

**SURAT PERNYATAAN
KEASLIAN TULISAN**

Yang Bertanda Tangan Dibawah Ini :

Nama : Yenni Ika Purwanti

NIM : 3320190268

Program Studi : Bimbingan Kensinging

Alamat : Desa Tikusan Kacamatan Kapas Kabupaten Bojonegoro

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya berjudul "Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Role Playing* Untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa SMPN MT Bojonegoro" adalah hasil karya sendiridan bebas plagiasi, apabila dikemudian hari terdapat plagiasi dalam skripsi ini maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan peraturan perundang-undangan.

Bojonegoro. 26 Agustus 2023



Yenni Ika Purwanti
NIM. 3320190268

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Yenni Ika Purwanti

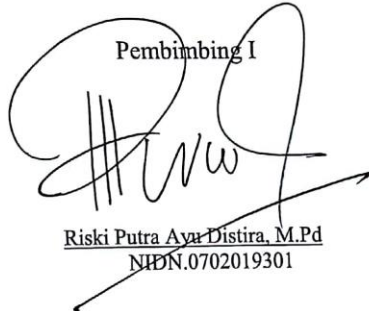
NIM : 3320190268

Judul : Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk meningkatkan *Self Control* Siswa SMP Negeri Model Terpadu Bojonegoro

Telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan dalam sidang skripsi.

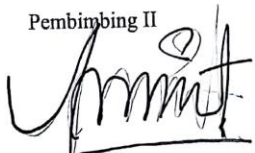
Bojonegoro, 26 agustus 2023

Pembimbing I



Riski Putra Aya Distira, M.Pd
NIDN.0702019301

Pembimbing II



Dr. Yunita Dwi Setyoningsih, S.Psi.M.Pd
NIDN.0710068404

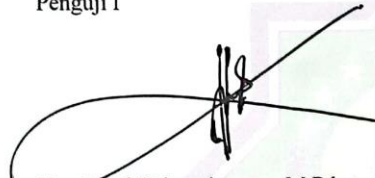
HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Yenni Ika Purwanti
Nim : 3320190268
Judul : Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Role Playing* Untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa SMPN MT Bojonegoro

Telah dipertahankan didepan penguji Senin, 28 Agustus 2023.

Dewan penguji

Penguji I




Vesti Dwi Cahyaningrum, M.Pd
NIDN : 0715049401

Penguji III



Riski Putra Ayu Distira, M.Pd
NIDN : 0702019301

Penguji II



Dr. Nurul Huda, M.H.I
NIDN : 2114067801

Penguji IV



Dr. Yunita Dwi Setyoningsih, Psi.M.Pd
NIDN : 0710068404

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Keguruan Dan Pendidikan



Astrid Chandra Sari, M.Pd
NIDN : 0721059101

Mengetahui,
Ketua Program Studi



Vesti Dwi Cahyaningrum, M.Pd
NIDN : 0715049401

MOTTO

Titik Lelahnya Diganti Bahagia, Fase Diamnya Diganti Senyuman, Usahnya
Diganti Keberhasilan, Dan Doanya, Allah Ijabah, Tepat Pada Waktunya.
(Nawawi)

“Sesungguhnya Pada Hari Ini (AKU) Memberikan Balasan Kepada Mereka
Karena Kesabaran Mereka, Sesungguhnya Mereka Itulah Orang-Orang Yang
Meraih Kemenangan.
(Surat Al Mukminun Ayat 111)

PERSEMBAHAN
Untuk Bapak, Ibu, Kakak –Kakak, dan Diri Saya Sendiri



UNUGIRI

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan mengucapkan Alhamdulillah sebagai ungkapan rasa syukur atas kehadiran Allah SWT berkat Rahmat, Hidayah, dan Karunia-Nya kepada kita semua sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi dengan judul “EFEKTIFITAS BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *ROLE PLAYING* UNTUK MENINGKATKAN *SELF CONTROL* SISWA DI SMP NEGERI MODEL TERPADU BOJONEGORO”. Proposal skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk melakukan penelitian dan menyusun skripsi pada program Strata-1 di program studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro. Penulis menyadari dalam penyusunan proposal skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini kami ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. M. Jauharul Ma'arif, M.Pd.I selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
2. Astrid Chandra Sari, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
3. Vesti Dwi Cahyaningrum, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
4. Riski Putra Ayu Distira, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing 1 atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan.
5. Dr. Yunita Dwi Setyoningsih, S.Psi.M.Pd, selaku Dosen Pembimbing 2 atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan.
6. Bapak Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro, yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
7. Seluruh Staff dan Tata Usaha Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri
8. Kedua orang tua dan adik tercinta atas do'a, dukungan, bimbingan, serta kasih sayang yang selalu tercurah selama ini.

9. Teman-teman seperjuangan Program Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan 2019 atas semua dukungan, semangat, serta kerjasamanya.
10. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, terima kasih atas bantuan, nasehat, dan dorongan dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari proposal skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya laporan proposal skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi bidang pendidikan dan penerapan dilapangan serta bisa dikembangkan lagi lebih lanjut. Aamiin.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Bojonegoro, 24 Agustus 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Yenni Ika Purwanti'.

Yenni Ika Purwanti

UNUGIRI

ABSTRACT

Purwanti, Y. I. 2023. "The Effectiveness of Group Guidance Services Using Role Playing Techniques to Increase the Self Control of SMPN MT Bojonegoro Students." *Guidance and Counseling Study Program. Teacher Training and Education Faculty. Nahdlatul Ulama Sunan Giri University. The Supervisor, Riski Putra Ayu Distira, M.Pd., and Co-Supervisor Dr. Yunita Dwi Setyoningsih, S.Psi., M.Pd.*

Keywords: *Guidance Group, Role Playing, Self Control*

Low self-control is a condition that affects children who cannot regulate their behavior in various situations, particularly during school-related learning activities, such as using smartphones, which will impede academic and non-academic learning outcomes. A high level of self-control was needed to maximize learning. Self-control can be effectively enhanced using the role-playing strategies used in group guiding services. This study aims to improve students' self-control to behave better daily. The efficiency of one-group pretest-posttest designs is examined in this study using the pre-experimental design method. Two scientific specialists in counseling and advising conducted the instrument expert test. They were sent to SMPN MT Bojonegoro class VII pupils, with a sample size of 29 responders. From a total of 29 students, one group of 9 students was chosen for group guiding therapy using role-playing procedures, self-control instruments, and purposive sampling approaches. A paired sample two test applied parametric statistics in this study's analysis. The pre-test result was 78%, with an average pre-test score of 43% in the low group. These results demonstrate an improvement in self-control in therapy delivery. The research data is usually distributed because the sig value for the normality test was 0.065, which is more than 0.05. Because the sig value based on the mean is more than 0.05, the homogeneity test yielded a value of 0.332, indicating that the distribution is homogeneous. A paired sample t-test was performed in this study to evaluate the hypotheses, and the resultant sig value was 0.032, indicating that the employment of role-playing strategies in group self-control instruction increased. Based on the findings of this study, it is recommended that additional research be done to create self-control guidance media that is more engaging and creative so that counsees will remember it and get insight from it. Additionally, to improve the counselee's self-control, qualified guidance, and counseling teachers might employ the role-playing tactics of the group guidance service model.

ABSTRAK

Purwanti, Y. I. 2023. "Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Role Playing* untuk Meningkatkan *Self Control* Siswa SMPN MT Bojonegoro" Sarjana Pendidikan. Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri. Pembimbing Utama Riski Putra Ayu Distira, M.Pd. dan Pembimbing Pendamping 2 Dr. Yunita Dwi Setyoningsih, S.Psi., M.Pd.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, *Role Playing*, *Self Control*

Self control rendah merupakan suatu keadaan siswa yang belum bisa mengendalikan dirinya sesuai keadaan dalam berbagai hal, utamanya kegiatan belajar di sekolah, yakni mengoperasikan *smartphone*, sehingga akan menghambat pencapaian belajar baik akademik maupun non akademik. Diperlukan tingkat *self control* yang tinggi untuk mengoptimalkan pencapaian belajar. Model layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* dapat efektif meningkatkan *self control*. Tujuan penelitian ini adalah bisa meningkatkan *self control* siswa dan bisa diterapkan di kehidupan sehari-hari untuk berubah menjadi perilaku baik. Penelitian ini menggunakan metode *pre-eksperimen designs* dengan uji efektifitas *designs one-group pretest-posttest*. Uji ahli instrumen dilakukan oleh 2 pakar keilmuan bimbingan konseling. Disebarkan pada siswa kelas VII SMPN MT Bojonegoro dengan jumlah sampel 29 responden. Pengumpulan data menggunakan instrumen *self control*, teknik *purposif sampling* untuk memilih satu kelompok (9 siswa) dari 29 siswa sebagai pemberian treatment bimbingan kelompok teknik *role playing*. Analisis dalam penelitian ini menggunakan statistik *parametik* dengan melalui uji *paired sample two test*. Hasil dari nilai rata-rata *pre-tes* adalah 43% dengan kategori rendah dan hasil *pre-tes* mendapat 78%. Nilai tersebut menunjukkan bahwa ada peningkatan *self control* dalam pemberian *treatment*. Untuk uji normalitas mendapat nilai sig 0,065 yang artinya data penelitian ini berdistribusi normal karena $> 0,05$. Hasil uji homogenitas mendapatkan nilai 0,332 yang artinya berdistribusi homogen karena nilai sig Based on Mean $> 0,05$. Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji *paired sample t-test* yang mendapat nilai sig 0,032 yang artinya ada peningkatan pada teknik *role playing* dalam bimbingan kelompok terhadap *self control*. Berdasarkan hasil penelitian ini disarankan bagi peneliti selanjutnya mengembangkan media bimbingan terkait *self control*, membuat media yang lebih menarik dan kreatif lagi agar konseli bisa mengingat dan bisa menambah wawasan konseli. Selanjutnya bagi guru bimbingan dan konseling profesional dapat menggunakan model layanan bimbingan kelompok dengan teknik *role playing* untuk meningkatkan *self control* konselin

DAFTAR ISI

<u>HALAMAN SAMPUL</u>	ii
<u>HALAMAN SAMPUL DALAM</u>	ii
<u>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN</u>	iii
<u>HALAMAN PERSETUJUAN</u>	iv
<u>HALAMAN PENGESAHAN</u>	v
<u>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</u>	vi
<u>KATA PENGANTAR</u>	vii
<u>ABSTRACT</u>	ix
<u>ABSTRAK</u>	x
<u>DAFTAR ISI</u>	xi
<u>DAFTAR GAMBAR</u>	xiv
<u>DAFTAR DIAGRAM</u>	xv
<u>DAFTAR TABEL</u>	xvi
<u>DAFTAR LAMPIRAN</u>	xvii
<u>BAB I. PENDAHULUAN</u>	1
<u>1.1 Latar Belakang Masalah</u>	1
<u>1.2 Rumusan Masalah</u>	7
<u>1.3 Tujuan Penelitian</u>	8
<u>1.4 Batasan Masalah</u>	8
<u>1.5 Manfaat Penelitian</u>	8
<u>1.5.1 Manfaat Teoritis</u>	8
<u>1.5.1 Manfaat Praktis</u>	8
<u>1.6 Asumsi</u>	9
<u>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA DAN DASAR TEORI</u>	10
<u>2.1 KAJIAN TEORI</u>	10
<u>2.1.1 Self Control</u>	10
<u>2.1.1.1 Pengertian Self Control</u>	10
<u>2.1.1.2 Aspek-Aspek Self Control</u>	11
<u>2.1.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Self Control</u>	12
<u>2.1.1.4 Langkah-Langkah Strategi Self Control</u>	13

<u>2.1.1.5 Fungsi <i>Self Control</i></u>	15
<u>2.1.1.6 Manfaat <i>Self Control</i></u>	16
<u>2.1.2 Bimbingan Kelompok</u>	17
<u>2.1.2.1 Pengertian Bimbingan Kelompok</u>	17
<u>2.1.2.2 Tujuan Bimbingan Kelompok</u>	18
<u>2.1.2.3 Asas-Asas Bimbingan Kelompok</u>	20
<u>2.1.2.4 Manfaat Bimbingan Kelompok</u>	21
<u>2.1.2.5 Tahap Pelaksanaan Bimbingan Kelompok</u>	22
<u>2.1.2.6 Komponen Dalam Bimbingan Kelompok</u>	24
<u>2.1.3 Teknik <i>Role Playing</i></u>	26
<u>2.1.3.1 Pengertian <i>Role Playing</i></u>	26
<u>2.1.3.2 Tujuan <i>Role Playing</i></u>	28
<u>2.1.3.3 Langkah-Langkah Pelaksanaan <i>Role Playing</i></u>	29
<u>2.1.3.4 Manfaat <i>Role Playing</i></u>	32
<u>2.2 Penelitian Releven Terdahulu</u>	33
<u>2.3 Keterkaitan Bimbingan Kelompok dengan <i>self control</i></u>	37
<u>2.4 Kerangka Berfikir</u>	39
<u>2.5 Hipotesis</u>	41
<u>BAB III.METODE PENELITIAN</u>	42
<u>3.1 Jenis Penelitian Dan Rancangan Penelitian</u>	42
<u>3.2 Lokasi Penelitian</u>	43
<u>3.3 Populasi dan Sampel</u>	44
<u>3.3.1 Populasi</u>	44
<u>3.3.2 Sampel</u>	44
<u>3.4 Variabel Penelitian Dan Definisi Operasional</u>	45
<u>3.4.1 Variabel</u>	45
<u>3.4.2 Definisi Operasional</u>	46
<u>3.5 Instrumen Penelitian</u>	47
<u>3.6 Teknik Pengumpulan Data</u>	50
<u>3.7 Teknik Analisis Data</u>	50
<u>3.7.1 Uji Normalitas</u>	51
<u>3.7.2 Uji Homogenitas</u>	51
<u>3.7.3 Uji Hipotesis</u>	51

3.7.4 Uji t	51
3.7.5 Uji Validitas	52
3.7.6 Uji Reliability	52
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	53
4.1 <u>Persiapan Dan Pelaksanaan Penelitian</u>	53
4.1.1 <u>Persiapan Penelitian</u>	53
4.1.2 <u>Penyusunan Alat Ukur</u>	53
4.2 <u>Pelaksanaan Uji Coba Skala</u>	55
4.2.1 <u>Uji Validitas</u>	55
4.2.2 <u>Uji Reliability</u>	57
4.3 <u>Pelaksanaan Penelitian</u>	58
4.4 <u>Uji Efektivitas</u>	59
4.4.1 <u>Hasil Pre-Tes Dan Posttes</u>	59
4.4.2 <u>Uji Normalitas</u>	61
4.4.3 <u>Uji Homogenitas</u>	62
4.5 <u>Analisis Data Penelitian</u>	62
4.5.1 <u>Uji T-Test</u>	62
4.6 <u>Pembahasan</u>	63
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	72
5.1 <u>Kesimpulan</u>	72
5.2 <u>Saran</u>	72
5.2.1 <u>Bagi Konseli</u>	72
5.2.2 <u>Bagi Sekolah</u>	72
5.2.3 <u>Bagi Peneliti Selanjutnya</u>	73
DAFTAR PUSTAKA	74

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.2 Kerangka Berfikir	40
Gambar 1.4 Hasil Uji Reliabilitas	57
Gambar 2.4 Hasil Uji Normalitas	61
Gambar 3.4 Hasil Uji Homogenitas	62
Gambar 4.4 Hasil Uji Paired Sampel T-Test	63



UNUGIRI

DAFTAR DIAGRAM

[Diagram 1.4 Perbedaan *Pre-Test* Dan *Post-Test*.....](#) 60



DAFTAR TABEL

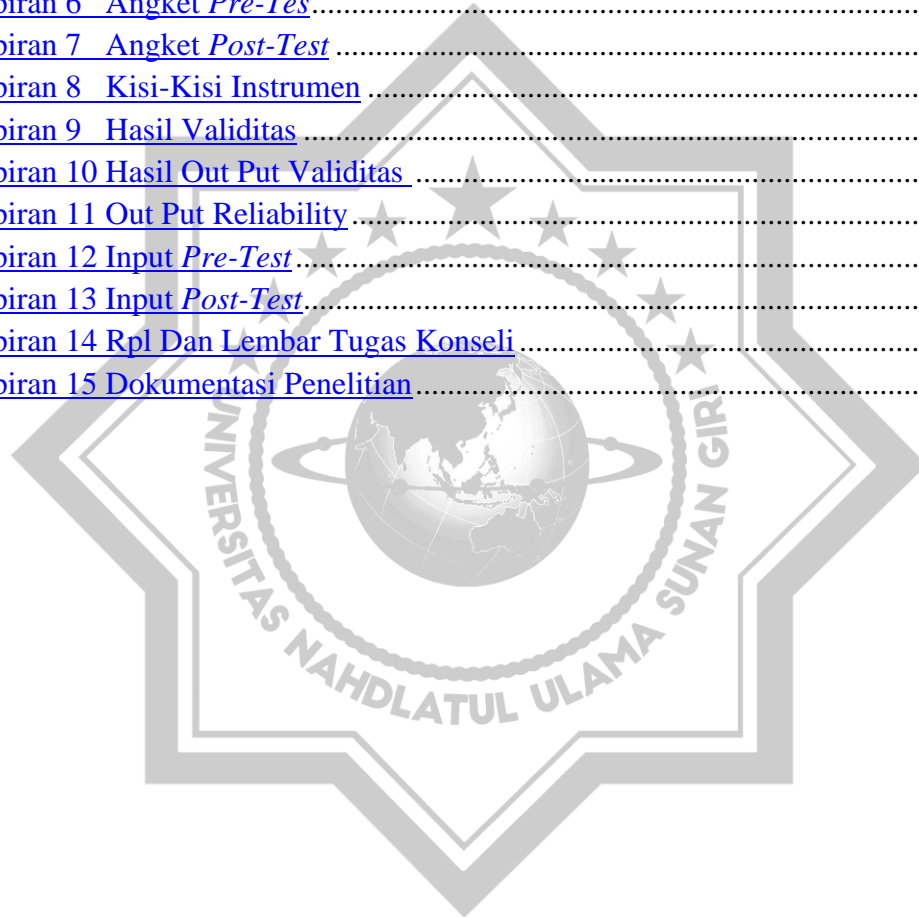
Tabel 1.3 Rancangan Penelitian	43
Tabel 2.3 Jawaban Angket	48
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Instrumen	50
Tabel 4.4 Pernyataan Instrumen	55
Tabel 5.4 Hasil Uji Validitas	57
Tabel 6.4 Hasil Uji Reliabilitas	57
Tabel 7.4 Hasil <i>Pre-Test</i> Dan <i>Post-Test</i>	59



UNUGIRI

DAFTAR LAMPIRAN

lampiran 1 Surat Izin Penelitian	77
Lampiran 2 Surat Balikan Dari Sekolah	78
Lampiran 3 Uji Ahli 1	79
Lampiran 4 Uji Ahli 2	82
Lampiran 5 Formulir Perbaikan Proposal Skripsi	84
Lampiran 6 Angket <i>Pre-Test</i>	84
Lampiran 7 Angket <i>Post-Test</i>	92
Lampiran 8 Kisi-Kisi Instrumen	96
Lampiran 9 Hasil Validitas	98
Lampiran 10 Hasil Out Put Validitas	101
Lampiran 11 Out Put Reliability	107
Lampiran 12 Input <i>Pre-Test</i>	109
Lampiran 13 Input <i>Post-Test</i>	109
Lampiran 14 Rpl Dan Lembar Tugas Konseli	111
Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian	151



UNUGIRI



UNUGIRI