

**EFEKTIVITAS KONSELING BEHAVIORAL  
DENGAN TEKNIK ROLE PLAYING UNTUK  
MENINGKATKAN SELF NURTURANCE SISWA**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan  
Program Sarjana Bimbingan Konseling**



**Oleh  
Maria Utari Anastasya Yoku  
NIM 1611011037**

**PRODI BIMBINGAN KONSELING  
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN, PSIKOLOGI, DAN BIMBINGAN  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
SINGARAJA  
2020**

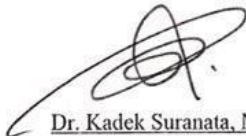
**LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING**

SKRIPSI

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

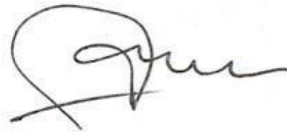
MENYETUJUI,

Pembimbing I,



Dr. Kadek Suranata, M.Pd.,Kons  
NIP. 198208162008121002

Pembimbing II,



Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd.,Kons  
NIP. 195708011983031003

Skripsi oleh Maria Utari Anastasya Yoku telah dipertahankan di depan dewan  
penguji,

Pada

Hari : Rabu

Tanggal : 22 Juli 2020

Dewan Penguji



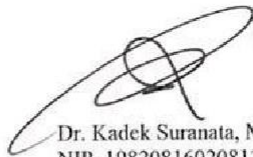
Prof. Dr. Ni Ketut Suarni, M.S., Kons  
NIP. 195703031983032001

(Ketua Penguji)



Drs. I Wayan Tirka, M.Pd., Kons  
NIP. 195604041983031002

(Anggota)



Dr. Kadek Suranata, M.Pd., Kons  
NIP. 198208160208121002

(Anggota)



Prof. Dr. I Ketut Dharsana, M.Pd., Kons  
NIP. 195708011983031003

(Anggota)

Diterima oleh panitia Ujian Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Pendidikan Ganesha Singaraja  
guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai Gelar Sarjana Pendidikan

Hari : Rabu  
Tanggal : 22 juli 2020

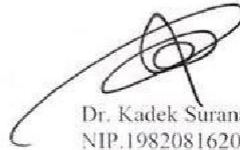
Mengetahui,

Ketua Ujian



Dr. Made Tegeh, S.Pd., M.Pd.  
NIP.197108152001121001

Sekretaris Ujian



Dr. Kadek Suranata, M.Pd., Kons  
NIP.198208162008121002

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan



  
Dr. J Ketut Gading, M.Psi  
NIP.19591231 198403 1 009

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul “**Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Self Nurturance Siswa**” 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 resiko/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, 30 Juni 2020  
Yang membuat pernyataan,



Maria Utari Anastasya Yoku  
NIM. 1611011037

## MOTTO

**“JIKA ORANG LAIN BISA, MAKA AKU JUGA BISA”**



## PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan yang Maha Esa/Ida Sang Hyang Widhi Wasa, karena atas rahmat-Nyalah penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul “**Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik *Role Playing* Untuk Meningkatkan Self Nurturance Siswa**” yang bisa terselesaikan tepat pada waktu yang telah ditentukan.

Penyusunan proposal skripsi ini tidak terlepas dari bantuan pihak yang telah meluangkan waktunya sampai proposal skripsi ini selesai, oleh karena itu, melalui laporan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Kadek Suranata, M.Pd., Kons, selaku Ketua Program Studi Bimbingan Konseling dan Pembimbing I yang sudah banyak memberikan saran serta masukan bagi peneliti selama mengerjakan proposal skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dr. Ketut Dharsana, M.Pd., Kons selaku Pembimbing II yang telah memberikan banyak bimbingan yang bermanfaat bagi penulis selama mengerjakan proposal skripsi ini hingga selesai.
3. Bapak Drs. Putu Gede Wartawan, S.Pd., M.Pd. selaku kepala sekolah SMA Negeri 4 Singaraja yang telah memberikan izin, penerimaan, arahan, dan bimbingan untuk melaksanakan kegiatan yang berkaitan dengan penyusunan proposal skripsi.
4. Bapak Drs. Putu Artina selaku guru pamong yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, petunjuk dan motivasi bagi penulis selama melaksanakan kegiatan yang berkaitan dengan penyusunan proposal penelitian.
5. Seluruh siswa dan siswi di lingkungan SMA Negeri 4 Singaraja yang telah banyak membantu selama melaksanakan penyusunan proposal penelitian.
6. Seluruh mahasiswa Bimbingan Konseling angkatan 2016 yang telah memberikan pencerahan, motivasi, dan dukungan kepada penulis selama penyusunan proposal penelitian.
7. Kepada kedua orang tua saya, kakak saya, teman-teman ADIK Undiksha Singaraja yang selalu mendukung dan membantu saya selama saya mengerjakan dan menyelesaikan proposal penelitian ini.

Proposal Penelitian ini disadari masih jauh dari sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat konstruktif demi memperbaiki hal-hal yang sekiranya kurang berkenan.

Singaraja, 16 April 2020

Penulis





## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>vii</b>
<b>PRAKATA .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	8
1.3 Pembatasan Masalah.....	8
1.4 Perumusan Masalah .....	9
1.5 Tujuan Penelitian.....	9
1.6 Manfaat penelitian.....	9
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA.....</b>	<b>11</b>
2.1 Deskripsi Teori.....	11
2.2 Penelitian Relevan.....	22
2.3 Kerangka Berpikir .....	23
2.4 Hipotesis.....	24
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>26</b>
3.1 Jenis Penelitian.....	26
3.2 Populasi dan Sampel.....	26
3.3 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional .....	28
3.4 Prosedur Penelitian .....	30
3.5 Metode Pengumpulan Data dan Instrumen.....	40
3.6 Metode Analisis Data.....	53
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>59</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	59

4.2 Pembahasan.....	72
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>75</b>
5.1 Rangkuman.....	75
5.2 Simpulan .....	77
5.3 Saran.....	78
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>79</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>83</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rancangan Penelitian <i>Pretest-Posttest Control Grup Design</i> .....	26
Tabel 3.2 Rekapitan Kelas X SMA Negeri 4 Singaraja.....	27
Tabel 3.3 Tahapan Kegiatan Penelitian.....	35
Tabel 3.4 Tabel Pemberian Treatment.....	37
Tabel 3.5 Format Buku Harian <i>Self Nurturance</i> .....	45
Tabel 3.6 Tabel Skor harian siswa.....	46
Tabel 3.7 Skor Mingguan buku harian siswa.....	46
Tabel 3.8 Kisi-kisi pedoman wawancara <i>Self Nurturane</i> .....	48
Tabel 3.9 Kisi-kisi Kuesioner <i>Self Nurturance</i> .....	49
Tabel 3.10 Tabulasi Uji Judges.....	51
Tabel 3.11 Koefisien Validitas.....	52
Tabel 3.12 Hasil Tabulasi Silang.....	52
Tabel 3.13 Rangkuman Hasil Uji Validitas Butir Kuesioner <i>Self Nurturance</i> .....	54
Tabel 3.14 Kriteria Nilai Koefisien Reliabilitas.....	56
Tabel 3.15 Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner <i>Self Nurturance</i> .....	57
Tabel 3.16 Kategori Atau Klasifikasi <i>Self Nurturance</i> Siswa.....	58
Tabel 3.17 Tabel kriteria <i>effect size</i> .....	61
Tabel 4.1 Skor buku harian siswa kelas eksperimen.....	65
Tabel 4.2 Data penelitian Skor Buku Harian Siswa Eksperimen dan Kontrol.....	67
Tabel 4.3 Rekapitulasi Gain Score kelas eksperimen dan kelas kontrol.....	71
Tabel 4.4 Tabel Uji Normalitas.....	73
Tabel 4.5 Hasil Analisis Uji Homogenitas Varians.....	74
Tabel 4.6 Analisis T-Test Sampel Independent.....	74

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Alur Berpikir Penelitian.....	24
Gambar 3.1 Prosedur Penelitian.....	34
Gambar 3.2 Grafik Harian Siswa.....	41
Gambar 3.3 Grafik Mingguan Siswa.....	41
Gambar 3.4 Grafik Bulanan Siswa.....	41
Gambar 3.5 Pengujian Validitas Butir Dengan Program SPSS.....	47
Gambar 3.6 Menguji Reliabilitas Dengan Program SPSS.....	50
Gambar 3.7 Pengujian Normalitas Sebaran Data Dengan SPSS.....	53
Gambar 3.8 Pengujian Homogenitas Varians Dengan SPSS.....	54
Gambar 3.9 Pengujian Uji Hipotesis Dengan Program SPSS.....	55
Gambar 4.1 Grafik Harian Siswa Kelas Eksperimen.....	60
Gambar 4.2 Grafik Mingguan Siswa Kelas Eksperimen.....	60
Gambar 4.3 Grafik Bulanan Siswa Kelas Eksperimen.....	60



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian.....	84
Lampiran 2. Surat Keterangan Telah Selesai Melakukan Penelitian.....	85
Lampiran 3. Surat Pernyataan.....	86
Lampiran 4. Uji Pakar (I dan II).....	87
Lampiran 5. Lembar Jawaban Uji Coba.....	91
Lampiran 6. Hasil Observasi Siswa.....	92
Lampiran 7 Kuesioner <i>Self Nurturance</i> .....	94
Lampiran 8 Hasil Wawancara.....	95
Lampiran 9 Hasil Pretest Kelas Eksperimen.....	107
Lampiran 10 Hasil Pretest Kelas Kontrol.....	109
Lampiran 11 Hasil Postest Kelas Eksperimen.....	113
Lampiran 12 Hasil Postest Kelas Kontrol.....	116
Lampiran 13 RPBK Bimbingan Klasikal.....	119
Lampiran 14 RPBK Bimbingan Kelompok.....	154
Lampiran 15 RPBK Konseling Kelompok.....	175
Lampiran 16 RPBK Konseling Individu.....	201
Lampiran 17 Kuesioner Siswa Pretest Eksperimen.....	224
Lampiran 18 Kuesioner Siswa Postest Eksperimen.....	227
Lampiran 19 Kuesioner Siswa Pretest Kontrol.....	232
Lampiran 20 Kuesioner Siswa Postest Kontrol.....	235
Lampiran 21 Dokumentasi Implementasi.....	236
Lampiran 22 Riwayat Hidup.....	238