

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK PERMAINAN MELALUI MEDIA BALON ESTAFET DALAM
MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK
KELAS VIII SMP NEGERI 15 BANDAR LAMPUNG
TAHUN 2018/2019**

Skripsi

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



oleh:

Rara Exa Anggraini

NPM: 1411080099

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1440 H/2018 M**

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK PERMAINAN MELALUI MEDIA BALON ESTAFET DALAM
MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK
KELAS VIII SMP NEGERI 15 BANDAR LAMPUNG
TAHUN 2018/2019**

Skripsi

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

oleh:

Rara Exa Anggraini

NPM: 1411080099

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I : Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I

Pembimbing II : Iip Sugiharta, M.Si

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN**

LAMPUNG

1440 H/2018 M

ABSTRAK

PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK PERMAINAN MELALUI MEDIA BALON ESTAFET DALAM MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 15 BANDAR LAMPUNG TAHUN 2018/2019

Oleh:

Rara Exa Anggraini

Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya peserta didik yang memiliki rasa percaya diri yang rendah. Pada dasarnya peserta didik memiliki proses pengembangan diri yang harus terus berkembang dengan baik, maka dari itu peserta didik harus memiliki rasa percaya diri agar tampil dengan sosok yang penuh percaya diri dikehidupannya. Sehingga perlu dilakukan penelitian dengan judul pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik permainan melalui media balon estafet dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VIII SMPN 15 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019. Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk meningkatkan rasa percaya diri peserta didik.

Jenis penelitian kuantitatif eksperimen yaitu yang dilakukan dengan pemberian perlakuan tertentu terhadap subjek yang bersangkutan dengan menggunakan *Experimental Control Group Design (pretest-posttest)*. Sampel yang digunakan sebanyak 20 peserta didik kelas VIII A dan B SMPN 15 Bandar Lampung yang memiliki rasa percaya diri rendah. Konseling kelompok dengan teknik permainan baln estafet dilakukan sebanyak 3 kali. Subjek diobservasi sebanyak 2 kali (*pretest-posttest*).

Hasil menunjukkan rata-rata N-gain dari kelompok eksperimen 0,36 dalam kategori sedang dan kelompok kontrol 0,19 dalam kategori rendah. Hasil uji *wilcoxon* nilai $Z_{hitung} -2,073 > Z_{tabel} -1,645$ dan nilai sig. $0,038 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti layanan konseling kelompok dengan teknik permainan melalui media balon estafet berpengaruh dalam meningkatkan rasa percaya diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 15 Bandar Lampung.

Kata Kunci : Konseling kelompok teknik permainan melalui media balon estafet, Rasa percaya diri.



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp (0721)703260

PERSETUJUAN

Judul Skripsi : **Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Permainan Melalui Media Balon Estafet Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 15 Bandar Lampung Tahun 2018/2019**

Nama : **Rara Exa Anggraini**

NPM : **1411080099**

Program Studi : **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

Fakultas : **Tarbiyah dan Keguruan**

MENYETUJUI

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan
Islam UIN RadenIntan Lampung

Pembimbing I

Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I
NIP. 196104011981031003

Pembimbing II

Iip Sugiharta, M.Si
NIP.

Mengetahui

Ketua Prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Andi Thahir, S.Psi,M.A,Ed.D
NIP. 197604272007011015



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. 0721 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul : **PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK PERMAINAN MELALUI MEDIA BALON ESTAFET DALAM MENINGKATKAN RASA PERCAYA DIRI PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP NEGERI 15 BANDAR LAMPUNG TAHUN 2018/2019** disusun oleh : Rara Exa Anggraini NPM 1411080099 Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, telah diujikan dalam Sidang Munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada Hari/Tanggal : Jum'at, 28 Desember 2018.

TIM DEWAN PENGUJI

Ketua	: Dr. Imam Syafei, M.Ag	(.....)
Sekretaris	: Mega Aria Monica, M.Pd	(.....)
Penguji Utama	: Andi Thahir, M.A., Ed.D	(.....)
Penguji Pendamping I	: Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I	(.....)
Penguji Pendamping II	: Iip Sugiharta, M.Si	(.....)

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**

Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd

NIP. 195608101987031001

MOTTO

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ (١٣٩)

Terjemahnya : Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah(pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.

(Alimran: 139)¹.

¹ *Al-Quran dan Terjemahnya*, Diponegoro, Bandung h.50.

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirrobil'alamin, puji syukur kehadiran Allah SWT. Yang telah memberikan kekuatan kepada peneliti untuk dapat menyelesaikan tugas akhir pada perkuliahan ini. Dengan rasa syukur yang tak terhingga, skripsi ini penulis persembahkan untuk:

1. Teruntuk Bapakku Supriyanto dan Ibu Mariyam tersayang dengan segala pengorbanan, ketulusan do'a serta keridhoan ibu dan bapak dalam memberikan motivasi dan dukungan moril maupun material serta tak henti-hentinya memberikan semangat dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Semoga skripsi ini sebagai salah satu wujud baktiku, ungkapan rasa kasih sayang dan sebagai kado keseriusanku membalas jasa mu yang mungkin tidak pernah bisa ku balsakan.
2. Kepada adikku Vika Anggi Pratiwi yang selalu mendo'akan, memberikan semangat dan selalu mengingatkanku untuk selalu berusaha.
3. Kepada UIN Raden Intan Lampung sebagai almamater tempatku menuntut ilmu dan semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi.

RIWAYAT HIDUP

Nama lengkap peneliti Rara Exa Anggraini, yang dilahirkan disuatu desa kecil yaitu desa Lempuyang Bandar, kecamatan Way pengubuan, Lampung tengah. Pada hari Minggu Pahing, 3 Maret 1996. Peneliti merupakan anak pertama dari dua bersaudara dari pasangan Bapak Supriyanto dan Ibu Mariyam.

Peneliti menyelesaikan pendidikan Taman Kanak Kanak Dharmawanita lulus pada tahun 2003, melanjutkan pendidikan tingkat sekolah dasar di SD Negeri 02 Bandar Sakti pada lulus 2009, kemudian melanjutkan pendidikan Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 3 Way pengubuan lulus pada tahun 2012 dan pendidikan Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 1 Terusan Nunyai lulus pada tahun 2014, ketika di bangku Sekolah Menengah Atas peneliti aktif di organisasi ekstrakurikuler PMR dan Tari Saman.

Kemudian peneliti melanjutkan perguruan tinggi pada tahun 2014 dan peneliti diterima sebagai mahasiswi Universitas Raden Intan Lampung, Fakultas Tarbiyah Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam program studi strata 1 (S-1).

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita semua umumnya dan pada saya khususnya sholawat dan salam selalu kami sanjungkan kepada Nabi Agung Nabi Muhammad SAW beserta para sahabat dan keluarganya. Sehingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Layanan Bimbingan Konseling Dengan Teknik Permainan Melalui Media Balon Estafet Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 15 Bandar Lampung”. Dalam penyusunan skripsi ini peneliti telah mendapat bantuan dari banyak pihak untuk hal itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Univeristas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
2. Andi Thahir, M.A.,Ed.D dan Oki Dermawan, M.Pd selaku ketua jurusan prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Isalm Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Oki Dermawan, M.Pd selaku sekretaris prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Drs. H. Badrul Kamil, M.Pd.I sebagai pembimbing I terimakasih banyak atas kesediaannya dalam memberikan bimbingan, saran dan kritik dalam proses penyelesaian skripsi ini.

5. Iip Sugiharta, M.Si. sebagai pembimbing II, terimakasih banyak telah bersedia selalu dalam membimbing dan memberikan arahan serta banyak meluangkan waktunya dalam penyelesaian skripsi skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu dosen program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
7. Bpk. Bambang Sujatmoko, S.Pd. selaku kepala sekolah SMP Negeri 15 Bandar Lampung yang telah mengizinkan peneliti untuk mengadakan penelitian di sekolah ini.
8. Jumilah S.Pd selaku kepala guru Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 15 Bandar Lampung yang telah membantu dan membimbing saya dalam melakukan penelitian diseklah.
9. Sahabat-sahabatku yang luar biasa ketulusannya Novita Nur Hasanah, Siti Widayanti, Risa Dona Tiwi, Rahmad Darmawan, Welvan Areza, Puri Aprillia, Alittyta, Aprinawati, Destriana dan Oktarina Wulandari. Penulis bersyukur telah dipertemukan dengan sahabat seperti kalian, terima kasih atas waktu yang selalu ada saat sulit, selalu membantu dan memotivasi untuk terus bersemangat. Semoga kita dipertemukan pada kesuksesan yang selalu kita impikan di masa depan.
10. Bimbingan dan Konseling kelas B angkatan 2014, semoga silaturahmi kita tetap terjaga sampai nanti, serta dipermudah dalam segala urusan penyelesaian tugas akhir ini, dan untuk adik-adik tingkat BK, semoga kalian segera menyusul dan terus semangat dalam mengejar cita-cita.

11. Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, namun penulis berharap semoga karya yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.

Bandar Lampung, 20 Desember 2018

Penulis,

Rara Exa Anggraini
NPM. 141108099

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identitas Masalah	15
C. Pembatasan Masalah	15
D. Rumusan Masalah	15
E. Tujuan dan Manfaat Penelitian	16
F. Ruang Lingkup Penelitian	18
BAB II LANDASAN TEORITIS/TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konseling Kelompok Dengan Teknik Permainan	19
1. Pengertian Konseling Kelompok	19
2. Tahap-tahap Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok	21
3. Teknik Layanan Konseling	23

4. Tujuan dan Manfaat Layanan Konseling Kelompok.....	25
5. Fungsi Layanan Konseling Kelompok	26
6. Teknik Permainan.....	27
7. Fungsi dan Teknik Permainan	30
8. Kelebihan Konseling Kelompok Dengan Teknik Permainan.....	31
9. Cara Membangun Konseling Kelompok Dengan Permainan	32
B. Kepercayaan Diri	34
1. Perkembangan Kepribadian Remaja.....	34
2. Pengertian dan Memahami Pentingnya Percaya Diri	36
3. Karakter Orang yang Percaya Diri.....	39
4. Megatasi Rasa Percaya Diri.....	42
5. Membangun Rasa Percaya Diri	42
6. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Percaya Diri.....	44
C. Pengertian Relevan	46
D. Kerangka Berfikir	49
E. Hipotesis	51

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	52
B. Jenis Penelitian	52
C. Desain Penelitian	53
D. Variabel Penelitian.....	54
E. Definisi Oprasional	54
F. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling	56
G. Teknik Pengambilan Data.....	57
1. Observasi.....	57
2. Dokumentasi	57

3. Wawancara.....	57
4. Angket (<i>Kuesioner</i>).....	58
H. Pengembangan Instrumen Data.....	60
I. Persyaratan Instrumen.....	61
1. Uji Validitas Instrumen.....	61
2. Uji Reabilitas Instrumen.....	62
J. Analisis Data.....	63
1. Uji Normalitas Gain (N-Gain).....	63
2. Uji Hipotesis Statistik.....	64

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi, Waktu dan Subjek Penelitian.....	66
B. Deskripsi Hasil Data Penelitian.....	67
1. Tahap Pra-Eksperimen.....	67
2. Tahap Eksperimen.....	69
a. Tahap Pemberian <i>Treatment</i> Pertama.....	69
b. Tahap Pemberian <i>Treatment</i> Kedua.....	74
c. Tahap Pemberian <i>Treatment</i> Ketiga.....	78
3. Tahap Setelah Eksperimen.....	82
C. Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	85
1. Pengujian Validasi Kuesioner.....	85
2. Uji Reabilitas Kuesioner.....	87
3. Uji N-Gain.....	89
4. Uji Wilcoxon.....	91
D. Pembahasan.....	92

BAB V KESIMPULAN

A. Kesimpulan 99

B. Saran 100

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Peserta Didik yang Memiliki Percaya Diri Rendah Kelas VIII A SMP Negeri 15 Bandar Lampung (kelompok eksperimen)	8
2. Peserta Didik yang Memiliki Percaya Diri Rendah Kelas VIII B SMP Negeri 15 Bandar Lampung (kelompok eksperimen)	9
3. Pola Desain Penelitian.....	53
4. Definisi Oprasional.....	55
5. Populasi Penelitian	56
6. Sampel penelitian	57
7. Skor Alternatif Jawaban	59
8. Kriteria Percaya Diri	60
9. Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen Penelitian.....	61
10. Klasifikasi N-Gain.....	64
11. Hasil Pretest Subjek Penelitian.....	68
12. Hasil Posttest Kelompok Eksperimen	82
13. Hasil Posttest Kelompok Kontrol.....	83
14. Pebandingan Hasil Pretest Dan Posttest Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	84
15. Kisi-kisi Kuesioner Percaya Diri Peserta Didik.....	85
16. Validasi Item Kuesioner Rasa Percaya Diri Peserta Didik	86
17. Reabilitas Kuesioner Kepercayaan Diri	87
18. Hasil nilai N-Gain Peserta Didik.....	90
19. Hasil Uji Wilcoxon.....	91

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Berfikir.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Kegiatan Penelitian	1
2. Surat Penelitian	5
3. RPL Kelompok Eksperimen	6
4. RPL Kelompok Kontrol.....	15
5. Lembar Keterangan Validasi	24
6. Lembar Validasi Angket Kepercayaan Diri.....	25
7. Angket Kepercayaan Diri	26
8. Data Pretest dan Posttest.....	29
9. Kartu Konsultasi	33