

UPAYA GURU BIMBINGAN KONSELING DALAM MENINGKATKAN SELF-ESTEEM SISWA DI MTsN 4 ACEH BESAR

Muhammad Nazar¹, Wanty Khaira²

^{1,2}Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh

Corresponding Author: Muhammad Nazar, e-mail: 190213067@student.ar-raniry.ac.id, wanty.khaira@ar-raniry.ac.id

Published: June, 2025

ABSTRAK

This study aims to examine in depth the efforts of Guidance and Counseling teachers in enhancing students' self-esteem at MTsN 4 Aceh Besar. Self-esteem is a crucial aspect of students' psychological development, significantly influencing their self-confidence, learning motivation, and social interaction. The study employs a descriptive qualitative approach, with data collected through in-depth interviews and direct observation. The findings show that Guidance and Counseling teachers implement various personal and responsive strategies, such as individual counseling, group counseling, monitoring student development, and collaborating intensively with homeroom teachers and parents. These strategies are tailored to the characteristics and needs of students with low self-esteem. Teachers also create a supportive environment and provide positive reinforcement to help boost students' self-esteem. The challenges faced include students' reluctance to open up, limited counseling facilities, and lack of parental involvement. Nevertheless, the interventions carried out have proven to positively impact the improvement of students' self-esteem, particularly in aspects of social interaction, confidence in self-expression, and engagement in learning processes. This study emphasizes the importance of a holistic and collaborative approach in school-based counseling services to support students' psychological well-being and optimal personal development.

Keywords: Self-esteem, Efforts of Guidance and Counseling Teachers

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Self-esteem merupakan konstruk psikologis yang mengacu pada sejauh mana individu menghargai, menerima, dan menilai dirinya secara positif. Dalam dunia pendidikan, *self-esteem* memainkan peran penting dalam membentuk karakter, motivasi, dan keberhasilan akademik siswa. Menurut Abraham Maslow dalam teorinya tentang hierarki kebutuhan, *self-esteem* berada pada tingkat keempat, setelah kebutuhan fisiologis, rasa aman, dan kasih sayang. Maslow menekankan bahwa *self-esteem* menjadi fondasi penting bagi aktualisasi diri seseorang. Tanpa harga diri yang sehat, siswa akan kesulitan berkembang secara optimal karena merasa tidak dihargai dan tidak mampu menghadapi tantangan hidup, termasuk dalam konteks belajar (Hepper, 2023) (Nikmarijal & Ifdil, 2014).

Self-esteem adalah variabel kepribadian yang secara luas didefinisikan mengacu pada sejauh mana suatu nilai-nilai individu dan menerima dirinya sendiri. *Self-esteem* yang rendah telah dikaitkan dengan sejumlah hasil kehidupan negatif, termasuk penyalahgunaan narkoba, kenakalan, ketidakbahagiaan, depresi, gangguan makan. *Self-esteem* terbagi dalam tiga komponen, yaitu : general *Self-esteem*, social *Self-esteem* dan personal *self-esteem*. Dengan memiliki *self-esteem* yang tinggi akan membangkitkan rasa

percaya diri anak, rasa berguna dan kehadirannya diperlukan didalam dunia ini. Sebaliknya, anak yang memiliki *Self-esteem* rendah akan cenderung merasa bahwa dirinya tidak mampu dan tidak berharga. Untuk itu, pentingnya pembentukan self-esteem yang positif sudah harus dimulai dari baru mulai lahir (Nikmarijal, 2022).

Pada tingkat pendidikan menengah pertama seperti MTsN 4 Aceh Besar, siswa berada pada fase remaja awal sebuah masa transisi penting yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan. Fase ini juga merupakan periode krusial dalam pembentukan jati diri dan sistem penilaian terhadap diri sendiri. Ketika kebutuhan akan penghargaan dari diri sendiri dan orang lain tidak terpenuhi, maka menurut Maslow, individu cenderung mengalami kecemasan, rasa rendah diri, dan perasaan tidak berdaya. Hal ini diperkuat oleh fakta yang peneliti dapatkan di lapangan bahwa siswa dengan self-esteem rendah kerap menunjukkan gejala seperti minder, menarik diri dari lingkungan sosial, dan kurang percaya diri dalam proses pembelajaran (Tomagola, Latuconsina, & Rahman, 2023)

Dalam konteks pendidikan, peran guru Bimbingan dan Konseling (BK) sangat penting dalam membantu siswa memenuhi kebutuhan self-esteem. Guru Bimbingan Konseling bukan hanya sebagai pemberi layanan konseling, melainkan juga sebagai agen pendukung tumbuhnya citra diri positif siswa. Melalui pendekatan humanistik yang sejalan dengan filosofi Maslow, guru Bimbingan Konseling berperan aktif dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, memberikan penguatan positif, dan mendorong siswa untuk mengenal serta menerima dirinya sendiri (Rahmawati & Nugraha, 2021) (Gori, Fau, & Laia, 2023)

Upaya guru Bimbingan Konseling dalam meningkatkan self-esteem siswa dapat diwujudkan melalui berbagai layanan, seperti konseling individual untuk membantu siswa mengenali kekuatan dan tantangan pribadinya, konseling kelompok untuk memperkuat empati dan solidaritas antar siswa, serta bimbingan klasikal yang bersifat preventif dan edukatif (Fitriyani & Sutrisno, 2021) di MTsN 4 Aceh Besar, guru Bimbingan Konseling telah mengimplementasikan strategi-strategi tersebut melalui program yang dirancang secara personal dan responsif terhadap kebutuhan siswa.

Meski demikian, proses peningkatan self-esteem tidak lepas dari tantangan. Beberapa kendala yang sering dihadapi antara lain keterbatasan waktu, kurangnya partisipasi siswa dalam layanan konseling, serta pengaruh lingkungan keluarga dan sosial yang tidak mendukung tumbuhnya rasa percaya diri. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang holistik dan berkelanjutan agar layanan Bimbingan Konseling benar-benar mampu menjawab kebutuhan psikologis siswa secara efektif, sebagaimana digambarkan dalam kerangka kebutuhan Maslow.

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam bagaimana upaya guru Bimbingan Konseling dalam meningkatkan self-esteem siswa di MTsN 4 Aceh Besar, bentuk layanan yang diberikan, tantangan yang dihadapi, serta dampak dari implementasi layanan tersebut terhadap perkembangan pribadi siswa. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan praktis

dan teoritis bagi pengembangan layanan Bimbingan Konseling yang lebih berorientasi pada pemenuhan kebutuhan psikologis siswa, khususnya dalam membangun self-esteem yang sehat dan kuat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif (Rusandi & Muhammad Rusli, 2021) karena bertujuan untuk memahami secara mendalam bagaimana guru Bimbingan Konseling di MTsN 4 Aceh Besar berupaya meningkatkan self-esteem siswa. Menurut (Zulkhairi, Arneliwati, & Nurchayati, 2019) penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati, serta bertujuan memahami makna di balik tindakan, interaksi, dan pengalaman subjek.

Jenis penelitian ini dipilih karena relevan untuk mengkaji fenomena psikologis dan sosial secara kontekstual dan mendalam, tanpa manipulasi variabel. Fokus utama penelitian ini adalah pada proses, strategi, serta tantangan yang dihadapi guru Bimbingan Konseling dalam membentuk self-esteem siswa, yang dalam teori Maslow merupakan kebutuhan psikologis penting dalam perkembangan diri.

Penelitian ini dilaksanakan di MTsN 4 Aceh Besar, sebuah sekolah menengah pertama yang berlokasi di Lambaro Sibreh, Kecamatan Suka Makmur, Kabupaten Aceh Besar, Provinsi Aceh. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari enam informan, yaitu satu orang guru Bimbingan dan Konseling sebagai informan utama, satu orang wali kelas, serta empat siswa yang telah teridentifikasi memiliki self-esteem rendah berdasarkan data dari buku kasus yang tersedia di sekolah.

Selain wawancara mendalam terhadap keenam subjek tersebut, peneliti juga melakukan observasi terhadap seluruh siswa kelas VII yang berjumlah 167 orang, tersebar dalam enam kelas, yakni kelas VII-A hingga VII-F.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui tiga metode utama yang saling melengkapi untuk memperoleh gambaran yang menyeluruh dan mendalam mengenai strategi guru Bimbingan dan Konseling dalam meningkatkan self-esteem siswa. 1), wawancara mendalam dilakukan dengan guru Bimbingan dan Konseling untuk menggali informasi terkait strategi, pendekatan, serta pengalaman mereka dalam menangani siswa yang mengalami masalah harga diri rendah. Melalui wawancara ini, peneliti dapat memperoleh data yang bersifat subjektif namun sangat kaya secara kontekstual. 2), observasi langsung dilakukan terhadap proses layanan Bimbingan dan Konseling, baik yang bersifat individual maupun kelompok, yang secara spesifik berfokus pada kegiatan yang bertujuan mengembangkan self-esteem siswa. Observasi ini bertujuan untuk melihat secara nyata praktik konseling di lapangan, termasuk interaksi, teknik yang digunakan, serta respon siswa terhadap layanan tersebut. 3), peneliti juga melakukan studi dokumentasi terhadap berbagai dokumen yang relevan, seperti program kerja Bimbingan dan Konseling, jurnal kegiatan harian guru Bimbingan Konseling, serta data siswa yang pernah mengikuti layanan konseling. Dokumentasi ini berguna untuk memperkuat temuan dari

wawancara dan observasi, serta memberikan data pendukung yang bersifat administratif dan historis. Melalui ketiga teknik ini, diharapkan penelitian mampu menghasilkan data yang valid, mendalam, dan komprehensif.

Data dianalisis menggunakan teknik analisis tematik, yaitu metode yang bertujuan untuk menemukan dan memahami pola, tema, dan makna dalam data kualitatif. Teknik ini dipilih karena mampu mengungkap kompleksitas realitas sosial dan psikologis yang dihadapi dalam konteks pendidikan, khususnya terkait dengan isu self-esteem siswa. Pendekatan dilakukan secara induktif untuk memungkinkan tema muncul langsung dari data, serta interpretatif untuk memahami makna subjektif dari pengalaman yang diteliti. Analisis tematik memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman yang lebih mendalam dan kontekstual terhadap strategi guru Bimbingan Konseling dalam menangani self-esteem siswa (Byrne, D. 2022). Dengan demikian, metode ini memberikan landasan yang kuat untuk menarik kesimpulan yang relevan dan bermakna dalam penelitian kualitatif.

Melalui pendekatan ini, diharapkan penelitian mampu memberikan gambaran yang utuh dan mendalam tentang upaya nyata guru Bimbingan Konseling dalam memenuhi kebutuhan psikologis siswa, khususnya dalam meningkatkan self-esteem, sebagaimana dikaji dalam kerangka teori Abraham Maslow.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang diperoleh dalam penelitian ini bersumber dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK), guru wali kelas, serta siswa yang memiliki self-esteem rendah di MTsN 4 Aceh Besar. Dari hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan, ditemukan sejumlah karakteristik siswa dengan self-esteem rendah yang menunjukkan ciri-ciri yang beragam. Ciri-ciri ini terlihat dari sikap siswa dalam proses belajar, interaksi sosial, serta respon mereka terhadap umpan balik dari guru maupun teman sebaya.

penelitian ini juga mengungkap berbagai strategi yang diterapkan oleh guru Bimbingan Konseling dan guru wali kelas dalam mendampingi serta memfasilitasi kebutuhan belajar siswa dengan self-esteem rendah. Strategi tersebut meliputi pendekatan emosional, pemberian motivasi secara konsisten, serta penciptaan lingkungan belajar yang aman, suportif, dan inklusif.

Langkah-langkah kegiatan yang telah dilaksanakan oleh peneliti dalam rangka pengumpulan data di MTsN 4 Aceh Besar dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1.
Kegiatan Penelitian di MTsN 4 Aceh Besar

No	Jenis kegiatan	Tanggal kegiatan
1	Pengantaran surat izin penelitian kepada kepala sekolah MTsN 4 Aceh Besar	14 mei 2025
2	Melakukan observasi dan wawancara dengan guru Bimbingan konseling MTsN 4 Aceh Besar	15 Mei 2025
3	Melakukan observasi dan wawancara dengan guru Kelas MTsN 4 Aceh Besar	16 mei 2025
4	Melakukan observasi dan wawancara dengan siswa yang self esteem rendah MTsN 4 Aceh Besar	19 mei 2025
5	Melakukan observasi dan wawancara dengan siswa yang self esteem rendah MTsN 4 Aceh Besar	20 mei 2025
6	Melakukan observasi dan wawancara dengan siswa yang self esteem rendah MTsN 4 Aceh Besar	21 mei 2025
7	Melakukan observasi dan wawancara dengan siswa yang self esteem rendah MTsN 4 Aceh Besar	22 mei 2025
8	Selesai Penelitian 4 di MTsN 4 Aceh Besar	23 mei 2025

Struktur Organisasi Bimbingan dan Konseling

Layanan Bimbingan dan Konseling (BK) di MTsN 4 Aceh Besar dikoordinasikan oleh Mutia Rahmi, S.Pd., sebagai koordinator merangkap guru Bimbingan Konseling dan dibantu oleh tiga guru Bimbingan Konseling lainnya. Layanan Bimbingan dan Konseling bekerja sama dengan bidang kesiswaan yang dikoordinir oleh Suriyanto, S.Pd., serta wali kelas dan guru mata pelajaran dalam menangani berbagai kebutuhan konseling siswa.

Jumlah siswa kelas VII sebanyak 167 orang, terdiri dari 84 laki-laki dan 83 perempuan. Mereka terbagi ke dalam enam kelas, yakni VII A hingga VII F. Guru Bimbingan Konseling bertugas memberikan layanan konseling individu maupun kelompok, serta mendukung pengembangan kepercayaan diri siswa melalui pendekatan yang personal dan terpadu.

Penelitian ini melibatkan beberapa informan yang dipilih secara purposive, yaitu berdasarkan pertimbangan bahwa mereka memiliki informasi dan pengalaman langsung yang relevan dengan topik penelitian mengenai upaya guru BK dalam meningkatkan *self-esteem* siswa di MTsN 4 Aceh Besar.

Informan utama adalah Bu MR, seorang guru Bimbingan dan Konseling (BK) yang juga menjabat sebagai koordinator Bimbingan Konseling di madrasah tersebut. Beliau memiliki tanggung jawab dalam perencanaan dan pelaksanaan program layanan Bimbingan Konseling serta sering berinteraksi langsung dengan siswa yang menghadapi permasalahan psikologis, termasuk masalah *self-esteem*.

Informan kedua adalah Bu NS, salah satu wali kelas VII yang di kelasnya terdapat siswa dengan *self-esteem* rendah. Bu NS memberikan informasi berharga mengenai dinamika siswa di kelas, termasuk perilaku, interaksi sosial, serta latar belakang keluarga siswa yang diduga berpengaruh terhadap kondisi *self-esteem* mereka.

Selain dua orang guru, peneliti juga mewawancarai empat siswa kelas VII yang disamarkan dengan inisial A, P, M, dan C. Keempat siswa ini menunjukkan ciri-ciri rendahnya *self-esteem*, seperti kurang percaya diri, enggan berbicara di depan umum, serta cenderung menarik diri dari lingkungan sosial. Beberapa di antaranya juga diketahui memiliki latar belakang keluarga yang tidak harmonis atau kondisi ekonomi yang kurang mendukung. Seluruh informan dalam penelitian ini dipilih karena keterlibatan langsung mereka dalam permasalahan yang diteliti. Untuk menjaga etika penelitian, seluruh identitas informan disamarkan guna melindungi privasi mereka.

Tingkat Self-Esteem Siswa di MTsN 4 Aceh Besar

Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) serta guru wali kelas, diketahui bahwa secara umum tingkat *self-esteem* siswa di MTsN 4 Aceh Besar berada pada kategori sedang. Sebagian besar siswa menunjukkan kepercayaan diri yang cukup baik, terlihat dari keterlibatan mereka dalam diskusi di kelas, kemampuan bersosialisasi, serta keberanian menyampaikan pendapat. Namun demikian, sekitar 15% siswa di setiap kelas menunjukkan indikasi *self-esteem* yang rendah. Ciri-ciri yang paling sering ditemukan antara lain adalah kurangnya rasa percaya diri untuk tampil di depan kelas, kecenderungan menarik diri dari pergaulan sosial, penampilan yang kurang rapi, keraguan dalam mengerjakan tugas, serta kesulitan menyampaikan pendapat atau berkomunikasi dengan guru. Melalui wawancara, terungkap bahwa penyebab rendahnya *self-esteem* siswa ini sangat beragam. Faktor-faktor yang paling dominan meliputi latar belakang keluarga yang tidak harmonis (*broken home*), pola asuh yang otoriter atau kurang memberikan perhatian, pengalaman *bullying* pada masa pendidikan sebelumnya, serta kondisi ekonomi keluarga yang rendah yang kemudian memengaruhi persepsi diri siswa terhadap harga dirinya. Temuan ini sejalan dengan teori Coopersmith (1967) yang menyatakan bahwa pembentukan *self-esteem* seseorang sangat dipengaruhi oleh pengalaman interpersonal dan lingkungan sosial yang mendukung atau sebaliknya.

Strategi Guru Bimbingan Konseling dalam Meningkatkan Self-Esteem Siswa

Dalam upaya meningkatkan *self-esteem* siswa, guru Bimbingan Konseling di MTsN 4 Aceh Besar menerapkan berbagai strategi yang disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan masing-masing siswa. Salah satu layanan yang dianggap paling efektif adalah layanan konseling individual. Dalam sesi ini, siswa diberikan ruang yang aman dan nyaman untuk berbagi cerita, mengungkapkan perasaan, dan merefleksikan pikiran-pikiran irasional yang menghambat kepercayaan diri mereka. Guru Bimbingan Konseling menggunakan pendekatan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), yang berfokus pada perubahan pola pikir negatif menjadi pola pikir yang lebih realistis dan adaptif. Pendekatan REBT terbukti efektif dalam meningkatkan *self-esteem* siswa karena membantu mereka memahami bahwa emosi dan perilaku mereka lebih dipengaruhi oleh keyakinan internal dibandingkan situasi eksternal (Putri & Kurniawan, 2021; Rahayu & Hasanah, 2023).

Selain konseling individual, guru Bimbingan Konseling juga melakukan pemantauan berkala terhadap perkembangan siswa. Pemantauan dilakukan melalui observasi langsung di kelas, laporan dari guru wali kelas, serta komunikasi informal dengan siswa. Bagi siswa dengan kondisi yang lebih serius, pemantauan dilakukan secara intensif, bahkan setiap hari.

Strategi lain yang diterapkan adalah kolaborasi dengan wali kelas dan orang tua. Guru Bimbingan Konseling rutin berdiskusi dengan wali kelas dan mengadakan pertemuan dengan orang tua untuk menyamakan pemahaman dan strategi penanganan. Wali kelas pun dilibatkan dalam proses intervensi melalui pendekatan emosional di kelas dan dengan mendorong partisipasi aktif siswa dalam berbagai kegiatan. Pendekatan ini tidak hanya menumbuhkan rasa memiliki, tetapi juga memberi ruang bagi siswa untuk merasa dihargai dan dipercaya. Strategi kolaboratif semacam ini dinilai efektif dalam mendukung perkembangan harga diri siswa, karena melibatkan lingkungan sosial terdekat dalam proses pembinaan (Yuliana & Prasetyo, 2022).

Tantangan yang Dihadapi Guru Bimbingan Konseling dan Guru Kelas

Dalam proses pendampingan siswa dengan self-esteem rendah, guru Bimbingan Konseling dan guru kelas menghadapi berbagai tantangan yang cukup kompleks dan memerlukan pendekatan khusus. Salah satu tantangan utama adalah kecenderungan siswa untuk bersikap tertutup dan enggan diajak berbicara. Banyak siswa menunjukkan resistensi terhadap proses konseling, terutama pada tahap awal, sehingga tidak mudah untuk menggali permasalahan yang mereka alami. Sikap tertutup ini menyebabkan proses intervensi menjadi terhambat dan tidak dapat dilakukan secara optimal sejak dini.

Selain hambatan dari sisi siswa, guru juga menghadapi keterbatasan dalam hal dukungan dari orang tua. Terdapat sejumlah kasus di mana orang tua bersikap pasif, tidak kooperatif, bahkan menyangkal bahwa anaknya mengalami permasalahan psikologis. Kurangnya pemahaman orang tua mengenai pentingnya kesehatan mental dan peran mereka dalam mendukung perkembangan self-esteem anak membuat upaya pendampingan menjadi kurang efektif. Dalam beberapa kasus, orang tua justru menganggap bahwa masalah yang dialami anak adalah hal sepele yang tidak memerlukan perhatian khusus.

Tantangan juga muncul dari aspek sarana dan prasarana. Fasilitas pendukung layanan konseling di sekolah masih terbatas. Ruang konseling yang tersedia belum sepenuhnya memenuhi standar kenyamanan dan kerahasiaan, sehingga belum mampu menciptakan suasana yang kondusif bagi siswa untuk berbagi secara terbuka. Peralatan penunjang seperti alat psikotes, modul pembelajaran emosional, serta media konseling lainnya juga masih sangat minim, yang menghambat pelaksanaan layanan yang lebih variatif dan tepat sasaran. tingginya beban kerja guru Bimbingan Konseling juga menjadi tantangan. Meskipun jam kerja secara administratif telah ditentukan, kenyataannya jumlah siswa dan kompleksitas permasalahan yang ditangani seringkali melampaui kapasitas ideal seorang guru Bimbingan Konseling. Kondisi ini menyebabkan layanan konseling tidak dapat dilakukan secara maksimal terhadap setiap siswa secara individual. Oleh karena itu, guru Bimbingan Konseling dituntut untuk menyusun skala prioritas

dan bersikap selektif dalam menentukan kasus-kasus yang membutuhkan penanganan segera. Hal ini juga berdampak pada efektivitas program pencegahan dan pembinaan yang bersifat umum.

Dampak Intervensi Guru Bimbingan Konseling terhadap Self-Esteem Siswa

Hasil wawancara dan observasi menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan oleh guru Bimbingan Konseling memberikan dampak positif terhadap peningkatan self-esteem siswa. Perubahan yang paling mencolok terjadi pada siswa yang sebelumnya sangat tertutup dan pasif, yang kini mulai menunjukkan keberanian untuk tampil di depan kelas, terlibat dalam diskusi, serta memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi.

Selain itu, beberapa siswa juga menunjukkan peningkatan dalam hal penampilan diri, menjadi lebih rapi dan peduli terhadap kebersihan serta kerapian pribadi. Interaksi sosial siswa pun mengalami perbaikan, yang ditandai dengan kemampuan mereka menjalin hubungan yang lebih sehat dengan teman-teman sekelas.

Salah satu contoh nyata adalah seorang siswi kelas VII yang pada awalnya sangat pendiam, menolak diajak bicara, dan selalu menghindari interaksi sosial. Setelah mengikuti beberapa sesi konseling individual dan dilibatkan dalam kegiatan diskusi kelompok, siswi tersebut mulai menunjukkan perubahan positif. Ia menjadi lebih sering tersenyum, lebih percaya diri dalam menjawab pertanyaan guru, dan bahkan berani tampil di depan kelas dalam kegiatan presentasi kelompok.

Perubahan ini tidak hanya dirasakan oleh guru Bimbingan Konseling, tetapi juga diakui oleh wali kelas dan teman-temannya. Hal ini membuktikan bahwa strategi intervensi yang dilakukan oleh guru Bimbingan Konseling, apabila diterapkan secara tepat, terstruktur, dan berkelanjutan, dapat memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan self-esteem siswa, terutama dalam aspek keberanian berekspresi dan peningkatan motivasi belajar.

Analisis dan Pembahasan

Temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa upaya guru Bimbingan dan Konseling di MTsN 4 Aceh Besar dalam meningkatkan self-esteem siswa dilakukan secara menyeluruh dan sistematis melalui berbagai pendekatan. Pendekatan yang digunakan meliputi layanan konseling individual, konseling kelompok, kolaborasi dengan wali kelas dan orang tua, serta pemantauan perkembangan siswa secara berkala. Strategi-strategi ini penting mengingat self-esteem merupakan aspek psikologis yang sangat fundamental dalam perkembangan kepribadian, keberfungsian sosial, dan pencapaian akademik siswa. Siswa dengan self-esteem yang sehat cenderung memiliki persepsi diri yang positif, mampu mengatasi tekanan sosial, serta berani mengembangkan potensinya secara optimal (Orth & Robins, 2020) (Gorpynchenko, Kornienko, Scherbak, & Rosputniak, 2021).

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, ditemukan bahwa sekitar 15% siswa di setiap kelas menunjukkan ciri-ciri self-esteem rendah. Gejala yang tampak meliputi rasa minder, menarik diri dari lingkungan sosial, enggan berbicara di depan umum, serta keraguan terhadap kemampuan pribadi. Hal ini sesuai dengan teori Stanley Coopersmith (1967), yang mendefinisikan self-esteem sebagai penilaian individu terhadap dirinya sendiri, khususnya sejauh mana individu merasa layak, berharga, dan kompeten. Coopersmith menyatakan bahwa terdapat empat faktor utama yang memengaruhi self-esteem, yaitu *significance*, *competence*, *power*, dan *virtue*, yang sangat relevan dengan temuan di lapangan.

Pertama, aspek *significance*—yakni sejauh mana individu merasa diterima dan dihargai oleh orang lain—terlihat lemah pada beberapa siswa yang merasa tidak diperhatikan oleh teman, guru, ataupun anggota keluarganya. Perasaan kurang diterima ini membuat mereka menarik diri dan merasa tidak layak untuk diperhatikan, sehingga membentuk konsep diri yang negatif.

Kedua, pada dimensi *competence*, banyak siswa merasa ragu terhadap kemampuan diri sendiri, baik dalam aspek akademik maupun sosial. Perasaan ini semakin memburuk jika mereka mengalami kegagalan atau tidak mendapatkan penguatan positif. Untuk mengatasi hal tersebut, guru Bimbingan dan Konseling memberikan dukungan emosional serta mendorong siswa untuk mengenali dan merayakan pencapaian-pencapaian kecil yang mereka raih (Sowislo & Orth, 2021).

Ketiga, pada dimensi *power*, yaitu kemampuan individu untuk mengendalikan lingkungannya, siswa dengan self-esteem rendah tampak pasif dan lebih banyak menunggu instruksi. Mereka enggan mengambil inisiatif atau membuat keputusan, bahkan dalam hal-hal sederhana. Melalui konseling kelompok dan diskusi interaktif, guru Bimbingan dan Konseling memberikan ruang bagi siswa untuk menyampaikan pendapat serta dilibatkan dalam pengambilan keputusan kecil, sehingga mereka dapat membangun rasa percaya diri dan otonomi.

Keempat, pada aspek *virtue* yang berkaitan dengan nilai moral dan perilaku yang dianggap baik, beberapa siswa dari latar belakang keluarga yang tidak harmonis mengaku merasa berbeda atau bingung mengenai nilai yang seharusnya mereka pegang. Dalam hal ini, guru Bimbingan dan Konseling memberikan bimbingan moral dan refleksi nilai agar siswa dapat membangun kerangka moral pribadi yang sehat dan bermakna.

Selain teori Coopersmith, praktik konseling yang diterapkan guru Bimbingan dan Konseling di madrasah ini juga mencerminkan prinsip-prinsip konseling humanistik dari Carl Rogers, yang menekankan pentingnya empati, penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*), dan suasana yang mendukung pertumbuhan pribadi siswa. Dalam setiap sesi, guru Bimbingan dan Konseling menunjukkan empati dan keterbukaan serta menghindari pendekatan otoriter. Pendekatan ini efektif dalam membangun kepercayaan antara konselor dan siswa sehingga siswa merasa aman untuk berbagi perasaan dan masalah yang mereka hadapi (Cain, 2022).

Efektivitas intervensi ini tampak dari berbagai perubahan positif yang dialami siswa setelah menerima layanan konseling. Contoh nyata adalah seorang siswi yang sebelumnya sangat pendiam dan kurang merawat diri, yang setelah mengikuti beberapa sesi konseling mulai menunjukkan peningkatan kepercayaan diri, interaksi sosial, serta penampilan yang lebih rapi dan terawat. Hal ini mengindikasikan bahwa dengan pendekatan yang tepat, *self-esteem* siswa dapat ditingkatkan secara signifikan. Strategi lain yang mendukung adalah keterlibatan wali kelas yang turut mendampingi siswa secara emosional di dalam kelas, serta menciptakan suasana belajar yang inklusif dan suportif.

Namun demikian, guru Bimbingan dan Konseling menghadapi berbagai tantangan dalam pelaksanaan tugasnya. Beberapa siswa enggan terbuka dan sulit diajak berkomunikasi, terutama mereka yang mengalami trauma masa lalu atau tidak terbiasa membicarakan perasaan (Oktaviani & Syawaluddin, 2023). Selain itu, masih terdapat orang tua yang tidak responsif terhadap ajakan kerja sama, bahkan menolak intervensi dari pihak sekolah. Dari sisi internal sekolah, keterbatasan fasilitas ruang dan media konseling juga menjadi hambatan signifikan karena memengaruhi kenyamanan dan efektivitas sesi konseling (Dini, 2019).

Secara keseluruhan, strategi yang dilakukan guru Bimbingan dan Konseling di MTsN 4 Aceh Besar dalam meningkatkan *self-esteem* siswa mencerminkan pendekatan yang integratif, berorientasi pada kebutuhan siswa, dan dilakukan secara kolaboratif dengan berbagai pihak. Meskipun masih terdapat hambatan, terutama dalam hal dukungan dari orang tua dan keterbatasan fasilitas, hasil yang diperoleh menunjukkan dampak positif terhadap perkembangan kepercayaan diri siswa. Hal ini menegaskan bahwa peningkatan *self-esteem* tidak dapat dilakukan secara parsial, melainkan memerlukan dukungan menyeluruh dari lingkungan sekolah dan keluarga agar hasil yang dicapai dapat bertahan dan berkembang secara berkelanjutan (Turnip, Hulukati, & Puluhulawa, 2023).

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa upaya guru Bimbingan Konseling di MTsN 4 Aceh Besar dalam meningkatkan *self-esteem* siswa dilakukan secara menyeluruh, sistematis, dan berbasis pendekatan humanistik. Melalui layanan konseling individual, konseling kelompok, serta kerja sama dengan wali kelas dan orang tua, guru Bimbingan Konseling berhasil membentuk suasana pembelajaran yang suportif dan kondusif bagi perkembangan psikologis siswa. Strategi yang diterapkan, seperti pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), pemantauan berkala, serta pemberian penguatan positif, terbukti efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri, keberanian berekspresi, dan motivasi belajar siswa yang sebelumnya menunjukkan ciri-ciri *self-esteem* rendah. Selain itu, intervensi guru Bimbingan Konseling juga memberikan dampak positif terhadap peningkatan interaksi sosial dan penampilan diri siswa. Namun, upaya tersebut tidak terlepas dari berbagai tantangan, seperti sikap tertutup siswa, kurangnya dukungan dari orang tua, keterbatasan sarana dan prasarana, serta tingginya beban kerja guru Bimbingan

Konseling. Oleh karena itu, peningkatan self-esteem siswa memerlukan pendekatan yang holistik dan kolaboratif, dengan melibatkan semua elemen sekolah dan keluarga secara berkesinambungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Dini, I. rahma. (2019). Bimbingan Konseling. *Universitas Negeri Padang*.
- Gori, Y., Fau, S., & Laia, B. (2023). Peran Guru Bimbingan dan Konseling dalam meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas IX di SMP Negeri 2 Toma Tahun Pelajaran 2022/2023. *FAGURU: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Keguruan*, 2(1), 123–133. Retrieved from <https://jurnal.uniraya.ac.id/index.php/faguru/article/view/652>
- Gorpynchenko, I., Kornienko, O., Scherbak, M., & Rosputniak, S. (2021). Directions of Development of Modern Genital Surgery. Features, Details, Nuances. *Health of Man*. <https://doi.org/10.30841/2307-5090.4.2021.252390>
- Hepper, E. G. (2023). Self-esteem. In *Encyclopedia of Mental Health, Third Edition: Volume 1-3*. <https://doi.org/10.1016/B978-0-323-91497-0.00185-5>
- Nikmarijal. (2022). Perkembangan Self-Esteem Anak. *IJoCE : Indonesian Journal of Counseling and Education*, 3(2), 29–32. Retrieved from <https://doi.org/10.32923/ijoce.v3i2.2727>
- Nikmarijal, N., & Ifdil, I. (2014). Urgensi Peranan Keluarga bagi Perkembangan Self-esteem Remaja. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*. <https://doi.org/10.29210/19800>
- Oktaviani, S. N., & Syawaluddin, S. (2023). Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Memperkuat Karakter Siswa. *Educativo: Jurnal Pendidikan*. <https://doi.org/10.56248/educativo.v2i1.120>
- Putri, M.D. & Kurniawan, A. (2021). Konseling REBT dalam meningkatkan harga diri siswa. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islami*, 10(3)
- Rahmawati, L. & Nugraha, D. (2021). Pendekatan humanistik dalam konseling pendidikan. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Konseling*, 6(2),
- Rusandi, & Muhammad Rusli. (2021). Merancang Penelitian Kualitatif Dasar/Deskriptif dan Studi Kasus. *Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*. <https://doi.org/10.55623/au.v2i1.18>
- Rahayu, F. & Hasanah, N. (2023). Konseling REBT sebagai alternatif intervensi pada siswa dengan harga diri rendah. *Jurnal Terapan Psikologi*, 4(1),
- Tomagola, N. T., Latuconsina, A. L., & Rahman, M. A. (2023). Peran Guru Bimbingan Konseling Dalam Meningkatkan Self Esteem Peserta Didik Di Man 1 Dan Man 2 Maluku Tengah. *Jurnal Studi Islam*. <https://doi.org/10.33477/jsi.v12i1.4210>
- Turnip, A., Hulukati, W., & Puluhulawa, M. (2023). Konseling Kelompok Teknik Journaling dan Pengaruhnya Terhadap Self Esteem Siswa. *Student Journal of Guidance and Counseling*. <https://doi.org/10.37411/sjgc.v2i2.2101>
- Yuliana, R. & Prasetyo, R. (2022). Kolaborasi guru BK dan orang tua dalam meningkatkan harga diri siswa. *Jurnal Konseling dan Psikologi Pendidikan*, 5(2), 66–74
- Zulkhairi, Z., Arneliwati, A., & Nurchayati, S. (2019). Studi Deskriptif Kualitatif: Persepsi Remaja Terhadap Perilaku Menyimpang. *Jurnal Ners Indonesia*. <https://doi.org/10.31258/jni.8.2.145-157>