

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap insan diciptakan dengan unik karena antara manusia yang satu dengan manusia yang lainnya punya sifat, karakteristik, potensi, juga kemampuan yang berbeda-beda. Seiring bertambahnya usia, semua individu tentunya akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan dalam diri dan dalam hidupnya. Chodijah (2017:31) mengatakan bahwa dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya, manusia akan mengalami suatu interaksi (yang saling memengaruhi) antara kemampuan dasar dengan lingkungan (proses belajar) dan kematangannya. Sebenarnya banyak sekali faktor yang dapat memengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan seorang manusia, tetapi dari sekian banyak faktor itu ada tiga faktor yang sangat dominan, yaitu: pembawaan, lingkungan, dan kematangan.

Manusia merupakan makhluk ciptaan Allah yang amat sempurna dan sebaik-baiknya ciptaan-Nya jika dibandingkan dengan makhluk ciptaan Allah lainnya seperti hewan, tumbuhan, dan juga benda-benda mati. Manusia merupakan ciptaan Allah yang amat sempurna, amat mulia, dan amat indah dari segi bentuk lahir maupun bentuk batinnya. Manusia diciptakan dengan diberikan suatu kelebihan yang tak dimiliki makhluk ciptaan-Nya yang lain yaitu mempunyai akal yang bisa dipakai untuk berfikir juga mampu membedakan yang mana yang benar (haq) ataupun yang tidak benar (bathil). Keadaan tersebut selaras dengan firman Allah yaitu di dalam Qur'an Surat Al-Isra (17) pada ayat 70:

﴿وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ﴾

﴿عَلَىٰ كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا﴾ (الإسراء : ٧٠)

Artinya: Dan sungguh, Kami telah memuliakan anak cucu Adam, dan Kami angkut mereka di darat dan di laut, dan Kami beri mereka rezeki dari yang baik-baik dan Kami lebihkan mereka di atas banyak makhluk yang Kami ciptakan dengan kelebihan yang sempurna (Tasdiqiya Publisher, Al Quran Q.S. Al-Isra/17:70).

Kemudian di dalam Qur'an Surat Ali-Imran (3) ayat 139:

﴿وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمُ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ﴾ (آل عمران : ١٣٩)

Artinya: Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan jangan (pula) bersedih hati, sebab kamu paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang beriman (Tasdiqiya Publisher, Al Quran Q.S. Ali-Imran/3:139).

Kedua ayat di atas menjelaskan bahwa sesungguhnya Allah telah memuliakan manusia karena Allah menciptakan manusia dengan bentuk yang paling tinggi derajatnya, mengistimewakan manusia dengan fisik yang baik, diberikan akal untuk berpikir, diberikan kemampuan untuk berbicara, dan diberikan ilmu pengetahuan. Allah sudah menganugerahkan manusia dengan kelebihan yang sempurna atas makhluk ciptaan-Nya yang lain, maka dari itu manusia seharusnya mensyukuri semua karunia yang telah Allah berikan, tidak malah memandang atau menganggap dirinya penuh dengan kekurangan, tidak punya kelebihan atau keunggulan apapun dalam dirinya, tidak percaya diri, dan merasa rendah diri. Dalam Islam umat muslim dianjurkan agar tidak merasa rendah diri, dan menganjurkan umatnya agar selalu bersikap dan berpikir positif dalam menjalani kehidupan, karena dengan bersikap

dan berpikir positif maka kita akan dapat menerima situasi dan kondisi sesulit apapun dengan lapang dada dan selalu bersikap optimis.

Manusia tentu akan mengalami salah satu tahap didalam kehidupannya yaitu fase remaja. Fase remaja merupakan masa yang berjalan dengan amat pesat dalam pertumbuhan juga perkembangannya yang akan dialami oleh semua individu dalam kehidupannya. Fase remaja ini merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Dalam tahap remaja ini terjadi proses perkembangan dimana terjadi banyak perubahan yang dialami pada diri individu remaja, meliputi perubahan-perubahan yang berhubungan dengan fisik, psikologis, intelektual, sosial, spiritual maupun ekonominya.

Manusia hidup di dunia ini tentunya memiliki identitas dan seharusnya ia dapat mengenali siapa dirinya. Namun tidak sedikit remaja yang kurang mengenal, kurang memahami, kurang mencintai dirinya, dan tidak percaya kepada dirinya sendiri karena ia tidak memiliki kepercayaan diri sehingga ia menganggap bahwa dirinya tidak berharga, tidak memiliki keunggulan, potensi, ataupun kemampuan apapun yang bisa dibanggakan sehingga ia memiliki tingkat *self esteem* yang rendah. Padahal Allah Subhanahu wa ta'ala menganjurkan untuk mengenali dan mencintai diri sendiri dan itu hal yang sangatlah penting.

Dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya, remaja tidak akan terlepas dari berbagai macam persoalan yang datang dalam kehidupannya. Banyak permasalahan yang muncul dan sering dialami pada masa remaja yang sedang labil karena ia mencari identitas atau jati dirinya dan tidak jarang ia tumbuh menjadi insan yang tidak percaya diri, serta merasa rendah diri. Hal itu bisa dipengaruhi oleh

cara pandang yang tidak realistis pada remaja yangmana hal tersebut sering membuat mereka merasa tidak puas dengan dirinya karena ia sering membandingkan keadaannya atau membandingkan dirinya dengan sosok yang ia anggap ideal. Pertumbuhan dan perkembangan yang diaruhi oleh remaja pada masa pencarian identitas dirinya dapat melahirkan permasalahan yang berpangkal kepada *self esteem*nya. Proses pencarian identitas diri ini akan berkaitan langsung dengan *self esteem* karena *self esteem* ialah salah satu di antara beberapa elemen konsep diri yang memiliki pengaruh amat besar serta merupakan keperluan yang mendasar bagi semua insan yang amat kuat serta dapat memberikan andil yang amat penting dalam proses kehidupan yang sangat dibutuhkan untuk perkembangan yang sehat dan normal sesuai dengan tugas perkembangannya sehingga memiliki nilai untuk bertahan hidup.

Jika remaja yang punya tingkat *self esteem* yang baik atau tinggi ia akan menilai hidupnya dengan sudut pandang yang positif, sehingga tumbuh kepercayaan dirinya, maka dalam kehidupan sehari-harinya dan dalam kehidupan bermasyarakatnya pun dapat ia jalani dengan baik dan mudah. Karena ia bisa menempatkan dirinya di tempat yang seharusnya, ia pun mampu menghadapi tantangan yang ada, dan kesehatan mentalnya dapat terjaga dengan baik. Tapi sebaliknya remaja yang punya tingkat *self esteem* yang buruk atau rendah akan selalu menganggap bahwa ia tidak puas dengan dirinya, memperlakukan dirinya dengan buruk, memandang hidupnya sebagai sesuatu hal yang negatif, menganggap ia tak berguna dan tak berharga, tak bisa menghadapi tantangan yang ada, dan kesehatan mentalnya kurang terjaga dengan baik. Pikiran yang seperti itu tentunya

dapat mengganggu pertumbuhan psikologis individu, sebab *self esteem* mempunyai peran yang amat penting dalam memberikan pengaruh positif untuk meningkatkan motivasi diri yang mampu memberikan daya dan kapabilitas untuk reaktualisasi.

Tentunya pemberian bimbingan dan konseling kepada remaja yang sedang mencari jati dirinya dan menghadapi masalah sangatlah penting dan sangat diperlukan, agar mereka memiliki *self esteem* yang baik dan tidak salah arah. Hal ini sejalan dengan MTs. Kifayatul Achyar, khususnya konselor (guru BK dalam hal ini) yang menyadari bahwa *self esteem* yang tinggi atau baik itu sangat penting untuk menunjang kepribadian yang bagus ketika di lingkungan sekolah dan di luar sekolah. MTs. Kifayatul Achyar menganggap sangatlah perlu untuk menyediakan layanan bimbingan dan konseling bagi semua siswanya, baik bagi siswanya yang telah memiliki *self esteem* tinggi maupun kepada siswa yang masih mempunyai *self esteem* yang rendah.

Dari hasil observasi yang dilaksanakan di MTs. Kifayatul Achyar, yang dilaksanakan menggunakan metode wawancara dengan salah satu guru BK di MTs. Kifayatul Achyar yaitu Ibu Ika Sartika Dewi, S.Psi. menunjukkan bahwa ternyata terdapat permasalahan pada siswa kelas VIII mengenai tingkat *self esteem*. Sebab masih ada murid yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang kurang, kurang aktif dalam pembelajaran, kurang mengenali bakat atau potensi yang ada pada dirinya, dan tertutup. Adapun indikatornya antara lain tidak mau bertanya, pasif dalam diskusi, menarik diri dari pergaulan atau senang menyendiri, cenderung menutup diri, pemalu, merasa tidak memiliki bakat atau potensi yang bisa dibanggakan, tidak memahami bahwa dirinya mengalami kesulitan, tidak percaya diri dan takut untuk

bercerita tentang permasalahan yang dialaminya kepada guru BK. Perasaan-perasaan tersebut merupakan perasaan negatif yang dapat mengarahkan diri para siswa kepada pengembangan potensi diri ke arah yang kurang baik, sehingga dapat menghambat siswa dalam proses pendidikan, dan juga bisa berdampak pada kemampuan bersosialisasi di lingkungannya.

Untuk mencegah atau menanggulangi terjadinya permasalahan yang seperti itu pada remaja (siswa kelas VIII MTs. Kifayatul Achyar), maka dibutuhkan bantuan dari orang lain yang lebih ahli dalam bidang permasalahan yang sedang dihadapinya yaitu konselor (guru BK) di MTs. Kifayatul Achyar. Adapun program bimbingan yang dilakukan di MTs. Kifayatul Achyar adalah mengenai bimbingan karir, sosial, bimbingan pribadi, bimbingan sosial, dan bimbingan belajar. Pendekatan yang diberikan dalam membantu siswa adalah melalui proses bimbingan konseling individu, bimbingan konseling kelompok, konseling krisis, serta referal. Salah satu bantuan yang cocok diupayakan diberikan oleh guru BK di MTs. Kifayatul Achyar kepada siswa dalam mengatasi masalah *self esteem* ini yaitu dengan melakukan pendekatan bimbingan konseling individu. Sebab dengan bimbingan konseling individu akan tercipta sebuah kedekatan yang lebih terarah serta dilaksanakan melalui tatap muka langsung atau *face to face* antara konseli dan konselor. Pada proses bimbingan konseling individu yang dilakukan oleh guru BK MTs. Kifayatul Achyar diterapkan juga suatu layanan pendukung yakni *home visit*. Layanan pendukung *home visit* ini adalah satu di antara beberapa layanan pendukung dalam kegiatan bimbingan konseling individu yang dilaksanakan oleh konselor dengan cara mendatangi orang tua di rumah siswa untuk bisa lebih

mengetahui tentang informasi atau fakta-fakta tentang masalah yang sebenarnya terjadi. Sehingga dapat lebih fokus untuk mengidentifikasi dan menyelesaikan masalah yang sedang dialami, dan dapat mengupayakan untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa sehingga ia lebih percaya diri dan mampu mengenali dirinya.

Layanan bimbingan dan konseling individu dalam permasalahan ini lebih efektif digunakan untuk mengatasi masalah yang sedang dirasakan oleh para siswa, karena konseling individu ini hanya melibatkan konselor dan satu orang konseli jadi lebih memberikan kesempatan bagi konseli untuk memperoleh layanan secara tatap muka langsung (perorangan) dengan guru BK (konselor) supaya siswa (konseli) dapat memahami masalah yang tengah dihadapinya, dengan mengarah kepada dikembangkannya persepsi dan sikapnya dalam menghadapi masalahnya, dan juga mengembangkan potesi-potensi yang ia miliki secara optimal dan juga hal-hal positif yang ada dalam dirinya, sehingga konseli dapat memecahkan masalahnya, mencegah masalah yang dihadapinya menjadi lebih besar, dan mencegah masalah baru yang mungkin muncul. Keberhasilan dari layanan ini akan sangat dipengaruhi oleh keterbukaan dari konseli. Pada layanan bimbingan dan konseling individu ini guru BK (konselor) yang harus berperan aktif dalam memaksimalkan proses konseling dengan menggunakan berbagai teknik, pendekatan, serta memperhatikan asas-asas konseling kepada konseli pada saat proses konseling berlangsung.

Dengan demikian, bimbingan dan konseling individu mengenai permasalahan tersebut sangat penting. Karena jika bimbingan dan konseling individu tidak dilakukan terhadap individu yang memiliki masalah dengan *self esteemnya* pada akhirnya keadaan tersebut akan menghasilkan perilaku yang kurang baik atau

bahkan buruk bagi individu tersebut. Maka upaya untuk mengatasi masalah konseli melalui bimbingan dan konseling individu akan mengurangi akibat yang akan ditimbulkan atau dapat mengurangi hambatan dan kerugian yang akan ditimbulkan. Dengan layanan bimbingan dan konseling individu dapat meringankan masalah konseli, mengoptimalkan kapabilitas yang dimiliki konseli, serta memaksimalkan bakat dan potensi yang dimiliki oleh konseli.

Berdasarkan fenomena tersebut peneliti merasa tertarik untuk mengangkat masalah ini, guna melihat seberapa besar bimbingan dan konseling individu berpengaruh terhadap peningkatan *self esteem* pada remaja yaitu siswa kelas VIII MTs. Kifayatul Achyar.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah dipaparkan, maka peneliti membatasi permasalahan dalam penelitian ini yang bisa penulis rumuskan seperti di bawah ini:

Seberapa Besar Pengaruh Bimbingan dan Konseling Individu terhadap Peningkatan *Self Esteem* pada Siswa Kelas VIII di MTs. Kifayatul Achyar?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan adalah hal yang hendak dipecahkan dan diketahui pada sebuah penelitian. Berlandaskan pada perumusan masalah yang akan ditinjau pada penelitian ini, penelitian ini memiliki tujuan yaitu:

Untuk Mengetahui Seberapa Besar Pengaruh Bimbingan dan Konseling Individu terhadap Peningkatan *Self Esteem* pada Siswa Kelas VIII di MTs. Kifayatul Achyar.

D. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoritis

Pada umumnya, hasil dari penelitian ini semoga dapat menjadi rujukan ilmiah untuk ilmu bimbingan dan juga konseling. Serta semoga hasil penelitian ini bisa menambah keilmuan bimbingan dan konseling dengan hasil penelitian tentang pengaruh bimbingan dan konseling individu terhadap peningkatan *self esteem* pada siswa kelas VIII di MTs. Kifayatul Achyar.

2. Kegunaan Praktis

Semoga hasil dari penelitian yang dilakukan ini dapat berguna serta bermanfaat menjadi tambahan dalam rujukan informasi bagi semua pihak yang berperan serta dalam bimbingan konseling individu terhadap peningkatan *self esteem*. Serta bisa menjadi jalan keluar untuk persoalan *self esteem* siswa. Semoga hasil dari penelitian ini juga bisa menjadi bahan untuk pengembangan layanan bimbingan dan konseling serta mempercepat tugas juga kegiatan ketika melayani dan menangani siswa yang memiliki masalah.

E. Kerangka Pemikiran

1. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Halimah Beddu dengan judul *Penerapan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Self Esteem Siswa SMP Negeri 1 Liriaja Kabupaten Soppeng*. Siswa kelas IX SMP Negeri 1 Liriaja Kab. Soppeng menjadi subjek dalam penelitian. Dalam penerapan konseling kelompok sebanyak 8 orang siswa menjadi sampel yang kemudian diberikan sebuah *pretest*. Dalam menentukan sampel peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*. Siswa yang mendapatkan nilai *self esteem* yang rendah

berdasarkan skala *self esteem* yang diberikan kemudian dipilih menjadi sampel dalam penelitian ini. Dari pengolahan data sebelumnya ketika awal belum adanya penerapan konseling kelompok (*pretest*) memperlihatkan tingkat *self esteem* responden siswa SMP Negeri 1 Liriaja yang berada dalam kategori sangat tidak ada 8 orang dengan persentasi (100%) itu sesuai dengan nilai rata-rata skor yang diperoleh sebesar 17,12 nilai rata-rata tersebut berada antara 0-24 yang berarti dalam kelompok tidak. Hal tersebut menunjukkan bahwa tingkat *self esteem* siswa SMP Negeri 1 Liriaja berada dalam tingkatan yang rendah. Namun, ketika sudah diterapkan konseling kelompok (*posttest*) yang dilakukan sejumlah 4 kali, level *self esteem* siswa SMP Negeri 1 Liriaja itu meningkat. Peningkatan tersebut dapat diamati dari level *self esteem* sebanyak 8 responden yang berada dalam kelompok ya yaitu (100%) juga sudah tidak ada responden yang berada dalam kelompok tidak. Sesuai dengan nilai rata-rata skor yang didapatkan sebanyak 31,37 artinya nilai rata-rata tersebut berada pada rentang 25-50 yang berarti dalam kategori tinggi. Analisis datanya menggunakan uji normalitas data, uji homogenitas data, serta uji hipotesis. Pasca dilaksanakannya bimbingan kelompok tingkat *self esteem* responden didapati adanya perubahan *self esteem* responden yang meningkat yakni perubahan yang semula responden memiliki *self esteem* rendah berubah menjadi memiliki kategori *self esteem* tinggi.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Asyharika dengan judul *Peningkatan Harga Diri (Self Esteem) Dengan Layanan Konseling Kelompok Pada Siswa Kelas VIII Di SMP Negeri 26 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2015/2016*. Siswa

kelas VIII SMP Negeri 26 Bandar Lampung. Dalam penelitian ini, peneliti menentukan 10 siswa untuk dijadikan subjek yang ditentukan dengan metode *purposive sampling* dan menggunakan perlakuan dengan konseling kelompok dan pendekatan *pretest* dan *posttest*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji *Wilcoxon Match Pairs Test*. Dari hasil penelitian tersebut bisa disimpulkan jika *self esteem* siswa dapat ditingkatkan dengan bantuan konseling kelompok. Hasil *post-test* dan perubahan perilaku 10 responden menunjukkan ketika belum diberi perlakuan mereka memiliki *self esteem* yang rendah, tetapi ketika seluruh subyek tersebut *self esteemnya* mengalami peningkatan setelah responden diberi *treatment* melalui konseling kelompok.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Vica Salthinatin Udhma dengan judul *Bimbingan dan Konseling Islam Untuk Meningkatkan Harga Diri (Self Esteem) Muallaf di Lingkungan Pondok Sosial (LIPONSOS) Sidokare Sidoarjo*. Hanifa Anjani (konseli) yang menjadi subjek dalam penelitian ini. Peneliti melakukan wawancara dan observasi langsung pada Hanifa Anjani. Pada penelitian ini, teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara, dan juga mendokumentasikan sebagai penguat dari data tertulis. Sebagai hasil dari proses konseling yang dilakukan, terjadi perubahan *self esteemnya* yang ia didapati ada perubahan terhadap peningkatan *self esteem* konseli yang lebih terbuka dengan dirinya, berani mengambil keputusan sendiri, dia sudah tidak khawatir, percaya jika ia bisa melalui semangat yang ditumbuhkan dengan rasa percaya diri, wajahnya terlihat berseri-seri, dan orang tersebut yakin bahwa dirinya muslim.

F. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini berdasarkan dari pemaparan yang telah dipaparkan di atas adalah:

H₀: Tidak terdapat pengaruh signifikan bimbingan dan konseling individu terhadap peningkatan *self esteem* pada remaja siswa kelas VIII MTs. Kifayatul Achyar.

H₁: Terdapat pengaruh signifikan bimbingan dan konseling individu terhadap peningkatan *self esteem* pada remaja siswa kelas VIII MTs. Kifayatul Achyar.

G. Langkah-Langkah Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di MTs. Kifayatul Achyar, yang terletak di Jalan Raya A.H. Nasution KM. 13,7 Nomor 495 RT 02/05 Desa Cipadung, Kecamatan Cibiru, Kota Bandung Kode Pos 40610.

2. Paradigma dan Pendekatan

Dalam penelitian ini menggunakan paradigma yang sederhana yaitu terdiri dari satu variabel independen (X) dan satu variabel dependen (Y). Menurut Priyono (2008:58) dalam penelitian kuantitatif variabelnya bisa dikhususkan menjadi dua, yakni *independent variable* (variabel bebas) dan *dependent variable* (variabel terikat). *Independent variable* (variabel bebas) merupakan sebuah variabel yang mendahului variabel dependen. Kehadiran variabel-variabel tersebut pada penelitian kuantitatif merupakan variabel yang menjelaskan fokus penelitian. Sedangkan, variabel terikat (dependen) adalah variabel yang mendapat pengaruh dari variabel bebas (independen). Kehadiran variabel ini sebagai variabel yang dijelaskan dalam fokus penelitian.

Adapun pendekatan pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Dinamakan metode kuantitatif sebab data penelitian berbentuk bilangan-bilangan dan statistik digunakan dalam analisisnya. Metode ini juga dinamakan dengan metode tradisional, positivis, saintifik, serta metode penemuan (*discovery*). Metode kuantitatif disebut sebagai metode tradisional sebab sudah lama dipakai sehingga menjadi tradisi sebagai metode yang dipakai dalam suatu penelitian. Metode ini dinamakan sebagai metode positivis sebab didasarkan kepada prinsip positivisme. Metode ini dinamakan metode saintifik sebab metode ini sesuai dengan prinsip-prinsip ilmiah yakni faktual, terukur, konkret, rasional, empirik, dan sistematis. Metode ini dinamakan juga metode penemuan (*discovery*) sebab dimungkinkan untuk menemukan dan mengembangkan banyak ilmu pengetahuan dan teknologi baru melalui metode ini (Siyoto dan Sodik,2015:18). Apabila disajikan dalam bentuk bagan, maka dapat disajikan seperti pada bagan di bawah ini:

Bagan 1.1 Paradigma dan Pendekatan



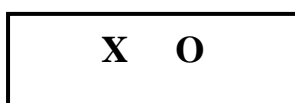
Dari bagan di atas bisa diinterpretasikan bahwa bagaimana pengaruh antara variabel independen yaitu bimbingan dan konseling individu (X) terhadap variabel dependen yaitu peningkatan *self esteem* (Y). Penelitian ini dilaksanakan terhadap siswa kelas VIII MTs. Kifayatul Achyar.

3. Metode Penelitian

Metode (*methods*) ialah kaidah-kaidah yang digunakan ketika melaksanakan penelitian, yang berkaitan dengan bahan, instrumen, alur penelitian, variabel penelitian dan analisis hasil (Hardani dkk,2020:241-242). Adapun penelitian menurut Kurniawan dan Puspitaningtyas (2016, dalam Hardani dkk,2020:236) adalah sebuah upaya untuk memecahkan masalah serta menjawab pertanyaan yang ada. Jadi, metode penelitian adalah kaidah ilmiah yang digunakan guna mengumpulkan informasi atau data sedemikian rupa, dengan tujuan serta kegunaan tertentu. Metode penelitian pada dasarnya menggambarkan kaidah yang menggambarkan alat (*tool*) untuk meraih sebuah tujuan. Kaidah yang digunakan dalam penelitian tidak kaku serta bervariasi sesuai dengan objek formal ilmu pengetahuan, maksud dan bentuk informasi yang ingin diungkapkan (Hardani dkk,2020:242-243).

Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini yaitu *Pre-Experimental Design*, desain ini bukanlah eksperimen yang sesungguhnya karena tetap ada variabel luar yang ikut memengaruhi terhadap pembentukan variabel dependen. Sehingga, produk eksperimen variabel dependen tidak saja dipengaruhi atas variabel independen saja (Sugiyono,2015:109).

Bentuk desainnya adalah *One Shot Case Study*. Paradigma pada penelitian tipe ini bisa disajikan sebagai berikut:



X = perlakuan yang diberikan (variabel bebas)

O = observasi (variabel terikat)

Paradigma di atas bisa diinterpretasikan seperti ini: ada sebuah kelompok yang diberikan perlakuan, kemudian hasilnya diamati. Perlakuan merupakan variabel bebas (independen), dan hasilnya merupakan variabel terikat (dependen) (Sugiyono,2015:110).

4. Jenis Data dan Sumber Data

a. Jenis Data

Dalam penelitian ini penulis menggunakan data kuantitatif. Data kuantitatif adalah jenis data yang dapat dihitung serta diukur langsung, berupa informasi dan penjelasan yang dinyatakan dalam bentuk bilangan atau dalam bentuk angka (Sugiyono,2010:15).

Adapun data yang ingin dikumpulkan pada penelitian ini yaitu:

Pengaruh bimbingan dan konseling individu terhadap peningkatan *self esteem* pada remaja (siswa kelas VIII di MTs. Kifayatul Achyar).

b. Sumber Data

1) Sumber Data Primer

Pengertian data primer pada sebuah penelitian adalah sumber data yang dikumpulkan atau didapatkan secara langsung dari sumber data atau objek penelitian oleh peneliti. Data primer pun dikenal sebagai data baru atau data asli yang bersifat terkini (*up to date*). Untuk memperoleh data primer, data tersebut harus dikumpulkan secara langsung oleh peneliti. Teknik yang dapat peneliti gunakan untuk memperoleh data primer diantaranya observasi, wawancara, diskusi terfokus (*focus grup discussion*-FGD), serta menyebarkan angket atau kuesioner (Siyoto dan Sodik,2015:67).

Nasrudin (2022, diakses dari <https://cerdasco.com/penelitian-primer/>, diakses pada 31 Agustus 2022 pada pukul 11:52 wib) mengemukakan kelebihan dari sumber data primer adalah sebagai berikut:

- a) *Up to date* sebab informasi dikumpulkan pada saat peneliti membutuhkannya.
- b) Peneliti mengumpulkan data hanya sesuai dengan tujuan dan pertanyaan yang ingin dijawab, sehingga lebih relevan.
- c) Rahasia karena hanya peneliti yang memiliki akses terhadap data.
- d) Meskipun lebih terukur, bias juga dapat terjadi dalam penelitian primer, tetapi beberapa diantaranya masih berada di bawah kendali peneliti.

Sedangkan kekurangan dari data primer yaitu:

- a) Mahal sebab peneliti perlu mengeluarkan biaya yang lebih banyak untuk memperoleh data.
- b) Memakan waktu karena membutuhkan waktu beberapa hari untuk survei dan wawancara. Sesudah mendapatkan data, peneliti perlu memasukkan data, kemudian menyimpannya di suatu database.
- c) Karena data primer hanya berisi topik yang diteliti, sehingga hal itu menyebabkan keberagamannya lebih kecil.
- d) Kesalahan pengambilan sampel dapat menyebabkan sampel yang tidak valid. Walaupun tak terdapat masalah pada jawaban responden atau kuesionernya, tetapi sampel yang tidak representatif menyebabkan pada kesimpulan yang bias.

Dalam penelitian ini sumber data primer diperoleh langsung dari siswa kelas VIII MTs. Kifayatul Achyar yang menjadi sampel penelitian.

5. Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi merupakan suatu domain yang digeneralisasi atau keseluruhan yang terdiri dari obyek dan juga subyek yang memiliki sifat dan ciri tertentu dalam suatu penelitian yang peneliti tentukan, lalu diambil kesimpulan (Sugiyono,2010:115). Peneliti dapat menyimpulkan bahwa populasi dalam penelitian ini yang menjadi subyek penelitiannya adalah siswa, dari remaja yang menjadi obyek penelitiannya. Siswa kelas VIII MTs. Kifayatul Achyar yang berjumlah 105 siswa adalah sebagai populasi dalam penelitian ini.

b. Sampel

Sampel merupakan elemen dari ciri dan jumlah suatu populasi. Menurut Sugiyono (2010:116) teknik pengambilan sampelnya adalah, jika jumlah subjek kurang dari 100, maka lebih bagus jika dilakukan penelitian populasi sehingga subjeknya diambil semua, namun apabila jumlah subjeknya banyak, maka 10 hingga 15% atau 20 hingga 25% atau lebih, yang diambil.

Teknik *sampling* dapat dikelompokkan menjadi 2 macam yaitu *non probability sampling* serta *probability sampling*. Pemilihan sampel pada penelitian ini memakai teknik *probability sampling* dengan metode *simple random sampling*. Teknik penarikan *probability sampling* merupakan suatu teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama kepada semua unsur (bagian) populasi bisa dipilih sebagai bagian dari sampel (Siyoto dan Sodik,2015:65). Dengan tingkat peluang tersebut, hasil penelitiannya bisa dipakai untuk menerka ukuran populasi (Priyono,2008:106). Artinya semua elemen ditentukan secara independen dari tiap

elemen lainnya (Hardani dkk,2020:365). Sedangkan dikatakan sederhana (*simple*) untuk metode *simple random sampling* sebab pengumpulan sampelnya dipilih secara acak untuk anggota populasinya, terlepas dari tingkat populasi. Metode ini dapat dilaksanakan jika bagian dari populasinya dipandang homogen (Siyoto dan Sodik,2015:65).

Jumlah subyek dalam penelitian ini adalah 105. Dikarenakan total subjek yang akan diteliti 100 lebih, akan diambil 25% dari total populasi pada penelitian ini. Maka 26 siswa akan menjadi sampel dalam penelitian ini.

6. Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini metode pengumpulan datanya memakai metode antara lain:

a. Metode Observasi

Observasi dibutuhkan pada penelitian sebagai rangkaian pra penelitian. Metode ini merupakan teknik evaluasi penelitian yang paling umum digunakan. Umumnya digunakan untuk menilai aspek kognitif dan non kognitif responden, dan digunakan untuk menilai kinerja, minat, nilai terhadap masalah, sikap, dan kondisi responden. Teknik observasi ini digunakan untuk mengevaluasi dampak beberapa variabel terhadap variabel lain yang dikerjakan bersandar pada ketentuan penelitian (Hardani dkk,2020:411).

Sugiyono (2013:145) mengemukakan pengertian *observasi* ialah sebuah mode yang pelik, yang terdiri dari beberapa mode biologis dan psikologis. Dua yang paling penting yaitu mode persepsi dan memori.

Teknik observasi tersebut dilaksanakan guna melihat gambaran siswa yang mengikuti bimbingan dan konseling individu. Teknik observasi merupakan suatu

tindakan dari berbagai proses pembelajaran yang berupa pengamatan perilaku siswa, hubungan antar siswa dengan siswa dan juga pengamatan perilaku siswa, dan hubungan antar siswa dengan guru, dan juga dengan siswa lainnya.

Data hasil observasi yang telah didapatkan selama penelitian dari tanggal 1 Agustus 2022 sampai tanggal 6 September 2022 kemudian didokumentasikan menjadi berupa catatan, tulisan, gambar, foto, dan lain sebagainya, kemudian data-data tersebut akan ditelaah dan dianalisa.

b. Wawancara

Wawancara merupakan suatu sesi tanya jawab secara lisan yang dilakukan antara dua orang atau lebih, secara tatap muka ataupun pembicaraan, dengan tujuan tertentu. Pembicaraan dilaksanakan dengan dua pihak, yakni pewawancara (*interviewer*) yang menyajikan pertanyaan, serta yang diwawancarai (*interviewee*) yang menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pewawancara. Lincoln dan Guba (1988, dalam Hardani dkk,2020:137-138), mengemukakan bahwa tujuan melakukan wawancara ini ialah: untuk membangun terkait peristiwa, aktivitas, orang, organisasi, emosi, motivasi, kebutuhan, perhatian, dan lain sebagainya.

Dalam penelitian ini peneliti melakukan wawancara kepada guru BK MTs. Kifayatul Achyar yaitu Ika Sartika Dewi, S.Psi. guna memperoleh informasi serta data secara langsung dan juga rinci mengenai masalah yang diteliti yaitu terkait dengan pengaruh bimbingan dan konseling individu terhadap peningkatan *self esteem* pada remaja.

Data hasil wawancara yang telah didapatkan selama penelitian dari tanggal 1 Agustus 2022 sampai tanggal 6 September 2022 kemudian didokumentasikan

menjadi berupa catatan, tulisan, gambar, foto, dan lain sebagainya, kemudian data-data tersebut akan ditelaah dan dianalisa.

c. Instrumen Penelitian

Menurut Ibnu Hadjar (dalam Hardani dkk,2020:384) instrumen penelitian adalah suatu perangkat ukur yang dapat dipakai dalam memperoleh informasi kuantitatif secara objektif mengenai variasi ciri-ciri variabel. Dalam penelitian ini alat yang dipakai adalah angket atau kuesioner. Angket atau kuesioner sering memakai skala penilaian dan daftar periksa (*checklist*). Alat ini mempermudah dan membantu mengukur sikap dan tingkah laku responden. Daftar periksa (*checklist*) yaitu daftar sifat, perilaku, ataupun substansi lain yang ditelusuri oleh peneliti (Hardani dkk,2020:406).

Angket atau kuesioner terdapat dua jenis yakni kuesioner terbuka atau terstruktur serta kuesioner berstruktur atau bentuk tertutup. Kuesioner tertutup berisikan pertanyaan yang disertai dengan pilihan jawaban. Kuesioner terbuka berisi pertanyaan yang tidak disertai dengan jawaban. Dalam kuesioner tertutup, ada sebuah alternatif jawaban yang mengacu kepada skala *Likert*. Skala *Likert* ini mencakup serangkaian pernyataan tentang sikap responden terhadap objek yang akan diteliti (Hardani dkk,2020:390). Sementara itu Sugiyono (2012:93, dalam anotherorion,2022 diakses dari <https://anotherorion.com/pengertian-skala-likert-dan-kelebihannya/>, pada 31 Agustus 2022 pukul 19:21 wib) menyatakan bahwa skala *Likert* merupakan parameter yang dipakai dalam mengukur sikap, pendapat dan persepsi individu atau sekelompok orang terkait fenomena sosial. Bagi masing-masing pilihan jawaban nantinya akan diberikan poin, oleh karena itu responden

diharuskan untuk menjelaskan, mendukung sebuah pernyataan atau tidak mendukung sebuah pernyataan. Skala *likert* bisa dibuat dengan menggunakan paling sedikit 3 kolom persetujuan untuk responden, yakni tidak setuju, netral dan setuju. Namun skala *likert* yang paling banyak digunakan yaitu skala *likert* yang menggunakan 4 atau 5 pilihan jawaban. Pemberian skor yang digunakan dalam angket menggunakan *checklist* dengan penilaian skala *likert* sebagai berikut:

Tabel 1.1 Skor Kuesioner Skala *Likert*

| Alternatif Jawaban | Skor Pernyataan | |
|--------------------------|-----------------|---------|
| | Positif | Negatif |
| SS: Sangat Setuju | 4 | 1 |
| S: Setuju | 3 | 2 |
| TS: Tidak Setuju | 2 | 3 |
| STS: Sangat Tidak Setuju | 1 | 4 |

7. Validitas dan Reliabilitas

a. Validitas

Validitas menjadi sebuah hal yang sangat penting, karena validitas menjamin keabsahan pengukuran dari skala yang ditentukan dari variabel-variabel yang dipakai dalam menentukan hubungan fenomena atau suatu kejadian (Hardani dkk, 2020:393).

Menurut Sugiyono (2016:177) validitas adalah derajat ketepatan antara data yang akan terjadi pada objek dengan data yang dikumpulkan oleh peneliti untuk mencari validitas sebuah item, kita mengkorelasikan skor item dengan total item-

item tersebut. Jika koefisien antara item dengan total item sama atau diatas $\geq 0,3$ maka item tersebut dapat dinyatakan valid, akan tetapi jika nilai korelasinya dibawah $\leq 0,3$ maka item tersebut dinyatakan tidak valid. Syarat minimum suatu butir instrumen untuk dianggap valid adalah nilai indeks validitasnya $\geq 0,3$ (Sugiyono,2016:179). Oleh karena itu, semua pernyataan yang memiliki tingkat korelasi dibawah $\leq 0,3$ harus diperbaiki karena dianggap tidak valid.

Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan *software* IBM SPSS *Statistic* versi 24 *for Windows* dan *Microsoft Excel* sebagai bantuan dalam melakukan analisis data. Dengan menggunakan perhitungan koefisiensi korelasi *product moment* dari *Karl Pearson* (Hastuty,2010:39, dalam Putri,2013:66), sebagai berikut,

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

Keterangan:

r_{xy} : Koefisien korelasi antara variabel X dan variabel Y

N : Jumlah responden

$\sum X$: Jumlah jawaban item

$\sum Y$: Jumlah item keseluruhan

Hasil dari r_{xy} tersebut kemudian didistribusikan ke dalam rumus uji r yaitu harga $r_{hitung} > r_{tabel}$ berdasarkan taraf uji signifikan yaitu 0,05. Jika hasil yang

diperoleh adalah $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka instrumen itu dikatakan valid, tapi ketika sebaliknya lalu instrumen itu dikatakan tidak valid (Putri,2013:68).

b. Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan suatu alat untuk mengukur sebuah kuesioner dari sebuah indikator. Reliabilitas suatu skala diartikan sejauh mana proses pengukuran itu bebas dari suatu kesalahan (*error*) (Hardani dkk,2020:393). Uji reliabilitas ini bertujuan untuk menguji ketetapan alat dalam mengukur sesuatu yang diukur (Putri, 2013:71).

Program IBM SPSS (*Statistical Package for Social Science*) 24 dan *Microsoft Excel* digunakan sebagai bantuan dalam melakukan penghitungan dan analisis data dengan menggunakan rumus *Cronbach Alpha* dalam uji reliabilitas. Untuk mencari nilai reliabilitas dari kuisisioner/angket dalam penelitian ini, maka penulis menggunakan kriteria yang mengacu pada pendapat Guilford (1956:145, dalam Septani,2019:194) sebagai berikut:

Tabel 1.2 Kriteria Penilaian Reliabilitas

| Kriteria Reliabilitas | |
|------------------------------|----------------------------|
| -1,00 – 0,19 | Reliabilitas Sangat Rendah |
| 0,20 – 0,39 | Reliabilitas Rendah |
| 0,40 – 0,59 | Reliabilitas Sedang |
| 0,60 – 0,79 | Reliabilitas Tinggi |
| 0,80 – 1,00 | Reliabilitas Sangat Tinggi |

Untuk mendapatkan data reliabilitas instrumen dengan menggunakan rumus:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k+1} \right) \left(1 - \frac{\Sigma \sigma^2}{\Sigma \sigma^2_1} \right)$$

Keterangan:

r_{11} = Reliabilitas instrumen (*Cronbach's Alpha*)

k = Banyaknya butir instrumen

$\Sigma \sigma^2$ = Jumlah varians butir

$\Sigma \sigma^2_1$ = Varians jumlah

Menurut Sekaran (dalam Kusnedi, 2008:95) untuk dapat mencari nilai reliabilitas, sebuah instrumen penelitian dikatakan realibilitas dan dapat memadai apabila nilai *Cronbach Alphanya* sama dengan 0,05 atau lebih besar dari 0,05 atau bisa didefinisikan menggunakan formula berikut,

$$\text{Uji Reliabilitas} = \alpha \geq 0,05$$

8. Teknik Analisis Data

Kata *analysis* berasal dari Bahasa Greek (Yunani), terdiri dari kata “*ana*” dan “*lysis*”. *Ana* artinya atas (*above*), *lysis* artinya memecahkan atau menghancurkan (Siyoto dan Sodik, 2015:109). Dalam menjawab perumusan masalah dan hipotesis yang sudah diuraikan sebelumnya yakni bagaimana pengaruh bimbingan dan konseling individu terhadap peningkatan *self esteem* pada remaja, maka analisis data digunakan. Dalam menjawab hipotesis dan rumusan masalah diatas, teknik statistik pada penelitian ini menggunakan analisis regresi sederhana atau teknik regresi tunggal, karena untuk menentukan suatu pengaruh dari variabel bebas (independen) terhadap variabel yang terikat (dependen) dan analisis jalur.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas ini digunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Priyatno (2009, dalam Amaliah,2017:14) berpendapat bahwa data dinyatakan normal apabila signifikansinya lebih besar dari 0,05. Data yang berdistribusi normal dapat memperkecil kemungkinan untuk terjadinya bias atau terjadinya penyimpangan.

Noor (2011:178, dalam Putri,2013:74-75) mengatakan untuk mengetahui signifikan atau tidak hasil dari uji normalitas yaitu dengan cara memerhatikan bilangan pada kolom (hasil pengolahan SPSS) signifikansi (Sig.) untuk menetapkan kenormalan, terdapat kriteria yang berlaku yaitu:

- 1) Tetapkan taraf signifikansi uji misal $\alpha = 0.05$.
- 2) Bandingkan p (signifikansi) dengan taraf signifikansi yang diperoleh.
- 3) Jika signifikansi yang diperoleh $>\alpha$, maka sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal.
- 4) Jika signifikansi yang diperoleh $< \alpha$, maka sampel bukan berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

Untuk menguji normalitas data yang didapatkan di dalam penelitian ini maka dipergunakan uji normalitas *Kolmogorov Smirnov*, memakai bantuan *software IBM SPSS Statistic* versi 24. Untuk dapat mengetahui apakah penelitian yang dilakukan ini termasuk kedalam skala normal atau tidak, maka dilakukan uji normalitas ini.

b. Uji Linearitas

Tujuan dari uji linearitas adalah guna memperlihatkan bahwa data-data yang sudah diperoleh dari data sampel berupa garis lurus. Untuk kriteria uji linearitas yakni sebuah kelinearan angka yang signifikan itu kurang dari 0,05. Uji linearitas antara variabel independen (X) dan variabel dependen (Y) dapat dipakai untuk menguji linearitas dengan menggunakan regresi pada model yang diuji. Adapun metode pengujian linearitas yang dipakai pada penelitian ini menggunakan IBM SPSS versi 24 dan *Microsoft Excel* untuk membantu dalam melakukan analisis data. Kriteria yang bisa diterapkan jika nilai probabilitasnya lebih besar dari 0,05 maka dianggap linear, dan sebaliknya jika nilai probabilitasnya lebih kecil dari 0,05 maka dianggap tidak linear.

c. Uji Regresi Linear Sederhana

Untuk dapat melihat berapa besar pengaruh bimbingan dan konseling individu (X) terhadap peningkatan *self esteem* (Y) maka uji regresi linear sederhana ini digunakan. Dengan rumus:

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y : Variabel dependen

a : Konstanta

b : Koefisien regresi

X : Variabel independen

Dalam mengetahui nilai a dan b bisa dicari dengan memakai rumus:

$$a = \frac{(\Sigma y)(\Sigma x^2) - (\Sigma x)(\Sigma xy)}{n(\Sigma x^2) - (\Sigma x)^2}$$

$$b = \frac{n(\Sigma xy) - (\Sigma x)(\Sigma y)}{n(\Sigma x^2) - (\Sigma x)^2}$$

d. Uji Koefisien Determinasi

Uji koefisien determinasi ini dipakai dalam mencari seberapa besar kontribusi pengaruh variabel (X) bimbingan dan konseling individu terhadap variabel (Y) peningkatan *self esteem*. Koefisien determinasi dapat dihitung dengan rumus:

$$Kd = R^2 \times 100\%$$

Keterangan:

Kd : Koefisien Determinasi

R^2 : Koefisien Korelasi

Kriteria untuk menganalisis koefisien determinasi ini yaitu apabila *kd* mendeteksi 0 maka dapat dikatakan pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen lemah, sebaliknya apabila *kd* mendeteksi 1 maka dapat dikatakan bahwa pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen kuat.

e. Uji Hipotesis

Untuk menentukan pengaruh bimbingan dan konseling individu terhadap peningkatan *self esteem* pada remaja, dalam penelitian ini dapat dilihat dari besar hasil regresi koefisien determinasi (P_v). Dengan hipotesis sebagai berikut:

H_0 : Tidak terdapat pengaruh signifikan bimbingan dan konseling individu terhadap peningkatan *self esteem*.

H_1 : Terdapat pengaruh signifikan bimbingan dan konseling individu terhadap peningkatan *self esteem*.

Pasangan H_0 dan H_1 yang sudah dirumuskan, maka dapat ditulis dalam bentuk sebagai berikut:

H_0 diterima jika $t_{hitung} < t_{tabel}$

H_1 diterima jika $t_{hitung} > t_{tabel}$

