

**EFEKTIVITAS KONSELING INDIVIDU TEKNIK *PERSON CENTERED*  
DALAM MENINGKATKAN *SELF-ESTEEM* PADA SISWA KELAS XI  
SMK N 1 GODEAN**



**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat Memperoleh  
Gelar Sarjana Strata 1**

**Disusun oleh :**

**Salsabilla**

**NIM 20102020017**

**Dosen Pembimbing:**

**A. Said Hasan Basri, S. Psi., M. SI**

**NIP. 19750427 200801 1 008**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2024**

## HALAMAN PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

### PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1057/Un.02/DD/PP.00.9/07/2024

Tugas Akhir dengan judul : EFEKTIVITAS KONSELING INDIVIDU TEKNIK PERSON CENTERED DALAM  
MENINGKATKAN SELF-ESTEEM PADA SISWA KELAS XI SMK N 1 GODEAN

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : SALSABILLA  
Nomor Induk Mahasiswa : 20102020017  
Telah ditinjau pada : Kamis, 13 Juni 2024  
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

#### TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang

A. Saif Hasan Baqi, S.Pd., M.Si.  
SIGNED

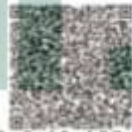
Valid to: 6/13/2024



Pengaji I

Dr. Iryadharma, M.Ag.  
SIGNED

Valid to: 6/13/2024



Pengaji II

Anggi Intan, M.A.  
SIGNED

Valid to: 6/13/2024



Yogyakarta, 13 Juni 2024

UIN Sunan Kalijaga  
Mekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi

Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.  
SIGNED

Valid to: 6/13/2024

## PERSETUJUAN SKRIPSI



KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI  
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

### SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:

Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Yogyakarta

*Assalamualaikum wr.wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama :Salsabilla  
NIM :20102020017  
Judul Skripsi :Konseling Individu Teknik Person Centered dalam Meningkatkan Self-esteem Siswa Kelas XI SMK N 1 Godean

Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah Jurusan/Program Bimbingan Konseling Islam(BKI) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang sosial.

Dengan ini saya mengharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqsyahkan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.


Yogyakarta, 5 Juni 2024

Pembimbing,

  
A. Said Hasan B. Itri, S. Psi., M. Si  
NIP. 19750427 200801 1 008

Mengarahi:

Ketua Prodi,

  
Slamet, S. Ag., M. Si  
NIP. 19691214 199803 1 002

## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

### SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Salsabilla  
NIM : 20102020017  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: *Efektivitas Konseling Individu Teknik Person Centered dalam Meningkatkan Self-esteem Siswa Kelas XI SMK N 1 Godean* adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggungjawab penyusun.

Yogyakarta, 5 Juni 2024

Yang menyatakan,



**Salsabilla**

NIM 20102020017

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## PERNYATAAN BERJILBAB

### SURAT PERNYATAAN BERJILBAB

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Salsabilla  
Tempat dan Tanggal Lahir : Sleman, 18 Oktober 2001  
NIM : 20102020017  
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam  
Fakultas : Dakwah dan Komunikas  
Alamat : Godean, Sleman, Yogyakarta  
No. HP : 081 568 411 867

Menyatakan bahwa saya menyerahkan diri dengan mengenakan jilbab untuk dipasang pada ijazah saya. Atas segala konsekuensi yang timbul di kemudian hari sehubungan dengan pemasangan pasfoto berjilbab pada ijazah saya tersebut adalah menjadi tanggung jawab saya sepenuhnya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 5 Juni 2024



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
**SUNAN KALIJAGA**  
YOGYAKARTA  
Salsabilla

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*“Skripsi ini penulis persembahkan untuk kedua orang tersayang, umi dan abi sebagai ucapan terima kasih karena telah senantiasa mencurahkan seluruh kasih sayangnya, selalu memberikan dukungan penuh, selalu mengajarkan tentang kebaikan hati dan tiada henti memanjatkan do’a terbaik bagi putrinya”*



## MOTTO

QS. Al-Baqarah, ayat 153

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

*“Wahai orang-orang yang beriman, mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan sholat. Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.”<sup>1</sup>*



---

<sup>1</sup>Kementerian Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahan* (Jakarta: Cahaya Kreativa Utama, 2018). hlm 23.

## KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim. Alhamdulillah, segala puji bagi Allah yang telah memberikan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Efektivitas Konseling Individu Teknik *Person Centered* dalam Meningkatkan *Self-esteem* pada Siswa Kelas XI SMK N 1 Godean”. Sholawat dan salam semoga senantiasa tercurah kepada Rasulullah SAW yang senantiasa menjadi sumber inspirasi dan teladan terbaik bagi umat manusia.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Phil Al Makin, S. Ag., M.A selaku rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Marhumah, M. Pd. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Slamet, S. Ag., M. Si. selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Bapak A. Said Hasan Basri, S. Psi., M. Si. selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah meluangkan waktu, memberikan arahan, masukan, juga kritik saran sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.



5. Bapak Zaen Musyrifin, S.Sos.I., M. Pd. I. dan Bapak Moh. Khaerul Anwar, S. Pd., M. Pd., Ph. D selaku validator instrumen penelitian skripsi ini.
6. Seluruh Dosen Program Studi Bimbingan Konseling Islam yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan wawasan selama proses perkuliahan dan seluruh staff yang selalu melayani segala administrasi selama proses penelitian.
7. Ibu Rita Adiningrum, S. Psi. selaku Guru BK SMK N 1 Godean yang telah membantu selama proses penelitian berlangsung.
8. Ibu Tatik Sugiyanti S. Pd selaku ketua Program Keahlian Manajemen Perkantoran dan Layanan Bisnis dan Ibu Sariyanti S. Pd selaku ketua Program Keahlian Pemasaran yang telah memberikan bantuan selama proses penelitian.
9. Bapak Teguh, Ibu Siti, Kak Nafisah, Adek Syaifull selaku keluarga dari penulis yang selalu mendoakan dan mendukung dalam segala proses yang dijalani hingga terselesaikannya skripsi ini.
10. Spesial kepada Muhammad Abdi Arsyahya yang telah menjadi *support system* penulis dalam suka maupun duka, banyak memberikan bantuan, sabar serta perhatian selama proses penyusunan skripsi.
11. Teman-teman tercinta Barirotul 'Aizza Salsabila, Kharisma Laila Ramadhani, Azzahra Aulia Muharram, Muhammad Faizin, Wafid Dzul Fikar, Nur Hasan Muchsin, Dinta Mahendra, Muhammad Nur Risky Al-Fatihahtha, Febri Aldianto, Mbak Rara Eka Yurika, Mbak Anindita Almas, Mbak Alma Hafidza, yang telah bersedia menemani penulis, menjadi tempat diskusi,

berkeluh kesah, serta selalu memberikan dukungan selama proses perkuliahan dan pembuatan skripsi.

12. Teman-teman Klinik Konseling Islam angkatan 2019, 2020, 2021, dan 2022 yang selalu memberikan pengalaman menyenangkan selama berorganisasi.
13. Teman-teman KKN Purwokerto yaitu Aida Hilya Salsabila, Isna Zulfa Khairunnisa, BB Salma Abidah Nur, Iis Tri Setiowati dan Ardiansyah Setiya Wijaya yang telah memberikan dukungan selama proses tugas akhir skripsi serta memberikan pengalaman dan kesan menyenangkan selama penulis melaksanakan kuliah kerja nyata di Purwokerto.
14. Teman-teman seperjuangan BKI angkatan 20 yang telah menemani, memberikan semangat, dukungan, dan bantuan selama proses perkuliahan.
15. Seluruh pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat disebutkan satu-persatu atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan skripsi.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan bagi penulis selanjutnya.

Yogyakarta, Juni 2024  
Penulis,

Salsabila  
20102020017

## ABSTRAK

**Salsabilla (20102020017)**, Efektivitas Konseling Individu Teknik *Person Centered* dalam Meningkatkan *Self-esteem* Siswa Kelas XI SMK N 1 Godean. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2024.

*Self-esteem* merupakan salah satu bagian dari kepribadian seseorang yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari. Jika kebutuhan *self-esteem* tercapai maka individu akan mampu dalam mengaktualisasikan dirinya. Karena itu perlu adanya upaya agar kebutuhan *self-esteem* terpenuhi pada setiap individu. Salah satu upaya yang dapat diberikan dalam meningkatkan *self-esteem* yaitu konseling individu dengan teknik *person centered*. Penelitian ini bertujuan untuk menguji teknik *person centered* dalam meningkatkan *self-esteem* siswa kelas XI jurusan pemasaran di SMK N 1 Godean. Metode penelitian yang digunakan adalah *pre-eksperimen* dengan desain *one group pre-test* dan *post-test*. Populasi penelitian melibatkan seluruh siswa kelas XI dari jurusan Pemasaran di SMK N 1 Godean yang memiliki karakteristik serupa, yaitu memiliki tingkat *self-esteem* rendah yang diukur dengan skala dan belum pernah melakukan konseling sebelumnya berjumlah 61 siswa. Adapun sampel yang diambil untuk penelitian ini terdiri dari 5 subjek yang dipilih tidak secara acak. Instrument penelitian menggunakan skala likert dari Coopersmit dengan modifikasi untuk mengukur *self-esteem*. Teknik analisis yang digunakan adalah *paired sample t-test* guna melihat efektivitas dan skor *pretest-posttest*. Hasil penelitian menunjukkan konseling individu teknik *person centered* terbukti efektif dalam meningkatkan *self-esteem* siswa kelas XI Pemasaran SMK N 1 Godean.

**Kata kunci:** *Person centered, Self-esteem*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## ABSTRACT

**Salsabilla (20102020017)**, *The Effectiveness Individual Counseling with Person Centered Technique in Improving Self-esteem of Students Class XI of SMK N 1 Godean. Thesis. Yogyakarta: Faculty of Da'wah and Commnucation. Sunan Kalijaga State Islamic University Yogyakarta. 2024*

*Self-esteem is one part and a person's personality that is very important in everyday life. If self-esteem needs are achieved, individuals will be able to actualize themselves. Therefore, it is necessary to make efforts so that self-esteem needs are met in each individual. One of the efforts that can be given in increasing self-esteem is individual counseling with person centered techniques. This study aims to test the person centered technique in increasing the self-esteem of class XI students of SMK N 1 Godean. The research method used is pre-experiment with one group pre-test and post-test design. The research population involved all grade XI students from the Marketing department at SMKN 1 Godean who had similar characteristics, namely having a low level of self-esteem as measured by a scale and had never done counseling before, totaling 61 students. The sample taken for this study consisted of 5 subjects selected by purposive sampling technique. The research instrument used a Likert scale from Coopersmat with modifications to measure self-esteem. The analysis technique used is paired sample t-test to see the effectiveness and pretest-posttest scores. The results showed that individual counseling using person centered technique was effective in raising the self-esteem of students in class XI Marketing of SMKN 1 Godean.*

**Keywords:** *Person centered, self-esteem*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
PERSETUJUAN SKRIPSI .....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
PERNYATAAN BERJILBAB.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
MOTTO.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK.....	xi
<i>ABSTRACT</i> .....	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR BAGAN.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Kajian pustaka .....	8
BAB II KERANGKA TEORI.....	14
A. Tinjauan Tentang <i>Self-Esteem</i> .....	14
1. Pengertian <i>Self-Esteem</i> .....	14
2. Kebutuhan <i>Self-Esteem</i> .....	15
3. Aspek-aspek <i>Self-Esteem</i> .....	16
4. Karakteristik individu dengan <i>Self-esteem</i> .....	18
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pembentukan <i>Self-Esteem</i> .....	21
6. <i>Self-Esteem</i> dalam Perspektif Islam .....	23
B. Tinjauan tentang Konseling <i>Person centered</i> .....	29
1. Pengertian Konseling <i>Person centered</i> .....	29

2.	Tujuan konseling <i>person centered</i> .....	31
3.	Hakikat Manusia.....	33
4.	Teknik-teknik Konseling <i>Person Centered</i> .....	36
5.	Tahapan Konseling <i>Person Centered</i> .....	37
C.	Dinamika Hubungan Antara <i>Self-esteem</i> dan Konseling Individu .....	39
D.	Hipotesis.....	41
BAB III	METODE PENELITIAN .....	42
A.	Jenis Penelitian .....	42
B.	Identifikasi Variabel Penelitian .....	43
C.	Definisi Operasional.....	44
D.	Populasi dan Sampel .....	45
E.	Instrumen Penelitian.....	47
F.	Modul Konseling Individu Teknik <i>person centered</i> .....	48
G.	Metode Pengumpulan data.....	49
H.	Validitas dan Reliabilitas .....	49
I.	Pelaksanaan dan Hasil Uji Coba Skala .....	52
1.	Perlakuan Uji Coba Skala.....	52
2.	Hasil Uji Coba Skala.....	53
J.	Metode Analisis Data .....	56
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	58
A.	Persiapan Penelitian (Proses Perizinan) .....	58
B.	Gambaran Lokasi.....	58
C.	Pelaksanaan Penelitian .....	60
D.	Analisis Data.....	63
E.	Pembahasan.....	66
BAB V	PENUTUP.....	74
A.	Kesimpulan.....	74
B.	Saran .....	74
DAFTAR	PUSTAKA.....	76
LAMPIRAN-	LAMPIRAN.....	80
DAFTAR	RIWAYAT HIDUP.....	137

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Desain Penelitian Pre-eksperimental.....	43
Tabel 3. 2 Kisi-kisi Skala Self-Esteem.....	48
Tabel 3. 3 Kriteria Koefisien Reliabilitas .....	52
Tabel 3. 4 Responden Uji Coba Instrumen.....	53
Tabel 3. 5 Hasil Uji Coba Skala self-esteem .....	54
Tabel 3. 6 Kisi-kisi skala self-esteem setelah uji coba .....	55
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas aitem .....	55
Tabel 4. 1 Hasil Uji Normalitas Hasil Uji Normalitas .....	64
Tabel 4. 2 Hasil Uji Hipotesis Hasil Uji Hipotesis .....	65
Tabel 4. 3 Hasil Uji T Hasil Uji T .....	65
Tabel 4. 4 Ringkasan Perubahan Subjek .....	71



## DAFTAR BAGAN

Diagram 2. 1 Dinamika Hubungan Konseling <i>Person Centered</i> Dengan <i>Self-Esteem</i> .....	41
Diagram 4. 1 Hasil Peningkatan Skor <i>Self-Esteem</i> Berdasarkan Hasil <i>Pretest</i> Dan <i>Posttest</i> .....	70





## DAFTAR LAMPIRAN

<i>Lampiran 1 Surat Izin Penelitian.....</i>	80
<i>Lampiran 2 Skala Self-esteem Sebelum Uji coba.....</i>	81
<i>Lampiran 3 . Surat Pernyataan Profesional Judgment Skala.....</i>	83
<i>Lampiran 4 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....</i>	83
<i>Lampiran 5 Skala setelah Uji Coba.....</i>	86
<i>Lampiran 6 Data Tabulasi Uji Coba Skala.....</i>	88
<i>Lampiran 7 Hasil Pre-Test Dan Post-Test Skala Self-Esteem.....</i>	98
<i>Lampiran 8 Uji Normalitas.....</i>	99
<i>Lampiran 9 Uji Hipotesis.....</i>	101
<i>Lampiran 10 Hasil Observasi Per Subjek .....</i>	102
<i>Lampiran 11 Dokumentasi Uji Coba Skala.....</i>	107
<i>Lampiran 12 Dokumentasi Treatment.....</i>	108
<i>Lampiran 13 Surat pernyataan Profesional Judgment Modul.....</i>	109
<i>Lampiran 14 Modul Konseling.....</i>	110

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar belakang

Masa perkembangan manusia yang paling menonjol dan krusial adalah masa remaja. Masa remaja merupakan masa peralihan, dimana individu tumbuh dari masa anak-anak menjadi individu yang memiliki kematangan. Pada masa tersebut, ada dua hal yang penting menyebabkan remaja melakukan pengendalian diri. Pertama, hal yang bersifat eksternal, yaitu adanya perubahan lingkungan. Kedua, adalah hal yang bersifat internal, yaitu karakteristik di dalam diri remaja yang membuat remaja relatif lebih bergejolak dibandingkan dengan masa perkembangan lainnya (*storm and stress period*).<sup>2</sup> Masa remaja bisa juga dikatakan masa perubahan perkembangan antara masa anak dan masa dewasa yang mengakibatkan perubahan fisik, kognitif, dan psikososial. Perubahan psikologis yang terjadi pada remaja meliputi intelektual, kehidupan emosi, dan kehidupan sosial.<sup>3</sup> Sehingga bisa disimpulkan bahwa remaja merupakan masa dimana seorang individu mengalami perubahan dan perkembangan, baik dari segi fisiologis, psikologis dan kognitif.

Setiap remaja pasti mengharapkan dirinya dapat berkembang dan menjadi lebih baik. Perkembangan kemampuan atau potensi seseorang tidak akan terwujud apabila tidak diupayakan dan seberapa jauh seseorang mau

---

<sup>2</sup>Singgih D. Gunarsa dan Yulia Singgih D. Gunarsa: *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (Jakarta: Gunung Mulia, 2004), hlm. 201.

<sup>3</sup>Papalia D.E Olds, SW dan Feldman: *Menyelami Perkembangan Manusia, ed,10* (Jakarta: Salemba Humanika, 2009) hlm. 534 .

mengupayakannya sehingga terwujud dalam sikap serta kebiasaannya. Karakter yang harus ditanamkan pada setiap remaja yaitu menghargai dirinya sendiri dan orang lain. Penghargaan diri atau *self-esteem* merupakan sebuah opini realistis (akurat dan jujur) tentang penghargaan pada diri sendiri, secara sederhananya individu memiliki harga diri ketika individu itu memiliki pendapat yang realistis dan menghargai diri sendiri.<sup>4</sup> Penghargaan pada diri dan orang lain tidak datang secara tiba-tiba dalam diri individu, tetapi membutuhkan suatu proses dan kesadaran diri sendiri sehingga dapat menjadi pribadi yang berharga.

Jika kebutuhan akan harga diri tercapai maka individu tersebut akan mampu dalam mengaktualisasikan dirinya.<sup>5</sup> Salah satu permasalahan yang dialami remaja ialah kurangnya penghargaan diri (*self-esteem*) yang dapat memicu timbulnya masalah pada diri individu yang akan berdampak negatif bagi perkembangan psikologis remaja yang tentunya akan berpengaruh pada prestasi belajar.<sup>6</sup> Karena itu *self-esteem* merupakan kebutuhan yang harus ada pada setiap individu agar individu tersebut dapat melakukan penilaian atau evaluasi terhadap kualitas hidupnya.

Tingkat *self-esteem* individu dapat dilihat dari karakteristik yang ditunjukkan oleh individu tersebut. Menurut Rosenberg dan Oves, individu dengan *self-esteem* tinggi akan memperlihatkan bahwa dirinya adalah pribadi

---

<sup>4</sup> Saiful and Nikmarijal, "Meningkatkan *Self-Esteem* Melalui Layanan Konseling Individual Menggunakan Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* (REBT)," *Indonesian Journal of Counseling and Education* 1, no. 1 (2020): 6–12, <https://doi.org/https://doi.org/10.32923/ijoc.v1i1.1134>.

<sup>5</sup>*Ibid* hlm.2

<sup>6</sup>*Ibid* hlm.2

yang optimis, mengakui kemampuan dirinya sendiri, berkompeten, dapat menerima keadaan dan mengambil pelajaran dari setiap masalah, tidak mudah mengalami emosi negatif (sedih, depresi), loyal, dapat berinteraksi dengan baik kepada orang lain, tidak takut mengambil resiko, bersikap baik atau ramah kepada orang lain, dan dapat mempertanggung jawabkan keputusan yang diambilnya.<sup>7</sup> Faktanya saat ini masih banyak ditemukan fenomena rendahnya *self-esteem* pada individu. Rendahnya *self-esteem* ditandai dengan adanya rasa inferior (rendah diri), pesimis, kurang dapat membangun hubungan dengan individu lain atau kelompok, takut gagal sehingga sering mengalami putus asa dan depresi, merasa bahwa orang lain tidak peduli padanya, kurang dapat mengeluarkan isi hati atau ekspresi diri, tidak konsisten dan kompeten, mudah mengaku salah dan lebih sering untuk membuat *defence mechanism* (pertahanan diri).<sup>8</sup>

Tinggi rendahnya *self-esteem* terbentuk karena adanya interaksi antara individu dan lingkungan sosial, sehingga perkembangan harga diri akan dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu: (1) perubahan *self-esteem* yang terjadi dikarenakan pada setiap jenjang usia memiliki tugas yang berbeda sehingga akan mempengaruhi tingkat harga diri individu. (2) perbedaan tingkat harga diri laki-laki lebih tinggi daripada perempuan dan ini baru terjadi ketika masa remaja dan terus berlanjut hingga usia lanjut. (3) cara mengasuh anak yang kurang benar secara umum berhubungan dengan

---

<sup>7</sup>Dilla Tria Febrina, Puji Lestari Suharso, and Airin Yustikarini Saleh, '*Self-Esteem Remaja Awal : Temuan Baseline Dari Rencana Program Self-Instructional Training Kompetensi Diri*', 2.1 (2018), hlm. 43–56.

<sup>8</sup>Dian Fitri and Nur Aini, '*Self-Esteem Pada Anak Usia Sekolah Dasar Untuk Pencegahan Kasus Bullying*', 6.April(2018), hlm. 36–46.

rendahnya harga diri pada anak.<sup>9</sup> Dari beberapa faktor di atas bisa dipahami bahwa tingkat *self-esteem* pada setiap individu bisa berbeda-beda.

Kebutuhan *self-esteem* atau penghargaan diri pada setiap individu harus terpenuhi agar tercapainya tugas perkembangan individu tersebut. Karena itu perlu adanya bantuan agar kebutuhan *self-esteem* terpenuhi pada setiap individu. Salah satu bantuan yang dapat diberikan adalah dengan layanan konseling. Menurut Milton E. Hanh, konseling merupakan suatu proses yang terjadi dalam hubungan seorang dengan seorang yaitu individu yang mengalami masalah yang tidak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang telah memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar klien mampu memecahkan kesulitannya.<sup>10</sup>

Konselor dalam memberikan layanan konseling untuk meningkatkan *self-esteem* dapat dilakukan dengan pendekatan-pendekatan dalam konseling. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah konseling dengan menggunakan pendekatan *person centered*. Konseling *person centered* sering disebut juga dengan psikoterapi *non-directive* adalah suatu metode perawatan psikis yang dilakukan dengan cara berdialog antara konselor dengan klien, agar tercapai gambaran yang serasi antara *ideal self* (diri klien yang ideal) dengan *actual self* (diri klien sesuai kenyataan yang sebenarnya).<sup>11</sup>

---

<sup>9</sup>Devi Mustikasari, 'Keefektifan Konseling Person-Centered Untuk Meningkatkan Self-Esteem Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Purwoasri Tahun Pelajaran 2017/2018', 2018 hlm. 3.

<sup>10</sup>Sofyan S. Willis, *Konseling Individual : Teori Dan Praktek* (Bandung: Alfabeta, 2004) hlm.18.

<sup>11</sup>Sofyan S. Willis , *Konseling Individual : Teori Dan Praktek*, hlm. 63.

Pemberian layanan konseling dengan menggunakan pendekatan *person centered* cukup efektif. Efektif adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan sejauh mana suatu tujuan atau hasil yang diinginkan tercapai melalui tindakan atau upaya tertentu. Hal ini dibuktikan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Reni Desugiharti, Yumansyah dan Diah Utaminingsih, terdapat peningkatan *self-esteem* dalam interaksi sosial pada individu setelah diberikan layanan konseling dengan pendekatan *person centered*.<sup>12</sup> Dalam hasil penelitian yang dilakukan oleh Azmi Hanifah menunjukkan hasil adanya peningkatan *self-esteem* setelah mendapatkan perlakuan berupa konseling individu model *person centered therapy*.<sup>13</sup> Berdasarkan penelitian yang dilakukan Azmi Hanifah, peneliti mencoba menambah pengetahuan dengan mengembangkan modul yang akan digunakan dalam pemberian layanan konseling, karena itu peneliti tertarik melakukan penelitian dengan tema yang sama dengan mengkolaborasi sejumlah teori dari penelitian yang terdahulu sehingga peneliti memilih judul “Efektivitas Konseling Individu Teknik *Person Centered* dalam Meningkatkan *Self-Esteem* Pada Siswa Kelas XI di SMK N 1 Godean”.

Alasan peneliti memilih judul “Efektivitas Konseling Individu Teknik *Person Centered* dalam Meningkatkan *Self-esteem* Siswa Kelas XI SMK N 1 Godean”, yaitu karena *self-esteem* adalah aspek penting dalam perkembangan psikologis individu yang mempengaruhi prestasi akademik

---

<sup>12</sup> Reni Desugiharti, Yumansyah, and Diah Utaminingsih, ‘*Peningkatan Self-esteem Dalam Interaksi Sosial Dengan Menggunakan Konseling Client Centered*’, 2017 hlm. 115.

<sup>13</sup> Azmi Hanifah, ‘*Mengatasi Masalah Low Self-Esteem Melalui Konseling Individu Model Person Centered Therapy (Pct) Pada Siswa Kelas Ix Di Smp Negeri 25 Semarang Tahun Ajaran 2015/2016*’ (Universitas Negeri Semarang, 2016) hlm. 97.

dan kesejahteraan umum. Kemudian teknik *person centered* dipilih karena teknik ini menekankan pada pentingnya penerimaan tanpa syarat dan empati sehingga sangat relevan dalam membantu individu merasa dihargai dan didengar. Kemudian penelitian ini dilakukan di SMK N 1 Godean dengan alasan sekolah ini memiliki reputasi yang baik dalam bidang pendidikan kejuruan. Sekolah ini juga memiliki fasilitas yang memadai untuk mendukung penelitian serta memiliki kebijakan yang terbuka terhadap penelitian akademis dan bersedia bekerja sama untuk mendukung kegiatan penelitian. Berdasarkan wawancara awal dengan guru BK di SMK N 1 Godean juga didapati bahwa siswa yang mengalami masalah *self-esteem* yang ditandai dengan menurunnya prestasi belajar siswa. Karena beberapa alasan tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian di SMK N 1 Godean. Kemudian siswa kelas XI dipilih sebagai populasi dalam penelitian ini dengan alasan siswa kelas XI berada pada tahap penting dalam perkembangan akademik dan pribadi mereka. Sehingga penelitian memfokuskan pada pemberian bantuan berupa konseling individu dengan teknik *person centered* dalam meningkatkan *self-esteem* pada siswa kelas XI. Selain itu penelitian tentang efektivitas teknik *person centered* dalam konteks sekolah kejuruan masih terbatas, sehingga diharapkan hasil penelitian ini nantinya dapat memberikan rekomendasi praktis bagi konselor sekolah atau BK dan pendidik dalam menerapkan teknik konseling yang efektif untuk meningkatkan *self-esteem* siswa.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “apakah konseling individu teknik *person centered* efektif untuk meningkatkan *self-esteem* pada siswa kelas XI SMK N 1 Godean?”

## C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui dan mendeskripsikan efektivitas konseling individu teknik *person centered* dalam meningkatkan *self-esteem* pada siswa kelas XI SMK N 1 Godean.

## D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat penelitian ini adalah :

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memperkuat teori-teori yang telah ada sebelumnya serta mampu berkontribusi dalam mengembangkan pemikiran dan ilmu pengetahuan pada program studi Bimbingan dan Konseling Islam, khususnya mengenai Konseling *Person Centered*.

### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini secara praktis dapat menjadi acuan dalam menerapkan layanan konseling di sekolah, khususnya dalam pengembangan program layanan bimbingan dan konseling dan



memberikan layanan yang tepat untuk meningkatkan *self-esteem* pada siswa.

#### E. Kajian pustaka

Kajian pustaka adalah kegiatan yang meliputi mencari, membaca, dan menelaah laporan-laporan penelitian dan bahan pustaka yang memuat teori-teori yang relevan dengan penelitian yang telah dilakukan.<sup>14</sup> Sebagai pembanding, peneliti melakukan penelusuran terkait penelitian terdahulu dengan tema yang hampir sama. Beberapa penelitian yang berkaitan dengan judul peneliti, yaitu :

1. Jurnal, Karya Siti Komariah dan Iis Lathifah N program studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta tahun 2019 dengan judul “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Client Centered* untuk meningkatkan Kepercayaan diri pada Siswa Kelas VII SMP N 16 Yogyakarta tahun Ajaran 2018/2019”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif *pre-eksperimental* dengan desain *one-group pretest-posttest design*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan pendekatan *client centered* untuk meningkatkan kepercayaan diri pada siswa kelas VII SMP N 16 Yogyakarta. Hasil dari penelitian ini menjelaskan bahwa terdapat peningkatan kepercayaan diri siswa setelah adanya konseling kelompok dengan pendekatan *client centered*, sehingga penelitian ini

---

<sup>14</sup>Dzikri Abdullah and others, *Buku Kajian Pustaka Dalam Artikel Jurnal* (Bandung, 2020) hlm. 1.

menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian layanan konseling dengan pendekatan *client centered* dalam meningkatkan kepercayaan siswa.<sup>15</sup>

Penelitian ini membuktikan bahwa pemberian konseling *person centered* sebagai intervensi dalam meningkatkan kepercayaan diri cukup efektif, sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan peneliti menggunakan konseling *person centered* sebagai intervensi dalam meningkatkan *self-esteem* siswa.

2. Skripsi, karya SY. Nisva Azmila program studi Manajemen Pendidikan Islam UIN Sulan Syarif Kasim Riau, Pekanbaru tahun 2019 dengan judul “Efektivitas Pendekatan *Client Centered Therapy* dalam Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Regulasi Diri Siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Mandah”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif *pre-eksperimen* dengan jenis *pretest post test one group design*. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa efektif pendekatan *client centered therapy* dalam layanan konseling kelompok untuk meningkatkan regulasi diri siswa. Hasil penelitian menunjukkan pendekatan *client centered therapy* dalam layanan konseling kelompok efektif dalam meningkatkan regulasi diri siswa.<sup>16</sup>

Penelitian ini membuktikan bahwa *client centered therapy* efektif dalam meningkatkan regulasi diri. Kesamaan dengan penelitian ini adalah

---

<sup>15</sup>Komariyah and Lathifah Nuryanto, ‘Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Client Centered* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Siswa Kelas VIII SMP N, 16 Yogyakarta Tahun Ajaran 2018/2019’, *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4.1 (2020), hlm. 78–90 <<https://doi.org/10.31316/g.couns.v4i1.456>>.

<sup>16</sup>SY. Nisva Azmila, ‘Efektivitas Pendekatan *Client Centered Therapy* Dalam Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Regulasi Diri Siswa Di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Mandah’ (Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru, 2019) hlm. 43-79.

peneliti menggunakan metode kuantitatif dengan metode *pre-eksperimen* dengan desain *one group pretest-posttest*.

3. Jurnal, karya Regina Claudy Wardhani, Irvan Budhi Handaka, Aprilia Setyowati, Nurbowo Budi Utomo tahun 2022 dengan Judul “Upaya meningkatkan *Self-Esteem* siswa melalui konseling kelompok menggunakan *Solution Focused Brief Counseling*”. Jenis penelitian yang di gunakan adalah deskriptif kuantitatif dan analisis observasi yang dilaksanakan dalam 2 (dua) siklus. Tujuan dari penelitian ini adalah unuk mengetahui apakah konseling kelompok menggunakan *solution focused brief counseling* dapat meningkatkan *self-esteem* siswa. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok menggunakan *solution focused brief counseling* di SMP Negeri 1 Pasir Penyu dapat meningkatkan *Self-esteem* siswa.<sup>17</sup>

Penelitian ini membuktikan adanya peningkatan *self-esteem* dengan intervensi *solution focused brief counseling*. Sedangkan dalam penelitian yang akan dilakukan, peneliti memberikan intervensi berupa konseling dengan pendekatan *person centered* untuk meningkatkan *self-esteem*.

4. Skripsi, karya Mutiara Indah program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Raden Mas Intan tahun 2023 dengan judul “Pelaksanaan Konseling Individu dengan Teknik *Client Centered* dalam meningkatkan *Self-Esteem* Peserta Didik di SMK Negeri 1 Natar”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan desain

---

<sup>17</sup>Regina Claudy Wardhani and others, ‘Upaya Meningkatkan *Self-Esteem* Siswa Melalui Konseling Kelompok Menggunakan *Solution Focused Brief Counseling*’, 6 (2022), hlm. 13404–12.

penelitian kualitatif deskriptif. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pelaksanaan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self-esteem* peserta didik di SMA Negeri 1 Natar. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa pelaksanaan konseling individu dengan teknik *client centered* dalam meningkatkan *self-esteem* terdapat perubahan peningkatan *self-esteem* pada peserta didik yang dibuktikan dengan peserta didik mulai memiliki rasa percaya diri yang meningkat dan emosi positif pada dirinya.<sup>18</sup>

Penelitian ini membuktikan bahwa konseling *person centered* sebagai intervensi dalam meningkatkan *self-esteem* pada siswa. Hal tersebut sama dengan yang peneliti lakukan, namun berbeda dalam jenis penelitian. Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian kuantitatif dengan metode *pre-eksperimen* dengan desain *one group pretest-posttest*.

5. Jurnal, karya Fatemeh Moradil, Akram Ghadiri-Anari, Ali Dehghani, Seyed Reza Vaziri, Behnaz Enjezab tahun 2019 dengan judul “*The Effectiveness of counseling based on acceptance and commitment therapy on body image and self-esteem in polycystic ovary syndrome: An RCT*”. Penelitian ini merupakan uji coba terkontrol secara acak, desain paralel dan tiga tahap (*pre-test*, *post-test*, dan tes lanjutan). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas konseling kelompok berdasarkan

---

<sup>18</sup> Mutiara Indah, ‘Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik Client Centered Dalam Meningkatkan Self-esteem Peserta Didik Di SMA Negeri 1 Natar’ (Universitas Islam Negeri Intan Lampung, 2023) hlm. 14-61

terapi penerimaan dan komitmen (ACT) terhadap citra tubuh dan harga diri pada pasien dengan PCOS. Dalam penelitian ini melibatkan 52 wanita dengan PCOS yang dialokasikan secara acak ke dalam kelompok intervensi dan kontrol menggunakan nomor acak. Hasil penelitian menunjukkan konseling kelompok berdasarkan ACT meningkatkan kepedulian terhadap citra tubuh dan harga diri pada wanita dengan PCOS pada fase tindak lanjut pertama, yang tampaknya ideal.<sup>19</sup>

Penelitian ini membuktikan bahwa intervensi yang sesuai dapat meningkatkan *self-esteem*. Penelitian tersebut mengambil populasi sebanyak 52 wanita dengan PCOS, sedangkan penelitian yang akan dilakukan, peneliti mengambil populasi siswa kelas 11 di SMK N 1 Godean.

Uraian di atas merupakan penelitian yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan mengenai “Efektivitas Konseling Individu Teknik *Person Centered* dalam Meningkatkan *Self-esteem* Siswa Kelas XI SMK N 1 Godean”. Dalam penelitian yang telah dilakukan di atas penulis menemukan adanya perbedaan satu sama lain pada masing-masing penelitian di atas, sehingga penelitian terdahulu tidak ada yang sama persis dengan penelitian yang penulis lakukan. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa penelitian berjudul “Efektivitas Konseling Individu Teknik *Person Centered* dalam Meningkatkan *Self-esteem* Siswa Kelas XI SMK N 1 Godean” belum pernah diteliti, dan penulis berusaha lebih memfokuskan

---

<sup>19</sup>Fatemeh Moradi M Sc et al., “Efektivitas Konseling Berdasarkan Terapi Penerimaan Dan Komitmen Terhadap Citra Tubuh Dan Harga Diri Pada Sindrom Ovarium Polikistik : Sebuah RCT” 18, no. 4 (n.d.).

penelitian ini pada keefektifan pemberian konseling individu teknik *person centered* dalam meningkatkan *self-esteem* siswa.



## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan analisis hasil penelitian yang telah dijabarkan di atas dapat disimpulkan bahwa konseling individu teknik *person centered* efektif untuk meningkatkan *self-esteem* siswa kelas XI SMK N 1 Godean. Hal ini dapat dilihat dari adanya perbedaan yang signifikan pada rata-rata hasil *pretest* dan *posttest*. Dan hasil uji-t menunjukkan nilai signifikansi  $0,000 < 0,001$ . Maka dapat dikatakan bahwa konseling individu teknik *person centered* secara efektif dapat meningkatkan *self-esteem*.

#### **B. Saran**

Berdasarkan penelitian yang telah dipaparkan mulai dari penelitian hingga penutup, adapun saran dari peneliti sebagai berikut :

1. Bagi SMK N 1 Godean

Peneliti berharap SMK N 1 Godean dapat terus meningkatkan fasilitas sekolah agar dapat membantu meningkatkan berbagai aspek dan kemampuan siswa, serta mengadakan kegiatan-kegiatan yang dapat membangun kreativitas siswa.

2. Bagi Guru Bimbingan Konseling SMK N 1 Godean

Peneliti berharap guru bimbingan konseling SMK N 1 Godean dapat meningkatkan berbagai pelayanan bimbingan konseling bagi siswa dengan menggunakan metode dan media bimbingan dan konseling yang

lebih menarik dan efektif untuk membantu siswa dalam mengatasi berbagai hal, terutama terhadap penerimaan individu terhadap dirinya.

3. Bagi penelitian Selanjutnya

Disarankan bagi peneliti selanjutnya yang akan mengambil tema konseling individu teknik *person centered* dapat menyempurnakan penelitian ini dan meneliti lebih jauh tentang *self-esteem* pada siswa dengan memperhatikan variabel lain yang mempengaruhi *self-esteem* siswa. Karena pada masa usia siswa sekolah sangat rentan untuk bisa merasa rendah diri dan kurang penghargaan terhadap dirinya.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Dzikri, M. Fajar Aji, Anggit M Siddiq, Boy Perdana, and Fani Dinishwari. *Buku Kajian Pustaka Dalam Artikel Jurnal*. Bandung, 2020.
- Agama, Kementerian. “Al-Qur’an Dan Terjemahan,” 2022. <https://quran.kemenag.go.id>
- Alwisol. *Psikologi Kepribadian*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang, 2018. <https://books.google.co.id/books?id=ZuB0DwAAQBAJ&lpg>.
- Astuti, Eka Widia. “Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik *Client-Centered* Untuk Meningkatkan Percaya Diri Peserta Didik Kelas X SMK Negeri 5 Bandar Lampung.” Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2018.
- Azmila, SY. Nisva. “Efektivitas Pendekatan *Client Centered Therapy* Dalam Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Regulasi Diri Siswa Di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Mandah.” (Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru, 2019).
- Basri, A. Said Hasan. *Variabel Psikologis Dan Pengukuran*. Yogyakarta: Lembaga Ladang Kata, 2021.
- Budiaji, Weksi. “Skala Pengukuran Dan Jumlah Respon Skala Likert.” *Jurnal Ilmu Pertanian Dan Perikanan* 2, no. 2 (2013): 129.
- Clemes, Harris, Reynoald Bean, and Aminah Clark. *Bagaimana Meningkatkan Harga Diri Remaja*. Jakarta: Binarupa Aksara, 1995.
- Corey, Gerald. *Teori Dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. 7th ed. Bandung: PT Refika Aditama, 2013.
- . *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama, 2015.
- Desugiharti, Reni, Yusmansyah, and Diah Utaminingsih. “Peningkatan *Self Esteem* Dalam Interaksi Sosial Dengan Menggunakan Konseling *Client Centered*,” 2017.
- Djali, Haji. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jawa Timur: PT Bumi Aksara, 2022.
- Febrina, Dilla Tria, Puji Lestari Suharso, and Airin Yustikarini Saleh. “*Self-Esteem* Remaja Awal: Temuan Baseline Dari Rencana Program *Self-Instructional Training* Kompetensi Diri” 2, no. 1 (2018): 43–56.

- Fitri, Dian, and Nur Aini. "Self Esteem Pada Anak Usia Sekolah Dasar Untuk Pencegahan Kasus *Bullying*" 6, no. April (2018): 36–46.
- Ghufron, M. Nur, and Risti Risnawita S. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2012.
- Gunarsa, Singgih D. *Psikologi Praktis : Anak, Remaja Dan Keluarga*. Jakarta: Gunung Mulia, 2004.
- Hanifah, Azmi. "Mengatasi Masalah *Low Self Esteem* Melalui Konseling Individu Model *Person Centered Therapy* (PCT) Pada Siswa Kelas IX Di SMP Negeri 25 Semarang Tahun Ajaran 2015/2016." (Universitas Negeri Semarang, 2016).
- Indah, Mutiara. "Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik *Client Centered* Dalam Meningkatkan *Self Esteem* Peserta Didik Di SMA Negeri 1 Natar." (Universitas Islam Negeri Intan Lampung, 2023).
- Irawan, Prasetyo. *Metode Penelitian*. Jakarta: Universitas Terbuka, 2009.
- Khairi, Alfin Miftahul. *Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Permainan Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Siswa SMA*. EFUDEPRESS Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Surakarta, 2020.
- Komariyah, Siti, and Iis Lathifah Nuryanto. "Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Client Centered* Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Siswa Kelas VIII SMP N 16 Yogyakarta Tahun Ajaran 2018/2019." *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 4, no. 1 (2020): 78–90. <https://doi.org/10.31316/g.couns.v4i1.456>.
- Kurniawan, Heru. *Pengantar Praktis Penyusunan Instrumen Penelitian*. Yogyakarta: Deepublish Publisher, 2021.
- Kusumastiti, Adhi, Ahmad Mustamil Khoirun, and Taofan Ali Achmad. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Deepublish Publisher, 2020.
- Latipun. *Psikologi Konseling*. Malang: Penerbit Universitas Muhammadiyah Malang, 2017.
- Mustikasari, Devi. "Keefektifan Konseling *Person-Centered* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Purwoasri Tahun Pelajaran 2017/2018," 2018.
- Nuryadi, Tutut Dewi Astuti, Endang Sri Utami, and M. Budiantara. *Buku Ajar Dasa-Dasar Statistik Penelitian*. Yogyakarta: Sibuku Media, 2017.

- Papalia, Diane E., Ruth Duskin Feldman, Gabriela Martorell, and Fitriana W. Herarti. *Menyelami Perkembangan Manusia*. Jakarta: Salemba Humanika, 2014.
- Prasetyo, Bambang, and Lina Miftahul Jannah. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Rajawali Pers, 2012.
- Prayitno, and Erman Amti. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta: Pusat Perbukuan, Depdiknas, 2004.
- Purwanto. *Metode Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi Dan Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2008.
- Rahman, Agus Abdul. *Metode Penelitian Psikologi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2016.
- Rangkuti, Elviana Fitri. "Hubungan Antara Self-Esteem Dengan Perilaku Compulsive Buying Pada Remaja Penggemar Hallyu Wave Anggota Aktif Bandung Korea Community (HANSAMO)." Universitas Islam Bandung, 2016.
- Resi, Firman. "Pengertian Modul Menurut Para Ahli Dan Depdiknas." *Academia Edu*. Accessed April 30, 2024. [https://www.academia.edu/36173049/Pengertian\\_Modul\\_Menurut\\_Para\\_Ahli\\_dan\\_Depdiknas](https://www.academia.edu/36173049/Pengertian_Modul_Menurut_Para_Ahli_dan_Depdiknas).
- RI, Kementerian Agama. *Al-Qur'an Dan Terjemahan*. Jakarta: Cahaya Kreativa Utama, 2018.
- Rogers, C.R. *Client-Centered Therapy*. Boston: Houghton Mifflin, 1951.
- Saiful, and Nikmarijal. "Meningkatkan *Self-Esteem* Melalui Layanan Konseling Individual Menggunakan Pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* (REBT)." *Indonesian Journal of Counseling and Education* 1, no. 1 (2020): 6–12. <https://doi.org/https://doi.org/10.32923/ijoce.v1i1.1134>.
- Sc, Fatemeh Moradi M, Akram Ghadiri-anari M D, Ali Dehghani Ph D, Seyed Reza, Vaziri M Sc, and Behnaz Enjezab Ph D. "Efektivitas Konseling Berdasarkan Terapi Penerimaan Dan Komitmen Terhadap Citra Tubuh Dan Harga Diri Pada Sindrom Ovarium Polistik : Sebuah RCT" 18, no. 4 (n.d.).
- Sudaryono. *Metode Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Kencana, 2016.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. 19th ed. Bandung: Penerbit Alfabeta, 2013.
- . *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Penerbit Alfabeta, 2005.

Wardhani, Regina Claudy, Irvan Budhi Handaka, Aprilia Setyowati, Nurbowo Budi Utomo, and Universitas Ahmad Dahlan. "Upaya Meningkatkan *Self-Esteem* Siswa Melalui Konseing Kelompok Menggunakan *Solution Focused Brief Counseling*" 6 (2022): 13404–12.

Widyastuti, Yeni. *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2014.

Willis, Sofyan S. *Konseling Individual : Teori Dan Praktek*. Bandung: Alfabeta, 2004.

