

**EFEKTIFITAS KONSELING RATIONAL
EMOTIVE BEHAVIOR DENGAN TEKNIK
HOMEWORK ASSIGNMENT TERHADAP
PENINGKATAN PERCAYA DIRI SISWA SMA
DITINJAU DARI JENIS KELAMIN DI SMA
NEGERI 7 DENPASAR**

TESIS



OLEH:

**FRANSISKA FRISKA N.S
2429111008**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING (S2)
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.





- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.

TESIS

DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS DAN MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK MENCAPAI GELAR MAGISTER PENDIDIKAN

Menyetujui

Pembimbing I	Prof. Dr. Nyoman Dantes NIP.8828123419
Pembimbing II	Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd. NIP.198501232008122004



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.

Tesis oleh Fransiska Friska N.S telah dipertahankan di depan tim penguji dan dinyatakan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan di Bimbingan Konseling (S2), Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha
Pada tanggal 18 Juli 2026

Dewan Penguji

Ketua	Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S., Kons. NIP.195703031983032001
Anggota	Prof. Dr. Nyoman Dantes NIP.8828123419
Anggota	Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd. NIP.198501232008122004
Anggota	Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons. NIP.198208162008121002
Anggota	Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd., M.Pd. NIP.198605192008122003

Mengetahui Direktur Program Pascasarjana
Universitas Pendidikan Ganesha,



Prof. Dr. I Nyoman Jampel, M.Pd.

NIP.195910101986031003



- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSrE
- Cetakan dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul "*Efektifitas Konseling Rational Emotive-Behavior dengan Teknik Homework Assignment terhadap Peningkatan Percaya Diri siswa SMA ditinjau dari Jenis Kelamin di SMA Negeri 7 Denpasar*" beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/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.

Denpasar, 21 Juli 2026

Yang membuat pernyataan,



Fransiska Friska N.S

NIM. 2429111008

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat serta karunia-Nya, tesis ini akhirnya dapat terselesaikan dengan baik. Tesis yang berjudul "*Efektivitas Konseling Rational Emotive Behavior dengan Teknik Homework Assignment terhadap Peningkatan Percaya Diri Siswa SMA ditinjau dari Jenis Kelamin di SMA Negeri 7 Denpasar*" disusun sebagai salah satu syarat untuk perolehan gelar Magister pada Program Studi Bimbingan Konseling.

Dalam proses penyusunan, penulis menyadari bahwa keberhasilan ini tidak lepas dari bantuan, dukungan, motivasi, serta bimbingan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa atas penyertaan dan kekuatan yang senantiasa diberikan.
2. Prof. Dr. Nyoman Dantes sebagai Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi dalam penyelesaian tesis ini.
3. Dr. Putu Ari Damayanti, S.Pd., M.Pd. sebagai Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi dalam penyelesaian tesis ini.
4. Kepada SMA Negeri 7 Denpasar yang telah mengizinkan penulis untuk melaksanakan penelitian di SMA Negeri 7 Denpasar.
5. Keluarga tercinta yang selalu mendoakan, mendukung, dan memberi semangat.
6. Seluruh Rekan-rekan yang tidak dapat disebutkan satu per satu atas segala bentuk dukungan dan bantuan.

Penulis menyadari bahwa karya ini masih memiliki keterbatasan dan belum sempurna. Oleh sebab itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan di masa mendatang. Semoga tesis ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang bimbingan konseling.

Denpasar, Juli 2026



Fransiska Friska N.S

DAFTAR ISI

Abstrak	ii
Abstract	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
LEMBAR PENGESAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	7
1.3 Pembatasan Masalah.....	8
1.4 Rumusan Masalah.....	8
1.5 Tujuan Penelitian	9
1.6 Manfaat Penelitian	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	13
2.1 Kajian Teori	13
2.3 Kerangka Pikir	45
2.4 Hipotesis Penelitian.....	47
BAB III.....	48

METODOLOGI PENELITIAN	48
3.1 Jenis Penelitian.....	48
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	49
3.3 Populasi dan Sample Penelitian	50
3.4 Variabel Penelitian.....	53
3.5 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	54
3.6 Validitas dan Reliabilitas Instrumen	67
3.7 Teknik Analisis Data.....	71
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	78
4.1 Hasil Penelitian	78
4.1.1 Deskripsi data.....	78
4.1.2 Uji Prasyarat.....	83
4.1.4 Uji Hipotesis	87
4.2 Pembahasan.....	91
4.3 Keterbatasan.....	112
4.4 Implikasi Penelitian.....	112
BAB V PENUTUP	117
5.1 Kesimpulan	117
5.2 Saran	118
LAMPIRAN	125

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Tabel Kajian Penelitian Relevan	40
Tabel 3. 1 Populasi Siswa Kelas XI SMA Negeri 7 Denpasar tahun pelajaran 2025/2026	49
Tabel 3. 2 Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok <i>Rational Emotive Behavior</i> Teknik <i>Homework Assignment</i>	55
Tabel 3. 3 Kisi-kisi Instrumen Variabel Percaya diri	66
Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas Kuesioner.....	69
Tabel 3. 5 Derajat Reliabilitas	750
Tabel 3. 6 Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner.....	71
Tabel 3. 7 Analisis Ragam Klasifikasi Dua Arah.....	75
Tabel 4. 1 Statistik Deskriptif <i>Pretest</i> Percaya Diri Berdasarkan Jenis Kelamin dan Kelompok Penelitian	78
Tabel 4. 2 Statistik Deskriptif <i>Posttest</i> Percaya Diri Berdasarkan Jenis Kelamin dan Kelompok Penelitian	81
Tabel 4. 3 Hasil Uji Normalitas Data	83
Tabel 4. 4 Hasil Uji Homogenitas Data.....	84
Tabel 4. 5 Hasil Uji Kesetaraan Pretest Tingkat Percaya Diri	896
Tabel 4. 6 Hasil Uji Two Way Anova.....	899
Tabel 4. 7 Hasil Uji Post Hoc Tukey Berdasarkan Jenis Kelamin dan Kelompok	90

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Histogram Distribusi Nilai <i>Pretest</i> Perempuan pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	79
Gambar 4. 2 Histogram Distribusi Nilai <i>Pretest</i> Laki-Laki pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	80
Gambar 4. 3 Histogram Distribusi Nilai <i>Posttest</i> Perempuan pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	82
Gambar 4.4 Histogram Distribusi Nilai <i>Posttest</i> Laki-Laki pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	82



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Penelitian	126
Lampiran 2 RPLBK.....	138
Lampiran 3 RPLBK Kelompok Kontrol	150
Lampiran 4 Output SPSS.....	127
Lampiran 5 Uji Kesetaraan Pretest Dengan Anova.....	130
Lampiran 6 Data Penelitian Kelompok Kontrol.....	131
Lampiran 7 Output SPSS Uji Coba Kuisisioner	133
Lampiran 8 Data Uji Coba Kuesioner	133
Lampiran 9 Dokumentasi	1334

