

**LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK MODELING  
UNTUK MENINGKATKAN SELF ESTEEM SISWA KELAS  
VIII MTSN 6 CIANJUR**

**Kaesar Irham Nafillah<sup>1</sup>, Teti Sobari<sup>2</sup>, Devy Sekar Ayu Ningrum<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>kaesarilham19@gmail.com, <sup>2</sup>tetisobari@ikipsiliwangi.ac.id, <sup>3</sup>devysekar@ikipsiliwangi.ac.id

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
IKIP Siliwangi

**Abstract**

*This study aims to determine the effectiveness and implementation of group guidance services with modeling techniques in improving students' Self esteem and the obstacles faced by teachers and students in class VIII MTsN 6 Cianjur. The level of success of group guidance services with modeling techniques in increasing students' Self esteem, which refers to the phenomenon of students who have low Self esteem such as not believing in themselves, and lack of acceptance from others. This research method is Mix Mtehdos using The Explanatory Sequential Design with One Group Pretest- Posttest Design. The subjects in this study were class VIII students of MTsN 6 Cianjur consisting of 10 students. The sampling technique used in this study used purposive sampling technique. The measuring instrument in this study used a Likert scale, and the results of the Cronbach's alpha reliability test were 0.899. Based on the results of the paired t-test test, it is  $0.001 < 0.05$ , this shows that the  $H_0$  hypothesis is rejected and  $H_a$  is accepted, which means that group guidance with modeling techniques is effective in increasing the Self esteem of class VIII students at MTsN 6 Cianjur so it can be concluded that the application of group guidance services with modeling techniques is effective in increasing the Self esteem of class VIII students at MTsN 6 Cianjur.*

**Keywords:** *Self esteem, Group Guidance, Modeling Techniques*

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas dan implementasi layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling dalam meningkatkan *Self esteem* siswa serta kendala yang dihadapi oleh guru dan siswa kelas VIII MTsN 6 Cianjur. Tingkat keberhasilan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling dalam meningkatkan *Self esteem* siswa, yang mengacu pada fenomena siswa yang memiliki *Self esteem* rendah seperti tidak percaya terhadap dirinya sendiri, serta kurangnya penerimaan dari orang lain. Metode penelitian ini adalah *Mix Methods* menggunakan *The Explanatory Sequential* Desain dengan *One Group Pretest- Posttest Design*. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII MTsN 6 Cianjur yang terdiri dari 10 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive* sampling. Alat ukur pada penelitian ini menggunakan skala *likert*, dan hasil uji reliabilitas cronbach's alpha yaitu 0,899. Berdasarkan hasil Uji *paired t-test* bernilai  $0,001 < 0,05$  hal ini menunjukkan bahwa hipotesis  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang berarti bimbingan kelompok dengan teknik modeling efektif dalam meningkatkan *Self esteem* siswa kelas VIII MTsN 6 Cianjur sehingga penggunaan pendekatan modeling yang dibarengi dengan layanan

bimbingan kelompok tampaknya bermanfaat dalam meningkatkan harga diri siswa kelas VIII MTsN 6 Cianjur.

**Kata Kunci:** *Self esteem* Siswa, Bimbingan Kelompok, Teknik Modeling

## PENDAHULUAN

Pendidikan dapat diartikan upaya pulih serta terencana menciptakan situasi melatih diri serta cara penataran supaya konseli dengan cara aktif memajukan kemampuan dirinya guna mempunyai resistensi kejiwaan keimanan, penanggulangan diri, tabiat, kecerdikan, adab terhormat, serta kepandaian yang diinginkan dirinya, publik, bangsa, serta negeri. tentang ini tertuang dalam mula 1 poin 1 Undang-Undang Sistem pembelajaran Nasional Nomor 20 Tahun 2003. Siswa SMP yaitu individu yang berada pada tahap awal masa remaja, saat masa anak-anak berakhir dan masa dewasa dimulai. Tugas perkembangan remaja harus berjalan dengan optimal dalam menjalani kehidupan kesehariannya terutama hal *Self esteem*. Oleh karena itu, siswa diharapkan mampu mempunyai pemikiran perihal siapakah dirinya serta pemahaman yang mendalam perihal diri guna membentuk remaja yang bisa menilai dirinya dengan melakukan hal-hal yang belum pernah dia pelajari sebelumnya.

Coopersmith 1990 *Self esteem* menjelaskan bahwa penilaian diri seseorang terhadap dirinya sendiri, maupun terhadap lingkungan sekitarnya, itulah yang disebut dengan harga diri. Sementara *Self esteem* menurut (Aswad, 2021) adalah suatu proses ketika individu melihat nilai dirinya secara keseluruhan. Selanjutnya menurut Fitts 1971 (Ningrum & Pratiwi, 2022) menjelaskan bahwa konsep diri mengacu pada pandangan, perasaan, dan interaksi seseorang dengan lingkungannya dan bergantung pada kualitas harga diri mereka. Diperjelas menurut (Purwanto & Laras, 2022) tujuan utama dari *Self-esteem* ialah mengacu pada perasaan yang dialami individu, ketika individu dapat menilai tinggi rendahnya dirinya sendiri. Singkatnya, harga diri adalah proses yang dilalui orang untuk mengetahui pentingnya harga diri, lalu mengamati dan meniru perilaku positif yang ditampilkan oleh orang lain sebagai panduan untuk bertindak. *Self esteem* perlu ditanamkan pada siswa SMP, hal ini dapat membantu siswa dalam menumbuhkan rasa harga diri, rasa percaya diri, berguna, dan kesadaran bahwa seseorang dibutuhkan dalam masyarakat ini. Peran Guru Bimbingan dan Konseling sangat penting terkait masalah ini, dalam bimbingan dan konseling guru BK mampu membantu memenuhi kebutuhan dan

memfasilitasi siswa di sekolah dengan salah satu layanan BK yaitu melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling.

Romlah (2020) mendefinisikan bimbingan kelompok sebagai proses menawarkan dukungan kepada individu dalam lingkungan kelompok. Untuk mengembangkan wawasan, sikap, atau keterampilan yang diperlukan untuk mencegah masalah atau untuk menyeimbangkan kewajiban pribadi dan profesional, Membantu orang-orang dalam lingkungan kelompok di mana setiap orang didorong untuk berkontribusi dan berbagi pengalaman dikenal sebagai bimbingan kelompok (Rusmana, 2009). Sedangkan menurut Winkel & Hastuti (Wasono, 2019), menjelaskan bahwa Bimbingan kelompok adalah kegiatan yang dilakukan oleh anggota kelompok untuk membantu pertumbuhan sosial dan pribadi satu sama lain serta untuk meningkatkan kualitas fungsi kelompok yang sebanding karena berbagai alasan penting. Berdasarkan definisi paruh pertama, pendidikan kelompok diartikan sebagai suatu layanan guru konseling dimana siswa bertemu dalam kelompok untuk mendiskusikan suatu topik atau suatu kasus yang khas secara mendalam.

Diskusi kelompok jenis ini bermanfaat bagi unit kelompok bertujuan untuk mencegah timbulnya kasus dalam kehidupan siswa serta memperkuat keterampilan mengambil keputusan. Salah satu cara yang bisa diterapkan untuk menaikkan pemahaman suatu topik atau masalah yang melibatkan keterlibatan siswa dalam prosesnya adalah pemodelan. Teknik ini dapat diterapkan pada layanan bimbingan kelompok. Selain digunakan untuk memecahkan masalah, pendekatan modeling dimaksudkan untuk diterapkan dalam layanan bimbingan kelompok untuk tujuan pengembangan pribadi. Penggunaan strategi pemodelan ini dalam layanan bimbingan kelompok tidak diragukan lagi dapat meningkatkan harga diri siswa karena teknik inilah individu dapat memperoleh ide dan panduan untuk menghadapi situasi atau tantangan dengan lebih percaya diri dan efektif.

Pendekatan pemodelan lebih dari sekedar meniru atau mengurangi tindakan model (individu lain); mereka juga mencakup generalisasi berbagai pengamatan, termasuk proses kognitif, dan menambah atau mengurangi perilaku yang diamati (Alwisol, 2009). Menurut Cervon dan Pervi (Yulia, 2019) mendemonstrasikan bagaimana strategi modeling merupakan sarana penyajian dengan menggunakan gambar dan video yang menjadi model positif. Selanjutnya menurut Komalasari (Syamsudin,

2017) juga menyatakan bahwa model pembelajaran yang dilengkapi dengan penokohan dari film, foto, dan dongeng itulah yang dimaksud dengan pemodelan. Jelaslah bahwa pendekatan pemodelan memang suatu metode belajar yang lebih dari sekadar meniru perilaku orang lain, hal ini mencakup penyesuaian dan pengembangan perilaku yang diamati serta proses cara berpikir. Modeling ini disajikan melalui penyediaan model atau contoh positif, seperti film dan gambar, maka siswa dapat melihat dan memahami karakter atau situasi yang disajikan.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *mix methods* menurut Sugiyono (2019) *Mix Methods* merupakan metode dalam penelitian yang memadukan teknik penelitian kualitatif dan kuantitatif. Jenis atau model yang digunakan adalah *the explanatory sequential design*. topik penelitian ini adalah Siswa kelas VIII MTsN 6 Cianjur dengan jumlah populasi 224 orang siswa. Sampel penelitian ini berjumlah 10 orang siswa dengan teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *purposive sampling*. Sugiyono (2019) menjelaskan *Purposive sampling* merupakan metode pengambilan sampel yang memerlukan beberapa pemikiran. Metode pada topik ini menggunakan *purposive sampling* karena sesuai untuk studi kuantitatif dan kualitatif yang tidak melakukan generalisasi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Berikut ini merupakan perbandingan hasil *pre-test* dan *post-test* pada sampel penelitian yang diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling dalam meningkatkan *Self esteem* siswa kelas VIII MTsN 6 Cianjur.

**Tabel 1.1** Hasil *Pre-test* dan *Post-test Self esteem* Siswa

No	Nama	Jenis Kelamin	Pretest Skor	Kategori	Posttest Skor	Kategori
1	AN	P	94	Rendah	139	Tinggi
2	SAF	P	78	Rendah	151	Tinggi
3	AAE	P	94	Rendah	118	Sedang
4	IA	P	95	Rendah	143	Tinggi
5	RSJ	P	99	Rendah	135	Sedang
6	BSW	L	98	Rendah	125	Sedang
7	AJL	P	96	Rendah	121	Sedang
8	MYB	L	97	Rendah	129	Sedang
9	KM	P	90	Rendah	131	Tinggi
10	LNR	P	96	Rendah	119	Sedang
Rata-Rata			91	Rendah	136	Tinggi

**Tabel 1.2** Kriteria *Sel Esteem* Siswa

Interval	Kategori
136-151	Tinggi
113-136	Sedang
58-113	Rendah

Terlihat dari tabel di atas terjadi peningkatan nilai rata-rata sebesar 55. Nilai rata-rata *pre-test* sebesar 91, dan nilai rata-rata *post-test* sebesar 136. Nilai *post-test* lebih besar dibandingkan dengan nilai *pre-test*.

**Tabel 1.3** Hasil Uji Reliabilitas

Cronbach's Alpha	N of Items
.899	50

Berdasarkan tabel 1.3 hasil uji reliabilitas Semua pernyataan pada angket harga diri siswa dianggap dapat dipercaya, sesuai temuan uji reliabilitas variabel harga diri siswa menunjukkan bahwa Cronbach's alpha lebih besar dibandingkan dengan nilai dasar item  $0,899 > 0,6$ .

**Tabel 1.5** Hasil Uji *Paired Samples Test*

Paired Samples Test										
		Paired Differences					T	df	Significance	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				One-Sided p	Two-Sided p
					Lower	Upper				
Pa	Pretest <i>Self esteem</i> - posttest <i>Self esteem</i>	-37.400	15.385	4.865	-48.406	-26.394	-7.687	9	<.001	<.001

Dari hasil yang diperoleh melalui *SPSS 29* dapat diketahui bahwa standar *deviation* = 15,385 lalu nilai  $t = -7,687$  dan  $df = n-1 = 9$  dengan nilai signifikan sebesar 0.001. Karena 0,001 mempunyai signifikansi lebih rendah dari 0,05 bisa disimpulkan bahwa hipotesis  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang berarti bimbingan kelompok dengan teknik modeling efektif terhadap peningkatan *Self esteem* siswa kelas VIII di MTsN 6 Cianjur.

**Tabel 1.6** Kategori Tafsiran Efektivitas *N-Gain*

Persentase (%)	Tafsiran
< 40	Tidak efisien
40 – 55	Kurang efisien
56 – 75	Cukup efisien
> 75	Efisien

**Tabel 1.7** *N-Gain Score*

<i>Descriptive Statistics</i>					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Ngain score	10	.42	1.00	.6407	.19824
Ngain persen	10	41.82	100.00	64.0686	19.82386
Valid N (listwise)	10				

Terlihat bahwa pada tabel *mean* memperoleh nilai 0,6407 atau sama dengan 64% yang menandakan bahwa data diatas memiliki perbedaan dan selisih nilai dari hasil layanan *pretest* sampai *posttest*. Dapat disimpulkan bahwa data yang di hasilkan menghasilkan *N-Gain* dengan kategori cukup efisien.

**Tabel 1.8** Hasil Uji Normalitas

	<i>Kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup></i>			<i>Shapiro-Wilk</i>		
	<i>Statistic</i>	<i>Df</i>	<i>Sig.</i>	<i>Statistic</i>	<i>Df</i>	<i>Sig.</i>
<i>Pretest Self esteem</i>	.320	10	.200*	.738	10	.614
<i>posttest Self esteem</i>	.288	10	.200*	.778	10	.675

Berdasarkan output data pada tabel diatas, diketahui nilai signifikansi (*Sig.*) untuk semua data baik data pada uji *Kolmogorov Smirnov* dan *Shapiro Wilk* > 0,05 maka diperoleh nilai signifikansi *Post-test Self esteem* sebesar 0,675. Dimana nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 yang berarti bahwa data variabel berdistribusi normal.

**Pembahasan**

Berdasarkan hasil temuan pada penelitian, dapat dilihat bahwa hasil *pre-test* dan *post-test* layanan bimbingan kelompok dengan teknik ada perbedaan nilai terhadap *Self esteem* siswa kelas VIII MTsN 6 Cianjur. Hasil *pre-test* dan hasil *post-test* menunjukkan terjadinya peningkatan skor hasil setelah pemberian layanan selama lima kali. Selanjutnya berdasarkan hasil uji *t-test* yang dilakukan yaitu uji *paired sample t-test*. dan uji *independent sample t-test* dinyatakan efektif dalam meningkatkan *Self esteem* siswa. Berdasarkan temuan sebelum dan sesudah tes, terdapat peningkatan skor yang signifikan secara statistik setelah lima kali pengulangan pemberian layanan. Cianjur masuk dalam kategori rendah menurut tabel sebaran data sebelum menerima layanan bimbingan kelompok menggunakan pendekatan modeling guna meningkatkan harga diri siswa kelas VIII MTsN 6. Pada tabel sebaran data kelas VIII MTsN 6 Cianjur menunjukkan peningkatan kategori sedang dan tinggi mengikuti layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan modeling dalam meningkatkan harga diri siswa.

Terbukti terjadi peningkatan nilai rata-rata sebesar 55, dengan nilai rata-rata *pre-test* sebesar 91 dan nilai rata-rata *post-test* sebesar 136. Nilai *post-test* tersebut lebih besar dibandingkan dengan nilai *pre-test*. terhadap temuan ini. Berdasarkan temuan uji normalitas, *pre-test* menghasilkan *Sig. (2-tailed)* > dari 0,05, dan *post-test* menghasilkan

0,675. Data variabel dapat ditentukan berdistribusi normal karena Sig. (2-ekor)  $0,675 > 0,05$ . Selain uji-t berpasangan, keduanya terdapat nilai sig  $< 0,05$  dan sig yang diketahui (2-tailed) sebesar 0,001. Karena  $0,001 < 0,05$  untuk Sig. (2-ekor). Kesimpulannya hipotesis  $H_a$  diterima sedangkan hipotesis  $H_o$  ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa harga diri siswa kelas VIII MTsN 6 Cianjur dapat dibangkitkan dengan layanan bimbingan kelompok yang menggunakan strategi modeling. Anggapan bahwa “layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling efektif meningkatkan harga diri siswa” diterima berdasarkan temuan penelitian.

Penelitian ini diperkuat oleh peneliti sebelumnya yang dilakukan Desi, Nurhasanah & Nurbaity (2020) Ketika membandingkan data perbandingan sebelum dan sesudah melakukan layanan, terbukti bahwa menggunakan pendekatan pemodelan simbolik dapat secara signifikan meminimalkan perilaku intimidasi di kalangan siswa. Hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis bahwa strategi pemodelan simbolik dapat mengurangi perilaku bullying siswa adalah benar dan berhasil karena ditemukan perbedaan skor perilaku bullying sebelum dan sesudah perlakuan. Oleh karena itu, penggunaan pendekatan pemodelan simbolik telah terbukti mengurangi perilaku intimidasi di kalangan siswa. (Melati et al., 2023)

Selanjutnya penelitian dari KHIKMIYAH, S. A (2022) menyimpulkan bahwa rendahnya harga diri MTs Hidayatul Islam Thanjungharjo dapat dibangkitkan dengan menggunakan strategi self instruction. Layanan bimbingan kelompok dapat membantu membuat proses penerapan strategi pengajaran mandiri berjalan lancar dan menghasilkan efek yang diinginkan bagi harga diri belajar siswa (KHIKMIYAH, n.d.). “Layanan bimbingan kelompok dengan teknik modeling efektif meningkatkan harga diri siswa kelas VIII MTsN 6 Cianjur” merupakan hipotesis yang diterima berdasarkan temuan penelitian. Tujuan penelitian telah tercapai, terbukti dengan relatif tingginya jumlah siswa yang memperoleh manfaat layanan bimbingan kelompok dalam hal harga diri mereka. Tujuan topik ini adalah untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok yang dipadukan dengan pendekatan modeling dapat efektif meningkatkan harga diri siswa kelas VIII MTsN 6 Cianjur.

## SIMPULAN

Harga diri siswa kelas VIII MTsN 6 Cianjur efektif meningkat dengan layanan bimbingan kelompok yang menggunakan taktik modeling. Hasil *pre-test* dan *post-test* yang lebih tinggi, yang menunjukkan peningkatan skor rata-rata sebesar 55, merupakan indikasi dari hal ini. Nilai rata-rata *pre-test*nya adalah 91, dan nilai rata-rata *post-test*nya adalah 136.

## REFERENSI

- Aswad, M. N. H., & Mishbahuddin, A. (2021). Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Bermain Peran Terhadap *Self esteem* Siswa Kelas Xi Ips 4 Sma N 8 Kota Bengkulu. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 206-215.
- Khikmiyah, S. A. (n.d.). *Keefektifan Teknik Self Instruction Dengan Bimbingan Kelompok*. Untuk Meningkatkan *Self esteem* Siswa Mts Hidayatul Islam Tanjungharjo.
- Melati, T., Sobari, T., & Septian, M. R. (2023). Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Untuk Mencegah Perilaku Bullying Peserta Didik Di Sman 1 Sindangkerta. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 6(3), 201–212. <https://doi.org/10.22460/fokus.v6i3.10094>
- Ningrum, D. S. A., & Pratiwi, E. A. (2022). Hubungan Antara Self Concept Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru. *QUANTA: Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, 6(1), 13–17.
- Purwanto, A., & Laras, P. B. (2022). Pengembangan Instrumen Daftar Cek Masalah (DCM) Berbasis Manajemen Resiko. *Journal of Social Work and Empowerment*, 1(2), 35–50. <https://doi.org/10.58982/jswe.v12.152>
- Romlah, Tatiek. 2020. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Rusmana, Nandang. 2009. *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Seikolah (Metode, Teiknik Dan Aplikasi)*. Bandung: Rizqi Press.
- Sugiyono. (2019). *Metode Peneliitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&D dan Penelitian Pendidikan)*. Bandung Alfabeta.
- Wasono, M. P. J. (2019). Peningkatan disiplin berseragam siswa melalui bimbingan kelompok. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 2(1).