

No: skrps/mpi/ftk/uin.111/21

**EFEKTIVITAS TEKNIK *PSIKODRAMA* DALAM LAYANAN  
BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN  
KONSEP DIRI POSITIF SISWA OBESITAS DI  
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1  
TASIK PUTRIPUYU KABUPATEN  
KEPULAUAN MERANTI**

**Skripsi  
diajukan untuk memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan (S.Pd.)**



**OLEH  
SITI NUR AZIMAH  
NIM. 11514204959**

**JURUSAN MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM  
KONSENTRASI BIMBINGAN KONSELING  
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UIN SUSKA RIAU  
PEKANBARU  
1442 H./2021 M.**

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



UIN SUSKA RIAU



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul *Efektivitas Psikodrama dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa Obesitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripyu*, yang ditulis oleh Siti Nur Azimah, NIM. 11514201459 dapat diterima dan disetujui untuk diujikan dalam sidang Munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Pekanbaru, 21 Dzulhijjah 1442 H.  
11 Agustus 2020 M

Menyetujui,

Ketua Jurusan Manajemen Pendidikan Islam

Pembimbing

Dr. Asmuri, S.Ag., M.Ag.

Raja Rahima MRA, S.Pd.I, M.Pd, Kons.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## PENGESAHAN

Skripsi ini dengan judul *Evektivitas Teknik Psikodrama dalam Layanan Bimbingan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa Obesitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripuyu Kabupaten Kepulauan Meranti* Yang ditulis Oleh Siti Nur Azimah NIM. 11514204959 telah diujikan dalam sidang munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau pada tanggal 2 Jumadil Awal 1442 H/17 Desember 2020. Skripsi ini diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan (S.Pd) pada jurusan Manajemen Pendidikan Islam Konsentrasi Bimbingan Konseling.

Pekanbaru 2 Jumadl awal 1442  
17 Desember 2020

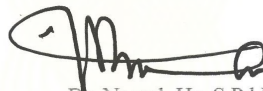
Mengesahkan  
Sidang Munaqasyah

Penguji I




Dr. Asmuri, S. Ag., M. Ag

Penguji II



Dr. Nasrul. Hs, S.Pd.I, MA

Penguji III



Dr. H. Muslim Afandi, M.Pd

Penguji IV



M. Fahli Zatrachadi, M.Pd

Dekan

Fakultas Tarbiyah dan Keguruan



  
Dr. Muhammad Saifuddin, S. Ag., M. A  
NIP. 19740704 199803 1 001



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirrabil‘alamin, puji dan syukur senantiasa tercurahkan kepada cinta sejati seluruh makhluk, Allah *Subhanahu Wa Ta’ala* yang telah melimpahkan nikmat, rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam santiasa tercurahkan kepada Rasulullah Shalallahu‘Alaihi Wassalam yang telah sukses dalam menyebarkan dakwah dengan berlandaskan al-Quran dan as-Sunnah. Semoga kita istiqomah dan berpegang teguh terhadap keduanya hingga akhir hayat, serta semoga kita mendapat syafa‘atnya diakhirat kelak.

Dengan izin rahmat Allah *Subhanahu Wa Ta’ala* penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Efektivitas Teknik Psikodrama Dalam Layanan Bimbingan kelompok Untuk Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa Obesitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripuyu”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan mencapai gelar Sarjana Pendidikan pada jurusan Manajemen Pendidikan Islam konsentrasi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis mendapat banyak bantuan, dukungan, bimbingan dan petunjuk dari orangtua dan keluarga, maka penulis mengucapkan terima kasih kepada yang teristimewa dan tersayang untuk kedua orang tua yaitu Ayahanda Hasyim dan Ibunda Suripah Semoga selalu diberikan kesehatan dan selalu dalam lindungan-Nya, Aamiin. Kakak Khusnul Khotimah dan Abang Mustaqim serta Dedek Fatimah Azzahra yang selalu mendoakan dan memberi motivasi untuk terus semangat. Teruntuk semua keluarga besar penulis di Desa Mengkirau dan Sungai Anak kamal, terimakasih atas motivasi dan semangat yang selalu diberikan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.

Selain dari dukungan keluarga, penulis juga mendapat banyak bantuan, dorongan, bimbingan dan petunjuk serta dukungan dari beberapa pihak secara moral maupun material baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Prof. Dr. KH. Suyitno., M.Ag, selaku PLT Rektor UIN Sultan Syarif Kasim Riau, Dr. Drs. H. Sufyan A. Jamrah, M.S, selaku Wakil Rektor I, Dr. H. Kusrandi, M.Pd, selaku Wakil Rektor II, dan Drs. H. Promadi, M.A., Ph.D., selaku Wakil Rektor III UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Dr. H. Muhammad Syaifuddin., S.Ag., M.Ag., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Dr. Drs. Alimuddin, M.Ag., selaku Wakil Dekan I, Dr. Dra. Rohani, M.Pd., selaku Wakil Dekan II dan Dr. Drs. Nursalim, M.Pd., selaku Wakil Dekan III Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Dr. Asmuri, S.Ag., M.Ag., selaku ketua Jurusan Manajemen Pendidikan Islam dan Dr. Nasrul Hs, S.Pd.I., MA, selaku sekretaris Jurusan Manajemen Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
4. Ibu Raja Rahima, MRA., S. Pd. I., M. Pd., Kons selaku pembimbing skripsi yang telah banyak memberikan bantuan, arahan, bimbingan serta motivasi yang bermanfaat bagi penulis dari awal hingga selesainya penulisan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen serta seluruh civitas akademik yang telah mendidik dan membantu penulis dalam menyelesaikan studi pada Jurusan Manajemen Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
6. Bapak kepala sekolah, seluruh guru, pegawai serta siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putri Puyu yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Buat sepupu-sepupu dan Siti Mashitah yang telah bersedia penulis mintai bantuan serta setia mendengarkan segala keluh kesah selama pengerjaan skripsi
8. Buat sahabat Zhaleha, Dian, Rita, Elsa, Riska serta teman-teman yang telah memberikan dukungan serta semangat kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

9. Buat yang tercinta muhammad ismail yang selalu memberikan semangat serta nasehat dan meluangkan waktu untuk menemani penulis.
10. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu baik secara langsung maupun tidak langsung yang telah memberikan do"aa, bantuan, dan dukungan hingga terselesaikannya skripsi ini.

Demikian penghargaan yang telah penulis berikan kepada pihak-pihak yang terlibat dalam proses menyelesaikan studi. Semoga skripsi ini bisa menjadi motivasi bagi teman dan keluarga penulis dalam menempuh pendidikan.

Pekanbaru, 24 Juli 2020

Penulis

## PERSEMBAHAN

Kupersembahkan skripsi ini untuk orang-orang yang aku sayangi yakni

Keluargaku

Dan

Diriku sendiri



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## ABSTRAK

**Siti Nur Azimah, (2020): Efektivitas Teknik *Psikodrama* dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa Obesitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripuyu Kabupaten Kepulauan Meranti**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui konsep diri positif siswa obesitas sebelum dan sesudah diberi teknik *Psikodrama* dalam layanan bimbingan kelompok. Jenis Penelitian ini adalah penelitian eksperimen the *one group pretest* dan *posttest design*. Populasi Penelitian ini sebanyak 284 siswa Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripuyu namun penelitian ini dilakukan secara sampel kepada 10 siswa obesitas yang memiliki konsep diri positif rendah melalui teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data digunakan dengan observasi, angket dan dokumentasi. Adapun untuk analisis data, peneliti menggunakan *Uji Wilcoxon's*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konsep diri positif siswa obesitas sebelum diberikan teknik *Psikodrama* dalam Layanan bimbingan Kelompok berada dikategori rendah dengan rata-rata skor 80,4 dan setelah diberikan Teknik *Psikodrama* dalam Layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif siswa obesitas mengalami peningkatan menjadi kategori tinggi dengan rata-rata skor 100,3. maka dapat dikatakan adanya perbedaan *pretest* dan *posttest*. Jadi dapat disimpulkan teknik *Psikodrama* dalam Layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif siswa obesitas yang dilihat dari hasil uji *wilcoxon* menunjukkan  $Z_{tabel} < Z_{hitung}$ ,  $0.005 < 0.05$  yang berarti bahwa teknik *Psikodrama* dalam layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan konsep diri positif siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripuyu Kabupaten Kepulauan Meranti.

**Kata Kunci:** *Efektivitas, Teknik Psikodrama, Layanan Bimbingan Kelompok, Konsep Diri Positif, Obesitas*



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## ABSTRACT

**Siti Nur Azimah, (2020): The Effectiveness of Psychodrama Technique on Group Guidance Service in Increasing Positive Self-Concept of Obese Students at State Senior High School 1 Tasik Putripuyu, Kepulauan Meranti Regency**

This research aimed at knowing positive self-concept of obese students after and before being given Psychodrama technique on Group Guidance service. It was an experimental research with the one group pretest and posttest design. 284 students at State Senior High School 1 Tasik Putripuyu were the population of this research, and 10 students having low positive self-concept were selected by using Purposive Sampling technique as the samples. Observation, questionnaire, and documentation were the techniques of collecting the data. Wilcoxon's test was used to analyze the data. The research findings showed that positive self-concept of obese students before being given Psychodrama technique on Group Guidance service was on low category with 80.4 mean score, and it increased after being given Psychodrama technique on Group Guidance service to high category with 100.3 mean score. It could be stated that there was a difference between pretest and posttest. So, it could be concluded that Psychodrama technique on Group Guidance service could increase positive self-concept of obese students, it could be seen from the result of Wilcoxon test that  $Z_{table} 0.005$  was lower than  $Z_{observed} 0.05$ . It meant that Psychodrama technique on Group Guidance service was effective in increasing positive self-concept of obese students at State Senior High School 1 Tasik Putripuyu, Kepulauan Meranti Regency.

**Keywords:** *Effectiveness, Psychodrama Technique, Group Guidance Service, Positive Self-Concept, Obese*

## ملخص

ستي نور عظيمة، (2020) : فعالية تقنية التمثيلية النفسية في خدمة الاستشارة الجماعية لتحسين المفهوم الذاتي الإيجابي لدى التلاميذ السمان في المدرسة الثانوية الحكومية 1 تاسيك فوتري فويو بمنطقة كفولوان ميرانتي

الغرض من هذا البحث هو معرفة المفهوم الذاتي الإيجابي لدى التلاميذ السمان قبل إجراء تقنية التمثيلية النفسية في خدمة الاستشارة الجماعية وبعده. نوع هذا البحث هو بحث تجريبي للمجموعة الواحدة بالاختبار القبلي والبعدي. المجتمع 284 تلميذا في المدرسة الثانوية الحكومية 1 تاسيك فوتري، لكن، أجري هذا البحث بالعينة على 10 تلاميذ سمان لديهم مفهوم ذاتي إيجابي منخفض من خلال تقنية أخذ العينة الهادفة. وتقنية جمع البيانات المستخدمة هي الملاحظة والاستبيان والتوثيق. ولتحليل البيانات، استخدمت الباحثة اختبار ويلكوكسون. تشير نتائج هذا البحث إلى أن المفهوم الذاتي الإيجابي لدى التلاميذ السمان قبل إجراء تقنية التمثيلية النفسية في خدمة الاستشارة الجماعية هو في الفئة المنخفضة بمعدلة درجة 4,80 وبعد إجراء تقنية التمثيلية النفسية في خدمة الاستشارة الجماعية لتحسين المفهوم الذاتي الإيجابي لدى التلاميذ السمان، فقد ازداد ويكون في فئة عالية بمعدلة درجة 3,100. ويمكن الاستنتاج أن هناك احتلافا بين الاختبار القبلي والبعدي. ويمكن الاستنتاج أن تقنية التمثيلية النفسية في خدمة الاستشارة الجماعية لتحسين المفهوم الذاتي الإيجابي لدى التلاميذ السمان كما يتضح من نتائج اختبار ويلكوكسون تظهر  $Z$  جدول  $Z > 0,005$  مما يعني أن تقنية التمثيلية النفسية في خدمة الاستشارة الجماعية فعالة في تحسين المفهوم الذاتي الإيجابي لدى التلاميذ السمان في المدرسة الثانوية الحكومية 1 تاسيك فوتري فويو بمنطقة كفولوان ميرانتي.

الكلمات الأساسية : الفعالية، تقنية التمثيلية النفسية، خدمة الاستشارة الجماعية، المفهوم الذاتي الإيجابي، السمنة



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR ISI

<b>PERSETUJUAN</b> .....	<b>i</b>
<b>PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vii</b>
<b>DATAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Alasan Memilih Judul .....	7
C. Penegasan Istilah.....	8
D. Permasalahan.....	8
E. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	10
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b> .....	<b>12</b>
A. Konsep Diri .....	12
B. Obesitas .....	15
C. Teknik Psikodrama.....	18
D. Layanan Bimbingan Kelompok .....	22
E. Penelitian yang Relevan .....	28
F. Konsep Operasional .....	29
G. Asumsi dan Hipotesis.....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>35</b>
A. Pendekatan Penelitian .....	35
<b>BAB IV PENYAJIAN HASIL PENELITIAN</b> .....	<b>50</b>
A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	50
B. Penyajian Data .....	53
C. Analisis Data .....	56
D. Pembahasan.....	59
<b>BAB V PENUTUP</b> .....	<b>61</b>
A. Kesimpulan .....	61
B. Saran.....	62
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>62</b>
<b>LAMPIRAN</b> .....	<b>64</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel II. 1	Batas <i>Body Mass Indeks</i> orang Asia
Tabel III.1	Rancangan Design
Tabel III. 2	Skor Pada Pilihan Jawaban Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa
Tabel III. 3	Hasil Analisis Uji Validitas Efektivitas Teknik <i>Psikodrama</i> dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa Obesitas
Tabel III. 4	Hasil Uji Reliabilitas
Tabel III. 5	Data Interval
Tabel IV. 1	Identitas Sekolah
Tabel IV. 2	Hasil <i>Pre-test dan Post-test</i>
Tabel IV. 3	Data Hasil <i>Pre-test dan Post-test</i> efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Menggunakan Teknik <i>Psikodrama</i> untuk Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa Obesitas
Tabel IV. 4	Hasil Uji <i>Wilcoxon signed Rank Test Post-Test dan Pre-Test</i> Konsep Diri Siswa Positif Siswa Obesitas
Tabel IV. 5	Hasil <i>Pre-test dan Post-test</i> Konsep Diri Positif Siswa Obesitas

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR GAMBAR

- Gambar IV. 1 Hasil Uji *Pre-Test* dan *Post-Test* Konsep Diri Positif Siswa Obesitas dengan Menggunakan Teknik *Psikodrama* dalam Layanan Bimbingan Kelompok



- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Lampiran 1
- Lampiran 2
- Lampiran 3
- Lampiran 4
- Lampiran 5
- Lampiran 6
- Lampiran 7
- Lampiran 8
- Lampiran 9
- Lampiran 10

## DAFTAR LAMPIRAN

- Instrumen Penelitian
- Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Kelompok
- Lembar Observasi
- Surat Balasan Pra riset
- Surat Izin Melakukan Riset
- Surat Balasan Riset
- Surat Rekomendasi Penelitian
- Surat Pembimbing Skripsi
- Pengesahan Perbaikan Proposal
- Foto Dokumentasi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Obesitas atau kegemukan merupakan suatu permasalahan yang cukup merisaukan dikalangan remaja. Remaja yang obesitas merupakan subjek terhadap stres psikologis terutama di lingkungan sosial, di rumah ataupun di sekolah. Akibat bentuk yang kurang menarik, sering menimbulkan problem dalam pergaulan dan seseorang dapat menjadi rendah diri dan terburuk adalah keputusasaan.

aktivitas fisik yang kurang. Akibatnya akan terjadi akumulasi lemak di daerah subkutan dan jaringan lainnya.<sup>1</sup> Dikalangan remaja, obesitas merupakan permasalahan yang merisaukan, karena dapat menurunkan rasa percaya diri seseorang dan menyebabkan gangguan psikologis yang serius, belum lagi kemungkinan diskriminasi dari lingkungan sekitar. Dapat dibayangkan jika obesitas terjadi pada remaja, maka remaja tersebut akan tumbuh menjadi remaja yang kurang percaya diri.

Hal tersebut diperkuat oleh *American Journal of Epidemiologi* dalam penelitiannya yang mengungkapkan obesitas yang dialami seseorang pada saat remaja berkaitan erat dengan peningkatan risiko kematian di usia paruh baya. (Arisman, 2008) Dengan pertanyaan yang diberikan pada sebagian besar remaja putri yang mengalami kelebihan berat badan

---

<sup>1</sup> Alsa Asmadi. *Hubungan antara Dukungan Orang Tua dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik*. Psikologi. 2006: 1:47-8



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

mengungkapkan bahwa cenderung tidak percaya diri dengan berat badannya, mereka menunjukkan perubahan sikap yang tampak nyata, seperti, merasa minder dengan berat badannya karena merasa tidak terlihat lebih baik dari yang lainnya, dalam benak mereka orang yang memiliki berat badan yang berlebih dapat memperburuk penampilan. Mereka beranggapan penampilan yang baik dapat dilihat dari postur tubuh yang ideal, karena itulah muncul usaha mengurangi berat badan, agar dapat tampil lebih baik meskipun cara yang diambil tidak selalu sesuai dengankesehatan tubuh.<sup>2</sup>

Pada masa remajalah anak menjadi lebih berkonsentrasi pada fisik diri. Perubahan tubuh yang tidak familiar dan fisik yang baru harus terintegrasi ke dalam konsep diri. Bagaimana seseorang memandang dirinya akan tercermin dari keseluruhan perilakunya. Konsep diri diartikan sebagai gambaran seseorang mengenai diri sendiri yang merupakan gabungan dari keyakinan fisik, psikologis, sosial, *emosional aspiratif* dan prestasi yang mereka capai. Sehingga konsep diri menjadi salah satu aspek yang cukup penting bagi individu dalam berperilaku.

Konsep diri dapat di definisikan secara umum sebagai keyakinan pandangan atau penilaian seseorang terhadap dirinya. Definisi yang lebih rinci lagi adalah sebagai berikut: konsep diri adalah keyakinan yang dimiliki individu tentang atribut (ciri-ciri, sifat) yang dimilikinya. (Brehm & kassin,

<sup>2</sup> Tunjung Sri Yulianti dan Dinar Ariasti *Hubungan Antara Tingkat Obesitas Dengan Konsep Diri Pada Remaja Putri Di Kedunggupit Sidoharjo Wonogiri* <https://ejournal.akperinsada.ac.id/index.php/insada/article/view/20/11> vol 2, h. 18





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1993). Definisi lain menyebutkan bahwa konsep diri merupakan semua perasaan dan pemikiran seseorang mengenai dirinya sendiri. Konsep diri meliputi kemampuan, karakter diri, sikap, tujuan hidup kebutuhan dan penampilan diri. *Those physical, social and psychological perceptions of ourselves that we have derived from experiences and our interactions with others* (Brooks, 1974:61)<sup>3</sup>

Siswa yang tidak memiliki konsep diri positif akan berdampak pada kehidupannya. Dampak yang dimaksud adalah siswa menjadi lebih peka terhadap kritikan, hiperkritis, memiliki kecenderungan untuk merasa tidak disenangi oleh orang-orang disekitarnya. Dampak yang disebutkan diatas secara perlahan bisa mengubah penilaian terhadap dirinya sendiri sehingga ia merasa tidak layak dan tidak diterima di tempat lingkungannya berada. Oleh karena itu konsep diri positif siswa obesitas harus di tingkatkan supaya siswa tidak merasa terhambat dalam bergaul dan menjalani kehidupannya sehari-hari.

Dalam rangka meningkatkan konsep diri siswa obesitas, banyak hal yang bisa dilakukan oleh guru BK, salah satunya dengan melakukan bimbingan kelompok. Layanan bimbingan kelompok menurut Gazda merupakan suatu kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat.<sup>4</sup> Oleh karena itu, upaya

<sup>3</sup>Nina W. Syam, *Psikologi Sosial Sebagai Akar Ilmu Komunikasi*, Bandung:Simbiosis Rekatama Media. 2012. h. 55

<sup>4</sup> Prayitno dan Erman Amti. *Dasar – dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta. 2004. h. 108



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bimbingan konseling hendaknya menerima diri dan lingkungan secara positif dan mampu berkomunikasi antar pribadi secara efektif.<sup>5</sup>

Ada beberapa macam teknik yang dapat digunakan dalam melakukan layanan bimbingan kelompok, salah satunya adalah teknik *psikodrama*.<sup>6</sup>

*Psikodrama* merupakan permainan peran yang dimaksud individu yang bersangkutan dapat menemukan konsep dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya, dan menyatakan reaksi terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya.<sup>7</sup> *Psikodrama* memberikan kesempatan untuk melatih dengan aman peranan baru, melihat diri sendiri, serta memberikan perubahan yang positif bagi seseorang. Diharapkan bimbingan kelompok teknik *psikodrama* mampu menjadi wahana pemahaman nilai-nilai positif bagi siswa, khususnya konsep diri siswa obesitas yang tidak hanya dengan pendekatan personal namun dengan pendekatan kelompok seperti bimbingan kelompok yang akan lebih optimal karena para siswa tidak akan merasa terhakimi oleh keadaan sendiri, mereka juga akan mendapatkan pembinaan dan informasi yang positif untuk meningkatkan konsep dirinya, apalagi konsep diri merupakan masalah yang banyak dialami oleh remaja.

Asumsi yang dipakai Penelitian ini adalah dengan model bimbingan kelompok melalui teknik *psikodrama* dapat meningkatkan konsep diri positif siswa obesitas. Dalam pelaksanaan bimbingan kelompok melalui teknik

<sup>5</sup> Sri Narti. *Model Bimbingan Kelompok Berbasis Ajaran Islam untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa*. Yogyakarta: Pustaka pelajar, 2014. h. 17

<sup>6</sup> Afiyani Pramono, *Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Psikodrama* <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view/2722>. h. 101. Terakhir di akses Kamis, 24 January 2019

<sup>7</sup> Fitria Rahmawati, *Psikodrama Untuk Meningkatkan Empati Pelaku Bulllying Terhadap Teman Sebaya Pada Siswa Sekolah Dasar* <http://eprints.umm.ac.id/38354/1/SKIRPSI.pdf>, h. 8. Terakhir di akses Kamis 24 Januari 2019.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*psikodrama* akan terjadi proses interaksi antar individu. Dengan berakting dalam sebuah drama yang pembahasannya mengenai konsep diri siswa obesitas, maka diharapkan hal ini akan menyadarkan seseorang dan juga menggali permasalahan yang sedang dihadapinya.

Penelitian sebelumnya yang telah mengembangkan dan menerapkan teknik *Psikodrama* dilakukan oleh peneliti Linda Dwi Solikhah, Sri Wiyanti Hidayat, Mudaris Muslim dengan judul “Psikodrama untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa SMK” Pelaksanaan Siklus I Skor angket pada pretest dan skor angket siklus I mengalami peningkatan sebesar 22,01%. Rata-rata skor pada pretest angket yaitu 61,6 dan rata-rata skor pada siklus I yaitu 75,26. walaupun skor rata-rata angket pada siklus I meningkat dari rata-rata Pretest namun penelitian belum dikatakan berhasil, karena rata-rata yang pada perubahan prosentase sebesar 22,01%. Pelaksanaan siklus II subjek mulai percaya diri, aktif dan lebih kreatif ketika memerankan drama. Hasil pelaksanaan siklus II mengalami peningkatan dibandingkan siklus I. Hal tersebut ditunjukkan berdasarkan hasil perolehan rata-rata skor angket siklus I 75,26 dan siklus II yaitu 94,47, perubahan prosentase pada siklus II yaitu 53,31%. Pelaksanaan psikodrama pada siklus II dinyatakan berhasil karena telah mencapai indikator keberhasilan lebih dari 50%. Berdasarkan hasil analisis klinis subjek mengalami perubahan tingkah laku yang ditunjukkan dengan: subjek tidak mudah tersinggung, mau menerima kritik dan saran, tidak mudah terpengaruh ajakan teman, mudah tersenyum, tidak mudah murung, mantap dalam mengambil keputusan, mudah bergaul dengan teman-teman, percaya diri ketika menjawab pertanyaan, dapat menghargai orang lain,



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

meminimalisir berbicara kotor, semangat dalam belajar. Berdasarkan hal tersebut maka dapat disimpulkan subjek dapat mencapai kestabilan emosi.<sup>8</sup>

Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripuyu merupakan salah satu lembaga pendidikan yang literturnya, dan juga untuk menetapkan bimbingan dan konseling sebagai sesuatu yang sangat penting dalam sekolah untuk mencapai tujuan pendidikan nasional. Juga membantu siswa berkembang secara optimal baik pribadi, sosial, belajar, maupun karirnya yang akan datang. Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripuyu mempunyai satu guru bimbingan dan konseling yang bertugas dan bertanggung jawab untuk mengontrol maupun mengarahkan siswa menjadi pribadi yang dapat menerima dirinya dengan baik dan mampu mengaktualisasi diri di lingkungan masyarakat dengan baik.

Berdasarkan studi awal yang dilakukan peneliti melalui wawancara dengan siswa pada tanggal 2 Januari 2019 di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripuyu, sebelumnya siswa di sekolah tersebut sudah diberikan beberapa layanan yaitu layanan informasi dan layanan penguasaan dan konten yang bertujuan untuk meningkatkan konsep diri siswa, tetapi peneliti masih menemukan gejala-gejala sebagai berikut:

1. Adanya siswa obesitas yang mempunyai prinsip cantik itu harus kurus
2. Adanya siswa obesitas yang merasa rendah diri diantara teman-temannya

<sup>8</sup> Linda Dwi Solikhah, dkk . “*Psikodrama untuk Meningkatkan Kestabilan Emosi Siswa SMK*” Vol 2 (1) August 2014



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Adanya siswa obesitas yang mempunyai pendapat bahwa gemuk adalah sebuah bencana
4. Adanya siswa obesitas yang tidak menerima diri apa adanya
5. Adanya siswa obesitas yang merasa bahwa pergaulannya merasa terhambat karena bentuk tubuhnya
6. Adanya siswa obesitas yang merasa setiap saat orang lain mencibirnya karena bentuk tubuhnya
7. Adanya siswa obesitas yang merasa tertekan dengan bentuk tubuhnya

Berdasarkan gejala tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang permasalahan ini dengan judul **“Efektivitas Teknik Psikodrama dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa Obesitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripyu Kabupaten Kepulauan Meranti”**

#### B. Alasan Memilih Judul

Adapun alasan peneliti Memilih Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripyu sebagai lokasi penelitian adalah:

1. Persoalan-persoalan yang dikaji dalam judul di atas sesuai dengan bidang ilmu yang penulis pelajari, yaitu bimbingan dan konseling
2. Persoalan- persoalan yang dikaji dalam judul di atas mengandung masalah yang strategis untuk diteliti
3. Masalah-masalah yang dikaji dalam judul di atas belum pernah diteliti oleh peneliti yang lain



### C. Penegasan Istilah

Agar tidak terjadi kesalahpahaman dalam memahami judul ini, maka penulis akan menjelaskan beberapa istilah yang terkandung dalam judul ini sebagai berikut:

1. *Psikodrama* merupakan permainan peran yang dimaksudkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian yang lebih baik tentang dirinya, dapat menemukan konsep dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya.<sup>9</sup>
2. Layanan bimbingan kelompok adalah suatu cara memberikan bantuan atau bimbingan kepada individu atau siswa melalui kegiatan kelompok.<sup>10</sup>
3. *Obesitas* adalah peningkatan berat badan melebihi kebutuhan skeletal dan fisik sebagai akibat akumulasi lemak berlebihan pada tubuh.<sup>11</sup>
4. Konsep diri adalah pandangan dan perasaan yang bersifat biologis, psikologis, dan sosial tentang diri, dan diperoleh melalui pengalaman dan interaksi dengan orang lain.<sup>12</sup>

### D. Permasalahan

#### 1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka dapat diidentifikasi sebagai berikut:

<sup>9</sup> Affiyan Pramono, *Ibid.* h. 101

<sup>10</sup> Affiyan Pramono. *Ibid.* h. 100

<sup>11</sup> Dorland Newman WA. *Kamus Kedokteran Dorland* (edisi ke 29) Jakarta: EGC. 2002:

p. 1520

<sup>12</sup> Jalaluddin rahmat. *Loc. cit*



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. Efektifitas teknik *psikodrama* dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif siswa obesitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripyu Kabupaten Kepulauan Meranti.
- b. Penggunaan teknik *psikodrama* dalam layanan bimbingan kelompok di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripyu Kabupaten Kepulauan Meranti.
- c. Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripyu Kabupaten Kepulauan Meranti.
- d. Konsep diri siswa obesitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripyu Kabupaten Kepulauan Meranti.
- e. Faktor yang mempengaruhi Penggunaan teknik *psikodrama* dalam layanan bimbingan kelompok di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripyu Kabupaten Kepulauan Meranti.
- f. Faktor yang mempengaruhi Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripyu Kabupaten Kepulauan Meranti.
- g. Faktor yang mempengaruhi Konsep diri siswa obesitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripyu Kabupaten Kepulauan Meranti.

## 2. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini peneliti membatasi permasalahan yang akan dikaji hanya pada “Efektivitas teknik *psikodrama* dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif siswa



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

obesitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripuyu Kabupaten Kepulauan Meranti”

### 3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah yang dapat diangkat adalah:

- a. Apakah teknik *psikodrama* dalam layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan konsep diri positif siswa obesitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripuyu Kabupaten Kepulauan Meranti

## E. Tujuan dan Manfaat Penelitian

### 1. Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:”Efektivitas Teknik *Psikodrama* dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa Obesitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripuyu”

### 2. Kegunaan Penelitian

- a. Bagi peneliti, sebagai syarat untuk memperoleh gelar strata 1 (S1) dan sebagai pengalaman bagi peneliti dalam membuat suatu penelitian.
- b. Bagi fakultas Tarbiyah dan Keguruan jurusan Manajemen Pendidikan Islam khususnya konsentrasi Bimbingan Konseling sebagai informasi tentang efektifitas teknik *psikodrama* dalam



layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif siswa Obesitas di SMA Negeri 1 Tasik Putripuyu



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Konsep Diri

##### 1. Pengertian

Menurut Brehm & Kassin konsep diri adalah keyakinan yang dimiliki individu tentang atribut (ciri-ciri, fisik) yang dimiliki.<sup>13</sup> Menurut Ghufuran & Rini risnawati dalam mengatakan konsep diri bukan hanya gambaran deskriptif, melainkan juga penilaian individu mengenai dirinya sendiri.<sup>14</sup> Konsep diri adalah kumpulan keyakinan dan persepsi diri mengenai diri sendiri yang terorganisasi.<sup>15</sup>

Berdasarkan berbagai pendapat mengenai konsep diri dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah pendapat, pengetahuan dan penilaian individu terhadap dirinya sendiri. Baik itu tentang baik buruk, benar salah atau lainnya yang bersangkutan dengan diri individu tersebut.

##### 2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Burns dalam Sri Narti menyebutkan bahwa secara garis besar ada lima faktor yang mempengaruhi perkembangan konsep diri yaitu:

---

<sup>13</sup> Nina W. Syam. *Psikology Sosial Sebagai Akar Ilmu Komunikasi*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media. 2012. h. 55

<sup>14</sup> Nurfaizal, 2016, *Penggunaan Teknik Psikodrama untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa*. <http://ejournal.stkipmpringsewu-lpg.ac.id/index.php/fokus> h. 161

<sup>15</sup> Robert A. Baron & Donn Byrne. *Psikologi Sosial Edisi ke 10*. Jakarta: Penerbit Erlangga. 2003. h. 165



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

- Bahasa, yaitu kemampuan melakukan konseptualisasi dan verbalisasi
- Citra fisik merupakan evaluasi terhadap diri secara fisik
- Umpan balik dari lingkungan
- Identifikasi dengan model peran jenis yang tepat.
- Pola asuh orang tua.

Konsep diri individu akan terbentuk baik dan menjadi positif jika faktor-faktor yang mempengaruhi tersebut berfungsi secara positif juga.<sup>16</sup>

### 3. Aspek-aspek Konsep Diri

#### a. Pengetahuan

Pengetahuan adalah apa yang individu ketahui tentang dirinya. Individu didalam benaknya terdapat satu daftar yang menggambarkan dirinya, kelengkapan atau kekurangan fisik, usia, jenis kelamin, kebangsaan, suku, pekerjaan, agama dan lain-lain.

#### b. Harapan

Pada saat tertentu, seseorang mempunyai suatu aspek pandangan tentang dirinya. Individu juga mempunyai satu aspek pandangan tentang kemungkinan dirinya menjadi apa dimasa depan. Pendeknya, individu mempunyai harapan bagi dirinya sendiri untuk menjadi diri yang ideal.

#### c. Penilaian

Di dalam penelitian, individu yang berkedudukan sebagai penilaian tentang dirinya sendiri. Apakah bertentangan dengan dirinya (a) “siapakah saya”, pengharapan bagi individu, (b)”seharusnya saya

<sup>16</sup> Sri Narti. *Op.cit.* h.15



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menjadi apa”, standar individu. Hasil penilaian tersebut disebut harga diri, semakin tidak sesuai dengan antara harapan dan standar diri, maka akan semakin rendah harga diri seseorang.<sup>17</sup>

#### 4. Pembagian Konsep Diri

Konsep diri terbagi menjadi beberapa bagian. Pembagian konsep diri tersebut dikemukakan oleh Atwater dalam Desmita, yang terdiri dari:

##### a. Fisik Diri

Sikap seseorang terhadap tubuhnya secara sadar dan tidak sadar. Sikap ini mencakup bentuk tubuh, pakaian dan kesehatan.

##### b. Pribadi Diri

Pribadi diri meliputi pikiran, dan sikap-sikap individu terhadap dirinya sendiri. Persepsi individu tentang bagaimana ia harus berperilaku berdasarkan standar, aspirasi, tujuan atau penilaian personal tertentu.

##### c. Sosial Diri

Sosial diri meliputi perasaan mampu dan berharga dalam lingkup interaksi sosial dengan orang lain.

##### d. Moral Etik Diri

Moral etik meliputi sifat-sifat jelek yang dimiliki dan penilaian dalam hubungannya dengan tuhan.

##### e. Keluarga

Keluarga meliputi perasaan berarti dan berharga dalam kapasitasnya sebagai anggota keluarga.<sup>18</sup>

<sup>17</sup> M. Nuh Ghufran dan Rini Risnawati. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media. 2016. h.13



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### 5. Pengaruh Konsep Diri terhadap Prilaku Individu

Konsep diri atau penilaian individu terhadap dirinya sendiri tentunya akan mempunyai dampak atau pengaruh dalam prilaku individu tersebut.

Pengaruh tersebut diantaranya adalah:

- a. Konsep diri berperan dalam mempertahankan keselarasan batin. Pada dasarnya individu selalu mempertahankan keseimbangan dalam kehidupan batinnya. Bila timbul perasaan, pikiran, dan persepsi yang tidak seimbang atau bahkan saling berlawanan, maka akan terjadi iklim psikologi yang tidak menyenangkan sehingga akan mengubah prilaku.
- b. Keseluruhan sikap dan pandangan individu terhadap diri berpengaruh besar terhadap pengalamannya. Setiap individu akan memberikan penafsiran yang berbeda terhadap sesuatu yang dihadapi.
- c. Konsep diri adalah penentu pengharapan individu. Jadi pengharapan adalah inti dari konsep diri. Konsep diri merupakan seperangkat harapan dan penilaian prilaku yang menunjuk pada harapan tersebut. Sikap dan pandangan negatif terhadap kemampuan diri menyebabkan individu menetapkan titik harapan yang rendah. Titik tolak yang rendah menyebabkan individu tidak mempunyai motivasi yang tinggi.<sup>19</sup>

### B. Obesitas

Obesitas atau kegemukan adalah suatu keadaan yang terjadi bila kuantitas fraksi jaringan lemak tubuh dibandingkan berat badan total lebih besar dari

<sup>18</sup> Desmita. *Loc.cit*

<sup>19</sup> Hellen. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : ciputat press. 2002. H. 105



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pada normal. Obesitas adalah peningkatan jumlah energy yang ditimbun sebagai lemak akibat proses adaptasi yang salah.<sup>20</sup>

Obesitas telah menjadi suatu epidemi global di seluruh dunia, dan disebut sebagai The New World Syndrome. Organisasi kesehatan dunia WHO mengatakannya sebagai suatu worldwide epidemic, angka kejadiannya terus meningkat dimana-mana.

Pada umumnya Obesitas dapat dibagi atas dua kelompok besar, yaitu Obesitas tipe Android dan Obesitas tipe Gynoid

#### 1. Obesitas tipe Android

Obesitas dengan tipe ini memiliki ciri ciri Badan berbentuk gendut seperti gentong atau buah apel, perut membuncit kedepan, banyak didapatkan pada kaum pria, sehingga disebut pula obesitas tipe pria atau *male type obesity*. Tipe ini cenderung mengakibatkan penyakit jantung koroner, diabetes, dan stroke.

Nama lain obesitas tipe ini adalah obesitas tipe sentral (central obesity), abdominal obesity, atau visceral obesity. Disebut obesitas viseral karena penimbunan lemak terjadi di dalam rongga perut (abdomen), tepatnya di sekitar omentum usus (viseral). Lemak viseral yang berlebihan ini memperoleh suplai darah dari pembuluh darah omentum, dan mengeluarkan banyak bahan kimia dan hormone ke dalam peredaran darah. Banyaknya lemak yang tertimbun dalam rongga perut mencerminkan makin lebarnya lingkaran pinggang (waist circumference) orang itu.

<sup>20</sup> Dendi Subardja. *Obesitas primer pada anak*. Bandung : PT Kiblat Buku Utama . 2004.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 2. Obesitas tipe Gynoid

Banyak dijumpai pada kaum wanita, panggul dan pantatnya besar, dari jauh tampak seperti buah pir. Tipe ini dinamakan juga obesitas tipe wanita atau *female-type obesity*. Nama lain tipe ini adalah obesitas tipe perifer (peripheral obesity), atau gluteal obesity (dari kata gluteus yang berarti pantat).

Adapun cara menentukan derajat obesitas yang paling sering dipakai adalah dengan mengukur *Body Mass Index* atau BMI, yaitu dengan mengukur tinggi badan (dalam meter) dan berat badan (dalam kilogram), kemudian membagi berat badan dengan kuadrat dari tinggi badan. Lihat Rumus dibawah ini:

$$\text{BMI} = \frac{\text{BB (Kg)}}{(\text{TB (m)} \times \text{TB (m)})}$$

Keterangan:

BMI = *Body Mass Indeks*

BB = Berat Badan

TB = Tinggi Badan<sup>21</sup>

<sup>21</sup> Rabiatul Barirah. *Bimbingan konseling islam dengan teori kognitif behavioural untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa penyandang obesitas*  
<http://digilib.uinsby.ac.id/15269/6/Bab%203.pdf> h. 12 terakhir di akses tanggal 14 Mei 2019

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel II.1**  
**Batas *Body Mass Indeks* orang Asia<sup>22</sup>**

Keadaan Gizi	BMI (kg/m <sup>2</sup> )
Kurus	≤18,5
Normal	18,5 – 22,9
Kegemukan	≤23
Pre obes	23,0 - 24,9
Obes I	≤25,0 – 29,9
Obes II	≤30,0

### C. Teknik Psikodrama

Di dalam buku Prayitno mengatakan bahwa *psikodrama* merupakan permainan peranan yang dimasukkan agar individu yang bersangkutan dapat memperoleh pengertian yang lebih baik tentang dirinya, menyatakan kebutuhan-kebutuhannya, dan menyatakan reaksinya terhadap tekanan-tekanan terhadap dirinya. Dalam *psikodrama* individu yang mempunyai masalah memerankan dirinya sendiri. *Psikodrama* dilakukan untuk tujuan terapi atau penyembuhan.<sup>23</sup>

Dalam *psikodrama* konseli memerankan situasi-situasi dramatis yang dialaminya pada waktu itu, sekarang dan yang diantisipasi akan dialami pada waktu yang akan datang, dengan tujuan untuk memperoleh pengertian yang lebih mendalam mengenai dirinya dan melepaskan tekanan-tekanan yang

<sup>22</sup> Rahman Soegih. *Obesitas*. Jakarta. Sagung. Seto. 2009. h. 9

<sup>23</sup> Prayitno. *Wawasan profesional konseling di sekolah dan madrasah*. Padang : Universitas Negeri Padang. 2009. h. 8



dialami atau katarsis. Kejadian-kejadian yang penting dimainkan kembali agar konseli dapat mengenali perasaan-perasaannya dan dapat mengungkapkan perasaannya sepenuhnya sehingga terbuka jalan untuk terbentuknya perilaku baru. Kelompok *psikodrama* memberikan kesempatan pada anggota kelompok untuk menguji kenyataan, karena kelompok terdiri dari individu-individu dan situasi-situasi kehidupan yang nyata.

Pelaksanaan *psikodrama* memiliki beberapa tahapan dalam pelaksanaannya. Menurut Tatiek Romlah dalam Nurfaizal mengatakan bahwa *psikodrama* terdiri dari tiga tahap, yaitu:

### 1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dilakukan untuk memotivasi anggota kelompok agar mereka siap berpartisipasi secara aktif dalam permainan, menentukan tujuan permainan dan menciptakan perasaan aman dan saling percaya dalam kelompok.

### 2. Tahap Pelaksanaan.

Tahap pelaksanaan terdiri dari kegiatan dimana pemain utama dan pemain pembantu memperagakan permainannya. Dengan bantuan pemimpin kelompok lainnya pemeran utama memperagakan masalahnya. Suatu kejadian dapat diperagakan dalam beberapa adegan. Adegan-adegan dibuat berdasarkan masalah-masalah yang diungkapkan pemeran utama. *Psikodrama* biasanya berkembang dari hal-hal yang bersifat permulaan kearah hal-hal yang lebih mendalam dan merupakan sumber masalah konseli. Lama pelaksanaan *psikodrama* berbeda-beda bergantung pada

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

penilaian pemimpin kelompok terhadap ketertiban emosional pemain utama dan anggota-anggota kelompok yang lain.

### 3. Tahap diskusi

Tahap diskusi atau tahap bertukar pendapat dan kesan, para anggota kelompok diminta untuk memberikan tanggapan dan sumbangan pemikiran terhadap permainan yang dilakukan oleh pemeran utama. Pemeran pemimpin kelompok dalam tahap ini adalah pemimpin diskusi dan mendorong agar sebanyak mungkin anggota kelompok memberikan balikkannya. Dalam memberikan balikan ditekankan pada saling berbagi perasaan dan memberikan dukungan.<sup>24</sup>

Dalam *psikodrama* terjadi proses pembentukan dan penetapan pemeran adegan-adegan yang diantaranya yaitu:

#### a. Panggung permainan (*stage*)

- 1) Tempat untuk beraksi atau tempat sebagai permainan *psikodrama* berlangsung.
- 2) Untuk panggung permainan hendaknya cukup luas untuk memberi ruang gerak bagi pemeran dalam permainan *psikodrama*.
- 3) Tempat tiruan harus merupakan tiruan atau paling tidak secara simbolis mewakili adegan-adegan yang diuraikan klien.
- 4) Jika tidak ada panggung untuk permainan *psikodrama* dapat juga memanfaatkan sebagian ruang untuk tempat permainan.

#### b. Pemimpin *psikodrama*

<sup>24</sup> Nurfaizal, 2016, *Penggunaan Teknik Psikodrama untuk Meningkatkan Konsep Diri* Siswa. <http://ejournal.stkipmpringsewu-lpg.ac.id/index.php/fokus> diakses 2 februari 2019



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 1) Dalam *psikodrama* yang menjadi pemimpin kelompok adalah konselor atau terapis, pemimpin kelompok bisa dikatakan sebagai sutradara.
  - 2) Peranan pemimpin kelompok ini sebagai fasilitas, prosedur dan pengamat/peng analisis.
  - 3) Pemimpin kelompok memiliki sifat kreatif, berani dan memiliki karisma.
  - 4) Tugas dari pemimpin kelompok ini adalah membantu memegang peran utama, merencanakan pelaksanaan, mengamati dengan cermat perilaku pemain utama selama *psikodrama* berlangsung, membantu klien mengungkapkan perasaan secara bebas dan membuat interpretasi.
- c. Pemeran utama (*protagonist*)
- 1) Pemeran utama (*protagonist*) disini sebagai subjek utama dalam peran *psikodrama*
  - 2) Pemeran utama ini mempunyai sifat yang spontan dalam memainkan dramanya.
  - 3) Tugas dari pemain utama ini adalah memainkan kembali kegiatan penting yang dialami waktu lampau, sekarang, dan situasi yang diperkirakan akan terjadi, menentukan kejadian atau masalah yang akan dimainkan, melakukan peran secara spontan, memilih dan mengejar pemain lain yang terpilih terhadap peran apa yang dimainkan berdasarkan masalah pemeran utama.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### d. Pemeran pembantu (*auxiliary*)

- 1) Pemeran pembantu sebagai objek lain atau orang lain yang berarti dalam permainan tersebut bisa pula disebut dengan aktor.
- 2) Fungsi pemeran pembantu untuk menggambarkan peranan-peranan tertentu yang mempunyai hubungan dekat dengan *protagonist* dalam kehidupan sebenarnya.

#### e. Penonton (*audience*)

- 1) Yang menjadi penonton yaitu anggota-anggota kelompok yang tidak menjadi pemeran utama atau pemeran pembantu.
- 2) Memiliki tugas memberikan dukungan bahkan kepada pemeran utama.
- 3) Penonton juga membantu pemeran utama dalam memahami akibat perilaku *protagonist*.<sup>25</sup>

### D. Layanan Bimbingan Kelompok

#### 1. Pengertian

Di dalam buku Dewa Ketut Sukardi mengemukakan bahwa layanan bimbingan dan konseling kelompok memungkinkan sejumlah peserta didik secara bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh bahan-bahandari narasumber tertentu (terutama guru pembimbing).dan atau membahas secara bersama-sama pokok bahasan (topik) tertentu yang berguna untuk menunjang pemahaman individu

<sup>25</sup> Namora Lamongan Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori Dan Praktik*. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup, 2011, h. 151



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

maupun sebagai pelajar, dan untuk pertimbangan dalam pengambilan keputusan atau tindakan tertentu. Bimbingan kelompok sangat mementingkan terbentuknya dinamika kelompok di dalam pelaksanaannya.<sup>26</sup>

Berdasarkan pendapat Mungin dalam Sri Narti berarti dinamika kelompok harus dioptimalkan. Di dalam bimbingan kelompok harus diusahakan agar bisa terwujud semangat bekerja sama antar anggota kelompok untuk mencapai tujuan kelompok. Di dalam dinamika kelompok, seluruh anggota kelompok menampilkan dan membuka diri serta memberikan sumbangan bagi suksesnya kegiatan kelompok. Kehidupan kelompok dijiwai oleh dinamika kelompok karena sangat menentukan arah dan gerak pencapaian tujuan kelompok. Bimbingan kelompok memanfaatkan dinamika kelompok untuk membimbing anggota kelompok dalam mencapai tujuan. Dinamika kelompok adalah hal yang unik dan hanya dapat ditemukan dalam suatu kelompok yang hidup yaitu kelompok yang dinamis, bergerak, aktif dan berfungsi untuk memenuhi suatu kebutuhan dan mencapai tujuan kegiatan kelompok.

Dengan menggunakan kelompok, pembimbing dan konseli akan dapat mengembangkan sikap sosial, sikap memahami peranan konseli dalam lingkungannya menurut penglihatan orang lain dalam kelompok itu karena ia ingin mendapatkan pandangan baru tentang dirinya dari orang

<sup>26</sup> Dewa Ketut Sukardi. *Manajemen Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Alfabeta. h. 48



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

lain. Dengan demikian, melalui bimbingan kelompok dapat timbul kemungkinan diberikannya *group therapy* (penyembuhan gangguan jiwa melalui kelompok) yang fokusnya berbeda dengan konseling.<sup>27</sup> Tetapi hal tersebut dapat diwujudkan dengan penciptaan situasi kebersamaan hak secara keterikatan antara satu dengan yang lain maupun secara peresapan batin melalui peragaan panggung dari contoh tingkah laku atau peristiwa (dramatisasi). *Homerooms* atau diskusi kelompok, rapat-rapat keagamaan, karyawisata, sosiodrama dan *psikodrama*, sangat penting bagi tujuan tersebut.<sup>28</sup>

## 2. Penyelenggaraan Layanan Bimbingan Kelompok

Agar dinamika kelompok yang berlangsung di dalam kelompok dapat secara efektif bermanfaat bagi para anggota kelompok, maka jumlah anggota sebuah kelompok tidak boleh terlalu besar, sekitar 10 orang sampai 15 orang. Untuk menyelenggarakan layanan bimbingan kelompok, terlebih dahulu perlu dibentuk kelompok-kelompok. Ada dua jenis kelompok, yaitu kelompok tetap dan kelompok *incidental*. Kelompok tetap melakukan tugasnya secara berkala. Sesuai penjadwalan yang sudah diatur, sedangkan kelompok tidak tetap terbentuk secara *incidental* dan melakukan kegiatannya atas dasar kesempatan yang ditawarkan oleh konselor ataupun dasar permintaan konseli yang menginginkan untuk membahas masalah tertentu melalui dinamika kelompok.

<sup>27</sup> Wibowo. *Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*, Jakarta: Rineka Cipta. 2005. h.

<sup>28</sup> Prayitno. *Op cit.* h. 18



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dalam layanan bimbingan kelompok, konselor secara langsung berada dalam kelompok, dan bertindak sebagai fasilitator. Setiap satu kali kegiatan kelompok berlangsung selama waktu tertentu, misalnya satu atau dua jam, bahkan dapat sampai tiga jam. Untuk kelompok tetap sifat penyelenggaraan kegiatannya dapat berkesinambungan dari satu kali kegiatan ke kegiatan yang lainnya.

### 3. Tujuan Bimbingan Kelompok

Secara umum tujuan bimbingan kelompok ialah untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui kondisi dan proses berprasaan, berpikir, berpersepsi dan berwawasan yang terarah, luwes dan luas serta dinamis, maka kemampuan berkomunikasi, bersosialisasi dan bersikap dapat dikembangkan.<sup>29</sup> Secara lebih khusus bimbingan kelompok bertujuan untuk membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual dan menjadi perhatian peserta atau anggota kelompok. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap yang menunjang perwujudan tingkah laku yang lebih efektif, yakni peningkatan kemampuan berkomunikasi baik verbal maupun non verbal.<sup>30</sup>

<sup>29</sup> Anas Salahudin. *Bimbingan dan Konseling*. Bandung: CV. Pustaka Setia. 2010. h. 97

<sup>30</sup> Sri Narti. *Op.cit.* h. 32



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 4. Tahap-Tahap Bimbingan Kelompok

### a. Tahap Pembentukan

Pada tahap pembentukan temanya adalah pengenalan, pelibatan dan pemasukan diri dalam satu kelompok. Tahap pembentukan meliputi kegiatan:

- 1) Mengungkapkan pengertian dan tujuan maupun harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing, sebagian maupun seluruh anggota kelompok,
- 2) Menjelaskan cara-cara dan asas-asas bimbingan kelompok,
- 3) Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri,
- 4) Teknik khusus, ada beberapa teknik yang dapat digunakan oleh pemimpin kelompok dalam tahap ini. Teknik-teknik berguna bagi pengembangan sikap anggota kelompok yang semula tumbuh secara lamban,
- 5) Permainan penghangatan dan pengakraban.

### b. Tahap Peralihan

Tahap peralihan meliputi kegiatan:

- 1) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap selanjutnya,
- 2) Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya,
- 3) Membahas suasana yang terjadi,
- 4) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota,





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

5) Kalau perlu kembali ke beberapa aspek tahap pertama atau tahap pembentukan.

#### c. Tahap Kegiatan

Tahap ini meliputi kegiatan:

- 1) Pemimpin kelompok mengemukakan suatu masalah atau topik untuk kelompok tugas, sedangkan untuk kelompok bebas yang dilakukan adalah mengemukakan permasalahan kemudian pemilihan permasalahan atau topik,
- 2) Tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut permasalahan atau topik yang dikemukakan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut permasalahan yang dikemukakan pemimpin kelompok atau yang telah dipilih anggota kelompok,
- 3) Anggota membahas permasalahan atau topik tersebut secara mendalam dan tuntas,
- 4) Kegiatan selingan

#### d. Tahap Pengakhiran

Pada tahap pengakhiran yang dilakukan adalah pemberitahuan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pengambilan kesimpulan oleh anggota kelompok, refleksi tentang kegiatan yang baru saja dilakukan, membicarakan rencana pertemuan selanjutnya, doa penutup.<sup>31</sup>

<sup>31</sup> Ibid. h. 40



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### E. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan ialah penelitian yang digunakan sebagai bahan perbandingan untuk menghindari manipulasi terhadap sebuah karya ilmiah dan menguatkan tentang penelitian yang penulis lakukan benar-benar belum diteliti oleh peneliti sebelumnya. Diantara penelitian yang relevan dalam penelitian ini adalah:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Paloma Fauziah siregar pada tahun 2013 dengan judul “Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Psikodrama Terhadap Prilaku Konformitas Pada Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 48 Medan” penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama terhadap prilaku konformitas pada siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 48 Medan. Kesimpulannya adalah perubahan penurunan interval prilaku konformitas siswa setelah di beri layanan bimbingan kelompok teknik psikodrama sebesar 42%. Dengan demikian berdasarkan tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok teknik psikodrama terhadap prilaku konformitas siswa, maka peneliti telah menemukan ada pengaruh bimbingan kelompok teknik psikodrama sebesar 42% terhadap pengurangan prilaku konformitas siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 48 Medan tahun ajaran 2016/2017 atau hipotesis dapat di terima. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah sama sama menggunakan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama. Sedangkan perbedaannya adalah penelitian ini untuk mengetahui prilaku konformitas



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

siswa, sedangkan penelitian yang peneliti lakukan adalah untuk meningkatkan konsep diri positif siswa obesitas.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Kamaruzzaman pada tahun 2016 dengan judul “meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik psikodrama pada siswa kelas X SMA Negeri 01 Ngabang” penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal melalui layanan Bimbingan Kelompok dengan teknik psikodrama. Kesimpulannya adalah adanya peningkatan keterampilan komunikasi interpersonal siswa kelas X Sekolah Menengah Atas Negeri 01 Ngabang Kabupaten Landak setelah diberikan tindakan layanan bimbingan kelompok.

Dari uraian di atas, persamaan penelitian yang dilakukan oleh Leli Yuliana dan Kamaruzzaman dengan penelitian yang penulis lakukan adalah penggunaan teknik *psikodrama* melalui layanan bimbingan kelompok, tetapi ada perbedaan yang mana penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu mengenai efektifitas teknik *psikodrama* dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri siswa *obesitas*.

#### F. Konsep Operasional

Konsep operasional adalah konsep yang digunakan untuk memberikan batasan terhadap kerangka teori, hal ini sangat diperlukan agar tidak terjadi kesalahpahaman dalam tulisan ini. Yang menjadi fokus penelitian ini adalah “efektifitas teknik *psikodrama* dalam layanan bimbingan kelompok untuk



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

meningkatkan konsep diri positif siswa *obesitas* di Sekolah Menengah Negeri 1 Tasik Putripuyu Kabupaten Kepulauan Meranti”

### 1. Indikator Teknik *Psikodrama*

#### a. Persiapan (*Warm-Up*)

- 1) Pemimpin kelompok memberikan uraian singkat mengenai hakikat dan tujuan *psikodrama*.
- 2) Mewawancarai anggota kelompok tentang kejadian-kejadian pada saat ini atau lampau.
- 3) Meminta anggota kelompok untuk membentuk kelompok-kelompok kecil dan mendiskusikan kelompok-kelompok yang pernah mereka alami, yang ingin mereka kemukakan dalam *psikodrama*.

#### a. Pelaksanaan

- 1) *Protagonist* dan peran pembantu memainkan peranannya dalam *psikodrama*.
- 2) Lama pelaksanaan tergantung pada penilaian pemimpin kelompok terhadap tingkat keterlibatan emosional *protagonist* dan pemain lainnya.

#### b. Diskusi

- 1) Pemimpin kelompok meminta para anggota kelompok untuk memberikan tanggapan dan *brainstorm* terhadap permainan pemeran *protagonis*.
- 2) Pemimpin kelompok memimpin diskusi dan mendorong sebanyak mungkin anggota kelompok memberikan balikkannya.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 3) Pemimpin kelompok menetralsir balikan yang bersifat menyerang atau menjatuhkan *protagonist*<sup>32</sup>

**b. Indikator Layanan Bimbingan Kelompok****a. Tahap Pembentukan**

- 1) Mengungkapkan pengertian dan tujuan maupun harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing, sebagian maupun seluruh anggota kelompok
- 2) Menjelaskan cara-cara dan asas-asas bimbingan kelompok
- 3) Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri
- 4) Permainan penghangatan dan pengakraban.

**b. Tahap Peralihan**

- 1) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap selanjutnya
- 2) Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya
- 3) Membahas suasana yang terjadi
- 4) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota

**c. Tahap Kegiatan**

- 1) pemimpin kelompok mengemukakan suatu masalah atau topik untuk kelompok tugas, sedangkan untuk kelompok bebas yang dilakukan adalah mengemukakan permasalahan kemudian pemilihan permasalahan atau topik

---

<sup>32</sup>Nurfaizal. *Op.cit*



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 2) Tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut permasalahan atau topik yang dikemukakan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut permasalahan yang di kemukakan pemimpin kelompok atau yang telah dipilih anggota kelompok
  - 3) Anggota membahas permasalahan atau topik tersebut secara mendalam dan tuntas
  - 4) Kegiatan selingan
- d. Tahap Pengakhiran
- 1) Pemberitahuan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pengambilan kesimpulan oleh anggota kelompok
  - 2) Refleksi tentang kegiatan yang baru saja dilakukan
  - 3) Membicarakan rencana pertemuan selanjutnya
  - 4) Doa penutup<sup>33</sup>

#### c. Indikator Konsep Diri

- a. Sosial
  - 1) Peranan sosial yang diperankan oleh individu mencakup hubungan antara individu dengan keluarga dan individu dengan lingkungan
  - 2) Menjalin hubungan yang baik dengan guru, orang tua dan teman
- b. Fisik
  - 1) Meliputi seluruh kepemilikan individu yang terwujud dalam benda-benda nyata seperti tubuh, pakaian, benda material, dan sebagainya

<sup>33</sup> Sri Narti. *Op.cit*



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 2) Memahami kondisi fisik
- 3) Menjaga penampilan diri
- c. Norma atau Nilai
  - 1) Nilai dan prinsip yang memberi arti dan arah dalam kehidupan individu dan memandang nilai etika moral dirinya seperti kejujuran, tanggung jawab atas kegagalan yang dialaminya, religious serta prilakunya.
  - 2) Mentaati aturan yang ada di lingkungan sekolah, masyarakat dan keluarga.
- d. Akademik
  - 1) Memiliki kemampuan yang berhubungan dengan belajar
  - 2) Mengatasi masalah yang berhubungan dengan belajar
  - 3) Memiliki kemampuan yang sama dengan teman dalam hal belajar<sup>34</sup>

## G. Asumsi dan Hipotesis

### 1. Asumsi

Adapun asumsi dari penelitian ini adalah:

- a. Kurang adanya kepercayaan diri positif pada siswa
- b. Layanan bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan konsep diri positif siswa obesitas

<sup>34</sup>Nina W. Syam. *Ibid.* h. 57

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 2. Hipotesis

Hipotesis adalah sebagai jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan dalam penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul.<sup>35</sup> Adapun hipotesis penelitian ini adalah:

$H_0$  : teknik *psikodrama* pada layanan bimbingan kelompok tidak efektif untuk meningkatkan konsep diri positif siswa obesitas

$H_a$  : teknik *psikodrama* pada layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan konsep diri positif siswa obesitas.

<sup>35</sup> Arikuntora, *Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta. 2006 hlm.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### BAB III

## METODE PENELITIAN

### A. Pendekatan Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan cara memberikan teknik *Psikodrama* kepada kelompok eksperimen tanpa ada kelompok kontrol. Metode dalam penelitian ini dilakukan dengan eksperimental pola *One group* bahwa metode one grup eksperimen menggunakan hanya satu kelompok dan dapat diterapkan dalam beberapa bentuk, antara lain: *One group pretest dan posttest design*, dengan “pola sebelum dan sesudah” dengan struktur.



**Gambar 1. Rancangan penelitian *The One Group Pretest PostTest Design*.**

Keterangan:

O<sub>1</sub> : Nilai *pre-test*

O<sub>2</sub> : Nilai *post-test*

X : *Treatment*<sup>36</sup>

<sup>36</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktik*, (Jakarta: Rineka Cipta.2010), hal.124.



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hal yang dilakukan dalam pelaksanaan penelitian adalah:

#### 1. Memberikan *Pretest*

Tujuan dari pemberian *pretest* adalah untuk mengetahui bagaimana konsep diri positif siswa obesitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripuyu sebelum diberikan perlakuan. Pemberian *pretest* dalam bentuk angket yang berisi tentang indikator konsep diri.

#### 2. Perlakuan atau *Treatment*

Perlakuan yang diberikan teknik *Psikodrama* melalui konseling kelompok yang dilaksanakan oleh peneliti terhadap sampel yang telah ditentukan sebelumnya. Perlakuan atau *treatment* dilakukan setelah mengetahui tingkat konsep diri positif siswa obesitas melalui hasil angket dari *pretest*.

#### 3. Memberikan *Posttest*

Pemberian *posttest* setelah diberikan perlakuan. Tujuan *posttest* yaitu untuk mengetahui sejauh mana teknik *Psikodrama* melalui bimbingan kelompok mempengaruhi konsep diri positif siswa obesitas.

### B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripuyu Kabupaten Kepulauan Meranti. Pemilihan lokasi ini didasari oleh persoalan-persoalan yang ingin diteliti oleh penulis ada dilokasi ini.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### C. Subjek dan Objek Penelitian

Subjek utama dalam penelitian ini adalah siswa, sedangkan objek penelitian ini adalah efektifitas teknik *psikodrama* dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri siswa obesitas di sekolah menengah atas negeri 1 Tasik Putripuyu kabupaten Kepulauan Meranti.

### D. Populasi dan Sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas atau karakteristik tertentu yang di tetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>37</sup> Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripuyu Kabupaten Kepulauan Meranti yang berjumlah 284 siswa. Mengingat populasi dalam penelitian ini cukup besar, sementara kemampuan dan kesempatan penulis terbatas, maka dalam penelitian ini penulis melakukan penarikan sampel.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut.<sup>38</sup> Untuk menentukan sampel peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*/sampel bertujuan. Teknik ini dipandang lebih efektif dan efisien, dimana teknik ini merupakan teknik pengambilan sampel yang didasarkan adanya tujuan tertentu.

<sup>37</sup>Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta. 2014, h. 119

<sup>38</sup>*Ibid*, h. 120

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel III. 2**  
**Data Kategori Obesitas Sample**

No	Nama	Tinggi Badan	Berat Badan	Kategori
1	IB	143	50	Obesitas
2	TK	154	58	Obesitas
3	SLN	149	57	Obes I
4	KRM	150	57	Obes I
5	NA	145	49	Obesitas
6	KH	143	58	Obesitas
7	MTQ	143	57	Obesitas
8	NF	150	60	Obes I
9	CL	151	58	Obes I
10	KL	150	63	Obes I

### E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan penulis sebagai berikut:

#### 1. Observasi

Observasi sebagai teknik pengumpulan data mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain, yaitu wawancara dan kuesioner. Kalau wawancara dan kuesioner selalu berkomunikasi dengan orang, maka observasi tidak terbatas pada orang, tetapi juga obyek-obyek alam yang lain. Teknik pengumpulan data dengan observasi digunakan bila penelitian berkenaan dengan perilakumanusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan bila responden yang diamati tidak terlalu besar. Memberikan *Pre-test*

Tujuan dari pemberian *pre-testa* dalah untuk mengetahui bagaimana minat belajar siswa sebelum diberikan bimbingan kelompok



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dengan teknik *Psikodrama*. Pemberian *pre-test* dalam bentuk angket yang berisi tentang indikator konsep diri.

#### 2. Perlakuan (Treatment)

Perlakuan yang diberikan berupa bimbingan kelompok dengan teknik *Psikodrama* yang dilaksanakan oleh peneliti terhadap sampel yang telah ditentukan sebelumnya.

Dalam *treatment* ini tahapan yang akan dilakukan dalam bimbingan kelompok dengan teknik *Psikodrama* adalah:

- a. Tahap pembentukan yaitu tahapan yang membentuk kerumusan individu menjadi satu kelompok yang siap mengembangkan dinamika kelompok dalam mencapai tujuan bersama.
  - 1) Guru pembimbing memberikan salam pembuka dan menerima anggota kelompok secara terbuka serta mengucapkan terima kasih.
  - 2) Guru pembimbing memulai kegiatan dengan berdoa.
  - 3) Guru pembimbing menjelaskan bimbingan kelompok.
  - 4) Guru pembimbing menjelaskan tujuan bimbingan kelompok.
  - 5) Guru pembimbing menjelaskan cara pelaksanaan layanan bimbingan kelompok.
  - 6) Guru pembimbing menjelaskan asas bimbingan kelompok.
  - 7) Perkenalan masing-masing anggota kelompok dilanjutkan dengan permainan



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- b. Tahap peralihan yaitu tahapan untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok.
  - 1) Guru pembimbing menjelaskan kembali tentang bimbingan kelompok kepada paraanggota kelompok dan memberi contoh topic tugas yang akan dibahas anggota kelompok dalam membentuk hubungan sosial.
  - 2) Guru pembimbing menanyakan kesiapan anggota kelompok untuk kegiatan lebih lanjut.
- c. Tahap kegiatan, yaitu tahapan kegiatan inti untuk membahas topik-topik tertentu.
  - 1) Guru pembimbing mengemukakan topic tugas untuk dibahas anggota kelompok dalam membentuk hubungan sosial.
  - 2) Guru pembimbing melakukan tanya jawab tentang topik yang telah dikemukakan kepada anggota kelompok dalam membentuk hubungan sosial.
  - 3) Guru pembimbing melakukan pembahasan topic tersebut secara tuntas dengan anggota kelompok dalam membentuk hubungan sosial.
  - 4) Guru pembimbing menegaskan komitmen para anggota kelompok berkenaan dengan topic tersebut dalam membentuk hubungan sosial.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

d. Tahap pengakhiran, yaitu tahapan akhir kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok, serta merencanakan kegiatan selanjutnya.

- 1) Guru pembimbing menjelaskan bahwa kegiatan bimbingan kelompok akan diakhiri.
- 2) Guru pembimbing meminta anggota kelompok mengemukakan kesan dan menilai kemajuan yang dicapai anggota kelompok dalam membentuk hubungan sosial.
- 3) Guru pembimbing memberikan *laiseg* untuk mengukur tingkat pemahaman anggota kelompok berkenaan dengan membentuk hubungan sosial.
- 4) Guru pembimbing mengucapkan terima kasih dan menutup kegiatan dengan berdoa.

### 3. Melakukan *Post-test*

Pemberian *post-test* setelah diberikan perlakuan. Tujuan *post-test* yaitu untuk mengetahui seberapa efektif bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik. Penelitian yang dilakukan dalam hal ini adalah dengan menggunakan kuesioner.

Untuk menjangkau data efektivitas teknik *Psikodrama* dalam layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan konsep diri positif siswa obesitas penulis memberikan lima alternatif jawaban yaitu : sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, sangat tidak setuju.<sup>39</sup>

<sup>39</sup>Sukardi. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara. 2012, h. 146



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Untuk mendapatkan instrument yang baik hendaknya dilakukan uji instrument yang terdiri dari uji validitas dan reabilitas dengan bantuan *program SPSS 21.0 for windows*.

## 4. Kuesioner

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner.<sup>40</sup> Kuesioner adalah sekumpulan daftar pertanyaan atau pernyataan tertulis yang diberikan pada subyek penelitian. Item kuesioner ini memiliki item *favorable* dan *unfavorable*. *Favorable* adalah pernyataan yang mendukung atau memihak pada objek penelitian. Sedangkan *unfavorable* adalah pernyataan yang tidak mendukung atau tidak memihak pada objek penelitian, kuesioner yang disusun dalam penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan konsep diri positif siswa obesitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripyu Kabupaten Kepulauan Meranti.

Kuesioner ini bersifat tertutup, pernyataan tertutup adalah pernyataan yang alternative jawabannya sudah ditentukan oleh peneliti, sehingga responden tidak diberi kesempatan untuk memberikan jawaban lain. Untuk pengskoran angket tertutup ini untuk alternatif jawaban sangat sesuai (SS) diberi skor 5, sesuai (S) diberi skor 4, cukup sesuai (KS) diberi skor 3, tidak sesuai (TS) diberi skor 2, sangat tidak setuju (STS) diberi skor 1.<sup>41</sup>

<sup>40</sup> Widodo, *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rajawali Pers Jakarta, h. 72

<sup>41</sup> Sofar dan Widiono, *Metodologi Penelitian Sosial untuk Penulisan Skripsi dan Tesis*, Jakarta: In Media, 2013, h. 150





Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Tabel III.3**  
**Skor Pada Pilihan Jawaban Efektivitas Bimbingan**  
**Kelompok dengan Pendekatan *Psikodrama* untuk**  
**Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa Obesitas**

No	Pernyataan	
	Jawaban	Nilai
1	Sangat sering	5
2	Sering	4
3	Kadang-kadang	3
4	Tidak pernah	2
5	Sangat tidak pernah	1

Sebelum angket tersebut digunakan maka penulis terlebih dahulu menguji kevalidan dan reliabel angket untuk mengetahui layak atau tidaknya digunakan dalam penelitian. Untuk mengetahui validitas dan reliabilitas instrumen dapat dijelaskan sebagai berikut:

a. Uji validitas

Menurut Hartono, validitas adalah ukuran yang menunjukkan tingkat kesahihan suatu instrumen.<sup>42</sup> Untuk mengukur validitas digunakan analisis faktor yakni mengkorelasi skor item instrumen dan skor totalnya dengan bantuan *program SPSS 21.0 for windows*. Adapun rumus yang digunakan adalah *product moment* dari pearson.

<sup>42</sup>Hartono. *Analisis Item Instrumen*. Pekanbaru: Zanafa Publishing bekerjasama dengan Musa Media Bandung. 2010, h. 81

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

$$r_{xy} = \frac{N(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  : koefisien korelasi antara skor item dan skor total

$\sum x$  : jumlah skor butir

$\sum y$  : jumlah skor total

$\sum x^2$  : jumlah kuadrat butir

$\sum y^2$  : jumlah kuadrat total

$\sum xy$  : jumlah perkalian skor item dan skor total

$N$  : jumlah responden

Validitas suatu butir pertanyaan dapat dilihat pada output SPSS, yakni dengan membandingkan nilai hitung dengan nilai tabel. Apabila nilai hitung lebih besar dari nilai tabel maka dapat dikatakan item tersebut valid, sebaliknya apabila nilai hitung lebih rendah dari nilai tabel maka disimpulkan item tersebut tidak valid sehingga perlu diganti.

**Tabel III.3**

**Hasil Analisis Uji Validitas Efektivitas Teknik *Psikodrama* dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa Obesitas**

Nomor Item Pernyataan Item	r Hitung	r Tabel	Keterangan
1	0,521	0,232	Valid
2	0,035	0,232	Tidak valid
3	0,032	0,232	Tidak valid
4	0,440	0,232	Valid
5	0,515	0,232	Valid

6	0,521	0,232	Valid
7	0,037	0,232	Tidak valid
8	0,447	0,232	Valid
9	0,538	0,232	Valid
10	0,144	0,232	Tidak valid
11	0,537	0,232	Valid
12	0,543	0,232	Valid
13	0,525	0,232	Valid
14	0,521	0,232	Valid
15	0,379	0,232	Valid
16	0,058	0,232	Tidak valid
17	0,543	0,232	Valid
18	0,525	0,232	Valid
19	0,521	0,232	Valid
20	0,543	0,232	Valid
21	0,464	0,232	Valid
22	0,033	0,232	Tidak valid
23	0,174	0,232	Tidak valid
24	0,263	0,232	Tidak valid
25	0,091	0,232	Tidak valid
26	0,333	0,232	Valid
27	0,578	0,232	Valid
28	0,447	0,232	Valid
29	0,047	0,232	Tidak valid
30	0,003	0,232	Tidak valid
31	0,538	0,232	Valid
32	0,431	0,232	Valid
33	0,357	0,232	Valid

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

34	0,543	0,232	Valid
35	0,525	0,232	Valid
36	0,442	0,232	Valid
37	0,379	0,232	Valid
38	0,357	0,232	Valid
39	0,543	0,232	Valid
40	0,073	0,232	Tidak valid
41	0,521	0,232	Valid
42	0,543	0,232	Valid
43	0,180	0,232	Tidak valid
44	0,365	0,232	Valid
45	0,430	0,232	Valid
46	0,440	0,232	Valid
47	0,220	0,232	Tidak Valid
48	0,333	0,232	Valid
49	0,578	0,232	Valid
50	0,447	0,232	Valid
51	0,538	0,232	Valid

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa butir yang valid 37 butir dari 51 butir pernyataan dengan nilai  $r$  hitung lebih besar dari  $r$  tabel 0,329. Selebihnya butir pernyataan yang lebih kecil dari  $r$  tabel digugurkan.

## b. Uji reliabilitas

Uji reliabilitas instrument dalam penelitian ini dengan bantuan program *SPSS 21.0 for windows*. Adapun rumus yang digunakan adalah rumus *cronbach alpha*.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

$$r_{11} = \frac{k}{k-1} \times \left\{ 1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t} \right\}$$

Keterangan:

- $r_{11}$  = Nilai reliabilitas  
 $\sum S_i^2$  = Jumlah varian skor tiap-tiap item  
 $S_t$  = Varians total  
 $k$  = Jumlah item

Adapun hasil uji reliabilitas instrumen penelitian dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel III.4**  
**Hasil Uji Reliabilitas**

Variabel	Butir Pernyataan	Alpha
Efektivitas Teknik <i>Psikodrama</i> dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa Obesitas	37	0,967

Nilai alpha yang digunakan sebagai indikator analisis secara umum menggunakan taraf signifikan 5% dengan nilai “r” tabel sebesar 0,232. Maka  $r$  hasil >  $r$  Tabel yang berarti instrumen penelitian reliabel.

c. Dokumentasi

Dokumentasi diperoleh dari pihak tata usaha untuk memperoleh data-data tentang sarana dan prasarana sekolah, keadaan siswa dan guru, kurikulum yang digunakan, dan riwayat sekolah.

## F. Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dalam penelitian ini diolah melalui beberapa teknik.

Berikut dijelaskan dalam analisis data penelitian ini.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## 1. Deskripsi data

Kondisi konsep diri positif siswa obesitas akan dideskripsikan melalui norma kategori yang diklasifikasikan dengan kriteria tinggi, sedang, rendah. Kategori dilakukan untuk menempatkan individu dalam kelompok-kelompok terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur. Untuk menghitung rentangan data atau interval, menurut Irianto rumus yang dapat digunakan sebagai berikut:

$$I = \frac{DT-DR}{5}$$

5

Keterangan:

I = Interval

DT = Data Tinggi

DR = Data Rendah

K = Jumlah Kelas

Penghitungan dalam menentukan rentangan skor atau interval skor dalam penelitian ini dilakukan sebagai berikut:

$$i = \frac{DT-DR}{5}$$

$$i = \frac{185-37}{5}$$

$$i = \frac{148}{5}$$

$$i = 30$$

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan, maka interval skor yang didapat sebesar 30. Selanjutnya, peneliti menentukan kategori untuk meningkatkan konsep diri siswa obesitas sebagai berikut:

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel III.5**  
**Data Interval**

Skor	Kategori
155-185	Sangat Tinggi
125-154	Tinggi
95-124	Sedang
65-94	Rendah
35-64	Sangat Rendah

Mengingat penelitian ini bersifat eksperimen. Dengan menggunakan rumus  $t_0$  untuk sampel besar ( $N \leq 30$ ). Adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut<sup>43</sup>:

Uji *wilcoxon* untuk sampel:

$$Z = \frac{T - \left[ \frac{1}{4N(N+1)} \right]}{\sqrt{\frac{1}{24N(N+1)(2N+1)}}$$

N = banyak data yang berubah setelah diberi perlakuan berbeda

T = jumlah rangking dari nilai selisih yang negatif (apabila banyaknya selisih yang positif lebih banyak dari banyaknya selisih negatif)

<sup>43</sup>Hartono. *Statistik untuk Penelitian*. Pekanbaru: Zanafana Publishing, 2008, h. 184-185

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dan analisis data yang telah disajikan, secara umum hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebelum diberikan perlakuan dengan teknik *Psikodrama* dalam bimbingan kelompok, konsep diri positif siswa obesitas memperoleh hasil *pretest* dengan rata-rata skor 80,4 berkategori rendah.
2. Setelah diberikan perlakuan dengan teknik *Psikodrama* dalam bimbingan kelompok, konsep diri positif siswa obesitas meningkat dengan memperoleh hasil *posttest* dengan rata-rata skor 100,3 berkategori tinggi.
3. Teknik *Psikodrama* dalam bimbingan kelompok dapat secara efektif untuk meningkatkan konsep diri positif siswa obesitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 tasik Putripuyu, hal ini dapat terbukti dari hasil uji *Wilcoxon Signed Rank* diperoleh angka probabilitas *Asymp. Sing. (2-tailed)* sebesar 0,005 jika dibandingkan dengan signifikansi 5% maka  $0,005 < 0,05$  sehingga hipotesis alternatif diterima.





#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah diuraikan, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Siswa yang telah mengikuti teknik *Psikodrama* dalam konseling kelompok agar dapat mempertahankan komitmen yang telah di buat dan dapat mengaktualisasikan diri secara lebih baik lagi.
2. Guru bimbingan dan konseling agar terus memelihara dalam pengembangan pemberian teknik *Psikodrama* dalam layanan bimbingan kelompok untuk menyelesaikan permasalahan siswa.
3. Majelis guru agar dapat bekerjasama dengan guru bimbingan dan konseling dalam membantu mengembangkan diri siswa menjadi lebih baik.
4. Kepala sekolah agar lebih memperhatikan dan memberikan kebijakan kepada pelayanan bimbingan dan konseling yang ada di sekolah.
5. Peneliti selanjutnya dapat dijadikan sebagai dasar peneliti lanjutan dengan memperluas variabel dan subjek penelitian tentang efektivitas teknik *Psikodrama* dalam bimbingan kelompok, konsep diri positif siswa obesitas



## DAFTAR PUSTAKA

- Afiyani Pramono. (Tidak tertera tahun) *Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Melalui Teknik Psikodrama*. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view/2722>.
- Anas Salahudin. 2010. *Bimbingan dan Konseling*. Bandung : CV. Pudtsks Setia.
- Arikuntora. 2006. *Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Dendi Subardja. 2004. *Obesitas Primer Pada Anak*. Bandung : PT Kiblat Buku Utama.
- Desmita. 2012. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung : PT Remaja Rosda Karya.
- Dewa Ketut Sukardi. 2003. *Manajemen Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung : Alfabeta.
- Fitria Rahmawati. *Psikodrama untuk Meningkatkan Empati Pelaku Bulliyng Terhadap Teman Sebaya pada Siswa Sekolah Dasar*. <http://eprints.umm.ac.id/38354/1/SKIRPSI.pdf>
- Hartono. 2016. *Analisis Item Instrumen*. Pekanbaru : Zanafah Publishing Bekerja Sama dengan Musa Media Bandung.
- Hellen. 2002. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Ciputat Press.
- Jalaluddin Rakhmat. 2005. *Psikologi Komunikasi*. Bandung : PT Rosda Karya.
- M. Nuh Ghufran dan Rini Risnawati. 2016. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Namora Lamongan Lubis. 2011. *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teoridan Praktik*. Jakarta : Kencana Prenada Media Grup.
- Nurfaizal. 2016. *Penggunaan Teknik Psikodrama untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa*. <http://ejournal.stkipmpringsewu-lpg.ac.id/index.php/fokus>.
- Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar – dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Prayitno. 2009. *Wawasan Professional Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Padang : Universitas Negeri Padang.

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Rahman Soegih. 2009. *Obesitas*. Jakarta. Sagung. Seto.

Raja Rahima dan Fitra Herlinda. 2017. *Instrumen BK 1: Teknik Non Tes (teori dan praktek)*, Pekanbaru : Cahaya Firdaus Publishing and Printing.

Santoso. 2010. *Statistic Non Parametrik Konsep dan Aplikasi dengan SPSS*, (Jakarta : Elex Media Komputindo),

Sri Narti. 2014. *Model Bimbingan Kelompok Berbasis Ajaran Islam untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa*. Yogyakarta : Pustakapelajar.

Sugiono, 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Method)*. Bandung : Alfabeta.

Yusuf. 2013. *Metode Penelitian, Kuantitatif, Kualitatif, dan Gabungan*. Padang : UNP Press.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LAMPIRAN

### ANGKET PENELITIAN

#### Tentang Efektivitas Teknik *Psikodrama* dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa Obesitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripuyu Kabupaten Kepulauan Meranti

##### A. Petunjuk

1. Angket ini semata-mata bertujuan untuk penelitian ilmiah. Pengisian ini tidak mempengaruhi status anda sebagai siswa/siswi dan tidak berpengaruh terhadap nilai anda.
2. Dimohon kesediaan anda mengisi angket ini dengan sejujurnya, karena identitas atau nama anda dirahasiakan dan kerahasiaan jawaban anda terjamin oleh peneliti.
3. Pilih salah satu alternatif jawaban dibawah yang menurut anda paling sesuai dan berilah tanda checklist (  $\surd$  ) pada alternative jawaban yang anda pilih.

Keterangan :

SS = Sangat Sesuai

S = Sesuai

KS = Kurang Sesuai

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

TS = Tidak Sesuai

STS = Sangat Tidak Sesuai

Contoh:

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1	Saya menyukai bentuk tubuh saya	√				

4. Atas kesediaan anda bekerjasama dengan mengisi dan mengembalikan angket ini sangat diucapkan terimakasih.

**B. Identitas Siswa**

Nama :

Tempat/ Tanggal Lahir :

Tinggi Badan/Berat Badan :

**C. Konsep Diri Siswa Obesitas**

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1	Saya menyukai bentuk tubuh saya					
2	Saya memiliki tubuh yang sehat					
3	Saya merasa percaya diri dengan bentuk fisik saya					
4	Saya merasa tidak puas dengan bentuk fisik saya					
5	Saya merasa orang lain selalu membicarakan fisik saya					
6	Saya ingin mengubah beberapa bagian dari tubuh saya					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

7	Saya adalah orang yang jujur					
8	Saya puas dengan tata krama dan prilaku saya					
9	Agama adalah panduan saya hidup sehari-hari					
10	Saya benci diri saya sendiri					
11	Saya merasa orang suka bergaul dengan saya					
12	Saya pilih-pilih dalam berteman					
13	Saya merasa orang lain mencemooh saya					
14	Saya merasa minder berkenalan dengan orang baru					
15	Saya adalah orang yang ceria					
16	Saya bisa mengurus diri saya dalam keadaan apapun					
17	Saya adalah siswa yang aktif					
18	Saya nyaman berada di lingkungan kelas					
19	Saya menyukai semua mata pelajaran					
20	Saya memiliki keluarga yang siap mendukung saya dalam keadaan apapun					
21	Saya bisa menjadi diri saya ketika bersama keluarga saya					
22	Saya sangat sensitif dengan apa yang dikatakan keluarga saya					
23	Saya selalu dibandingkan dengan anggota keluarga yang lain					
24	Di rumah tidak ada yang memperhatikan saya					
25	Saya puas dengan cara saya memperlakukan orang lain					
26	Saya memiliki kesan yang baik terhadap semua orang yang saya temui					
27	Saya lebih terbuka mengenai diri saya kepada teman					

28	Saya merasa sulit mengembangkan kedekatan saya dengan orang lain					
29	Saya merasa tidak percaya diri berkenalan dengan orang baru					
30	Semua orang menyayangi saya					
31	Saya selalu berfikiran buruk terhadap teman-teman saya					
32	Saya merasa pakaian yang saya pakai tidak sesuai dengan tubuh saya					
33	Saya merasa tidak diterima dikeluarga saya					
34	Saya merasa bentuk tubuh saya adalah bencana					
35	Saya merasa kurang baik dalam berprilaku					
36	Saya kurang memahami agama					
37	Saya tidak nyaman berada di tengah tengah keluarga					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## SATUAN PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING (RPP)

<b>Nama Sekolah</b>	: SMA Negeri 1 Tasik Putripuyu
<b>Inti Layanan</b>	: Pemahaman dan Pengembangan
<b>Alokasi Waktu</b>	: 2 x 45menit
<b>Sumber Biaya</b>	: Komite Sekolah
<b>Topik Bahasan</b>	: Konsep Diri
<b>Materi Pokok</b>	: Arti penting konsep diri
<b>Bidang Bimbingan</b>	: pribadi belajar
<b>Jenis Layanan</b>	: Bimbingan kelompok
<b>Tujuan layanan</b>	: Agar siswa Memahami tentang konsep diri dan pentingnya memiliki konsep diri
<b>Kegiatan Layanan</b>	: <ol style="list-style-type: none"> <li>Tahap Pembentukan           <ol style="list-style-type: none"> <li>Mengungkapkan pengertian dan tujuan maupun harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing, sebagian maupun seluruh anggota</li> <li>Menjelaskan cara-cara pelaksanaan dan asas-asas bimbingan kelompok</li> <li>Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri</li> <li>Permainan penghangatan dan pengakraban.</li> </ol> </li> <li>Tahap peralihan           <ol style="list-style-type: none"> <li>Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap selanjutnya</li> <li>Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya</li> <li>Membahas suasana yang terjadi</li> <li>Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.</li> </ol> </li> <li>Tahap kegiatan           <ol style="list-style-type: none"> <li>Pemimpin kelompok mengemukakan materi tentang arti penting konsep diri konsep diri</li> <li>Tanya jawab antara anggota dan ketua kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut materi</li> <li>Pemimpin kelompok mulai mempersiapkan anggota untuk melaksanakan psikodrama yang menyangkut materi dengan tema Aku Istimewa</li> </ol> </li> </ol>

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 4) Penentuan anggota untuk memerankan pemain utama dan pemain pembantu dalam melaksanakan teknik psikodrama dalam layanan bimbingan kelompok
- 5) Pemeranan adegan-adegan psikodrama dengan topik Aku istimewa oleh anggota yang terpilih menjadi pemain utama dan pemain pembantu dalam psikodrama
- 6) Para anggota kelompok diminta untuk memberi tanggapan dan sumbangan pemikiran terhadap permainan peran yang dilakukan oleh pemeran utama dalam psikodrama
- 7) Pemimpin kelompok mendorong anggota agar memberikan balikan sebanyak mungkin terkait dengan adegan yang dimainkan dalam psikodrama
- d. Tahap pengakhiran
  - 1) Pemberitahuan kepada anggota bahwa kegiatan akan segera berakhir
  - 2) Pengambilan kesimpulan oleh anggota kelompok
  - 3) Refleksi tentang kegiatan yang baru saja dilakukan
  - 4) Membicarakan tentang rencana pertemuan selanjutnya
  - 5) Doa penutup

evaluasi

- :
- a. Laiseg materi : pertanyaan kepada siswa tentang pemahaman materi
  - b. Laijapen siswa : penerapan pemahaman materi yang diperoleh siswa
  - c. Laijapang diperoleh siswa : penerapan dan pengembangan materi yang diperoleh siswa

Tindak Lanjut laku siswa

: Pemantauan perkembangan sikap dan tingkah

Tasik Putripuyu, 11 November 2019

Perencana layanan

Siti nur azimah  
Nim 11514204959

## SATUAN PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING (RPP)

<b>Nama Sekolah</b>	: SMA Negeri 1 Tasik Putripuyu
<b>Inti Layanan</b>	: Pemahaman dan Pengembangan
<b>Alokasi Waktu</b>	: 1 x 45menit
<b>Sumber Biaya</b>	: Komite Sekolah
<b>Topik Bahasan</b>	: Konsep Diri
<b>Materi Pokok</b>	: Konsep diri positif dan negatif
<b>Bidang Bimbingan</b>	: pribadi belajar
<b>Jenis Layanan</b>	: Bimbingan kelompok
<b>Tujuan layanan</b>	: Agar siswa Memahami tentang konsep diri dan pembagian konsep diri positif dan negatif

### Kegiatan Layanan :

- a. Tahap Pembentukan
  - 1) Mengungkapkan pengertian dan tujuan maupun harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing, sebagian maupun seluruh anggota
  - 2) Menjelaskan cara-cara pelaksanaan dan asas-asas bimbingan kelompok
  - 3) Permainan penghangatan dan pengakraban.
- b. Tahap peralihan
  - 1) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap selanjutnya
  - 2) Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya
  - 3) Membahas suasana yang terjadi
  - 4) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.
- c. Tahap kegiatan
  - 1) Pemimpin kelompok mengemukakan materi Tanya jawab antara anggota dan ketua kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut materi
  - 2) Pemimpin kelompok mulai mempersiapkan anggota untuk melaksanakan psikodrama yang menyangkut materi dengan tema kita terlahir sama

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

© Hak cipta dilindungi UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 3) Penentuan anggota untuk memerankan pemain utama dan pemain pembantu dalam melaksanakan teknik psikodrama dalam layanan bimbingan kelompok
  - 4) Pemeranan adegan-adegan psikodrama dengan tema kita terahir sama oleh anggota yang terpilih menjadi pemain utama dan pemain pembantu dalam psikodrama
  - 5) Para anggota kelompok diminta untuk memberi tanggapan dan sumbangan pemikiran terhadap permainan peran yang dilakukan oleh pemeran utama dalam psikodrama
  - 6) Pemimpin kelompok mendorong anggota agar memberikan balikan sebanyak mungkin terkait dengan adegan yang dimainkan dalam psikodrama
- d. Tahap pengakhiran
- 1) Pemberitahuan kepada anggota bahwa kegiatan akan segera berakhir
  - 2) Pengambilan kesimpulan oleh anggota kelompok
  - 3) Refleksi tentang kegiatan yang baru saja dilakukan
  - 4) Membicarakan tentang rencana pertemuan selanjutnya
  - 5) Doa penutup

evaluasi :

1. Laiseg materi : pertanyaan kepada siswa tentang pemahaman materi
2. Laijapen siswa : penerapan pemahaman materi yang diperoleh siswa
3. Laijapang diperoleh siswa : penerapan dan pengembangan materi yang

Tindak Lanjut laku siswa

: Pemantauan perkembangan sikap dan tingkah

Tasik Putripuyu, 13 November 2019

Perencana layanan

Siti nur azimah  
Nim 1151420495



## SATUAN PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING (RPP)

<b>Nama Sekolah</b>	: SMA Negeri 1 Tasik Putripuyu
<b>Inti Layanan</b>	: Pemahaman dan Pengembangan
<b>Alokasi Waktu</b>	: 1 x 45menit
<b>Sumber Biaya</b>	: Komite Sekolah
<b>Topik Bahasan</b>	: Konsep Diri
<b>Materi Pokok</b>	: berfikir positif
<b>Bidang Bimbingan</b>	: pribadi belajar
<b>Jenis Layanan</b>	: Bimbingan kelompok
<b>Tujuan layanan</b>	: Agar siswa Memahami tentang konsep diri dan pentingnya memiliki konsep diri
<b>Kegiatan Layanan</b>	: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Tahap Pembentukan           <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Mengungkapkan pengertian dan tujuan maupun harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing, sebagian maupun seluruh anggota</li> <li>2) Menjelaskan cara-cara pelaksanaan dan asas-asas bimbingan kelompok</li> <li>3) Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri</li> <li>4) Permainan penghangatan dan pengakraban.</li> </ol> </li> <li>b. Tahap peralihan           <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap selanjutnya</li> <li>2) Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya</li> <li>3) Membahas suasana yang terjadi</li> <li>4) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.</li> </ol> </li> <li>c. Tahap kegiatan           <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Pemimpin kelompok mengemukakan materi tentang berpikir positif</li> <li>2) Tanya jawab antara anggota dan ketua kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut materi</li> </ol> </li> </ol>

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 3) Pemimpin kelompok mulai mempersiapkan anggota untuk melaksanakan psikodrama yang menyangkut materi dengan tema jangan menilai buku dari covernya
- 4) Penentuan anggota untuk memerankan pemain utama dan pemain pembantu dalam melaksanakan teknik psikodrama dalam layanan bimbingan kelompok
- 5) Pemeranan adegan-adegan psikodrama dengan tema jangan menilai buku dari covernya oleh anggota yang terpilih menjadi pemain utama dan pemain pembantu dalam psikodrama
- 6) Para anggota kelompok diminta untuk memberi tanggapan dan sumbangan pemikiran terhadap permainan peran yang dilakukan oleh pemeran utama dalam psikodrama
- 7) Pemimpin kelompok mendorong anggota agar memberikan balikan sebanyak mungkin terkait dengan adegan yang dimainkan dalam psikodrama
- d. Tahap pengakhiran
  - 1) Pemberitahuan kepada anggota bahwa kegiatan akan segera berakhir
  - 2) Pengambilan kesimpulan oleh anggota kelompok
  - 3) Refleksi tentang kegiatan yang baru saja dilakukan
  - 4) Membicarakan tentang rencana pertemuan selanjutnya
  - 5) Doa penutup

**evaluasi**

- |                              |   |                                           |
|------------------------------|---|-------------------------------------------|
| 1. Laiseg materi             | : | pertanyaan kepada siswa tentang pemahaman |
| 2. Laijapen siswa            | : | penerapan pemahaman materi yang diperoleh |
| 3. Laijapang diperoleh siswa | : | penerapan dan pengembangan materi yang    |

**Tindak Lanjut**

: Pemantauan perkembangan sikap dan tingkah laku siswa

Tasik Putripuyu, 14 November 2019

Perencana layanan

Siti nur azimah  
Nim 11514204959



## SATUAN PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING (RPP)

<b>Nama Sekolah</b>	: SMA Negeri 1 Tasik Putripuyu
<b>Inti Layanan</b>	: Pemahaman dan Pengembangan
<b>Alokasi Waktu</b>	: 1 x 45menit
<b>Sumber Biaya</b>	: Komite Sekolah
<b>Topik Bahasan</b>	: Konsep Diri
<b>Materi Pokok</b>	: Konsep diri yang baik
<b>Bidang Bimbingan</b>	: pribadi belajar
<b>Jenis Layanan</b>	: Bimbingan kelompok
<b>Tujuan layanan</b>	: Agar siswa Memahami tentang konsep diri dan pentingnya memiliki konsep diri

### Kegiatan Layanan

- a. Tahap Pembentukan
  - 1) Mengungkapkan pengertian dan tujuan maupun harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing, sebagian maupun seluruh anggota
  - 2) Menjelaskan cara-cara pelaksanaan dan asas-asas bimbingan kelompok
  - 3) Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri
  - 4) Permainan penghangatan dan pengakraban.
- b. Tahap peralihan
  - 1) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap selanjutnya
  - 2) Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya
  - 3) Membahas suasana yang terjadi
  - 4) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.
- c. Tahap kegiatan
  - 1) Pemimpin kelompok mengemukakan materi tentang konsep diri yang baik
  - 2) Tanya jawab antara anggota dan ketua kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut materi
  - 3) Pemimpin kelompok mulai mempersiapkan anggota untuk melaksanakan psikodrama yang menyangkut materi dengan tema menolong sesama

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 4) Penentuan anggota untuk memerankan pemain utama dan pemain pembantu dalam melaksanakan teknik psikodrama dalam layanan bimbingan kelompok
- 5) Pemeranan adegan-adegan psikodrama dengan tema menolong sesama oleh anggota yang terpilih menjadi pemain utama dan pemain pembantu dalam psikodrama
- 6) Para anggota kelompok diminta untuk memberi tanggapan dan sumbangan pemikiran terhadap permainan peran yang dilakukan oleh pemeran utama dalam psikodrama
- 7) Pemimpin kelompok mendorong anggota agar memberikan balikan sebanyak mungkin terkait dengan adegan yang dimainkan dalam psikodrama
- d. Tahap pengakhiran
  - 1) Pemberitahuan kepada anggota bahwa kegiatan akan segera berakhir
  - 2) Pengambilan kesimpulan oleh anggota kelompok
  - 3) Refleksi tentang kegiatan yang baru saja dilakukan
  - 4) Membicarakan tentang rencana pertemuan selanjutnya
  - 5) Doa penutup

evaluasi

- :
1. Laiseg materi : pertanyaan kepada siswa tentang pemahaman materi
  2. Laijapen siswa : penerapan pemahaman materi yang diperoleh siswa
  3. Laijapang diperoleh siswa : penerapan dan pengembangan materi yang diperoleh siswa

Tindak Lanjut laku siswa

: Pemantauan perkembangan sikap dan tingkah

Tasik Putripuyu, 17 November 2019

Perencana layanan

Siti nur azimah  
Nim 11514204959



## SATUAN PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING (RPP)

<b>Nama Sekolah</b>	: SMA Negeri 1 Tasik Putripuyu
<b>Inti Layanan</b>	: Pemahaman dan Pengembangan
<b>Alokasi Waktu</b>	: 2 x 45menit
<b>Sumber Biaya</b>	: Komite Sekolah
<b>Topik Bahasan</b>	: Konsep Diri
<b>Materi Pokok</b>	: mengenal dan menemukan konsep diri
<b>Bidang Bimbingan</b>	: pribadi belajar
<b>Jenis Layanan</b>	: Bimbingan kelompok
<b>Tujuan layanan</b>	: Agar siswa Memahami tentang konsep diri dan pentingnya memiliki konsep diri

### 1. Kegiatan Layanan

- b. Tahap Pembentukan
  - 1) Mengungkapkan pengertian dan tujuan maupun harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing, sebagian maupun seluruh anggota
  - 2) Menjelaskan cara-cara pelaksanaan dan asas-asas bimbingan kelompok
  - 3) Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri
  - 4) Permainan penghangatan dan pengakraban.
- c. Tahap peralihan
  - 1) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap selanjutnya
  - 2) Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya
  - 3) Membahas suasana yang terjadi
  - 4) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.
- d. Tahap kegiatan
  - 1) Pemimpin kelompok mengemukakan materi tentang mengenal dan menemukan konsep diri
  - 2) Tanya jawab antara anggota dan ketua kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut materi
  - 3) Pemimpin kelompok mulai mempersiapkan anggota untuk melaksanakan psikodrama yang menyangkut materi dengan tema sahabat sejati

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 4) Penentuan anggota untuk memerankan pemain utama dan pemain pembantu dalam melaksanakan teknik psikodrama dalam layanan bimbingan kelompok
- 5) Pemeranan adegan-adegan psikodrama dengan topik Aku istimewa oleh anggota yang terpilih menjadi pemain utama dan pemain pembantu dalam psikodrama
- 6) Para anggota kelompok diminta untuk memberi tanggapan dan sumbangan pemikiran terhadap permainan peran yang dilakukan oleh pemeran utama dalam psikodrama
- 7) Pemimpin kelompok mendorong anggota agar memberikan balikan sebanyak mungkin terkait dengan adegan yang dimainkan dalam psikodrama
- e. Tahap pengakhiran
  - 1) Pemberitahuan kepada anggota bahwa kegiatan akan segera berakhir
  - 2) Pengambilan kesimpulan oleh anggota kelompok
  - 3) Refleksi tentang kegiatan yang baru saja dilakukan
  - 4) Membicarakan tentang rencana pertemuan selanjutnya
  - 5) Doa penutup

evaluasi :

1. Laiseg materi : pertanyaan kepada siswa tentang pemahaman materi
2. Laijapen siswa : penerapan pemahaman materi yang diperoleh siswa
3. Laijapang diperoleh siswa : penerapan dan pengembangan materi yang diperoleh siswa

Tindak Lanjut laku siswa

: Pemantauan perkembangan sikap dan tingkah

Tasik Putripuyu, 19 November 2019

Perencana layanan

Siti nur azimah  
Nim 11514204959



## SATUAN PELAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING (RPP)

<b>Nama Sekolah</b>	: SMA Negeri 1 Tasik Putripuyu
<b>Inti Layanan</b>	: Pemahaman dan Pengembangan
<b>Alokasi Waktu</b>	: 1 x 45menit
<b>Sumber Biaya</b>	: Komite Sekolah
<b>Topik Bahasan</b>	: Konsep Diri
<b>Materi Pokok</b>	: mempertahankan konsep diri
<b>Bidang Bimbingan</b>	: pribadi belajar
<b>Jenis Layanan</b>	: Bimbingan kelompok
<b>Tujuan layanan</b>	: Agar siswa Memahami tentang konsep diri dan pentingnya memiliki konsep diri

### 2. Kegiatan Layanan

- a. Tahap Pembentukan
  - 1) Mengungkapkan pengertian dan tujuan maupun harapan yang ingin dicapai baik oleh masing-masing, sebagian maupun seluruh anggota
  - 2) Menjelaskan cara-cara pelaksanaan dan asas-asas bimbingan kelompok
  - 3) Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri
  - 4) Permainan penghangatan dan pengakraban.
- b. Tahap peralihan
  - 1) Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap selanjutnya
  - 2) Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya
  - 3) Membahas suasana yang terjadi
  - 4) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.
- c. Tahap kegiatan
  - 1) Pemimpin kelompok mengemukakan materi tentang mempertahankan konsep diri
  - 2) Tanya jawab antara anggota dan ketua kelompok tentang hal-hal yang belum jelas menyangkut materi
  - 3) Pemimpin kelompok mulai mempersiapkan anggota untuk melaksanakan psikodrama yang menyangkut materi dengan tema lingkungan yang berbeda

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- 4) Penentuan anggota untuk memerankan pemain utama dan pemain pembantu dalam melaksanakan teknik psikodrama dalam layanan bimbingan kelompok
- 5) Pemeranan adegan-adegan psikodrama dengan topik lingkungan yang berbeda oleh anggota yang terpilih menjadi pemain utama dan pemain pembantu dalam psikodrama
- 6) Para anggota kelompok diminta untuk memberi tanggapan dan sumbangan pemikiran terhadap permainan peran yang dilakukan oleh pemeran utama dalam psikodrama
- 7) Pemimpin kelompok mendorong anggota agar memberikan balikan sebanyak mungkin terkait dengan adegan yang dimainkan dalam psikodrama
- d. Tahap pengakhiran
  - 1) Pemberitahuan kepada anggota bahwa kegiatan akan segera berakhir
  - 2) Pengambilan kesimpulan oleh anggota kelompok
  - 3) Refleksi tentang kegiatan yang baru saja dilakukan
  - 4) Membicarakan tentang rencana pertemuan selanjutnya
  - 5) Doa penutup

evaluasi :

1. Laiseg materi : pertanyaan kepada siswa tentang pemahaman materi
2. Laijapen siswa : penerapan pemahaman materi yang diperoleh siswa
3. Laijapang diperoleh siswa : penerapan dan pengembangan materi yang diperoleh siswa

Tindak Lanjut laku siswa

: Pemantauan perkembangan sikap dan tingkah

Tasik Putripuyu, 23 November 2019

Perencana layanan

Siti nur azimah  
Nim 11514204959



# PEMERINTAH PROVINSI RIAU

## DINAS PENDIDIKAN

### SMA NEGERI 1 TASIK PUTRI PUYU

Jalan M.Thamrin No. 01 Desa Kudap Kode Pos 28753

Email : sman\_2mrb@yahoo.co.id

NIS : 30108001

NSS : 30.1.09.12.08.001

Akreditasi : B

### SURAT KETERANGAN PENELITIAN

NOMOR :422/ADM-UMUM/2018/890

Yang bertanda tangan di bawah ini adalah Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Tasik Putri Puyu,dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : SITI NUR AZIMAH

NIM : 11514204958

PerguruanTinggi: UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU

Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam

Jurusan : BP/BK KONSELING

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau

Nama tersebut diatas di beri Izin untuk mengadakan penelitian di SMA Negeri 1 Tasik Putri Puyu Kabupaten

Kepulauan Meranti,.

Demikian disampaikan semoga dapat dipergunakan sebagaimana mestinya, dan diucapkan terimakasih

Kudap, 08 Maret 2018

Kepala Sekolah



**Dra. TENGKU MASHANUM**  
NIP.19661026 199802 2 001



**PEMERINTAH PROVINSI RIAU**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**SMA NEGERI 1 TASIK PUTRI PUYU**

Jalan H.Thamrin No. 01 Desa Kudap Kode Pos 28753

Email : sman\_2mrb@yahoo.co.id

NIS : 30108001

NSS : 30.1.09.12.08.001

**"Akreditasi : B"**

**SURAT KETERANGAN**  
**NOMOR: 422/ADM-UMUM/2019/029**

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putri Puyu Kecamatan Tasik Putri Puyu Kabupaten Kepulauan Meranti dengan ini menerangkan nama di bawah ini:

**Nama**

: **SITI NUR AZIMAH**

**NIM**

: **11514204959**

**Jurusan**

: **MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM**

Bahwa nama tersebut adalah Benar Mengadakan Penelitian di SMAN 1 Tasik Putri Puyu Kecamatan Tasik Putri Puyu Kabupaten Kepulauan Meranti berdasarkan Surat Rekomendasi dari Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau dengan nomor : 503/DPMPTSP/NONIZIN-RISET/23565 Tanggal 21 Juni 2019 perihal pelaksanaan izin riset dengan Judul Penelitian : **"EFEKTIVITAS TEKNIK PSIKODRAMA DALAM LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KONSEP POSITIF SISWA OBESITAS DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 TASIK PUTRI PUYU KABUPATEN KEPULAUAN MERANTI"**. Terhitung mulai tanggal 21 Juni sampai dengan Desember 2019.

Demikianlah Surat Keterangan ini kami perbuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Kepala Sekolah  
 SMA Negeri 1 Tasik Putri Puyu

**SAMSUL ARIFIN, S.Pd**  
 NIP. 19760403 200903 1 003

© Hak cipta milik UIN Suska Riau  
 State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau  
 NPSN : 10400868  
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruhnya tanpa izin UIN Suska Riau  
 a. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis, atau penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau



**REKOMENDASI**

Nomor : 503/DPMPSTP/NON IZIN-RISET/23665  
 TENTANG



182010

**PELAKSANAAN KEGIATAN RISET/PRA RISET  
 DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN SKRIPSI**

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, setelah membaca Surat Permohonan Riset dari : **Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau, Nomor : Un.04/F.II/PP.00.9/8336/2019 Tanggal 22 Mei 2019**, dengan ini memberikan rekomendasi kepada:

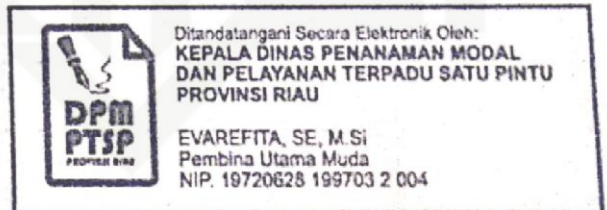
- |                      |                                                                                                                                                                                                      |
|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Nama              | : SITI NUR AZIMAH                                                                                                                                                                                    |
| 2. NIM / KTP         | : 11514204959                                                                                                                                                                                        |
| 3. Program Studi     | : MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM                                                                                                                                                                         |
| 4. Jenjang           | : S1                                                                                                                                                                                                 |
| 5. Alamat            | : PEKANBARU                                                                                                                                                                                          |
| 6. Judul Penelitian  | : Efektivitas Teknik Psikodrama dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Meningkatkan Konsep Diri Positif Siswa Obesitas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Tasik Putripuyu Kabupaten Kepulauan Meranti |
| 7. Lokasi Penelitian | : SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 TASIK PUTRIPUYU KABUPATEN KEPULAUAN MERANTI                                                                                                                         |

Dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan.
2. Pelaksanaan Kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini diterbitkan.
3. Kepada pihak yang terkait diharapkan dapat memberikan kemudahan serta membantu kelancaran kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data dimaksud.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Dibuat di : Pekanbaru  
 Pada Tanggal : 21 Juni 2019



**Tembusan :**

**Disampaikan Kepada Yth :**

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
2. Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Riau
3. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau di Pekanbaru
4. Yang Bersangkutan



UIN SUSKA RIAU

Pekanbaru, 01 Februari 2019

Un 047 B 4 PP 0019/2223/2019

Halaman

Pembimbing Skripsi

Kepada

Yth. Raja Rahma, S.Pd., M.Pd

Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau  
Pekanbaru

*Assalamu 'alaikum warrahmatullahi wabarakatuh*

Dengan hormat, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau menunjuk Saudara sebagai pembimbing skripsi mahasiswa :

Nama	SITI NUR AZIMAH
NIM	11514204959
Jurusan	Manajemen Pendidikan Islam
Judul	EFEKTIFITAS TEKNIK PSIKODRAMA DALAM LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN KONSEP DIRI SISWA OBESITAS DI SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 TASIK PUTRIPUYU KABUPATEN KEPULAUAN MERANTI
Waktu	: 6 Bulan terhitung dari tanggal keluarnya surat bimbingan ini

Agar dapat membimbing hal-hal terkait dengan Ilmu Manajemen Pendidikan Islam Redaksi dan teknik penulisan skripsi, sebagaimana yang sudah ditentukan. Atas kesediaan Saudara dihaturkan terima kasih.

Wassalam  
an. Dekan  
Wakil Dekan I

Dr. Drs. Ahmuddin, M.Ag  
NIP. 19660924 199503 1 002

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tembusan  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau

