

PERNYATAAN KEASLIAN KEPENULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fahma Lucky Nur Wahyu S

NIM : 3320190280

Prodi : Bimbingan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengembangan Model Dukungan Teman Sebaya Berbasis *Interactive Digital Storytelling* (IDS) Untuk Mereduksi *Social Anxiety* Pada Atlet Pagar Nusa Bojonegoro” benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan bebas plagiat, dan apabila di kemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri Bojonegoro.

Bojonegoro, 30 Agustus 2023



10000
MERKAL
TEMPEL
DIDAKX602279686

Fahma Lucky Nur Wahyu S

3320190280

UNUGIRI

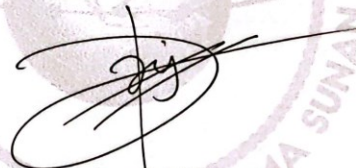
HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Fahma lucky Nur Wahyu S
NIM : 3320190280
Judul : Pengembangan Model Bantuan Teman Sebaya
Berbasis *Interactive Digital Storytelling* (IDS)
untuk Mereduksi *Social Anxiety* pada Atlet Pagar
Nusa Bojonegoro

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

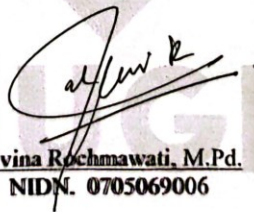
Bojonegoro, 11 September 2023

Pembimbing I



Zeti Novitasari, M.Pd.
NIDN. 0711118702

Pembimbing II



Ulvina Rochmawati, M.Pd.
NIDN. 0705069006

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Fahma Lucky Nur Wahyu S.

NIM : 3320190280

Judul : Pengembangan Model Dukungan Teman Sebaya Berbasis *Interactive Digital Storytelling* (IDS) untuk Mereduksi *Social Anxiety* pada Atlet Pagar Nusa Bojonegoro.

Telah dipertahankan di hadapan penguji pada tanggal 13 September 2023.

Dewan Penguji

Penguji I



Agus Afriliyanto, M. Pd

NIDN : 0716048904

Penguji III



Zeti Novitasari, M. Pd

NIDN : 0711118702

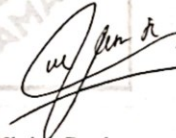
Penguji II



Dr. H. Ridlwan Hambali, Lc, MA.

NIDN : 2117056803

Penguji IV



Ulvina Rachmawati, M. Pd

NIDN : 0705069006

- Mengetahui,

Dewan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Astrid Chandra Sari, M. Pd.

NIDN : 0721059101

- Mengetahui,

Ketua Program Studi



Vesti Dwi Cahyaningrum, M. Pd

NIDN : 0715049401

MOTTO

لا غالب الا بالله

(La Gholiba Illa Billah)

Artinya : “Tidak ada kemenangan kecuali dengan pertolongan Allah”.

(Prof. H. Suharbillah, S.H., LLT)



UNUGIRI

PERSEMBAHAN

1. Untuk diriku sendiri yang telah berusaha dan berjuang dengan penuh keyakinan hingga mampu berada pada titik ini.
2. Untuk anakku Khalisa Eka NA, anugerah Tuhan yang telah berjuang berproses bersamaku.
3. Untuk suamiku Boy Eko YK, anugerah Tuhan yang telah kebersamai setiap proses dan perjuanganku.
4. Untuk Bapak dan Ibu serta Bapak dan Ibu mertuaku yang selalu ada dan mendukungku dengan ikhlas.
5. Untuk keluarga besar yang turut mendoakan setiap langkahku.
6. Untuk guru spiritual keagamaan yang senantiasa mengingatkan setiap langkahku.
7. Untuk pelatih yang telah membesarkanku dengan proses yang tidak mudah dan senantiasa bersabar hingga banyak sejarah yang tekah diukir bersama.
8. Untuk Pagar Nusa yang menjadi semangat dan motivasi berkhidmat di Nahdlatul Ulama.
9. Untuk Nahdlatul Ulama yang telah menjadi ruang untuk belajar dan berproses.
10. Untuk almarhum R. Hakim, guru sastra dan kebudayaan yang telah memberikanku banyak pelajaran kehidupan.

UNUGIRI

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa. Atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul " Pengembangan Model Dukungan Teman Sebaya Berbasis *Interactive Digital Storytelling (IDS)* untuk Mereduksi *Social Anxiety* pada Atlet Pagar Nusa Bojonegoro". Proposal skripsi ini disusun dan diajukan untuk memenuhi syarat perolehan gelar S1 pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan di Universitas Nahdhlatul Ulama Sunan Giri. Disamping itu, penulisan proposal skripsi ini juga bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada pembaca.

Dalam proposal skripsi ini, penulis banyak mendapat bimbingan, nasehat, masukan, saran dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. M. Jauharul Ma'arif, M.Pd.I., selaku Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
2. Astrid Chandra Sari, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
3. Vesti Dwi Cahyaningrum, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Bimbingan Konseling.
4. Zeti Novitasari, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Akademik (DPA) dan selaku pembimbing utama penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ulvina Rachmawati, M.Pd. selaku pembimbing kedua penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
7. Seluruh sahabat Unit Kegiatan Mahasiswa Pagar Nusa Universitas Nahdhlatul Ulama Sunan Giri.

Semoga Allah SWT memberikan pahala yang berlimpah atas segala bentuk dukungan yang diberikan kepada penulis. Selain itu penulis juga berharap agar proposal skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca dari berbagai kalangan. Penulis mengucapkan permohonan maaf jika proses penyusunan proposal skripsi

banyak melakukan kesalahan, baik berbentuk lisan maupun tulisan yang dilakukan secara sengaja maupun tidak sengaja.

Bojonegoro, 1 April 2023

Fahma Lucky Nur Wahyu S



UNUGIRI

ABSTRACT

NWS, Fahma Lucky. 2023. Development of a Peer Support Model Based on Interactive Digital Storytelling to Reduce Social Anxiety in Nusa Bojonegoro Fencing Athletes. Thesis, Counseling Guidance Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Nahdlatul Ulama Sunan Giri University. Main supervisor Zeti Novitasari, M.pd, assistant supervisor Ulvina Rachmawati, M.Pd

In competitive athletes, the main factor that influences an athlete's physical condition is mental. When athletes are targeted to get the best results, it actually becomes mental pressure and causes anxiety so that their stamina decreases. The research results showed that the percentage of athletes' Social Anxiety reached 63% (Oktaviani et al., 2021). Meanwhile, athletes also have a high level of Social Anxiety, namely 8.2% in the very high category, 74.6% in the medium category, and 17.2% in the low category. Most athletes often experience Social Anxiety, especially when facing competitions. The impact of Social Anxiety when an athlete is about to compete is a decrease in the athlete's physical, mental and self-confidence. This causes a very drastic decline or the athlete's performance is not optimal and ends in defeat. This research aims to reduce social anxiety in athletes. This research uses a research and development design (R&D). Based on the research results, it was found that the IDS-based peer support model was effective in reducing the social anxiety of Pagar Nusa Bojonegoro athletes. The results of the assessment by guidance and counseling experts, school guidance and counseling practitioners, and potential product users showed that the IDS-based peer support model for reducing social anxiety in Pagar Nusa Bojonegoro athletes could be implemented by counselors.

Keywords : *Peer Support, IDS, Social Anxiety*

ABSTRAK

NWS, Fahma Lucky. 2023. *Pengembangan Model Dukungan Teman Sebaya Berbasis Interactive Digital Storytelling Untuk Mereduksi Social Anxiety Pada Atlet Pagar Nusa Bojonegoro*. Skripsi, Program Studi Bimbingan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri. Dosen pembimbing utama Zeti Novitasari, M.pd, dosen pembimbing pendamping Ulvina Rachmawati, M.Pd

Dalam persaingan atlet factor utama yang memengaruhi kondidi fisik atlet adalah mental. Ketika atlet ditargetkan harus mendapat haisil terbaik, justru menjadi tekanan mental dan mengakibatkan kecemasan sehingga staminanya menurun. Hasil penelitian menunjukkan prosentase *Social Anxiety* atlet mencapai 63% (Oktaviani et al., 2021). Sementara atlet juga memiliki tingkat *Social Anxiety* yang tinggi yaitu berada di 8,2% di kategori sangat tinggi, dan 74,6% di kategori sedang, dan 17,2% di kategori rendah. Sebagian besar atlet sering mengalami *Social Anxiety* terutama saat menghadapi pertandingan. Dampak *Social Anxiety* pada saat atlet akan bertanding adalah penurunan fisik, mental dan kepercayaan diri pada atlet tersebut. Hal itu membuat penurunan yang sangat drastis atau perfoma atlet menjadi tidak maksimal dan berakhir dengan kekalahan. Penelitian ini bertujuan untuk mereduksi *social anxiety* pada atlet. Penelitian ini menggunakan desain penelitian dan pengembangan atau *Research and Development (R&D)*. Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa model dukungan teman sebaya berbasis IDS efektif dalam mereduksi *social anxiety* atlet Pagar Nusa Bojonegoro. Hasil penilaian uji ahli BK, ahli praktisi BK sekolah, dan calon pengguna produk diperoleh bahwa model dukungan teman sebaya berbasis IDS untuk mereduksi *social anxiety* atlet Pagar Nusa Bojonegoro dapat diimplementasikan oleh konselor.

Kata Kunci : Dukungan Teman Sebaya, IDS, *Social Anxiety*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN KEPENULISAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
HALAMAN PERSETUJUAN	ix
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.5 Spesifikasi Produk yang diharapkan	4
1.6 Asumsi dan Batas Pengembangan.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA, DAN DASAR TEORI	6
2.1 Kajian Teori.....	6
2.1.1 <i>Social Anxiety</i>	6
2.1.2 Dukungan Teman Sebaya.....	13
2.1.3 <i>Interactive Digital Storytelling (IDS)</i>	20
2.1.4. Model Dukungan Teman Sebaya Berbasis <i>Interactive Digital Storytelling (IDS)</i> untuk Mereduksi <i>Social Anxiety</i> Atlet Puslatcab Bojonegoro	23
2.2 Hasil Penelitian Yang Relevan	25
2.3 Kerangka Berfikir.....	27
BAB III METODE PENELITIAN	31
3.1 Jenis Penelitian	31
3.2 Prosedur Penelitian Pengembangan	32
3.2.1 Tahap 1 : Studi Pendahuluan (<i>Pra Survey</i>)	33

3.2.2 Tahap 2 : Merumuskan Model Hipotetik	33
3.2.3 Tahap 3 Uji Kelayakan Model Hipotetik	34
3.2.4 Tahap 4 Model Hipotetik.....	34
3.2.5 Tahap 5 Uji Efektifitas	34
3.2.6 Tahap 6 Model Menyusun Produk	35
3.3 Jenis Data.....	35
3.3.1 Data dan Sumber Data.....	35
3.4 Populasi dan Sampel.....	37
3.4.1. Populasi	37
3.5 Defenisi Operasional	38
3.6 Instrumen Pengumpulan Data	39
3.6.1. Wawancara	40
3.6.2. Dokumentasi.....	42
3.6.3. Angket	42
3.6.4. Skala Psikologis.....	42
3.7 Model Analisis Data.....	44
3.7.1. Uji Validitas.....	44
3.7.2. Uji Reliabilitas.....	44
3.7.3. Uji Efektifitas	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN	54
4.1. Hasil Penelitian.....	47
4.1.1. Kebutuhan Atlet Pagar Nusa Bojonegoro atas <i>Interactive Digital Storytelling (IDS)</i> untuk Mereduksi Social Anxiety.....	47
4.1.2. Kondisi Faktual	47
4.1.3. Desain Model Hipotetik	51
4.1.4. Validasi Uji Ahli dan Calon Pengguna	52
4.2. Pembahasan Uji Validitas Ahli	79
4.2.1. Uji Ahli BK	82
4.2.2. Uji Ahli Praktisi BK sekolah.....	82
4.2.3. Uji Ahli Calon Pengguna.....	83
BAB V PENUTUP.....	84
5.1. Simpulan.....	84
5.2. Saran.....	84

5.2.1. Bagi Guru BK.....	84
5.2.2. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	84
DAFTAR PUSTAKA.....	85
LAMPIRAN.....	89



UNUGIRI

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Data dan Sumber Data	40
3.2 Model Pengumpulan Data R&D	44
3.3 Kisi-kisi Pedoman Wawancara	45
3.4 Norma Penilaian	47
3.5 Rumus Tiga Kategori	49
4.1 Hasil skala psikologi <i>social anxiety</i> pada atlet Pagar Nusa Bojonegoro	55
4.2 Hasil penilaian ahli BK terhadap aspek kegunaan (<i>utility</i>) model <i>interactive digital storytelling</i> (IDS).....	60
4.2 kelayakan (<i>feasibility</i>) model panduan dukungan teman sebaya model <i>Interactive digital storytelling</i>	67
4.3 ketepatan (<i>accuracy</i>) model panduan dukungan teman sebaya model <i>Interactive digital storytelling</i> (IDS).....	68
4.5 Hasil Uji Ahli Media Kemenarikan	69
4.6 Hasil penilaian calon pengguna produk terhadap aspek kegunaan (<i>utility</i>) model panduan <i>Interactive digital storytelling</i> (IDS)	73
4.4 kelayakan (<i>fasibility</i>) model <i>Interactive digital storytelling</i> (IDS).....	79
4.8 Hasil Kuantitatif Uji Ahli BK	82
4.9 Hasil Uji Ahli Media.....	82
4.10 Hasil Uji Calon Pengguna.....	84

UNUGIRI

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Berfikir	33
3.1 Prosedur Penelitian	37
4.1 Model Faktual	56



UNUGIRI