

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK
TEKNIK PSIKODRAMA UNTUK MENINGKATKAN
KONTROL DIRI SISWA DALAM PENGGUNAAN
HANDPHONE PADA KELAS X TSM 1 SMKN 1 JIWAN**

SKRIPSI



**OLEH:
ROHMAN HARIANTO
NIM. 2202103005**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI MADIUN
JULI 2026**

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK
TEKNIK PSIKODRAMA UNTUK MENINGKATKAN
KONTROL DIRI SISWA DALAM PENGGUNAAN
HANDPHONE PADA KELAS X TSM 1 SMKN 1 JIWAN**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas PGRI Madiun untuk Memenuhi Salah Satu
Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata I
Program Studi Bimbingan dan Konseling

**OLEH:
ROHMAN HARIANTO
NIM. 2202103005**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI MADIUN
JULI 2026**

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

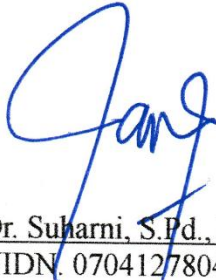
Skripsi oleh Rohman Harianto telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Madiun, 24 Juni 2026
Pembimbing I,



Dr. Asroful Kadafi, M.Pd.
NIDN. 0719108601

Madiun, 24 Juni 2026
Pembimbing II,



Dr. Suharni, S.Pd., M.Psi.
NIDN. 0704127804

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN

Skripsi oleh Rohman Harianto telah dipertahankan di depan panitia penguji pada hari Kamis tanggal 9 Juli 2026.

Panitia Penguji



Dr. Noviyanti Kartika Dewi, M.Pd., Kons
NIDN. 0704118503

Ketua



Dr. Suharni, S.Pd., M.Psi.
NIDN. 0704127804

Sekretaris



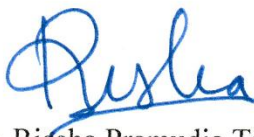
Dr. Asroful Kadafi, M.Pd.
NIDN. 0719108601

Anggota



Dr. Suharni, S.Pd., M.Psi.
NIDN. 0704127804

Anggota



Dr. Risha Pramudia Trisnani, M.Pd.
NIDN. 0724058801

Anggota

Mengetahui,
Dekan FKIP



Dr. Muh. Waskito Ardhi, M.Pd.
NIDN. 0725028401

Mengesahkan,
Kaprod Bimbingan dan Konseling



Dr. Noviyanti Kartika Dewi, M.Pd., Kons.
NIDN. 0704118503

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rohman Harianto

NIM : 2202103005

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

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

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Madiun, 27 Juni 2026

Yang membuat pernyataan,



Rohman Harianto

NIM. 2202103005

MOTTO DAN KATA PERSEMBAHAN

MOTTO:

“berfikir adalah bagian dari upaya, menjalani upaya dengan ikhlas adalah keputusan, jadikan hidup ini sebagai sarana menebar manfaat.”

SKRIPSI INI KUPERSEMBAHKAN KEPADA:

*Bapak dan ibukku tercinta yang senantiasa memberikan dukungan, semangat dan motivasi, Keluarga, Sahabat seperjuangan, orang yang pernah berjasa, Serta Almamater Tercinta Universitas PGRI Madiun
Terimakasih atas waktu, warna dan kebersamaannya.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat, taufik dan hidayah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul efektivitas layanan konseling kelompok teknik psikodrama untuk meningkatkan kontrol diri siswa dalam penggunaan *handphone* pada kelas X TSM 1 SMKN 1 Jiwan. Penelitian ini disusun guna memenuhi salah satu syarat kelulusan serta sebagai bukti bahwa mahasiswa telah menuntaskan kuliah program Strata 1 untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

Dalam penyelesaian skripsi ini penulis tidak terlepas dari adanya bantuan, dukungan serta doa dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh sebab itu, peneliti mengucapkan terima kasih sebanyak-banyaknya kepada:

1. Dr. Supri Wahyudi Utomo, M.Pd. selaku rektor Universitas PGRI Madiun.
2. Dr. Muh. Waskito Ardhi, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
3. Dr. Noviyanti Kartika Dewi, M.Pd., Kons. selaku Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling.
4. Dr. Asroful Kadafi, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, motivasi dan arahan dalam penyelesaian skripsi.
5. Dr. Suharni, S.Pd., M.Psi. selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, motivasi dan arahan dalam penyelesaian skripsi.
6. Ibu Tri Mei Handayani, S.S., M.Hum. selaku Kepala SMKN 1 Jiwan yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian.

7. Kedua orang tua Bapak Ladi dan Ibu Maryati serta keluarga besar penulis yang telah memberikan dukungan dan bantuannya selama ini.
8. Pak Dwijo Ari Sartow, Yu Sri Modin, teman-teman KIM “Laskar Remaja”, Perpustakaan “Loka Aksara”, Himabiko, yang telah memberikan support terbaiknya.
9. Teman-teman Historis Merdeka (Kharisma & Maura), teman-teman Ndog Godox (Bang Hafidh, Siti, Revita, Mustika, Fanidazemm, Gista, Ifa , Nisa, Indri), terima kasih saling memberikan support, arahan yang kadang hilang arah, wira-wiri bareng, suka duka ngeluh tugas&skripsi di tengah heningnya kebersamaan.
10. Teman-teman Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Madiun Angkatan 2022 khususnya kelas A, serta “mahasiswa sholeh-sholehah”, terima kasih atas kebersamaannya, yang senantiasa menemani penulis di saat jam mata kuliah kosong.
11. Seluruh pihak yang telah berjasa kepada peneliti dan tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu diharapkan kritik dan saran guna kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih dan berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak, khususnya para pelaku bimbingan dan konseling dan pengembangan ilmu pendidikan.

Madiun, 24 Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	iii
LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
MOTTO DAN KATA PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Batasan Masalah.....	8
C. Rumusan Masalah	8
D. Tujuan Penelitian.....	9
E. Manfaat Penelitian	9
F. Definisi Operasional.....	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS	12
A. Kajian Pustaka.....	12
B. Kerangka Berpikir	36
C. Hipotesis Penelitian.....	38
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	39
B. Desain Penelitian.....	40
C. Populasi, Sampel, Teknik Pengambilan Sampel	46
D. Teknik Pengumpulan Data	47
E. Instrument Penelitian	48
F. Teknik Analisis Data	53
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	55
A. Deskripsi Data.....	55

B. Hasil Pengujian Hipotesis	60
C. Pembahasan.....	61
BAB V PENUTUP	67
A. Simpulan	67
B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN.....	74
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	112

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jadwal Penelitian.....	40
Tabel 3.2 Data Jumlah Siswa	46
Tabel 3.3 Skor Skala Kontrol Diri dalam Penggunaan <i>Handphone</i>	49
Tabel 3.4 Kisi-kisi Kontrol Diri dalam Penggunaan Handphone	50
Tabel 3.5 Klasifikasi Hasil Uji Validitas	52
Tabel 3.6 Rekapitulasi Hasil Uji Validitas	52
Tabel 4.1. Nilai Hasil <i>Pre-test</i> Kontrol Diri Dalam Penggunaan <i>Handphone</i>	56
Tabel 4.2. Distribusi Data Kontrol Diri Dalam Penggunaan <i>Handphone</i>	56
Tabel 4.3. Nilai Hasil <i>Post-test</i> Kontrol Diri Dalam Penggunaan <i>Handphone</i>	57
Tabel 4.4. Distribusi Data Kontrol Diri Dalam Penggunaan <i>Handphone</i>	58
Tabel 4.5. Perbandingan Skor <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	59
Tabel 4.6. Hasil <i>Uji Wilcoxon Signed Ranks Test</i>	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1. Desain <i>One Grup Pre-test Posttest</i> (Sinambela, 2014).....	41
Gambar 4.1. Kontrol Diri Siswa Dalam Penggunaan <i>Handphone</i> Sebelum <i>Treatment</i> Konseling Kelompok Teknik Psikodrama	57
Gambar 4.2. Kontrol Diri Siswa Dalam Penggunaan <i>Handphone</i> Sesudah <i>Treatment</i> Konseling Kelompok Teknik Psikodrama	58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen Penelitian Kontrol Diri dalam Penggunaan <i>Handphone</i> .	75
Lampiran 2. Hasil Jawaban <i>Google Formulir</i> Siswa	78
Lampiran 3. Hasil Uji Tabulasi Instrumen	79
Lampiran 4. Tabel Uji Validitas Instrumen	80
Lampiran 5. Tabel Uji Validitas SPSS	81
Lampiran 6. Uji Reabilitas Instrumen	87
Lampiran 7. RPLBK	88
Lampiran 8. Naskah Psikodrama	97
Lampiran 9. Hasil Tabulasi <i>Pretest</i>	103
Lampiran 10. Hasil Tabulasi <i>Posttest</i>	104
Lampiran 11. Frekuensi Statistik	105
Lampiran 12. Hasil Uji Hipotesis	107
Lampiran 13. Surat Izin Penelitian.....	108
Lampiran 14. Surat Keterangan Penelitian	109
Lampiran 15. Dokumentasi Penelitian.....	110