

**KEEFEKTIFAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
DENGAN TEKNIK *SELF INSTRUCTION* UNTUK
MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* SISWA
DI MA MIFTAKHUL HUDA PURWOREJO**

SKRIPSI

Disusun sebagai salah satu syarat
Untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Bimbingan dan konseling



UNUGIRI

Oleh :

UNUGIRI

LULUK NUR HIDAYAH

3320190167

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA SUNAN GIRI**

2023

PERNYATAAN

PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Instruction* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Siswa di Ma Miftakhul Huda Purworejo" adalah hasil karya sendiri dan bebas plagiat.

Bojonegoro, 28 Agustus 2023



Luluk Nur Hidayah

3320190167



HALAMAN PERSETUJUAN


HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Luluk Nur Hidayah
NIM : 3320190167
Judul : Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok dengan
Teknik *Self Instruction* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Siswa di MA Miftakhul Huda Purworejo

Telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan dalam Ujian skripsi.

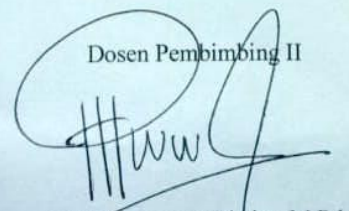
Bojonegoro, 21 Agustus 2023

Dosen Pembimbing I



Zeti Novitasari, M.Pd.
NIDN.07111118702

Dosen Pembimbing II



Riski Putra Ayu Distira, M.Pd
NIDN: 070201930

LEMBAR PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Luluk Nur Hidayah
NIM : 3320190167
Judul : Keefektifan Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Instruction* Untuk Meningkatkan *Self-Esteem* Siswa di MA Miftakul Huda Purworejo

Telah dipertahankan penguji pada tanggal 31 Agustus 2023

Dewan Penguji

Penguji I

Dr. Yunita Dwi Setyaningrum, S.Pd, M.Pd
NIDN. 0710068404

Penguji II

Dr. H. Yogi Prana Izza, Lc, MA
NIDN. 0731127601

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu

Pendidikan



Astrid Chandra Sari, S.Pd, M.Pd
NIDN. 0721059101

Penguji III

Zeti Amritasari, M.Pd
NIDN. 0731116702

Penguji IV

Rizki Putra Ayu Dintira, M.Pd
NIDN. 0702019301

Mengetahui,

Ketua Program Studi Bimbingan

Konseling



Yesti Dwi Cahyaningrum, M.Pd
NIDN. 0715049401



MOTTO

”Jangan pernah menyerah, karena keberhasilan selalu diiringi usaha doa dan air mata”

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Kedua orang tua saya yang telah membantu dukungan moril maupun materil karena mustahil tanpa kedua orang tua saya bisa berada di titik ini
2. Teman-teman angkatan 2019 yang telah menempuh pendidikan bersama selama 4 tahun ini
3. Untuk lelaki bernama imam luthfi muzani yang telah menemani saya dalam segala proses dan memberikan support untuk terus melangkah maju
4. Untuk kedua teman saya siti alfiatun dan iva dita sari yang telah membantu memberikan dukungandan semangat dalam penyelesaian skripsi ini

UNUGIRI

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan mengucapkan Alhamdulillah sebagai ungkapan rasa syukur atas kehadiran Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “KEEFEKTIFAN LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF INSTRUCTION* UNTUK MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* SISWA DI MA MIFTAKHUL HUDA PURWOREJO ”. Peneliti menyusun skripsi ini sebagai syarat kelulusan program Strata-1 di program studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini kami ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. K. M. Jauharul Ma'arif, M.Pd.I selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
2. Astrid Chandra Sari, S.Pd., M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
3. Vesti Dwi Cahyaningrum, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
4. Zeti Novitasari, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing 1 atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan.
5. Riski Putra Ayu Distira, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing 2 atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan.
6. M.Iqbal Tawakal, M.Pd. selaku DPA terima kasih telah membimbing saya dari awal sampai akhir menempuh kuliah
7. Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro, yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.

8. Seluruh Staff dan Tata Usaha Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro yang telah membantu saya dari awal perkuliahan hingga ujian skripsi.
9. Kedua orang tua dan orang tercinta atas do'a, dukungan, bimbingan, serta kasih sayang yang selalu tercurah selama ini.
10. Teman-teman seperjuangan Program Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan 2019 atas semua dukungan, semangat, serta kerjasamanya.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas bantuan, nasehat, dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan dilapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut. Aamiin.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Bojonegoro, 07 Mei 2023

Penulis



UNUGIRI

ABSTRACT

Luluk nur hidayah, 2023 the effectiveness of group guidance services using self-instruction techniques to increase student self-esteem at MA Miftakhul Huda Purworejo, thesis majoring in counseling guidance at the teaching and education faculty of the University of Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro. Supervisor one Zeti novitasarai M.Pd supervisor two Riski Putra Ayu Distira M.Pd

Keywords: group guidance, self instruction, self esteem

Self Esteem is an individual's evaluation of himself either in the form of a positive or negative assessment which will affect a person's behavior, attitudes and emotions. Low self-esteem will make it difficult for students in their lives from social to learning. Low self-esteem is still found in students at MA Miftakhul Huda Purworejo so efforts are needed to overcome low self-esteem through group guidance with self-instruction techniques. The purpose of this study was to determine the effectiveness of group guidance services using self-instruction techniques to increase students' self-esteem at MA Miftahul Huda Purworejo. The approach used in this study is a quantitative approach. The design used in this study is pre-experimental with one group pretest-posttest design. In this study, data and descriptions in the field were obtained regarding the effectiveness of group guidance services using self-instruction techniques to increase self-esteem. esteem students, while the data collection techniques that the authors use are questionnaires about self-esteem, interviews, observation and documentation. The results of the data obtained from the study, that the average level of self-esteem of students of MA Miftahul Huda Purworejo is low, namely 46% becomes high with an average of 84% Based on the results of the pre-test and post-test after being given treatment using group guidance with self-instruction techniques, from the average results between the pre-test and post-test there is a difference of 37% So that from the difference in the average results it can be proven that group guidance services using self-instruction techniques are effective in increasing the self-esteem of students of MA Miftakhul Huda Purworejo.

UNUGIRI

ABSTRAK

Luluk nur hidayah, 2023 keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik self instruction untuk meningkatkan self-esteem siswa di MA Miftakhul Huda Purworejo , skripsi jurusan bimbingan konseling fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas Nahdlatul ulama sunan giri Bojonegoro. Dosen pembimbing satu Zeti Novitasarai M.Pd dosen pembimbing dua Riski putra Ayu Distira M.Pd

Kata kunci : bimbingan kelompok, *self instruction*, *self esteem*

Self Esteem adalah evaluasi individu terhadap dirinya baik itu berupa penilaian secara positif ataupun negatif yang mana akan berpengaruh pada tingkah laku, sikap dan emosi seseorang. Harga diri rendah akan menyulitkan peserta didik dalam kehidupannya dari sosial hingga belajar. *Self esteem* yang rendah masih terdapat pada peserta didik di MA Miftakhul Huda Purworejo sehingga diperlukan upaya untuk mengatasi harga diri rendah melalui bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* untuk meningkatkan *self esteem* peserta didik di MA Miftahul Huda Purworejo. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif, Dengan desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-experimental* dengan *one group pretest-posttest design*, dalam penelitian ini memperoleh data dan gambaran di lapangan tentang keefektifan layanan bimbingan kelompok dengan teknik self instruction untuk meningkatkan *self esteem* peserta didik, sedangkan teknik pengumpul data yang penulis gunakan yaitu angket tentang harga diri, wawancara, observasi dan dokumentasi. Hasil data yang diperoleh dari penelitian, bahwasanya rata-rata tingkat *Self esteem* siswa MA Miftahul Huda Purworejo rendah yaitu 46% menjadi tinggi dengan rata-rata 84 % Berdasarkan hasil pre-test dan post-test setelah diberikan treatment menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction*, dari hasil rata-rata antara pre-test dan post-test terdapat selisih 37% Sehingga dari selisih hasil rata-rata tersebut dapat dibuktikan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self instruction* efektif untuk meningkatkan *self esteem* siswa MA Miftakhul Huda Purworejo.

DAFTAR ISI

	Hal.
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	i
PERNYATAAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
MOTTO	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	8
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.4 Batasan.....	8
1.5 Manfaat Penelitian	8
1.6 Asumsi.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN DASAR TEORI	11
2.1 Kajian Teoritis	11
2.1.1 Pengertian <i>Self esteem</i>	11
2.1.2 Karakteristik tingkatan <i>Self-Esteem</i>	12
2.1.3 Aspek-Aspek <i>Self esteem</i>	15
2.1.4 Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self esteem</i>	17
2.2 Kajian Teori Bimbingan Kelompok	19
2.2.1 Pengertian <i>Bimbingan kelompok</i>	19
2.2.2 Tujuan <i>Bimbingan Kelompok</i>	21
2.2.3 Tahapan <i>Bimbingan Kelompok</i>	22
2.2.4 Manfaat <i>Bimbingan Kelompok</i>	25
2.2.5 Komponen Dalam <i>Bimbingan Kelompok</i>	27
2.3 <i>Self Instruction</i>	27
2.3.1 Pengertian <i>Self Instruction</i>	27
2.3.2 Tahap <i>Self Instruction</i>	28
2.3.3 Tujuan <i>Self Instruction</i>	30
2.4 Hasil Penelitian Yang Relevan	32

2.5 Kerangka Konseptual.....	36
2.6 Hipoteses Penelitian	38
BAB III METODE PENELITIAN	39
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian.....	39
3.2 Lokasi Penelitian.....	41
3.3 Populasi Dan Sempel atau Sasaran Penelitian.....	41
3.3.1 Populasi Penelitian	41
3.3.2 Sempel Penelitian.....	41
3.4 Variabel dan Definisi Operasional.....	43
3.4.2 Defisi Operasional.....	43
3.5 Instrumen Penelitian	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
Tabel 4. 1 Pelaksanaan Penelitian	53
4.2 Hasil Penelitian.....	54
4.2.1 <i>Self esteem Siswa Sebelum Diberikan Treatment (Hasil Pretest)</i>	Error!
Bookmark not defined.	
4.2.2 <i>Self esteem Siswa Sesudah Diberikan Treatment (Hasil Post-test)</i>	
.....	56
Error! Bookmark not defined.	
4.2.3 <i>Perbandingan Self Esteem Sebelum (Pre Test) dan Sesudah Diberikan Treatment (Post Test)</i>	
4.2.4 Uji Validitas	58
Error! Bookmark not defined.	
4.2.5 Uji Reliabilitas.....	Error!
Bookmark not defined.	
4.2.6 Uji Normalitas.....	56
4.2.7 Uji Homogenitas	57
4.2.8 Uji Paired Sample T-test.....	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	70
5.2 Saran.....	70
5.2.1 Bagi Siswa atau Konseli.....	70
5.2.2 Bagi sekolah.....	70
5.2.3 Bagi peneliti selanjutnya	71
DAFTAR PUSTAKA.....	72
DAFTAR LAMPIRAN.....	75

DAFTAR TABEL

	Hal.
Tabel 3. 1 Design Penelitian	40
Tabel 3. 2 Skala Likert	44
Tabel 3. 3 Kisi Kisi Instrumen Self Esteem	45
Tabel 4. 1 Hasil Pre Test Sebelum Diberikan Treatment.....	47
Tabel 4. 2 Hasil Post Test Sebelum Diberikan Treatment	49
Tabel 4. 3 Perbandingan Nilai Pre-Test dan Post-Test	51
Tabel 4. 4 Hasil Perhitungan Uji Validasi.....	53
Tabel 4. 5 Hasil Uji Reliabilitas	55
Tabel 4. 6 Hasil Uji Normalitas Data	56
Tabel 4. 7 Hasil Uji Homogenitas Data Test of Homogeneity of Variance	57
Tabel 4. 8 Hasil Paired Sample T-Test Paired Samples Statistics	58



UNUGIRI

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan kebutuhan manusia, setiap individu tentunya sangat memerlukan pendidikan. Seiring dengan perkembangan zaman pendidikan selalu mengalami perubahan, perkembangan, perbaikan sesuai dengan segala bidang kehidupan. Dengan memiliki generasi penerus Bangsa yang cerdas tentunya akan memajukan sebuah bangsa yang tentunya pendidikan tidak hanya bermanfaat untuk bangsa dan negara tapi bermanfaat untuk diri kita sendiri. Di Indonesia sendiri pendidikan masih terbelakang cukup rendah menurut (Fitri, 2021) Rendahnya kualitas sistem pendidikan di Indonesia menyebabkan Indonesia tertinggal oleh negara-negara lainnya. Bukan hanya permasalahan dari sistem pendidikan yang belum tepat, tetapi ada juga permasalahan-permasalahan pokok lainnya. dalam pendidikan biasanya siswa berusia 12-17 memasuki pendidikan SMP-SMA

Hal-hal yang sering dihadapi oleh remaja adalah ketidak stabilan emosi dan konflik sosial, di dalam dunia pendidikan juga sangat berpengaruh dalam proses dan berkembang masa belajar siswa, di era digital atau era milenial saat ini tak jarang pengaruh dari perkembangan jaman dapat berpengaruh dalam perkembangan diri remaja, dan di saat usia remaja kadang sulit untuk mengontrol emosi atau perasaan dirinya sendiri (Febri, 2019). Banyak siswa yang merasa tidak puas terhadap dirinya sendiri, ingin menjadi orang lain, lebih sering mengalami emosi yang negatif hal itu menunjukkan siswa mempunyai *Self Esteem* yang rendah. Ketika siswa memiliki *Self Esteem* yang rendah siswa cenderung lebih pendiam, stress, kecewa saat gagal, mengurung diri hal ini tentunya akan sangat berpengaruh dengan pendidikan yang sedang di tempuhnya.

Menurut (Rohisfi, 2022) *self esteem* merupakan perasaan yang dimiliki setiap individu berupa anggapan evaluatif seseorang pada dirinya sebagai seseorang yang berharga yang ditunjukkan dengan perasaan bahagia