

**EFEKTIVITAS PENERAPAN SUGESTI
PADA LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK
DALAM MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* SISWA**
(Studi Eksperimen pada Siswa Kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung)

TESIS



Oleh :

**FIJRIANI
NIM. 19113/ 2010**

*Diajukan sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan*

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

ABSTRACT

Fijriani, 2012. The Effectiveness of Implementing Suggestion in Group Guidance Service in Increasing Students' Self-Esteem (an Experimental Study at SMU Al-Kautsar, Bandar Lampung)

The low Self-esteem is beginning from various troubleshoot especially behavior which is on final can retard adolescent development task. Implementing Suggestion in group guidance service can be used to increase studens' Self-Esteem. The research aim is to know the effectiveness of implementing Suggestion in Group guidance in increasing students' self-esteem.

The Experimental research with pre-tes and post-test in control group design were used to test whether the implementing suggestion in group guidance can increase students' Self-Esteem be better or not. Two groups are chosen to use purposive sampling that is in class student XI SMU Al-Kautsar, Bandar Lampung. Each group consists of 10 students. Group guidance service with implementing suggesion in experimental group is held during seven times meetings. Data about self esteem gathered to pass pretest and posttest, then analyzed by using Wilcoxon signed ranks test and Kolmogorov-smirnov two sample constructively SPSS version 17.

The discovery from this research are: (1) There were significant differences between students' Self-Esteem in pre-test and post-test from Experimental group. (2) There was no significant defferences between Self-Esteem in pre-test and post-test from control group students. (3) There were significant differences between students' Self-Esteem in post-test from Control group and post-test from Experimental group.

Based on the discovery above, we can conclude that implemeting suggestion is effective to be used in group guidance service to increase students' Self-Esteem. This research shows that is important to apply suggestion in group guidance service that espoused with supervision from teacher and counselor at school, so that it can increase students' Self-Esteem. Necessary to be done similar research with background in different context so that can be compared with the result of this research.

ABSTRAK

Fijriani, 2012. Efektivitas Penerapan Sugesti pada Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan *Self Esteem* Siswa (Studi Eksperimen di Sekolah Menengah Atas Al-Kautsar Bandar Lampung)

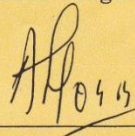
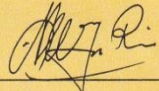
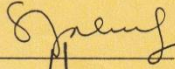
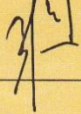
Self esteem yang rendah merupakan awal dari berbagai permasalahan terutama masalah perilaku yang pada akhirnya dapat menghambat tugas perkembangan remaja. Penerapan sugesti pada layanan bimbingan dan konseling dapat digunakan untuk meningkatkan *self esteem* siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap efektivitas penerapan sugesti pada layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan *self esteem*.

Penelitian eksperimental dengan rancangan *pretest and posttest control group design* digunakan untuk menguji apakah penerapan sugesti pada layanan bimbingan kelompok dapat meningkatkan *self esteem* menjadi lebih baik. Dua kelompok dipilih menggunakan *purposive sampling* yaitu pada siswa kelas XI SMA Al-Kautsar Bandar Lampung. Masing-masing kelompok terdiri dari 10 siswa. Layanan bimbingan kelompok dengan penerapan sugesti pada kelompok eksperimen diadakan selama tujuh kali pertemuan. Data tentang *self esteem* dikumpulkan melalui *pretest* dan *posttest*, kemudian dianalisis dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan *Kolmogorov-Smirnov Two Sampel* dengan bantuan SPSS versi 17.

Temuan dari penelitian ini adalah: (1) terdapat perbedaan yang signifikan antara *self esteem* siswa pada *pretest* dan *posttest* siswa kelompok eksperimen. (2) tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *self esteem* siswa pada *pretest* dan *posttest* siswa kelompok kontrol. (3) terdapat perbedaan yang signifikan antara *self esteem* siswa pada *posttest* kelompok kontrol dengan *posttest* kelompok eksperimen.

Berdasarkan temuan di atas, dapat disimpulkan bahwa penerapan sugesti efektif digunakan pada layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self esteem* siswa. Penelitian ini menunjukkan bahwa pentingnya menerapkan pemberian sugesti pada layanan bimbingan kelompok yang disertai dengan adanya pengawasan dari guru dan konselor di sekolah, sehingga bisa meningkatkan *self esteem* siswa. Perlu dilakukan penelitian yang serupa dengan penelitian ini dengan dilatarbelakangi oleh konteks yang berbeda agar dapat membandingkan temuan dari hasil penelitian ini.

**PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS MAGISTER KEPENDIDIKAN**

No.	Nama	Tanda Tangan
1	<u>Prof. Dr. H. A. Muri Yusuf, M.Pd.</u> (Ketua)	
2	<u>Prof. Dr. Neviyarni S., M.S.</u> (Sekretaris)	
3	<u>Prof. Dr. Mudjiran, M.S., Kons.</u> (Anggota)	
4	<u>Dr. Syahniar, M.Pd.</u> (Anggota)	
5	<u>Prof. Dr. H. Sufvarma Marsidin, M.Pd.</u> (Anggota)	

Mahasiswa

Mahasiswa : *Fjriani*
NIM. : 19113
Tanggal Ujian : 14 - 8 - 2012

KATA PENGANTAR

Allhamdullilahrabbi'l'alam, segala puji dan rasa syukur kehadiran Allah SWT, hanya dengan rahmat dan hidayahNya-lah penyusunan tesis yang berjudul “Efektivitas Penerapan Sugesti pada Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan *Self Esteem* Siswa (Studi Eksperimen di SMA Al-Kautsar Bandar Lampung)“, dapat terselesaikan. Dalam melakukan penelitian dan penyelesaian tesis ini, peneliti banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu sebagai ungkapan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya, peneliti sampaikan kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. A. Muri Yusuf, M. Pd. selaku pembimbing I sekaligus Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling, yang telah meluangkan waktunya dalam membimbing dan memberikan arahan, dan motivasi sehingga tesis ini dapat terselesaikan dengan baik.
2. Prof. Dr. Neviyarni S, M.S. selaku Pembimbing II yang dengan kesabaran dan ketulusan telah meluangkan waktunya dalam membimbing, memberikan arahan dan motivasi yang begitu berarti, sehingga tesis ini dapat selesai dengan baik.
3. Prof. Dr. Mudjiran, M.S., Kons. selaku dosen penguji yang telah memberikan masukan, saran, arahan dan semangat untuk menyelesaikan tesis ini.
4. Dr.Syahniar,M.Pd.,Kons. selaku penguji yang dengan kesabaran telah memberikan arahan, masukan dan dukungan untuk menyelesaikan tesis ini.
5. Prof. Dr. Sufyarma Marsidin, M.Pd. selaku penguji yang telah memberikan saran, arahan dan semangat untuk menyelesaikan tesis ini.
6. Dosen Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang, khususnya para dosen Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu pengetahuan pada proses perkuliahan dan membantu peneliti.
7. Pimpinan Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang dan segenap karyawan yang telah memberikan pelayanan terbaik pada peneliti.
8. Kepala SMA Al-Kautsar Bandar Lampung yang telah memberi izin kepada peneliti untuk mengadakan penelitian di SMA Al-Kautsar Bandar Lampung
9. Bapak dan Ibu guru pembimbing, Guru Kelas serta segenap karyawan di SMA Al-Kautsar Bandar Lampung yang telah memberikan bantuan dan kerjasama, sehingga data penelitian ini dapat diperoleh.

10. Untuk Ayahandaku tercinta Drs. Kholidi Saleh, M.Pd.I, Ibundaku tercinta Husna Pertiwi, juga Ngah Dewi, Kak Heru, Mb Isti dan *My Brother Lee*, spesial buat keponakanku “Abdullah Arkaan Adzaky dan Salma Khoirunnisa”, terimakasih atas semua dukungan baik moral dan materil, cinta, kasih sayang, doa, perhatian, semangat dan kepercayaan yang tanpa kenal lelah senantiasa diberikan kepadaku.
11. Teman-teman mahasiswa Program Pascasarjana dan PPK Universitas Negeri Padang : Konselor Vika, Konselor Citra, Konselor Intan, Konselor Vira, Konselor Pasmawati, Konselor Aulia (Uul), Konselor Riko, Konselor Hengki, Rijal, Sari, Roshinta, Bu Eni, Ani, Ratna dan semua teman-teman seprofesi, terima kasih untuk dukungan, perhatian, semangat serta ide-ide yang telah diberikan dalam penulisan tesis ini.
12. Murobbi dan Saudari-saudariku dalam ‘lingkaran kecil’, jazakillah khoiran bi khoir atas motivasi, perhatian dan kelapangan hatinya dalam ikatan yang tak pernah putus.
13. *My best sisters*, Mb Eka Dewi, Wia, Irfana, semoga Allah yang membalas tiap doa dan motivasi yang kalian berikan.
14. Staf Tata Usaha Pascasarjana Universitas Negeri Padang, Mas Didik, Dicky, Buya, Rudi, Bunda Eni, Uni Evi dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam hal prosedur sebagai proses penyelesaian tesis ini.

Semoga Allah memberikan balasan untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti dengan imbalan pahala yang berlipat ganda. Peneliti menyadari bahwa tesis ini belumlah sempurna, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati peneliti mengharapkan saran dan masukan dari semua pihak. Harapan peneliti semoga tesis ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua.

Padang, Agustus 2012

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRACT	ii
ABSTRAK	iii
PERSETUJUAN AKHIR TESIS	iv
PERSETUJUAN KOMISI	v
SURAT PERNYATAAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	9

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori	11
1. Sugesti	11
a. Pengertian Sugesti	11
b. Jenis Sugesti	12
c. Merancang Kalimat Sugesti	13
d. Prinsip-prinsip dalam Memberi Sugesti	15
e. Bentuk Kalimat Sugesti untuk Meningkatkan <i>Self Esteem</i>	16
2. Bimbingan Kelompok	18
a. Pengertian Bimbingan Kelompok	18
b. Tujuan Bimbingan Kelompok	19
c. Pelaksanaan Bimbingan Kelompok	20
d. Waktu, Tempat dan Penilaian Bimbingan Kelompok.....	26
3. <i>Self Esteem</i>	27
a. Pengertian <i>Self Esteem</i>	27
b. Komponen <i>Self Esteem</i>	29
c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Self Esteem</i>	30
d. Karakteristik <i>Self Esteem</i>	31
e. Pengembangan dan Hambatan dalam Perkembangan <i>Self Esteem</i>	33
4. Bimbingan Kelompok dengan Penerapan Sugesti untuk Meningkatkan <i>Self Esteem</i>	35
B. Penelitian Relevan	36
C. Kerangka Pemikiran	37
D. Hipotesis	38

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	40
1. Rancangan Penelitian	40
2. Prosedur Eksperimen	41

B. Populasi dan Sampel	44
C. Definisi Operasional	48
D. Intrumen Penelitian	49
E. Teknik Pengumpulan Data	51
F. Teknik Analisis Data	51
G. Pelaksanaan Eksperimen	52
1. Izin Penelitian	52
2. Pengadministrasian <i>Pretest</i>	53
3. Pelaksanaan Eksperimen	53
4. Hasil yang Diperoleh	61
5. Pelaksanaan <i>Posttest</i>	63

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data Penelitian	65
1. Hasil <i>Pretest</i>	65
2. Hasil <i>Posttest</i>	69
3. Deskripsi Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Self Esteem</i> Siswa Kelompok Eksperimen	74
4. Deskripsi Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Self Esteem</i> Siswa Kelompok Kontrol	76
5. Deskripsi Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen Tiap Aspek <i>Self Esteem</i>	77
B. Pengujian Hipotesis	79
1. Pengujian Hipotesis Pertama	80
2. Pengujian Hipotesis Kedua	82
3. Pengujian Hipotesis Ketiga	83
C. Pembahasan	85
D. Keterbatasan Penelitian	91

BAB V	KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
A.	Kesimpulan	93
B.	Implikasi	94
C.	Saran	95
DAFTAR RUJUKAN		97

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Rencana Kegiatan Bimbingan Kelompok.....	44
2. Nilai Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	47
3. Hasil Uji Homogenitas <i>Self Esteem</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	47
4. Pengklasifikasian Kategori <i>Self Esteem</i>	51
5. Jadwal Kegiatan Bimbingan Kelompok	54
6. Jadwal Kegiatan Bimbingan Kelompok dengan Penerapan Sugesti.....	57
7. Rekapitulasi Penilaian Segera Anggota Kelompok Kontrol	61
8. Rekapitulasi Penilaian Segera Anggota Kelompok Eksperimen	62
9. Kondisi <i>Self Esteem</i> Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	66
10. Distribusi Frekuensi <i>Self Esteem</i>	67
11. Persentase Klasifikasi <i>Self Esteem</i> Kelompok Eksperimen (<i>Pretest</i>).....	68
12. Persentase Klasifikasi <i>Self Esteem</i> Kelompok Kontrol (<i>Pretest</i>).....	69
13. Kondisi <i>Self Esteem</i> (<i>Posttest</i>) Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	70
14. Distribusi Frekuensi <i>Self Esteem</i>	72
15. Persentase Klasifikasi <i>Self Esteem</i> (<i>Posttest</i>) Kelompok Eksperimen....	73
16. Persentase Klasifikasi <i>Self Esteem</i> (<i>Posttest</i>) Kelompok Kontrol.	74
17. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Self Esteem</i> Kelompok Eksperimen.....	74
18. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Self Esteem</i> Kelompok Kontrol.....	76
19. Data <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen tiap Aspek <i>Self Esteem</i>	77
20. Data <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen tiap Aspek <i>Self Esteem</i>	78
21. Hasil Analisis <i>Wilcoxon's Signed Ranks Test</i> Perbedaan <i>Self Esteem</i>	

pada <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	80
22. Arah Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Self Esteem</i> Kelompok Eksperimen	81
23. Hasil Analisis <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> Perbedaan <i>Self Esteem</i> antar <i>pretest</i> dan <i>posttest</i> Kelompok Kontrol.....	82
24. Arah Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Self Esteem</i> Kelompok Kontrol ..	83
25. Hasil Analisis <i>Self Esteem</i> dengan <i>Kolmogorov Smirnov 2 Independen</i> pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	84
26. Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen Berdasarkan Jenis Kelamin.....	90

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Tahap Pembentukan Bimbingan Kelompok	21
2. Tahap Peralihan Bimbingan Kelompok	22
3. Tahap Kegiatan Bimbingan Kelompok	24
4. Tahap Pengakhiran Bimbingan Kelompok	25
5. Kerangka Pemikiran Penelitian	38
6. Rancangan Penelitian <i>Pretest-Post Test Control Group Design</i>	41
7. Perbandingan Hasil <i>Posttest</i> Siswa Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	71
8. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Self Esteem</i> Kelompok Eksperimen	75
9. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest Self Esteem</i> Kelompok Kontrol	77

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Instrumen <i>Self Esteem</i>	100
2. Daftar Kode Peserta Bimbingan Kelompok	103
3. Skor Jawaban <i>Self Esteem</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	104
4. Sebaran Nilai <i>Pretest Self Esteem</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	108
5. Surat Permohonan Menggunakan Instrumen	110
6. Surat Izin Penggunaan Instrumen <i>Self Esteem</i>	111
7. Surat Izin Penelitian dari Pascasarjana UNP	112
8. Surat Keterangan Penelitian dari SMA Al-Kautsar Bandar Lampung...	113
9. Leger Nilai Siswa	114
10. Daftar Hadir Peserta Kelompok Kontrol	115
11. Daftar Hadir Peserta Kelompok Eksperimen	116
12. Dokumentasi	117
13. Satuan Layanan Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Penerapan Sugesti	120
14. Panduan Pelayanan Bimbingan Kelompok dengan Penerapan Sugesti ..	127

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sekolah sebagai wadah pendidikan formal mempunyai tanggung jawab besar untuk mewujudkan cita-cita bangsa, sebagai mana yang diamanahkan dalam undang-undang sistem pendidikan nasional No.20 tahun 2003 yang menyatakan secara tegas, bahwa :

“Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokrasi serta bertanggung jawab”.

Upaya mewujudkan pendidikan nasional tidak hanya menjadi tugas dan tanggung jawab salah satu bidang keilmuan saja, melainkan merupakan tugas dan tanggung jawab semua disiplin bidang keilmuan. Sekolah merupakan lembaga pendidikan resmi yang bertanggung jawab untuk memberikan pendidikan kepada siapapun yang berhak termasuk para remaja (siswa). Sekolah sebagai lembaga formal memiliki tugas menyelenggarakan pendidikan melalui proses pembelajaran untuk mengembangkan aspek kemanusiaan dan potensi diri para peserta didik, sehingga siswa bisa berkembang sesuai dengan potensi yang dimilikinya. Sebagai mana dinyatakan oleh Elida Prayitno (2006:15) yaitu bahwa :

“Sekolah sebagai lembaga pendidikan formal bertanggung jawab dalam menunjang keberhasilan peserta didiknya menjalankan tugas-tugas perkembangannya dengan baik, dan menyediakan program yang menarik, menyenangkan, menantang, membangun motivasi dan memberi kesempatan kepada siswa untuk melakukan kegiatan positif”.

Berdasarkan pernyataan di atas, diketahui bahwa sekolah sangat berperan dalam mempengaruhi perkembangan diri siswa sebagai peserta didik maupun sebagai individu yang sedang berkembang. Oleh karena itu, untuk meningkatkan pelayanan agar siswa berkembang secara optimal tentu saja diperlukan adanya pendidik yang profesional di bidang keilmuannya masing-masing, termasuk salah satunya yaitu guru pembimbing. Guru pembimbing mempunyai tugas-tugas dan tanggung jawab tersendiri kepada peserta didiknya, seperti yang ditegaskan dalam SK Mendikbud No. 025/O/1995 (dalam Prayitno 2008:22), bahwa :

“Bimbingan dan Konseling adalah pelayanan bantuan untuk peserta didik, baik secara perorangan maupun kelompok, agar mampu mandiri dan berkembang secara optimal, dalam bidang bimbingan belajar dan bimbingan karir, melalui berbagai jenis kegiatan pendukung, berdasarkan norma-norma yang berlaku”.

Keberadaan guru pembimbing di sekolah berperan dalam mengembangkan dan memandirikan siswa sesuai dengan keadaan diri siswa itu sendiri. Jika guru pembimbing dapat melaksanakan tugas, fungsi dan tanggung jawabnya dengan baik, maka dapat dipastikan siswa di sekolah juga akan berkembang sesuai dengan kemampuannya dan akan memiliki rasa percaya diri yang positif, sehingga kondisi tersebut dapat mendukung siswa untuk bisa berprestasi.

Menurut Mapiere (1999:23), jika ditinjau secara psikologis, siswa SMA sedang memasuki tahap perkembangan remaja, yaitu masa peralihan dari masa

anak-anak menuju dewasa yang berusia antara 15 – 18 tahun. Masa remaja merupakan masa dimana seorang mencari jati dirinya, yang biasanya diiringi dengan pertanyaan-pertanyaan dalam dirinya terkait “siapa saya?, apa kelebihan dan kekurangan yang saya miliki?, mau kemana saya?”. Semua pertanyaan tersebut seharusnya dapat dijawab secara tepat oleh remaja itu sendiri. Jika remaja tersebut tidak bisa menjawabnya dengan tepat, maka ia cenderung bingung menghadapi hidup. Tetapi jika sebaliknya, maka ia akan berkembang optimal, sehingga masa depannya menjadi penuh dengan harapan. Maka, pada masa remaja diperlukan lingkungan sosial yang kondusif, dimana orang tua atau orang dewasa yang membimbing dan mengayomi secara aspiratif serta teman sebaya (*peer group*) yang mengembangkan norma kehidupan yang positif dan kreatif.

Sebagai remaja, siswa sering mengalami hambatan baik yang berasal dari dalam diri sendiri maupun dari luar diri siswa, oleh karena itu diperlukan upaya agar siswa memahami potensi dirinya dan percaya diri merencanakan masa depannya, yaitu dengan membantu siswa untuk bisa berprestasi sebagai bentuk gambaran dari *self esteem* (harga diri) yang mereka miliki.

Menurut Nathaniel Branden (Alih bahasa Anne Natanael, 2005:17) *self esteem* (harga diri) adalah evaluasi yang dibuat oleh individu dan dipertahankan, itu mengungkapkan suatu persetujuan atau ketidaksetujuan, dan mengindikasikan sejauh mana seorang individu percaya bahwa dirinya mampu, penting, sukses, dan layak. Singkatnya, *self esteem* (harga diri) adalah penilaian pribadi tentang kelayakan yang dinyatakan di dalam sikap individu terhadap dirinya.

Siswa yang memiliki *self esteem* (harga diri) yang tinggi akan membangkitkan rasa percaya diri, rasa yakin akan kemampuan diri, rasa berguna serta rasa bahwa kehadirannya diperlukan di dunia ini, selain itu remaja juga percaya diri dapat mencapai prestasi yang dia dan orang lain harapkan. Sehingga, keyakinan itu akan memotivasi remaja tersebut untuk sungguh-sungguh mencapai apa yang dicita-citakan.

Berkenaan dengan *Self Esteem*, ditemukan fakta di lapangan berdasarkan hasil observasi pra-penelitian kepada guru kelas dan guru pembimbing di SMA Al-Kautsar Bandar Lampung pada bulan Agustus 2011, bahwa masih terdapat siswa yang memiliki *self esteem* rendah atau dengan kata lain belum memiliki harga diri yang tinggi. Hal tersebut dapat dilihat dari 20 orang siswa, terdapat 8 orang siswa yang memiliki permasalahan *self esteem*. Hal tersebut juga didukung dengan hasil wawancara dengan guru kelas dan guru pembimbing yang menyatakan bahwa masih terdapat siswa yang kurang bisa menghargai kemampuan yang dimilikinya, berfikir negatif tentang dirinya, tidak percaya diri, juga tidak saling menghargai dan cenderung emosi. Sehingga dikhawatirkan gejala yang berakar dari rendahnya *self esteem* siswa bisa menjadi penghambat prestasi belajar siswa.

Berdasarkan fenomena yang terungkap tersebut di atas, maka peran guru pembimbing di sini sangatlah penting untuk membantu siswa meningkatkan *self esteem*nya, sehingga siswa dapat mempersiapkan diri sejak dini dalam mencapai harapan ataupun cita-cita yang sesuai dengan potensi, serta bakat dan minat yang dimilikinya.

Sebagai tindak lanjut permasalahan di atas, dalam upaya meningkatkan *Self Esteem* siswa, guru khususnya guru pembimbing dapat melakukan berbagai strategi pendekatan baik secara individual maupun kelompok. Dalam hal ini, penerapan sugesti dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling mungkin bisa menjadi alternatif dalam upaya meningkatkan *self esteem* siswa.

Menurut Isma Almatin (2010:140), sugesti merupakan sebuah pesan atau usulan rencana yang terprogram, dibuat untuk menimbulkan atau mempengaruhi respon dalam pikiran maupun tindakan. Sugesti yang dimaksud di sini lebih mengarah pada sugesti positif, yaitu merupakan saran atau pengarahan positif yang dapat menggerakkan hati orang-orang yang mendengarnya untuk melakukan tindakan- tindakan positif bagi kehidupannya.

Menurut Jack Canfield dan Mark Viktor Hansen (dalam Ibrahim Elfiky, 2010:4), bahwa :

“Manusia menghadapi lebih dari 60.000 pikiran. Satu-satunya yang dibutuhkan sejumlah besar pikiran ini adalah pengarahan. Jika arahan yang diberikan bersifat negatif, maka sekitar 60.000 pikiran akan keluar dari memori ke arah negatif. Sebaliknya, jika pengarahannya positif maka sejumlah pikiran yang sama juga akan keluar dari ruang memori ke arah yang positif”.

Berdasarkan beberapa teori tersebut, dapat dipahami bahwa semua kata-kata yang diucapkan punya dampak yang sangat besar bagi orang yang mendengarnya, dalam hal ini yaitu ucapan dan pengarahan guru kepada murid-muridnya. Sehingga, penulis berkesimpulan bahwa sugesti atau pemberian saran positif bisa menjadi alternatif cara yang bisa dilakukan sebagai upaya untuk meningkatkan *self esteem* siswa. Sehingga, diharapkan siswa yang mendengar sugesti tersebut akan mengalami perkembangan pola pikir dan mental yang

positif , meningkat penghargaan dirinya, meningkat prestasinya dan pada akhirnya akan menumbuhkan suasana yang positif pula dalam semua aspek kehidupannya.

Kenyataan di lapangan, penerapan sugesti belum optimal dilaksanakan di sekolah, baik oleh guru pembimbing maupun personil sekolah lainnya. Berdasarkan hasil observasi di SMA Al-Kautsar Bandar Lampung pada bulan Agustus 2011, bahwa diperoleh informasi bahwa di sekolah tersebut belum dilaksanakan penerapan sugesti secara optimal terutama pada pelaksanaan layanan bimbingan konseling di sekolah.

Selain itu juga, peneliti mencoba menggunakan layanan bimbingan kelompok sebagai sarana dalam penerapan sugesti untuk meningkatkan *Self esteem* siswa. Layanan bimbingan kelompok merupakan salah satu alternatif upaya pengentasan masalah. Secara spesifik layanan bimbingan kelompok memiliki beberapa kelebihan, yaitu merupakan layanan bimbingan yang efektif dari segi penggunaan waktu dan jumlah sasaran layanan, dan juga terbilang sangat efektif dalam membantu mengembangkan potensi siswa. Sehingga layanan bimbingan kelompok merupakan layanan primadona bagi pengguna layanan bimbingan konseling.

Senada dengan penerapan sugesti, bimbingan kelompok yang dilaksanakan di sekolah juga ternyata belum dilaksanakan secara optimal, sehingga terkadang belum terlihatnya perubahan pola pikir dan sikap siswa setelah pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Informasi tersebut diperoleh berdasarkan observasi pra penelitian yang peneliti laksanakan pada bulan Agustus 2011.

Berdasarkan fenomena tersebut, maka peneliti mencoba mengembangkan penerapan sugesti pada layanan bimbingan kelompok. Pada penelitian ini, peneliti ingin melihat efektifitas penerapan sugesti pada layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan *self esteem* siswa. Hal tersebut menjadi inti kajian dalam penelitian ini, sehingga peneliti mengambil judul **“Efektivitas Penerapan Sugesti pada Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Self Esteem Siswa”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi berbagai permasalahan yang muncul, yaitu :

1. Masih terdapat siswa yang tidak berani tampil di depan umum,
2. Masih terdapat siswa yang tidak berani mengungkapkan pendapatnya,
3. Siswa juga tidak saling menghargai dan cenderung emosi.
4. Belum terlihatnya perubahan sikap dan pola pikir siswa setelah pelaksanaan bimbingan kelompok
5. Belum dimanfaatkannya sugesti pada layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan *self esteem* siswa

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, penulis memfokuskan penelitian pada aspek Efektivitas Penerapan Sugesti pada Layanan Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan *Self Esteem* Siswa.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah tersebut di atas, maka penulis merumuskan beberapa permasalahan, yaitu :

1. Apakah terdapat perbedaan yang signifikan *self esteem* siswa kelompok eksperimen sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan menerapkan sugesti ?
2. Apakah terdapat perbedaan yang signifikan *self esteem* siswa kelompok kontrol, sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok ?
3. Apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara *self esteem* siswa kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol sesudah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok ?

E. Tujuan penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan :

1. Perbedaan *self esteem* siswa kelompok eksperimen sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok dengan menerapkan sugesti.
2. Perbedaan *self esteem* siswa kelompok kontrol, sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok
3. Perbedaan *self esteem* siswa kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol sesudah mengikuti kegiatan layanan bimbingan kelompok.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan berguna untuk memberikan kontribusi bagi pengembangan teori tentang pelaksanaan bimbingan kelompok dengan penerapan sugesti untuk meningkatkan *self esteem* siswa, dan dapat dijadikan sumber informasi pendidikan dalam penerapan layanan bimbingan konseling di sekolah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Guru Pembimbing

Sebagai solusi dari permasalahan dalam kegiatan bimbingan konseling, terutama yang terkait pada *self esteem* siswa, sehingga menjadi masukan dalam penyusunan program sebagai upaya meningkatkan pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah.

b. Bagi Siswa

Sebagai informasi dasar guna meningkatkan *self esteem* masing-masing siswa. Harapannya, setelah mengikuti kegiatan bimbingan kelompok dengan penerapan sugesti, siswa menjadi termotivasi untuk mempercayai kemampuan dirinya sendiri guna mencapai masa depan yang lebih baik.

c. Bagi Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling FIP UNP

Dapat mempersiapkan calon guru pembimbing/ konselor yang nantinya akan bertugas di lembaga pendidikan, dengan meningkatkan keterampilan melaksanakan layanan bimbingan dan

konseling, khususnya dalam hal ini berkaitan dengan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan *self esteem* siswa.

BAB II