

**EFEKTIVITAS TEORI KONSELING  
BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK MENIRU  
UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR  
SISWA KELAS 11 SMA NEGERI 1 SINGARAJA**

**SKRIPSI**



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING (BK) (S1)  
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN, PSIKOLOGI DAN BIMBINGAN  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
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 BSR-E - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi mobile VeryDS oleh BSR-E
- Cetak dokumen ini merupakan salinan dari file dokumen bertandatangan elektronik yang keabsahannya dapat diakses melalui scan QRCode yang terdapat pada sertifikat ini.



**Balai Besar  
Sertifikasi  
Elektronik**

# SKRIPSI

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

**Menyetujui**

|               |                                                             |
|---------------|-------------------------------------------------------------|
| Pembimbing I  | Prof. Dr. Nyoman Dantes<br>NIP.8828123419                   |
| Pembimbing II | Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd.<br>NIP.195708011983031003 |

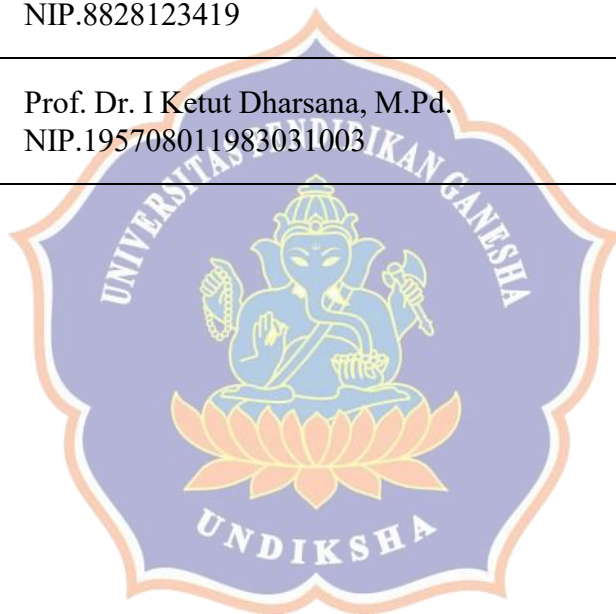


- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah"
- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE - BSSN, validitas dokumen elektronik ini bisa dicek menggunakan aplikasi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

Skripsi oleh Desak Made Nataliani ini  
telah dipertahankan di depan dewan penguji  
Pada tanggal 15 Juli 2026

### Dewan Penguji

|         |                                                                  |
|---------|------------------------------------------------------------------|
| Ketua   | Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd.<br>NIP.198501232008122004 |
| Anggota | Kadek Ari Dwiarwati, S.Pd., M.Pd.<br>NIP.199202162019032021      |
| Anggota | Prof. Dr. Nyoman Dantes<br>NIP.8828123419                        |
| Anggota | Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd.<br>NIP.195708011983031003      |



- 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.

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Pendidikan Ganesha  
guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

**Menyetujui**

|                  |                                                                         |
|------------------|-------------------------------------------------------------------------|
| Ketua Ujian      | Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd., Kons.<br>NIP.198208162008121002 |
| Sekretaris Ujian | Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd.<br>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.

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul “Efektivitas Teori Konseling Behavioral dengan Teknik Meniru Untuk Meningkatkan Disiplin Belajar Kelas 11 Di SMA Negeri 1 Singaraja” 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.

Singaraja, 31 Juli 2026

Yang membuat pernyataan,



Desak Made Nataliani

NIM. 2111011003

## **PRAKATA**

Puji Syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat-Nyalah, skripsi dengan judul **"EFEKTIVITAS TEORI KONSELING BEHAVIORAL DENGAN TEKNIK MENIRU UNTUK MENINGKATKAN DISIPLIN BELAJAR KELAS 11 DI SMA NEGERI 1 SINGARAJA"** dapat diselesaikan tepat waktu. Skripsi ini disusun guna memenuhi persyaratan mencapai gelar sarjana pendidikan pada Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan baik berupa moral maupun material dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terimakasih serta penghargaan yang setulusnya kepada:

1. Prof. Dr. Nyoman Dantes., selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini. Semoga beliau dilimpahkan sehat, segar, rahayu, panjang umur, diberkati rezeki dan jabatan yang tinggi.
2. Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini. Semoga beliau dilimpahkan sehat, segar, rahayu, panjang umur, diberkati rezeki dan jabatan yang tinggi.
3. Prof. Dr. I Wayan Widiana, S.Pd., M.Pd., selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan atas motivasi dan fasilitas yang diberikan sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi sesuai dengan rencana. Semoga beliau dilimpahkan sehat, segar, rahayu, panjang umur, diberkati rezeki dan jabatan yang tinggi.

4. Dr. I Gde Wawan Sudatha, S.Pd., S.T., M.Pd., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan Psikologi dan Bimbingan atas motivasi yang diberikan selama menempuh pendidikan hingga penyelesaian skripsi ini. Semoga beliau dilimpahkan sehat, segar, rahayu, panjang umur, diberkati rezeki dan jabatan yang tinggi.
5. Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd., M.Pd., selaku Koor Prodi Bimbingan Konseling atas motivasi yang diberikan selama menempuh pendidikan hingga penyelesaian skripsi ini. Semoga beliau dilimpahkan sehat, segar, rahayu, panjang umur, diberkati rezeki dan jabatan yang tinggi.
6. Bapak dan Ibu dosen prodi Bimbingan Konseling yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dan memberikan bekal ilmu pengetahuan semasa perkuliahan. Semoga beliau dilimpahkan sehat, segar, rahayu, panjang umur, diberkati rezeki dan jabatan yang tinggi.
7. Kepala sekolah SMA Negeri 1 Singaraja yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian di sekolah yang dipimpinnya.
8. Guru Bimbingan Konseling di SMA Negeri 1 Singaraja yang telah bersedia untuk membantu dan memotivasi dalam penyusunan skripsi ini.
9. Kepada siswa 3 siswa kelas 11 SMA Negeri 1 Singaraja yang telah terlibat dan berpartisipasi langsung dalam penelitian ini.
10. Keluarga tercinta yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan untuk senantiasa bersemangat, serta terima kasih atas segala dukungan yang diberikan baik secara material maupun spiritual hingga dapat terselesaikannya skripsi ini.

11. Sahabat dan rekan-rekan mahasiswa yang telah senantiasa memotivasi dan mendukung penulis dalam penyusunan skripsi ini. Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan karunia atas budi baik dari semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini.
12. Terakhir, terima kasih untuk diri sendiri Desak Made Nataliani. Terima kasih telah bertahan sejauh ini, kamu hebat, kuat. Terima kasih telah memilih untuk terus bertahan, menyerah tidak akan menyelesaikan permasalahan dan rintangan, walaupun berjalan dengan lambat dengan proses yang terus dikejar, percayalah diri ini bisa menghadapi dengan kuat. Terima kasih kepada jiwa dan raga ini yang mengerti keadaan dan kondisi, tetaplah bertahan karena ini permulaan perjalanan masih panjang setelah ini banyak realita lagi yang harus dikejar.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa apa yang tersaji dalam skripsi ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan kemampuan yang penulis miliki. Untuk itu demi kesempurnaan skripsi ini, penulis mengharapkan segala kritik maupun saran yang membangun dari berbagai pihak. Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua, khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.

Singaraja, 11 Februari 2026

Desak Made Nataliani

NIM. 2111011003

## DAFTAR ISI

|                                                      | HALAMAN |
|------------------------------------------------------|---------|
| HALAMAN JUDUL.....                                   | i       |
| LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....                  | ii      |
| LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PENGUJI .....               | iii     |
| LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN..... | iv      |
| DAFTAR ISI.....                                      | xi      |
| DAFTAR TABEL .....                                   | xiv     |
| DAFTAR GAMBAR .....                                  | xv      |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                                | xvi     |
| <br>BAB I PENDAHULUAN.....                           | <br>1   |
| 1.1 Latar Belakang.....                              | 1       |
| 1.2 Identifikasi Masalah.....                        | 13      |
| 1.3 Pembatasan Masalah.....                          | 14      |
| 1.4 Rumusan Masalah.....                             | 14      |
| 1.5 Tujuan Penelitian .....                          | 15      |
| 1.6 Manfaat Hasil Penelitian.....                    | 15      |
| 1.7 Produk Penelitian.....                           | 16      |
| <br>BAB II KAJIAN TEORI.....                         | <br>18  |
| 2.1 Deskripsi Teoritis.....                          | 18      |
| 2.1.1 Definisi Disiplin.....                         | 18      |
| 2.1.2 Konseling Behavioral.....                      | 22      |
| 2.1.3 Pengertian Teknik Meniru .....                 | 34      |
| 2.2 Penelitian yang Relevan.....                     | 40      |

|                                              |                                                                                                                                     |     |
|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 2.3                                          | Kerangka Berfikir.....                                                                                                              | 43  |
| 2.4                                          | Hipotesis Penelitian.....                                                                                                           | 46  |
| BAB III METODE PENELITIAN.....               |                                                                                                                                     | 47  |
| 3.1                                          | Tempat dan Waktu Penelitian.....                                                                                                    | 47  |
| 3.2                                          | Rancangan Penelitian.....                                                                                                           | 47  |
| 3.3                                          | Populasi dan Sampel Penelitian .....                                                                                                | 48  |
| 3.4                                          | Definisi Variabel Penelitian .....                                                                                                  | 81  |
| 3.5                                          | Definisi Variabel ( Variabel Konsep dan Operasional ) .....                                                                         | 82  |
| 3.6                                          | Metode Pengumpulan Data dan Pengujian Instrumen .....                                                                               | 89  |
| 3.7                                          | Metode Analisis Data .....                                                                                                          | 105 |
| 3.7.1                                        | Deskripsi Data .....                                                                                                                | 106 |
| 3.7.2                                        | Metode Uji Hipotesis.....                                                                                                           | 106 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN ..... |                                                                                                                                     | 108 |
| 4.1                                          | Hasil Penelitian.....                                                                                                               | 108 |
| 4.1.1                                        | Deskripsi Data.....                                                                                                                 | 108 |
| 4.1.2                                        | Hasil Rekapitulasi Data.....                                                                                                        | 109 |
| 4.1.3                                        | Histogram.....                                                                                                                      | 111 |
| 4.1.4                                        | Hasil N-Gain Skor.....                                                                                                              | 112 |
| 4.1.5                                        | Uji Hipotesis .....                                                                                                                 | 113 |
| 4.2                                          | Pembahasan .....                                                                                                                    | 114 |
| 4.2.1                                        | Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Meniru Untuk<br>Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Singaraja. | 115 |
| 4.2.2                                        | Implikasi.....                                                                                                                      | 121 |
| 4.2.3                                        | Keterbatasan. ....                                                                                                                  | 122 |

|                     |     |
|---------------------|-----|
| BAB V PENUTUP.....  | 124 |
| 5.1 Kesimpulan..... | 124 |
| 5.2 Saran .....     | 126 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 127 |
| LAMPIRAN .....      | 131 |



## DAFTAR TABEL

| Tabel                                                                    | Halaman |
|--------------------------------------------------------------------------|---------|
| Tabel 3. 1 Data Populasi Kelas XI di SMAN 1 Singaraja.....               | 49      |
| Tabel 3. 2 Kriteria Penilaian Acuan Ideal Teoritik (PAIT).....           | 50      |
| Tabel 3. 3 Pelaksanaan Penelitian .....                                  | 53      |
| Tabel 3. 4 Prosedur Intervensi Layanan Pertemuan 1.....                  | 54      |
| Tabel 3. 5 Prosedur Intervensi Layanan Pertemuan 2.....                  | 57      |
| Tabel 3. 6 Prosedur Intervensi Layanan Pertemuan 3.....                  | 63      |
| Tabel 3. 7 Prosedur Intervensi Layanan Pertemuan 4.....                  | 69      |
| Tabel 3. 8 Prosedur Intervensi Layanan Pertemuan 5.....                  | 75      |
| Tabel 3. 9 Rencana Pemberian Alternati Jawaban .....                     | 92      |
| Tabel 3.10 Kisi-kisi Instrumen Disiplin Belajar.....                     | 93      |
| Tabel 3. 11 Kisi-kisi Kuesioner.....                                     | 94      |
| Tabel 3. 12 Hasil Uji Lawshe.....                                        | 98      |
| Tabel 3. 13 Hasil Rekap .....                                            | 99      |
| Tabel 3. 14 Rekap Internal Konsistensi Butir <i>Product Moment</i> ..... | 102     |
| Tabel 3. 15 Rentang Nilai Reliabilitas Instrumen .....                   | 104     |
| Tabel 3. 16 Kategori tafsiran Efektivitas N-Gain.....                    | 106     |
| Tabel 3. 17 Kriteria Uji <i>Effect Size</i> .....                        | 107     |
| Tabel 4. 1 Hasil Pre-test dan Post-test.....                             | 110     |
| Tabel 4. 2 Hasil N-Gain Skor Kelas Eksperimen.....                       | 112     |

## DAFTAR GAMBAR

| Gambar                                                  | Halaman |
|---------------------------------------------------------|---------|
| Gambar 2.1 Skill Konseling .....                        | 30      |
| Gambar 2.2 Kerangka Berfikir .....                      | 45      |
| Gambar 3.1 Desain One Group pretest-posttest .....      | 48      |
| Gambar 4.1 Perbandingan Hasil Pretest dan Posttest..... | 111     |
| Gambar 2.5 Skill Konseling .....                        | 168     |



## DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran                                                    | Halaman |
|-------------------------------------------------------------|---------|
| Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian.....                       | 131     |
| Lampiran 2 Surat Ijin Instrumen .....                       | 132     |
| Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian .....                   | 133     |
| Lampiran 4 Kuesioner Disiplin Belajar.....                  | 134     |
| Lampiran 5 Uji Judges .....                                 | 147     |
| Lampiran 6 Hasil Pretest dan Posttest Kelas Eksperimen..... | 153     |
| Lampiran 7 RPBK.....                                        | 155     |
| Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian .....                     | 181     |

