

## PENERAPAN “SI GADIR” UNTUK MENINGKATKAN *SELF-ESTEEM* SISWA KELAS X SMK NEGERI 1 TRENGGALEK

Vivi Yuniar Fitriani<sup>1</sup>, Isnari<sup>2</sup>

SMK Negeri 1 Trenggalek.<sup>1,2</sup>

[viyaralee12@gmail.com](mailto:viyaralee12@gmail.com)<sup>1</sup>, [isnari270463@gmail.com](mailto:isnari270463@gmail.com)<sup>2</sup>

### ABSTRACT

The research objective was to see the effectiveness of "si gadir" to increase the self-esteem of vocational students. The research method is an experiment using a pretest-posttest group design involving 10 students who have low self-esteem as group members. The results showed that there was an increase in students' self-esteem before being given "si gadir" of 1.028 (SD 6.12) to 1.308 (SD 5.90;  $t(10) = 8.89$ ,  $p < 0.01$ ). This research was conducted that si gadir (*simulasi harga diri*) can be applied to increase students' self-esteem.

### keywords

group guidance,  
simulation game,  
self-esteem

### ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui keefektifan “si gadir” (permainan simulasi harga diri) untuk meningkatkan *self-esteem* siswa SMK. Metode penelitian adalah eksperimen menggunakan desain *one group pretest-post test* dengan melibatkan 10 siswa yang mempunyai *self-esteem* rendah sebagai anggota kelompok. Hasil penelitian ini menunjukkan ada peningkatan *self-esteem* siswa sebelum diberikan “si gadir” sebesar 1.028 (SD 6.12), menjadi 1.308 (SD 5.90;  $t(10) = 8.89$ ,  $p < 0,01$ ). Penelitian ini menegaskan bahwa si gadir (simulasi harga diri) dapat diaplikasikan untuk meningkatkan *self-esteem* siswa

### Kata Kunci

bimbingan  
kelompok,  
permainan  
simulasi, *self-esteem*

**Cara mengutip:** Fitriani, V. Y., & Isnari, I. (2020). Penerapan “SI GADIR” Untuk Meningkatkan Self Esteem Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Trenggalek. *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri (e-Journal)*, 7(2), 72-78. <https://doi.org/10.29407/nor.v7i2.15056>

## PENDAHULUAN

Manusia berinteraksi dengan sesama dan berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungannya pada aktivitas sehari-hari. Hubungan sosial berkembang karena adanya dorongan keingintahuan terhadap lingkungan sekitarnya. Pada prosesnya, setiap individu ingin mengetahui bagaimana melakukan hubungan yang baik dengan lingkungannya, baik yang bersifat fisik maupun sosia. Harga diri (*self-esteem*) merupakan konsep yang sangat populer dan banyak dikaji dalam bidang psikologi dan bimbingan dan konseling. Harga diri berperan penting dalam menentukan sikap dan perilaku. Dalam bahasa awam, *self-esteem* sering diartikan sebagai harga diri; kesadaran untuk menghargai diri yang dinilai melalui perilaku individu yang bersangkutan. Menurut *Coopersmith (1967)* harga diri merupakan penilaian diri yang dilakukan individu yang berkaitan dengan dirinya sendiri; penilaian tersebut mencerminkan sikap menerima atau menolak, serta kepercayaan terhadap dirinya bahwa dirinya mampu, penting, berguna, dan berharga. Secara singkat, harga diri adalah penilaian diri (*personal judgement*) tentang perasaan berharga atau berarti yang diekspresikan dalam sikap individu terhadap dirinya.

*Self-esteem* merupakan suatu hal yang dapat membantu siswa dalam pencarian identitas dirinya yang merupakan salah satu tugas perkembangan masa remaja. Proses pembentukan identitas diri memiliki kaitan erat dengan bagaimana remaja menilai atau mengevaluasi diri karena perkembangan *self-esteem* pada remaja akan menentukan keberhasilan ataupun kegagalannya di masa mendatang (Santrock, 2007:184)

Dalam setting sekolah, beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa harga diri memiliki hubungan erat dengan performansi akademik, penyesuaian sosial, dan intensitas perbuatan melanggar hukum. Orang yang memiliki *self-esteem* yang tinggi akan menerima dan menghargai dirinya sendiri apa adanya, dan sebaliknya *self-esteem* rendah membuat individu merasa dirinya tidak berharga, tidak cakap dan tidak berbajikan

Bimbingan kelompok merupakan teknik bimbingan untuk membantu individu agar mencapai perkembangan secara optimal sesuai dengan kemampuan, bakat, minat, serta nilai-nilai yang dianutnya, dan dilaksanakan dalam situasi kelompok (Romlah, 2006:17). Bimbingan kelompok digunakan untuk pencegahan dan pengembangan. Kegiatan bimbingan kelompok dilaksanakan dengan menggunakan teknik-teknik tertentu. Pemilihan teknik digunakan dalam pelaksanaan kegiatan bergantung pada sifat kegiatan, tujuan yang akan dicapai, dan kepribadian serta keterampilan konselor dalam menggunakan teknik tersebut. Bimbingan kelompok berpeluang besar dapat dilaksanakan oleh konselor di sekolah. Layanan ini dapat menjadi promosi yang tepat bagi siswa mengenai pentingnya keberadaan konselor bagi mereka di sekolah secara luas. Bimbingan kelompok dinilai fleksibel dalam hal waktu dan tempat pelaksanaannya. Selain itu, informasi yang dibutuhkan siswa dapat diberikan secara kelompok sehingga lebih ekonomis. Bimbingan kelompok juga merupakan layanan yang efektif dan efisien yang dapat diberikan kepada siswa dalam skala besar apabila sekolah memiliki konselor yang masih terbatas sedangkan siswa yang perlu dibimbing begitu banyak.

Pada penelitian Jannah., Zen., Muslihati (2016) mengembangkan *game simulation* keterbukaan diri untuk siswa, menunjukkan bahwa keterbukaan diri siswa dapat ditingkatkan dengan bimbingan kelompok dengan menggunakan *game simulation*. Teknik *game simulation* dipilih karena siswa lebih antusias dalam mengikuti permainan, serta dalam *game simulation* terdapat diskusi kelompok yang dapat menjadikan hubungan sosial siswa terjalin. Produk ini sangat layak digunakan untuk konselor dalam segi ketepatan, kegunaan, kemudahan dan kemenarikan.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan terkait *self-esteem*, banyak remaja menganggap dirinya kurang berharga, kurang bisa menerima dirinya apa adanya. Dengan demikian, berbagai fenomena kasus yang dikuatkan oleh beberapa hasil penelitian di atas cukup menunjukkan perlunya upaya pemberian layanan bantuan kepada siswa SMK untuk meningkatkan *self-esteem*. Untuk bimbingan kelompok Si gadir menggunakan beberapa simulasi harga diri yang akan digunakan sebagai salah satu teknik bimbingan kelompok. Dengan diberikannya bimbingan kelompok menggunakan si gadir diharapkan mampu meningkatkan *self-esteem* siswa SMK negeri 1 Trenggalek.

## METODE

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah *one group pretest posttest design* yaitu terdiri satu kelompok yang mempunyai *self-esteem* rendah kemudian diberikan *treatment* berupa bimbingan kelompok si gadir. Pelaksanaan bimbingan kelompok si gadir melibatkan 10 siswa SMKN 1 Trenggalek kelas X jurusan Teknik Otomasi Industri (TOI) yang memiliki tingkat *self-esteem* rendah. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari-Maret 2020.

Prosedur pelaksanaan eksperimen dilaksanakan dalam tiga tahapan. Tahap pertama dilakukan dengan melaksanakan *pretest* untuk mengumpulkan data awal tentang *self-esteem*. Tahap kedua dilakukan dengan memberikan intervensi bimbingan kelompok menggunakan *game simulation self-esteem* (si gadir). Dan pada tahap akhir dilaksanakannya *post test* untuk mengetahui kondisi akhir tingkat *self-esteem* siswa setelah diberikan intervensi.

Kegiatan bimbingan kelompok si gadir (*self-esteem*) dilakukan dalam tiga kali pertemuan. Waktu yang disediakan setiap pertemuan 45 menit. Media yang digunakan dengan menggunakan lembaran permainan yang didesain khusus berisi tentang pernyataan maupun pertanyaan berkaitan dengan *self-esteem*. Media yang dipersiapkan pada *game simulation* si gadir diantaranya petunjuk pelaksanaan *game simulation*, beberapa simulasi, kartu pesan, dadu dan tanda penentu jalannya permainan. Bimbingan kelompok si gadir (simulasi harga diri) ini beranggotakan 10 orang. Setiap anggota memiliki peran yaitu 6 orang sebagai pemain (dibagi menjadi 2 kelompok pemain, masing-masing terdiri dari 3 orang anggota), 1 orang berperan menjadi guru, 1 orang sebagai tokoh masyarakat, 1 orang sebagai orang tua dan 1 orang sebagai notulen. Langkah-langkah dalam si gadir (permainan simulasi harga diri) adalah salah satu pemain dalam kelompok pemain saling melakukan suit. Yang menang bertugas menjalankan permainan dengan melemparkan dadu. Permainan berjalan sesuai jumlah dadu yang muncul. Selanjutnya menjawab pertanyaan atau pernyataan yang sudah tertulis di lembaran permainan tersebut. Jawaban didiskusikan bersama dengan anggota yang berperan menjadi orangtua, guru, dan tokoh masyarakat. Begitupun selanjutnya sampai selesai.

Teknik pengumpulan data menggunakan instrument non tes berupa skala *self-esteem* yang terdiri atas 39 item pernyataan. Berdasarkan hasil uji validitas dan reliabilitas butir item, menunjukkan bahwa skala *self-esteem* awalnya berjumlah 54 item, 39 item dinyatakan valid dan 15 item dinyatakan gugur. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa skala *self-esteem* memiliki koefisien alpha sebesar 0,929.

## HASIL

Analisis hasil *pre test* rata-rata *self-esteem* siswa sebesar 102,80 dengan SD 6,12 sedangkan pada saat *post test* rata-rata sebesar 130,80 dengan SD 5,90. Pada tabel 1 dapat dilihat adanya perbedaan nilai rata-rata *pre test* dan *post test* terjadi perubahan *self-esteem* siswa meningkat lebih tinggi setelah mendapatkan bimbingan kelompok si gadir (permainan simulasi harga diri).

Tabel 1. Perubahan Mean *Self-esteem* Siswa

Assesment	M	SD
<i>Pre test</i>	102,80	6,12
<i>Pos test</i>	130,80	5,90
t	8,894	
p	< 0,01	

Selaras dengan hasil pengukuran *pre test* dan *post test* dapat diketahui terjadi peningkatan *self-esteem* siswa. Dapat dikatakan bahwa bimbingan kelompok si gadir efektif untuk meningkatkan *self-esteem* siswa SMK. Hasil analisis uji-t, *paired sample t-test* menegaskan bahwa bimbingan kelompok si gadir dapat diaplikasikan untuk meningkatkan *self-esteem* siswa SMK ( $t(10)=8.894$   $p<0,01$  )

*Self-esteem* sangat penting dalam kehidupan siswa karena dengan *self-esteem* pada kategori tinggi, maka siswa akan lebih mudah untuk menghargai dirinya, mampu untuk memiliki pandangan yang positif terhadap diri sendiri

. Adapun bimbingan kelompok mempunyai peran yang penting dalam membantu meningkatkan *self-esteem* siswa. Bimbingan kelompok si gadir ini merupakan bimbingan kelompok dengan strategi permainan yang menekankan usaha untuk mengubah dan mengembangkan perilaku secara mandiri. Dalam proses perubahan perilaku, siswa lebih banyak terlibat dalam kegiatan bimbingan kelompok si gadir, sedangkan konselor memberikan *treatment* dalam intervensi bimbingan kelompok.

Beberapa penelitian yang menggunakan *game* sebagai media pembelajaran atau bimbingan pada penelitian Putro., Sugiharto.,DYP, Sugiyo (2013) menggunakan teknik permainan untuk mengurangi *communication apprehension*. Sedangkan January., Mamesah., Hanim, (2014) menggunakan teknik permainan *Pass The Compliment* dalam layanan bimbingan kelompok. Penelitian juga dilakukan oleh Muryanto., dkk (2013) dalam penelitiannya menerapkan teknik *game simulation* untuk mereduksi kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional.

Teknik dalam bimbingan kelompok dipandang efektif untuk meningkatkan *self-esteem* dengan menggunakan *si gadir* didasarkan pada asumsi bahwa *si gadir* melibatkan siswa dan secara aktif berperan dalam proses bimbingan kelompok yang menyenangkan. Pada kegiatan ini, siswa memainkan peran dalam situasi yang menyerupai kehidupan nyata terkait *self-esteem*. Siswa mereaksi isyarat-isyarat yang ditemukan pada lingkungan yang sebenarnya, karena *game simulation* (*si gadir*) tersebut merefleksikan realitas kehidupan sehari-hari yang menyenangkan melalui suasana bermainnya yaitu dengan *si gadir*. Maka dengan diadakan bimbingan kelompok si gadir sangat menarik bagi para siswa untuk terlibat secara mendalam dengan kegiatan si gadir, siswa juga akan menguasai konsep dan keterampilan intelektual, sosial dan motorik dalam bidang yang dipelajarinya serta mampu belajar melalui situasi permainan dengan *feed back* dan penyempurnaan yang berkelanjutan. Bimbingan kelompok dengan si gadir yang diimplementasikan pada siswa SMK Negeri 1 Trenggalek Kabupaten Trenggalek menunjukkan efektif dalam meningkatkan *self-esteem* siswa SMK.

## PEMBAHASAN

*Self-esteem* merupakan kebutuhan dasar manusia yang mana dalam penelitian yang dilakukan oleh Susanti, D., Istirahayu, I. (2016) menyebutkan bahwa diperlukan untuk mengetahui profil *self-esteem* siswa. Siswa dikatakan termasuk kategori tinggi ketika siswa tersebut mampu menghargai dirinya yang terlihat dari perilaku menjaga kehormatan diri,

mampu memaafkan diri, mampu bertanggungjawab, bersemangat dalam menjalani hidup, bersyukur atas hidup sendiri, mampu menghargai orang lain dan menciptakan kenyamanan dalam menjalin hubungan yang baik dengan orang lain.

Pada penelitian *self-esteem*, Srivastava., Joshi (2014) dalam penelitiannya mengungkapkan konsep diri yang positif dan harga diri yang tinggi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara konsep diri akademik, dan harga diri anak laki-laki dan perempuan perkotaan dan pedesaan di sekolah yang memiliki fasilitas tinggi dan rendah. Itu dihipotesiskan bahwa konsep diri akademik dan harga diri berdasarkan gender, perkotaan dan pedesaan di kedua sekolah memiliki berkorelasi positif. Demikian pula untuk mengukur harga diri, adaptasi India dari kuesioner harga diri Rosenberg oleh Srivastava & Joshi (2014). Hasil penelitian terdapat korelasi positif antara konsep diri akademik dan harga diri anak laki-laki dan perempuan.

Harga diri memainkan peran sentral dalam kesehatan mental anak muda. Orang dengan harga diri yang rendah semakin cenderung melaporkan ketidakpuasan dengan ukuran atau bentuk tubuh mereka, tanpa memandang usia atau jenis kelamin. Karena citra tubuh mewakili sebagian besar konsep diri seseorang, tidak mengherankan bahwa harga diri dan kepuasan tubuh terkait. daya tarik, dan lintas budaya, cita-cita daya tarik dan keindahan dapat bervariasi dan mencakup banyak komponen yang berbeda. Harga diri umum digunakan untuk menggambarkan dan mengukur keseluruhan rasa diri dan rasa harga diri di kalangan anak muda. Pengaruh pada konsep diri termasuk jenis kelamin, usia, dan tahap perkembangan pubertas. Harga diri telah didefinisikan sebagai rasa yang lebih atau kurang berkelanjutan untuk menyukai diri sendiri. Ini biasanya dinyatakan dalam tiga cara utama, yaitu, harga diri global, perasaan harga diri, dan evaluasi diri. Harga diri global, juga biasa dikenal sebagai sifat harga diri, mengacu pada variabel kepribadian yang mewakili cara orang pada umumnya merasa tentang diri mereka sendiri. Hal ini dianggap relatif tahan lama lintas waktu dan situasi. Perasaan harga diri, atau harga diri negara, mengacu pada reaksi evaluasi diri terhadap berbagai peristiwa. Contohnya termasuk reaksi terhadap pengalaman yang dapat mengancam harga diri.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Oktaviani (2019) terdapat hubungan antara penerimaan diri dengan harga diri pada remaja pengguna Instagram di Kota Samarinda. Bagi remaja pengguna Instagram diharapkan dapat mengenali dan menggali potensi diri yang dimiliki, sehingga remaja dapat menyalurkan potensinya melalui kegiatan baik dalam bidang akademik maupun nonakademik, seperti mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah misalnya olahraga, kesenian, jurnalis, organisasi dan lain sebagainya. Dengan melakukan kegiatan tersebut maka remaja akan merasa mampu, percaya diri, dan menghargai dirinya sendiri.

Khotimah., Radjah., Handarini (2016) dalam penelitiannya mengatakan bahwa *self-esteem* mengandung pengertian bahwa *self-esteem* tidak dilihat faktor demi faktor atau aspek demi aspek. Tetapi *self-esteem* dilihat secara menyeluruh, global sebagai kesatuan yang bulat. Tingkat *self-esteem* dengan kategori tinggi akan membuat individu semakin tertantang dan terus berperilaku produktif dalam membuat perubahan yang lebih baik. Maka dari itu, diperlukan pemahaman yang akan penghargaan untuk dirinya sendiri dan memiliki kemampuan untuk menguasai tugas perkembangan dan mampu menghadapi polemik dalam hidupnya

Pada penelitian Jannah., Zen., Muslihati (2016) mengembangkan *game simulation* keterbukaan diri untuk siswa ditunjukkan adanya keterbukaan diri siswa dapat meningkat dengan bimbingan kelompok *game simulation*. Teknik *game simulation* dipilih karena siswa lebih antusias dalam mengikuti permainan, serta dalam *game simulation* terdapat diskusi kelompok yang dapat menjadikan hubungan sosial siswa terjalin. Produk ini sangat layak digunakan untuk konselor dalam segi ketepatan, kegunaan, kemudahan dan kemenarikan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Pada penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan *self-esteem* siswa melalui bimbingan kelompok si gadir. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok si gadir dapat meningkatkan *self-esteem* siswa SMK secara signifikan. Hal ini didasarkan pada perolehan nilai *pre test* dan *post* pada skala *self-esteem* siswa setelah diberikan bimbingan kelompok si gadir. Konselor sekolah hendaknya menerapkan bimbingan kelompok dengan teknik *game simulation*, karena model ini setelah diuji cobakan efektif untuk meningkatkan *self-esteem* siswa SMK.

Konselor sekolah diharapkan mampu menerapkan bimbingan kelompok menggunakan *si gadir* sesuai dengan petunjuk pelaksanaan sehingga siswa tertarik mengikuti kegiatan tersebut. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menginovasi si gadir tidak hanya menggunakan manual lembaran/beberan permainan. Namun bisa dikembangkan dengan berbasis *android* ataupun *game* secara *online* sehingga memudahkan siswa menggunakannya.

## DAFTAR RUJUKAN

- Stanley Coopersmith. (1967). *The Antecedents of Self-esteem*. Freeman Company: San Francisco
- Jannah, Roichatul., Zen,E.F., Muslihati. 2016. Pengembangan Permainan Simulasi Keterbukaan Diri Untuk Siswa SMP. *Vol 1, No. 2, 2016, hlm. 74—78 eISSN: 2503-3417*. (diunduh tanggal 20 Oktober 2019)
- Januarty, S., Mamesah, M., Hanim, W. 2014 Pengaruh Teknik Permainan 'Pass The Compliment' Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Peningkatan *Self-esteem* Siswa Sekolah Dasar (Studi Kuasi Eksperimen Di Kelas III Sdn Jatinegara 10 Pagi Jakarta Timur). *Insight: Jurnal Bimbingan dan Konseling : Vol 3 No 1 (2014)*. (Diunduh tanggal 23 Oktober 2019)
- Khotimah, Rahmawati, H., Radjah, C.R., Handarini, D.M. 2016. Hubungan Antara Konsep Diri Akademik, Efikasi Diri Akademik, Harga Diri dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMP Negeri di Kota Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling Vol 1, No. 2, 2016, hlm. 60—67*. (Diunduh tanggal 10 Oktober 2019)
- Muryanto, H., Kadafi, A., Trisnani, R,P., Fitriani, V,Y. 2013. Aplikasi Game Simulation untuk Mereduksi Kecemasan Siswa dalam Menghadapi UN Kelas IX SMP Negeri I Dagangan. *Vol 3, No 2*. (diunduh tanggal 25 Oktober 2019)
- Oktaviani,M.O. 2019. Hubungan Penerimaan Diri dengan Harga Diri pada Remaja Pengguna Instagram di Kota Samarinda. *jurnal Psikoborneo, Vol. 7 No.4*. (diunduh tanggal 26 Oktober 2019)

- Putro, Eko Adi., Sugiharto, DYP., Sugiyono. 2013. Keefektifan BK Kelompok dengan Menggunakan Permainan untuk Mengurangi Communication Apprehension Siswa SMA Kelas X. *JBK 2 (1) (2013)*
- Romlah Tatik. 2006. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang
- Santrock, John W. 2007. *Adolescence*. Boston: Mc.Graw-Hill
- Susanti, D., Istirahayu, I. (2016). Identifikasi *Self-esteem* Siswa Kelas X TN3 SMK Mudita Singkawang. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, Volume 1 Nomer 2 bulan September hal.29-30, p-ISSN:2477-5916 e-ISSN: 2477-8370 (diakses tanggal 26 Februari 2020)
- Srivastava, Rekha and Shobhna Joshi. 2014. Relationship between Self-concept and *Self-esteem* in adolescents. *International Journal of Advanced Research*, Volume 2, Issue 2, 36-43. ISSN 2320-5407. *Journal homepage: <http://www.journalijar.com>*. (diakses tanggal 21 Januari 2020)