

**EFEKTIVITAS TEKNIK *GAME OF DIALOG*  
DALAM MENGATASI *FUTURE ANXIETY*  
SISWA KELAS XII IPS DI SMAN 12 BANJARMASIN**

**SKRIPSI**



**PUTRI NUR OKTAVIANI**

**NIM 2010123220004**

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN  
TEKNOLOGI**

**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**JURUSAN ILMU PENDIDIKAN  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING**

**BANJARMASIN**

**2024**

**EFEKTIVITAS TEKNIK *GAME OF DIALOG*  
DALAM MENGATASI *FUTURE ANXIETY*  
SISWA KELAS XII IPS DI SMAN 12 BANJARMASIN**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan  
Dalam menyelesaikan Program Sarjana Pendidikan  
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Lambung Mangkurat

**OLEH**

**PUTRI NUR OKTAVIANI**

**NIM 2010123220004**

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN  
TEKNOLOGI**

**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**JURUSAN ILMU PENDIDIKAN**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING**

**BANJARMASIN**

**2024**

**LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING SKRIPSI**

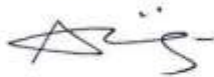
**EFEKTIVITAS TEKNIK *GAME OF DIALOG* DALAM MENGATASI  
*FUTURE ANXIETY* SISWA KELAS XII IPS DI SMAN 12 BANJARMASIN**

**Putri Nur Oktaviani**

**NIM 2010123220004**

Disetujui untuk Dipertahankan di Depan Dewan Penguji

Pembimbing I

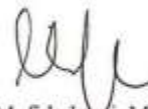


Dr. Ririanti Rachmayanie J., S.Psi, M.Pd

NIP. 19750214 200501 2001

Tanggal :

Pembimbing II,



Mufida Istadi, M.Pd.

NIP. 19890721 201503 2002

Tanggal :

Mengetahui

Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Lambung Mangkurat



Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd

NIP. 19800702 200501 2 004

**LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI**

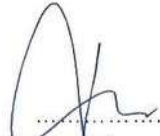
Skripsi oleh Putri Nur Oktaviani

Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji

Pada tanggal, 05 Juli 2024

Dewan Penguji

Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd  
NIP. 19800702 200501 2 004



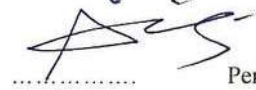
Ketua

Eklys Cheseda Makaria, S.Pd., M.Pd  
NIP. 19920806 201803 2 001



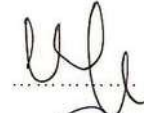
Sekretaris

Dr. Ririanti Rachmayanie, J. S.Psi., M.Pd  
NIP. 19750214 200501 2 001



Penguji I

Mufida Istati, M.Pd  
NIP. 19890721 201503 2 002



Penguji II

Muhammad Andri Setiawan, M.Pd  
NIP. 198960808 202321 1 027



Penguji III

Mengetahui  
Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan  
FKIP ULM



Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd

NIP. 19800702 200501 2 004

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Putri Nur Oktaviani  
NIM : 2010123220004  
Tempat/tanggal lahir : Martapura/28 Oktober 2002  
Jurusan : Ilmu Pendidikan  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas : Lambung Mangkurat Banjarmasin

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “EFEKTIVITAS TEKNIK *GAME OF DIALOG* DALAM MENGATASI *FUTURE ANXIETY* SISWA KELAS XII IPS DI SMAN 12 BANJARMASIN” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Banjarmasin, 5 Juli 2024

Hormat Saya,



981BAALX116751801

Putri Nur Oktaviani

NIM. 2010123220004

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### MOTTO :

“Allah tidak mengatakan hidup ini mudah, tetapi Allah berjanji, bahwa sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

(Q.S. Al- Insyirah : Ayat 5-6)

### PERSEMBAHAN :

Segala puji dan syukur kepada Allah SWT. Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan juga kesempatan dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi saya dengan segala kekurangannya. Segala syukur selalu terucap karena telah menghadirkan orang-orang yang berarti di sekeliling saya yang selalu memberi dukungan baik berupa tenaga, semangat dan doa selama proses pengerjaan skripsi ini sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

Skripsi ini saya persembahkan sebagai tanda hormat ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada orang yang saya cintai dan sayangi serta saya banggakan baik di dunia maupun di akhirat kelak yaitu Bapak, Ibu, dan kedua Kakak saya. Terima kasih atas segala limpahan doa yang tidak hentinya, dukungan baik berupa tenaga, semangat, motivasi, dan berkorban banyak hal untuk saya.

Begitu pula saya ucapkan terima kasih banyak kepada Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lambung Mangkurat yang selama ini membimbing dan mengajarkan ilmu serta pengalaman yang sangat berarti, khususnya Ibu Dr. Ririanti Rachmayanie J. S.Psi., M.Pd selaku dosen pembimbing I dan Ibu Mufida Istati, M.Pd selaku dosen pembimbing II yang tak pernah letih membimbing dan memotivasi saya dalam pembuatan skripsi ini.

Tak lupa pula saya ucapkan terima kasih banyak kepada guru-guru beserta siswa-siswi di SMA Negeri 12 Banjarmasin, sahabat, kakak dan adik tingkat BK, serta seluruh teman-teman BK angkatan 2020 yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu namun selalu saya ingat segala pertolongan dari kalian semua.

Terimakasih karena telah banyak membantu baik tenaga, pikiran, semangat, pengalaman, serta doa yang menjadikan kekuatan untuk tetap maju hingga mencapai titik terbesar yang saya inginkan yaitu mampu menyelesaikan pendidikan S1 saya di Program Studi Bimbingan dan Konseling ini.

## ABSTRACT

**Putri Nur Oktaviani.** 2024. *The Effectiveness of Game of Dialogue Techniques in Solving Future anxiety of Class XII Social Studies Students at SMAN 12 Banjarmasin.* Supervisors (I) Dr. Ririanti Rachmayanie J. S.Psi., M.Pd, Supervisor (II) Mufida Istati, M.Pd.

Keywords: *Game of Dialogue Techniques, Future anxiety*

*This research was motivated by the high level of future anxiety experienced by several class XII IPS students at SMAN 12 Banjarmasin, causing emotional stress in them and disrupting the students' daily lives. The aim of this research is to analyze the effectiveness of group counseling services using the game of dialogue technique in overcoming future anxiety of class XII IPS students at SMAN 12 Banjarmasin.*

*This research uses a quantitative approach with an experimental research type and a one group pre-test post-test design. The sample in this study consisted of 6 people obtained through a purposive sampling technique with data collection tools in the form of a future anxiety Likert scale questionnaire and treatment materials in the form of "Guidelines for Group Counseling Services using the Game of Dialogue Technique to Overcome Future Anxiety for Class XII Students at SMAN 12 Banjarmasin".*

*The results of this research indicate that group counseling services using the game of dialogue technique are effective in overcoming future anxiety in class XII IPS students at SMAN 12 Banjarmasin. It is hoped that with the findings of this research, Guidance and Counseling teachers can implement game of dialogue techniques innovatively. Future researchers can have a strong and mature knowledge base regarding the symptoms of future anxiety and game of dialogue techniques.*

## ABSTRAK

**Putri Nur Oktaviani.** 2024. *Efektivitas Teknik Game of Dialog dalam Mengatasi Future anxiety pada Siswa Kelas XII IPS di SMAN 12 Banjarmasin.*  
Pembimbing (I) Dr. Ririanti Rachmayanie J. S.Psi., M.Pd, Pembimbing (II) Mufida Istati, M.Pd.

**Kata Kunci:** Teknik *Game of Dialog*, *Future anxiety*

Penelitian ini dilatar belakangi oleh tingginya *future anxiety* yang dialami beberapa siswa kelas XII IPS di SMAN 12 Banjarmasin menimbulkan tekanan emosional dalam diri mereka dan mengganggu keseharian siswa. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis keefektifan layanan konseling kelompok dengan teknik *game of dialog* dalam mengatasi *future anxiety* siswa kelas XII IPS di SMAN 12 Banjarmasin.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian eksperimen dan desain *one group pre-test post-test*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 6 orang diperoleh melalui teknik *purposive sampling* dengan alat pengumpul data berupa angket skala likert *future anxiety* dan bahan perlakuan berupa "Pedoman Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Game of Dialog* untuk Mengatasi *Future Anxiety* Siswa Kelas XII di SMAN 12 Banjarmasin".

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *game of dialog* efektif dalam mengatasi *future anxiety* siswa kelas XII IPS di SMAN 12 Banjarmasin. Diharapkan dengan temuan penelitian ini guru Bimbingan dan Konseling dapat mengimplementasikan teknik *game of dialog* secara inovatif. Peneliti selanjutnya dapat memiliki landasan pengetahuan yang kuat dan matang mengenai gejala *future anxiety* dan teknik *game of dialog*.

## KATA PENGANTAR

Segala puji hanya milik Allah SWT. Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan penyusunan tugas akhir skripsi yang berjudul “Efektivitas Teknik *Game of Dialog* dalam Mengatasi *Future anxiety* Siswa Kelas XII IPS di SMAN 12 Banjarmasin”.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program S1 (Strata-1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat.

Disadari bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari peran serta dan berbagai pihak yang telah membantu baik secara moril maupun materil. Untuk itu disampaikan ucapan terimakasih khususnya kepada Ibu Dr. Ririanti Rachmayanie J. S.Psi., M.Pd sebagai pembimbing I dan Ibu Mufida Istati, M.Pd. sebagai pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, bimbingan, arahan, dan saran dalam penyusunan skripsi ini. Selain itu, ucapan terimakasih ditunjukkan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ahmad, SE., M.Si selaku Rektor Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian.
2. Bapak Prof. Dr. Sunarno Basuki, Drs., M.Kes., AIFO selaku Dekan FKIP ULM Banjarmasin yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam rangka kelancaran pelaksanaan penelitian.

3. Bapak Muhammadun, A.KS, M.I.Kom selaku Kepala Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Kalimantan Selatan yang telah memberikan rekomendasi sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
4. Ibu Dr. Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan pengarahan sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
5. Ibu Eklys Cheseda Makaria, M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bimbingan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
6. Bapak Drs. H. Rusmin, M.AP selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 12 Banjarmasin yang telah memberikan izin melakukan penelitian sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
7. Bapak Muhammad Andri Setiawan, M.Pd selaku Dosen Uji Ahli I Buku Pedoman "Teknik *Game of Dialog* untuk Mengatasi *Future anxiety* pada Siswa Kelas XII IPS di SMAN 12 Banjarmasin" yang telah memberikan masukan dan bimbingan dalam penyusunan buku pedoman penelitian skripsi ini.
8. Ibu Eklys Cheseda Makaria, M.Pd selaku Dosen Uji Ahli II Buku Pedoman "Teknik *Game of Dialog* untuk Mengatasi *Future anxiety* pada Siswa Kelas XII IPS di SMAN 12 Banjarmasin" yang telah memberikan masukan dan bimbingan dalam penyusunan buku pedoman penelitian skripsi ini.
9. Bapak Bagas Fajar Maulana, S.Pd selaku Guru Bimbingan dan Konseling SMA Negeri 12 Banjarmasin dan guru Uji Ahli III Buku Pedoman "Teknik *Game of Dialog* untuk Mengatasi *Future anxiety* pada Siswa Kelas XII IPS di SMAN 12

Banjarmasin” yang telah memberikan masukan dan bimbingan dalam penyusunan buku pedoman penelitian skripsi ini.

10. Orang tua tercinta Bapak Muhdī dan Ibu Yuningsih Hermiatun dan kedua kakak ku tersayang Gita Isma Hermikatantri dan Desi Dwi Suprihatin Ningsih yang tidak pernah berhenti mendoakan, memberikan semangat dan memberi dukungan baik moral dan materil yang tak kunjung hentinya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian skripsi ini.
11. Sahabat-sahabat penulis Intania, Ersā, Nanda, Anissa, Dhca, Audia, Titi, Yasmin, Aminah dan Okta yang senantiasa berbagi ilmu, keceriaan dan dukungan selama proses pengerjaan skripsi.
12. Seluruh pihak yang telah membantu pelaksanaan penelitian dan skripsi yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Penulis mengharap kritik dan saran dari berbagai pihak demi perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Banjarmasin, 5 Juli 2024



Putri Nur Oktaviani

NIM. 2010123220004

## DAFTAR ISI

COVER BELAKANG .....	i
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING SKRIPSI .....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI .....	iii
SURAT PERNYATAAN .....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	v
ABSTRACT .....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
BAB I .....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	9
C. Batasan Masalah .....	10
D. Tujuan Penelitian .....	10
E. Manfaat Penelitian .....	11

F. Asumsi Dasar Penelitian .....	12
<b>BAB II .....</b>	<b>13</b>
<b>KAJIAN TEORITIK.....</b>	<b>13</b>
A. <i>Future anxiety</i> .....	13
B. Teknik <i>Game of dialog</i> .....	16
C. Strategi Bimbingan dan Konseling yang Digunakan.....	26
D. Prosedur Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Game of Dialog</i>	
33	
E. Hipotesis.....	36
F. Kerangka Berfikir.....	38
G. Hasil Penelitian yang Relevan .....	40
<b>BAB III.....</b>	<b>43</b>
<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>43</b>
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	43
B. Rancangan/Desain Penelitian.....	44
C. Variabel Penelitian .....	45
D. Jenis dan Sumber Data.....	45
E. Populasi dan Sampel .....	47
F. Teknik Penarikan Sampel .....	48
G. Tempat, Subjek dan Objek Penelitian.....	49

H. Teknik Pengumpulan Data.....	50
I. Uji Persyaratan Analisis Data .....	61
J. Teknik Analisis Data.....	62
<b>BAB IV .....</b>	<b>64</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>64</b>
A. Prosedur Penelitian .....	64
B. Hasil Pelaksanaan Perlakuan.....	66
1. Pertemuan I .....	67
2. Pertemuan II .....	70
3. Pertemuan III.....	73
4. Pertemuan IV .....	75
C. Deskripsi Data.....	77
1. Deskripsi Lokasi Penelitian .....	77
2. Deskripsi Subjek Penelitian .....	78
D. Hasil Pengujian Persyaratan Analisis Data .....	78
1. Uji Normalitas.....	78
2. Uji Homogenitas .....	80
E. Hasil Analisis Data.....	81
1. Teknik Pengolahan dan Analisis Data .....	81

2. Hasil Pengukuran <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> .....	85
F. Hasil Pengujian Hipotesis.....	102
G. Pembahasan.....	104
<b>BAB V</b> .....	116
<b>PENUTUP</b> .....	116
A. Kesimpulan.....	116
B. Saran.....	116
<b>DAFTAR RUJUKAN</b> .....	119
<b>LAMPIRAN</b> .....	124
.....	202
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	207

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Desain <i>One Group Pre-test Post-test</i> .....	43
Tabel 3. 2 Populasi Siswa Kelas XII IPS SMAN 12 Banjarmasin.....	47
Tabel 3. 3 Sampel Penelitian.....	48
Tabel 3. 4 Kisi-kisi Instrumen <i>Future anxiety</i> .....	50
Tabel 3. 5 Hasil Uji Validitas Butir Pernyataan.....	56
Tabel 3. 6 Kesimpulan Hasil Uji Validitas Butir Pernyataan .....	58
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas Skala .....	59
Tabel 4. 1 Hasil Uji Normalitas .....	78
Tabel 4. 2 Hasil Uji Homogenitas.....	79
Tabel 4. 3 Kriteria Kategori <i>Future anxiety</i> .....	81
Tabel 4. 4 Presentase Gejala <i>Future anxiety</i> .....	83
Tabel 4. 5 Hasil Pre-test Gejala <i>Future anxiety</i> .....	85
Tabel 4. 6 Hasil Post-test Gejala <i>Future anxiety</i> .....	90
Tabel 4. 7 Gambaran Perbedaan <i>Pre-test</i> .....	97
Tabel 4. 8 Hasil Uji Hipotesis .....	102

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Buku Panduan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Game of Dialog</i> dalam Mengatasi <i>Future anxiety</i> Siswa Kelas XII IPS di SMA Negeri 12 Banjarmasin.....	125
Lampiran 2 Angket Kecemasan Masa Depan ( <i>Future anxiety</i> ).....	165
Lampiran 3 Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL).....	167
Lampiran 4 Hasil Pre-test dan Post-test.....	171
Lampiran 5 Hasil Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik <i>Game of Dialog</i> dalam Mengatasi <i>Future anxiety</i> Siswa Kelas XII IPS di SMA Negeri 12 Banjarmasin.....	175
Lampiran 6 Surat Menyurat .....	186
Lampiran 7 Penilaian Uji Ahli Buku Panduan.....	188
Lampiran 8 Berita Acara.....	197
Lampiran 9 Foto Kegiatan .....	198
Lampiran 10 Jurnal Revisi .....	201