

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *SELF TALK* UNTUK MENINGKATKAN *SELF
ESTEEM* SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 GEGER
KABUPATEN MADIUN TAHUN AJARAN 2023/2024**

SKRIPSI



**OLEH :
TIYAS YULI RAHMAWATI
NIM. 2002103019**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI MADIUN
Juli 2024**

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *SELF TALK* UNTUK MENINGKATKAN *SELF
ESTEEM* SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 1 GEGER
KABUPATEN MADIUN TAHUN AJARAN 2023/2024**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas PGRI Madiun Untuk Memenuhi
Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan Program Sarjana
Strata 1 Program Studi Bimbingan dan Konseling

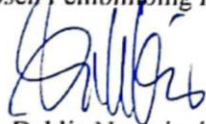
**OLEH:
TIYAS YULI RAHMAWATI
NIM. 2002103019**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI MADIUN
Juli 2024**

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

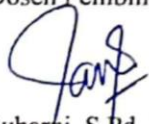
Skripsi oleh Tiyas Yuli Rahmawati telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan dalam ujian skripsi:

Madiun, 2 Juli 2024
Dosen Pembimbing I,



Dr. Dahlia Novarianing Asri, M.Si
NIDN. 0729117801

Madiun, 2 Juli 2024
Dosen Pembimbing II,



Suharni, S.Pd., M.Psi
NIDN. 0704127804

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA PENGUJI

Skripsi oleh Tiyas Yuli Rahmawati telah dipertahankan di depan panitia penguji pada hari Selasa tanggal 16 Juli 2024.

Panitia Penguji



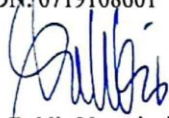
Dr. Tiyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd
NIDN. 0730038504

Ketua



Dr. Asroful Kadafi, S.Pd., M.Pd
NIDN. 0719108601

Sekretaris



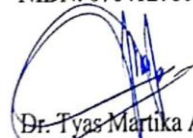
Dr. Dahlia Noyarianing Asri, M.Si
NIDN. 0729117801

Anggota



Suharni, S.Pd., M.Psi
NIDN. 0704127804

Anggota



Dr. Tiyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd
NIDN. 0730038504

Anggota

Mengetahui:
Dekan FKIP



Dr. Hardyo Gembong, M.Pd
NIDN. 0022096603

Mengesahkan:
Kaprodi Bimbingan dan Konseling



Dr. Tiyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd
NIDN. 0730038504

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tiyas Yuli Rahmawati

NIM : 2002103019

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa skripsi yang saya tulis benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Madiun, 28 Juni 2024

Yang membuat pernyataan,

A handwritten signature in black ink is written over a red and yellow 10,000 Rupiah stamp. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text 'METERAI TEMPEL' and 'EEOCAL 116303296'.

Tiyas Yuli Rahmawati

NIM. 2002103019

MOTTO:

Orang lain tidak akan bisa paham dengan struggle dan masa sulitnya kita yang mereka ingin tahu hanya bagian succes stories. Tetap berjuanglah untuk diri sendiri walaupun tidak ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita di masa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini. Tetap berjuang ya!

SKRIPSI INI SAYA PERSEMBAHKAN KEPADA:

Ayah dan Ibu tersayang yang selalu mendoakan anak-anaknya, selalu memberikan kasih sayang, cinta, dukungan, dan motivasi. Dan keluarga besar saya yang selalu memberikan semangat dan motivasi kepada saya.

Thorieq Cahyo Panuntun yang selalu menyemangati, memotivasi dan selalu memberikan dukungan untuk saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, dengan rahmat, karunia, serta taufik dan hidayah-Nya kami dapatkan menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Self Talk* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Geger Kabupaten Madiun Tahun Ajaran 2023/2024”. Dalam penyelesaian studi penulisan skripsi, penulis banyak mendapatkan bantuan baik pengajaran, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. H. Supri Wahyudi Utomo, M.Pd., selaku Rektor Universitas PGRI Madiun,
2. Dr. Sardulo Gembong, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Madiun.
3. Dr. Tyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd., selaku Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Madiun.
4. Dr. Dahlia Novarianing Asri, M.Si., selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dengan sangat baik.
5. Suharni, S.Pd., M.Psi., selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dengan sangat baik.
6. Bapak dan Ibu seluruh Dosen Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Madiun yang telah memberikan ilmu pengetahuan, mendidik, dan membimbing peneliti selama perkuliahan. Rasa hormat dan bangga, peneliti dapat berkesempatan diajar dan dibimbing oleh Bapak dan Ibu dosen.

7. Niken Hyuliastuti, S.Pd., selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Geger yang telah berkenan memberikan izin kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di SMP Negeri 1 Geger.
8. Ayah Hariyadi dan Ibu Lilik Supriyati. Beliau sangat berperan penting dalam menyelesaikan studi penelit. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan hingga bangku perkuliahan, namun beliau selalu memberikan semangat, motivasi, dan do'a hingga penulis mampu menyelesaikan studinya.
9. Anggi, Sersannita, Cindi, dan Kholifah selaku teman dan sahabat saya selama kuliah yang telah mejadi tempat berkeluh kesah, saling menyemangati, dan mendukung selama proses perkuliaham dan penyelesaian skripsi.
10. Teman-teman mahasiswa terutama dari Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Madiun atas dukungan dan kerjasamnya selama menempuh pendidikan dan penyelesaian skripsi.

Sebagai manusi biasa penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini jauh dari kata sempurna karena keterbatasan dan kemampuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu atas kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Penulis mohon maaf dan bersedia menerima kritik dan saran yang membangun. Harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembacanya.

Madiun, Juni 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING Error! Bookmark not defined.	
LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA PENGUJI... Error! Bookmark not defined.	
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN Error! Bookmark not defined.	
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan Masalah.....	6
C. Rumusan Masalah	6
D. Tujuan Penelitian	6
E. Kegunaan Penelitian.....	7
F. Definisi Operasional Variabel.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS PENELITIAN	10
A. Kajian pustaka.....	10
B. Kerangka Berpikir.....	37
C. Hipotesis Penelitian.....	39
BAB III METODE PENELITIAN.....	40
A. Tempat dan Waktu Penelitian	40
B. Desain Penelitian.....	41
C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	43
D. Teknik Pengumpulan Data.....	44
E. Instrumen Penelitian.....	44
F. Teknik Analisis Data.....	48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	50

A. Deskripsi Data.....	50
B. Hasil Uji Hipotesis	54
C. Pembahasan.....	55
BAB V PENUTUP.....	59
A. Simpulan	59
B. Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN.....	64
RIWAYAT HIDUP.....	87

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jadwal Penelitian.....	40
Tabel 3. 2 Desain Penelitian.....	41
Tabel 3. 3 tahap pelaksanaan layanan bimbingan kelompok teknik <i>self talk</i>	42
Tabel 3. 4 Kisi-Kisi Skala <i>Self Esteem</i>	45
Tabel 3. 5 Skala Likert	46
Tabel 3. 6 Kriteria Validasi Instrumen.....	46
Tabel 3. 7 <i>Reliability Statistic</i> Menggunakan SPSS	47
Tabel 3. 8 Rumus Uji <i>Wilcoxon Signed Test</i>	49
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi <i>Self Esteem</i> Siswa <i>Pre-Test</i>	51
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi <i>Self Esteem</i> Siswa <i>Post-Test</i>	52
Tabel 4. 3 Persentase kenaikan <i>Pre-Test</i> Ke <i>Post-Test</i>	54
Tabel 4. 4 Tabel Hail Uji <i>Wilcoxon Signed Test</i>	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Grafik Hasil <i>Pre-Test</i>	51
Gambar 4. 2 Grafik Hasil <i>Post-Test</i>	53
Gambar 4. 3 Grafik Kenaikan <i>Pre-Test</i> Ke <i>Post-Test</i>	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Daftar Nama Sampel	64
Lampiran 2. Instrumen Uji Coba	65
Lampiran 3. Instrumen Pengambilan Sampel	67
Lampiran 4. Tabulasi Hasil <i>Pre-Test</i>	69
Lampiran 5. Tabulasi Hasil <i>Post-Test</i>	70
Lampiran 6. Rencana Pelaksanaan Layanan	71
Lampiran 7. Hasil Rekap Uji Validasi dan Reliabilitas	81
Lampiran 8 Uji <i>Wilcoxon Signed Test</i>	83
Lampiran 9. Dokumentasi Kegiatan	84
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian	85
Lampiran 11. Surat Balasan Penelitian	86