**  
NIDN : 0004066701

Dibuat rangkap 5 (lima) :

1. Fakultas (Dekan)
  2. Ketua Program Studi
  3. Dosen Pembimbing
  4. Mahasiswa Yang Bersangkutan
- WAJIB MENGIKUTI SEMINAR**



## Lampiran 16 Surat Keterangan Bebas Pustaka



**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**  
**PERPUSTAKAAN**

Terakreditasi A Berdasarkan Keputusan Perpustakaan Nasional Republik Indonesia No. 00059/LAP/PTK/2018  
 Pusat Administrasi : Jalan Kapten Mukhtar Basri No. 3 Medan 20238 Telp. (061) 66224567  
 NPP. 12712021000001 <http://perpustakaan.umsu.ac.id> [perpustakaan@umsu.ac.id](mailto:perpustakaan@umsu.ac.id) [perpustakaan.umsu.ac.id](http://perpustakaan.umsu.ac.id)

### SURAT KETERANGAN

Nomor: 00976/KET/IL.3-AU/UMSU-P/M/2026

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Berdasarkan hasil pemeriksaan data pada Sistem Perpustakaan, maka Kepala Perpustakaan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dengan ini menerangkan :

**Nama** : Dina Hardita  
**NPM** : 2202080059  
**Fakultas** : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
**Jurusan/ P.Studi** : Bimbingan Konseling

telah menyelesaikan segala urusan yang berhubungan dengan Perpustakaan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan.

Demikian surat keterangan ini diperbuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 13 Ramadhan 1447 H  
 02 Maret 2026 M

Kepala Perpustakaan,

  
 Dr. Muhammad Arifin, M.Pd.

## Lampiran 17 Surat Izin Riset



**UMSU**  
Majelis Pendidikan & Pengembangan Pimpinan Pusat Muhammadiyah Sumatera Utara

**MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**  
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 1913/SK/BAN-PT/IA-KP/PT/03/2022  
Pusat Administrasi: Jalan Mukhtar Basri No. 3 Medan 20228 Telp. (061) 6622480 - 66224567 Fax. (061) 6625474 - 6621003  
<https://wip.umsu.ac.id> [kip@umsu.ac.id](mailto:kip@umsu.ac.id) [umsuamedan](#) [umsuamedan](#) [umsuamedan](#) [umsuamedan](#)

Nomor	: 109/IL3-AU/UMSU-02/F/2026	Medan	23	Rajab	1447 H
Lamp	: ---				
Hal	: Mohon Izin Riset				
Kepada	: Yth, Bapak/ Ibu Kepala SMA Muhammadiyah 1 Medan di Tempat				

Bismillahirrahmanirrahim  
Assalamu'alaikum Wr. Wb

Wa ba'du, semoga kita semua sehat wal'afiat dalam melaksanakan kegiatan/aktifitas sehari-hari. Sehubungan dengan semester akhir bagi mahasiswa wajib melakukan penelitian/riset untuk pembuatan skripsi sebagai salah satu syarat penyelesaian Sarjana Pendidikan, maka dengan ini kami mohon bantuan Bapak/Ibu untuk memberikan izin riset di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin. Adapun nama mahasiswa tersebut:

Nama	: Dima Hardita
NPM	: 2202080059
Jurusan	: Bimbingan dan Konseling
Judul	: Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan <i>Psikoedukatif</i> dalam Meningkatkan <i>Self-Esteem</i> Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan

Demikian hal ini kami sampaikan, atas perhatian dan kesediaan serta kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih. Akhirnya selamat sejahteralah kita semuanya, Amin.





**Dra. W. Samsunrita, M.Pd**  
NIDN 0004066701

**\*\* Pertinggal\*\***



## Lampiran 18 Surat Balasan Sekolah



MAJELIS PENDIDIKAN DASAR MENENGAH DAN PNF  
PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA MEDAN  
**SMA MUHAMMADIYAH 1 MEDAN**

Alamat : Jalan Utama No. 170 Medan      Telepon : 061-7365218  
NPSN : 10210909      Akreditas : A  
NSS : 304076001043      Website : WWW.Smamsamedan.sch.id

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 091/KET/III.4-AU/ F/2026

Kepala Sekolah SMA Muhammadiyah 1 Medan Kecamatan Medan Area Kelurahan Kotamatsum II Propinsi Sumatera Utara, maka dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Dina Hardita  
NPM : 2202080059

Judul Skripsi : *Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan Psikoedukatif dalam Meningkatkan Self-Esteem Siswa Kelas X SMA Muhammadiyah 1 Medan*

Berdasarkan surat Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Nomor : 109/II.3-AU/UMSU-02/F/2026 tanggal 12 Januari 2026 perihal mohon izin Riset maka dengan ini benar nama tersebut diatas diizinkan melaksanakan Riset di SMA Muhammadiyah 1 Medan.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan seperlunya.

*Nashruun minallah wa fathun qorib.*

*Wassalamu'alaikum wr.wb.*



## Lampiran 19 Turnitin

Skripsi Dina Hardita

ORIGINALITY REPORT

<b>18%</b> SIMILARITY INDEX	<b>18%</b> INTERNET SOURCES	<b>13%</b> PUBLICATIONS	<b>10%</b> STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	----------------------------	------------------------------

PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<a href="http://repository.umsu.ac.id">repository.umsu.ac.id</a> Internet Source	<b>3%</b>
<b>2</b>	<a href="http://pustaka.unp.ac.id">pustaka.unp.ac.id</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>3</b>	Submitted to Abdullah Gul University Student Paper	<b>1%</b>
<b>4</b>	<a href="http://jurnal.permapendis-sumut.org">jurnal.permapendis-sumut.org</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>5</b>	<a href="http://repository.radenintan.ac.id">repository.radenintan.ac.id</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>6</b>	<a href="http://journal.unm.ac.id">journal.unm.ac.id</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>7</b>	<a href="http://jptam.org">jptam.org</a> Internet Source	<b>1%</b>
<b>8</b>	<a href="http://eprints.ums.ac.id">eprints.ums.ac.id</a> Internet Source	<b>&lt;1%</b>
<b>9</b>	<a href="http://jurnal.unitri.ac.id">jurnal.unitri.ac.id</a> Internet Source	<b>&lt;1%</b>
<b>10</b>	<a href="http://repository.upi.edu">repository.upi.edu</a> Internet Source	<b>&lt;1%</b>
<b>11</b>	<a href="http://repository.uin-suska.ac.id">repository.uin-suska.ac.id</a> Internet Source	

		<1 %
12	Submitted to Universitas Pendidikan Indonesia Student Paper	<1 %
13	eprints.unm.ac.id Internet Source	<1 %
14	repository.ar-raniry.ac.id Internet Source	<1 %
15	lib.unnes.ac.id Internet Source	<1 %
16	id.scribd.com Internet Source	<1 %
17	digilib.unila.ac.id Internet Source	<1 %
18	repository.uksw.edu Internet Source	<1 %
19	Submitted to Universitas Muhammadiyah Surakarta Student Paper	<1 %
20	eprints.uny.ac.id Internet Source	<1 %
21	Submitted to Exeed College Student Paper	<1 %
22	e-journal.hamzanwadi.ac.id Internet Source	<1 %
23	repository.iainkudus.ac.id Internet Source	<1 %

24	Submitted to Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar Student Paper	<1 %
25	journal.ugm.ac.id Internet Source	<1 %
26	id.123dok.com Internet Source	<1 %
27	Firman Firman. "EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN ASERTIVITAS SISWA", INA- Rxiv, 2018 Publication	<1 %
28	ejournal.uin-suska.ac.id Internet Source	<1 %
29	Submitted to Universitas Negeri Malang Student Paper	<1 %
30	jurnal.fkip.unila.ac.id Internet Source	<1 %
31	repositori.umsu.ac.id Internet Source	<1 %
32	e-theses.iaincurup.ac.id Internet Source	<1 %
33	Submitted to Universitas Muria Kudus Student Paper	<1 %
34	adoc.pub Internet Source	<1 %
35	docobook.com Internet Source	<1 %

36	<a href="http://eprints.umm.ac.id">eprints.umm.ac.id</a> Internet Source	<1 %
37	<a href="http://simki.unpkediri.ac.id">simki.unpkediri.ac.id</a> Internet Source	<1 %
38	Submitted to UIN Sultan Maulana Hasanudin Student Paper	<1 %
39	<a href="http://text-id.123dok.com">text-id.123dok.com</a> Internet Source	<1 %
40	Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Timur Student Paper	<1 %
41	Muhammad Rustan, Aspin Aspin, Alber Tigor Arifyanto. "LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DALAM MENINGKATKAN KECERDASAN INTRAPERSONAL SISWA", Jurnal Ilmiah Bening : Belajar Bimbingan dan Konseling, 2020 Publication	<1 %
42	Submitted to Universitas Negeri Semarang Student Paper	<1 %
43	<a href="http://repositori.ubs-ppni.ac.id">repositori.ubs-ppni.ac.id</a> Internet Source	<1 %
44	<a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
45	Hendrik E.S. Samosir. "Dampak Digitalisasi Sistem Perpajakan terhadap Kepatuhan Wajib Pajak UMKM", RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business, 2025 Publication	<1 %

46	<a href="http://digilib.unimed.ac.id">digilib.unimed.ac.id</a> Internet Source	<1 %
47	<a href="http://etd.iain-padangsidempuan.ac.id">etd.iain-padangsidempuan.ac.id</a> Internet Source	<1 %
48	<a href="http://repository.staidaf.ac.id">repository.staidaf.ac.id</a> Internet Source	<1 %
49	<a href="http://repository.unp.ac.id">repository.unp.ac.id</a> Internet Source	<1 %
50	Moh. Safwan, Ridwan Syahran, Bauratu Bauratu, Munifah Munifah. "Bimbingan Kelompok Teknik Role Playing untuk Meningkatkan Komunikasi Interpersonal Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Sausu", RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business, 2025 Publication	<1 %
51	Submitted to STIE Mahardhika Student Paper	<1 %
52	Submitted to Universitas Negeri Medan Student Paper	<1 %
53	<a href="http://docplayer.info">docplayer.info</a> Internet Source	<1 %
54	<a href="http://jurnal.ucy.ac.id">jurnal.ucy.ac.id</a> Internet Source	<1 %
55	<a href="http://repository.unissula.ac.id">repository.unissula.ac.id</a> Internet Source	<1 %
56	<a href="http://repository.upstegal.ac.id">repository.upstegal.ac.id</a> Internet Source	<1 %

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On

## **DAFTAR RIWAYAT HIDUP**



### **Data Pribadi**

Nama : Dina Hardita  
NPM : 2202080059  
Tempat/Tanggal Lahir: Lubuk Pakam, 23 Agustus 2004  
Status : Belum Menikah  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Anak ke- : 1 dari 4 bersaudara  
Agama : Islam  
Suku : Minang  
Alamat : Jl. Lestari II, Desa Tumpatan, Kec. Beringin, Kab. Deli Serdang, Prov. Sumatera Utara  
Email : [harditadin@gmail.com](mailto:harditadin@gmail.com)

### **Data Orangtua**

Nama Ayah : Feri Hardian, S.H  
Nama Ibu : Rosnita Panjaitan, A.mk  
Alamat : Jl. Lestari II, Desa Tumpatan, Kec. Beringin, Kab. Deli Serdang, Prov. Sumatera Utara

### **Pendidikan Formal**

2. SD 101901 Lubuk Pakam
3. MTsN 2 Deli Serdang
4. MAN 2 Deli Serdang
5. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan 2022-2026