

UPAYA LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK TERHADAP SELF ESTEEM SISWA DI MAN 3 LANGKAT

Marisa Harti¹, Makmur Syukri², Mahidin³

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan

Email: marisaharti2000@gmail.com

ANALYSIS:
Journal of
Education
Vol. 2 No. 1
2024

Abstrak: Dalam penelitian ini upaya yang dilakukan adalah layanan bimbingan kelompok terhadap self esteem siswa disekolah. Self esteem pada siswa sangat berpengaruh dalam keberhasilan seseorang untuk mencapai tujuannya. Penelitian ini bertujuan untuk: 1) Mendeskripsikan layanan bimbingan kelompok terhadap self esteem siswa disekolah MAN 3 Langkat, 2) Mendeskripsikan faktor-faktor meningkatkan self esteem siswa, 3) Strategi guru BK dalam meningkatkan Self esteem siswa Di MAN 3 Langkat. Dalam penelitian ini dengan menggunakan metode kualitatif. Teknik pengumpulan data Dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara dan studi dokumentasi. Selanjutnya teknik analisis data yang digunakan untuk mereduksi data, mengajukan data dan kesimpulan. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah: 1) layanan bimbingan kelompok mampu meningkatkan self esteem siswa , 2) faktor rendahnya self esteem siswa 3) Layanan bimbingan kelompok yang sudah diberikan berjalan dengan lancar, hal tersebut dapat dilihat dari perubahan siswa dalam proses layanan bimbingan kelompok, dan perubahan sikap yang ditunjukkan setelah melakukan proses layanan bimbingan kelompok.
Kata kunci: Bimbingan Kelompok, *Self Esteem*.

Abstract: *In this study, the effort made was a group guidance service for students' self-esteem at school. Self-esteem in students is very influential in a person's success to achieve his goals. This study aims to: 1) Describe group guidance services on students' self-esteem in MAN 3 Langkat, 2) Describe factors to increase students' self-esteem, 3) BK teachers' strategies in increasing students' self-esteem in MAN 3 Langkat. In this study using qualitative methods. Data collection techniques in this study are observation, interviews and documentation studies. Furthermore, data analysis techniques are used to reduce data, propose data and conclusions.*

The results obtained in this study are: 1) group guidance services are able to increase student self-esteem, 2) low student self-esteem factors 3) group guidance services that have been provided run smoothly, it can be seen

from student changes in the process of group guidance services, and changes in attitudes aimed after carrying out the group guidance service process.

Keywords: *Group Guidance, Self Esteem*

PENDAHULUAN

Bimbingan kelompok merupakan Suatu kegiatan yang mengandung unsur psikopedagogis yang memanfaatkan dinamika kelompok, dengan jumlah anggota kelompok yang dibatasi 10-15 orang, sehingga memungkinkan pemimpin kelompok dapat melakukan pendekatan personal, serta dilakukan secara berkesinambungan yang berisi pemberian informasi tentang cara mengembangkan *self-esteem* siswa secara lebih mendalam.

Kegiatan bimbingan kelompok juga dapat membuat anggotanya lebih menghargai pendapat orang lain, dan lebih berani mengemukakan pendapatnya secara bertanggung jawab. Apa yang disampaikan dalam bimbingan kelompok diharapkan lebih mengena mengingat bentuk komunikasi yang dijalani bersifat multi arah.

Romlah (Natawidjaja, 2009) yang menyatakan bahwa kegiatan bimbingan kelompok berupa penyampaian yang tepat mengenai masalah pendidikan, pekerjaan, pemahaman pribadi, penyesuaian diri, dan masalah hubungan antar pribadi. Informasi tersebut diberikan terutama dengan tujuan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri individu dan pemahaman terhadap orang lain. Ke-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, sikap yang menunjang diwujudkannya tingkah laku yang lebih efektif.

Selain itu, bimbingan kelompok juga bertujuan untuk membantu individu menemukan dirinya sendiri, mengarahkan diri, dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Layanan bimbingan kelompok dipandang tepat untuk memberikan kontribusi pada siswa dalam memecahkan masalah yang dihadapinya terutama masalah yang berkaitan dengan *self-esteem* karena dalam pelaksanaan bimbingan kelompok, siswa sebagai anggota kelompok akan membahas secara bersama-sama topik-topik masalah mengenai cara mengembangkan *self-esteem* dan menciptakan dinamika kelompok. Setiap anggota kelompok akan mempunyai kesempatan yang sama untuk melatih diri dalam mengemukakan pendapatnya, menghargai pendapat orang lain, membahas masalah yang dialaminya secara tuntas, saling bertukar informasi, dan dapat memecahkan masalah secara bersama-sama sehingga dapat mengembangkan *self-esteem*nya.

Self-esteem adalah sesuatu yang tidak ternilai. Dengan adanya *self-esteem* seseorang akan menerima dirinya apa adanya, percaya diri, puas dengan karakter dan kemampuan diri sehingga individu dapat mengembangkan sikap dan perilakunya dalam berinteraksi dengan orang lain maupun dengan lingkungannya. Hal ini senada dengan pendapat Campbell (2002), yaitu *self-esteem* merupakan perasaan individu terhadap dirinya sendiri, termasuk rasa hormat dan percaya diri. Untuk memiliki penghargaan pada diri sendiri yang tinggi, seseorang harus merasa percaya diri, dapat dicintai, berkompeten dalam lingkungannya, dan mampu berperan serta dalam berbagai kegiatan yang berarti bagi orang lain.

Berkaitan dengan upaya meningkatkan *self-esteem* menurut Campbell (2002) ada beberapacara yang dapat dilakukan guru dalam upaya meningkatkan *self-esteem* siswa salah satunya adalah melalui proses-proses kelompok baik besar maupun kecil sehingga bentuk kerja kelompok yang dianggap efektif dalam membahas masalah

rendahnya *self esteem* siswa yaitu melalui bimbingan kelompok.

Kegiatan bimbingan kelompok juga dapat membuat anggotanya lebih menghargai pendapat orang lain, dan lebih berani mengemukakan pendapatnya secara bertanggung jawab. Apa yang disampaikan dalam bimbingan kelompok diharapkan lebih mengena mengingat bentuk komunikasi yang dijalani bersifat multi arah.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok berpengaruh terhadap *self-esteem* siswa, karena dalam pelaksanaannya siswa sebagai anggota kelompok mempunyai kesempatan untuk melatih diri dalam mengemukakan pendapat, saling menghargai dan menciptakan dinamika kelompok yang dapat dijadikan sebagai tempat untuk mengembangkan *self-esteem*nya.

Menurut Branden dalam Nikmarijal (2015), *self esteem* adalah keyakinan dan kemampuan untuk bertindak dan menghadapi tantangan hidup ini. Keyakinan dalam hak untuk bahagia, perasaan berharga, dan layak. Cara memandang dan merasakan diri sendiri yang akan mempengaruhi seseorang dalam berperilaku. Cara pandang dan merasakan diri ini terbentuk dari pengalaman dalam keluarga, sekolah, hubungan pertemanan dan lingkungan sosial. *Self esteem* merupakan salah satu aspek kepribadian yang merupakan kunci dalam pembentukan perilaku seseorang, karena akan sangat berpengaruh pada proses berpikir, tingkat emosi, keputusan yang diambil pada nilai-nilai tujuan hidup seseorang yang memungkinkan seseorang mampu menikmati dan menghayati kehidupan. Ketika *self esteem* yang terbentuk dalam diri siswa kurang baik kemungkinan akan mengganggu proses pembelajaran siswa tersebut.

Rasa percaya diri yang telah dimiliki peserta didik dapat meningkatkan perkembangannya, baik oleh dirinya sendiri maupun lingkungan yang akan mendukung pencapaiannya. Rasa percaya diri yang merupakan suatu keyakinan terhadap segala aspek yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya. Jadi orang yang memiliki percaya diri memiliki rasa optimis dengan kelebihan yang dimiliki dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Menurut Thantaway dalam Pongky percaya diri adalah Kondisi mental atau psikologis dari seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan suatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya diri pada kemampuannya, karena orang itu yang kurang percaya diri sering menutup diri mereka terhadap dunia luar yang lebih luas.

Kemendikbud menjelaskan dalam kurikulum 2013, pada aspek percaya diri, mengenai catatan perilaku siswa dilakukan sesuai indikator pada aspek percaya diri. Adapun indikatornya dijelaskan sebagai berikut.⁴ Menurut Muhadjir Effendy dalam Yan Vita selaku kepala Kemdikbud pada tahun 2016 indikator aspek percaya diri antara lain sebagai berikut:

1. Berani tampil di depan kelas,
2. Tidak mudah putus asa,
3. Berani mengemukakan pendapat terhadap suatu masalah atau topik,
4. Mengajukan diri sebagai ketua kelas atau pengurus kelas lain,
5. Mengajukan diri untuk mengerjakan tugas atau soal di papan tulis,

Dari hasil observasi di Sekolah MAN 3 Langkat, penulis menemukan permasalahan yang dialami oleh siswa kelas X yaitu mengenai tingkat *self-esteem* yang rendah. Hal ini ditandai dan ditemukan beberapa siswa merasa kurang percaya diri, dan siswa kurang mampu mengomunikasikan perihal yang akan diungkapkan terhadap teman atau guru ketika di kelas. Selain itu siswa merasa tidak mampu untuk

melakukan suatu hal yang lebih besar lagi atau keluar dari zona aman siswa, dan berada di zona nyamannya siswa tidak akan tertarik dengan hal-hal baru dan akan terus pada kondisi tersebut dimana kondisi ini mengenai tingkat *self esteem* yang rendah, keluar dari zona nyaman akan mendorong siswa memperdalam pengetahuan tentang apa yang dibutuhkannya dan mengenali kelebihan dan kekurangan dalam diri dengan lebih baik lagi.

Melihat kondisi tersebut di atas, maka peran guru BK sangatlah dibutuhkan dalam mengarahkan *Self esteem* nya pada diri siswa. Karena pada hakikatnya peran guru BK di sekolah adalah untuk membantu siswa menyelesaikan masalah, dan turut serta membantu siswa mengembangkan potensi dirinya. Dalam mengurangi rasa kurang percaya diri siswa, Siswa dapat menyelesaikan tugas-tugas mata pelajaran tersebut harus segera diteliti dan diminimalisasi agar siswa dapat meningkatkan prestasinya.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif, Metode penelitian merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Berdasarkan hal tersebut terdapat empat kunci yang harus diperhatikan yaitu cara ilmiah, data, tujuan dan kegunaan (Sugiyono, 2012:2). Penelitian kualitatif antara lain bersikap deskriptif, data yang dikumpulkan adalah berupa kata-kata gambar, bukan angka-angka. Hal itu disebabkan oleh adanya penerapan metode kualitatif. Selain itu, semua yang dikumpulkan berkemungkinan menjadi kunci terhadap apa yang sudah diteliti (Moleong, 1989:11).

Penelitian kualitatif deskriptif adalah suatu penelitian yang hanya memaparkan situasi dan peristiwa. Data yang dikumpulkan adalah berupa kata-kata, gambar, dan bukan angka-angka. Dengan demikian, laporan penelitian akan berisi kutipan-kutipan data untuk memberi gambaran penyajian laporan. Data tersebut mungkin berasal dari naskah wawancara, catatan lapangan, foto, dokumen pribadi, catatan atau memo, dan dokumen resmi lainnya. Pertanyaan dengan kata tanya mengapa, alasan apa, dan bagaimana terjadinya akan senantiasa dimanfaatkan oleh peneliti (Moleong, 1989:11).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu data yang terbentuk berupa uraian kata-kata atau lampiran untuk dikumpulkan dan kemudian dilakukan analisa secara deskriptif. Peneliti ini Hasil penelitian ini menggunakan teknik triangulasi yang dimana sumber dengan cara memastikan penyesuaian antara data hasil wawancara, observasi dan studi dokumentasi. Pengguna teknik triangulasi sumber wawancara, observasi, dan studi dokumentasi di MAN 3 Langkat mengenai upaya layanan bimbingan kelompok terhadap *self esteem* siswa di sekolah adalah sebagai berikut:

- a) Dari hasil wawancara guru bimbingan konseling bahwasannya mengenai *self esteem* pada siswa ialah antara perempuan dan laki laki memiliki tingkat *self esteem* yang berbeda, bahkan tingkat *self esteem* perempuan lebih rendah dibanding dengan laki-laki untuk penyelesaian ini kami menyusun RPL untuk pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dan layanan bimbingan pribadi akan tetapi layanan bimbingan kelompok ini terbilang lebih efektif dilakukan sesuai topik yaitu upaya layanan bimbingan kelompok terhadap *self esteem* yang dimana anggota kelompok mampu menyampaikan pendapatnya serta pendapat anggota kelompok yang lain yang dimana mereka bisa belajar dan bertukar pikiran sehingga mereka bisa mengetahui apa faktor rendahnya *self esteem* pada siswa, lalu kita mencari

solusi apa faktor penyebab rendahnya tingkat *self esteem* pada siswa, dengan adanya layanan bimbingan kelompok yang sudah dilaksanakan kita bisa melihat ada tidaknya perubahan setelah dilaksanakan layanan bimbingan kelompok kepada siswa,.

- b) Wawancara peneliti lakukan dengan guru wali kelas adalah meningkatkan *self esteem* siswa adalah dengan cara belajar dengan menarik dan menyenangkan sehingga siswa tidak merasa malu dan mampu beradaptasi dengan yang lainnya ,sehingga mampu berkomunikasi dengan baik dengan meningkatnya *self esteem* siswa mampu memudahkan siswa dalam kegiatannya sehari hari dan dimasa yang akan datang.
- c) Sebelum melakukan kegiatan proses pemberian layanan bimbingan kelompok, guru BK mulai membuat RPL (Rencana Pelaksanaan Layanan) untuk pelaksanaan layanan yang tepat untuk meningkatkan *self esteem* siswa dan guru bimbingan konseling mendata peserta didik terlebih dahulu, lalu guru bimbingan konseling bersepakat untuk melakukan bimbingan kelompok sesuai dengan waktu, tempat dan jam yang disepakati.
- d) Setelah beberapa hari pelaksanaan bimbingan oleh peneliti, guru bimbingan konseling, guru mata pelajaran dan guru wali kelas bekerjasama dengan guru dengan guru bimbingan konseling untuk mendapatkan data dan hasil dari pemberian bimbingan kelompok. Jika siswa tersebut benar-benar telah mengurangi prilakunya, hal-hal negatif bahkan dapat dihilangkan.
- e) Berdasarkan pengamatan yang ada, hasil dari kegiatan layanan bimbingan kelompok cukup bagus, jika tidak sempurna, mengingat siswa secara bertahap dapat mengubah perilakunya menjadi perilaku positif. Mampu mengeksplor kemampuan beradaptasinya, dan mampu bertukar informasi kepada sesama, dengan beriringnya waktu peningkatannya *self esteem*nya siswa diharapkan memiliki peningkatan dari sebelumnya. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa penerapan layanan bimbingan kelompok di MAN 3 Langkat dapat meningkatkan *self esteem* siswa.

Peningkatan *self esteem* siswa disekolah meningkat sedikit demi sedikit selama lima minggu terakhir. Dengan memanfaatkan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self esteem* siswa disekolah, hal ini menunjukkan bahwa guru bimbingan konseling berkontribusi dalam penyelesaian dan pendampingan masalah siswa. Diharapkan agar guru wali kelas dan guru mata pelajaran bisa bekerjasama dalam hal meningkatkan *self esteem* siswa disekolah.

menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif ini karena penulis ingin membuat gambaran fakta mengenai Upaya Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap *Self Esteem* Di MAN 3 Langkat. Peneliti mengakumulasi data sehingga membuat kesimpulan dari keseluruhan data yang diteliti.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok mampu meningkatkan *self esteem* siswa di MAN 3 Langkat. Hal tersebut dapat dilihat dan ditunjukkan dengan data observasi , wawancara, dan studi dokumentasi dari peserta didik pada saat pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.

Layanan yang diberikan sudah berjalan dengan baik dan lancar. Hal tersebut dapat dilihat dari perubahan sikap dan tingkah laku siswa pada proses pembelajaran. Pelaksanaan bimbingan kelompok dilakukan diruang kelas secara klasikal dengan 3 pertemuan.

Sementara itu beberapa faktor yang mempengaruhi rendahnya self esteem siswa salah satunya adalah masalah yang terjadi dilingkungan sekolah yang terjadi ialah siswa merasa tidak mampu dibanding dengan teman-teman sebayanya merasa insecure dan tidak percaya diri untuk berani tampil beberapa diantaranya malas dalam mencapai nilai kelas tertinggi, malas bergaul, dan merasa tidak bisa dibanding teman sebayanya.

Strategi guru BK dalam meningkatkan self esteem siswa adalah dengan metode layanan bimbingan kelompok dengan menarik dan menyenangkan sehingga peserta didik tidak merasa malu dan mampu beradaptasi dengan yang lainnya, sama halnya dengan guru BK berupaya melaksanakan layanan BK yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik bagaimana meningkatkan self esteem siswa di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhyar, Saiful.(2011), *Konseling Islam Dan Kesehatan Mental*.Medan: Citapustaka Media Perintis.
- Amani(2018), '*Peran Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Memotivasi Belajar Siswa Smp N 15 Yogyakarta*',
- Ardianto, E. (2010). *Metoda Penelitian untuk public relations kuantitatif dan Kualitatif*. SimbiosisRekatama Media.
- Bafadal, Fadhal AR(2002).*Al Qur'an dan Terjemahannya juz 1-30*. Surabaya: Mekar Surabaya.
- Baihaqi, M. (2008). *Psikologi Pertumbuhan*. Bandung: Rosdakarya.
- Basrowi & Suwandi. (2008). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Rineka Cipta.
- Bungin, M. B. (2008). *Penelitian Kualitatif*. Kencana Prenada Media Group.
- Burns.(1993). *Konsep Diri Teori, Pengukuran, Perkembangan dan Perilaku*. Alih Bahasa: Eddy. Jakarta: Penerbit Arcan.
- Campbell. (2002). *Multiple Intelegences Metode Terbaru Melesatkan Kecerdasan*. Depok: Inisiasi Press.
- Dariuszky, D. (2004). *Membangun Harga Diri*. Bandung: CV. Pionir Jaya.
- Departemen Agama RI.2010. *Al Qur'an Terjemahan Al-Hikmah*, Bandung Dipenogoro.
- Hariadi Ahmad , Ahmad Zainul Irfan dan Dedi Ahlufahmi.2020 *Hubungan antara Pola Asuh Orangtua dengan Penyesuaian Diri Siswa*.
- Hidayati, N.W. (2016).Hubungan Harga Diri dan Konformitas Teman Sebaya Dengan Kenakalan Remaja. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*. Vol. 1, No. 2. Hlm. 31 –36.
- Hisbah: *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 15.(1). 20-34.
- Moleong, L. J. (2007). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Penerbit PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Natawidjaja, R. (2009). *Konseling Kelompok Konsep Dasar & Pendekatan*. Bandung: Rizqi Press.
- Nurihsan, A. J. (2006). *Bimbingan dan konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: Refika Aditama.
- Prayitno (2004). *Layanan Bimbingan Konseling Kelompok*. Padang: Univesiras Negeri Padang.
- Prayitno danAmi. (2004). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno.(1995). *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok Dasar Dan Profil*.Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Purwanto, N. (2010). *Psikologi Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

- Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling* Vol. 5 No.1 Edisi April 2020. Hal 950 -966.
Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Universitas Pendidikan Mandalika
- Sarwono & Meinarno. (2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Srisayekti, W., Setiady, D.A. dan Sanitioso, R.B. (2015). Harga-diri (*Self-esteem*)
Terancam dan Perilaku Menghindar. *Jurnal Psikologi*. Vol. 42, No.2. Hlm. 141
-156.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Wibowo, S. B. (2016). Benarkah Self-esteem Mempengaruhi Prestasi Akademik?.
Jurnal Humanitas. Vol. 13, No. 1. Hlm. 72-83.
- Yunus, S (2006). *Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah (SLTP dan
SLTA)*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.