PENGGUNAAN KONSELING KELOMPOK REALITA UNTUK MENINGKATKAN PENGATURAN DIRI SISWA KELAS IX SMP NEGERI 48 SURABAYA

SKRIPSI

Agnesya Salsa Sabella

NIM 185000022

UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
2022

PENGGUNAAN KONSELING KELOMPOK REALITA UNTUK MENINGKATKAN PENGATURAN DIRI SISWA KELAS IX SMP NEGERI 48 SURABAYA

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Pedagogi dan Psikologi
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi Sebagian
Persyaratan dalam memperoleh gelas Sarjnah Pendidikan
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling

Agnesya Salsa Sabella
NIM 185000022

UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
2022

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh	**Agnesya Salsa Sabella** NIM 185000022
Judul Skripsi	Penggunaan Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Pengaturan Diri Siswa Kelas IX SMP Negeri 48 Surabaya

Surabaya, 7 Februari 2022

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

Mudhar, S. Psi., M. Si
NIDN 0728126701

Dosen Pembimbing

Dr. Cindy Asli Pravesti, S. Pd., M. Pd.
NIDN 0706058802

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Agnesya Salsa Sabella dengan judul Penggunaan Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Pengaturan Diri Siswa Kelas IX SMP Negeri 48 Surabaya telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 9 Februari 2022

Dewan Penguji:

1. Dr. Cindy Asli Pravesti, S.Pd., M.Pd. — Ketua .....
2. Drs. Sutijono — Anggota .....
3. Maghfirotul Latifah, S.Pd., M.Pd. — Anggota .....

Mengesahkan
Dekan FPP,

Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes

Mengetahui
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling,

Dr. Mudhar, S.Psi., M.Si

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama	**: Agnesya Salsa Sabella**
NIM	**: 185000022**
Program Studi	**: Bimbingan dan Konseling**
Fakultas	**: Fakultas Pedagogi dan Psikologi**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri; bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universita PGRI Adi Buana Surabaya. Demikian pernyataan ini saya buat.

Surabaya, 7 Februari 2022
Yang membuat pernyataan,

Agnesya Salsa Sabella

MOTTO

"Karir itu marathon, bukan sprint"
-*anonymous*-

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadirat Allah SWT, segala puji dan syukur bagi-Nya yang senantiasa melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyususnan skripsi yang berjudul "*Penggunaan Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Pengaturan Diri Siswa Kelas IX SMP Negeri 48 Surabaya*" dengan baik.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari kendala, namun berkat rahmat Allah SWT, bimbingan, motivasi, bantuan, dan sumbangan dari berbagai pihak segala hambatan dan tantangan yang dihadapi oleh penulis dapat teratasi. Oleh karena itu, dengan penuh hormah penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes., selaku Dekan Fakultas Pedagogi dan Psikologi.
2. Bapak Dr. Mudhar, S.Psi., M.Si., selaku kaprodi Bimbingan dan Konseling
3. Ibu Dr. Cindy Asli Pravesti, S.Pd., M.Pd., selaku dosen pembimbing yang telah membimbing saya dengan penuh kesabaran dan keikhlasan, sehingga saya mampu untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Sri Ratnawati, M.Pd., selaku Kepala sekolah SMP Negeri 48 Surabaya yang telah memberikan izin dan bantuan kepada saya untuk melakukan penelitian di SMP Nengeri 48 Surabaya.
5. Ibu Dra. Rr. Esti Wening W. Wati, selaku guru bimbingan dan konseling SMP Negeri 48 Surabaya yang telah membantu dan mendampingi dalam melaksanakan penelitian.
6. Kedua orang tua tercinta dan tersayang, Ayah Muthoifin dan Mama Supartini yang tak pernah putus untuk memberi semangat dan dukungan moral maupun material serta yang selalu mendo'akan saya untuk kelancaran dan kemudahan dalam menyelesaikan skripsi.
7. Adik kesayangan saya, Amelya Azzahra Salma Putri yang selalu memberi semangat dan selalu sabar mendengarkan keluh kesah saya.
8. Para sahabat terbaik saya Aurora Dahlia Vianindia, Lutfiah Indar Fitrianti, Ade Elsa Meiliya, Lilis Wahyuni yang selalu

memberikan dukungan, semangat, dan motivasinya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan diwaktu yang tepat.

9. Para anggota skripsi warior 2018, Aurora, Yulia, Dewanti, Dewinta, Cinta, Aini, Sandra, dan Rendy yang selama ini telah berjuang bersama dan saling memberi dukungan satu sama lain.
10. Teman-teman seperjuangan BK A1 2018 dan teman-teman lainnya yang telah memberikan do'a dan semangat kepada saya untuk menyelesaikan skripsi ini, yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.
11. Diri saya sendiri yang telah mampu berjuang sampai di titik ini.
12. Semua pihak yang telah membantu yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, dengan rendah hati, penulis menerima keritik dan saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini. akhir kata saya ucapkan terima kasih.

Surabaya, 7 Februari 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL i
HALAMAN PERSETUJUAN ii
HALAMAN PENGESAHAN iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI iv
ABSTRAK v
ABSTRACT vii
MOTTO ix
KATA PENGANTAR x
DAFTAR ISI xii
DAFTAR TABEL xiv
DAFTAR GAMBAR xv
DAFTAR DIAGRAM xvi
DAFTAR LAMPIRAN xvii
BAB I PENDAHULUAN 1
A. Latar Belakang 1
B. Ruang Lingkup 6
C. Rumusan Masalah 6
D. Tujuan Penelitian 6
E. Definisi Operasional Variabel 7
F. Manfaat Penelitian 7
BAB II LANDASAN TEORI 9
A. Kajian Pustaka 9
B. Penelitian yang relevan 19
C. Kerangka konseptual 22
D. Hipotesis 23
BAB III METODE PENELITIAN 25
A. Rancangan Penelitian 25
B. Populasi dan Sampel Penelitian 26
C. Identifikasi variabel dan definisi operasional 28
D. Metode Pengumpulan Data 30
E. Teknik analisis data 35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 37
A. Hasil Penelitian 37
B. Pembahasan Hasil Penelitian 85

BAB V PENUTUP 92
A. Kesimpulan 92
B. Saran 93
DAFTAR PUSTAKA 94

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah siswa kelas IX 27
Tabel 3.2 Jumlah populasi..... 27
Tabel 3.3 Jumlah sampel kelompok eksperimen 28
Tabel 3.4 Jumlah sampel kelompok kontrol 28
Tabel 3.5 Angket Pengaturan Diri (Sebelum) 30
Tabel 3.6 Kunci tingkatan item pernyataan angket pengaturan Diri 32
Tabel 3.7 Pedoman interpretasi koefisien korelasi 34
Tabel 3.8 Angket Pengaturan Diri (Sesudah)..... 34
Tabel 4.1 Hasil Pre-test subjek penelitian..... 39
Tabel 4.2 Hasil Post-test 75
Tabel 4.3 Uji Mann-Whitney U..... 77
Tabel 4.4 Hasil Perbandingan Pre-test dan Post-test Kelompok Eksperimen..... 77
Tabel 4.5 Hasil Perbandingan Pre-test dan Post-test Kelompok Kontrol 79

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka konseptual penelitian..... 23
Gambar 3.1 Rancangan Nonequivalent Control Group Design. 25

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 4.1 Hasil Pre-test 39
Diagram 4.2 Hasil Post-test 75
Diagram 4.3 Hasil perbandingan Pre-test dan Post-test Kelompok Eksperimen 78
Diagram 4.4 Hasil perbandingan Pre-test dan Post-test Kelompok Kontrol 79

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal pelaksanaan kegiatan penelitian 103
Lampiran 2. Blueprint skala pengaturan diri (sebelum) 106
Lampiran 3. Blueprint skala pengaturan diri (sesudah) 112
Lampiran 4. Angket Validitas 115
Lampiran 5. Angket Pre-test 119
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas 122
Lampiran 7. Hasil Uji Realbilitas 123
Lampiran 8. Hasil Pre-test kelompok eksperimen 124
Lampiran 9. Hasil Pre-test kelompok kontrol 125
Lampiran 10. Hasil Pre-test Kelompok Eksperimen
dan Kelompok Kontro 126
Lampiran 11. Surat ijin Penelitian dari Kampus 127
Lampiran 12. Surat ijin Penelitian dari Sekolah 128
Lampiran 13. Verbatim 129
Lampiran 14. Dokumentasi 189
Lampiran 15. Buku Panduan 193