

PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nafisah Ainur Rohmah

Nim : 3320180122

Prodi : Bimbingan dan konseling

Menyatakan bahwa skripsi ini yang berjudul “ pengembangan model teknik psikodrama untuk meningkatkan *self esteem* siswa SMA” merupakan benar-benar hasil karya sendiri dan bebas plagiat, dan apabila dikemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan yang berlaku di universitas nahdlatul ulama sunan giri.



UNUGIRI

Bojonegoro, 30 September 2022



Nafisah Ainur Rohmah

3320180122

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Nafisah Ainur Rohmah
NIM : 3320180122
Judul : Pengembangan Model Teknik Psikodrama untuk
Meningkatkan *Self Esteem* Siswa SMA

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

Bojonegoro, 6 September 2022



HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Nafisah Ainur Rohmah

NIM : 3320180122

Judul : Pengembangan Model Teknik Psikodrama untuk Meningkatkan
Self Esteem Siswa SMA.

Telah dipertahankan dihadapan penguji pada tanggal 23 September 2022

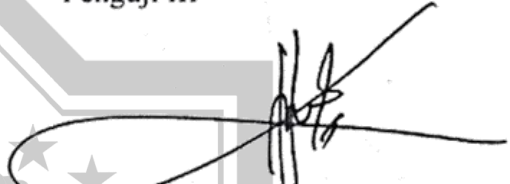
Dewan Penguji

Penguji I



Zeti Novitasari, M. Pd
NIDN. 0711118702

Penguji III



Vesti Dwi Cahyaningrum, M. Pd
NIDN. 0715049401

Penguji II



Dr. Hj. Ifa Khoiria Ningrum, SE., MM
NIDN. 0709097805

Penguji IV



Ulvina Rachmawati, M. Pd
NIDN. 0705069006

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu

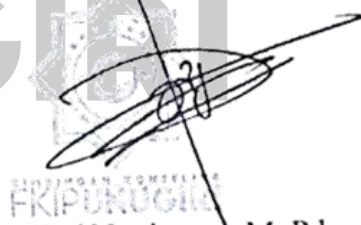
Pendidikan



Asrid Chandra Sari, M. Pd
NIDN. 0721059101

Mengetahui,

Ketua Program Studi Bimbingan
dan Konseling



Zeti Novitasari, M. Pd
NIDN. 0711118702

MOTO DAN PERSEMBAHAN

Kamu tidak harus hebat untuk memulai tapi harus memulai untuk menjadi hebat

(Penulis)

(THE BEST QUOTES)

Guru sejati bukanlah orang yang engkau dengar sebatas dari lisannya saja, tapi dia adalah seseorang yang menjadi tempatmu didalam mengambil hikmah dan akhlaq.

(Al-imam ibnu athoillah al-askandary Ra)

Jadilah manusia paling baik disisi Allah SWT, Jadilah manusia paling buruk dalam pandangan dirimu, dan jadilah manusia biasa dihadapan orang lain.

(Ali bin Abi Tholib)

Jangan membandingkan diri sendiri dengan orang lain akan tetapi bandingkan dengan diri sendiri dihari yang lalu dan jadilah aku yang lebih baik dari hari lalu.

(Taehyun-TXT)

Sumber kehidupan kita adalah hati. Bilamana hatinya baik, maka perbuatan dan akhlaqnya juga akan baik.

(KH. Kafabihi Mahrus)

Kita tidak mungkin menyenangkan semua orang, namun kita bisa menghindarkan diri dari menyakiti orang.

(KH A Musthofa Bisri)

Life is a sculpture you make when you make mistakes and learn from them.

(RM-BTS)

Berhentilah menghakimi masa lalu seseorang, lebih baik berdirilah disampingnya, dan bantu dia memperindah masa depannya.

(Najwa shihab)

PERSEMBAHAN

- ❖ Untuk diri sendiri yang telah bertahan dan selalu berjuang sampai dititik ini, terimakasih sudah menjadi super hero untuk diri sendiri, terimakasih selama ini usaha dan upayamu memiliki hasil dan terimakasih ternyata selama ini kamu mampu melewati berbagai rintangan dan mampu bertahan.
- ❖ Untuk kedua orang tua, teruntuk Bapak saya Munarto yang tak terhingga sayangnya untuk anak-anaknya dan salah satu penyemangat saya menyelesaikan skripsi dengan bantuan doanya, dan ibunda tercinta Sutini yang selalu menjadi pendorong semangat saya untuk menyelesaikan skripsi ini. Dan teruntuk mereka berdua terimakasih sudah bersusah payah serta bekerja keras dengan mencururkan keringat yang tak henti-henti sampai detik ini dan selalu mendoakan yang terbaik demi keberhasilan dan kesuksesan anaknya.
- ❖ Teruntuk adik saya Ahmad tolhah yang selalu memberi support dan mendoakan saya dari jauh, terimakasih sudah menjadi adik yang selalu sayang dan selalu berada terdepan ketika saya dititik akan menyerah.
- ❖ Untuk keluarga dan teman saya Nurul hidayah, Silvy agla venia N.M, Siti nur hidayah yang telah membantu dan memberikandukungan yang banyak serta petuah selama proses penyusunan skripsi ini.

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 skripsi dengan judul “PENGEMBANGAN MODEL TEKNIK PSIKODRAMA DALAM MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* SISWA SMA .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 .

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. Bapak K. M. Jauharul Ma'arif, M.Pd.I selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
2. Ibu Astrid Chandra Sari, S.Pd., M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
3. Ibu Zeti Novitasari M.Pd., selaku Ketua Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.
4. Ibu Vesty Dwi Cahyaningrum, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing 1 atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan.
5. Ibu Ulvina Rachmawati, 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, yang telah memberikan ilmunya kepada penulis.
7. Seluruh Staff dan Tata Usaha Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri yang telah membantu saya dari awal perkuliahan hingga ujian proposal skripsi.

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 2018 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, 6 September 2022

Penulis



UNUGIRI

ABSTRACT

Ainur rohmah . , nafisah , 2022 .The development of a guide psychodrama techniques to improve self esteem is high school student in .A thesis, a course of study guidance and counseling the teaching and education the university is sunan giri nahdlatul ulama .Vesti dwi cahyaningrum main mentor, when a companion ulvina rachmawati M.Pd , M.Pd.

Key word : *psychodrama, self esteem, studen of SMA.*

High school students in general are, during adolescence in this case most of high school students have low self esteem. Self esteem is a belief in individual thought that he means, and can develop their talents to more advanced, this means that students who have low self esteem and can describe. evaluate themselves wellThe purpose of this research is to develop a guide model psychodrama techniques to improve students self esteem. Psychodrama technique is one of the techniques that could change individual behavior with the help of. .Engineering psycodrama conducted every 90 minutes in his meeting. On the analysis of questionnaires distributed at three schools in several districts in the bojonegor regency is 3 students who have low self esteem with percentile 5,34 %.54 students who have low levels of self esteem with percentile 72 %.7 students who have tisenlf esteem high with percentile 9,34 %.11 students who met with the percentage of low self esteem 9,34 %.

The result of a book these guidelines have been through three test namely expert testing and counseling, expert guidance the media experts and test it expert users. product candidatesAccording to the test of judgment such expert research techniques that guide psikodrama very useful to increase self esteem. high school studentsThree of the assessment test the people there is the conclusion that the guide book psikodrama, interes, worth, technique appropriate and can be used as a guide to the school counselor. high school.

ABSTRAK

Ainur Rohmah., Nafisah, 2022. Pengembangan panduan teknik psikodrama untuk meningkatkan self esteem siswa SMA di Bojonegoro. Skripsi, Program studi bimbingan dan konseling fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas Nahdlatul ulama sunan giri Bojonegoro. Pembimbing utama Vesti Dwi Cahyaningrum,M.Pd dan pembimbing pendamping Ulvina Rachmawati, M.Pd.

Kata kunci: teknik psikodrama, *self esteem*, siswa SMA

Siswa SMA pada umumnya berada pada masa remaja, pada masa ini sebagian besar siswa SMA memiliki *self esteem* yang rendah. *Self esteem* merupakan suatu kepercayaan dalam diri individu yang menganggap bahwa dirinya berarti, dan dapat mengembangkan bakatnya untuk lebih maju, ini berarti siswa yang memiliki *self esteem* rendah tidak bisa menggambarkan dan mengevaluasi dirinya dengan baik. Tujuan penelitian ini adalah mengembangkan sebuah panduan model teknik psikodrama untuk meningkatkan *self esteem* siswa. Teknik psikodrama ini merupakan salah satu teknik yang mampu merubah tingkah laku individu dengan bantuan dirinya sendiri. Teknik psikodrama dilakukan 90 menit pada setiap pertemuannya. Pada hasil analisis kuisioner yang dibagikan pada tiga sekolah di beberapa kecamatan di kabupaten Bojonegoro terdapat 3 siswa yang memiliki *self esteem* rendah dengan tingkat prosentase 5,34%. 54 Siswa yang memiliki tingkat *self esteem* rendah dengan prosentase 72%. 7 siswa yang memiliki *self esteem* tinggi dengan prosentase 9,34%. 11 siswa yang memiliki *self esteem* rendah dengan prosentasi 9,34%.

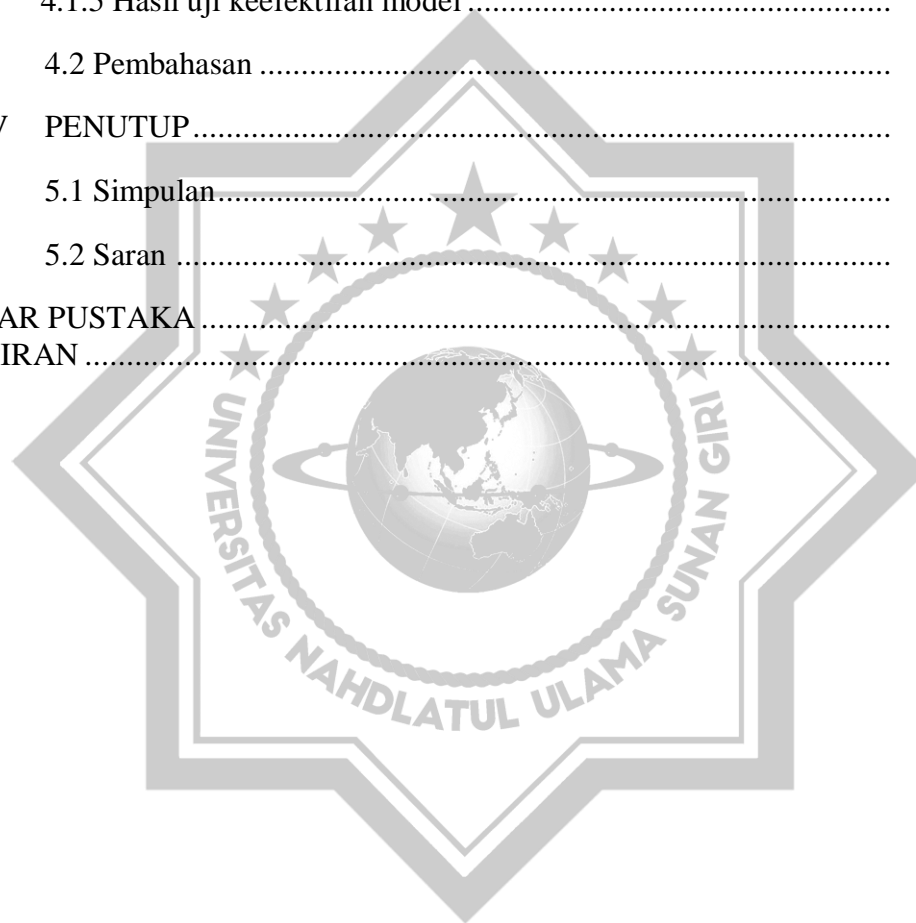
Hasil dari buku panduan ini telah melewati tiga uji ahli yaitu uji ahli bimbingan dan konseling, uji ahli media dan uji ahli calon pengguna produk. Berdasarkan hasil dari penilaian uji ahli tersebut bahwa panduan penelitian teknik psikodrama sangat berguna untuk meningkatkan *self esteem* siswa SMA. Dari hasil penilaian tiga uji ahli terdapat kesimpulan bahwa buku panduan teknik psikodrama, menarik, layak, tepat guna dan dapat digunakan sebagai panduan untuk konselor sekolah SMA.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN MOTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
ABSTRAK BAHASA INGGRIS.....	x
ABSTRAK BAHASA INDONESIA.....	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR BAGAN.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 belakangang.....	1
1.2 Rumusan masalah.....	6
1.3 Tujuan penelitian.....	6
1.4 Spesifikasi produk yang diharapkan.....	6

1.5 Manfaat penelitian	6
1.6 Asumsi dan keterbatasan penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA&DASAR TEORI	9
2.1 <i>Self esteem</i>	9
2.1.1 Pengertian self esteem	9
2.1.2 Aspek-Aspek <i>self esteem</i>	11
2.1.3 Faktor Pembentuk <i>self esteem</i>	11
2.2 konsep teknik psikodrama.....	13
2.2.1 pengertian psikodrama	13
2.2.2 tujuan psikodrama	14
2.2.3 langkah-langkah psikodrama	14
2.2.3 Hubungan <i>self esteem</i> dan psikodrama	16
2.3 Kerangka Konseptual.....	18
2.4 Hipotesis	18
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	20
3.1 Jenis penelitian.....	20
3.2 Prosedur penelitian.....	20
3.3 Jenis data	27
3.4 Definisi oprasional	27
3.5 Instrumen pengumpulan data.....	28
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	32
4.1 Hasil penelitian	32
4.1.1 Kebutuhan siswa SMA	32
4.1.2 Kondisi faktual tingkat <i>self esteem</i> siswa SMA.....	32
4.1.2.1 Penanganan tingkat <i>self esteem</i> rendah	33

4.1.2.2 Model faktual teknik psikodrama.....	33
4.1.4 Dsain model hipotetik	36
4.1.4.1 Hasil data kuantitatif uji ahli	38
4.1.4.4 Hasil data kuanlitatif uji ahli	57
4.1.5 Hasil uji keefektifan model	61
4.2 Pembahasan	65
BAB V PENUTUP	66
5.1 Simpulan.....	66
5.2 Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN	71



UNUGIRI

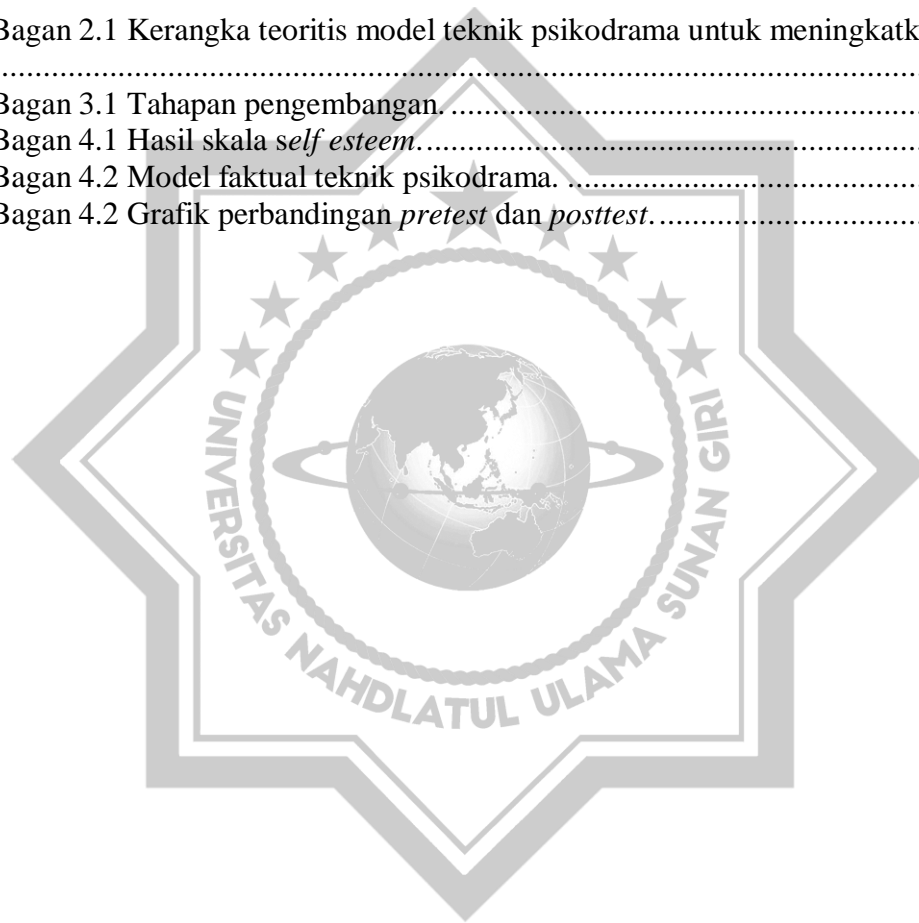
DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen Skala <i>self esteem</i>	23
Tabel 3.2 skala interpretasi hasil perhitungan skala <i>self esteem</i>	24
Tabel 3.3 rumus menghitung total skor.....	24
Tabel 3.4 rumus menghitung sampel survei.....	25
Tabel 3.5 makna skala penilaian akseptabilitas.....	29
Tabel 3.6 kriteria untuk menentukan presentase	30
Tabel 4.1 Hasil Kesepakatan Ahli Bimbingan Dan Konseling Tentang Aspek Kegunaan (Utility) Panduan model Teknik psikodrama	37
Tabel 4.2 Hasil Kesepakatan Ahli Bimbingan Dan Konseling Tentang Kelayakan (Feability) Panduan model Teknik psikodrama.	44
Tabel 4.3 Hasil Kesepakatan Ahli Bimbingan Dan Konseling Tentang Ketepatan Panduan model Teknik psikodrama	45
Tabel 4.4 Hasil Kesepakatan Ahli Media Tentang Aspek Kemenarikan Panduan model Teknik psikodrama.....	46
Tabel 4.5 hasil penilaian calon pengguna produk terhadap aspek kegunaan (utility) model teknik psikodrama	49
Tabel 4.6 hasil penilaian calon pengguna produk terhadap aspek ketepatan (feasibility) model teknik psikodrama.....	55
Tabel 4.7 Hasil penilaian calon pengguna produk terhadap aspek kelayakan (accuracy) model teknik psikodrama.....	55
Tabel 4.8 Data Kualitatif hasil uji Ahli Bimbingan dan Konseling.....	56
Tabel 4.9 Data Kualitatif hasil uji Ahli Media	58
Tabel 4.10 Data kualitatif hasil uji calon pengguna produk	59
Tabel 4.11 Data perbandingan <i>pretest dan posttest</i>	60
Tabel 4.12 Data uji normalitas	62

Tabel 4.13 Data uji wilcoxon62

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka teoritis model teknik psikodrama untuk meningkatkan <i>self esteem</i>	18
Bagan 3.1 Tahapan pengembangan.....	21
Bagan 4.1 Hasil skala <i>self esteem</i>	32
Bagan 4.2 Model faktual teknik psikodrama.	34
Bagan 4.2 Grafik perbandingan <i>pretest</i> dan <i>posttest</i>	61



UNUGIRI

DAFTAR LAMPIRAN

1. Instrumen skala <i>self esteem</i>	71
2. Surat tanda observasi	73
3. Dokumentasi penyebaran angket <i>self esteem</i>	76
4. Hasil validasi skala <i>self esteem</i>	77
5. Hasil reabilitas skala <i>self esteem</i>	79
6. Hasil uji validasi isi instrumen	81
7. Hasil Survey Skala <i>self esteem</i> Siswa SMA / MA Kota Bojonegoro	104
8. Hasil Uji ahli.....	107

UNUGIRI