

SKRIPSI

BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASERTIF TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN *SELF-ESTEEM* SISWA KELAS VIII DI MTS ASSALAM CINANGSI



Disusun dan diajukan sebagai salah satu
syarat mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di
Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap

Oleh :

Nama	:Sri Yuli Fitriyani
NIM	:18862011038
Program Studi	:Bimbingan Dan Konseling

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI (UNUGHA) CILACAP

2025

SKRIPSI

BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ASERTIF TRAINING* UNTUK MENINGKATKAN *SELF-ESTEEM* SISWA KELAS VIII DI MTS ASSALAM CINANGSI



Disusun dan diajukan sebagai salah satu
syarat mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di
Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap

Oleh :

Nama	:Sri Yuli Fitriyani
NIM	:18862011038
Program Studi	:Bimbingan Dan Konseling

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI (UNUGHA) CILACAP

2025

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sri Yuli Fitriyani

NIM : 18862011038

Program Studi : Bimbingan dan Konselinh

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul “BIMBINGAN KELLOMPOK DENGAN TEKNIK ASERIF TRAINING UNTUK MENINGKATKAN SELFESTEEN SISWA KELAS VIII (delapan) DI MTS ASSALAM CINANGSI” ini benar benar merupakan hasil karya sendiri.

Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis telah disebutkan dallam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Cilacap, 11 Juni 2025

Yang membuat pernyataan


Sri Yuli Fitriyani

130 Rev Sri Yuli Fitriyani-18862011038 - Ida Muthoharoh.docx

ORIGINALITY REPORT

16%

SIMILARITY INDEX

6%

INTERNET SOURCES

2%

PUBLICATIONS

13%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	Submitted to IAIN Bengkulu Student Paper	3%
2	eprints.unugha.ac.id Internet Source	3%
3	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	1%
4	Submitted to IAIN Purwokerto Student Paper	1%
5	repository.radenintan.ac.id Internet Source	1%
6	Submitted to Universitas Djuanda Student Paper	1%
7	Submitted to Universitas Negeri Padang Student Paper	1%
8	Submitted to Sultan Agung Islamic University Student Paper	<1%
9	Submitted to Universitas Riau Student Paper	<1%
10	Submitted to STKIP Sumatera Barat Student Paper	<1%
11	Submitted to Universitas Katolik Musi Charitas Student Paper	<1%



35	eprints.uny.ac.id Internet Source	<1 %
36	koreascience.or.kr Internet Source	<1 %
37	Submitted to Culver-Stockton College Student Paper	<1 %
38	Submitted to Perguruan Tinggi Pelita Bangsa Student Paper	<1 %
39	Submitted to Universitas Negeri Manado Student Paper	<1 %
40	Hasta Purna Putra. "Peningkatan Self Esteem Siswa melalui Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sugesti", Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 2017 Publication	<1 %
41	html.pdfcookie.com Internet Source	<1 %
42	lib.unnes.ac.id Internet Source	<1 %

Exclude quotes

On

Exclude bibliography

On



Exclude matches

< 5 words

PERSETUJUAN

Nama : Sri Yuli Fitriyani
NIM : 18862011038
Judul : BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK ASERTIF
TRAINING UNTUK MENINGKATKAN SELF ESTEEM
SISWA KELAS VIII (DELAPAN) DI MTS ASSALAM
CINANGSI

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dahadapan Tim Penguji Skripsi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali
Cilacap

Cilacap, 11 Juni 2025
Persetujuan Pembimbing

Pembimbing I,



Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I

NIPD. 0629019101

Pembimbing II,



Endang Rifani, M.Pd

NIPD. 0619069501

NOTA KONSULTAN

Hal : Naskah Skripsi Sri Yuli Fitriyani

Lamp : -

Kepada

Yth. Dekan FKIP

Universitas Nahdlatul Ulama

Al-Ghazali Cilacap

Di

Cilacap

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka kosultan berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : SRI YULI FITRIYANI

NIM : 18862011038

Fakultas/Prodi : FKIP/BK

Judul Skripsi : BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK ASERTIF TRAINING
UNTUK MENINGKATKAN SEFESTEEM SISWA KELAS VIII
(DELAPAN) DI MTS ASSALAM CINANGSI

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali Cilacap untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar Strata Satu (S-1)

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Cilacap, 18 Juni 2025



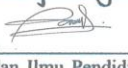
Sandi Aji Wahyu Utomo, M.Pd.I

NIDN.2124049201

PENGESAHAN

Nama : **SRI YULI FITRIYANI**
NIM : 18862011038
Judul : **Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Asertif Training* untuk Meningkatkan *Self Esteem* Siswa di MTs Assalam Cinangsi**

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada sidang skripsi hari Sabtu, tanggal 14, bulan Juni, tahun 2025 dengan hasil **LULUS**. Skripsi ini telah direvisi dan mendapatkan persetujuan dari Tim Penguji. Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji:

Jabatan	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua Penguji dan Pembimbing	Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I.		18 Juni 2025
Penguji 1	Sandi Aji Wahyu Utomo, M.Pd. I		18 Juni 2025
Penguji 2	Heny Kristiana Rahmawati, M.Pd.I.		19 Juni 2025
Ass. Pembimbing	Endang Rifani, M.Pd.		18 Juni 2025
Sekretaris	Faishal Ridlwan, M.Pd.		19 Juni 2025

Skripsi disahkan oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada:

Hari : Rabu
Tanggal : 18 Juni 2025

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan




Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd.
NIK. 41 230714 012

ABSTRAK

Nama Mahasiswa : Sri Yuli Fitriyani.NIM : 18862011038. JUDUL SKRIPSI : BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK ASERTIF TRAINING UNTUK MENINGKATKAN SELF-ESTEEM SISWA KELAS VIII DI MTS ASSALAM CINANGSI. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Asertif Training* Untuk Meningkatkan *Self-Esteem* Siswa Kelas Viii Di Mts Assalam Cinangsi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan rancangan matched group design. Populasi dalam penelitian ini menggunakan siswa kelas VIII Mts Assalam Cinangsi yang berjumlah 11 siswa. Jumlah sampel penelitian 5 yang terdiri dari 5 kelompok eksperimen dan 6 kelompok kontrol. Sebagai variabel bebas (X) adalah layanan bimbingan kelompok dan variabel terikatnya (Y) penyesuaian diri. Hasil uji validitas angket menunjukkan 40 butir soal angket penyesuaian diri dinyatakan gugur 2 butir, yaitu nomor 3 dan 35. Dari uji reliabilitas angket dengan menggunakan rumus Alpha Cronbach, diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0.361 bahwa tingkat reliabilitas instrumen adalah baik. Teknik analisis data menggunakan uji-t dengan bantuan program SPSS 26 *for windows*.

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah diterimanya kebenaran dari hipotesis kerja menyatakan bahwa “Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Asertif Training Untuk Meningkatkan Self-Esteem Siswa Kelas Viii Di Mts Assalam Cinangsi” efektifitas, hal ini dibuktikan secara empirik dengan perolehan t hitung sebesar 2.104 lebih besar dari nilai t tabel 2.024 dengan derajat kebebasan (db) 38 yang berasal dari perhitungan ($n_1 + n_2 - 2 = 20 + 20 - 2 = 38$) dengan taraf signifikan 5%.

Ringkasan hasil

KataKunci: *Bimbingan Kelompok, Asertif Training, Self-Esteem*

ABSTRACT

Nama Mahasiswa: Sri Yuli Fitriyani. NIM: 18862011038. JUDUL SKRIPSI: **BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK ASERTIF TRAINING UNTUK MENINGKATKAN SELF-ESTEEM SISWA KELAS VIII DI MTS ASSALAM CINANGSI.** Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.

This study aims to determine the effect of group counseling using assertive training techniques to improve the self-esteem of grade VIII students at MTs Assalam Cinangsi. This research is a quantitative study using a matched group design. The population of this study consisted of 11 eighth-grade students at MTs Assalam Cinangsi. The sample included 11 students, with 5 students in the experimental group and 6 in the control group. The independent variable (X) is group counseling services, and the dependent variable (Y) is self-esteem. The validity test of the questionnaire showed that 2 out of 40 items were invalid (items number 3 and 35). The reliability test using Cronbach's Alpha formula resulted in a reliability coefficient of 0.361, indicating that the instrument's reliability level is good. Data analysis was conducted using the t-test with the help of SPSS 26 for Windows.

The conclusion of this study is the acceptance of the research hypothesis which states: "**Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Asertif Training Untuk Meningkatkan Self-Esteem Siswa Kelas Viii Di Mts Assalam Cinangsi.**" This is empirically proven by the t-count value of 2.104, which is greater than the t-table value of 2.024 with a degree of freedom (df) of 38, calculated from $(n_1 + n_2 - 2 = 20 + 20 - 2 = 38)$ at a 5% significance level.

Keywords: Group Counseling, Assertive Training, Self-Esteem

MOTO

- Habis Gelap Terbitlah Terang (RA. Kartini)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan bismillahirrohmanirrohim dan rasa syukur skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Cinta pertama dan sekaligus superhero, Suami Gufron Sugiarto Serta Anak
- Anak terima kasih selalu berjuang dalam mengupayakan yang terbaik untuk kehidupan penulis, beliau memang tidak sempat merasakan dunia pendidikan sampai di bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, selalu excited mendengarkan cerita perkuliahan penulis, dan memberikan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
2. Pintu surgaku, Ibu Hj Salimah dan Alm. Bapak H. Dalhari yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan selalu memberikan dukungan serta do'a yang teramat tulus sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
3. Terimah Kasih Kepada Ananda Fadhilah Aulia Elhaq Yang Suda Membantu Proses Peyusunan Skripsi Sehingga Skripsi ini Sampai Selesai
4. Teman-teman seperjuangan Prodi BK Kelas Karyawan Angkatan 2018 yang selalu mensupport peneliti agar tetap bangkit dan selalu percaya diri sehingga mampu menggugah semangat penulis, sehingga dapat menyelesaikan studinya sampai sarjana.

5. Kepada seluruh dewan guru,serta siswa - siswi MTs Assalam cinangsi semua yang selalu mendukung dan mengulurkan tangannya agar penulis bangkit dan tidak terpuruk dalam kemalasan. Terima kasih atas waktunya untuk menemani penulis dalam setiap prosesnya.
6. Diriku, Sri yuli fitriyani, terima kasih sudah menepikan ego dan terus berusaha bangkit untuk jauh lebih baik dari sebelumnya. Kamu sangat berharga, dan teruslah berjuang tanpa ada rasa dendam kepada siapapun.

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT Tuhan semesta alam, semoga kita selalu mendapat taufiq dan hidayah-Nya. Salawat dan salam semoga senantiasa tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW. Atas kehendak-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Asertif Training Untuk Meningkatkan Self-Esteem Siswa Kelas Viii Di Mts Assalam Cinangsi. Semoga kita termasuk umatnya yang akan mendapat syafa'atnya. Amin.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana pada Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap. Peneliti menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan pengarahan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. H. A. Luthfi Hamid, M.Ag., Rektor UNUGHA Cilacap.
2. Dr. Khulaimata Zalfa, S.Psi., M.Pd., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap.
3. Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I, Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap
4. Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I, Pembimbing I
5. Endang Rifani, M.Pd, Pembimbing II
6. Kepala Madrasah MTs Cinangsi
7. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Saran dan kritik yang membangun diharapkan peneliti demi perbaikan tulisan-tulisan di masa yang akan datang. Peneliti berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi peneliti para pembaca penelitian lanjutan dan bagi pengembangan ilmu.

Cilacap, 11 Juni 2025

A handwritten signature in dark ink, appearing to read 'Jumi' with a stylized flourish underneath.

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
PERSETUJUAN	iii
NOTA KONSULTAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
ABSTAK	vi
ABSTRACT	vii
MOTO	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	9
B. Kajian Penelitian yang Relevan	17
C. Kerangka Pikir	20
Hipotesis Penelitian atau Pertanyaan Penelitian	21
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	22
B. Tempat dan Waktu Penelitian	24

C. Populasi dan Sempel Penelitian	25
D. Variabel Penelitian	25
E. Teknik Pengumpulan data	26
F. Validasi dan Reliabilitas.....	27
G. Analisis Data	29
BAB VI HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	30
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	45
B. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Langkah pelaksanaanbimbingan konseling teknik <i>assertive training</i>	24
Data <i>Self-Esteem</i> siswa Kelompok Eksperimen Pretest dan Posttest	32
Peningkatan Umum Tingkat <i>Self-Esteem</i>	34
Data <i>Self-Esteem</i> Siswa Kelompok Kontrol Pretest dan Posttest	35
Kecenderungan Umum Rendahnya <i>Self-esteem</i> pada siswa	37
Posttest	53

DAFTAR GAMBAR

Kerangka Pikir	21
Pretest posttest one group design	36
Dokumen Bibingan Kelompok	51
Sesi Bibingan Kelompok	52

LAMPIRAN

Lembar pree-test

Lembar Post-test

Surat Ijin Observasi

Keterangan Sekolah

Keterangan Bebas Pustaka

Keterangan Hibah Buku

Seminar Proposal

Kartu Bimbingan

Daftar Riwayat Hidup