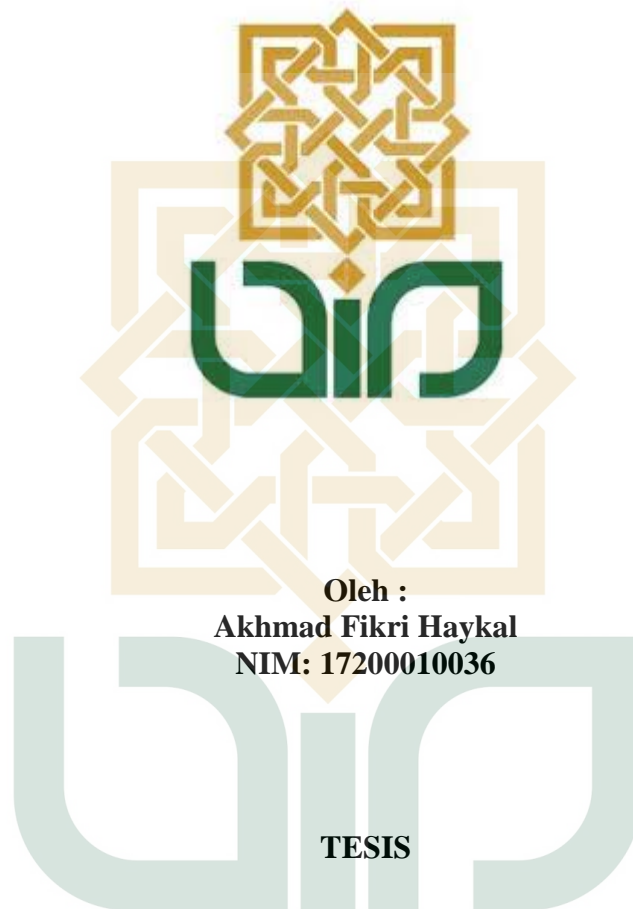


**KONSELING SEBAYA DENGAN KONSEP *SUPER STUDENT TRAINING*
DALAM MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* SISWA
SMKN 1 MOJOANYAR**



Diajukan Kepada Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh
Gelar Master of Art
Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi Bimbingan dan Konseling Islam

YOGYAKARTA
2019

PERNYATAAN KEASLIAN

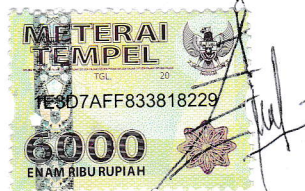
Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **Akhmad Fikri Haykal, S.Sos.**
NIM : 17200010036
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali bagian-bagian yang di rujuk sumbernya. Jika di kemudian hari terbukti bahwa naskah tesis ini bukan karya saya sendiri, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 17 Juli 2019

Saya yang menyatakan,



Akhmad Fikri Haykal, S.Sos.

NIM: 17200010036

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **Akhmad Fikri Haykal, S.Sos.**
NIM : 17200010036
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini, secara keseluruhan benar-benar bebas dari plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 17 Juli 2019

Saya yang menyatakan,



Akhmad Fikri Haykal, S.Sos.

NIM: 17200010036



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-276/Un.02/DPPs/PP.00.9/08/2019

Tugas Akhir dengan judul : KONSELING SEBAYA DENGAN KONSEP SUPER STUDENT TRAINING DALAM MENINGKATKAN SELF ESTEEM SISTEM SMKN 1 MOJOANYAR


yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : AKHMAD FIKRI HAYKAL, S.Sos
Nomor Induk Mahasiswa : 17200010036
Telah diujikan pada : Senin, 29 Juli 2019
Nilai ujian Tugas Akhir : B+

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR

Ketua Sidang/Penguji I


Dr. Roma Ulinnuha, S.S., M.Hum.
NIP. 19740904 200604 1 002

Penguji II


Dr. Hj. Sri Sumarni, M.Pd
NIP. 19630705 199303 2 001

Penguji III

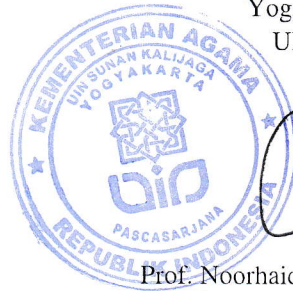

Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.
NIP. 19741120 200003 2 003

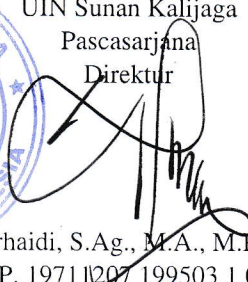
Yogyakarta, 29 Juli 2019

UIN Sunan Kalijaga

Pascasarjana

Direktur




Prof. Noorhaidi, S.Ag., M.A., M.Phil., Ph.D.
NIP. 19711207 199503 1 002

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.,
Direktur Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta

Assalamu' alaikum Wr. Wb.

Disampaikan dengan hormat, Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

**BIMBINGAN KONSELING SEBAYA DENGAN KONSEP TRAINING
SUPER STUDENT DALAM MENINGKATKAN SELF ESTEEM SISWA
SMKN 1 MOJOANYAR**

yang ditulis oleh :

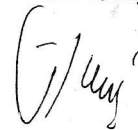
Nama : **Akhmad Fikri Haykal S. Sos.**
NIM : 17200010036
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : Interdisciplinary Islamic Studies
Konsentrasi : Bimbingan dan Konseling Islam

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Master of Art (M.A).

Wassalamu' alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 09 Juli 2019

Pembimbing



Dr. Hj. Sri Sumarni, M.Pd

ABSTRAK

Akhmad Fikri Haykal (17200010036) : *Konseling Sebaya dengan Konsep Super Student Training dalam Meningkatkan Self Esteem Siswa SMKN 1 Mojoanyar. Tesis, Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies, Kosentrasi Bimbingan dan Konseling Islam, Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2019.*

Permasalahan *Low Self Esteem* sering terjadi pada siswa sebagaimana hasil pengamatan penulis di SMKN 1 Mojoanyar ditemukan beberapa siswa mengalami masalah tersebut. Kemudian kondisi tersebut melatar-belakangi penulis dalam melakukan penelitian bimbingan konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* dalam meningkatkan *Self Esteem* siswa SMKN 1 Mojoanyar. Metode yang digunakan adalah penelitian *Mixed Method*, lokasi penelitian di SMKN 1 Mojoanyar. Subyek penelitian berjumlah 24 orang (12 orang kelas eksperimen dan 12 orang kelas kontrol). Pemilihan subyek menggunakan teknik *Snow Ball Sampling*. Data dikumpulkan dengan metode angket, observasi tidak terstruktur, wawancara terbuka, dan dokumentasi. Kemudian analisis data menggunakan data kuantitatif (*Pretest* dan *Posttest* dengan menggunakan analisa uji *Paired T-Test* dan data kualitatif untuk menguatkan data kuantitatif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* dalam meningkatkan *Self Esteem* SMKN 1 Mojoanyar. Berdasarkan hasil uji *Paired T-Test*: pair 1 diperoleh nilai sig.(2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$ maka bisa disimpulkan terdapat perbedaan rata-rata peningkatan *Self Esteem* untuk *Pre-Test* kelas eksperimen dan *Post-Test* kelas eksperimen. Berdasarkan hasil pair 2 diperoleh nilai sig.(2-tailed) sebesar $0,030 < 0,05$, maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan rata-rata tingkat *Self Esteem* untuk *Pre-Test* kelas kontrol dan *Post-Test* kelas kontrol. Kemudian berdasarkan hasil *Follow Up* diketahui terdapat peneningkatan *Self Esteem* pada subjek kelas eksperimen, dengan hasil rata-rata kelas eksperimen dari skor awal 80,42 menjadi 111,17, dari kategori rendah menjadi kategori sedang, dengan jumlah total nilai dari 965 menjadi 1334, ada kenaikan 369 atau 27%. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa tingkat *Self Esteem* siswa kelas eksperimen lebih tinggi dari kelas kontrol, hal itu terlihat dari rata-rata kelas ekperimen sebesar 111,17 dan nilai rata-rata kelas kontrol sebesar 90,17. Hasil menunjuka bahwa terjadi peningkatan pada kelas eksperimen, peningkatan tersebut meliputi : personal interes (kedisiplinan), kemampuan berpendapat dan keberanian dalam menunkjukan prestasi. Peningkatan tersebut terjadi setelah siswa mendapatkan *treatment* berupa konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training*.

Kata Kunci: *Konseling Sebaya, Super Student Training, Self Esteem.*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirrobbil'alamin, segala puji bagi Allah *subhanahu wata'ala* pemelihara seluruh alam raya, yang atas limpahan rahmat, taufik dan Hidayah-Nya, Shalawat beserta salam semoga senantiasa terlimpah curahkan kepada Nabi Muhammad *Shallallahu 'alaihi wasallam* yang telah menjadi suri tauladan serta membebaskan umat manusia dari zaman jahiliyah menuju alam yang terang benderang dengan taburan cahaya ilmu pengetahuan dan kebenaran. Puji syukur kehadiran Allah *subhanahu wata'ala* yang atas izin-Nya, penulis dapat menyelesaikan tesis ini yang berjudul **“Konseling Sebaya dengan Konsep *Super Student Training* dalam Meningkatkan *Self Esteem* Siswa SMKN1 Mojoanyar”**

Penulis menyadari bahwa, tesis ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Bantuan tersebut berupa dukungan, baik yang bersifat materil maupun moril. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati dan ketulusan hati penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada segenap civitas akademik Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Penulis ucapkan terimakasih kepada Prof. Drs. KH. Yudian Wahyudi, M.A,Ph.D., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Kemudian, ucapan terima kasih kepada Prof. Noorhaidi Hasan, M.A, M.Phil., Ph.D., selaku Direktur Pascasarjana, Ibu Rof'ah, BSW., M.A., Ph.D dan Dr. Roma Ulinnuha, M.Hum sebagai ketua dan sekretaris prodi *Interdisciplinary Islamic Studies* Program Magister (S2) Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Terimah kasih kepada seluruh dosen pascasarjana yang memberikan curahan ilmu pengetahuan yang begitu bermanfaat yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Tidak lupa juga penulis ucapkan terimakasih kepada semua karyawan TU, akademik, Pusat pengembangan bahasa, perpustakaan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta khususnya karyawan yang ada di Pascasarjana yang telah memberikan kemudahan dan kelancaran dalam setiap urusan.

Sekali lagi saya ucapkan terima kasih, kepada Ibu Dr. Hj. Sri Sumarni, M.Pd. selaku Pembimbing Tesis, yang telah banyak memberikan motivasi, arahan, pengalaman dan ilmu yang tentunya sangat bermanfaat bagi penulis. Terimakasih atas kesabaran serta ketulusan dalam membimbing penulis sehingga penyusunan tesis ini dapat terselesaikan. Terima kasih juga kepada Dr. Roma Ulinuha, S.S., M.Hum. selaku ketua siding, dan kepada Ibu Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi. selaku penguji tesis yang telah memberikan banyak masukan yang sangat bermanfaat dan sangat membantu dalam proses perbaikan tesis ini.

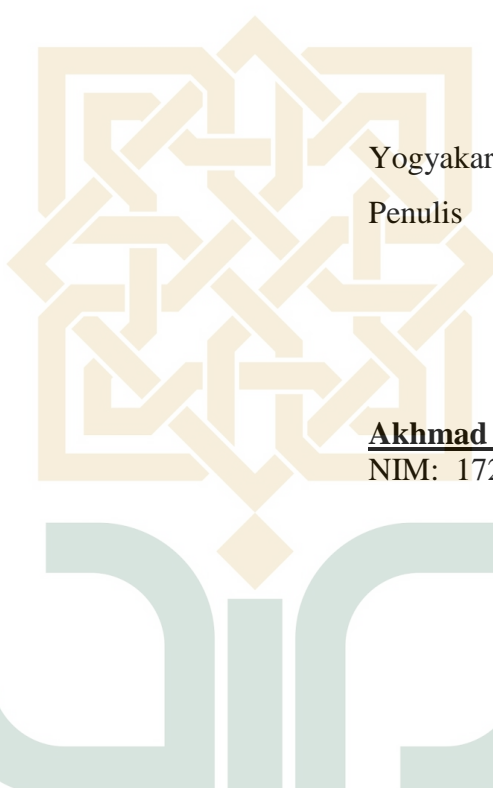
Terima kasih kepada seluruh informan di SMKN 1 Mojoanyar, yang telah memberikan pengalaman, ilmu serta kontribusi yang luar biasa dalam penyelesaian tesis ini. Kemudian juga ucapan terimakasih kepada sahabat Bimbingan dan Konseling Islam angkatan 2017, Program *Interdisciplinary Islamic Studies*, terimakasih atas kebersamaan kita selama ini. Pahit manis telah kita lalui kurang lebih dua tahun, semoga silaturahmi kita tetap terjaga. Semoga konsentrasi ini semakin berkembang kedepannya serta melahirkan para magister-magister yang berkualitas dan bermanfaat bagi nusa, bangsa dan agama.

Terima kasih kepada seluruh keluarga besar yang tersayang dan tercinta Bapak Sukirno dan Bapak Ahmad Hudlori, Ibuk Siti Hajar dan Ibuk Khotimah, Istri tercinta Nur Kholishotul Mujibiyah, adik – adikku tercinta Alfin Imam Mahsus, Dinni Umami Habibah, Ahmd Tsalis Ahsanuddin, dan Mbah Maimunah yang telah memberikan do'a, semangat dan dukungan. Doa merekalah yang telah meringankan langkah saya dalam menyelesaikan kuliah S2 di Yogyakarta. Terima kasih juga atas bantuan – bantuan dari keluarga besar yang telah diberikan kepada saya, baik secara moril dan materil, sehingga dapat memperoleh gelar Magister. Semoga mereka selalu diberikan kesehatan dan keberkahan dalam kehidupan.

Terima kasih sahabat seperjuangan, semakan, dan sepenanggungan, Arju Rohmatulloh S.H. sahabat takmir Masjid Nurul Hidayah Sleman Yogyakarta. Kepada semua pihak yang terlibat dan ikut berjasa secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan tesis ini, yang tidak dapat disebutkan satu-persatu, semoga Allah *subhanahu wata'ala* membalas kebaikan kita semua.

Penulis berharap semoga tesis ini bermanfaat dan menjadi sumbangan pengetahuan dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam, baik bersifat teoritis maupun praktis. Penulis menyadari bahwa hasil penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh sebab itu, kritik dan saran yang bersifat konstruktif sangat penulis harapkan dari pembaca demi perbaikan penelitian selanjutnya.

Jazakumullohu akhsanal jaza'



Yogyakarta, 17 Juli 2019

Penulis

Akhmad Fikri Haykal, S.Sos.

NIM: 17200010036

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya Tesis ini dipersembahkan kepada

Keluarga besar (bapak sukirno ibuk siti hajar, bapak ahmad hudlari ibuk nur khotimah, istri saya Nur Kholishotul Mujibiyah serta adik adik saya alfin imam mahsus,dinni umi habibah, Ahmad Tsalis Ahsanuddin, untuk mbah maimunah, dan semua teman-teman saya, T a' mir Masjid Nurul Hidayah, keluarga besar Yadaal Fataa yogyakarta)

Guru-Guru yang telah memberikan ilmu dan seluruh guru - guru tanpa pamrih

Yang membimbing serta mengarahkan agar menjadi pribadi yang berilmu

Almamater tercinta Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies*

Kosentrasi Bimbingan dan Konseling Islam.

MOTTO

Bersyukur Mendatangkan Segalanya

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ

وَالْأَبْصَرَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿٧٨﴾

dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam Keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur.

An-Nahl : 78

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vi
PERSEMBAHAN	ix
MOTTO	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
BAB I: PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	6
D. Kajian Pustaka	7
E. Kerangka Teori	9
F. Uji Hipotesis	17
G. Metodologi Penelitian	19
1. Pendekatan Penelitian	19
2. Subjek Penelitian	24
3. Dimensi Penelitian	26
4. Data dan Sumber data	29
a. Kepustakaan	29
b. Observasi	29
c. Wawancara	30
d. Dokumentasi	31
5. Identifikasi Variabel	31
BAB II: LANDASAN TEORI	
A. Konseling Sebaya	33
B. Self Esteem	39
C. Training Super Student	46
D. Hipotesis	54
BAB III: METODOLOGI PENELITIAN	
A. Metodologi Penelitian	57
1. Pendekatan Penelitian	57
B. Variabel Penelitian dan Definisi Oprasional	59
C. Lokasi dan Subyek Penelitian	60
D. Jenis Data dan Sumber Data	63
E. Dimensi Penelitian	70

F. Teknik Analisis Data.....	71
BAB IV: PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN	
A. Gambaran Umum <i>Low Self Esteem</i> Pada Subjek Penelitian	73
B. Persiapan Penelitian.....	75
C. Pelaksanaan Penelitian	76
1. Uji Coba Sekala.....	77
2. Pelaksanaan Seleksi Subjek	82
3. Pelaksanaan konseling Sebaya dengan konsep <i>Super Student Training</i>	85
D. Hasil Analisis Data.....	95
1. Analisis data Kuantitatif.....	95
2. Analisis data Kualitatif.....	104
E. Pembahasan.....	130
BAB V: PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	136
B. Saran	140
DAFTAR PUSTAKA	142
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Identitas Konselor Sebaya	72
Tabel 4.2 Uji Validitas	76
Tabel 4.3 Blue Print.....	77
Tabel 4.4 Reliability Statistics.....	79
Tabel 4.5 Tabel Interpensi Nilai R	80
Tabel 4.6 Tabel Hasil <i>Pre-Test</i>	81
Tabel 4.7 Prosentase Kategori <i>Self Esteem</i>	83
Tabel 4.8 Tabel Kegiatan Konseling Sebaya dengan Konsep <i>Super Student Training</i>	84
Tabel 4.9 Tabel Nilai Hasil <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test Self Eteem</i>	93
Tabel 4.10 Descriptive Statistics	94
Tabel 4.11 Tests of Normality	98
Tabel 4.12 Tabel Nilai Hasil Pretest dan Posttest <i>Self Eteem</i> Kelas Eksperimen.....	99
Tabel 4.13 Tabel Nilai Hasil Pretest dan Posttest Kelas Kontrol.....	100
Tabel 4.14 Paired Samples Test	101
Tabel 4.15 Tabel <i>Self Esteem</i> Sebelum dilakukan Treatment	102
Tabel 4.16 Tabel Kegiatan Konseling Sebaya dengan Konsep <i>Super Student Training</i>	112

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) adalah suatu konsep pendidikan yang mengarahkan output dari sistem pendidikan tersebut untuk bisa bersaing dan mempunyai suatu kompetensi dalam dunia pekerjaan. Hal tersebut dikuatkan dengan pendapat para ahli tentang pendidikan kejuruan, diantaranya Muchlas Samani, Evans & Edwin mengemukakan bahwa: “pendidikan kejuruan merupakan bagian dari sistem pendidikan yang mempersiapkan individu pada suatu pekerjaan atau kelompok pekerjaan”. Sementara Harris dalam Slamet menyatakan: ”Pendidikan kejuruan adalah pendidikan untuk suatu pekerjaan atau beberapa jenis pekerjaan yang disukai individu untuk kebutuhan sosialnya”.¹

Menurut House Committee on Education and Labour (HCEL) bahwa: “pendidikan kejuruan adalah suatu bentuk pengembangan bakat, pendidikan dasar keterampilan, dan kebiasaan-kebiasaan yang mengarah pada dunia kerja yang dipandang sebagai latihan keterampilan”. Bukan hanya dari beberapa definisi yang diungkapkan para ahli. Menurut undang – undang Sistem Pendidikan Nasional tentang pasal 18 dijelaskan bahwa: “Pendidikan Kejuruan merupakan pendidikan menengah yang mempersiapkan peserta didik terutama untuk bekerja pada bidang tertentu”.²

Undang – undang lain menyebutkan bahwa tujuan pendidikan menengah kejuruan menurut Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003, terbagi menjadi

¹ Evans & Edwin, dalam Onong Uchajana, *Dinamika Komunikasi* (Bandung: PT Remaja Rosda Karya: 1993), 3.

² House Committee on Education and Labour, dalam Deddy mulyana dkk, *Komunikasi Antar Pribadi* (Bandung: PT Remaja Rosda Karya:1990),15.

tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum pendidikan menengah kejuruan adalah : (a) meningkatkan keimanan dan ketakwaan peserta didik kepada Tuhan Yang Maha Esa; (b) mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi warga Negara yang berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, demokratis dan bertanggung jawab; (c) mengembangkan potensi peserta didik agar memiliki wawasan kebangsaan, memahami dan menghargai keanekaragaman budaya bangsa Indonesia; dan (d) mengembangkan potensi peserta didik agar memiliki kepedulian terhadap lingkungan hidup dengan secara aktif turut memelihara dan melestarikan lingkungan hidup, serta memanfaatkan sumber daya alam dengan efektif dan efisien.

Tujuan khusus pendidikan menengah kejuruan adalah sebagai berikut: (a) menyiapkan peserta didik agar menjadi manusia produktif, mampu bekerja mandiri, mengisi lowongan pekerjaan yang ada sebagai tenaga kerja tingkat menengah sesuai dengan kompetensi dalam program keahlian yang dipilihnya; (b) menyiapkan peserta didik agar mampu memilih karir, ulet dan gigih dalam berkompentensi, beradaptasi di lingkungan kerja dan mengembangkan sikap profesional dalam bidang keahlian yang diminatinya; (c) membekali peserta didik dengan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni agar mampu mengembangkan diri dikemudian hari baik secara mandiri maupun melalui jenjang pendidikan yang lebih tinggi; dan (d) membekali peserta didik dengan kompetensikompetensi yang sesuai dengan program keahlian yang dipilih.³

Kurikulum sistem pendidikan Sekolah Menengah Kejuruan atau SMK sudah diatur sedemikian rupa yaitu menyiapkan output yang siap berkompetisi

³ Cholid Narbuko & Abu Achmadi, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: Bumi aksara ,1997), 140.

dalam dunia kerja dengan keahlian yang telah diasah dengan matang untuk memenuhi pasar dunia kerja. Dari beberapa definisi dan undang –undang yang menuturkan bahwa siswa atau murid Sekolah Menengah Kejuruan atau dapat disingkat SMK itu dicetak dan dididik dengan sedemikian rupa hanya untuk dapat bekerja dikemudian hari, berbeda dengan Sekolah Menengah Atas atau SMA yang output murid atau siswanya untuk melanjutkan studi keperguruan tinggi sesuai jurusan waktu dia SMA serta minat dan bakat siswa SMA tersebut.

Masalah yang terjadi pada siswa dalam rangka persiapan memasuki dunia kerja di antaranya siswa belum mampu mengembangkan kariernya ketika sudah memilih jurusan sesuai dengan yang dipilihnya di sekolah, semisal siswa SMK, ia belum dapat menguasai jurusan yang dipilihnya dan merasa belum mampu, belum siap ketika memasuki dunia kerja dan belum mengambil keputusan, siswa merasa bingung apakah terus melanjutkan sekolah ke perguruan tinggi atau bekerja.⁴

Melihat dari fenomena sekarang masih banyak kita jumpai beberapa siswa SMK yang kebingungan dalam menentukan karir saat akan lulus sekolah, tidak seperti layaknya yang dijelaskan dalam teori-teori yang ada, jadi masih banyak siswa lulusan SMK yang masih merasa bingung atau ragu-ragu dalam menentukan mau melangkah ke dunia kerja, karena para siswa merasa masih banyak kelemahan dalam dirinya dan banyak faktor lain yang menyebabkan mereka merasa rendah atau *Low Self Esteem*, rasa kurang percaya diri ini sering kali muncul pada siswa SMK yang akan lulus sekolah saat memilih jenis pekerjaan.

⁴UlifaRahma, *Bimbingan Karier Siswa*, (Malang: UIN Maliki Press, 2010), 6.

Seringkali guru ataupun orangtua tidak mengetahui gejala gejala *Low self esteem* yang terjadi pada peserta didik dan anak-anak. Padahal kita bisa melihat dari gaya komunikasi anak, cara anak bergaul dengan teman di sekolah cara anak menyampaikan pesan dalam dirinya. Anak-anak zaman sekarang lebih terbuka dengan teman atau orang lain yang merasa nyaman untuk membuka keluh kesah yang terjadi pada dirinya. Seringkali yang mengetahui lebih detail mengenai problem anak termasuk gejala-gejala *Low Self Esteem* adalah teman sebaya atau teman bermain anak. Salah satu langkah yang dapat dilakukan adalah dengan penyelenggaraan bimbingan dan konseling yang berfokus pada peningkatan *Self Esteem* siswa dengan melakukan kolaborasi teman sebaya.

Bagi siswa, teman sebaya merupakan seseorang yang sering dijadikan tempat curhat karena dianggap yang paling aman, sehingga dalam menyampaikan masalah menjadi lebih terbuka. Selain itu, kecenderungan pada remaja juga menghabiskan sebagian besar waktu mereka bersama dengan teman sebaya daripada dengan keluarga. Berdasarkan pengamatan peneliti, siswa lebih sering melakukan curhat dengan teman sebayanya daripada dengan konselor atau orang yang lebih tua. Siswa baru menceritakan masalah dengan guru Bimbingan Konseling atau orang tua, ketika menemukan jalan buntu setelah menyampaikan masalahnya dengan teman sebaya.

Oleh sebab itu, guru Bimbingan Konseling harus mampu menangkap potensi siswa yang harus diberdayakan, yaitu teman

sebayanya sebagai media menyampaikan permasalahan, memberikan informasi yang positif dan mendukung teman sebayanya yang sedang bermasalah. Oleh sebab itu, pembimbing sebaya perlu dibekali melalui pelatihan khusus sehingga mereka dapat dijadikan mitra guru bimbingan dan konseling dalam membantu meningkatkan *Self Esteem* siswa.

Beberapa teknik dalam konseling sebaya dapat digunakan untuk meningkatkan *Self Esteem* siswa salah satunya yakni dengan kita mencoba implementasikan salah satu ayat dalam Al-Quran berikut:

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ
وَالْأَبْصَرَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

78. dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam Keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur.

Dari ayat diatas kita bisa mencoba menerapkan salah satu teknik konseling sebaya dengan cara mengimplementasikan salah satu ayat dalam Al-Qur'an untuk meningkatkan *Self Esteem* siswa, dalam ayat diatas mengandung makna bahwa kita dilahirkan dalam keadan tidak mengetahui apapun dan Allah memberikan, pendengaran, penglihatan dan hati untuk bersyukur. Dari kandungan ini peneliti mencoba memakai treatment dalam meningkatkan *Self Esteem* dari kandungan makna ayat tersebut yakni , Pendengaran, penglihatan dan hati, dan treatmen yang tepat untuk mengimplementasikan 3 aspek tersebut yakni konsep *Training* motivasi.

Peneliti memakai konsep training motivasi untuk dijadikan teknik dalam konseling sebaya . Adapun konsep training motivasi tersebut adalah *Super Student Training*, dalam konsep training ini siswa akan diajak menggunakan pendengaran, pengelihatan dan hati untuk meningkatkan *Self Esteem* mereka. Kami berangapan bahwa konsep ini akan menghasilkan siswa siswa yang *High Self Esteem* dan mampu menyebarkan kebaikan dimanapun siswa ini berada.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana Profil Bimbingan Konseling Sebaya di SMKN 1 Mojoanyar?
2. Bagaimana implementasi Bimbingan konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* di SMKN 1 Mojoanyar?
3. Bagaimana hasil Bimbingan Konseling Sebaya dengan konsep *Super Student Training* yang diterapkan di SMKN 1 Mojoanyar?

C. Tujuan dan Kegunaan

1. Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini
 - a. Mendeskripsikan tentang profil Bimbingan konseling sebaya di SMKN 1 Mojoanyar.
 - b. Mendeskripsikan tentang implementasi Bimbingan konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* di SMKN 1 Mojoanyar.
 - c. Mendeskripsikan hasil Bimbingan konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* di SMKN 1 Mojoanyar.

2. Kegunaan

a. Secara teoritik

Penelitian ini akan menambah wawasan pengetahuan terkait bimbingan konseling sebaya, dan konsep *Super Student Training*. Dengan menemukan berbagai temuan dilapangan terkait konsep, implementasi dan hasil bimbingan konseling sebaya.

b. Secara praktis

Penelitian ini diharapkan memberikan perkembangan penerapan konseling sebaya di sekolah sekolah yang belum menerapkan bimbingan konseling sebaya. Ada pertimbangan pertimbangan penting yang perlu dilakukan oleh guru bimbingan konseling maupun pihak lembaga pendidikan dalam memilih calon konselor teman sebaya. Secara praktik penelitian ini menginginkan adanya Peningkatan *Self Esteem* siswa melalui bimbingan konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training*. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi kepada institusi atau lembaga pendidikan lainnya yang belum menerapkan layanan bimbingan konseling sebaya agar menerapkan, karena layanan ini di anggap penting.

D. Kajian Pustaka

Pembahasan dalam kajian pustaka menunjukkan bahwa fokus penelitian ini adalah tentang bimbingan konseling sebaya dalam meningkatkan *Self Esteem* pada siswa, beberapa penelitian yang relevan sebagai berikut:

Pertama oleh Ruseno Arjungsi dan Titin Suprihatin dengan judul “metode pembelajaran tutor teman sebaya meningkatkan hasil belajar berdasarkan regulasi

diri”⁵. Pembelajaran melalui tutor teman sebaya efektif meningkatkan belajar berdasar regulasi-diri pada mahasiswa. Metode pembelajaran tutor teman sebaya terbukti memberikan kontribusi munculnya perilaku belajar berdasar regulasi-diri pada mahasiswa. Berdasarkan temuan penelitian ini, peneliti menyarankan kepada pengajar di perguruan tinggi memfasilitasi model pembelajaran yang mampu meningkatkan regulasi mahasiswa dalam belajarnya, yaitu melalui metode pembelajaran tutor teman sebaya. Metode pembelajaran tutor teman sebaya ini akan meningkatkan tingkat pemahaman mahasiswa terhadap tugas belajar yang diberikan. Penelitian tersebut lebih kepada keefektifan teman sebaya dalam meningkatkan belajar dan memunculkan model pembelajaran yang mampu meningkatkan regulasi diri. Artinya teman sebaya ini mampu memberi penguatan maupun faktor pendorong terbentuknya regulasi diri mahasiswa. Pembelajaran akan lebih mudah diperoleh dari tutor teman sebaya. Persamaan dengan penelitian ini adalah bahwa kekuatan teman sebaya memberikan pengaruh perubahan pada individu, namun fokus permasalahannya berbeda.

Kedua adalah Amelia Atika dan kamaruzzaman “Upaya Meningkatkan Kecerdasan Emosional Melalui *Peer Counseling* Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 10 Pontianak” Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan emosional melalui *peer counseling* pada siswa kelas X SMA Negeri 10 Pontianak. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode deskriptif dengan bentuk penelitian tindakan bimbingan dan konseling. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis data kualitatif dan analisis data kuantitatif. Hasil dari

⁵ Ruseno Arjangi dan Titin Suprihatin, “Metode Pembelajaran Tutor Teman Sebaya Meningkatkan Hasil Belajar Berdasarkan Regulasi Diri”, *Jurnal Sosial Humaniora*, Vol. 14 No.2, 2010.

penelitian ini menunjukkan bahwa *peer counseling* efektif meningkatkan kecerdasan emosional siswa. Penelitian ini berfokus pada peningkatan kecerdasan emosional para siswa adapun persamaan pada penelitian ini yakni kesamaan dalam memanfaatkan konseling sebaya untuk meningkatkan suatu perubahan pada klien atau siswa namun memiliki perbedaan dengan fokus permasalahan.⁶

E. Kerangka Teori

1. Konseling Sebaya (*Peer Counseling*)

Konseling adalah upaya membantu individu melalui proses interaksi yang bersifat pribadi antara konselor dan konseli agar konseli mampu memahami diri dan lingkungannya, mampu membuat keputusan dan menentukan tujuan berdasarkan nilai yang diyakininya sehingga konseli merasa bahagia dan efektif perilakunya.⁷ Berdasarkan beberapa penjelasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa konseling adalah proses bantuan yang diberikan oleh konselor kepada klien, agar klien tersebut dapat memahami dan mengarahkan hidupnya sesuai dengan tujuannya. Menurut kamus konseling, sebaya yang dalam bahasa Inggris disebut *peer* adalah kawan.

Teman-teman yang sesuai dan sejenis; perkumpulan atau kelompok pra *Puberteit* yang mempunyai sifat-sifat tertentu dan terdiri dari satu jenis.⁸ Pendapat Benimoff, Teman sebaya yaitu orang lain yang sejajar dengan dirinya yang tidak dapat memisahkan sanksi-sanksi dunia dewasa serta memberikan sebuah tempat

⁶ Amelia atika dan Kamaruzzaman, "Upaya Meningkatkan Kecerdasan Emosional melalui Peer Counseling Pada Siswa kelas X SMA Pontianak" *Jurnal Pendidikan Sosial*, Vol.02 No.02, Desember 2015.

⁷ Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*, (Bandung: PT. Refika Aditama, 2006), 10.

⁸ Sudarsono, *Kamus Konseling*, (Jakarta: PT Rineka Cipta, 1997), 174.

untuk melakukan sosialisasi dalam suasana nilai-nilai yang berlaku dan telah ditetapkan oleh teman-teman seusianya dimana anggotanya dapat memberi dan menjadi tempat bergantung. Orang lain yang sejajar di atas merupakan orang yang mempunyai tingkat perkembangan dan kematangan yang sama dengan individu, dengan kata lain teman sebaya adalah teman yang seusia.⁹

Menurut Santock, teman sebaya adalah individu-individu atau remaja dengan tingkat kematangan atau usia yang kurang lebih sama. Keduanya memiliki kesamaan dalam memberikan batasan pada pengertian teman sebaya yaitu bahwa teman sebaya merupakan teman yang sejajar atau memiliki tingkat usia dan kematangan yang sama.¹⁰ Teman sebaya adalah sekelompok individu yang mempunyai kesamaan dalam minat, nilai-nilai, pendapat, dan sifat-sifat kepribadian. Kesamaan inilah yang menjadi faktor utama pada individu dalam menentukan daya tarik hubungan interpersonal dengan teman seusianya.¹¹ Salah satu fungsi terpenting dari kelompok teman sebaya adalah untuk memberikan sumber informasi dan komparasi tentang dunia di luar keluarga.

Melalui kelompok teman sebaya individu menerima umpan balik dari temanteman mereka tentang kemampuan mereka. Remaja menilai apa-apa yang mereka lakukan, apakah dia lebih baik dari pada teman-temannya, apakah sama dengan teman-temannya, ataukah lebih buruk dari apa yang remaja lain kerjakan. Hal demikian akan sulit dilakukan dalam keluarga karena saudara-saudara

⁹ Benimoff, dalam Hurlock, Elizabeth B., *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta: Erlangga, 2006), 214.

¹⁰ Santock, J.W, *Life Span Development-Perkembangan Masa Hidup*, (Alih Bahasa Achmad Chusairi dan Juda Damanik), (Jakarta: Erlangga, 2002), 232.

¹¹ Yusuf, Syamsul, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*, (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2011), 60.

kandung biasanya lebih tua atau lebih muda (bukan sebaya).¹² Dari beberapa pendapat tokoh diatas dapat diambil kesimpulan bahwa teman sebaya merupakan orang lain yang sejajar dengan tingkat usia dan kematangan yang sama serta biasa bermain dan melakukan aktivitas secara bersama-sama atau interaksi.

Konseling sebaya adalah program bimbingan yang dilakukan oleh individu terhadap individu yang lainnya. Individu yang menjadi pembimbing sebelumnya diberikan latihan atau bimbingan oleh konselor. Individu yang menjadi pembimbing berfungsi sebagai mentor atau tutor yang membantu individu lain dalam memecahkan masalah yang dihadapinya, baik akademik maupun non-akademik. Disamping itu dia juga berfungsi sebagai mediator yang membantu konselor dengan cara memberikan informasi tentang kondisi, perkembangan atau masalah individu yang perlu mendapat layanan bantuan bimbingan atau konseling.¹³ Konselor sebaya menurut seorang pakar konseling yang bernama Carr, adalah seseorang yang terlatih dan mendapat pengawasan untuk memberikan bantuan dan dukungan kepada orang yang sama umurnya atau dalam hal yang lain.¹⁴

Menurut Carr, bimbingan konseling sebaya (*Peer Counseling*) merupakan suatu cara bagi individu untuk belajar bagaimana memperhatikan dan membantu individu lain, serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Sementara itu Tindall dan Gray, mendefinisikan konseling sebaya sebagai suatu ragam tingkah laku membantu secara interpersonal yang dilakukan oleh individu nonprofesional

¹² Santock, J.W, *Life Span Development-Perkembangan Masa Hidup*, (Alih Bahasa Achmad Chusairi dan Juda Damanik), (Jakarta: Erlangga, 2002), 287.

¹³ Carr, dalam Suwarjo, "*Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) untuk Mengembangkan Resiliensi Remaja*", Makalah FIP UNY, 29 Februari 2008.

¹⁴ *Ibid.*, 29 Februari 2008.

yang berusaha membantu orang lain. Menurut Tindall dan Gray konseling sebaya mencakup hubungan membantu yang dilakukan secara individual (*one-to-one helping relationship*), kepemimpinan kelompok, kepemimpinan diskusi, pemberian pertimbangan, tutorial dan semua aktivitas interpersonal manusia untuk membantu atau menolong.¹⁵

Definisi lain menekankan konseling sebaya sebagai suatu metode, seperti dikemukakan oleh Van Kan, bahwa “Konseling sebaya adalah memecahkan masalah menggunakan keterampilan dan mendengarkan secara aktif, untuk mendukung orang-orang yang sebaya dengan kita”.¹⁶ Meskipun demikian, Kan mengakui bahwa keberadaan konseling teman sebaya merupakan kombinasi dari dua aspek yaitu teknik dan pendekatan. Berbeda dengan Tindall dan Gray, Kan membedakan antara konseling teman sebaya dengan dukungan teman sebaya (*peer support*). Menurut Kan, *peer support* lebih bersifat umum (bantuan informal; saran umum dan nasehat diberikan oleh dan untuk teman sebaya); sementara *peer counseling* merupakan suatu metode yang terstruktur.¹⁷ Konseling sebaya merupakan suatu bentuk pendidikan psikologis yang disengaja dan sistematis. Konseling sebaya memungkinkan individu untuk memiliki keterampilan-keterampilan guna mengimplementasikan pengalaman kemandirian dan kemampuan mengontrol diri yang sangat bermakna bagi remaja. Secara khusus konseling teman sebaya tidak memfokuskan pada evaluasi isi, namun lebih memfokuskan pada proses berfikir, proses-proses perasaan dan proses

¹⁵ *Ibid.*, 29 Februari 2008.

¹⁶ Van Kan, “*Peer Counseling Tool and Trade A Work Document*”. www.Peercounseling.org Diakses 18 Februari 2017.

¹⁷ Suwarjo, “*Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) untuk Mengembangkan Resiliensi Remaja*,” Makalah Disampaikan dalam Seminar Pengembangan Ilmu Pendidikan FIP UNY, 29 Februari 2008.

pengambilan keputusan. Dengan cara yang demikian, konseling sebaya memberikan kontribusi pada dimilikinya pengalaman yang kuat yang dibutuhkan oleh para remaja yaitu respect.¹⁸

Adapun menurut Judy “Konseling sebaya didefinisikan sebagai berbagai perilaku membantu interpersonal (individu lain) yang dilakukan oleh non profesional yang melakukan peran membantu kepada orang lain.”¹⁹ Kerangka pemikiran konsep *Peer Helper Salzer and his Associates* mengemukakan lima teori yang mendasari *Peer Delivered services*, yaitu: teori dukungan sosial, *experience knowledge*, *helper-therapy*, teori pembelajaran sosial, dan teori perbandingan sosial. Studi lain yaitu *social interest* yang dikemukakan oleh Adlerian menjelaskan mengenai pelatihan *peer helper*, bahwa dalam perkembangannya teori Adler menyatakan bahwa dengan menolong antara sesama akan meningkatkan rasa kebersamaan dan rasa saling kebergantungan antara individu.²⁰

Pendapat lain menyatakan bahwa, dengan menolong sesamanya, individu membantu dirinya untuk mengembangkan *sense of being and living*. Terlepas dari penelitian mengenai *peer helper*, diperlukan adanya beberapa teori yang benar-benar menjadi dasar pengembangan dan asumsi awal mengenai *peer helper*. Konsep mengenai *peer helper* dalam *Family Health International* mengemukakan asumsi serta dasar pengembangan *peer helper*, yaitu:

¹⁸ *Ibid.*, 29 Februari 2008.

¹⁹ Agus Akhmadi, “*Konseling Sebaya Dalam Bimbingan Konseling Komprehensif*”, Surabaya: Widyaiswara Balai Diklat Keagamaan Surabaya, 5.

²⁰ Judy, dalam Aldag, “*Developing Peer Helping Program And Testing Effectiveness*”. Thesis of middle east technical University. Disertasi doktor pada Social Sciences of Middle East Technical University, 2005, 4.

a. *Social Learning Theory* (Bandura). Dimana teori ini mengemukakan bahwa manusia merupakan model bagi manusia lainnya, dan beberapa orang (*significant other*) memiliki pengaruh untuk mendatangkan perubahan pada diri individu, baik itu secara nilai-nilainya maupun persepsi mereka.

b. *Theory of Reasoned Action*, menyatakan bahwa satu elemen yang paling mempengaruhi perubahan perilaku pada diri suatu individu mengenai orang lain disekitarnya terletak pada bagaimana norma sosial serta persepsi yang dimiliki.

c. *Diffusion of innovation Theory*, menyatakan bahwa orang yang dapat dipercaya (dalam hal ini adalah pemimpin) dari suatu populasi merupakan seseorang yang membawa perubahan pada perilaku melalui pemberian informasi dan mempengaruhi norma dalam kelompok pada suatu komunitas. Berbagai macam teori yang dikemukakan di atas bukanlah menjadi sesuatu hal yang bertolak belakang antara satu dengan yang lainnya. Teoriteori dasar yang dikemukakan merupakan suatu upaya dalam memahami konsep *peer helper* secara lebih mendalam.²¹

Dapat disimpulkan bahwa konseling sebaya adalah layanan bantuan konseling yang diberikan oleh teman sebayanya yang telah terlebih dahulu diberikan pelatihan-pelatihan untuk menjadi konselor sebaya sehingga dapat memberikan bantuan baik secara individual maupun kelompok kepada teman-temannya yang bermasalah ataupun mengalami berbagai hambatan dalam perkembangan kepribadiannya.

²¹ *Ibid*, 4.

2. *Self Esteem*

a. Pengertian *Self Esteem*

Self esteem dalam psikologi diterjemahkan sebagai harga diri. *Self esteem* didefinisikan sebagai evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan individu dalam memandang dirinya yang mengekspresikan sikap menerima atau menolak, juga mengindikasikan besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuannya, keberartiannya, kesuksesan dan keberhargaan.

Untuk memberikan penjelasan yang lebih jelas dan terperinci mengenai *self esteem*, berikut ini beberapa definisi *self esteem* yang dikemukakan oleh para ahli:

Menurut Coopersmith, Perasaan harga diri mengacu pada evaluasi yang dibuat individu itu dan biasanya menjaga yang berkenaan dengan dirinya sendiri, hal ini mengekspresikan suatu sikap setuju atau tidak setuju dan menunjukkan tingkat dimana individu itu meyakini dirinya sendiri sebagai mampu, penting, berhasil dan berharga.²²

Singkatnya perasaan harga diri merupakan suatu penilaian pribadi terhadap perasaan berharga yang diekspresikan di dalam sikap-sikap yang dipegang oleh individu tersebut.

Pernyataan ini diperkuat oleh Baron & Byrne ,yang mengatakan bahwa: “Evaluasi terhadap diri sendiri dikenal sebagai *self esteem* yaitu evaluasi yang dibuat oleh setiap individu, sikap seseorang terhadap dirinya sendiri dalam rentan dimensi positif-negatif.” Harga diri adalah perasaan bahwa “*diri*” itu penting dan efektif, serta melibatkan pribadi yang yang

²² Coopersmith, dalam Burns, *Konsep diri : Teori Pengukuran , Perkembangan dan Prilaku*. Terjemah Eddy, (Jakarta: Arcan Belbeh 2013), 120.

sadar akan dirinya sendiri. Sedangkan gagasan-gagasan dari evaluasi diri menyiratkan bahwa perasaan harga diri seseorang berasal dari memiliki sikap-sikap yang sesuai dengan standar-standar tertentu dan penghargaan bagi diri untuk mencukupi aspirasi-aspirasinya sendiri dan dari orang lain. Pendapat Baron & Byrne tersebut di dukung oleh Rosenberg yang berpendapat bahwa “*self esteem* adalah suatu bentuk evaluasi dari sikap yang didasarkan pada perasaan keberhargaan diri individu, yang bisa berupa perasaan-perasaan positif atau negatif.”²³

Perasaan harga diri tampaknya dengan sederhana menyatakan secara tidak langsung bahwa individu yang bersangkutan merasakan bahwa dia seseorang yang berharga, menghargai dirinya sendiri terhadap sebagai apa dia sekarang ini, tidak mencela tentang apa dia yang tidak dilakukan, dan tingkatan dimana dia merasa positif terhadap dirinya sendiri. perasaan harga diri yang rendah menyiratkan penolakan diri, penghinaan diri dan evaluasi diri yang negatif.

Pendapat Baron & Byrne dan Rosenberg ini dilengkapi oleh Lerner dan Spanier yang berpendapat bahwa “Harga diri adalah tingkat penilaian yang positif atau negatif yang dihubungkan dengan konsep diri seseorang.”²⁴

Pendapat lain datang dari Branden yang menyatakan bahwa “*self esteem* merupakan keercayaan diri ada kemampuan kita dalam menghadapi tantangan hidup, keyakinan diri kita memiliki hak untuk bahagia, perasaan

²³ Baron & Byrne, dalam Burns, *Konsep diri : Teori Pengukuran , Perkembangan dan Prilaku*. Terjemah Eddy, (Jakarta: Arcan Belbeh 2013), 120.

²⁴ Lerner & Spainer, dalam Ghufroon, M. Nur Risnawita S, Rini. *Teori-Teori Psikologi*, (Yogyakarta : Ar-Ruzz Media, 2010), 39.

berharga, berjasa, berhak untuk menyatakan kebutuhan dan keinginan kita, dan menikmati buah dari usaha kita.²⁵

Pendapat diatas sejalan dengan Ghufron yang menyatakan bahwa “harga diri merupakan hasil penilaian yang dilakukannya dan perlakuan orang lain terhadap dirinya dan menunjukan sejauh mana individu memiliki rasa percaya diri serta mampu untuk berhasil dan berguna.”²⁶

Dapat dijelaskan bahwa *Self Esteem* adalah sebuah penentuan sejauh mana seorang individu menghargai dirinya atau memberi label *tag* atau harga pada dirinya saat berhadapan dengan sebuah orang lain atau stimulus lingkungan yang ada disekitarnya.

F. Uji Hipotesis

1. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji-t atau *t-test* untuk mengetahui perbedaan signifikan tingkat *Self Esteem* siswa yang diberi perlakuan *Super student Training* dan siswa yang tidak diberi perlakuan *Super student Training*. Berikut Rumus uji-t yang digunakan dalam pengujian hipotesis.²⁷

$$t = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$$

t : koefesien yang dicari

\bar{X}_1 : nilai rata-rata kelompok kontrol

²⁵ Branden, Nathail. *Kiat Jitu Meningkatkan Harga diri (Self Esteem)*,(Jakarta : Delaprapta pustaka 2010), 39.

²⁶ *Ibid*, 28.

²⁷ Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2007), 237.

- \bar{X}_1 : nilai rata-rata kelompok eksperimen
- n : jumlah subjek
- s^2 : taksiran varian

Hipotesis:

Ho : $\mu_1 = \mu_2$: Tidak terdapat pengaruh tingkat *Self Esteem* siswa yang diberikan konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* dengan siswa yang tidak diberi perlakuan.

Ha : $\mu_1 \neq \mu_2$: Terdapat pengaruh tingkat *Self Esteem* siswa yang diberikan konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* dengan siswa yang tidak diberi perlakuan.

2. Analisis Regresi Linier Sederhana

Selanjutnya digunakan analisis data dengan uji koefisien regresi sederhana (Uji-t) dengan tujuan untuk mengetahui apakah variable independen (X) konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* signifikan terhadap variable (Y) dalam meningkatkan *Self Esteem*. Pengujian menggunakan hitungan sederhana manual dengan mencari rata-rata nilai dan perubahan nilai sebelum di berikan prilaku dengan sesudah diberikan prilaku.

Hipotesis :

Ho : Tidak terdapat pengaruh antara konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* dalam meningkatkan *Self Esteem* siswa

Ha : Terdapat pengaruh antara konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* dalam meningkatkan *Self Esteem* siswa

Kriteria Uji :

$P_v > \alpha \rightarrow$ Ho diterima

$P_v \leq \alpha \rightarrow$ Ho ditolak

Interpretasinya:

Jika dari hasil pengujian taraf signifikan (α) penelitian $0,05 >$ nilai P_v maka Ho ditolak, artinya Terdapat pengaruh antara konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* dalam meningkatkan *Self Esteem* siswa.

Jika dari hasil pengujian taraf signifikan (α) penelitian $0,05 <$ nilai P_v maka Ho diterima, artinya tidak Terdapat pengaruh konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* dalam meningkatkan *Self Esteem* siswa, Dan uji yang terakhir adalah uji koefisien determinasi (R^2). Uji ini dilakukan untuk mengetahui seberapa besar presentase pengaruh pengaruh antara konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* dalam meningkatkan *Self Esteem* siswa.

G. Metode Penelitian

Metode merupakan cara dan proses yang dilakukan dalam penelitian. Langkah-langkah yang dilakukan dalam penelitian dimulai dari menentukan dan memilih lokasi penelitian sampai pada mengecek keabsahan data. Penjelasan proses penelitian diuraikan sebagai berikut:

1. Pendekatan Penelitian

- a. Mengacu pada rumusan masalah yang ada, maka penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian *Mixed Method*. Menurut Creswell

mixed method atau penelitian campuran merupakan pendekatan penelitian yang mengkombinasikan antara penelitian kualitatif dengan kuantitatif untuk digunakan secara bersama-sama dalam suatu kegiatan penelitian sehingga diperoleh data yang lebih komprehensif, valid, reliabel, dan obyektif.²⁸

Adapun Jenis penelitian kombinasi yang kami gunakan dalam penelitian ini adalah model *sequential explanatory* yakni metode penelitian yang mengumpulkan dan menganalisis data kuantitatif, kemudian diikuti oleh pengumpulan dan menganalisis data kualitatif yang dibangun berdasarkan hasil awal kuantitatif. Secara esensial, penelitian ini hendak membuktikan atau menguji suatu teori yang diturunkan melalui hipotesa. Hingga pada gilirannya penelitian akan menerima atau menolak hipotesa tersebut berdasarkan pada kerangka berpikir yang logis (*logical*) dan data empiris (*empirical*) yang diperoleh di lapangan penelitian. Sebagai upaya mempermudah penelitian ini, maka prosesi pembuktian dan pengujian hipotesa dilakukan dengan bantuan SPSS (*Statistical Package For Social Sciences*).

a) Sasaran dan Lokasi Penelitian

Disini peneliti mengambil sebuah objek sekolah yang bernama SMKN 1 Mojoanyar Mojokerto , yang bertempat di desa Kepuhanyar, Kecamatan Mojoanyar, Kabupaten Mojokerto.

²⁸ John W Creswell, *Research Design: Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Dan Mixed*, Ketiga, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 5.

b) Jenis Data

Data adalah suatu hal yang diperoleh di lapangan ketika melakukan penelitian dan belum diolah. Atau dengan pengertian lain, suatu hal yang dianggap atau diketahui. Data menurut jenisnya dibagi menjadi dua:

a. Data Kualitatif

Yaitu yang disajikan dalam bentuk kata verbal, bukan dalam bentuk angka. Dalam penelitian ini, data kualitatif hanya bersifat data pelengkap, dikarenakan penelitian ini penelitian kuantitatif. Yang termasuk data kualitatif adalah:

- 1) Gambaran umum SMKN 1 Mojoanyar .
- 2) Struktur manajemen Bimbingan dan Konseling SMKN 1 Mojoanyar .
- 3) Literatur-literatur mengenai manajemen Bimbingan dan Konseling.

b. Data kuantitatif

Yaitu data yang berbentuk angka statistik. Data inilah yang menjadi data primer (utama) dalam penelitian ini. Yang termasuk data kuantitatif adalah:

- 1) Jumlah siswa, guru dan staf-staf sekolah di SMKN 1 Mojoanyar .
- 2) Sarana dan prasarana SMKN 1 Mojoanyar .
- 3) Adminstrasi bimbingan dan konseling di SMKN 1 Mojoanyar .
- 4) Hasil konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* dalam meningkatkan *Self Esteem* siswa di SMKN 1 Mojoanyar.

c) Sumber Data

Menurut sumber datanya dalam penelitian ini, data dibedakan menjadi dua macam yakni:

a. Sumber Data Primer

Yaitu sumber yang langsung memberikan data kepada peneliti,²⁹ diantara adalah:

- 1) Siswa-siswi SMKN 1 Mojoanyar .
- 2) Staf Sarana dan Prasarana SMKN 1 Mojoanyar .
- 3) Guru-guru SMKN 1 Mojoanyar .
- 4) Guru (Koordinator) Bimbingan dan Konseling SMKN 1 Mojoanyar.
- 5) Kepala Sekolah SMKN 1 Mojoanyar .

b. Data Sekunder

Yaitu sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada peneliti,³⁰ seperti dokumentasi mengenai keadaan lingkungan, dan literatur-literatur mengenai manajemen bimbingan dan konseling (Kepustakaan).

d) Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh proses manajemen Bimbingan Konseling di SMKN 1 Mojoanyar .

²⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2007), 308.

³⁰ *Ibid*, 309.

b. Sampel

Banyaknya populasi dan keterbatasan waktu menjadikan penulis sengaja menentukan sampel yang akan menjadi fokus penelitian, yaitu menggunakan snow ball sampling untuk memudahkan peneliti

e) Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan instrument metode angket yang berfungsi sebagai berikut:

- a. Untuk menggali data yang berhubungan dengan konseling sebaya di SMKN 1 Mojoanyar .
- b. Untuk mengetahui peningkatan *Self Esteem* siswa di SMKN 1 Mojoanyar .
- c. Untuk mengetahui data yang berhubungan dengan konseling sebaya dalam meningkatkan *Self Esteem* siswa di SMKN 1 Mojoanyar .

Adapun alasan memilih metode angket/alat tes sebagai instrument dalam penelitian ini karena metode angket/alat tes dari tori *Coopersmith* 1967 , praktis digunakan, menghemat biaya dan tenaga, responden dapat menjawab secara langsung tanpa dipengaruhi orang lain.

Angket/alat ukur *Self Esteem* yang di rumuskan oleh *Coopersmith* 1967, yang disusun oleh penulis didasarkan pada hasil penjabaran variabel penelitian. Pada alat tes ini kita akan bisa menguji berapa peningkatan *Self Esteem* siswa SMKN 1 Mojoanyar.

2. Subjek Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di SMKN 1 Mojoanyar. Adapun yang menjadi subjek penelitian adalah guru bimbingan konseling, konselor sebaya dan konseli sebaya. Tempat penelitian dilakukan di SMKN 1 Mojoanyar dengan beberapa alasan:

- a. SMKN 1 Mojoanyar merupakan salah satu sekolah menengah atas yang telah menerapkan layanan bimbingan konseling sebaya.
- b. SMKN 1 Mojoanyar adalah salah satu sekolah SMK yang mudah di jangkau oleh peneliti
- c. SMKN 1 Mojoanyar memberikan penguatan dan gambaran bahwa pergaulan pada masa remaja ternyata dapat dibentuk dengan baik melalui bimbingan dan pelatihan secara khusus, sehingga akan berpengaruh positif terhadap pergaulan remaja.
- d. SMKN 1 Mojoanyar sebagai wadah kami dalam pengaplikasian teknik *Peer counseling* dalam meningkatkan *Self Esteem* dalam pengembangan Karir

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti.³¹ Menurut Suharsimi dalam pengambilan sample ada ketentuan apabila kurang dari 100 lebih baik diambil semua sebagai penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah subjek atau objeknya lebih dari 100 dapat diambil dengan ketentuan 10%-15% atau 20%-25% atau lebih penting bisa mewakili populasi yang ada.³²

³¹ Ibnu Hajar, *Dasar-dasar Penelitian Kuantitatif Dalam Pendidikan*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1999), 117.

³² *Ibid*, 112.

Populasi diartikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri dari subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu. Sampel adalah bagian dari populasi.³³ Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah bola salju berantai.³⁴ Alasan pengambilan sampling bola salju karena peneliti belum mengetahui secara mendalam orang-orang yang akan dimintai informasi, hanya sebatas melihat secara umum saja misalnya, berawal dari staff Tata Usaha. Kemudian nantinya staff Tata Usaha merekomendasikan orang-orang yang akan memberikan informasi lebih mendalam terkait tema penelitian. Teknik sampling bola salju secara umum diambil melalui beberapa kriteria diantaranya:

- a. Guru bimbingan dan konseling yang mengampu proses konseling teman sebaya.
- b. Koordinator bimbingan konseling SMKN 1 Mojoanyar.
- c. Kepala sekolah dan staff umum dengan tujuan memperoleh informasi yang bersifat general dan global.
- d. Siswa yang telah terpilih dan bersedia menjadi konselor sebaya.
- e. Siswa yang pernah menjadi konseli sebaya, guna melihat peningkatan *Self Esteem*.

Teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu yakni informan. Informan tersebut merupakan orang yang dianggap paling tahu tentang apa yang di harapkan peneliti. Sebagai penguasa sehingga akan memudahkan peneliti menjelajahi objek atau situasi sosial yang diteliti. Jumlah subjek atau informan dalam penelitian ini adalah sebanyak sepuluh orang.

³³ Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2014) , 216.

³⁴ Michael Queen Patton, *Metode Evaluasi Kualitatif*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009), 89.

Informasi terkait bimbingan konseling sebaya dan perilaku prososial secara mendalam diperoleh dari guru bimbingan konseling sebaya, lima orang siswa/remaja sebagai konselor sebaya, dan dua orang siswa/remaja sebagai konseli sebaya. Selanjutnya ditambahkan informasi dari Koordinator bimbingan konseling dan kepala sekolah sebagai pendukung dan penguat informasi. Informan tersebut dipilih karena mereka dianggap paling mengetahui tentang tema yang dimaksud peneliti. Fokus penelitian ini adalah tentang pelaksanaan bimbingan konseling sebaya dapat meningkatkan *Self Esteem* siswa. Pengembangan perilaku prososial dalam artian bahwa bimbingan konseling sebaya mampu meningkatkan *Self Esteem* siswa yang telah terpilih menjadi konselor maupun konseli sebaya tersebut. Tentang pelaksanaan konseling sebaya dapat meningkatkan *Self Esteem* siswa. Penelitian ini berfokus pada pengamatan tentang tahapan bimbingan konseling sebaya dan proses konseling sebaya yang pernah diterapkan, bukan semata-mata mencari solusi dari permasalahan.

3. Dimensi Penelitian

Dimensi penelitian adalah operasionalisasi variabel serta faktor faktor yang akan dikaji dalam penelitian yang digunakan untuk memberikan arahan bagi pengukurannya.³⁵ Dimensi penelitian merupakan gambaran aspek tinjauan penelitian. Dimensi penelitian menunjukkan bagaimana penelitian akan dilakukan, apa tujuan dilakukannya penelitian serta bagaimana pengumpulan datanya atau

³⁵ Aziz Muslim, Materi perkuliahan “Metodologi Penelitian” diruang Perkuliahan UIN Sunan Kalijaga pada 14 November 2016.

perolehan data dan macam-macam data yang akan dikumpulkan yang dilihat dari aspek jenis penelitian.³⁶

Dimensi Penelitian merupakan indikator variabel yang akan menjadi tema dalam penelitian. Demikian variabel yang didapatkan dilapangan adalah mengenai konseling sebaya, yang meliputi aspek konsep, implementasi, dan hasil. Penjabaran dari variabel penelitian sebagai berikut:

- a. Profil bimbingan konseling sebaya, Pengertian konsep dalam kamus Bahasa Indonesia yakni rancangan.³⁷ Konsep merupakan bentuk pemikiran maupun ide. Konsep yang dimaksud disini yakni yang diimplementasikan langsung dalam penerapan konseling sebaya. Informasi terkait bimbingan yang akan diperoleh ketika dilapangan nantinya diantaranya:
 - 1) Pemahaman tentang bimbingan konseling sebaya di SMKN 1 Mojoanyar.
 - 2) Tujuan penerapan konseling teman sebaya di SMKN 1 Mojoanyar.
- b. Implementasi bimbingan konseling sebaya Implementasi dalam Kamus Bahasa Indonesia adalah pelaksanaan atau penerapan.³⁸ Implementasi merupakan bentuk penerapan konseling sebaya. Informasi yang akan diperoleh yakni terkait:
 - 1) Tahapan bimbingan konseling sebaya di SMKN 1 Mojoanyar.
 - 2) Pelaksaan bimbingan konseling sederhana.
 - 3) Faktor pendukung dan penghambat pelaksanaan bimbingan konseling sebaya.

³⁶ Uhar Suhar Saputra, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*. (Bandung: Refika Aditama, 2012), 33.

³⁷ Desi Anwar, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*, (Surabaya: Amelia, 2002), 246.

³⁸ *Ibid*, 246.

c. Hasil penerapan bimbingan konseling sebaya dengan konsep *Super student training*. Hasil penerapan merupakan dampak positif dari penerapan konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training*. Peneliti ingin mendapatkan informasi terkait hasil penerapan konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* terhadap *Self Esteem* siswa. Adapun peningkatan yang ingin dicapai peneliti yakni peningkatan *Self Esteem* berupa beberapa indikator yang kami ambil dari Teori Coopersmith yakni 1. Power atau kekuatan adalah sesuatu yang menunjukkan pada adanya kemampuan seseorang untuk dapat mengontrol dan mengatur dan mendapat pengakuan dari orang lain. seperti ketepatan dalam mengatur waktu, kemampuan untuk merasakan sesuatu, kemampuan untuk mengubah diri, kemampuan untuk mengungkapkan pendapat. 2. Keberanian atau *Significance*, sesuatu yang menunjukkan pada kepedulian, perhatian, afeksi dan ekspresi cinta yang diterima seseorang dari orang lain yang menunjukkan adanya penerimaan dan popularitas individu dari lingkungan sosial. kemampuan untuk disukai orang lain, kemampuan untuk menunjukkan keberhasilan, kemampuan untuk mengerti orang lain. 3. Kebajikan atau *virtue* yakni sesuatu yang menunjukkan sebuah kapatuhan untuk mengikuti standart moral, etika serta agama dimana individu akan menjahui tindakan yang dilarang dan melakukan perbuatan yang diizinkan oleh moral etika serta agama. seperti, kemampuan untuk bergembira dengan orang tua. 4. Kemampuan atau *Competence*, menunjukkan suatu performansi yang tinggi untuk memenuhi kebutuhan dan mencapai prestasi. kemampuan untuk menunjukkan hasil

karya. Pengamatan hasil dilakukan dari proses konseling sederhana yang mengalami perubahan baik secara pribadi konselor maupun konseli sebaya.

4. Data dan Sumber Data

Data dan sumber data merupakan konsep dasar yang menjadi sudut pandang tema penelitian. Perolehan informasi dari mana dan pengambilan informasinya melalui metode apa, serta siapa-siapa yang akan dimintai informasi. Dalam penelitian ini penulis menggunakan beberapa metode dalam mengumpulkan data, sebagai berikut:

a. Metode Kepustakaan (*library research*)

Yakni mengkaji buku atau literatur yang sesuai dengan tema penelitian penulis.

b. Metode Observasi (*pengamatan*)

Metode observasi atau pengamatan adalah kegiatan keseharian manusia dengan menggunakan panca indera mata dan dibantu dengan panca indera lainnya.³⁹ Marshall (1990) menyatakan bahwa, "*Through observation, the researcher learn about behavior and the meaning attached to those behavior*". Melalui observasi, penulis belajar tentang perilaku, dan makna dari perilaku tersebut.⁴⁰ Adapun observasi yang dilakukan penulis termasuk dalam jenis observasi partisipatif. Yaitu penulis terlibat langsung dengan kegiatan sehari-hari orang yang sedang diamati atau yang digunakan sebagai

³⁹ Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Sosial* (Surabaya : Airlangga University Press, 2001),142.

⁴⁰ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2014), 310.

sumber data penelitian. Sambil melakukan pengamatan, penulis ikut melakukan apa yang dikerjakan oleh sumber data.

c. Metode Wawancara (*interview*)

Metode wawancara/interview adalah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan responden/orang yang diwawancarai, dengan atau tanpa menggunakan pedoman (*guide*) wawancara.⁴¹

Dalam menggunakan metode ini penulis mengadakan tanya jawab secara langsung dengan membawa pedoman tentang hal-hal yang ditanyakan dengan cara menanyakan beberapa pertanyaan kemudian satu per-satu diperdalam dan mengorek lebih lanjut. Wawancara merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya-jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Dalam hal ini penulis melakukan wawancara dengan pihak-pihak terkait sebagaimana yang tercantum dalam sumber data primer.

d. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah metode pengumpulan data yang digunakan untuk menelusuri data historis.⁴² Sebagian besar data yang tersedia adalah berbentuk surat-surat, laporan, buku-buku, catatan harian, kenang-kenangan, dan lain sebagainya.

⁴¹ *Ibid*, 133.

⁴² *Ibid*, 152.

e. Metode Angket

Metode angket adalah metode yang berbentuk rangkaian atau kumpulan pertanyaan yang disusun secara sistematis dalam sebuah pertanyaan, kemudian dikirim kepada responden untuk di isi, setelah di isi angket dikirim kembali / dikembalikan ke penulis.⁴³

Dalam hal ini penulis menggunakan kuisisioner langsung, yaitu memberikan daftar langsung kepada responden untuk memperoleh data yang dibutuhkan sehingga dapat diketahui pendapat atau sikap seseorang terhadap suatu masalah. Metode ini digunakan untuk mendapatkan informasi tentang Konseling sebaya dengan teknik *Super Student* dalam meningkatkan *Self Esteem* siswa di SMKN 1 Mojoanyar

5. Identifikasi Variabel

Variabel disebut juga sebagai objek penelitian, atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian.⁴⁴ Menurut Hagul, Manning, dan Singarimbun (1989) inti penelitian ilmiah adalah mencari hubungan antar variabel. Maka variabel-variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah:

a) Variabel Bebas (X)

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *Bimbingan konseling Sebaya dengan konsep Super Student Training*. Variabel ini merupakan variabel yang secara logis dapat menimbulkan variabel pengaruh terhadap variabel terikat.

⁴³ *Ibid*,130.

⁴⁴ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek* , (Jakarta: Rineka Cipta, 2002), 96.

b) Variabel terikat (Y)

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *Meningkatkan Self Esteem Siswa SMKN 1 Mojoanyar* , dan merupakan variabel yang diamati variasinya sebagai hasil yang dipradugakan dari variabel pengaruh.

c) Tehnik Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh melalui wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah difahami, dan temuannya dapat di informasikan kepada orang lain. Dilakukan dengan mengorganisasikan data, menjabarkannya ke dalam unit-unit, melakukan sintesa, menyusun ke dalam pola, memilih dan membuat kesimpulan. Proses analisis data dilakukan secara simultan dengan pengumpulan data, artinya penulis dalam mengumpulkan data juga menganalisis data yang diperoleh dilapangan. Kami memakai rumus teori *Coopersmith 1976* untuk menentukan presentase kenaikan *self esteem* siswa.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dalam penjelasan di atas dapat dikategorikan ke dalam tiga kesimpulan, antar alain:

1. Profil Bimbingan Konseling Sebaya di SMKN 1 Mojoanyar

a. Tahap Persiapan

Proses persiapan pelaksanaan konseling sebaya dilakukan oleh kordinator BK SMKN 1 Mojoanyar, dengan beberapa bentuk persiapan, antara lain:

- 1) Melakukan observasi terhadap calon peserta konseling sebaya.
- 2) Menentukan nama-nama peserta konseling sebaya, sekaligus menentukan konselor sebaya.
- 3) Mengajukan nama-nama calon peserta konseling sebaya kepada Waka Kurikulum sekolah.
- 4) Nama-nama yang terpilih akan diberikan angket untuk diketahui permasalahan dasarnya.
- 5) Setelah diketahui permasalahan dasar peserta konseling sebaya, kemudian kordinator BK beserta konselor sebaya menentukan teknik konseling yang sesuai dengan persoalan dasar peserta konseling sebaya.
- 6) Konselor sebaya diberikan pelatihan teknik konseling sebaya dengan konsep *super student*.

b. Tahap Pelaksanaan

Kordinator BK menyerahkan kepada konselor sebaya untuk memimpin pelaksanaan konseling sebaya dengan konsep *super student training*. Adapun tahapan pelaksanaannya sebagai berikut:

- 1) Pengkondisian peserta konseling sebaya
- 2) aplikasi layanan konseling sebaya dengan konsep *super student training*.
 - a) Pengenalan konsep *super student training* oleh konselor sebaya
 - b) *Dream*; mengarahkan peserta konseling sebaya untuk menggali impian/cita-cita, kemudian menentukan target impian yang akan dicapai.
 - c) *Tangga super student*: menentukan langkah-langkah yang harus dilakukan oleh peserta konseling sebaya untuk meraih impian masing-masing.

c. Tahap *follow up*

Pada tahapan terakhir kordinator BK SMKN 1 Mojoanyar memberikan angket untuk melihat peningkatan *self esteem* peserta konseling sebaya. Kemudian sebagai penguat data kordinator melakukan wawancara dengan guru, teman sebaya, dan konselor, sebagai validitas data yang diperleh dari hasil angket.

2. Implementasi Bimbingan Konseling Sebaya dengan Kosep *Super Student Training*.

a. Peneliti melakukan uji *Pre Test*

Dengan hasil kelas eksperimen hasil *Pre-Test* total 965 dengan rata-rata skor 80,42. Untuk hasil *Pre-Test* kelas kontrol mendapatkan total skor 1076 dengan rata-rata 89,67.

b. Peneliti melakukan pemilihan konselor sebaya dengan menunjuk Muhammad Riski Nur Hidayat sebagai konselor sebaya.

c. Peneliti menentukan kelas eksperimen dan kelas kontrol dari hasil *Pre Test* dengan membagi 2 kelas, 12 siswa kelas eksperimen dan 12 siswa kelas kontrol, penentuan kelas eksperiment berdasarkan nilai *Pre-Test* siswa paling rendah.

d. Menerapkan konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* Pada kelas Eksperimen.

e. Peneliti melakukan *Follow Up*, dengan melakukan *Post-Test*.

3. Hasil Bimbingan Konseling Sebaya dengan Konsep *Super Student Training* dalam Meningkatkan *Self Esteem* Siswa SMKN 1 Mojoanyar.

Berdasarkan hasil uji *Paired T-Test* : pair 1 diperoleh nilai sig.(2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$ maka bisa kita simpulkan ada perbedaan rata-rata peningkatan *Self Esteem* untuk *Pre-Test* Kelas eksperimen dan *Post-Test* kelas eksperimen. Berdasarkan hasil pair 2 diperoleh nilai sig.(2-tailed) sebesar $0,030 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-

rata tingkat *Self Esteem* untuk *Pre-Test* kelas kontrol dan *Post-Test* kelas kontrol.

Adapun perkembangan dan kenaikan tingkat *Self Esteem* Subjek pada beberapa aspek. Pada gambaran awal siswa kelas eksperimen semua siswa mendapatkan kategori *Self Esteem* rendah, dengan prosentase aspek *Personal Inters* mendapat kategori tertinggi dengan prosentase 44,66%. Hubungan dengan keluarga dan orang tua terjadi 16,66% siswa, hubungan dengan teman sebaya 33,33%, dan prosentase terendah terjadi pada hubungan dengan guru dan lingkungan sekolah besar prosentase 8,33%. Setelah dilakukan *Treatment* mengalami peningkatan *Self Esteem* di tunjukan menurunnya tingkat rata-rata tingkat paling tinggi pada aspek *Personal Inters* yakni dilakukan oleh 5 siswa menurun menjadi tinggal 1 siswa yang belum sempurna dalam tingkat *Personal Inters*, untuk siswa yang lemah dalam bergaul dengan keluarga, kini semua siswa sudah berhubungan baik dengan keluarga.

Berdasarkan hasil *Follow Up* peneliti mengetahui adanya peneningkatan *Self Esteem* pada subjek kelas eksperimen, dengan hasil rata-rata kelas eksperimen dari skor awal 80,42 menjadi 111,17 menjadi kategori sedang, dari kategori rendah, dengan jumlah total nilai dari 965 menjadi 1334 ada kenaikan 369 atau 27%. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa tingkat *Self Esteem* siswa kelas eksperimen lebih tinggi dari kelas kontrol, hal ini dapat dilihat dari rata-rata kelas eksperimen sebesar 111,17 dan nilai rata-rata kelas kontrol sebesar 90,17. Hal ini berarti kelas

yang mendapatkan Konseling Sebaya dengan konsep *Super Student Training* lebih baik daripada kelas yang tidak mendapatkan perlakuan.

B. Saran

Dalam penelitian ini, Saya selaku peneliti menyadari penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh sebab itu, saya selaku peneliti berharap kepada peneliti selanjutnya untuk lebih menyempurnakan hasil penelitian yang tentunya menunjuk pada hasil penelitian yang sudah ada, dengan harapan agar penelitian yang dihasilkan nantinya dapat menjadi baik dan lebih sempurna. Dalam hal ini meningkatkan *Self Esteem* siswa adalah hal yang sering kali dilaksanakan dan sudah sering diteliti. Jadi peneliti berharap adanya koreksi serta perbaikan untuk penelitian lebih lanjut. Adapun sasaran saran yakni sebagai berikut:

1. Bagi Siswa

Kami berharap siswa selalu menjadi seseorang yang selalu optimis dalam menjalani hidup dan mengetahui bahwa sebenarnya kalian mampu untuk melakukan segala hal dan selalu motivasi hidup bagi diri kalian untuk meraih apa yang menjadi keinginannya, tujuannya, serta hobinya. Tak lupa dapat mengamalkan ilmu yang telah di dapat selama melaksanakan bimbingan konsleing kelompok. Dan selalu bertindak disiplin baik kepada Guru, Orang Tua ataupun orang disekitarnya. Karena hidup tidak sendirian anda memerlukan orang lain untuk hidup jadi haragailah orang disekitar anda. Ikuti kata hati kalian jangan mudah terpengaruh baik teman maupun lingkungan yang menutrut anda itu tidak bermanfaat.

2. Bagi Para Bapak dan Ibu Guru

Kami berharap para Bapak dan Ibu Guru sebagai orangtua siswa saat disekolah mengetahui gejala-gejala penyakit psikologis yang dialami Siswanya. Karena hal ini penting bagi terwujudnya kualitas sekolah yang mencetak lulusan terbaik dan bisa dipersaingkan di kancan dunia kerja.

3. Bagi Guru BK

Kami berharap guru Bimbingan Konseling mengetahui perubahan pada kondisi diri siswa dan perlu untuk memantau siswa setiap langkahnya. Guru harus selalu mensupport siswa agar menjadi anak yang semangat dalam belajar dan mampu untuk mengamalkan segala ilmu yang siswa dapat dari penelitian ini.



DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Juntika Nurihsan. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: PT. Refika Aditama, 2006.
- Agus, Akhmadi. *Konseling Sebaya Dalam Bimbingan Konseling Komprehensif*. Surabaya: Widyaaiswara Balai Diklat Keagamaan Surabaya.
- Aldag. *Developing Peer Helping Program And Testing Effectiveness*. Thesis of middle east technical University. Disertasi doktor pada Social Sciences of Middle East Technical University, 2005.
- Amelia, Atika dan Kamaruzzaman. Upaya Meningkatkan Kecerdasan Emosional melalui Peer Counseling Pada Siswa kelas X SMA Pontianak” *Jurnal Pendidikan Sosial*, Vol.02 No.02, Desember 2015.
- Anwar, Desi. *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*. Surabaya: Amelia, 2002.
- Arikunto, Suharsimi. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta, 2002.
- Azwar, Saifuddin. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 2005.
- Bakti, Alam setia. *Konseling Teman Sebaya (Peer Helper)*. www.alamsetiabakti.blogspot.com. Diakses pada tanggal 25 Februari 2018.
- Branden, Nathail. *Kiat Jitu Meningkatkan Harga diri (Self Esteem)*. Jakarta : Delaprasta pustaka, 2010.
- Burhan Bungin. *Metodologi Penelitian Sosial*. Surabaya : Airlangga University Press, 2001.
- Burns, R.B. *Konsep diri : Teori Pengukuran , Perkembangan dan Prilaku*. Eddy (terj.). Jakarta: Arcan Belbeh, 2013.
- Cholid Narbuko & Abu Achmadi. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Bumi aksara ,1997.
- Ghufron, M. Nur Risnawita S, Rini. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media, 2010.
- Hajar Ibnu. *Dasar-dasar Penelitian Kuantitatif Dalam Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1999.
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga, 2006.
- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta :PT. Gelora Aksara Pratama, 2004.
- Monks. *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagaiannya*. Yogyakarta: Gajah Mada University Perss, 2004.
- Mulyana, Deddy dkk. *Komunikasi Antar Pribadi*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya,1990.

- Muslikhah. "Bimbingan Teman Sebaya Untuk Mengembangkan Sikap Negatif Terhadap Perilaku Seks Tidak Sehat" *Jurnal Bimbingan Konseling*, *Journal Unnes* juni 2013 Vol 2.
- Muslim, Aziz. Materi perkuliahan Metodologi Penelitian diruang Perkuliahan UIN Sunan Kalijaga pada 14 November 2016.
- Ni'mah Suseno, Miftahun. *Statistik: Teori Dan Aplikasi Untuk Penelitian Ilmu Sosial Dan Humaniora*. Yogyakarta: As-Shoft, 2012.
- Nur Permata Sari, Dahlia. "Hubungan antara Body Image dan Self Esteem pada dewasa awal tuna daksa" *jurnal ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya* Vol.1 no. 1(2012).
- Putro Widoyoko, Eko. *Teknik Penyusunan Instrumen Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.
- Qomarul khasanah, "Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Siswa Kelas XI Sma Negeri 2 Menggala Tahun Pelajaran 2015 / 2016"(*Skripsi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan.2016*).
- Queen Patton, Michael. *Metode Evaluasi Kualitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009.
- Rahma, Ulifa. *Bimbingan Karier Siswa*. Malang: UIN Maliki Press, 2010.
- Rahmania P.N dan Ika Yuniar C."Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Kecenderungan Body Dysmorphic Disorder Pada Remaja Putri",*Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental* Vol. 1 No. 02, Agustus 2012.
- Ruseno Arjanggal dan Titin Suprihatin "Metode Pembelajaran Tutor Teman Sebaya Meningkatkan Hasil Belajar Berdasarkan Regulasi Diri", *Jurnal Sosial Humaniora*, Vol. 14 No.2, 2010.
- Santock, J.W, *Life Span Development-Perkembangan Masa Hidup*. Achmad Chusairi dan Juda Damanik (terj.). Jakarta: Erlangga, 2002.
- Sudarsono. *Kamus Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta, 1997.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2014.
- Suhar Saputra, Uhar. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*. Bandung: Refika Aditama, 2012.
- Suwarjo, "Konseling Teman Sebaya (Peer Counseling) untuk Mengembangkan Resiliensi Remaja," Makalah Disampaikan dalam Seminar Pengembangan Ilmu Pendidikan FIP UNY, 29 Februari 2008.
- Uchajana, Onong. *Dinamika Komunikasi*. Bandung: PT Remaja Rosda Karya: 1993.
- Van Kan, Peter, "*Peer Counseling Tool and Trade A Work Document*", www.Peercounseling.org Diakses 18 Februari 2017.
- W Creswell, John. *Research Design: Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Dan Mixed*, Ketiga. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.

Yusuf, Syamsul. *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2011.



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Data Diri

Nama lengkap : Akhmad Fikri Haykal
Tempat / tanggal lahir : Mojokerto / 26 Juni 1994
Alamat : Desa Tinggarbuntut RT.03, RW.01, Kec. Bangsal,
Kab.Mojokerto
Nama Ayah : Sukirno
Nama Ibu : Siti Hajar
Nama Isteri : Nur Kholishotul Mujibiyah
No. HP : 085-850-803-034
Jenis kelamin : Laki-laki

Pendidikan Formal

MI : MI Darul Ulum Tahun Ajaran 2001 s/d 2006
MTS : Darul Ma'arif Tahun Ajaran 2006-2009
MAN : MAN Mojosari Tahun Ajaran 2009-2012
Universitas : UIN Sunan Ampel Surabaya Tahun Ajaran 2012-2017
Pasca Sarjana : UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta Tahun Ajaran 2017-2019

Pengalaman

1. Koordinator Divisi seni budaya OSPM 2014-2016
2. Koordinator Divisi Keagamaan HMJ BKI periode 2015-2016
3. Ketua LAB Fakultas Dakwah Ilmu Komunikasi UINSA periode 2016
4. Manager Teknis HMJ BKI Periode 2016-2017
5. Manager Materi Bakti BKI Untuk Negeri Periode 2016-2017
6. TIM Tutor Bakti BKI Untuk Negeri periode 2017
7. Sekretaris umum Karangtaruna Tunas Bangsa Tinggarbuntut periode 2014-2016
8. Direktur Pengembangan SDM Rumah Kearifan Yogyakarta 2017-Sekarang

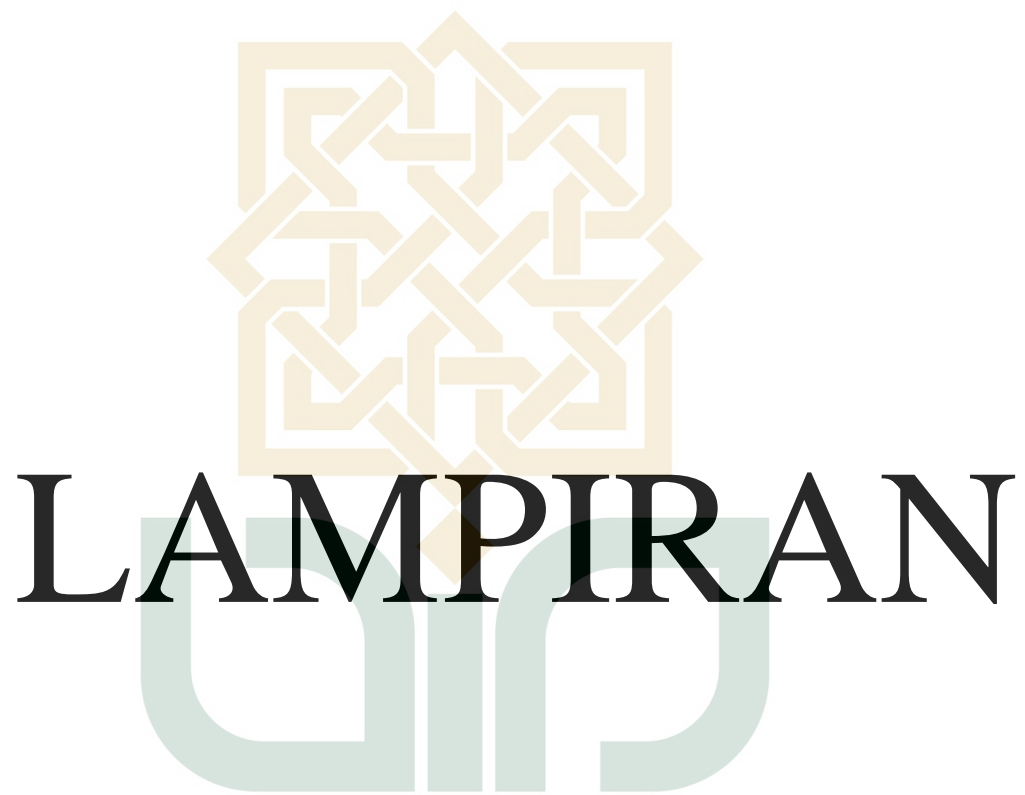
Demikian daftar riwayat hidup ini saya buat dengan data yang sebenarnya atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 17 juli 2019

Penulis,

Akhmad Fikri Haykal, S.Sos.

NIM. 17200010036



LAMPIRAN

Lampiran 1: Alat ukur *Self Esteem*

NOMOR RESPONDEN :

NAMA RESPONDEN :

Jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini seakan-akan saudara sedang menggambarkan diri saudara sebagaimana adanya. Jawablah dengan respon pertama saudara. Jangan melewati 1 nomor pun. Bacalah setiap pernyataan baikbaik, lalu pilihlah salah satu jawaban dari 4 pilihan jawaban tersebut dengan memberi tanda silang (X) pada kolom yang saudara pilih. Keterangan pilihan jawaban :

SS : Sangat sesuai

S : Sesuai

KS : Kurang sesuai

TS : Tidak sesuai

NO	PERTANYAAN	SS	S	KS	TS
1	Saya menghabiskan waktu saya untuk melamun				
2	Saya mudah disukai orang lain				
3	Saya dan orang tua bergembira bersama				
4	Saya tidak pernah khawatir secara berlebihan soal apapun				
5	Saya bisa mengutarakan pendapat saya, tanpa terlalu banyak masalah				
6	Saya mudah merasa kecewa di rumah				
7	Saya bangga terhadap prestasi akademik di sekolah				
8	Saya merasa populer/terkenal di lingkungan teman sebaya				
9	Saya mudah menyerah				
10	Saya cukup bahagia				
11	Saya lebih memilih bergaul dengan orang yang lebih muda dari saya				
12	Orang tua saya banyak berharap pada saya				
13	Saya menyukai semua orang yang saya kenal				
14	Saya senang menjadi seorang figur di				

	dalam kelas				
15	Saya mengerti diri saya				
16	Sangat menyenangkan berpikir tentang saya				
17	Semua hal bercampur aduk dalam hidup saya				
18	Teman-teman selalu mengikuti ide saya				
19	Tak ada satupun yang memberikan perhatian pada saya di rumah				
20	Saya tidak terlalu baik di sekolah dan tidak seperti apa yang saya harapkan				
21	Saya dapat mengutarakan pendapat dan berpegang kuat pada pendapat itu				
22	Saya mempunyai penilaian yang rendah mengenai diri saya				
23	Saya tidak senang berada diantara orang lain				
24	Seringkali saya ingin meninggalkan rumah				
25	Saya sering merasa kecewa di sekolah				
26	Saya sering malu pada diri saya				
27	Jika ada yang ingin saya katakan, saya selalu mengungkapkannya				
28	Saya disukai oleh anak-anak				
29	Orang tua saya mengerti tentang diri saya				
30	Saya selalu mengatakan sesuatu dengan jujur				
31	Pengajar membuat saya merasa kurang baik				
32	Saya tidak peduli atas apa yang terjadi pada diri saya				
33	Saya adalah orang yang gagal				
34	Orang lain lebih baik daripada saya				
35	Saya sering merasakan, seakan-akan orang tua saya sedang menghukum saya				
36	Saya mengerti apa yang dikatakan orang lain				
37	Saya kurang diberi semangat di sekolah				
38	Saya tidak dibutuhkan orang lain				
39	Saya tidak menarik seperti orang lain				
40	Saya biasanya diarahkan orang				

TOTAL SEKOR :

Lampiran 3: Hasil Uji Validitas & Reliabilitas

Tabel Hasil Uji Validitas Skala SelfEsteem Coopersmith 1967

NO	HASIL HITUNG PEARSON CORRELATION	JUMLAH SUBJEK	KETERANGAN
1	0,198	24	Valid
2	0,229	24	Valid
3	0,579	24	Valid
4	0,082	24	Valid
5	0,382	24	Valid
6	0,064	24	Valid
7	0,065	24	Valid
8	0,340	24	Valid
9	0,428	24	Valid
10	0,130	24	Valid
11	0,123	24	Valid
12	0,108	24	Valid
13	0,361	24	Valid
14	0,270	24	Valid
15	0,033	24	Non Valid
16	0,360	24	Valid
17	0,369	24	Valid
18	0,127	24	Valid
19	0,425	24	Valid
20	0,351	24	Valid
21	0,321	24	Valid
22	0,132	24	Valid
23	0,167	24	Valid
24	0,031	24	Non Valid
25	0,274	24	Valid
26	0,264	24	Valid
27	0,140	24	Valid
28	0,125	24	Valid
29	0,286	24	Valid
30	0,338	24	Valid
31	0,241	24	Valid
32	0,582	24	Valid
33	0,190	24	Valid
34	0,467	24	Valid
35	0,367	24	Valid
36	0,035	24	Non Valid
37	0,397	24	Valid
38	0,443	24	Valid
39	0,447	24	Valid
40	0,367	24	Valid

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.732	38



Lampiran 4: Alat Ukur Penelitian

NOMOR RESPONDEN :

NAMA RESPONDEN :

Jawablah pertanyaan-pertanyaan di bawah ini seakan-akan saudara sedang menggambarkan diri saudara sebagaimana adanya. Jawablah dengan respon pertama saudara. Jangan melewati 1 nomor pun. Bacalah setiap pernyataan baikbaik, lalu pilihlah salah satu jawaban dari 4 pilihan jawaban tersebut dengan memberi tanda silang (X) pada kolom yang saudara pilih. Keterangan pilihan jawaban :

SS : Sangat sesuai

S : Sesuai

KS : Kurang sesuai

TS : Tidak sesuai

NO	PERTANYAAN	SS	S	KS	TS
1	Saya menghabiskan waktu saya untuk melamun				
2	Saya mudah disukai orang lain				
3	Saya dan orang tua bergembira bersama				
4	Saya tidak pernah khawatir secara berlebihan soal apapun				
5	Saya bisa mengutarakan pendapat saya, tanpa terlalu banyak masalah				
6	Saya mudah merasa kecewa di rumah				
7	Saya bangga terhadap prestasi akademik di sekolah				
8	Saya merasa populer/terkenal di lingkungan teman sebaya				
9	Saya mudah menyerah				
10	Saya cukup bahagia				
11	Saya lebih memilih bergaul dengan orang yang lebih muda dari saya				
12	Orang tua saya banyak berharap pada saya				
13	Saya menyukai semua orang yang saya kenal				
14	Saya senang menjadi seorang figur di dalam kelas				
15	Sangat menyenangkan berpikir tentang saya				
16	Semua hal bercampur aduk dalam hidup				

	saya				
17	Teman-teman selalu mengikuti ide saya				
18	Tak ada satupun yang memberikan perhatian pada saya di rumah				
19	Saya tidak terlalu baik di sekolah dan tidak seperti apa yang saya harapkan				
20	Saya dapat mengutarakan pendapat dan berpegang kuat pada pendapat itu				
21	Saya mempunyai penilaian yang rendah mengenai diri saya				
22	Saya tidak senang berada diantara orang lain				
23	Saya sering merasa kecewa di sekolah				
24	Saya sering malu pada diri saya				
25	Jika ada yang ingin saya katakan, saya selalu mengungkapkannya				
26	Saya disuksi oleh anak-anak				
27	Orang tua saya mengerti tentang diri saya				
28	Saya selalu mengatakan sesuatu dengan jujur				
29	Pengajar membuat saya merasa kurang baik				
30	Saya tidak peduli atas apa yang terjadi pada diri saya				
31	Saya adalah orang yang gagal				
32	Orang lain lebih baik daripada saya				
33	Saya sering merasakan, seakan-akan orang tua saya sedang menghukum saya				
34	Saya kurang diberi semangat di sekolah				
35	Saya tidak dibutuhkan orang lain				
36	Saya tidak menarik seperti orang lain				
37	Saya biasanya diarahkan orang				

TOTAL SEKOR :

Lampiran 5 : Data hasil *Pre-Test* dan kategori tingkat *Self Esteem*Tabel hasil *Pre-Test*

No	Nama	Jenis kelamin	Nilai Pretest	Kategori
1	AHM	Laki-laki	88	Sedang
2	LS	Laki-laki	91	Sedang
3	MDN	Laki-laki	107	Tinggi
4	KS	Laki-laki	87	Sedang
5	RNH	Laki-laki	80	Rendah
6	MFA	Laki-laki	83	Rendah
7	MNA	Laki-laki	83	Rendah
8	DA	Perempuan	84	Rendah
9	IN	Perempuan	81	Rendah
10	NF	Perempuan	72	Rendah
11	ZF	Laki-laki	77	Rendah
12	TR	Laki-laki	82	Rendah
13	MFI	Laki-laki	85	Sedang
14	ASM	Laki-laki	89	Sedang
15	RP	Laki-laki	88	Sedang
16	MT	Laki-laki	92	Sedang
17	MNA	Laki-laki	84	Rendah
18	MTH	Laki-laki	85	Sedang
19	FM	Laki-laki	89	Sedang
20	KM	Laki-laki	80	Rendah
21	ND	Laki-laki	91	Sedang
22	SK	Perempuan	82	Rendah
24	TN	Perempuan	80	Rendah
25	TR	Perempuan	81	Rendah
Total			2041	

Lampiran 6 : Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality

Kelas		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Tingkat Self Esteem	Pre-Test Eksperimen	.282	12	.200	.831	12	.251
	Post-Test Eksperimen	.157	12	.200*	.983	12	.994
	Pre-Test Kontrol	.266	12	.139	.732	12	.291
	Post-Test Kontrol	.175	12	.200*	.863	12	.154

a. Lilliefors Significance Correction

*. This is a lower bound of the true significance.

Lampiran 7 : Hasil Uji Normalitas

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre-Test Eksperimen	12	72	84	80.42	3.232
Post-Test Eksperimen	12	97	127	111.17	8.376
Pre-Test Kontrol	12	84	107	89.67	6.020
Post-Test Kontrol	12	83	94	90.17	4.041
Valid N (listwise)	12				

Lampiran 8 : Hasil Uji *Paired T-Test***Paired Samples Test**

		Paired Differences					T	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Pre-Test Eksperimen - Post-Test Eksperimen	-30.750	9.715	2.805	-36.923	-24.577	-10.964	11	.000
Pair 2	Pre-Test Kontrol - Post-Test Kontrol	-.500	6.360	1.836	-4.541	3.541	-.272	11	.030

Lampiran 9 : Pedoman Wawancara

Pedoman Wawancara

Peneliti coba membuat pedoman wawancara sehingga sumber data menjadi lebih terstruktur dan lebih valid. Peneliti mencoba memaparkan beberapa pertanyaan yang akan diangkat menjadi sebuah pedoman wawancara saat menggali data, seperti di bawah ini:

PEDOMAN WAWANCARA

NAMA/ALAMAT/KELAS :

- Apa alasan anda memilih sekolah SMKN 1 Mojoanyar?
- Mata pelajaran apa yang paling anda sukai?
- Mata pelajaran apa yang paling tidak anda sukai?
- Permasalahan apa yang pernah anda alami selama sekolah di SMK Kusuma Bangsa?
- Pengalaman apa yang paling mengesankan saat anda di SMK?
- Bagaimana anda mengenali kemampuan anda?
- Apa rencana anda setelah lulus dari SMK?
- Menurut anda lapangan kerja seperti apa yang paling ideal?
- Apakah bekerja di sebuah perusahaan bonafit itu menjadi prioritas anda?
- Perusahaan mana yang akan anda masuki lowongan pekerjaan pertama kali saat anda lulus?
- Motivasi apa yang mendasari anda untuk melamar pekerjaan di sebuah perusahaan?
- Apa yang membuat anda ragu dalam memilih lapangan kerja?

- Mengapa anda merasa ragu saat pemilihan lapangan kerja?
- Apa yang anda lakukan ketika ragu saat memilih kerja?
- Apa harapan anda ketika sudah kerja di perusahaan yang anda pilih?
- Apa tindakan anda untuk meraih harapan - harapan itu?

Lampiran 10 : Pedoman Observasi

Pedoman observasi keseharian saat sedang berkomunikasi dengan guru, teman, orang di sekitarnya

Nama Konseli:

Hari/tgl observasi:

No.	Aspek yang diobservasi
1.	Cara klien berkomunikasi dengan guru
2.	Sikap klien ketika dalam praktek dikelas
3.	Sikap ketika belajar di ruangan kelas
4.	Cara klien menyampaikan info atau berkomunikasi ketika dalam keadaan kegiatan yang bersamaan
5.	Melihat cara klien menentukan pilihan kerja
6.	Melihat klien

Lampiran 11 : Dokumentasi

Foto Dokumentasi *Pre-Test*



Foto konselor sebaya menyampaikan materi *Super Student Training*



Foto Peneliti Bersama Siswa



Lampiran 12 : Jadwal Penelitian

Adapun jadwal penelitian yang akan penulis lakukan yaitu:

No	Uraian Kegiatan	Waktu Penelitian					
		Oktober	Januari	Februari	Maret	April	Mei
1.	Pra survei/studi pendahuluan	X					
2.	Pembuatan proposal	X					
3.	Pengumpulan data		X				
4.	Analisis data		X	X	X	X	X
5.	Penulisan laporan						X

Lampiran 11 : Modul

**MODUL KONSELING SEBAYA DENGAN KONSEP *SUPER STUDENT*
*TRAINING***



MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* SISWA SMKN 1 MOJOANYAR

**Disusun Oleh:
Akhmad Fikri Haykal**

MODUL

Bimbingan Konseling sebaya dengan konsep *Super Student Training* dalam meningkatkan *Self Esteem* Siswa SMKN 1 Mojoanyar

A. Latar Belakang

Sering kita jumpai beberapa siswa SMK yang kebingungan dalam menentukan karir saat akan lulus sekolah, tidak seperti layaknya yang dijelaskan dalam teori-teori yang ada, jadi masih banyak siswa lulusan SMK yang masih merasa bingung atau ragu-ragu dalam menentukan mau melangkah ke dunia kerja, karena para siswa merasa masih banyak kelemahan dalam dirinya dan banyak faktor lain yang menyebabkan mereka merasa rendah atau *Low Self Esteem*, rasa kurang percaya diri ini sering kali muncul pada siswa SMK yang akan lulus sekolah saat memilih jenis pekerjaan.

Seringkali guru ataupun orangtua tidak mengetahui gejala gejala *Low self esteem* yang terjadi pada peserta didik dan anak-anak. Kita bisa melihat gaya komunikasi anak zaman sekarang lebih terbuka dengan teman atau orang lain yang merasa nyaman untuk membuka keluh kesah yang terjadi pada dirinya. Seringkali yang mengetahui lebih detail mengenai problem anak termasuk gejala-gejala *Low Self Esteem* adalah teman sebaya atau teman bermain anak. Salah satu langkah yang dapat dilakukan adalah dengan penyelenggaraan bimbingan dan konseling yang berfokus pada peningkatan *Self Esteem* siswa dengan melakukan kolaborasi teman sebaya.

Bagi siswa, teman sebaya merupakan seseorang yang sering dijadikan tempat curhat karena dianggap yang paling aman, sehingga

dalam menyampaikan masalah menjadi lebih terbuka. Selain itu, kecenderungan pada remaja juga menghabiskan sebagian besar waktu mereka bersama dengan teman sebaya daripada dengan keluarga. Berdasarkan pengamatan peneliti, siswa lebih sering melakukan curhat dengan teman sebayanya daripada dengan konselor atau orang yang lebih tua. Siswa baru menceritakan masalah dengan guru Bimbingan Konseling atau orang tua, ketika menemukan jalan buntu setelah menyampaikan masalahnya dengan teman sebaya.

Oleh sebab itu, guru Bimbingan Konseling harus mampu menangkap potensi siswa yang harus diberdayakan, yaitu teman sebayanya sebagai media menyampaikan permasalahan, memberikan informasi yang positif dan mendukung teman sebayanya yang sedang bermasalah. Oleh sebab itu, pembimbing sebaya perlu dibekali melalui pelatihan khusus sehingga mereka dapat dijadikan mitra guru bimbingan dan konseling dalam membantu mengembangkan sikap negatif terhadap perilaku seks tidak sehat siswa. Berdasarkan uraian tersebut maka dipandang perlu dikembangkan bimbingan teman sebaya di sekolah. itu, pembimbing sebaya perlu dibekali melalui pelatihan khusus sehingga mereka dapat dijadikan mitra guru bimbingan dan konseling dalam membantu mengembangkan sikap negatif terhadap perilaku seks tidak sehat siswa. Berdasarkan uraian tersebut maka dipandang perlu dikembangkan bimbingan teman sebaya di sekolah. Dengan teknik Konseling Sebaya (*Peer Counseling*) peneliti berharap tingkat *Self Esteem* siswa SMKN 1 Mojoanyar meningkat .

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ
وَالْأَبْصَرَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ ﴿٧٨﴾

78. dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam Keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur.

Dari ayat diatas kami peneliti mencoba menerapkan konsep dari Al-Qur'an dalam meningkatkan *Self Esteem* siswa, dalam ayat diatas mengandung makna bahwa kita dilahirkan dalam keadan tidak mengetahui apapun dan Allah memberikan, pendengaran, pengelihatan dan hati untuk bersyukur. Dari kandungan ini peneliti mencoba memakai treatment yang mengandung makna dari ayat tersebut yakni , Pendengaran, pengelihatan dan hati, dan 3 aspek tersebut ini bisa diterapkan pada konsep *Training* motivasi.

Kami peneliti memakai konsep training motivasi, yakni *Super Student Training*, dalam training ini siswa akan diajak menngunakan pendengaran, pengelihatan dan hati untuk meningkatkan *Self Esteem* mereka. Kami berangapan bahwa konsep ini akan menghasilkan siswa siswa yang *High Self Esteem* dan mampu menyebarkan kebaikan dimanapun siswa ini berada.

B. Tujuan

1. Membantu lembaga atau sekolah dalam meningkatkan kualitas SDM sekolah dengan menebarkan energi-energi positif pada siswa.
2. Membentuk siswa yang memiliki *High Self Esteem*.
3. Membentuk siswa menjadi pelopor kegiatan positif. Dimulai dari selalu berfikiran positif.

C. Pelaksana

Sebagai pelaksana dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri yang bertindak sebagai konselor atau pihak yang memberikan perlakuan atau intervensi secara langsung dari awal sampai akhir pertemuan. Dalam hal ini, peneliti juga dibantu oleh guru BK. Pelaksanaan modul ini bertempat di SMP Negeri 3 Sindang Indramayu.

D. Metode

Untuk mencapai tujuan dari kegiatan konseling sebaya kami peneliti menggunakan beberapa metode, antara lain:

1. Diskusi
2. Pelaksanaan training dari trainer kepada konselor sebaya
3. Pemberian Training oleh konselor sebaya kepada siswa
4. Follow up

E. Media

Media yang akan digunakan dalam *behavior contract* ini, diantaranya:

1. LCD
2. Laptop
3. Video
4. Audio (*Speaker*)
5. Papan tulis
6. Alat Tulis Kantor (Book Note, Pena, Kertas HVS)
7. Tanda Pengenal

F. Sasaran Modul: Modul ini ditujukan untuk konselor sebaya dan siswa yang mengalami *Low Self Esteem*

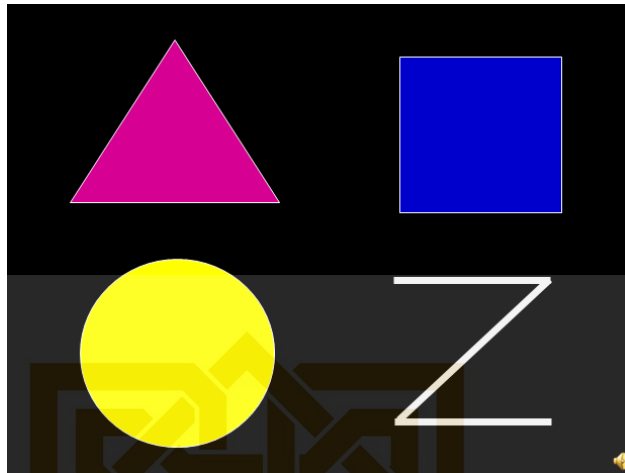
G. Prosedur Pelaksanaan Modul

Prosedur pelaksanaan modul *Super Student Training* terdiri dari 10 kegiatan utama. Untuk teknis penerapan modul secara detail akan kami paparkan dibawah ini.:

1. Kegiatan *Training Super Student* (DINAMIKA)

- a. Kegiatan: Permainan Bentuk
 - Materi Dinamika, materi ini berisi kegiatan kegiatan introduction dari sebuah training seperti memperkenalkan diri dan bermain

tipe-tipe sifat seseorang berdasarkan bentuk-bentuk suatu gambar, ada 4 buah bentuk gambar yang sudah di siapkan oleh trainer adapun bentuknya seperti berikut :



- Siswa kami instruksikan untuk memilih dan menggambar dalam kertas yang sudah dibawa siswa salah satu dari gambar tersebut.
- Trainer menghitung jumlah siswa berdasarkan bentuk contoh :
 - Bentuk segitiga ada 8 siswa yang menggambar
 - Bentuk kotak ada 5 siswa yang menggambar
 - Bentuk lingkaran ada 10 siswa yang menggambar
 - Bentuk zig zag ada 2 siswa yang menggambar
- Setelah itu Trainer menginterpretasikan apa makna dari setiap bentuk seperti :



- Trainer mengartikan semua dari 4 bentuk gambar yang sudah di pilih dan digambar oleh para siswa.

b. Tujuan:

- Menciptakan rasa *Trust* Kepada klien atau siswa
- Menciptakan suasana yang kondusif diawal kegiatan.
- Agar siswa lebih fokus pada kegiatan.

c. Teknis:

- Presentasi
- Diskusi

d. Alokasi waktu: \pm 30 menit

e. Prosedur:

- 1) Konselor dan konseli saling memperkenalkan diri.
- 2) konselor membangun hubungan yang baik dengan konseli dan juga antara konseli dengan konseli yang lainnya.
- 3) Konseli menyiapkan alat tulis menulis.

2. Dinamika

a. Kegiatan: Senam otak

- Kegiatan ini mengajak siswa melakukan gerakan gerakan yang sudah diatur trainer untuk menyeimbangkan otak kanan dan otak kiri, di sertai musik. Contoh gerakanya

b. Tujuan:

- Menciptakan suasana atau dinamika baru dengan membyuat anak fokus pada ketukan irama dengan gerak tubuh mereka.
- Menselaraskan kondisi otak kanan dan otak kiri.

c. Teknis:

- Gerakan

d. Alokasi waktu: \pm 10 menit

e. Prosedur:

- 1) Trainer mengajak siswa untuk menyelaraskan gerakan dengan ketukan irama musik.
- 2) Konselor menjelaskan kepada siswa manfaat kegiatan senam otak.

3. Kontrak Forum

a. Kegiatan: kontrak forum

- Kegiatan ini diawali dengan membuat jargon untuk siswa agar meningkatkan semangat seperti :

Konselor mengatakan : Apakabar super student?

Siswa menjawab : alhamdulillah semangat..... Sukses....

- Konselor memimpin untuk membacakan kontrak forum yang akan distujui oleh semua yang ada di forum ada 4 kontrak forum yang harus dilaksanakan seperti:



b. Tujuan:

- Agar trainer dan siswa lebih dekat, dengan mengenal satu sama yang lain membuat suasana lebih mencair
- Membentuk suasana forum lebih disiplin dan lebih kondusif.
- Agar Training ini berjalan dengan rapi dan sesuai tahapan tahapannya.

c. Teknis :

- Siswa menyaksikan dan mengikuti gerakan yang dicontohkan oleh trainer
- Praktek
- Diskusi

d. Alokasi waktu: ± 10 menit

e. Prosedur:

- 1) Trainer menciptakan suasana yang positif dengan membuat jargon agar anak semakin semangat.

- 2) Trainer menawarkan opsi kunci sukses sebuah traini atau kontak forum.
- 3) Trainer membacakan biodata diri
- 4) Peserta memakai tanda alat pengenalan.

4. Kegiatan Training Super Student

a. Kegiatan: Membangun Impian Super Student

Kegiatan ini membangun impian para siswa

b. Tujuan:

- Kegiatan ini bertujuan agar siswa berani untuk bermimpi.

c. Teknis:

- Bercerita
- Diskusi

d. Alokasi waktu: ± 20 menit

e. Prosedur:

- 1) Trainer bercerita mengenai kehidupan anak elang yang hidup bersama kawanan anak ayam.
- 2) Trainer menghayati cerita itu dan memperagakan gaya layaknya tokoh yang di dalam cerita, misal : ketika dalam cerita sang elang sedang terbang maka trainer mengikuti dengan gaya mengepakkan sayap dengan tangan.
- 3) Trainer meminta siswa untuk menanggapi cerita yang sudah di bacakan dengan menayakan “gimana teman teman kira kira makna apa yang bisa kita ambil dari cerita tersebut?”.
- 4) Trainer menyimpulkan dari semua argument yang di utarakan oleh para siswa.
- 5) Trainer memberikan analogi bahwa kita semua adalah anak anak elang yang layak dan berhak untuk terbang mengelilingi indahnya dunia.



- 6) Masing-masing konseli diminta pendapatnya dan merefleksikan aktivitasnya selama ini.
- 7) Konselor memberikan kesimpulan dan menutup kegiatan.

5. Kegiatan Training Super Student

- a. Kegiatan: Dreams (mimpi)
Menuliskan impian-impian para siswa
- b. Tujuan:
 - Memberikan gambaran nyata mengenai impian-impian siswa.
- c. Teknis
 - Siswa menuliskan impiannya
 - Diskusi
 - Berbagi impian
- d. Alokasi waktu: \pm 10 menit
- e. Prosedur:
 - 1) Trainer memberikan waktu 5 menit untuk siswa menuliskan mimpi dan cita-citanya.
 - 2) Siswa menuliskan impian dan cita-citanya secara spesifik mengenai tanggal tahun rencana impian itu akan tercapai.
 - 3) Trainer mendiskusikan dan mendoakan bersama impian dan cita-cita siswa.
 - 4) Siswa menyampaikan impian dan cita-citanya didepan siswa-siswa.



6. Kegiatan Tangga Sukses Super Student

- a. Kegiatan: Tantangan *Positive Thinking*
Kegiatan membangun pikiran positif
- b. Tujuan:
 - Meningkatkan kualitas berfikir.
 - Mengajak siswa untuk selalu berfikir positif
- c. Teknis:
 - Bermain
 - Diskusi
- d. Alokasi waktu: \pm 10 menit
- e. Prosedur:
 - 1) Trainer memberikan tantangan berupa melempar bola.
 - 2) Trainer minta 2 siswa untuk menjalani tantangan.
 - 3) Trainer memberikan instruksi kepada 2 siswa, satu siswa di berikan instruksi berfikiran positif dalam melempar bola, dan yang satunya di berikan instruksi berfikir negatif saat melempar bola.
 - 4) Trainer mendiskusikan hasil tantangan bersama siswa.



7. Kegiatan Tangga Sukses Super Student

a. Kegiatan: Tantangan *Good Habit*

Kegiatan membangun prilaku atau kebiasaan yang baik

b. Tujuan:

- Membentuk siswa untuk memiliki kebiasaan yang baik.

c. Teknis:

- Menulis
- Diskusi

d. Alokasi waktu: \pm 10 menit

e. Prosedur:

- 1) Trainer memberikan instruksi kepada siswa untuk menuliskan tokoh idola yang memotivasi hidup siswa.
- 2) Trainer memberikan instruksi pada siswa untuk menuliskan kegiatan sehari-hari idolanya.
- 3) Trainer mengajak diskusi siswa untuk interpretasi kegiatan tokoh idola siswa.
- 4) Trainer memberikan instruksi untuk menuliskan kegiatan sehari-hari siswa.
- 5) Trainer mendiskusikan hasil tantangan bersama siswa.



TEBARKAN POSITIF THINKING

- Lulus UNAS dengan nilai terbaik, Saya yakin BISA !!
- Sekolah di sekolah, Saya yakin BISA !!
- Saya ingin menjadi

8. Kegiatan Tangga Sukses Super Student

a. Kegiatan: Tantangan *Be Your Self*

Kegiatan mebagun karakter siswa untuk bangga menjadi diri sendiri.

b. Tujuan:

- Meciptakan siswa yang bangga akan dirinya.

c. Teknis:

- Menonton video motivasi
- Diskusi

d. Alokasi waktu: ± 10 menit

e. Prosedur:

- 1) Trainer mengajak siswa menonton video motivasi, kisah inspiratif seseorang yang menanamkan kebiasaan baik.
- 2) Mengajak berdiskusi mengenai video yang suda disaksikan.
- 3) Trainer mendiskusikan hasil melihat video bersama siswa.



3. BE YOURSELF

(*Jadi diri sendiri*)

- Tak seorangpun sama
- Tiap orang special, unik dan ciptaan yang terbaik

Lalu ?

- Jadilah kreatif, beda, unik.
- DO YOUR BEST!
- Tidak mudah terpengaruh oleh keburukan.

9. Kegiatan Tangga Sukses Super Student

a. Kegiatan: *Never Give Up*

Kegiatan membangun pikiran siswa untuk selalu kuat dan tidak patah semangat.

b. Tujuan:

- Mengajak siswa untuk tidak mudah patah semangat

c. Teknis:

- Bernyanyi
- Merenungkan

d. Alokasi waktu: \pm 10 menit

e. Prosedur:

- 1) Trainer mengajak siswa untuk melihat beberapa foto anak berkebutuhan khusus tapi masih semangat dan tidak patah semangat menjalani tantangan hidup.



NEVER GIVE-UP

- Thomas Alfa Edison eksperimen 1000 X untuk menciptakan bola lampu
- Nabi Musa as gagal belajar kepada Nabi Khidhir as karena tidak sabar
- **MAN JADDA WAJADA**
Siapa yang sungguh-sungguh akan berhasil
“BUKAN YANG PINTAR”

2) Trainer mengajak semua siswa untuk bernyanyi Jangan menyerah lagu dari band D'Masiv.



Jangan menyerah

Tak ada manusia yang terlahir sempurna
Jangan kau sesali segala yang telah terjadi
Kita pasti pernah dapatkan cobaan yang berat
Seakan hidup ini tak ada artinya lagi
Syukuri apa yang ada hidup adalah anugerah
Tetap jalani hidup ini melakukan yang terbaik.

Tak ada manusia yang terlahir sempurna
Jangan kau sesali segala yang telah terjadi
Syukuri apa yang ada hidup adalah anugerah
tetap jalani hidup ini melakukan yang terbaik.
Tuhan pastikan menunjukkan kebesaran & kuasanya
bagi hambanya yang sabar dan tak kenal putus asa.