

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK
TEKNIK *CONTROL GROUP* DALAM MENINGKATKAN
SELF EFFICACY PESERTA DIDIK DI SMP NEGERI 3 AIR
GEGAS**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S. Pd)

Oleh:

RESMI

2115026

Fakultas Tarbiyah

Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

SYAIKH ABDURAHMAN SIDDIK

BANGKA BELITUNG

2025

SURAT KETERANGAN PLAGIASI



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-66/BKPI/5.5/PP.00.9/10/2025

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 : Resmi
NIM : 2115026
Program : Strata 1
Fakultas : Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik
Control Group dalam Meningkatkan Self Efficacy
Peserta Didik di SMP Negeri 3 Airgegas

Hasil cek plagiasi sebesar 24%, dan dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal
plagiasi 25% pada skripsi yang disusunnya.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 15 Oktober 2025
Ka Program Studi BKPI



Dr. Nikmarijal, M.Pd
NIP. 198611282018011001

HALAMAN PERNYATAAN

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Resmi
NIM : 2115026
Fakultas : Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dengan ini menyatakan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul "**Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik *Control Group* Dalam Meningkatkan *Self Efficacy* Peserta Didik Di SMP Negeri 3 Airgegas**". Ini adalah hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali tertulis dijadikan acuan atau kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 29 september 2025

Yang menyatakan



RESMI

2115026

NOTA DINAS PEMBIMBING



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
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:
stainbangkabelitung@kemenag.go.id stain32_sasbabel@yahoo.co.id BANGKA 33173

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal: Skripsi

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Tarbiyah

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

di-

Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

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 di bawah ini:

Nama	: Resmi
NIM	: 2115026
Fakultas	: Tarbiyah
Prodi	: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul Skripsi	: Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik Control Group Dalam Meningkatkan <i>Self Efficacy</i> Peserta Didik Di SMP Negeri 3 Airgegas

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 dimunaqosyahkan

Demikianlah Nota Dinas Pembimbing ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Pembimbing I

Dr. Nikmahjil, M.Pd
NIP.198611282018011001

Bangka, 13, Oktober 2025
Pembimbing II

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

NOTA DINAS KONSULTAN



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 BANGKA 33173
E-mail: humas@iainsasabel.ac.id Website: www.iainsasabel.ac.id

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal: Skripsi
Resmi

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
Di Bangka Belitung

Assalamu'alaikum wr. wb.

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi dan mencermati hasil perbaikan, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi dibawah ini:

Nama : Resmi
NIM : 2115026
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik *Control Group* Dalam Meningkatkan *Self Efficacy* Peserta Didik Di SMP Negeri 3 Air Gegas.
Telah layak 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 dibuat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamuataikum wr.wb

Penguji I

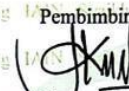
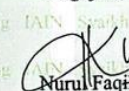
Diah Meitikasari, M.Si
NIP. 199005292019032008

Bangka, 9 Desember, 2025

Penguji II

Nurul Faqih Isro'i, M.Pd
NIP. 199002212023212036

HALAMAN PENGESAHAN

		KEMENTERIAN AGAMA RI INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI SYAikh ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG FAKULTAS TARBIYAH Jl. 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			
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung		Nomor: 410.B9/FT/PP.00.9/12/2025	
Skripsi dengan judul: Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Teknik <i>Control Group</i> dalam Meningkatkan <i>Self Efficacy</i> Peserta Didik di SMP Negeri 3 Air Gegas			
Yang dipersiapkan dan disusun oleh:			
Nama		Resmi Siddik Bangka Belitung	
NIM		: 2115026	
Fakultas		Tarbiyah	
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)			
telah dimunaqasyahkan pada hari: Selasa, tanggal 11 November 2025 dengan nilai A (87.30), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar S.Pd.			
DEWAN SIDANG MUNAQASYAH			
Pembimbing I,		Pembimbing II,	
			
Dr. Nikmaharijal, M.Pd NIP. 19861128 201801 1 001		Komariah, S.Psi. M.Pd NIP. 19910521 202012 2 026	
Penguji I,		Penguji II,	
			
Diah Meitikasari, M.Si NIP. 19900529 201903 2 008		Nurul Faqih Isro'i, M.Pd NIP. 19900221 202321 2 036	
Ketua Panitia			
			
Dr. Febrino, M.A NIP. 19890201 201503 1 004			
Bangka, 17 Desember 2025			
Dekan Fakultas Tarbiyah,			
			
Dr. Hj. Soleha, M.A NIP. 19750527 200501 2 008			

HALAMAN MOTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupan||
(Qs. Al-baqarah: 286)

—Semangatlah dalam hal yang bermanfaat untukmu, minta tolonglah pada Allah,
dan janganlah kamu merasa lemah (patah semangat)||
(HR. Muslim no.2664)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

Teruntuk almamater Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurahman Siddik Bangka Belitung yang telah memberi kesempatan, bimbingan, serta fasilitas dalam proses menimba ilmu. Semoga karya sederhana ini dapat menjadi bentuk kontribusi kecil dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan mengharumkan almamater tercinta.

Pintu surgaku ibunda tercinta yaitu Ibunda Rita yang telah melahirkan, memberikan kasih sayang dan cinta kepada penulis, serta selalu menjadi tempat berpulang ternyaman bagi penulis.

Ayah tercinta dan panutanku yaitu Ayahnda Anto terima kasih sudah berjuang untuk kehidupan penulis, beliau memang hanya lulusan SD yang tidak pernah bermimpi bisa melanjutkan pendidikan atau bahkan duduk di bangku kuliah. Namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi dan memberikan dukungan kepada penulis sampai sarjana.

Kakakku satu-satunya yaitu kak Restu, terima kasih telah menemani dan mendukung selama peneliti melakukan penelitian sehingga penelitian ini bisa penulis selesaikan.

Kepada seseorang yang bernama Pinkan Plisianty terima kasih atas dukungan, semangat, serta doa selama peneliti melakukan penelitian sehingga peneliti bisa menyelesaikannya.

Last but not least, terima kasih untuk diri sendiri, karna telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tidak pernah memutuskan

menyerah sesulit apapun prosesnya. Ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri. *I wanna tanks me for just being me at all times.*

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *CONTROL GRUP* DALAM MENINGKATKAN *SELF EFFICACY*
PESERTA DIDIK DI SMP NEGERI 3 AIRGEGAS**

Resmi
2115026
Fakultas Tarbiyah
Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Insititut Agama Islam Negeri
Syaiikh Abdurahman Siddik Bangka Belitung

Abstrak

Permasalahan utama dalam penelitian ini adalah rendahnya *self efficacy* peserta didik di SMP Negeri 3 Air Gegas, yang terlihat dari kurangnya keyakinan diri siswa ketika mengerjakan tugas, menghadapi tantangan akademik, maupun berpartisipasi dalam kegiatan sekolah. Kondisi tersebut berdampak pada rendahnya motivasi serta keberanian siswa dalam menyelesaikan tugas yang menuntut kemampuan berpikir dan tanggung jawab. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *control group* dalam meningkatkan *self efficacy* peserta didik kelas VIII.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi-experiment model Nonequivalent *Control Group Design*. Sampel penelitian berjumlah 16 peserta didik yang dipilih menggunakan simple random sampling dan dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Instrumen pengumpulan data berupa angket skala *self efficacy* yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Prosedur penelitian terdiri dari pemberian pretest, pelaksanaan layanan konseling kelompok bagi kelompok eksperimen, dan pemberian posttest pada kedua kelompok. Data dianalisis menggunakan uji-t serta perhitungan *N-Gain* untuk melihat efektivitas perlakuan.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada *self efficacy* kelompok eksperimen dibandingkan kelompok kontrol. Rata-rata skor *posttest* kelompok eksperimen naik dari kategori rendah menuju sedang–tinggi 112-128, sedangkan kelompok kontrol tetap berada pada kategori rendah 61-70. Perhitungan *N-Gain* kelompok eksperimen mencapai nilai 0,76, yang termasuk kategori efektivitas tinggi, sedangkan kelompok kontrol berada pada kategori rendah 0,04. Dengan demikian, layanan konseling kelompok dengan teknik *control group* terbukti efektif dalam meningkatkan *self efficacy* peserta didik di SMP Negeri 3 Air Gegas.

Kata-kata Kunci : *Konseling Kelompok, Teknik Control Grup, Peserta Didik*

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT sang maha segalanya, atas seluruhnya curahan dan rahmat dan hidayahNya sehingga peenulis mampu menyelesaikan skripsi yang berjudul —EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK *CONTROL GRUP* DALAM MENINGKATKAN *SELF EFFICACY* PESERTA DIDIK DI SMPN 3 AIRGEGAS' ini tepat pada waktunya. Skripsi ini dituliskan dalam rangka memenuhi syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan pada Program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.

Dalam penyelesaian skripsi ini, penulis banyak memperoleh bantuan baik pengajaran, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Untuk itu penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Bapak Dr. Irawan, M.S.I., selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
2. Ibu Dr. Hj. Sholeha, M.A., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah.
3. Bapak Dr. Nikmarijal, M.Pd., selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam dan Dosen Pembimbing I.
4. Ibu Komariah, S.Psi.,M.Pd, selaku Dosen Penasehat Akademik dan Dosen Pembimbing II.
5. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.

6. Bapak Fauzi, S.T., selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 3 Airgegas yang sudah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di SMP Negeri 3 Airgegas.
7. Ibu Desi Apriyanti, S.Pd dan Ibu Ardiana Rudiya, S.Pd., selaku guru BK SMP Negeri 3 Airgegas yang telah meluangkan waktunya serta memberikan arahan kepada penulis sehingga skripsi ini bisa selesai.
8. Wali kelas dan guru mata pelajaran SMP Negeri 3 Airgegas.
9. Teristimewa kepada kedua orang tua tercinta (Anto dan Rita) yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan serta semangat bagi saya.
10. Kepada sahabat saya yang baik hati terima kasih untuk kebersamaanya, selalu ada dalam keadaan suka dan duka yang selalu mendukung dan mendukung dalam hal apapun (Restu, Ere DH, Rominto dll) semoga sukses dan bahagia selalu.
11. Teman-teman seperjuangan ; BKPI A Angkatan 2021, teman-teman PPLK II SMPN I Sungai Selan; KKN Desa Dendang; dan teman-teman Fakultas Tarbiyah 2021, semoga sukses selalu.
12. Kampus tercinta IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung yang menjadi saksi perjuangan saya menempuh pendidikan kurang lebih 4 tahun.
13. Pihak-pihak yang tidak bisa penulis sebutkan namanya satu-persatu.

Semoga ALLAH SWT memberikan balasan yang berlipat-lipat ganda untuk semuanya. Penulis menyadari dengan keterbatasan pengetahuan yang penulis punya, tentulah ada banyak kekuarangan dan kelemahan yang penulis temui dalam penyusunan skripsi ini, untuk itu penulis

mengucapkan banyak terima kasih untuk kritik dan saran yang penulis terima dan yang penulis terima. Akhir kata penulis berharap semoga tulisan ini dapat bermanfaat bagi semuanya.

Bangka, 29 september 2025

Peneliti



Resmi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PENGESAHAN	i
HALAMAN PERNYATAAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iii
SURAT KETERANGAN PLAGIASI.....	iv
NOTA DINAS KONSULTAN	v
HALAMAN MOTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK.....	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	10
E. Telaah Pustaka	10
F. Rancangan Sistematika Pembahasan.....	13
BAB II LANDASAN TEORI.....	15
A. Konseling Kelompok.....	15
1. Pengertian Layanan Konseling Kelompok.....	15
2. Tujuan Layanan Konseling Kelompok.....	16
3. Tahapan-tahapan Konseling Kelompok	18
4. Asas-asas Konseling Kelompok	20
B. <i>Control Group</i>	22
1. Pengertian <i>Control Group</i>	22
2. Tujuan <i>Control Group</i>	22

3. Langkah-langkah <i>Control Group</i>	23
C. <i>Self Efficacy</i>	24
1. Pengertian <i>self efficacy</i>	24
2. Aspek-aspek <i>self efficacy</i>	25
3. Faktor yang Mempengaruhi <i>self efficacy</i>	27
D. Layanan Konseling Kelompok untuk Meningkatkan <i>Self Efficacy</i> Peserta Didik.....	29
BAB III METODE PENELITIAN.....	32
A. Jenis Penelitian	32
B. Variabel Penelitian.....	32
C. Definisi Operasional	32
D. Desain Penelitian	33
E. Prosedur Eksperimen.....	34
F. Waktu dan Tempat Penelitian	35
G. Populasi dan Sampel	35
H. Teknik Pengumpulan Data	38
I. Instrumen Penelitian	40
J. Uji Validitas dan Reliabilitas	41
1. Uji Validitas.....	41
2. Uji Reliabilitas.....	45
K. Teknik Analisis Data.....	46
1. Uji Prasyarat Analisis Data.....	46
2. Uji Hipotesis Data Penelitian	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	49
A. Hasil Penelitian.....	49
B. Pembahasan	70
BAB V PENUTUP	77
A. Kesimpulan.....	77
B. Saran.....	78
DAFTAR PUSTAKA.....	81
LAMPIRAN-LAMPIRAN	84

DAFTAR TABEL

Table II.1 Bagan Hubungan antara Konseling Kelompok Teknik <i>Control Group</i> dan <i>Self Efficacy</i>	31
Tabel III.1 Desain Penelitian	34
Tabel III.2 Populasi Penelitian	36
Tabel III.3 Jumlah Sampel	37
Tabel III.4 Skor Skala Likert.....	39
Tabel III.5 Kisi-Kisi Kuesioner <i>Self Efficacy</i>	40
Tabel III.6 Hasil Uji Validitas <i>Self Efficacy</i>	43
Tabel III.7 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen.....	46
Tabel IV.1 Rumus Kategori Data.....	50
Tabel IV.2 Keterangan Data.....	51
Tabel IV.3 Kategorisasi Data	51
Tabel IV.4 Hasil <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	52
Tabel IV.5 Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol	61
Tabel IV.6 Hasil Uji Normalitas	62
Tabel IV.7 Hasil Uji Homogenitas.....	64
Tabel IV.8 <i>Independent Sample Test</i>	65
Tabel IV.9 Hasil Uji <i>Group Independent Sample Test</i>	66
Tabel IV.10 Pembagian <i>N-Gain Score</i>	67
Tabel IV.11 Kategori Tafsiran Efektivitas <i>N-Gain Score</i>	68
Tabel IV.12 Nilai <i>N Gain Score</i> Kelompok Kontrol.....	68
Tabel IV.13 Nilai <i>N Gain Score</i> Kelompok Eksperimen	69

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Rencana Pelaksanaan Layanan Penelitian	84
Lampiran 2 Kisi-Kisi, Pedoman Penelitian dan Angket Uji Coba Penelitian	89
Lampiran 3 Rekapitulasi Uji Validitas Kuesioner <i>Self Efficacy</i>	95
Lampiran 4 Kisi-Kisi, Pedoman Angket dan Angket Penelitian	97
Lampiran 5 Surat Permohonan Izin Penelitian Skripsi	103
Lampiran 6 Surat Balasan Izin Penelitian Dari SMP Negeri 3 Airgegas	104
Lampiran 7 Skor Jawaban Kuesioner <i>Self Efficacy</i> (Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>)	105
Lampiran 8 SK Pembimbing Skripsi.....	106
Lampiran 9 kartu Bimbingan Skripsi	112
Lampiran 10 Dokumentasi	115
Lampiran 11 Riwayat Hidup	118