

**PENGARUH KONSELING KOGNITIF *BEHAVIORAL* DENGAN TEKNIK
ROLE PLAYING UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA
KELAS VIII SEKOLAH PENGGERAK SMP N 1 SERIRIT**

PROPOSAL PENELITIAN SKRIPSI



**Diajukan kepada
Universitas Pendidikan Ganesha
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam menyelesaikan
Program Sarjana Pendidikan Bimbingan Konseling
Oleh
Anastasya Dilla Tebina Br Pelawi
NIM 2111011033**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN PSIKOLOGI DAN BIMBINGAN
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA**

2025

SKRIPSI
DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS DAN MEMENUHI SYARAT-SYARAT
UNTUK MENCAPAI GELAR SARJANA PENDIDIKAN

Menyetujui

Pembimbing 1,



Prof. Dr. Nyoman Dantes
NIDK. 8828123419

Pembimbing 2,



Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198605192008122003

Skripsi oleh Anastasya Dilla Tebina Br Pelawi ini

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada tanggal : 28 Mei 2025

Dewan Penguji,



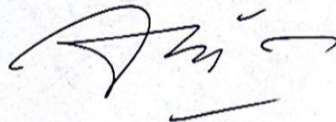
Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198501232008122004

Ketua



Kade Sathya Gita Rismawan, M.Pd
NIP. 199012042022031006

Anggota



Prof. Dr. Nyoman Dantes.
NIDK. 8828123419

Anggota



Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198605192008122003

Anggota

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Ilmu Pendidikan

Universitas Pendidikan Ganesha

Guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

Pada

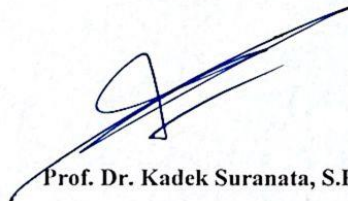
Hari : Rabu

Tanggal : 28 Mei 2025

Mengetahui

Ketua Ujian

Sekretaris Ujian



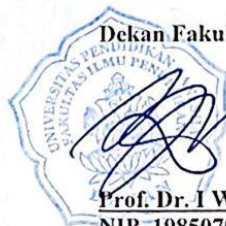
Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198208162008121002



Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd.
NIP. 198501232008122004

Mengesahkan

Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan



Prof. Dr. I Wayan Widiana, S.Pd., M. Pd.
NIP. 198507052010121007

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul **“Pengaruh Konseling Kognitif Behavioral Dengan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VIII Sekolah Penggerak SMP Negeri 1 Seririt”** beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.

Singaraja, 27 Mei 2025

Yang membuat pernyataan



Anastasya Dilla Tebina Br Pelawi

NIM 2111011033

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus/Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh Konseling Kognitif *Behavioral* dengan teknik *role playing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas VIII sekolah penggerak SMP Negeri 1 Seririt”**.

Skripsi ini disusun sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan, fakultas ilmu pendidikan, Universitas Pendidikan Ganesha. Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak dibantu oleh pihak lain. Untuk itu, melalui kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih yang sedalam – dalamnya atas bimbingan, bantuan dan informasinya kepada:

1. Prof. Dr. Nyoman Dantes selaku pembimbing I skripsi penulis yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan, memberikan informasi, membantu, memberikan semangat dan motivasi selama penulisan skripsi ini.
2. Dr. Luh Putu Sri Lestari S.Pd., M.Pd. Selaku Pembimbing II skripsi penulis sekaligus Pembimbing Akademik penulis yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing, mengarahkan, memberi masukan dan semangat selama penulisan skripsi ini
3. Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd. sebagai penguji I skripsi penulis sekaligus sebagai Koor Prodi Bimbingan Konseling, yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, membantu dan mengarahkan penulis selama proses penulisan skripsi ini

4. Kade Satya Gita Rismawan, M.Pd. sebagai penguji II , yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing dan memberi masukan selama penulisan skripsi ini.
5. Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Seririt, yang telah memberikan izin peneliti untuk melaksanakan penelitian di sekolah tersebut.
6. Guru BK SMP Negeri 1 Seririt, yang begitu banyak membantu memberi bimbingan, dan arahan yang sangat membangun selama melaksanakan penelitian di sekolah.
7. Untuk kedua orang tua penulis, bapak dan mamak yang senantiasa mendoakan penulis hingga bisa sampai pada titik sekarang. Memberikan penulis kasih sayang yang penuh, memastikan kenyamanan bagi penulis, selalu mensupport, menjadikan keluarga kita sebagai keluarga yang hangat, dan selalu mengusahakan segalanya untuk penulis. Bapak sampai ketemu di yerusalem baru, tidak sabar rasanya bertemu kembali dan menceritakan kehidupanku tanpa bapak, Tedeh kel teku kam pak. Untuk mamak berumur panjang ya mak, setengah hidupku sudah pergi bersama bapak, kini aku hanya punya setengah hidupku lagi yaitu mamak.
8. Pihak-pihak lain yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang juga telah memberikan bantuan dan semangat untuk penulis selama penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya atas keterbatasan ilmu pengetahuan yang dimiliki, sehingga apa yang tersaji dalam skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, demi kesempurnaan skripsi ini, penulis mengharapkan kritik dan

saran yang konstruktif dari berbagai pihak. Akhirnya dengan segala kerendahan hati, penulis berharap semoga informasi yang terkandung dalam skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Singaraja, 28 Mei 2025



Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	vii
ABSTRACT	vii
PRAKATA	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	9
1.3 Batasan Masalah Penelitian	9
1.4 Rumusan Masalah	10
1.5 Tujuan Penelitian	10
1.6 Manfaat Penelitian	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	13
2.1 Kajian Teori	13
2.1.1 Percaya diri	13
2.1.1.1 Pengertian Percaya diri	13

2.1.1.2 Aspek-aspek percaya diri	17
2.1.1.3 Jenis-jenis percaya diri.....	22
2.1.1.4 Ciri-ciri percaya diri.....	26
2.1.1.5 faktor-faktor yang mempengaruhi percaya diri.....	31
2.1.2 Teknik <i>Role Playing</i>	35
2.1.2.1 Pengertian <i>Role Playing</i> (Bermain Peran)	35
2.1.2.2 Tujuan Teknik <i>Role Playing</i>	39
2.1.2.3 Langkah-langkah pelaksanaan teknik <i>role playing</i>	40
2.1.2.4 Kelebihan dan kekurangan teknik <i>role playing</i>	46
2.1.3 Konseling Kognitif Behavioral	48
2.1.3.1 Pengertian Konseling Kognitif Behavioral	48
2.1.3.2 Tujuan Konseling Kognitif Behavioral.....	49
2.1.3.3 Manfaat Konseling Kognitif Behavioral.....	50
2.1.3.4 Tahap-tahap Konseling Kognitif Behavioral	51
2.1.3.5 Pelaksanaan Konseling Kognitif Behavioral	53
2.1.4 Konseling Kognitif Behavior	55
2.1.4.1 Pengertian Konseling Kognitif Behavior	55
2.1.4.2 Tujuan Konseling Kognitif Behavioral.....	55
2.1.4.3 Tahapan Pelaksanaan Konseling Kognitif Behavioral.....	56
2.2 Penelitian Yang Relevan	58

2.3 Kerangka Berfikir.....	61
2.4 Hipotesis Penelitian.....	63
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	64
3.1 Rancangan Penelitian	64
3.2 Lokasi Penelitian.....	66
3.3 Populasi Dan Sampel Penelitian	66
3.4 Operasional Variabel Penelitian.....	69
3.4.1 Variabel Penelitian.....	69
3.4.2 Devinisi Operasional.....	70
3.5 Prosedur Penelitian.....	74
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	76
3.7 Kisi-Kisi Soal.....	78
3.8 Uji Validitas Instrumen.....	81
3.8.1 Uji Validitas Isi	81
3.8.2 Uji Validitas Empiris	84
3.8.3 Uji Reliabilitas	90
3.9 Analisis data	92
BAB VI HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	94
4.1. Persiapan Penelitian	94
4.2. Pelaksanaan Penelitian	95

4.3 Rekapitulasi Data	98
4.4 Uji Hipotesis	100
4.5 Pembahasan Hasil Penelitian	102
4.6 Implikasi.....	111
4.6.1 Implikasi Teoritis	111
4.6.2 Implikasi Praktis	111
4.7 Keterbatasan.....	112
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	113
5.1 Kesimpulan	113
5.2 Saran.....	114
DAFTAR PUSTAKA	116
LAMPIRAN.....	124



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir	65
Gambar 3. 1 Rancangan penelitian.....	47



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Populasi Penelitian.....	67
Tabel 3. 2 Pemberian Skor Kuesioner Berdasarkan Skala Likert (Pernyataan Positif).....	77
Tabel 3. 3 Pemberian Skor Kuesioner Berdasarkan Skala Likert (Pernyataan Negatif)	77
Tabel 3. 4 Kisi-kisi Kuesioner Percaya diri	78
Tabel 3. 5 Kategori Hasil Perhitungan CVI.....	84
Tabel 3. 6 Uji Validitas Empiris	85
Tabel 3. 7 Kisi-kisi Kuesioner Percaya Diri	88
Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas.....	91
Tabel 4. 1 Jadwal Penelitian.....	95
Tabel 4. 2 Kategori Kuesioner	98
Tabel 4. 3 Skor <i>Pretest-Posttest</i>	99
Tabel 4. 4 Hasil Uji Hipotesis.....	101
Tabel 4. 5 Hasil Uji Hipotesis.....	101

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Kepercayaan Diri	124
Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian	150
Lampiran 3. Kegiatan Penelitian.....	152
Lampiran 4. Hasil Pretest.....	154
Lampiran 5. Hasil Posttest	154
Lampiran 6. RPL.....	154
Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian.....	221
Lampiran 8. Surat Tanda Telah Menyelesaikan Penelitian	223

