

## ABSTRAK

**HOTNITA GULTOM. NIM : 1173351021, Efektifitas Layanan Konten dengan Teknik Role Playing terhadap Peningkatan Manajemen Stres (Studi eksperimen terhadap siswa SMAN 3 Tebing Tinggi). Skripsi. Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Medan. 2021.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektifitas Layanan Konten dengan Teknik Role Playing terhadap Peningkatan Manajemen Stres. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimana pengaruh teknik role playing dalam layanan penguasaan konten untuk meningkatkan manajemen stres siswa dalam belajar di SMAN 3 Tebing Tinggi. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode penelitian eksperimen semu (quasi eksperiment), penelitian memberikan perlakuan berupa layanan penguasaan konten dengan teknik role playing kepada siswa, dan mengumpulkan data menggunakan kuosioner yaitu mengumpulkan data jawaban kuesioner siswa sesuai keadaan diri dari siswa tersebut dan BMB3 setelah dilakukan perlakuan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI IPA 3 dan XI IPA 7 di SMA Negeri 3 Tebing Tinggi yang berjumlah 67 siswa dan sampel sebanyak 16 siswa. Instrumen yang diberikan adalah angket manajemen stres. Berdasarkan hasil validasi dengan responden sebanyak 30 siswa diperoleh hasil bahwa pada angket manajemen stres terdapat 27 butir pertanyaan yang valid dengan ketentuan  $r_{hitung} > r_{tabel}$ . Pada hasil reliabilitas Instrument yang digunakan adalah angket untuk mengetahui pelaku manajemen stres siswa. Instrumen diberikan sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan penguasaan konten dengan teknik role playing. Kemudian data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon untuk melihat adakah pengaruh signifikan pemberian layanan konseling kelompok teknik sosiodrama terhadap pelaku bullying siswa. Hal ini dapat diperoleh hasil perhitungan dengan skor tes awal (pre-test) pada kelompok eksperimen diperoleh rata-rata = 75,5 sedangkan data post-test diperoleh rata-rata = 80,5. Hal ini dapat diperoleh dari uji Wilcoxon yang menunjukkan bahwa uji jenjang Wilcoxon diperoleh  $J_{hitung} = 38$  sedangkan  $J_{tabel} = 30$ . Dari tabel nilai kritis J untuk uji jenjang bertanda Wilcoxon untuk  $n = 16$ ,  $\alpha = 0,05$  sesuai dengan kriteria dengan penerimaan dan penolakan hipotesis, hipotesis diterima jika  $J_{hitung} > J_{tabel}$  yaitu  $J_{hitung} > J_{tabel}$  di mana  $38 > 30$ , dari perhitungan ini dapat dilihat pengaruh perlakuan pada kelompok eksperimen artinya pengaruh layanan penguasaan konten dengan teknik role playing lebih signifikan ( $38 > 30$ ). Ini berarti hipotesis yang berbunyi ada pengaruh layanan penguasaan konten dengan teknik role playing terhadap manajemen stres dengan demikian dapat diterima.

**Kata Kunci : Layanan Penguasaan Konten Teknik Role Playing, Manajemen Stres**