

**EFEKTIVITAS TEORI KONSELING BEHAVIORISTIK
DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK
MENINGKATKAN PERCAYA DIRI DAN MOTIVASI
BERPRESTASI PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 5
DENPASAR**

TESIS



**Diajukan Kepada
Universitas Pendidikan Ganesha
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Magister Pendidikan
Program Studi Bimbingan dan Konseling**

Oleh

NI LUH SRI RACHMAWATI

NIM 2429111009

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
PROGRAM PASCA SARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
2026**

TESIS

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



Pembimbing I	Prof. Dr. Nyoman Dantes NIP.8828123419
Pembimbing II	Prof. Dr. I Ketut Gading, M.Psi. NIP.195912311984031009



- 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 Ni Luh Sri Rachmawati 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	Prof. Dr. I Ketut Gading, M.Psi. NIP.195912311984031009
Anggota	Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd. NIP.195708011983031003
Anggota	Dr. Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri, S.Psi., M.A., M.Psi., Psikolog NIP.198008012006042001

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 "*Efektivitas Teori Konseling Behavioristik Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Percaya Diri Dan Motivasi Berprestasi Pada Siswa Kelas X Sma Negeri 5 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 di jatuhkan kepada saya apabila kemudian di temukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini

Denpasar, 21 Juli 2026

Yang membuat pernyataan



Ni Luh Sri Rachmawati

NIM. 2429111009

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa/Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena atas rahmat dan karunia-Nya, tesis yang berjudul “Efektivitas Teori Konseling Behavioristik dengan Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Percaya Diri dan Motivasi Berprestasi pada Siswa Kelas X SMA Negeri 5 Denpasar” dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Tesis ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd.) pada Program Studi Bimbingan dan Konseling, Program Pascasarjana, Universitas Pendidikan Ganesha.

Penulis menyadari bahwa tesis ini tidak akan terwujud tanpa adanya bimbingan, dukungan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Rektor Universitas Pendidikan Ganesha dan Direktur Program Pascasarjana yang telah memberikan fasilitas dan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan di program magister.
2. Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S., Kons, selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling program Pascasarjana Universitas Pendidikan Ganesha yang telah dengan sabar membimbing, mengarahkan, dan memberikan motivasi yang demikian bermakna, sehingga penulis mampu melewati berbagai hambatan dalam perjalanan studi dan penyelesaian tesis ini.
3. Prof. Dr. Nyoman Dantes, sebagai pembimbing I, yang dengan kebaikan hati beliau membimbing dan mengarahkan penulis sampai tahap penyelesaian tesis ini.
4. Prof. Dr. I Ketut Gading, M.Psi pembimbing II yang dengan sabar beliau membimbing dan mengarahkan sampai tahap penyelesaian tesis ini.
5. Bapak/Ibu dosen penguji yang telah memberikan saran dan masukan yang sangat membangun demi kesempurnaan tesis ini.

6. Seluruh Dosen Pascasarjana Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan ilmu, pengetahuan dan pengalaman hebat selama masa perkuliahan.
7. Kepala SMA Negeri 5 Denpasar serta seluruh guru dan murid kelas X.1 X.2, yang telah memberikan izin, dukungan, dan kerjasama yang sangat baik selama pelaksanaan penelitian.
8. Kedua orang tua, keluarga besar, serta rekan-rekan mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan 2024 yang telah memberikan doa, semangat, dan bantuan moril maupun materil.

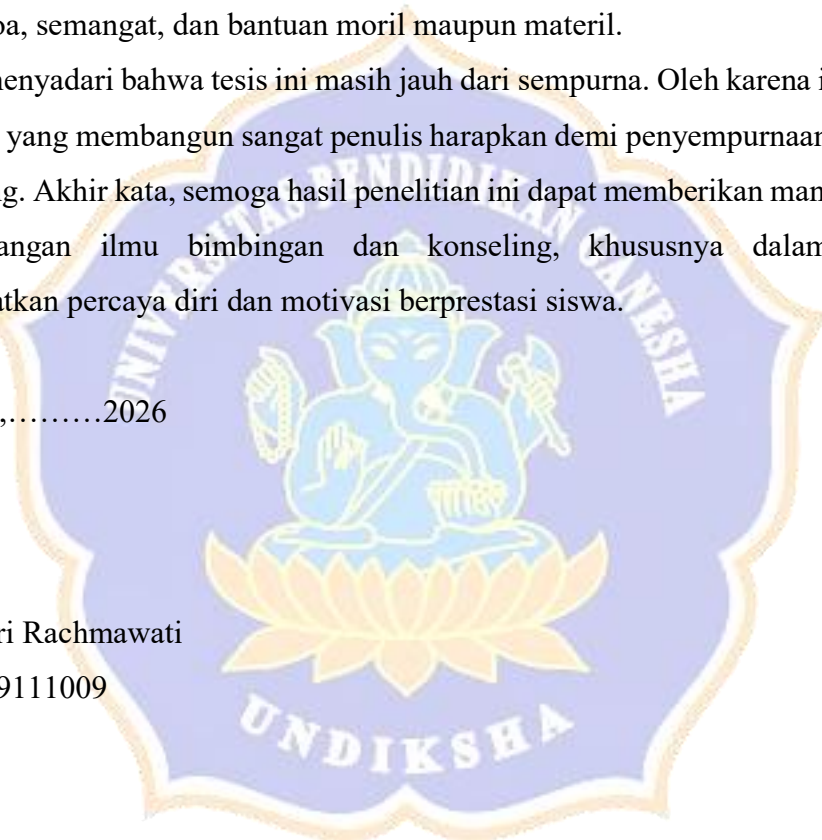
Penulis menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi penyempurnaan di masa mendatang. Akhir kata, semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu bimbingan dan konseling, khususnya dalam upaya meningkatkan percaya diri dan motivasi berprestasi siswa.

Singaraja,.....2026

Penulis,

Ni Luh Sri Rachmawati

NIM 2429111009



DAFTAR ISI

ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	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	11
2.1 Kajian Teori.....	11
2.2 Kajian Penelitian Yang Relevan	33
2.3 Kerangka Berpikir	41
2.4 Hipotesis Penelitian	43
BAB III METODE PENELITIAN	43
3.1 Jenis Penelitian	43
3.2 Populasi dan Sampel.....	44
3.3 Variabel Penelitian	46
3.4 Prosedur Penelitian	47
3.4.1 Persiapan Penelitian.....	47
3.5 Metode Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian	52
3.6 Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	57
3.7 Teknik Analisis Data	72
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	76
4.1 Hasil Penelitian.....	76
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian	87
BAB V PENUTUP	93
5.1 Simpulan.....	93
5.2 Saran	94
LAMPIRAN	103

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Rancangan Penelitian	43
Tabel 3. 2 Tabel Data Populasi Penelitian.....	44
Tabel 3. 3 Sampel Penelitian.....	46
Tabel 3. 4 Rincian Kegiatan Konseling.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 5 Kisi-Kisi Kuesioner Percaya Diri	54
Tabel 3. 6 Kisi-Kisi Kuesioner Motivasi Berprestasi	55
Tabel 3. 7 Kriteria penilaian ahli.....	57
Tabel 3. 8 Hasil uji validitas isi pada instrument percaya diri	59
Tabel 3. 9 Hasil uji validitas isi pada instrument motivasi berprestasi.....	60
Tabel 3. 10 Pedoman penilaian Skala Likert.....	64
Tabel 3. 11 Hasil Uji Validitas Butir Instrumen Percaya Diri	65
Tabel 3. 12 Hasil Uji Validitas Butir Instrumen Percaya Diri	67
Tabel 3. 13 Klasifikasi tingkat reliabilitas instrumen	70
Tabel 3. 14 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Percaya Diri	71
Tabel 3. 15 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Motivasi Berprestasi	71
Tabel 3. 16 Rancangan Analisis Data Hasil Penelitian	72
Tabel 4. 1 Hasil Uji Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	76
Tabel 4. 2 Hasil Uji Normalitas	79
Tabel 4. 3 Uji Homogenitas Instrumen	80
Tabel 4. 4 Homogenitas Varians Percaya Diri dan Motivasi Berprestasi	81
Tabel 4. 5 Hasil Uji Hipotesis I.....	83
Tabel 4. 6 Hasil Uji Hipotesis II	84
Tabel 4. 7 Hasil Uji Hipotesis III	86

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Penelitian.....	104
Lampiran 2 Lembar Uji Judges.....	122
Lampiran 3 Rencana Pelaksanaan Layanan BK	137
Lampiran 4 Lembar Evaluasi Hasil Layanan.....	173
Lampiran 5 Lembar Evaluasi Proses Layanan.....	175
Lampiran 6 Lembar Kepuasan Hasil Layanan.....	177
Lampiran 7 Data Instrumen Motivasi Berprestasi Kelompok Eksperimen	165
Lampiran 8 Data Instrumen Percaya Diri Kelompok Ekperimen.....	167
Lampiran 9 Data Instrumen Motivasi Berprestasi Kelompok Kontrol.....	168
Lampiran 10 Data Instrumen Motivasi Berprestasi Kelompok Kontrol.....	169
Lampiran 11 Data Instrumen Percaya Diri Kelompok Kontrol.....	170
Lampiran 12 Uji Normalitas Data.....	171

