

**EFEKTIVITAS STRATEGI *SELF-MANAGEMENT* DALAM
KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN
PERCAYA DIRI PADA SISWA SMA HANG TUAH 1
SURABAYA**

SKRIPSI



**Maria Min
NIM 205000040**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
2024**

**EFEKTIVITAS STRATEGI *SELF-MANAGEMENT* DALAM
KONSELING KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN
PERCAYA DIRI PADA SISWA SMA HANG TUAH 1
SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya Untuk Memenuhi
Sebagian Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling

**Maria Min
NIM 205000040**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : Maria Min
205000040
Judul Skripsi : Efektivitas Strategi *Self-Management* dalam
Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan
Percaya Diri Pada Siswa SMA Hang Tuah 1
Surabaya

Surabaya, 29 Februari 2024

Mengetahui,
Dosen Pembimbing



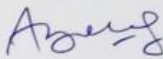
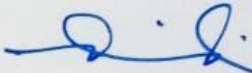
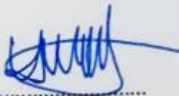
Ayong Lianawati, S.Pd., M.Pd
NIDN. 0707019003

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Maria Min dengan judul Efektivitas Strategi Self-Management Dalam Konseling Untuk Meningkatkan Percaya Diri Pada Siswa Kelas X SMA Hang Tuah 1 Surabaya. Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 1 maret 2024.

Dewan Penguji :

1. Ayong lianawati, S.Pd., M.Pd. Ketua 
2. Dr. Mudhar, S.Psi., M.Si. Anggota 
3. Elia Firda Mufidah, M.Pd. Anggota 

Mengesahkan
Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan

Drs. Nurika Rentika Hadi, M.Kes
NIP. 196702091992031002

Mengetahui
Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

Dr. Mudhar, M.Si.
NIDN. 0728126701

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI



FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
Kampus I : Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60245
Kampus II: Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234.
<http://www.upgrisab.ac.id>

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari ini ... ~~Agustus~~ tanggal 01. bulan ... ~~Agustus~~ Maret tahun 2020 telah dilaksanakan Ujian Skripsi dari:

Nama Mahasiswa : Maria Min
NIM : 205000040
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Strategi Self-Management Dalam Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Percaya Diri Pada Siswa SMA Hang Tuah 1 Surabaya

Penguji I

(~~Peng. Lianawati, S.Pd., M.Pd~~)

Penguji II

(~~Dr. Mudhar, M.Si~~)

Penguji III

(~~Elia Prada Masidani, M.Pd~~)

PERNYATAAN KEASLIHAN

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Nama : Maria Min
Nim : 205000040
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

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

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat

Surabaya, 29 Februari 2024
Yang membuat pernyataan



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat dan rahmatnya-lah sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Efektivitas Strategi *Self-Management* dalam Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Percaya Diri pada Siswa SMA Hang Tuah 1 Surabaya”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan bagi penulis guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada program studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Pada kesempatan ini, saya hendak menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materil sehingga penyusunan skripsi ini dapat selesai tepat waktu dengan adanya bantuan dan kerjasama dari pihak lain, oleh karena itu penulis dalam kesempatan ini ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Hartono, Msi., Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Bapak Dr. Mudhar, S. Psi., M. Si. Selaku Kaprodi Bimbingan dan Konseling.
3. Ibu Ayong Lianawati, S. Pd., M. Pd. Selaku dosen pembimbing yang telah banyak membantu memberikan arahan dan motivasi bagi saya.
4. Bapak dan Ibu dosen di lingkungan Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, terima kasih telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat selama perkuliahan.
5. Kedua orang tua saya Bapak Petrus Habut dan Alm. Ibu Mina Nimur yang selalu menjadi pendoa dan pendukung setiap perjalanan hidup saya.
6. Saudara saya Martinus Sardi, suport sistem dalam hidup saya
7. Saudari saya kae Ngggu, kae Ewik, kaka ipar saya kae Andik, kae Geby, kae Reni dan keponakan saya Divan, Trian, Stifen, Ceska. Yang selalu mendukung saya dalam mengerjakan skripsi.
8. Sahabat dan teman-teman seperjuangan atas dukungan dan kebersamaan dalam penyelesaian skripsi ini

9. Untuk diri saya sendiri terima kasih telah berjuang sebaik mungkin, pantang menyerah dan terus berkembang untuk menjadi konselor yang baik.

Dengan mengucapkan puji syukur yang melimpah kepada Tuhan Yang Maha Esa, semoga pengetahuan yang telah diberikan dapat bermanfaat baik bagi penulis maupun para pihak yang turut membantu dan semoga rahmat serta karunia Tuhan senantiasa selalu beserta kita sekarang dan selama-lamanya Amin.

Surabaya, 29 Februari 2024

Penulis,



Maria Min

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
MOTTO	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah.....	6
C. Rumusan Masalah.....	6
D. Tujuan Penelitian.....	7
E. Variabel Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	8
BAB II	10
KAJIAN TEORI	10
A. Kajian pustaka.....	10
B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	27
C. Kerangka Konseptual.....	29
D. Hipotesis Penelitian.....	30
BAB III	31
METODE PENELITIAN	31
A. Rancangan Penelitian.....	31
B. Populasi dan Sampel.....	32
C. Metode Pengumpulan Data.....	33

D. Teknik analisis data	42
BAB IV	43
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	43
A. Hasil Penelitian	43
B. Pembahasan	58
C. Konseling Kelompok dengan Teknik Self-Management untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa.....	69
BAB V	73
KESIMPULAN DAN SARAN	73
A. Kesimpulan	73
B. Saran	73
DAFTAR PUSTAKA	75
LAMPIRAN	80

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Populasi Penelitian Siswa Kelas X Hang Tuah 1 Surabaya	32
Tabel 3.2	Sampel Penelitian Siswa Kelas X SMA Hang Tuah 1 Surabaya	33
Tabel 3.3	Tabel Ketentuan Skor Item.....	34
Tabel 3.4	Blue Print Percaya Diri.....	35
Tabel 3.5	Hasil Uji Validitas	38
Tabel 3.6	Hasil Uji Validitas Skala Pengukuran	39
Tabel 3.7	Hasil Uji Koefisien	42
Tabel 4.1	Kategorisasi Percaya Diri	44
Tabel 4.2	Hasil Pre-Test Subjek Penelitian	44
Tabel 4.3	Jadwal Pemberian Treatment.....	47
Tabel 4.4	Hasil Post-Test Subjek Penelitian.....	53
Tabel 4.5	Hasil Perbandingan Pre-Test Dan Post-Test Percaya Diri.....	54
Tabel 4.6	Hasil Uji Wilcoxon Percaya Diri Siswa SMA Hang Tuah 1 Surabaya kelas X.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Konseptual	29
Gambar 3.1	Rancangan Penelitian <i>One Group Pre-test Post-Test Design</i>	32
Gambar 4.1	Rincian Subjek Penelitian Hasil Pre-Test.....	45
Gambar 4.2	Rincian Subjek Penelitian Skor Post-Test.....	54
Gambar 4.3	Perbandingan Pre-Test Dan Post-Test.....	55
Gambar 4.4	Perbandingan Hasil Pre-Test Dan Post-Test BDKP..	59
Gambar 4.5	Perbandingan Hasil Pre-Test Dan Post-Test NSA	61
Gambar 4.6	Perbandingan Hasil Pre-Test Dan Post-Test YRS.....	63
Gambar 4.7	perbandingan hasil pre-test dan post-test SGDY.....	65
Gambar 4.8	Perbandingan Hasil Pre-Test Dan Post-Test AMC ..	67
Gambar 4.9	Perbandingan Hasil Pre-Test Dan Post-Test ARAI..	69

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Berita Acara Ujian Skripsi	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian Dari Unipa Surabaya	80
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian Dari SMA Hang Tuah 1 Surabaya.....	83
Lampiran 4. Hasil Pengisian <i>Pre-Test</i>	84
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian	96
Lampiran 6. Pedoman Intervensi.....	99
Lampiran 7. Skala Pengukuran Format A	108
Lampiran 8. Lembar Observasi Format B	111
Lampiran 9. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok.....	118