

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK  
DENGAN TEKNIK PSIKODRAMA UNTUK  
MENINGKATKAN PERCAYA DIRI SISWA MTsN 5 BANJAR**

**SKRIPSI**

**OLEH  
SRI YULIANA NINGSIH**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
BANJARMASIN  
2024 M / 1445 H**

**EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK  
DENGAN TEKNIK PSIKODRAMA UNTUK MENINGKATKAN PERCAYA DIRI  
SISWA MTsN 5 BANJAR**

**Skripsi**

Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan

**Oleh**

**SRI YULIANA NINGSIH  
170102060061**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI  
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM  
BANJARMASIN  
2024 M / 1445 H**

### PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sri Yuliana Ningsih

NIM : 70102060061

Tempat/Tanggal Lahir : Sungai Arfat/ 20 Juli 2000

Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul, "Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Psikodrama untuk Meningkatkan Peceraya diri siswa MTsN 5 Banjar" adalah benar-benar karya saya sendiri, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 21 Desember 2023

Yang membuat pernyataan,



Sri Yuliana Ningsih

### PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul : Pengaruh Penggunaan Media Sosial terhadap Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa di MTs Negeri 5 Banjar

Ditulis oleh : Sri Yuliana Ningsih

NIM : 170102060061

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Program : Strata satu (S-1)

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Tahun Akademik : 2023/2024

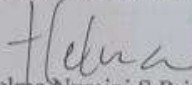
Tempat dan tanggal lahir : Sungai Arfat, 20 Juli 2000

Alamat : Jln. Sinar Baru, Desa Sungai Arfat, Rt. 02, Kec. Karang Intan, Kab. Banjar

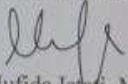
Setelah diteliti dan diadakan perbaikan, kami dapat menyetujuinya untuk dipertahankan di depan Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin.

Banjarmasin, 10 Desember 2023

Pembimbing  
Bidang Konten dan Metodologi,

  
Helma Nuraini S.Psi., M.Pd  
NIP. 197606302006042001

Pembimbing  
Bidang Bahasa dan Teknik Penulisan,

  
Mufida Istuti, M.Pd  
NIP. 198907212015032002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
UIN Antasari Banjarmasin

  
  
Dra. Raihanahul Jannah, M.Pd  
NIP. 196912011994032005

### PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul: Pengaruh Penggunaan Media Sosial terhadap Keterampilan Komunikasi Interpersonal Siswa di MTs Negeri 5 Banjar

Nama: Sri Yuliana Ningsih NIM, 170102060061 telah diujikan dalam Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin pada:

Hari : Jum'at

Tanggal : 29 Desember 2023

Nilai : 80,8 (A)



Hamdan, M. Pd  
NIP. 196604051993031005

### TIM PENGUJI:

No.	Nama	Tanda Tangan
1.	Haris Fadilah, S. Pd, M. Pd (Ketua)	1
2.	Nurul Rahmi, M.Pd (Anggota)	2
3.	Mufida Istati, M.Pd (Anggota)	3

## KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ  
الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ،  
وَعَلَى آلِهِ وَصَحْبِهِ أَجْمَعِينَ . أَمَّا بَعْدُ

Segala puji bagi Allah SWT, Tuhan seru sekalian alam. Shalawat serta salam semoga tercurah kepada junjungan kita Nabi besar Muhammad Saw yang telah menunjukkan kepada manusia jalan keselamatan didunia dan di akhirat.

Penulis menyadari dengan sepenuhnya dalam penyelesaian penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan semua pihak, baik dalam bentuk dukungan, bimbingan dan arahan serta motivasi sehingga tugas yang terasa berat ini dapat diselesaikan.

Sehubungan dengan itu, maka dengan segala kerendahan hati, penulis ucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dimaksud. Khususnya penulis ucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Dr. H. Hamdan, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang berkenan menerima dan menyetujui judul skripsi ini.
2. Ibu Dra. Raihanatul Janah, M.Pd dan Ibu Nurul Rahmi, M.Pd selaku Ketua dan Sekretaris Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin, yang telah memberikan arahan dan masukan dalam penulisan skripsi yang sesuai dengan pengembangan pada program studi.
3. Ibu Nurul Rahmi M.Pd selaku Pembimbing Skripsi Bidang Konten dan Metodologi serta Ibu Mufida Istati M.Pd, selaku Pembimbing Skripsi Bidang Bahasa dan Teknik Penulisan yang telah banyak memberikan bimbingan dan arahan dalam penulisan.

4. Para Dosen, karyawan dan karyawan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang telah banyak memberikan ilmu dan layanan yang baik selama penulis berstudi.
5. Bapak Dr. Saifuddin, M.Ag., selaku Kepala Perpustakaan UIN Antasari Banjarmasin serta seluruh staf yang telah memberikan layanan yang baik kepada penulis.
6. Bapak Drs. Sibahani selaku kepala sekolah MTs Negeri 5 Banjar serta Bapak M. Syafwani S.Pd selaku Guru Bimbingan dan Koseling, juga guru-guru atau subjek yg terlibat

Semoga seluruh bantuan yang telah diberikan mendapat ganjaran pahala di sisi Allah SWT. Akhirnya penulis berharap, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca. Aamiin.

Banjarmasin, 06 Jumadil Akhir 1445 H  
19 Desember 2023 M

Penulis

## ABSTRAK

**Sri Yuliana Ningsih.** 170102060061, *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa MTsN 5 Banjar*, Pembimbing Bidang Konten dan Metodologi Helma Nuraini S.Psi., M.Pd., serta Pembimbing Bidang Bahasa dan Penulisan Mufida Istati, M.Pd. pada Program Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin. 2023

**Kata Kunci:** Efektivitas, Bimbingan Kelompok, Meningkatkan Percaya diri, Psikodrama

Percaya diri atau self confidence adalah aspek kepribadian yang penting pada diri seseorang. Percaya diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, karena dengan adanya percaya diri, seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi yang ada di dalam dirinya. Tanpa adanya percaya diri maka akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Bimbingan kelompok juga bisa digunakan sebagai salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling dalam meningkatkan percaya diri siswa. Dalam layanan bimbingan kelompok ada beberapa teknik yang bisa digunakan salah satunya dengan teknik psikodrama.

Tujuan penelitian ini adalah Untuk Mengetahui efektivitas layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Psikodrama untuk meningkatkan percaya diri siswa di MTsn 5 Banjar.

Jenis penelitian ini adalah penelitian lapangan (*field research*) dengan pendekatan kuantitatif dan metode eksperimen *Pre-Experimental Designs*. Desain eksperimen *One Group Pretest Posttest Design*. Dilakukan dua kali pengukuran yaitu sebelum treatment dan sesudah treatment Teknik Pengumpulan data menggunakan skala angket percaya diri, observasi, dan dokumentasi. Data diperoleh analisis menggunakan uji paired sampel t test dengan bantuan program SPSS versi 22.

Hasil penelitian menunjukkan peningkatan setelah melalui proses pemberian treatment berupa bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama, hasil uji paired sampel t test diperoleh nilai  $\text{sig } 0.000 < 0.05$ , sehingga  $H_a$  dapat diterima dan disimpulkan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama efektif untuk meningkatkan percaya diri siswa kelas VII MTsN 5 Banjar. Berdasarkan hasil perhitungan uji N-Gain Score, menunjukkan rata-rata sebesar 57% dan dalam kategori yang cukup efektif.



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN .....	ii
SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI .....	iii
PERSETUJUAN.....	iv
PENGESAHAN .....	v
ABSTRAK.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Definisi Operasional.....	6
1. Efektivitas.....	6
2. Bimbingan kelompok .....	6
3. Teknik Psikodrama .....	7
4. Percaya diri.....	7
C. Rumusan Masalah .....	8
D. Tujuan Penelitian.....	8
E. Signifikan Penelitian .....	8
F. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	10
G. Hipotesis Penelitian.....	11
H. Sistematika Penulisan.....	12
BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR .....	14
A. Definisi Teoritik .....	14
1. Bimbingan Konseling .....	14
2. Bimbingan Kelompok.....	30
3. Teknik Psikodrama .....	36
4. Percaya Diri .....	44
B. Kerangka Pikir .....	49
BAB III METODE PENELITIAN .....	53
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	53
1. Jenis Penelitian .....	53
2. Pendekatan Penelitian.....	53
B. Desain Penelitian Eksperimen.....	54
C. Lokasi Penelitian .....	56
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	57
1. Populasi .....	57
2. Sampel .....	58
E. Data dan Sumber Data.....	59
1. Data.....	59
2. Sumber Data .....	60

F.	Teknik Pengumpulan Data.....	60
1.	Metode Observasi.....	60
2.	Angket.....	61
3.	Dokumentasi.....	62
G.	Instrumen Penelitian.....	62
1.	Kuesioner.....	62
H.	Teknik analisis Data.....	67
I.	Teknik Validitas dan Reliabilitas.....	68
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....		71
A.	Gambaran Lokasi Penelitian .....	71
1.	Identitas Madrasah.....	71
2.	Visi, Misi, dan Tujuan MTs Negeri 5 Banjar .....	71
B.	Hasil Uji Validitas dan Reabilitas .....	73
C.	Hasil Penelitian .....	74
1.	Hasil Pre-test .....	75
2.	Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Psikodrama untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa MTsN 5 Banjar .....	77
3.	Hasil Post-test.....	79
D.	Uji Prasyarat Analisis.....	81
1.	Uji Normalitas .....	82
2.	Uji Homogenitas.....	82
E.	Uji Hipotesis.....	83
F.	Pembahasan.....	92
BAB V PENUTUP .....		92
A.	Simpulan .....	98
B.	Saran.....	98
REFERENSI .....		100
LAMPIRAN.....		105
RIWAYAT HIDUP PENELITI.....		132

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Desain Penelitian.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>	38
Tabel 3.2	Penskoran Skala <i>Likert</i> .....		47
Tabel 3.3	Kriteria Kepercayaan Diri .....		48
Tabel 3.4	Kisi-kisi Angket .....		49
Tabel 3.5	Angket Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Psikodrama untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa.....		49
Tabel 3.6	Klasifikasi Reliabilitas .....		53
Tabel 4.1	Hasil Validitas Item .....		57
Tabel 4.2	Hasil uji reliabilitas .....		58
Tabel 4.3	Data Siswa Berdasarkan Ruang Belajar Dan Jenis Kelamin .....		74
Tabel 4.4	Hasil Pretest Berdasarkan Angket Percaya Diri Kelas VII MTsN 5 Banjar....		75
Tabel 4.5	Hasil Pretest Frekuensi Siswa Perkategori.....		75
Tabel 4.6	Data Sampel Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa (Pretest) .....		76
Tabel 4.7	Hasil Peretes Siswa Yang Memiliki Skala Percaya Diri Yang Rendah Berdasarkan Indikator .....		76
Tabel 4.8	Jadwal Pelaksanaan Pemberian Treatment Bimbingan Kelompok dengan Teknik Psikodrama .....		79
Tabel 4.9	Data Sampel Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Psikodrama Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa (Postest).....		80
Tabel 4.10	Hasil Postest Siswa Yang Memiliki Skala Percaya Diri Yang Rendah Berdasarkan Indikator .....		80
Tabel 4.11	Hasil Uji Normalitas .....		82
Tabel 4.12	Hasil Uji Homogenitas.....		82
Tabel 4.13	Hasil Uji Paired Sample T Test.....		84
Tabel 4.14	Data pretest, posttest dan N Gain score .....		84
Tabel 4.15	Tafsiran perhitungan N-Gain .....		85
Tabel 4.16	Hasil perhitungan uji N- Gain Score.....		86

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pikir .....	51
Gambar 4.1 .Hasil Pretest dan Postest Peningkatan Percaya diri Siswa .....	71
Gambar 4.2 .Hasil Pretest dan Postest Peningkatan Percaya diri Siswa berdasarkan Indikator.....	72
Gambar 4.3 .Hasil Pretest dan Postest dan Score Perolehan Konseli .....	74
Gambar 4.4 .Hasil Pretest Konseli Berdasarkan Indikator .....	75
Gambar 4.5 .Hasil Postest Konseli Berdasarkan Indikator .....	75
Gambar 4.6 .Hasil Score Perolehan Konseli Berdasarkan Indikator.....	76

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Angket Percaya Diri.....	89
Lampiran 2 Pedoman Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama .....	90
Lampiran 3 Gambar Struktur Organisasi Sekolah .....	110
Lampiran 4 Gambar Suasana Pretest .....	110
Lampiran 5 Gambar Konseling Kelompok Pertemuan Ke-1.....	111
Lampiran 6 Gambar Konseling Kelompok Pertemuan Ke-2.....	111
Lampiran 7 Gambar Konseling Kelompok Pertemuan Ke-3.....	111
Lampiran 8 Gambar Konseling Kelompok Pertemuan Ke-4.....	112
Lampiran 9 Gambar Setelah Melaksanakan Posttest.....	112
Lampiran 10 Surat Pengantar Riset .....	113
Lampiran 11 Surat Izin Riset .....	114
Lampiran 12 Surat Telah Selesai Riset.....	115