

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN METODE
EXERCISE DALAM MENGEMBANGKAN HARGA DIRI AKADEMIK
REMAJA**

TESIS

**diajukan untuk memenuhi sebagian dari syarat memperoleh gelar Magister
Pendidikan, Departemen Psikologi Pendidikan dan Bimbingan**



Oleh :
Elsha Rahayu
2002045

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2024**

**EFEKTIFITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN METODE
EXERCISE DALAM MENGEMBANGKAN HARGA DIRI AKADEMIK
REMAJA**

(Penelitian Kuasi-Eksperimen terhadap Peserta Didik Kelas X di SMA Negeri 1
Kota Cilegon Tahun Ajaran 2023/2024)

Oleh
Elsha Rahayu

Sebuah Thesis diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar
Magister Pendidikan (M.Pd.) pada Fakultas Ilmu Pendidikan

© Elsha Rahayu
Universitas Pendidikan Indonesia
Desember 2023

Hak Cipta dilindungi undang-undang.
Tesis ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau Sebagian, dengan cetak ulang,
difotocopy, atau cara lainnya tanpa izin penulis

**PERNYATAAN TENTANG KE ASLIAN TESIS DAN PERNYATAAN
BEBAS PLAGIARISME**

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis dengan judul “**Efektifitas Bimbingan Kelompok dengan Metode *Exercise* dalam Mengembangkan Harga Diri Akademik Remaja**” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam Masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan dalam karya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya

Bandung, Januari 2024

Yang membuat pernyataan,

Elsha Rahayu
NIM. 2002045

LEMBAR PENGESAHAN

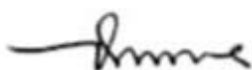
ELSHA RAHAYU

2002045

**EFEKTIVITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN METODE
EXERCISE DALAM MENGEMBANGKAN HARGA DIRI
AKADEMIK REMAJA**

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH:

Pembimbing I,



Dr. Anne Hafina Adiwinata, M.Pd.

NIP. 19600704 198601 2 001

Mengetahui,

**Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Indonesia**



Dr. Ipah Saripah, M.Pd.

NIP. 19771014 200112 2 001

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan Taufiq dan hidayah-Nya serta kekuatan dan batin kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan tesis dengan judul “Efektifitas Bimbingan Kelompok dengan Metode *Exercise* dalam Mengembangkan Harga Diri Akademik Remaja di SMAN 1 Kota Cilegon.

Penyusunan tesis ini bertujuan untuk mengkaji mengenai layanan bimbingan kelompok dalam mengembangkan harga diri akademik remaja. Pentingnya pengambilan topik dalam penelitian ini, agar peserta didik memiliki penilaian terhadap diri yang bermutu (values), teknik *exercise* diharapkan menjadi salah satu penanganan yang tepat dalam permasalahan individu terkait harga diri dalam ranah akademik. Mengingat banyaknya dampak yang terjadi, akibat perilaku harga diri akademik yang tidak stabil dapat memunculkan perilaku harga diri akademik yang sangat serius.

Pembahasan dalam tesis ini dikelompokkan dalam lima bab, yaitu bab pertama mengenai 1) latar belakang penelitian; 2) identifikasi dan rumusan masalah; 3) pernyataan penelitian; 4) tujuan penelitian; 5) manfaat penelitian, selanjutnya pada bab dua, membahas mengenai kajian harga diri akademik, dan bimbingan kelompok secara teoritis. Bab ketiga, membahas tentang pendekatan, metode, desain dan teknik penelitian analisis data. Bab empat, membahas lokasi penelitian, pengujian data, pengolahan data, serta hasil. Bab lima berisi kesimpulan dan saran terkait penelitian yang dilakukan.

Penulis menyadari tesis ini masih banyak memiliki kekurangan, meskipun demikian semoga dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat bagi dunia Pendidikan, guru, dan juga penulis. Aamiin.

Bandung, Januari 2024

Penulis,

Elsha Rahayu
NIM. 2002045

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyadari dan merasakan sepenuhnya penyelesaian tesis tidak terlepas dari bimbingan, bantuan, dan dukungan dari berbagai pihak, baik secara moril maupun materil. Melalui kesempatan ini, penulis menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan yang tulus kepada:

1. Dr. Amin Budiamin, M.Pd., selaku dosen pembimbing akademik serta pembimbing I, yang telah membantu di masa-masa purna baktinya selaku dosen dalam memberikan bimbingan terhadap penulis, masukan dan arahan dari beliau yang begitu berharga bagi penulis untuk menyelesaikan tesis ini.
2. Dr. Anne Hafina Adiwinata, M.Pd. selaku dosen pembimbing II yang dijadikan sebagai pembimbing I, dengan sabar dan bijaksana selalu memberikan bimbingan, ide, saran, arahan dan motivasinya yang sangat berharga bagi penulis dalam menyelesaikan tesis ini
3. Dr. Ipah Saripah, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pascasarjana Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan fasilitas dan kemudahan kepada penulis selama menempuh perkuliahan dalam program studi ini.
4. Sekertaris
5. Seluruh tenaga pendidik dan kependidikan pada Program Studi Pascasarjana Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bimbingan dan pengajaran, mempermudah administrasi serta merawat dan menjaga lingkungan sekitar dengan sangat nyaman, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis dengan semangat.
6. Drs. Agus Pancasusila, M.Pd., selaku kepala sekolah di SMAN 1 Kota Cilegon, serta selaku koordinator bimbingan dan konseling, tenaga pendidik dan kependidikan, dan peserta didik di SMAN 1 Kota Cilegon, yang sudah memberikan kesempatan arahan dan telah bekerjasama, meluangkan waktu, serta ikut andil dalam menyelesaikan peneliian ini dengan baik.
7. Kepala Sekolah, serta seluruh tenaga pendidik dan kependidikan di SKHN 01 Kota Cilegon, yang telah memberikan dukungan, perhatian dan waktunya dalam menyelesaikan studi magister, dan membantu mengatur jalannya proses belajar mengajar selama di kelas.

8. Teman-teman kuliah seperjuangan Angkatan 2020 Program Studi Pascasarjana Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia. Terima kasih atas kerjasaman dan support yang diberikan selama perkuliahan sampai dengan selesai studi.
9. Teristimewa kepada ibunda, alm ayah tercinta, dan keluarga yang selama ini membantu penulis dengan sangat baik dalam memberikan perhatian, kasih sayang, motivasi, dukunga serta doa yang tak henti-hentinya mengalir demi kelancaran dan kesuksesan penulis dalam menyelesaikan tesis ini
10. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, yang telah banyak ikut membantu memberikan dukungan dan perhatiannya selama penyusunan tesis.

Kepada semua pihak yang telah banyak membantu dan mendukung penulis dalam menyelesaikan studi, penulis panjatkan do/a kepada Allah SWT, agar senantiasa diberikan Kesehatan dan kebahagiaan selalu serta dibalaskan perbuatan baiknya berlipat ganda oleh Allah SWT. Semoga Rahmat dan hidayah-Nya senantiasa dilimpahkan kepada semua pihak yang telah Ikhlas membantu dan menyelesaikan studi ini.

Bandung, Januari 2024

Penulis,

Elsha Rahayu
NIM. 2002045

ABSTRAK

Elsha Rahayu (2024). Efektivitas Bimbingan Kelompok Exercise dalam Mengembangkan Harga Diri Akademik Remaja. Pembimbing Dr. Anne Hafina Adiwinata, M.Pd. Program Studi Magister Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Pendidikan Indonesia.

Harga diri akademik merupakan bentuk penilaian yang diberikan oleh seseorang maupun diri sendiri sebagai gambaran akan ketercapaian dan keberhasilan dalam akademik. Pentingnya harga diri pada remaja sebagai bentuk dalam mengukur kualitas diri terhadap ketercapaian harga diri akademik, yang dapat dilihat dari ke empat aspek, yaitu kekuatan, keberartian, kebajikan dan kemampuan. Penelitian bertujuan untuk menguji efektivitas bimbingan kelompok dengan metode exercise dalam mengembangkan harga diri akademik siswa, menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif, dengan metode kuasi eksperimen desain kelompok pre-test dan post-test non-equivalent. Populasi penelitian sebanyak 437 siswa kelas X, dan sampel 20 siswa di SMAN 1 Kota Cilegon, menggunakan teknik purposive sampling. Pengambilan data menggunakan instrumen harga diri akademik yang telah dikembangkan untuk mengetahui kondisi harga diri akademik siswa. Teknik analisis data menggunakan uji nonparametrik Mann Whitney U. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan terhadap harga diri akademik siswa pada kelompok pre-test dan post-test, dengan memiliki nilai yang signifikan berbeda, terjadinya peningkatan pada hasil posttest yang menandakan bahwa bimbingan kelompok dengan metode exercise efektif dalam meningkatkan harga diri akademik siswa. Temuan ini dapat dijadikan sebagai referensi tambahan, juga hasil dari penelitian berupa instrumen dan program yang telah dikembangkan dapat dijadikan acuan atau panduan dalam layanan bimbingan konseling mengenai harga diri akademik siswa.

Kata kunci: Bimbingan Kelompok *Exercise*, Harga Diri Akademik SMA, Bimbingan dan Konseling,

ABSTRACT

Elsha Rahayu (2024). *Effectiveness of Group Guidance by Exercise Method to Improve adolescent academic self-esteem.* Supervisor, Dr. Anne Hafina Adiwinata, M.Pd. *Magister of Guidance and Counseling Study Program Faculty of Science Education.* Universitas Pendidikan Indonesia.

Academic self-esteem is a form of assessment given by a person or oneself to illustrate academic achievement and success. The importance of self-esteem in adolescents as a form of measuring self-quality towards achieving academic self-esteem can be seen from four aspects, namely strength, significance, virtue, and ability. The research aims to test the effectiveness of group guidance using the exercise method in developing students' academic self-esteem, using a quantitative research approach, with a quasi-experimental method of non-equivalent pre-test and post-test group design. The research population was 437 class X students, and a sample of 20 students at SMAN 1 Cilegon City, using a purposive sampling technique. Data collection uses academic self-esteem instruments that have been developed to determine the condition of students' academic self-esteem. The data analysis technique uses the non-parametric Mann-Whitney U test. The results of the study show differences in students' academic self-esteem in the pre-test and post-test groups, with significantly different values, and an increase in the post-test results which indicates that group guidance using the method Exercise is effective in increasing students' academic self-esteem. These findings can be used as additional references, and the results of research in the form of instruments and programs that have been developed can be used as a reference or guide in counseling guidance services regarding students' academic self-esteem.

Keywords: *Group guidance, Senior High School Academic Self-Esteem, Guidance and Counselling, Group Exercise, academic self-esteem adolescent*

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR GRAFIK.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	7
1.3 Rumusan Masalah dan Pertanyaan Penelitian	9
1.4 Tujuan Penelitian	10
1.5 Manfaat Penelitian	10
1.6 Struktur Organisasi Tesis	11
BAB II KAJIAN TEORI.....	12
2.1 Konsep Dasar Harga Diri Akademik	12
2.2 Bimbingan Kelompok.....	23
2.3 Metode Exercise.....	26
2.4 Kerangka Program Bimbingan Kelompok dengan Metode Exercise dalam Mengembangkan Harga Diri Akademik	32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	33
3.1 Pendekatan Penelitian	33
3.2 Metode dan Desain Penelitian.....	33
3.3 Populasi dan Sampel	34
3.4 Definisi Operasional	36
3.5 Kisi-kisi Instrumen Harga Diri Akademik.....	37
3.5 Penimbangan Instrumen.....	43
3.6 Uji Keterbacaan.....	43
3.7 Uji Coba Empirik Instrumen.....	43
3.8 Prosedur Penelitian	53
3.9 Teknik Analisis Data.....	54
3.10 Pengembangan Program Bimbingan Kelompok.....	55
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	62
4.1 Hasil Penelitian	62
4.2 Pembahasan.....	80
BAB V KESIMPULAN, REKOMENDASI DAN IMPLIKASI.....	103
5.1 Kesimpulan	103
5.2 Rekomendasi.....	105
5.3 Implikasi	105
DAFTAR PUSTAKA	107
LAMPIRAN.....	116

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Desain Penelitian <i>Pretest-postest</i>	34
Tabel 3.2 Populasi Penelitian Peserta Didik	35
Tabel 3.3 Sampel Penelitian.....	36
Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen Harga Diri Akademik.....	38
Tabel 3.5 Instrumen Harga Diri Akademik.....	39
Tabel 3.6 Penilaian Item <i>Favourable</i> dan <i>Unfavourable</i>	42
Tabel 3.7 Norma Kategorisasi Sampel Penelitian.....	42
Tabel 3.8 Kriteria Validitas Item	42
Tabel 3.9 Hasil Validitas Item Skala Harga Diri Akademik	46
Tabel 3.10 Kriteria Uji Unidimensional	46
Tabel 3.11 Kriteria Nilai <i>Cronbach Alpha</i>	48
Tabel 3.12 Kriteria Penilaian Person dan Item Reliability	48
Tabel 3.13 Item Skala Harga Diri Akademik Setelah Uji Coba	50
Tabel 3.14 Deskripsi Kategorisasi Harga Diri Akademik	54
Tabel 3.15 Kategorisasi N-Gain	55
Tabel 4.1 Gambaran Umum Harga Diri Akademik Siswa Kelas X	63
Tabel 4.2 Gambaran Harga Diri Akademik Berdasarkan Aspek.....	63
Tabel 4.3 Deskripsi Komponen Rumusan Hipotesis Bimbingan Kelompok.....	66
Tabel 4.4 Kebutuhan Harga Diri Akademik Peserta Didik Kelas X	68
Tabel 4.5 Hasil Judgment Program Layanan	69
Tabel 4.6 Hasil Perbaikan Program Layanan	70
Tabel 4.7 Rencana Operasional Bimbingan Kelompok dengan Metode Exercise ..	71
Tabel 4.8 Skor Partisipan Harga Diri Akademik Kelompok Eksperimen	73
Tabel 4.9 Skor Responden Harga Diri Akademik Kelompok Kontrol	73
Tabel 4.10 Analisis Deskripsi	75
Tabel 4.11 Perbandingan Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> pada <i>Pretest-Postest</i>	76
Tabel 4.12 Hasil Uji Efektivitas Bimbingan Kelompok Metode Exercise	77
Tabel 4.13 Uji <i>Wilcoxon</i> Berdasarkan Aspek	77
Tabel 4.14 Uji Mann Whitney Berdasarkan Aspek	78
Tabel 4.15 Hasil Uji N-Gain	79
Tabel 4.16 N-Gain Berdasarkan Aspek	79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Harga Diri Akademik Herarki.....	18
Gambar 2.2 Kerangka Berfikir.....	32
Gambar 3.1 Hasil <i>Rasch Rating Scale</i>	44
Gambar 3.2 Hasil Uji Validitas Item	45
Gambar 3.3 Hasil Uji <i>Unidimensionality</i>	47
Gambar 3.3 <i>Summary Statistic</i>	47

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Kecenderungan Harga Diri Akademik Tinggi dan Rendah.....	65
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I Administrasi Penelitian	117
Lampiran II Instrumen Penelitian	124
Lampiran III Program Penelitian	137
Lampiran IV Dokumentasi Penelitian.....	160

DAFTAR PUSTAKA

- Acosta-Gonzaga, E. (2023). The Effects of Self-Esteem and Academic Engagement on University Students' Performance. *Behavioral Sciences*, 13(4). <https://doi.org/10.3390/bs13040348>
- Ahmad, K. I. (2013). The Role of Teacher ' s Guidance Counseling Building Self-Esteem in Repertoire School Students Matter To Achieve Success. *Research on Humanities and Social Sciences*, 3(5), 1–6.
- Ahmadi, S. (2020). Academic Self-Esteem, Academic Self-Efficacy and Academic Achievement: A Path Analysis. *J Foren Psy*, 5(1), 155. <https://doi.org/10.35248/2475-319X.19.5.155>
- Albaum, G. (1997). The Likert scale revisited: An alternate version. *International Journal of Market Research*, 39(2), 331–348.
- Alpay, E. (2000). *Self-concept and self-esteem*. The Department of Chemical Engineering and Chemical Technology, Imperial College of Science, Technology, and Medicine.
- Alves-Martins, M., Peixoto, F., Gouveia-Pereira, M., Amaral, V., & Pedro, I. (2002). Self-esteem and academic achievement among adolescents. *Educational Psychology*, 22(1), 51–62. <https://doi.org/10.1080/01443410120101242>
- Alwi, M. A., Suminar, D. R., & Nawangsari, N. A. F. (2020). Support Related to Schools and School Well-Being: Self Esteem as Mediator. *International Journal of Pedagogy and Teacher Education*, 4(2), 119–125. <https://doi.org/10.20961/ijpte.v4i2.42869>
- Anggarini, D., & Rahmi, A. (2022). Pengaruh Bimbingan Kelompok dengan Teknik Group Exercise untuk Meningkatkan Interaksi Sosial pada Siswa di SMPN 03 Sungai Pua. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 10852–10864.
- Azwar, S. (1993). “Kelompok Subjek ini Memilih Harga Diri yang Rendah” Kok Tahu...? *Buletin Psikologi*, 3, 13–17.
- Bahri, A. (2018). Upaya Sekolah Dalam Pembentukan Self Esteem. *Jurnal Media Komunikasi Pendidikan Teknologi Dan Kejuruan*, 5(1), 7–15.
- Beni Azwar. (2023). Peranan Guru BK dalam Mengembangkan Self Esteem Siswa

- Pada Kurikulum Merdeka Belajar. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(03), 450–466. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v7i03.4556>
- Blegur, J., Tlonaen, Z. A., Lumba, A. J. F., & Leko, J. J. (2021). The Importance of Self-Esteem to Students Learning Responsibilities and Group Learning Commitment of Physical Education Students. *JETL (Journal of Education, Teaching and Learning)*, 6(1), 53. <https://doi.org/10.26737/jetl.v6i1.2355>
- Boone, W. J., Yale, M. S., & Staver, J. R. (2014). Rasch analysis in the human sciences. In *Rasch Analysis in the Human Sciences*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-94-007-6857-4>
- Burnett, P. C. (1998). Measuring Behavioral Indicators of Self-Esteem in the Classroom. *The Journal of Humanistic Education and Development*, 37(2), 107–116. <https://doi.org/10.1002/j.2164-4683.1998.tb00412.x>
- Cast, A. D., & Burke, P. J. (2002). A theory of self-esteem. *Social Forces*, 80(3), 1041–1068. <https://doi.org/10.1353/sof.2002.0003>
- Cheung, C. kiu, & Yeung, J. W. keung. (2010). Gender differential in deviant friends' influence on children's academic self-esteem. *Children and Youth Services Review*, 32(12), 1750–1757. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2010.07.019>
- Colquhoun, L. K., & Bourne, P. A. (2012). Self-Esteem and Academic Performance of 4th Graders in two Elementary Schools in Kingston and St. Andrew, Jamaica. *Asian Journal of Business Management*, 4(1), 36–57. [http://doi.wiley.com/10.1002/1520-6807\(197710\)14:4%3C503::AID-PITS2310140423%3E3.0.CO;2-Z](http://doi.wiley.com/10.1002/1520-6807(197710)14:4%3C503::AID-PITS2310140423%3E3.0.CO;2-Z)
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of Self-esteem*. W.H Freeman and Company.
- Coopersmith, S., & Gilberts, R. (1982). *Behavioral Academic Self-Esteem: A Rating Scale*. Consulting Psychologists Press.
- Corey, M. S., Corey, G., & Corey, C. (2010). *Groups: Process and Practice* (Eighth). Brooks/Cole Cengage Learning.
- Creswell, J. W. (2012). *Educational Research: Planning, Conducting and Evaluating Quantitative and Qualitative Research* (Fourth). Pearson.
- Das, T. (2022). *Relationship between Self-esteem and Academic Anxiety*. 10, 1569–

1576.

- Ekeland, E., Heian, F., Hagen, K. B., Abbott, J., & Nordheim, L. (2005). Exercise to Improve Self-Esteem in Children and Young People. *Campbell Systematic Reviews*, 1(1), 1–52. <https://doi.org/10.4073/csr.2005.4>
- Erturgut, P., & Erturgut, R. (2010). Stress and academic self esteem in primary school children who applied to the hospital: A research in pediatric hospitals in Turkey. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 1200–1204. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2010.03.172>
- Fahriza, I., Priyadi, Aini, N. Q., Rayaginansih, S. F., & Adiputra, S. (2020). Group exercise technique for developing adolescents resilience. *International Journal of Scientific and Technology Research*, 9(4), 1929–1931.
- Febrina, D. T., Suharso, P. L., & Saleh, A. Y. (2018). Self-esteem Remaja Awal: Temuan Baseline dari Rencana Program Self-instructional Training Kompetensi Diri. *Jurnal Psikologi Insight*, 2(1), 43–56.
- Galanakis, M. J., Palaiologou, A., Patsi, G., Velegraki, I.-M., & Darviri, C. (2016). A Literature Review on the Connection between Stress and Self-Esteem. *Psychology*, 07(05), 687–694. <https://doi.org/10.4236/psych.2016.75071>
- Gladding, S. T. (2016). *Group a Counseling Specialty* (7th ed.). Pearson.
- Guindon, M. H. (2019). *Self-esteem Across the Lifespan: Issues and Interventions* (M. H. Guindon (ed.)). Routledge.
- Hake, R. R. (1998). Interactive-engagement versus traditional methods: A six-thousand-student survey of mechanics test data for introductory physics courses. *American Journal of Physics*, 66(1), 64–74. <https://doi.org/10.1119/1.18809>
- Herlina. (2013). *Bibliotherapy: Mengatasi Masalah Anak dan Remaja*. Pustaka Cendekia Utama.
- Hermawan, H., Komalasari, G., & Hanim, W. (2019). Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling Untuk Meningkatkan Harga Diri Siswa: Sebuah Studi Pustaka. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 4(2), 65. <https://doi.org/10.26737/jbki.v4i2.924>
- Hodge, J. D., & Cunningham, M. (2022). Academic Self-esteem as a Buffer Between Negative Youth Experiences and Academic Achievement in African

- American Adolescents. *Youth and Society*, 1–24.
<https://doi.org/10.1177/0044118X211063919>
- Holopainen, L., Waltzer, K., Hoang, N., & Lappalainen, K. (2020). The Relationship between Students' Self-esteem, Schoolwork Difficulties and Subjective School Well-being in Finnish Upper-secondary Education. *International Journal of Educational Research*, 104(July), 101688.
<https://doi.org/10.1016/j.ijer.2020.101688>
- Horowitz, J. M., & Graf, N. (2019). Most U.S. Teens See Anxiety, Depression as Major Problems. *Pew Research Center*. <https://www.pewresearch.org/social-trends/2019/02/20/most-u-s-teens-see-anxiety-and-depression-as-a-major-problem-among-their-peers/>
- Houser, R. A. (2019). *Counseling and Educational Research: Evaluation and Application* (Fourth). SAGE.
- Hurlock, E. B. (1994). *Psikologi Perkembangan* (Istiwidayanti, Scedjarwo, & R. M. Sijabat (eds.); fifth). Erlangga.
- Iswan, Bahar, H., & Misbah, H. (2019). *The Effect of Exercise Method on the Learning Achievement of Primary School Students*. 349(Iccd), 268–271.
<https://doi.org/10.2991/iccd-19.2019.72>
- Jacobs, E. E., Schimmel, C. J., Masson, R. L., & Harvill, R. L. (2012). *Group counseling: strategies and skills* (7th (ed.)). Brooks/Cole Cengage Learning.
- Jan, F., Khan, M. R., Khan, I., Khan, S., & Saif, N. (2015). The Self-Esteem: A Review of Literature. *International Journal of African and Asian Studies Wwww.Iiste.Org ISSN*, 9, 1–4.
- Jones, B. K., & Destin, M. (2021). Effects of positive versus negative expressive writing exercises on adolescent academic achievement. *Journal of Applied Social Psychology*, 51(6), 549–559. <https://doi.org/10.1111/jasp.12756>
- Kartadinata, S. (2016). *Reveal the veil of guidance and counseling in pedagogic effort*. UPI Press.
- Khalek, A. M. A. (2016). Introduction to the psychology of self-esteem. In F. Holloway (Ed.), *Self-esteem: Perspectives, Influences and Improvement Strategies* (pp. 1–5). Nova Publisher.
- Khotimah, R. H., L, C., Radjah, & Handarini, D. M. (2016). Hubungan antara

- Konsep Driri Akademik, Efikasi Diri Akademik, Harga Diri dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMP Negeri di Kota Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 60–67.
<http://journal2.um.ac.id/index.php/jkbk/article/view/621>
- Kim, J. Y. J., Kim, E. B., & Lee, I. S. (2021). Influence of self-esteem of middle school students for mental care on academic achievement: Based on the mediation effect of grit and academic enthusiasm. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(13).
<https://doi.org/10.3390/ijerph18137025>
- Kususanto, P., & Chua, M. (2012). Students' Self-Esteem at School: The Risk, the Challenge, and the Cure. *Journal of Education and Learning (EduLearn)*, 6(1), 1–14. <https://doi.org/10.11591/edulearn.v6i1.185>
- Lawrence, D. (2006). *Enhancing Self-Esteem in the classroom* (3rd ed.). Paul Chapman Publishing.
- Leary, M. R., Schreindorfer, L. S., & Haupt, A. L. (1995). The Role of Low Self-Esteem in Emotional and Behavioral Problems: Why is Low Self-Esteem Dysfunctional? *Journal of Social and Clinical Psychology*, 14(3), 297–314.
<https://doi.org/10.1521/jscp.1995.14.3.297>
- Lestari, S. F., & Pratiwi, dan T. I. (2018). Penerapan Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Siswa Kelas X-Mia 3 Sma Islam Shafta Surabaya. *Bk Unesa*, 9(1), 44–52.
- Liu, M., Wu, L., & Ming, Q. (2015). How does physical activity intervention improve self-esteem and self-concept in children and adolescents? Evidence from a meta-analysis. *PLoS ONE*, 10(8), 1–17.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0134804>
- Mardhatillah, N. (2017). Strategi Layanan Bimbingan Dan Konseling Untuk Meningkatkan Self Esteem. *Prosiding Seminar Nasional*, 140–148.
- Maslikhah, Nurkholis, I., Marjo, H. K., & Hanim, W. (2020). Bimbingan Kelompok dengan Teknik Latihan Saya Bertanggung Jawab Terhadap Peningkatan Prestasi Akademik. *Jurnal Visipena*, 11(2), 442–448.
- Mawarni, A. (2017). the Exercise Group Technique on Academic Hardiness in Senior High School Students. *IJAEDU- International E-Journal of Advances*

- in Education, III(9)*, 492–500. <https://doi.org/10.18768/ijaedu.370407>
- Mello, L. D. ', Monteiro, M., & Pinto, N. (2018). A Study on the Self Esteem and Academic Performance among the Students. In *International Journal of Health Sciences and Pharmacy (IJHSP)* (Vol. 2, Issue 1). <https://ssrn.com/abstract=3121006>
- Minev, M., Petrova, B., Mineva, K., Petkova, M., & Strebkova, R. (2018). Self-esteem in adolescents. *Trakia Journal of Science, 16(2)*, 114–118. <https://doi.org/10.15547/tjs.2018.02.007>
- Monks. (2004). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Gajah Mada University Press.
- Morrison, T. L., & Thomas, M. D. (1975). Self-esteem and classroom participation. *Journal of Educational Research, 68(10)*, 374–377. <https://doi.org/10.1080/00220671.1975.10884805>
- Mruk, C. J. (2006). *Self-Esteem Research, Theory, and Practice* (3rd ed.). Springer Publishing Company.
- Myrick, R. D. (2011). *Developmental Guidance and Counseling: A Practical Approach* (Fifth (ed.)). Educational Media Corporation.
- Neiss, M. B., Sedikides, C., & Stevenson, J. (2002). Self-Esteem: A Behavioural Genetic Perspective. *European Journal of Personality, 16(5)*, 351–367. <https://doi.org/10.1002/per.456>
- Orth, U., & Robins, R. W. (2014). The Development of Self-Esteem. *Current Directions in Psychological Science, 23(5)*, 381–387. <https://doi.org/10.1177/0963721414547414>
- Pramita, R. S., & Hariyadi, S. (2012). Studi Korelasi antara Harga Diri Akademik dengan Minat Melanjutkan Pendidikan Perguruan Tinggi pada Siswa SMA Kelas XII. *Jurnal Psikologi Ilmiah, 4(1)*, 1–5. <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI/article/view/13329/7385>
- Puluhulawa, M., Djibran, M. R., & Pautina, M. R. (2017). Layanan Bimbingan Kelompok dan Pengaruhnya terhadap Self-Esteem Siswa. *Proceeding Seminar Dan Lokakarya Nasional Bimbingan Dan Konseling 2017, 1*, i–183.
- Rachmawati, I. (2020). Potret Harga Diri Akademik Remaja Kota Malang. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 4(2)*, 330–338.

- Rusmana, N. (2019). *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah: Metode, Teknik dan Aplikasi*. UPI Press.
- Saklz, H., Mert, A., & Sarlçam, H. (2020). Self-esteem and perceived social competence protect adolescent students against ostracism and loneliness. *Journal of Psychologists and Counsellors in Schools*, 30(1), 1–16. <https://doi.org/10.1017/jgc.2020.25>
- Sarokon, S. C. (1986). Student Self-Esteem: A Goal Administrators Can Help To Achieve. *NASSP Bulletin*, 70(487), 1–5. <https://doi.org/10.1177/019263658607048702>
- Sasmita, H., Neviyarni., Karneli, Y., & Netrawati. (2021). Meningkatkan Self Esteem Remaja Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan Behavioral Therapy. *Journal of Education and Social Analysis*, 2(1), 36. <http://www.conference.unsri.ac.id/index.php/SNK/article/view/1784>
- Scott, C. G., Murray, G. C., Mertens, C., & Dustin, E. R. (1996). Student self-esteem and the school system: Perceptions and implications. *Journal of Educational Research*, 89(5), 286–293. <https://doi.org/10.1080/00220671.1996.9941330>
- Shechtman, Z., & Bar-El, O. (1994). Group guidance and group counseling to foster social acceptability and self-esteem in adolescence. *Group Guidance and Group Counseling to Foster Social Acceptability and Self-Esteem in Adolescence*, 19(4), 188–196. <https://doi.org/10.1080/01933929408414364>
- Sheykhjan, T. M., Jabari, K., & K, R. (2014). Self-Esteem and Academic Achievement of High School Students. *Cognitive Discourses International Multidisciplinary Journal*, 2(2), 38–41.
- Simanjuntak, L. E., & Indrawati, E. S. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Harga Diri Pada Siswi Kelas Xii Sma Kristen Terang Semarang. *Jurnal EMPATI*, 10(2), 99–107. <https://doi.org/10.14710/empati.2021.31001>
- Siregar, M. D. (2015). Kontribusi Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa (Sebuah Studi Persepsi). *Jurnal Educatio*, 10(1), 147–159.
- Soest, T. Von, Wichstrøm, L., & Kvaalem, I. L. (2016). The development of global

- and domain-specific self-esteem from age 13 to 31. *Journal of Personality and Social Psychology*, 110(4), 592–608. <https://doi.org/10.1037/pspp0000060>
- Spence, J. C., McGannon, K. R., & Poon, P. (2005). The effect of exercise on global self-esteem: A quantitative review. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 27(3), 311–334. <https://doi.org/10.1123/jsep.27.3.311>
- Stupnisky, R. H., Renaud, R. D., Perry, R. P., Ruthig, J. C., Haynes, T. L., & Clifton, R. A. (2007). Comparing self-esteem and perceived control as predictors of first-year college students' academic achievement. *Social Psychology of Education*, 10(3), 303–330. <https://doi.org/10.1007/s11218-007-9020-4>
- Sugeng, Widodo, A. (2013). Harga Diri Dan Interaksi Sosial Ditinjau Dari Status Sosial Ekonomi Orang Tua. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 131–138. <https://doi.org/10.30996/persona.v2i2.100>
- Suhron, M. (2017). *Asuhan Keperawatan Jiwa Konsep Self-esteem*. Mitra Wacana Media.
- Sukma, D. (2018). Concept and application group guidance and group counseling base on Prayitno's paradigms. *Konselor*, 7(2), 49. <https://doi.org/10.24036/02018728754-0-00>
- Sumintono, B., & Widhiarso, W. (2015). *Aplikasi Pemodelan Rasch: pada Assesment Pendidikan*. Trim Komunikata.
- Unamba, U., Kalu, O., & Georgeline, I. (2020). Comparative Study of Levels of Academic Self Esteem and Academic Achievement in Mathematics among Pupils of Two and Single Parent Families. *Malikussaleh Journal of Mathematics Learning (MJML)*, 3(2), 70. <https://doi.org/10.29103/mjml.v3i2.3172>
- Wambu, G. W., & Fisher, T. A. (2015). School guidance and counselling in Kenya: Historical development, current status, and future prospects. *Journal of Education and Practice*, 6(11), 93–102.
- Yendi, F. M., Syukur, Y., & Rafsyam, Y. (2015). Self-Esteem Dan Pelayanan Bimbingan Dan Konseling yang Dibutuhkan Siswa Kelas Akselerasi. *Konselor*, 4(4), 191. <https://doi.org/10.24036/02015446471-0-00>
- Yu, W., Qian, Y., Abbey, C., Wang, H., Rozelle, S., Stoffel, L. A., & Dai, C. (2022).

The Role of Self-Esteem in the Academic Performance of Rural Students in China. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(20). <https://doi.org/10.3390/ijerph192013317>

Yusuf, S. (2019). *Bimbingan dan Konseling Perkembangan Suatu Pendekatan Komperhensif*. Refika Aditama.

Zhao, Y., Zheng, Z., Pan, C., & Zhou, L. (2021). Self-Esteem and Academic Engagement Among Adolescents: A Moderated Mediation Model. *Frontiers in Psychology*, 12(June). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.690828>