

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *CINEMA*
THERAPY UNTUK MENINGKATKAN *SELF-ESTEEM* PADA PESERTA
DIDIK SMA NEGERI 1 PAYUNG**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.)

Oleh

EVI NURLIZA

2015049

Fakultas Tarbiyah

Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK

BANGKA BELITUNG

TAHUN 2025



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
Jalan Raya Petaling, Km. 13 Kec. Mendo Barat Kab. Bangka Prov. Kep. Bangka Belitung
E-mail: humas@iainsasbabel.ac.id Website: www.iainsasbabel.ac.id Kode Pos: 33173

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI
Nomor : B-022/BKPI/5.5/PP.00.9/04/2025

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa mahasiswa dengan identitas berikut :

Nama : Evi Nurliza
NIM : 2015049

Program : Strata I
Fakultas : Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul Skripsi : Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik
Cinematherapy untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada
Peserta Didik SMA Negeri 1 Payung.

Hasil cek plagiasi sebesar 16 %, dan dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal plagiasi 25% pada skripsi yang disusunnya.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 23 April 2025
Ka. Program Studi BKPI



Nikmarijal, M.Pd
NIP. 198611282018011001

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Evi Nurliza

NIM : 2015049

Fakultas : Tarbiyah

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Cinema Therapy* untuk Meningkatkan *Self-Esteem* Pada Peserta Didik Kelas XI di SMA Negeri 1 Payung”. Ini adalah asli hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar keserjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang secara tertulis dijadikan acuan/kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 17 Maret 2025

Yang menyatakan



Evi Nurliza

NIM.2015049



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH**

Jalan Raya Petaling KM. 13 Kec. Mendo Barai, Kab. Bangka, Prov. Kepulauan Bangka Belitung 33173
E-Mail: humas@iainsubabel.ac.id
Website: www.iainsubabel.ac.id

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal: Skripsi
Kepada Yth.
Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di-
Tempat

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah membaca, mencermati, dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan sebelumnya, baik dari segi isi, bahasa, serta teknik penulisan maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa ini:

Nama : Evi Nurliza
NIM : 2015049
Fakultas : Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul Skripsi : Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik *Cinema Therapy* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Pada Peserta Didik di SMA Negeri I Payung

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). Harapan kami semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimonqosyahkan.

Demikian Nota Dinas Pembimbing kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih. Surat ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Pembimbing I

Dr. Nikmarijal, M. Pd
NIP. 198611282018011001

Bangka, 17 Maret 2025

Pembimbing II

Komariah, S.Psi., M.Pd
NIP. 199105212020122026



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH**

Jalan Raya Petaling KM. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kepulauan Bangka Belitung 33173
E-Mail: humas@iainsasbabel.ac.id
Website: www.iainsasbabel.ac.id

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal: Skripsi
Kepada Yth,
Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di-
tempat

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi serta mengadakan perbaikan sebelumnya, baik dari segi isi, bahasa, serta teknik penulisan maka kami selaku konsultan berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama	: Evi Nurliza
NIM	: 2015049
Fakultas	: Tarbiyah
Prodi	: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul Skripsi	: Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Cinema therapy</i> Untuk Meningkatkan <i>Self esteem</i> Pada Peserta Didik di SMA Negeri 1 Payung

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Demikian Nota Dinas Konsultan ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Konsultan I,

Dr. Subri, M.S.I
NIP. 197403022006041001

Bangka, 22 Mei 2025

Konsultan II,

Nurul Faqih-isro'i, M. Pd
NIP. 199002212023212036



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: humas@iainsasbabel.ac.id, Website: www.iainsasbabel.ac.id
BANGKA 33173

PENGESAHAN

Nomor: 119.B9/FT/PP.00.9/05/2025

Skripsi dengan judul: Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Cinema Therapy* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* pada Peserta Didik di SMA Negeri 1 Payung

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Evi Nurliza
NIM : 2015049
Fakultas : Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

telah dimunaqasyahkan pada hari: Rabu, tanggal 07 Mei 2025 dengan nilai A (86.60), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar S.Pd.

DEWAN SIDANG MUNAQASYAH

Pembimbing I, Dr. Nikmatuljilal, M.Pd
NIP. 19861128 201801 1 001

Pembimbing II, Komariah, S.Psi, M.Pd
NIP. 19910521 202012 2 026

Penguji I, Dr. Subri, M.S.I
NIP. 19740302 200604 1 001

Penguji II, Nurul Faqih Isro'i, M.Pd
NIPPPK. 19900221 202321 2 036

Ketua Panitia, Efa Isnani Munawwaroh, M.Pd
NIP. 19910716 201801 2 001

Bangka, 23 Mei 2025

Dekan Fakultas Tarbiyah,

Dr. Hj. Solcha, M.A
NIP. 19750527 200501 2 008

HALAMAN MOTTO

“ Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

(QS. Al-Baqarah [2]: 286)

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum, sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri.”

(QS. Ar-Rad 11)

“Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

(QS. Al-Insyirah [94]: 6)

“Orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tentram.”

(QS. Ar-Rad :28)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil`alamin, puji syukur atas limpahan rahmat, karunia dan ridho Allah SWT yang Maha Pemurah, Skripsi ini dapat selesai. Skripsi ini, selain wujud tanggung jawab akademik penulis, juga merupakan tanggung jawab moral dan balasan atas do'a tulus orang-orang terkasih yang selalu menyayangi, mencintai, dan mendukung penulis. Dengan segala kerendahan hati, serta penuh cinta dan kasih sayang., karya ini saya persembahkan kepada:

Almameter tercinta, Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik. Semoga hasil karya ini bermanfaat. Aamiin.

Kedua orang tua saya yang telah dengan ikhlas dan sepenuh hati membesarkan dan mendidik saya meskipun ibu tidak ada lagi di dunia ini, do'a dan harapan pada saya untuk menjadi sarjana dapat terwujud. Karya ini tak lepas dari dukungan berupa perhatian, kasih sayang dan do'a yang tulus dari kedua orang tua saya.

Kakak yang senantiasa memberi kasih sayang layaknya sosok ibu dan menjadi penguat, yang telah mengajarkan agar penulis tetap semangat menjalani hidup serta selalu berusaha membuat adiknya merasa tercukupi dalam hal apapun.

EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *CINEMA THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN *SELF ESTEEM* PADA PESERTA DIDIK SMA NEGERI 1 PAYUNG

Evi Nurliza

2015049

Fakultas Tarbiyah

Institut Agama Islam Negeri

Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Abstrak

Penelitian ini berangkat dari rendahnya *self esteem* pada peserta didik di SMA Negeri 1 Payung seperti selalu menilai diri sendiri rendah dari orang lain sehingga menyebabkan kurangnya rasa percaya diri, sering menyalahkan diri sendiri, kurangnya penerimaan diri, berpikir dan mengatakan hal negatif tentang diri sendiri seperti jelek, bodoh, gemuk dan merasa tidak cukup baik untuk orang lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap pengaruh konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy* untuk meningkatkan *self-esteem* pada peserta didik.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif dengan pengumpulan data menggunakan alat ukur penelitian berupa skala *self esteem* dan lembar observasi. Teknik sampling yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Adapun subjek yang digunakan dalam penelitian ini peserta didik kelas X.3 yang berjumlah 10 orang. Analisis data penelitian ini menggunakan pendekatan *cognitive behaviour* dengan desain *One-Grup Pretest-Posttest* dengan bantuan perangkat lunak program komputer *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 20.0 for Windows*.

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan uji *paired sample test*, diketahui bahwa nilai sig. (2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ($0,000 < 0,005$). Hasil ini menegaskan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal tersebut membuktikan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *cinema therapy* tidak efektif dalam meningkatkan *self esteem* peserta didik Kelas X.3 SMA Negeri 1 Payung.

Kata Kunci: Konseling kelompok, Teknik *cinema therapy*, *self esteem*, Peserta didik.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada junjungan kita, Rasulullah Saw., beserta keluarga, sahabat, dan pengikutnya, yang telah membawa kita dari zaman jahiliyah ke zaman yang diwarnai dengan perkembangan ilmu pengetahuan yang begitu pesat. Skripsi ini berjudul "Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik *Cinema therapy* untuk Meningkatkan *Self-Esteem* Pada Peserta Kelas XI di SMA NEGERI 1 PAYUNG.". Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak akan terwujud tanpa bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Irawan, M.S.I., selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
2. Ibu Dr. Hj. Soleha, M.A., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
3. Bapak Dr. Nikmarijal, M.Pd., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, sekaligus Pembimbing I, atas kesediaannya dalam memberikan bimbingan dan sarannya.

4. Ibu Komariah, S.Psi., M.Pd., selaku Penasehat Akademik, sekaligus Pembimbing II, yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan serta memberikan waktu untuk proses penyelesaian skripsi ini.
5. Bapak dan ibu dosen Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang telah banyak memberi pengetahuan dan pengalaman kepada penulis dalam menyelesaikan pendidikan dengan baik.
6. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
7. Kepala sekolah, seluruh guru, dan para staf pegawai di SMA Negeri 1 Payung.
8. Ibu Rofiqoh S. Sos., selaku Guru Bimbingan dan Konseling (BK) SMA Negeri 1 Payung yang telah berkenan mengarahkan dan memberi kemudahan serta membantu dalam penelitian.
9. Peserta didik SMA Negeri 1 Payung yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian saya.
10. Kedua orang tua saya, Bapak Muhamad Deng dan Almh. Ibu Anika, yang telah melahirkan penulis ke dunia ini dan selalu memberikan kasih sayang, dukungan moril dan materi. Alhamdulillah, meskipun ibu tidak ada lagi di dunia ini, do'a dan harapan pada penulis untuk menjadi sarjana dapat terwujud.
11. Teman-teman BKPI B 2020 yang senantiasa memberi dukungan untuk terus berjuang bersama-sama dalam perkuliahan dari awal sampai akhir.

Semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini. Semoga bantuan dan amal kebaikan yang diberikan kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini mendapatkan imbalan pahala dan ridho dari Allah SWT. Penulis

menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan jauh dari kesempurnaan. Terlepas dari berbagai kelemahan dan kekurangan, besar harapan penulis, skripsi ini bisa bermanfaat bagi yang membacanya. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Bangka, 14 April 2025

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Evi Nurliza', written in a cursive style.

Evi Nurliza

NIM. 2015049

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT KETERANGAN PLAGIASI	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
NOTA DINAS KONSULTAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	viii
ABSTRAK	ixiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Kegunaan Penelitian.....	8
E. Telaah Pustaka.....	9
F. Rancangan Sistematika Penelitian	13
BAB II LANDASAN TEORI	14
A. <i>Self Esteem</i>	13
1. Pengertian <i>Self esteem</i>	14
2. Aspek-Aspek <i>Self esteem</i>	16

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Self esteem</i>	16
4. Karakteristik <i>Self esteem</i>	19
B. Konseling Kelompok teknik <i>Cinema therapy</i>	20
1. Pengertian Konseling Kelompok.....	20
2. Tujuan Layanan Konseling Kelompok.....	21
3. Tahap-tahap Layanan Konseling Kelompok	22
3. Pengertian <i>Cinema therapy</i>	24
4. Hakekat <i>Cinema therapy</i>	26
6. Tahapan-tahapan <i>Cinema therapy</i>	29
7. Langkah-langkah <i>Cinema therapy</i> Dalam Konseling Kelompok.....	30
8. Tujuan <i>Cinema therapy</i>	31
C. Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Cinema Therapy</i> Untuk Meningkatkan <i>Self Esteem</i> Pada Peserta Didik	33
D. Hipotesis Penelitian.....	35
BAB III METODE PENELITIAN	36
A. Jenis Penelitian.....	36
B. Variabel Penelitian	37
C. Desain Penelitian	37
D. Definisi Operasional Variabel.....	38
E. Waktu dan Tempat Penelitian	40
F. Populasi dan Sampel Penelitian	40
G. Teknik Pengumpulan Data	42
H. Instrumen Penelitian.....	43
I. Teknik Analisis Data	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	51
A. Hasil Penelitian	51
1. Data Deskripsi <i>Pretest</i>	53
2. Pelaksanaan Eksperimen.....	54
3. Data Deskripsi <i>Posttest</i>	58
4. Uji <i>N-Gain Score</i>	59
5. Hasil Uji Prasyarat Analisis	61
B. Pembahasan.....	65

BAB V PENUTUP.....	70
A. Kesimpulan	70
B. Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA.....	73

DAFTAR TABEL

Tabel III. 1 <i>Pretest-Posttest One Group</i>	38
Tabel III. 2 Populasi Penelitian	40
Tabel III. 3 Skor Item <i>Favorable</i> dan <i>Unfavorable</i>	42
Tabel III. 4 Hasil Uji Validitas Instrumen <i>Self esteem</i> Peserta Didik	45
Tabel III. 5 Nilai <i>Alpha Cronbach's</i>	48
Tabel III. 6 Uji Reliabilitas Pemahaman <i>Self esteem</i>	49
Tabel IV. 1 Rumus Kategori Data	52
Tabel IV. 2 Kategorisasi Skor Pemahaman <i>Self esteem</i>	53
Tabel IV. 3 Hasil <i>Pretest</i> Pemahaman <i>Self esteem</i>	53
Tabel IV. 4 Hasil <i>Posttest</i> Pemahaman <i>Self-Esteem</i>	59
Tabel IV. 5 Kategorisasi Tafsiran Efektivitas <i>N-Gain</i>	60
Tabel IV. 6 Uji <i>N-Gain Score Pretest</i> Dan <i>Posttest</i>	60
Tabel IV. 7 Hasil Uji <i>N-Gain</i>	61
Tabel IV. 8 Hasil Uji Normalitas	62
Tabel IV. 9 Uji <i>Independent Sample Test</i>	64
Tabel IV. 10 Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test</i>	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar II.1 Kerangka Pemikiran Penelitian	33
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) BK	71
Lampiran 2 Kisi-Kisi Angket, Pedoman Angket, dan Angket Penelitian	74
Lampiran 3 Adjusment Ahli Instrumen	77
Lampiran 4 Hasil Data <i>Pretest</i>	82
Lampiran 5 Hasil Data <i>Posttest</i>	86
Lampiran 6 Rekapitulasi Hasil Angket Skala <i>Self esteem</i>	86
Lampiran 7 Hasil Uji Validitas	87
Lampiran 8 Hasil Uji Reliabilitas	88
Lampiran 9 Hasil Uji <i>N Gain</i>	95
Lampiran 10 Hasil Uji Normalitas	95
Lampiran 11 Hasil Uji <i>Paired Sample T-Test</i>	96
Lampiran 12 SK Pembimbing Skripsi	97
Lampiran 13 Surat Izin Penelitian	101
Lampiran 14 Surat Balasan Izin Penelitian	102
Lampiran 15 Kartu Bimbingan Skripsi	103
Lampiran 16 Dokumentasi	109
Lampiran 17 Daftar Riwayat Hidup.....	112