

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA KARTU AFIRMASI DALAM
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN
RASA PERCAYA DIRI SISWA SMAN 1 PAPAR**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Prodi Bimbingan dan Konseling FKIP UN PGRI Kediri



Oleh :

DEWI IMRO' ATUN MASITOH

NPM : 22.1.40.10.088

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI**

2026

Skripsi Oleh :

DEWI IMRO' ATUN MASITOH

NPM. 22.1.40.10.088

Judul :

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA KARTU AFIRMASI DALAM
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN RASA
PERCAYA DIRI SISWA SMAN 1 PAPAR**

Telah disetujui untuk diajukan Kepada Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Prodi Bimbingan dan Konseling UN PGRI Kediri

Tanggal : 29 Juni 2026

Pembimbing 1



Dr. Vivi Ratnawati, S.Pd., M.Psi
NIDN. 0728038306

Pembimbing 2



Nora Yuniar Setyaputri, S.Pd M.Pd Kons.
NIDN. 0702068903

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Oleh :

DEWI IMRO' ATUN MASITOH

NPM: 22.1.40.10.088

Judul:

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA KARTU AFIRMASI DALAM
LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN RASA
PERCAYA DIRI SISWA SMAN 1 PAPAR**

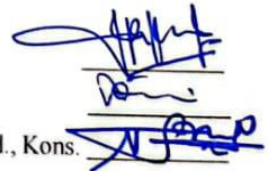
Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi Prodi Bimbingan dan
Konseling FKIP UN PGRI Kediri

Pada Tanggal: 14 Juli 2026

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyarata

Panitia Penguji:

1. Ketua : Dr. Vivi Ratnawati, S.Pd., M.Psi
2. Penguji I : Dr. Atrup, M.M, M.Pd
3. Penguji II : Nora Yuniar Setyaputri, S.Pd, M.Pd., Kons.



Mengetahui
Dekan FKIP
Dr. Agus Wicaksono, M.Pd.
NIDN. 0024086901

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya,

Nama : Dewi Imro' Atun Masitoh
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat/tgl. Lahir : Nganjuk, 01 April 2003
NPM : 22.1.40.10.088
Fak/Jur./Prodi : FKIP/ S1 Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 14 Juli 2026

Yang menyatakan



DEWI IMRO' ATUN MASITOH

NPM. 22.1.40.10.088

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja lelah-lelah itu.

*Lebarkan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau invertasikan untuk
menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak akan selalu
berjalan lancar. Tapi gelombang-gelombang itu yang nanti bisa kau
ceritakan.”*

-Boy Chandra

Kupersembahkan Karya ini untuk:

1. Ayah dan Ibu tercinta
2. Keluarga, sahabat, dan teman-teman
3. Diriku sendiri atas segala usaha dan perjuangan yang telah dilalui

RINGKASAN

Dewi Imro' Atun Masitoh Efektivitas Penggunaan Media Kartu Afirmasi Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa Sman 1 Papar, Skripsi, BK, FKIP, UN PGRI Kediri, 2026

Kata Kunci: Kartu afirmasi, bimbingan kelompok, rasa percaya diri, siswa sma, efektivitas

Rasa percaya diri merupakan aspek penting dalam menunjang keberhasilan akademik dan sosial siswa. Namun, hasil observasi di SMAN 1 Papar menunjukkan masih adanya siswa yang memiliki rasa percaya diri rendah, seperti malu bertanya, enggan berpendapat, dan ragu terhadap kemampuan diri. Untuk mengatasi masalah tersebut, digunakan layanan bimbingan kelompok dengan media kartu afirmasi yang berisi kalimat-kalimat positif guna meningkatkan keyakinan diri siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan media kartu afirmasi dalam bimbingan kelompok untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa SMAN 1 Papar.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *Pre Experimen* dan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Subjek penelitian berjumlah 10 siswa kelas X SMAN 1 Papar yang memiliki tingkat rasa percaya diri rendah dan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket rasa percaya diri yang telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas. Analisis data dilakukan dengan bantuan program SPSS melalui uji normalitas, uji homogenitas, dan uji *Paired Sample t-Test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan media kartu afirmasi dalam layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa. Hal ini dibuktikan berdasarkan hasil uji *Paired Sample t-Test* yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_o) ditolak. Selain itu, terjadi peningkatan rata-rata skor rasa percaya diri siswa antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Setelah mengikuti layanan bimbingan kelompok menggunakan media kartu afirmasi, siswa menjadi lebih berani menyampaikan pendapat, lebih yakin terhadap kemampuan dirinya, lebih optimis dalam menghadapi tantangan, serta lebih aktif dalam berinteraksi dengan lingkungan sekolah.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa penggunaan media kartu afirmasi dalam layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa kelas X SMAN 1 Papar. Media kartu afirmasi dapat digunakan sebagai salah satu alternatif layanan bimbingan dan konseling untuk membantu siswa mengembangkan keyakinan diri serta mengoptimalkan potensi yang dimiliki.

PRAKATA

Puji Syukur Kami panjatkan kehadiran Allah Tuhan Yang Maha Kuasa, karena hanya atas perkenan-Nya tugas penyusunan proposal ini dapat diselesaikan. Penyusunan proposal ini merupakan bagian dari rencana penelitian guna penyusunan skripsi sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Bimbingan dan Konseling.

Pada kesempatan ini diucapkan terimakasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada :

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd, selaku Rektor UN PGRI Kediri yang selalu memberikan dorongan motivasi kepada mahasiswa.
2. Dr. Agus Widodo, M.Pd. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan UN PGRI Kediri
3. Dr. Vivi Ratnawati, S.Pd., M.Psi selaku Kaprodi BK Universitas Nusantara PGRI Kediri sekaligus Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan arahan serta bimbingan selama penyusunan skripsi ini.
4. Nora Yuniar Setyaputri, M.Pd. Kons. Selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan saran, masukan, dan motivasi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Kepada Drs. I Made Suastika, M.Pd. selaku Kepala SMAN 1 Papar yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian.
6. Kedua orang tua tercinta, Bapak Suwari dan Ibu Warsih, yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan, perhatian, serta pengorbanan tanpa henti demi keberhasilan dan masa depan penulis. Terima kasih atas segala ketulusan, kesabaran, dan semangat yang selalu menjadi kekuatan bagi penulis dalam menyelesaikan pendidikan dan penyusunan skripsi ini.
7. Kakak tercinta Mar'atus Sholikhah, yang selalu memberikan doa, motivasi, dukungan, dan kasih sayang tanpa henti. Terima kasih telah

menjadi tempat berbagi cerita, memberikan semangat ketika saya merasa lelah, serta selalu percaya bahwa saya mampu menyelesaikan pendidikan ini dengan baik.

8. Dengan penuh rasa syukur dan kasih, saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Dedi Setyawan, sosok yang telah menemani perjalanan saya sejak awal menjadi mahasiswa baru hingga akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih atas doa, dukungan, perhatian, semangat, kesabaran, serta kesediaannya untuk selalu hadir dalam setiap proses yang saya lalui, baik di saat senang maupun ketika menghadapi berbagai tantangan. Semoga segala kebaikan yang telah diberikan mendapatkan balasan yang terbaik.
9. Kepada sahabat dan teman-teman yang telah memberikan bantuan, kebersamaan, serta dukungan selama masa perkuliahan dan penyusunan skripsi.
10. Kepada teman-teman Program Studi Bimbingan dan Konseling Angkatan 2022 yang telah berbagi pengalaman, kebersamaan, dan perjuangan selama menempuh pendidikan.
11. Dan terakhir terima kasih untuk diri sendiri yang telah berusaha, bertahan, dan terus berjuang hingga mampu menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki beberapa kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan karya ini. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca, khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling serta dunia pendidikan pada umumnya. Semoga hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

Kediri, 14 Juli 2026



DEWI IMRO'ATUN MASITOH

NPM. 22.1.40.10.088