

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Remaja merupakan individu berusia antara 12-15 tahun yang sedang menempuh pendidikan di jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan sedang mengalami masa transisi antara kehidupan anak-anak menuju kehidupan dewasa yang dapat menimbulkan stress akibat perubahan yang terjadi dalam diri individu (Iswari & Wilayani, 2019). Batasan usia remaja dibedakan menjadi empat bagian, yaitu 1) masa pra-remaja atau pra-pubertas yang berusia 10-12 tahun, 2) masa remaja awal atau pubertas berusia 12-15 tahun, 3) masa pertengahan berusia 15-18 tahun dan 4) masa remaja akhir berusia 18-21 tahun (Monks, Knoers & Haditono, 2001; Desmita, D. 2017).

Remaja mengalami pertumbuhan dan perkembangan pada berbagai aspek diantaranya aspek fisik, kognitif dan sosioemosional (Santrock, 2011). Aspek fisik menjadi kekhawatiran yang cukup kuat dialami pada masa remaja awal dibandingkan dengan masa remaja akhir dan meningkat pada masa pubertas (Santrock, 2007). Perubahan fisik merupakan perubahan yang paling menonjol dan menjadi sumber permasalahan utama pada remaja (Putri, 2008). Perubahan-perubahan fisik yang terjadi membuat remaja tidak percaya diri dengan penampilannya dan membuat persepsi tentang dirinya menjadi negatif karena menganggap keadaan fisiknya tidak ideal atau tidak sesuai dengan pandangan masyarakat (Dwinanda, 2017). Apabila terdapat kesenjangan yang terlalu jauh antara tubuh nyata dengan tubuh idealnya remaja akan merasa kecewa, frustrasi, sedih dan merasa ada satu kebutuhan yang tidak terpenuhi (Denich & Ifdil, 2015).

Penampilan merupakan hal penting bagi remaja karena mereka menyadari bahwa aspek fisik mewakili identitas, dengan demikian perkembangan citra tubuh merupakan salah satu tugas psikologis yang paling penting pada masa remaja (Hurlock, 2011). Selain aspek fisik yang sangat terlihat perubahannya, aspek penting lain dalam masa remaja yaitu aspek sosio emosial yang

dipengaruhi oleh lingkungan sosialnya seperti keluarga, teman atau masyarakat umum tempat remaja berinteraksi (Aristantya & Helmi, 2019). Remaja memiliki kebutuhan kuat untuk disukai dan diterima oleh teman sebaya atau kelompok yang membuat mereka merasa senang apabila diterima, namun sebaliknya mereka merasa tertekan dan cemas ketika dikucilkan atau diremehkan oleh teman sebayanya dimana bagi remaja pandangan orang lain terhadap dirinya merupakan hal yang paling penting (Santrock, 2007 :55).

Permasalahan *body image* meningkat pada masa remaja awal sekitar usia 13-15 tahun (Skemp-Arlt & Mikat, 2007). Kehawatiran remaja terhadap tubuhnya dikarenakan adanya perubahan yang terjadi seperti tumbuhnya jerawat dan gangguan kulit serta kecenderungan menjadi gemuk (Kiptiah, 2019). Selain itu fenomena yang terjadi dilapangan pada peserta didik berdasarkan hasil *Focus Group Discussion* (FGD) di salah satu SMP di Kota Tasikmalaya mengungkap bahwa remaja merasa tidak percaya diri dengan perubahan yang terjadi seperti bentuk tubuh yang tidak proposional, perubahan kondisi muka yang berjerawat, pipi cabi, kelenjar dada yang membesar yang permasalahan-permasalahan yang dialami siswi perempuan menyebabkan beberapa siswi melanggar peraturan sekolah dengan memakai riasan wajah yang bertujuan untuk meningkatkan kepercayaan diri, sedangkan permasalahan yang terjadi pada siswa laki-laki yakni merasa tidak puas dengan otot, tinggi dan berat badan yang dimilikinya. Siswa juga mengungkapkan bahwa perubahan yang terjadi menyebabkan adanya perilaku diskriminasi antar siswa, sehingga siswa sulit untuk bersosialisasi dan menilai dirinya melalui sudut pandang orang lain. Dampak dari remaja yang diejek atau dirundung dapat menyulitkan mereka dalam membentuk hubungan pertemanan dan berdampak negatif pada prestasi akademik (Guest, 2013).

Sejalan dengan penelitian dari *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology* (2016), menghasilkan fakta bahwa diskriminasi terhadap berat badan terjadi pada siswa kelas 6 dan kelas 7 yang dapat menyebabkan ketidakpuasan tubuh serta mengalami kecemasan sosial serta dapat mengalami

masalah emosi apabila mendapat ejekan dari teman-temannya mengenai berat badan. Penelitian lain yang dilakukan oleh Urbanova et al., (2020) menunjukkan bahwa hampir 20% dari 6.462 remaja mengalami diskriminasi penampilan fisik yang dilakukan oleh teman sebayanya, dampak dari remaja yang mengalami diskriminasi akan merasa kesulitan dalam berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang lain, terisolasi secara sosial, mengalami gejala depresi atau kecemasan serta kurangnya dukungan dari sosial sehingga remaja akan mempertimbangkan internet sebagai tempat mereka untuk menemukan dukungan sosial dari orang-orang yang mengalami kondisi yang sama.

Dari hasil penelitian di SMP Terpadu Riyadlul Ulum Waddawah dengan sampel sejumlah 352 responden didapatkan hasil citra tubuh yang cenderung berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 171 responden atau setara dengan 48,58%, namun dilihat dari aspek dan indikator nilai yang di hasilkan cukup beragam dengan rata-rata indikator sebanyak 62% yang menunjukkan bahwa pencapaian citra tubuh di SMP Terpadu Riyadlul Ulum Waddawah belum berkembang secara optimal. Hal tersebut dapat diakibatkan dari faktor interpersonal dan budaya yang baik, dengan adanya penanaman prinsip kebersyukuran siswa yang tinggi berperan penting dalam menciptakan citra tubuh yang positif hal ini dilihat dari latar belakang sekolah yang merupakan pesantren berperan penting dalam menciptakan citra tubuh yang positif, hal ini sejalan dengan teori Thompson (1996) yang menjelaskan bahwa pengaruh lingkungan dan budaya terhadap citra tubuh. Hubungan interpersonal yang baik menjadi salah satu faktor dalam citra tubuh (Cash, 2002).

Adanya tren mengenai citra tubuh yang ideal dapat mempengaruhi persepsi individu terhadap tubuhnya, hal tersebut membuat individu cenderung membandingkan antara persepsi tubuh dan dan penampilannya sendiri dengan penampilan ideal yang remaja bayangkan (Denich & Ifdil, 2015). Permasalahan citra tubuh didasari dari asumsi individu terhadap dirinya, salah satunya adalah ketidakpuasan terhadap citra tubuh yang dimiliki oleh individu berdasarkan pemikiran-pemikiran negatif yang diyakini (Abdillah et al, 2023). Citra tubuh

yang dimiliki remaja saat ini banyak yang mengarah pada hal negatif salah satu contohnya adalah diet yang berlebihan untuk mencapai postur tubuh ideal, dengan demikian remaja yang sedang mengalami pertumbuhan akan cenderung membentuk keyakinan tentang tubuh ideal dengan meniru orang lain yang menurutnya ideal (Voelker et al, 2015). Hal ini diperkuat oleh penelitian Iswari & Hartini (2005) yang mengungkapkan bahwa ketidakpuasan terhadap bentuk tubuh tidak hanya dialami oleh remaja yang mengalami obesitas saja tetapi juga dialami oleh remaja yang memiliki berat badan ideal atau bahkan dibawah rata-rata juga.

Penilaian terhadap diri sendiri mengenai tubuh dan penampilan fisik disebut dengan istilah citra tubuh (*body image*) (Dianningrum & Satwika, 2021). Menurut Cash & Pruzinsky (2002) mendefinisikan citra tubuh sebagai gambaran tubuh meliputi pikiran, keyakinan, perasaan dan perilaku yang dibentuk oleh diri sendiri. Honigam & Castle (Januar, 2017) mendefinisikan citra tubuh sebagai gambaran mental seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya, bagaimana seseorang mempersepsikan dan menilai atas apa yang dipikirkan maupun dirasakan terhadap ukuran tubuh dan bentuk tubuhnya, serta penilaian orang lain terhadap dirinya yang sebenarnya, pikiran dan perasaan tersebut belum tentu sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Schilder (Grogan, 2017) mendefinisikan sebagai gambaran tubuh meliputi pemikiran, persepsi, dan perasaan yang dibentuk dalam pikiran diri sendiri. Menurut Grogan, (2017: 4) mendefinisikan citra tubuh mencakup persepsi, pikiran dan perasaan individu tentang tubuhnya,

Ciri-ciri dari citra tubuh terbagi menjadi dua, yaitu citra tubuh positif dan citra tubuh negatif (Taylor, 2014). Seseorang yang memiliki citra tubuh positif disebut juga dengan *body image satisfaction* yakni seseorang yang memiliki kepuasan berat badan, kepuasan bentuk dan bagian tubuh, sedangkan orang yang memiliki citra tubuh negatif disebut juga dengan *body image dissatisfaction* yang berarti seseorang mengalami ketidakpuasan serta membanding-bandingkan keadaan dirinya, orang yang tidak puas terhadap

dirinya dapat menyebabkan penghindaran sosial dan kecemasan yang tinggi (Cash & Pruzinsky, 2002). Citra tubuh positif memiliki sikap yang baik dan penuh hormat terhadap tubuh seseorang, terlepas dari apakah tubuh tersebut memenuhi cita-cita penampilan yang ideal secara sosial (Halliwell, 2015). Citra tubuh positif sebagai upaya meningkatkan kesejahteraan psikologis dan fisik serta dapat menjadi pelindung terhadap paparan media tentang penampilan yang ideal (Tylka & Wood, 2015). Sedangkan seseorang yang memiliki citra tubuh negatif memandang dirinya kurang menarik serta kurang mampu untuk menerima kekurangan yang telah dimilikinya (Kristani & Savira, 2021).

Ketidakpuasan citra tubuh dimulai pada masa pubertas dan masa remaja (Cash & Pruzinsky, 2002). Berkembangnya citra tubuh negatif pada remaja merupakan salah satu bentuk kegagalan remaja dalam memenuhi tugas perkembangan yang berkaitan dengan fisiknya (Aziz & Khusumadewi, 2020). Padahal salah satu tugas perkembangan pada masa remaja adalah menerima keadaan fisiknya dengan keragaman kualitasnya (Yusuf, 2011). Salah satu standar kompetensi yang harus dicapai pada masa remaja adalah menghargai diri sendiri dan orang lain (Rusmana, 2009).

Beberapa penelitian menemukan bahwa masalah ketidakpuasan terhadap citra tubuh dapat menimbulkan masalah-masalah lain yang lebih serius, seperti halnya penelitian yang dilakukan oleh Guesta, (2021) memaparkan bahwa ketidakpuasan akan penampilan dapat menimbulkan berbagai konsekuensi kesehatan dan psikososial yang negatif, seperti depresi, harga diri yang rendah, pola makan yang tidak teratur, penurunan aktivitas fisik, perilaku kesehatan berisiko seperti merokok dan minum-minuman berisiko tinggi serta keterlibatan akademis yang buruk pada masa remaja. Lalu persepsi citra tubuh yang terdistorsi dapat menyebabkan perilaku berbahaya termasuk pola makan yang tidak sehat, harga diri yang rendah, kesedihan dan pikiran untuk bunuh diri, serta akan berdampak negatif pada hubungan teman sebaya yang sering dikaitkan dengan perilaku perundungan (Song, H et al 2023). Hasil penelitian yang dilakukan di SMP Santa Agnes Surabaya menunjukkan 55,6% siswi kelas

VII dan VIII berusia 13-15 tahun termasuk kedalam kategori citra tubuh negatif yang menyebabkan *body dissatisfaction* yang memunculkan perilaku diet yang berlebihan dan memunculkan gangguan makan seperti *anorexia nervosa* dan *bulimia* (Wati & Sumarmi, 2017). Kemudian penelitian yang dilakukan Radwan et al, (2019) memaparkan bahwa 81% remaja berusia 18-25 tahun mengalami ketidakpuasan tubuh, sebanyak 58,2% perempuan ingin menurunkan berat badan dengan diet dan berolahraga, sementara 41,8% laki-laki ingin menambah berat badan dan lebih memilih olahraga daripada diet.

Masalah citra tubuh berkembang di usia remaja, ketika remaja sadar akan perubahan penampilan sehingga penting untuk mengembangkan intervensi dengan cara yang lebih menarik (Guesta. E, et al. 2021). Remaja perlu mampu untuk mengungkap citra tubuh baik positif atau negatif, agar siswa dapat memahami kekurangan yang dimiliki dan mendorong untuk meningkatkan penerimaan diri serta menumbuhkan kesadaran terhadap citra tubuh untuk lebih tahan terhadap tekanan media sosial dan standar masyarakat yang tidak realistis. Hal penting dalam perkembangan remaja adalah terbentuknya identitas diri yang diperoleh dengan memahami citra tubuh yang dimilikinya (Asri & Sunarto, 2020). Sehingga diperlukannya pendidikan yang positif dalam membantu remaja untuk melalui tugas perkembangannya sehingga dapat tumbuh menjadi individu yang sehat secara fisik dan mental. Dalam meningkatkan citra tubuh remaja dibutuhkan peran guru bimbingan dan konseling dalam menerapkan layanan bimbingan dan konseling dalam membantu dan menyelesaikan suatu permasalahan yang dirasakan oleh peserta didik terkait dengan citra tubuh (Hidayat & Julaeha, 2020).

Metode bimbingan yang digunakan seharusnya lebih kreatif agar dapat menarik perhatian siswa (Masfiah et al, 2020). Namun pada kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dihadapkan pada kesulitan dan juga hambatan, seperti personil sekolah yang kurang memahami konsep bimbingan konseling, fasilitas yang kurang memadai dan kurangnya dana untuk kegiatan bimbingan dan konseling (Nur Azizah,

2016). Selain itu, masih banyak guru menggunakan metode ceramah di kelas yang kurang disukai siswa karena monoton dan kurang memberikan kesempatan kepada siswa untuk bergerak dan berekspresi (Gani, 2022). Metode ceramah yang monoton dan tanpa media menarik menyebabkan informasi yang diberikan kepada peserta didik hanya satu arah, sehingga peserta didik menjadi pendengar yang pasif oleh karena itu metode dan media yang digunakan guru BK juga sangatlah penting (Qona'ah, 2017).

Sekolah perlu memberikan fasilitas untuk membantu peserta didik agar memahami dan menerima keadaan dirinya baik fisik maupun psikis atas segala kelebihan dan potensi yang dimilikinya demi tercapainya kualitas hidup yang lebih baik (Hidayat & Julaeha, 2020). Citra tubuh yang positif dapat dipupuk melalui intervensi di masa remaja, adapun riset mengenai pengembangan media dalam citra tubuh dengan penggunaan permainan papan "*Everybody's Different: The Appearance Game*" pada anak berusia 9-11 tahun menunjukkan hasil bahwa permainan kreatif dapat meningkatkan pengetahuan yang berkaitan dengan isu-isu penampilan (Guesta, E, et al. 2021). Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Atikah Dwi R. (2021) mengenai pengembangan media *self-help book* dengan menggunakan CBT (*Cognitive Behavioral Therapy*) bagi siswa kelas 10 di SMK N 44 Jakarta menunjukkan hasil bahwa siswi sering membaca media *self-help book* dalam mengatasi citra tubuh dan telah berhasil diujikan dengan melalui tahapan evaluasi formatif dengan evaluator ahli bidang media dan ahli materi, diperoleh hasil validitas media sebesar 94% dan hasil validitas materi yang diberikan oleh evaluator sebesar 88.75% hasil tersebut masuk dalam kategori "sangat layak". Adapaun penelitian lainnya yang dilakukan Ramanda (2020) mengenai pengenalan citra tubuh melalui pengembangan video terbukti sangat efektif untuk memberikan informasi mengenai citra tubuh bagi siswa serta membuat suasana belajar lebih aktif dan kreatif.

Pembelajaran yang menyenangkan merupakan salah satu model dalam pembelajaran yang mendukung perkembangan berpikir kreatif dan menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, sehingga siswa dapat terlibat

secara aktif dalam mengembangkan kreativitasnya dalam pengetahuan, sikap, nilai dan perilaku yang bertanggung jawab terhadap lingkungan sekitar sehingga tujuan dari pembelajaran dapat dicapai secara maksimal (Trinova, 2012). Sejalan dengan Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2015 pasal 19 ayat 1 memaparkan bahwa proses belajar siswa dilakukan dengan menyenangkan, memberikan semangat, dorongan serta memberikan lingkungan belajar yang kondusif sehingga siswa akan lebih termotivasi untuk belajar, berkarya dan berkreasi serta mencapai perkembangan secara optimal.

Media merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan layanan bimbingan dan konseling, pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling dengan media bisa lebih menarik dan menyenangkan (Handayani, 2020). Hal lain dijelaskan bahwa dengan penggunaan media juga dapat membantu memperjelas pesan yang ingin disampaikan dalam bimbingan dan konseling (Nursalim, 2015). Salah satu media yang dapat digunakan dalam layanan bimbingan dan konseling adalah *card game*. Kartu game adalah suatu media yang dapat digunakan sebagai proses layanan untuk mempermudah dan memperjelas penyampaian materi layanan dengan suasana yang menyenangkan dan efektif serta merupakan media visual atau yang dapat dilihat (Nisa, 2012). Permainan kartu merupakan sebuah aktivitas yang menghubungkan siswa secara aktif dimana di dalamnya terdapat dinamika-dinamika kelompok serta memancing daya pikir inovatif, kreatif dan kritis siswa sehingga siswa mendapatkan respon positif (Bagaskara & Rosada, 2021).

Salah satu permainan kartu yang digunakan dalam penelitian ini yakni kartu *Truht Or Dare*. Permainan *Truth Or Dare* berasal dari kata *truth* yang dalam Bahasa Indonesia berarti kebenaran dan *dare* yang berarti berani (Echols, et al, 2000). Jadi, permainan *Truht Or Dare* adalah sebuah permainan yang di dalamnya berisi pernyataan untuk dijawab secara benar dan tantangan yang harus dilakukan secara berani (Priatmoko, dkk 2008). Permainan *Truth Or Dare* membuat siswa saling berinteraksi satu sama lain, dimana setiap kelompok terdiri dari 5-6 orang siswa yang masing-masing siswa akan berdiskusi didalam



kelompoknya untuk memecahkan permasalahan yang ada di dalam kartu tersebut (Fadillah et al, 2023). Media permainan *Truth Or Dare* dapat merangsang peserta didik berperan aktif dalam kegiatan pembelajaran, karena media permainan yang digunakan dalam proses pembelajaran dapat memberikan umpan balik sehingga pembelajaran lebih interaktif dan efektif (Indayanti, 2016).

Adapun tujuan dari pembuatan media *Truth Or Dare* yakni untuk meningkatkan citra tubuh yang positif dengan cara mengidentifikasi citra tubuh guna memberikan pemahaman tentang keberagaman tubuh, menghargai perbedaan dan mengajarkan pentingnya penerimaan diri terhadap keadaan tubuh remaja, dengan pemanfaatan kartu *Truth Or Dare* dapat memperkuat hubungan antar teman atau orang baru dengan menciptakan kesempatan untuk membuka diskusi terbuka mengenai citra tubuh antar peserta didik untuk berbagai pandangan, pengalaman atau memberikan dukungan satu sama lain serta dapat membangun penilaian diri yang positif akan citra tubuh. Adapun salah satu kelebihan dari permainan kartu *Truth Or Dare* yakni dapat menciptakan suasana kelas yang lebih hidup dan menyenangkan, siswa dilibatkan secara langsung dalam permainan sehingga peranan guru menjadi juri, motivator dan fasilitator sehingga dapat menunjang terbentuknya komunikasi dua arah antara guru dan siswa secara maksimal dan membantu untuk terbentuknya rasa percaya dalam memainkan permainan *Truth Or Dare*. (Priatmoko et al., 2008). Dari beberapa penelitian mengenai citra tubuh banyak peneliti menggunakan metode kuantitatif serta eksperimen, dan baru sedikit yang menekankan pada pengembangan produk hal ini dapat menjadi fokus bagi peneliti untuk melakukan pengembangan media berupa kartu *truth or dare* untuk memberikan pemahaman mengenai citra tubuh yang dimiliki siswa SMP.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan, maka dapat diidentifikasi masalah yang timbul sebagai berikut :

1. Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan pada berbagai aspek, salah satunya adalah perubahan fisik yang menjadi kekhawatiran remaja
2. Citra tubuh merupakan salah satu tugas perkembangan psikologis yang penting pada masa remaja
3. Pemberian layanan bimbingan dan konseling dengan menggunakan metode permainan menjadi salah satu upaya untuk mengidentifikasi citra tubuh yang dimiliki remaja.

### C. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan maka penulis merumuskan :

1. Bagaimana perkembangan tren riset citra tubuh di Sekolah Menengah Pertama (SMP)?
2. Bagaimana rancangan pengembangan media kartu *PositivTEEN Body Boost* dalam layanan bimbingan kelompok untuk mengidentifikasi citra tubuh yang dimiliki siswa SMP Terpadu Riyadlul Ulum Wadda'wah Kota Tasikmalaya?
3. Bagaimana kelayakan rancangan pengembangan media kartu *PositivTEEN Body Boost* menurut para pakar dalam layanan bimbingan dan konseling untuk mengidentifikasi citra tubuh pada siswa SMP Terpadu Riyadlul Ulum Wadda'wah Kota Tasikmalaya?

### D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui gambaran perkembangan tren riset citra tubuh di Sekolah Menengah Pertama (SMP)
2. Untuk mengetahui rancangan pengembangan media kartu *PositivTEEN Body Boost* dalam layanan bimbingan kelompok untuk mengidentifikasi citra tubuh yang dimiliki siswa SMP Terpadu Riyadlul Ulum Wadda'wah Kota Tasikmalaya.
3. Untuk mengetahui kelayakan rancangan pengembangan media kartu *PositivTEEN Body Boost* menurut para pakar dalam layanan bimbingan

dan konseling untuk mengidentifikasi citra tubuh yang dimiliki SMP Terpadu Riyadlul Ulum Wadda'wah Kota Tasikmalaya.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini memberikan manfaat, baik secara teoritis dan praktis :

##### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini bertujuan untuk memperkaya wawasan teori tentang salah satu intervensi dalam mengembangkan citra tubuh pada jenjang usia remaja atau peserta didik Sekolah Menengah Pertama

##### 2. Manfaat Praktis

- a. Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan memberikan masukan bagi guru BK/ Konselor sekolah dalam melaksanakan layanan bimbingan dan konseling terkait citra tubuh dengan menggunakan media kartu
- b. Bagi pihak sekolah diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu alternatif dalam mengidentifikasi terkait citra tubuh siswa dengan menggunakan media kartu.

#### **F. Sistematika Penulisan**

Bab I berisi tentang pendahuluan yang menguraikan latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penelitian.

Bab II berisi tentang definisi remaja, tugas perkembangan remaja, pengertian citra tubuh, aspek citra tubuh, faktor yang mempengaruhi citra tubuh, dampak citra tubuh, tren penelitian citra tubuh, sejarah *card game*, definisi *card game*, fungsi *card game*, manfaat media *card game* dalam bimbingan dan konseling, kartu *PositivTEEN Body Boost*, kelebihan dan kekurangan permainan, definisi bimbingan kelompok, aspek, tujuan bimbingan kelompok, pelaksanaan bimbingan kelompok,

Bab III berisi metode penelitian yang meliputi pendekatan dan metode penelitian, prosedur *research and development*, populasi, definisi operasional variabel, instrument pengumpulan data, alat ukur, pedoman skoring, uji

kelayakan, jenis data, pengumpulan data, teknik analisis data, uji coba rancangan produk, subjek uji coba.

Bab IV berisi tentang hasil penelitian dan pembahasan, yakni menguraikan data yang diperoleh dari lapangan.

Bab V berisi tentang simpulan dan saran yang meliputi pembahasan terkait simpulan hasil dan saran dari data yang diperoleh.

