

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK  
BERMAIN PERAN TERHADAP *SELF ESTEEM* SISWA KELAS XI IPS 4  
SMA N 8 KOTA BENGKULU**

M. Nur Hajarul Aswad, Arsyadani Mishbahuddin  
Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Bengkulu  
[Nurhajarul161195@gmail.com](mailto:Nurhajarul161195@gmail.com), [arsyadani@unib.ac.id](mailto:arsyadani@unib.ac.id)

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik bermain peran terhadap *self esteem* siswa. Penelitian ini merupakan penelitian pre eksperimen dengan desain *one group pre test post test*. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *purposive sampling*, dengan jumlah sampel penelitian ini adalah 6 orang siswa. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan *self esteem* siswa setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik bermain peran dengan hasil uji t -14.223, nilai sig sebesar 0.000 ( $<0.05$ ) maka  $H_0$  ditolak. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik bermain peran terhadap *self esteem* siswa.

**Kata kunci :** *Layanan Konseling kelompok, Teknik Bermain Peran, Self Esteem siswa.*

**EFFECT OF GROUP COUNSELING SERVICES WITH ROLE PLAY  
TECHNIQUE ON SELF ESTEEM STUDENTS OF CLASS XI IPS 4  
STATE SENIOR HIGH SCHOOL 8  
BENGKULU CITY**

**ABSTRACT**

This study aims to describe the effect of group counseling services with the game play technique on students' self-esteem. This research is a pre-experimental study with one group pre test post test design. The sampling technique used in this study was purposive sampling, with the number of samples of this study were 6 students. The results showed an increase in students' self-esteem after being provided with group counseling services with role playing techniques with the t-test result of -14.223, the sig value was 0.000 ( $<0.05$ )  $H_0$  rejected. It can be concluded that there is an effect of group counseling services with role playing techniques on students' self-esteem.

**Keywords:** *Group Counseling Services, Role Playing Techniques, Self Esteem students.*

## PENDAHULUAN

Sekolah memiliki peran penting dalam upaya membangun kualitas sumber daya manusia melalui proses belajar mengajar. Pada keseluruhan proses pendidikan di sekolah, proses belajar mengajar merupakan kegiatan yang paling pokok yang harus dilaksanakan. Berhasil tidaknya tujuan pendidikan sangatlah bergantung kepada proses belajar mengajar yang dilakukan. Pemahaman dasar tentang pertumbuhan dan perkembangan peserta didik diperlukan oleh guru untuk mengembangkan basis pengetahuan, keterampilan, dan sikap mereka sesuai dengan tahap kehidupannya (Danim 2014:11).

Para guru dalam menjalankan proses belajar mengajar terkadang hanya fokus kepada materi-materi pelajaran yang diajarkannya sehingga mengabaikan fungsi bimbingan yang seharusnya dilakukan. Tidak mengherankan jika dewasa ini banyak sekali permasalahan peserta didik yang sangat kompleks di luar permasalahan kecerdasan intelektual. Penggunaan sistem hukuman pun masih kerap dilakukan terhadap siswa yang mengakibatkan melemahnya harga diri (*self esteem*) siswa tersebut dan membuat siswa terkadang merasa rendah diri dan tidak berdaya.

Menurut Santrock (2009:127) harga diri (*self esteem*) merujuk pada pandangan individu tentang dirinya sendiri. Harga diri juga disebut sebagai nilai diri (*self worth*) atau citra diri (*self image*). Harga diri yang rendah pada siswa datang dari berbagai faktor dan mempengaruhi proses kognitif dalam pembelajaran di sekolah. Menurut Battle (dalam Refnaldi 2018 :18) bahwa yang termasuk komponen *self-esteem* terdiri atas tiga, yaitu: *a.general self-esteem, b.social self-esteem, c.personal self-esteem*. *General self-esteem* mengacu pada perasaan keseluruhan seseorang terhadap *self worth* (Refnaldi 2018:18).

Penerapan layanan konseling kelompok teknik bermain peran dirasa cocok dalam upaya membantu mengentaskan persoalan *self esteem*. Salah satu hal yang membedakan bermain peran dengan pendekatan yang bersifat instruksional adalah adanya unsur drama. Anggota kelompok tidak hanya berdiskusi ataupun membicarakan masalahnya di kelompok, tetapi mereka juga menindaki apa yang dipermasalahkan tersebut. Mereka dapat mengungkapkannya dalam suatu drama disutradarai oleh pemimpin kelompok (Prawitasari

2011:165). Menurut Uljannah (2018:30) fungsi bermain peran yaitu untuk melatih peserta didik melakukan berbagai peran yang ada didalam kehidupan nyata.

Persoalan harga diri yang terjadi tidak dapat terselesaikan hanya dengan layanan-layanan yang bersifat prefentif dan informatif, maka dari itu layanan konseling kelompok diperlukan dalam upaya pengentasan permasalahan harga diri siswa. Layanan konseling kelompok pada praktiknya di tingkat sekolah formal terutama SMA sederajat jarang dilakukan oleh guru BK dan tak ayal layanan konseling kelompok itu sendiri masih terdengar agak asing bagi siswa.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan di SMA Negeri 8 Kota Bengkulu pada 2019 lalu, bahwa kondisi *self esteem* siswa di SMA Negeri 8 Kota Bengkulu masih dalam kategori sedang dan rendah. Masih terdapat siswa-siswa yang merasa minder, merendahkan kemampuan dan bakat yang dimilikinya. Beberapa siswa juga masih saja melalaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru. Selain hal itu juga terdapat siswa-siswa yang masih mudah terpengaruh oleh perilaku buruk temannya.

Layanan konseling kelompok perlu dilakukan dalam upaya pengentasan permasalahan *self esteem* siswa. Penerapan teknik bermain peran dalam layanan konseling kelompok dapat membantu dalam upaya peningkatan *self esteem* siswa. Hal tersebut yang melatar belakangi penulis untuk mengangkat judul **“Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Bermain Peran Terhadap *Self Esteem* Siswa Kelas XI IPS 4 SMA Negeri 8 Kota Bengkulu”**.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini termasuk ke dalam penelitian deskriptif kuantitatif, yaitu mendeskripsikan bagaimana pengaruh layanan konseling kelompok teknik bermain peran terhadap *self esteem* yang disajikan dalam bentuk data statistik. Penelitian ini termasuk ke dalam penelitian eksperimen. Menurut Sugiyono (dalam Susanti 2015:101), Metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang dikendalikan. Desain penelitian ini adalah *pre-eksperimental design one group pretest-posttest*. Populasi yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 28 orang siswa kelas XI IPS 4 SMA N 8 Kota

Bengkulu. Selanjutnya, dari 28 orang siswa tersebut, dipilih 6 orang yang akan dijadikan sampel penelitian. Pada pengambilan sampel penelitian, yang menjadi tolok ukur data adalah nilai dari hasil pengisian angket yang dilakukan kepada siswa kelas XI IPS 4 tersebut. Siswa-siswa yang memiliki skor *self esteem* sedang dan rendah yang akan menjadi fokus penelitian.

Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* ini adalah teknik penentuan sampel penelitian dengan pertimbangan-pertimbangan tertentu, dengan cara peneliti memilih subjek sebagai sampel yang benar-benar memenuhi kriteria yang sesuai dengan masalah penelitian. Pada hal ini pertimbangannya adalah siswa dan siswi yang memiliki *self esteem* yang rendah dan sedang. Sampel pada penelitian ini adalah 6 orang siswa kelas XI IPS 4 SMA N 8 Kota Bengkulu dengan tingkat *self esteem* rendah dan sedang yang diperoleh dari hasil pengisian angket *self esteem*.

Angket yang digunakan peneliti dalam hal ini yaitu angket skala, yang mana memiliki 5 kriteria dalam angket tersebut, yaitu: sangat sesuai (SS), sesuai (S), ragu-ragu (RR), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Pengambilan angket ini berisikan kisi-kisi *self esteem* yang diambil dari komponen *self esteem*, komponen *self esteem* terdiri atas tiga yaitu: (1) *General Self Esteem* yaitu persepsi individu berkenaan dengan bagaimana individu menilai dirinya; (2) *Social Self Esteem* yaitu persepsi individu berkenaan dengan kualitas hubungan dengan orang lain; (3) *Personal Self Esteem* yaitu persepsi individu berkenaan dengan hal-hal yang bersifat personal.

Uji validitas yang dilakukan yaitu validitas *content* yang melibatkan ahli bimbingan dan konseling dan ahli dari bahasa. Selain itu juga pengujian angket kepada 28 orang responden yang kemudian dihitung validitas instrumen menggunakan aplikasi SPSS. Angket yang valid dari uji validitas adalah sebanyak 37 butir. Setelah uji validitas, peneliti juga melakukan uji reliabilitas terhadap angket, dengan hasil keseluruhan angket sebanyak 37 item dinyatakan reliabel dengan nilai *Cronbach's Alpha* 0,923.

**Tabel 1**  
**Reliabilitas Angket Setelah item Gugur**

Hasil	Reliability Statistics			dan
	Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items	
	,923	,923	37	

## PEMBAHASAN

Deskripsi data yang disajikan dalam jurnal ini adalah deskripsi data tingkat *self esteem* sebelum dan sesudah dilakukan eksperimen layanan konseling kelompok dengan teknik bermain peran. Menurut Barron (2004:175) *self esteem* merupakan sikap seseorang terhadap dirinya mulai dari sikap negatif sampai sikap positif. Selain itu juga Santrock (2009:127) mengatakan harga diri juga disebut dengan nilai diri (*self worth*) atau citra diri (*self image*).

Menurut Battle ( dalam Refnaldi 2018 :18) bahwa yang termasuk komponen self-esteem terdiri atas tiga, yaitu: *a.general self-esteem*, *b.social self-esteem*, *c.personal self-esteem*. *General self-esteem* mengacu pada perasaan keseluruhan seseorang terhadap *self worth* ( Refnaldi 2018:18). Secara sederhana *general self esteem* adalah bagaimana seorang individu menilai dan merasakan seberapa bernilai dirinya, yang tentunya hal ini mempengaruhi sikap dan perilaku keseharian. *Social self-estem* adalah aspek harga diri yang mengacu pada persepsi individu terhadap kualitas hubungan mereka dengan teman sebaya serta kemampuan untuk terlibat dalam interaksi interpersonal individu hidup dalam dunia sosial.

*Personal self esteem* adalah cara melihat diri sendiri dan berkaitan erat dengan *self-image*. Hal yang penting untuk disadari tentang *personal self esteem* adalah bahwa itu berhubungan dengan bagaimana orang lain melihat Anda ( Refnaldi 2018:18). Secara sederhana penulis menyimpulkan bahwa *personal self esteem* merupakan suatu cara pandang individu mengenai gambaran personal dirinya dari hal yang ia yakini ataupun dari persepsi orang lain mengenai personal dirinya.

Menurut Burns ( dalam Sabriani 2004:33) pembentukan *self esteem* mencakup dua proses psikologis, yaitu evaluasi diri (*self evaluation*) dan keberhargaan diri (*self worth*).

Evaluasi diri (*self evaluation*) mengacu pada pembuatan penilaian mengenai pentingnya diri (*self*). Keberhargaan diri (*self worth*) merupakan perasaan bahwa diri (*self*) itu berharga. *Self worth* melibatkan sudut pandang dari diri sendiri dalam melakukan suatu tindakan. Misalkan perasaan kompetisi muncul dari dalam diri remaja tersebut karena ia merasa memiliki harga diri dan tidak ditentukan atau bergantung kepada dukungan atau pandangan yang sifatnya eksternal. Dari *self evaluation* dan *self worth* tersebut, remaja akan mengembangkan *Self esteem*.

Deskripsi tingkat *self esteem* diperoleh dari hasil penyebaran angket kepada responden yang menjadi subjek penelitian. Angket skala *self esteem self esteem* terdiri dari 37 item pernyataan dengan 5 kriteria jawaban. Hasil angket menunjukkan tingkat *self esteem* sebelum diberikan layanan konseling kelompok tergolong sedang, dengan nilai rata-rata *pretest* 98,83. Setelah memberikan angket *pretest*, peneliti memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik bermain peran kepada 6 orang responden yang menjadi subjek penelitian. Terjadi peningkatan yang signifikan setelah diberikan layanan konseling kelompok, dengan nilai rata-rata *posttest* sebesar 159. Berikut tabulasi perbandingan skor *pretest* dan *posttest*.

**Tabel 2**  
**Perbandingan skor *PreTest* Dan *PostTest***  
***Self Esteem* siswa**

No	Kode Konseli	Pre Test	Kategori	Post Test	Kategori	Peningkatan
1	<b>A</b>	115	Sedang	159	Tinggi	44
2	<b>B</b>	107	Sedang	161	Sangat Tinggi	54
3	<b>C</b>	105	Sedang	163	Sangat Tinggi	58
4	<b>D</b>	91	Rendah	160	Tinggi	69
5	<b>E</b>	88	Rendah	152	Tinggi	64
6	<b>F</b>	87	Rendah	159	Tinggi	72
		<b>593</b>		<b>954</b>		
		<b>98,83</b>	Sedang	<b>159</b>	Tinggi	

Setelah proses pemberian layanan konseling kelompok selesai dilakukan, peneliti kemudian melakukan uji hipotesis. Rumus yang digunakan adalah rumus uji-*t*. Uji *t* dihitung dengan bantuan aplikasi SPSS. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan tingkat *self esteem* sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok pada siswa kelas XI IPS 4 SMA N 8 Kota Bengkulu yang dijadikan sampel, yaitu sebanyak enam orang siswa. Maka dari itu uji *Paired Sample t Test* dilakukan untuk melihat pengaruh pemberian layanan konseling kelompok terhadap *self esteem* siswa.

**Tabel 3**  
**Hasil Uji *Paired Sample t Test***

	t	Sig. (2-tailed)
pretest - posttest	-14.223	.000

Dilihat dari tabel hasil uji *t* tersebut kita ketahui bahwa nilai sig. (2-tailed) adalah 0,000. Dikarenakan nilai sig. (2-tailed) lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan skala *self esteem* siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik bermain peran. Berarti bahwa ada pengaruh pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik bermain peran terhadap *self esteem* siswa. Maka hipotesis  $H_0$  ditolak, dan  $H_a$  diterima, yang berarti bahwa ada pengaruh pemberian layanan konseling kelompok dengan teknik bermain peran terhadap *self esteem* siswa kelas XI IPS 4 SMA N 8 Kota Bengkulu.

Penelitian ini dilakukan pada periode 28 Januari sampai dengan 21 Februari 2020. Adapun pemberian angket *pretest* dilaksanakan pada tanggal 13 Februari 2020 pada kelas XI IPS 4 SMA N 8 Kota Bengkulu. Selanjutnya diberikan perlakuan layanan konseling kelompok dengan teknik bermain peran sebanyak 4 kali kepada 6 orang yang terpilih. Setelah selesai melaksanakan konseling kelompok, maka selanjutnya peneliti memberikan angket *posttest* untuk melihat sejauh mana perubahan setelah siswa diberikan perlakuan. Angket *posttest* diberikan pada tanggal 18 Februari 2020. Pertemuan pertama layanan konseling kelompok dengan teknik bermain peran dilaksanakan pada tanggal 13 Februari 2020, Pertemuan kedua layanan konseling kelompok dilaksanakan pada hari jumat tanggal 14 Februari 2020, Layanan konseling kelompok pertemuan ketiga ini diselenggarakan pada

hari senin tanggal 17 Februari 2020, dan Layanan Konseling kelompok pertemuan keempat dilaksanakan pada hari selasa tanggal 18 Februari 2020.

Sampel yang diberikan treatment konseling kelompok menunjukkan adanya perubahan pada tiap pertemuan konseling kelompok yang dilaksanakan. Hal ini diperkuat dengan hasil *posttest* yang dilakukan setelah eksperimen menunjukkan adanya peningkatan *self esteem* dengan skor rata-rata *posttest* sebesar 159 dengan kategori tinggi. Peningkatan tersebut tak lepas dari peran aktif siswa pada saat layanan konseling kelompok. Disamping itu juga teknik bermain peran yang dilakukan memiliki andil yang cukup besar kepada peningkatan *self esteem* siswa.

Pada pelaksanaan layanan konseling kelompok terlihat bahwa anggota kelompok telah belajar dengan cukup baik. Hal ini terlihat pada pelaksanaan konseling kelompok siswa mampu menyadari perilaku salah suai yang ada pada dirinya dan adanya keinginan serta komitmen yang disampaikan oleh siswa untuk perubahan dirinya ke hal yang positif. Tiap-tiap siswa menyampaikan komitmen perubahan yang akan dilakukan dan dapat merespon dengan baik dari teknik bermain peran yang dilakukan.

Teknik bermain peran yang dilakukan pada penelitian pun termasuk dalam teori behavioral, dikarenakan di dalamnya peneliti membuat suatu stimulus berkenaan dengan *self esteem* dengan harapan mampu direspon dengan baik oleh siswa. Menurut Desmita (Dalam Nahar, 2016:65) teori belajar behavioristik merupakan teori belajar memahami tingkah laku manusia yang menggunakan pendekatan objektif, mekanistik, dan materialistik, sehingga perubahan tingkah laku pada diri seseorang dapat dilakukan melalui upaya pengkondisian. Adapun menurut Romlah (dalam Mahyuddin 2016:4) teknik bermain peran adalah suatu alat belajar untuk mengembangkan keterampilan-keterampilan dan pengertian-pengertian mengenai hubungan antar manusia dengan jalan memerankan situasi-situasi yang paralel dengan yang terjadi dalam kehidupan sebenarnya.

Nahar (2016:68) mengatakan bahwa manusia adalah makhluk reaktif yang tingkah lakunya dikontrol oleh faktor-faktor berasal dari luar. Salah satu faktor tersebut yaitu faktor lingkungan yang menjadi penentu dari tingkah laku manusia. Pada penelitian yang dilakukan, penulis berupaya memberikan suatu stimulus kepada siswa dari faktor lingkungan yang direkayasa sedemikian rupa dalam bentuk teknik bermain peran.

Perkembangan tingkat *self esteem* pada penelitian tak luput dari adanya interaksi yang baik antara stimulus yang diciptakan dan kemampuan merespon dari siswa. Menurut Slavin (Dalam Nahar, 2016:65) belajar merupakan akibat adanya interaksi antara stimulus dan respons. Menurut Sakinah (2018:76) teori belajar behavioristik menekankan kajiannya pada pembentukan tingkah laku yang berdasarkan hubungan antara stimulus dengan respon yang bias diamati. Sesuai dengan kutipan tersebut bahwa treatment yang diberikan oleh peneliti telah sesuai dan termasuk dalam teknik behavioral. Stimulus yang direkayasa dalam teknik bermain peran yang dimainkan memberikan dampak cukup signifikan dan klien dapat merespon dengan baik. Hal ini yang menguatkan bahwa konseling kelompok yang dilakukan berpengaruh kepada peningkatan *self esteem* siswa.

## **KESIMPULAN**

Tingkat *self esteem* siswa di SMA N 8 Kota Bengkulu sebelum diberikan layanan konseling kelompok tergolong sedang dengan skor rata-rata *pretest* sebesar 98,83 dengan kategori sedang. Setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik bermain peran, *self esteem* siswa mengalami peningkatan dengan skor rata-rata sebesar 159 dengan kategori tinggi.

Terdapat pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik bermain peran terhadap *self esteem* siswa Berdasarkan hasil analisis data hipotesis yang menyebutkan bahwa hipotesis  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dibuktikan dengan nilai  $t = -14,223$  dan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Borualogo, Ihsana Sabriani. (2004). Hubungan antara Persepsi tentang Figur Attachment dengan Self Esteem Remaja Panti Asuhan Muhammadiyah. *jurnal Psikologi* 13. (1). 29-49.
- Danim, Sudarwan. (2014). *Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Alfabeta
- Johana E. Prawitasari. (2011). *Psikologi Klinis. Pengantar terapan Mikro dan Makro*. Jakarta : Erlangga.

- Mahyuddin, M Junedi. (2016). Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Bermain Peran Untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial, *Jurnal Psikologi & Konseling*. STKIP Muhammadiyah Enrekang, II (1), 1-11, E-ISSN: 2477-2518.
- Nahar, Novi I.(2016). Penerapan Teori Belajar Behavioristik Dalam Proses Pembelajaran. *Nusantara ( Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial )*. Volume 1, ISSN 2541-657X
- Refnaldi. (2018). Konsep Self Esteem Serta Implikasinya Pada Siswa, *Jurnal Education*. IICET, IV (1), 16-22, E ISSN 2477-0302.
- Robbert A, Barron. (2004). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga
- Sakinah, Umul,(2018). Konseling Behavioristik dalam Membentuk Perilaku Mandiri Merawat Diri Pada Tunagrahita. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, XV,(I), 68-84.
- Santrock, John W. (2009). *Perkembangan Anak, Edisi II*. Jakarta:Erlangga
- Susanti,susi.(2015). Pengaruh Penerapan Metode Pembelajaran Sq3r (Survey, Question, Read, Recite, And Review) Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Prgram Studi Pendidikan Sejarah Ikip Pgri Pontianak. *Jurnal Edukas*. IKIP PGRI Pontianaki, Vol. 13, No. 1
- Uljannah, Dita A,(2018). “Penerapan Konseling kelompok Dengan Teknik Bermain Peran Untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik SMA AL-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018”. *Skripsi*. Lampung: Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung