

**PENGARUH BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK  
*PROBLEM SOLVING* TERHADAP *BINGE –  
WATCHING* DAN INTERAKSI PARASOSIAL SISWA  
SMA JAKARTA SELATAN**



*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

**Oleh:**

**Andika Putra**

**1106619018**

**SKRIPSI**

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar  
Sarjana Pendidikan**

**BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA  
SIDANG SKRIPSI**

Judul : Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving  
Terhadap *Binge - Watching* dan Interaksi Parasosial  
Siswa SMA Jakarta Selatan

Nama Mahasiswa : Andika Putra  
Nomor Registrasi : 1106619018  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Tanggal Ujian : 18 Januari 2024

Pembimbing I

Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons.  
NIP. 197908192005012002

Pembimbing II

Dr. Ahmad Rifqy Ash-Shiddiqy, S.Pd., M.Pd  
NIP.198807312019031008

**Panitia Ujian/ Sidang Skripsi**

Nama	Tanda tangan	Tanggal
Dr. Murni Winarsih, M.Pd (Penanggung Jawab)*		5 Februari 2024
Dr. Wirda Hanim, M.Psi (Wakil Penanggung Jawab)**		23 Januari 2024
Hilma Fitriyani, M.Pd (Ketua Penguji)***		23 Januari 2024
Dra. Michiko Mamesah, M.Psi (Anggota)****		23 Januari 2024
Dr. Wirda Hanim, M.Psi (Anggota)****		23 Januari 2024

**Catatan:**

\* Dekan FIP

\*\* Wakil Dekan I

\*\*\* Koordinator Program Studi atau Ketua Penguji

\*\*\*\* Dosen penguji selain pembimbing dan Koordinator Program Studi

**Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving Terhadap *Binge – Watching* dan Interaksi Parasosial Siswa SMA Jakarta Selatan**

**Andika Putra**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* terhadap *binge – watching* dan interaksi parasosial siswa SMA Suluh, Jakarta Selatan. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian pra-eksperimen tipe *Intact-Group Comparision*, dimana anggota kelompok dipilih dengan berdasar kepada kriteria tertentu. Subjek penelitian ini berjumlah 16 siswa dengan pembagian 8 siswa pada kelompok eksperimen dan 8 siswa pada kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *problem solving* pada *binge – watching* dan interaksi sosial siswa SMA Suluh Jakarta dengan nilai Asymp. Sig. uji Wilcoxon sebesar 0.000 pada variabel *binge – watching* dan interaksi parasosial artinya bahwa nilai probabilitas lebih kecil dari nilai signifikansi  $\alpha$  0.05. Dapat ditarik kesimpulan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, artinya terdapat perubahan yang signifikan dalam masalah *binge – watching* dan interaksi parasosial. Tingkat efektivitas bimbingan kelompok menggunakan teknik *problem solving* dengan menggunakan uji *N Gain Score*. Diperoleh hasil uji *N Gain Score* pada kelompok eksperimen variabel *binge watching* sebesar 0.73 atau 73% atau dalam kategori cukup efektif, ditandai dengan penurunan pada seluruh aspek *binge watching* yaitu *engagement, positive emotions, desire, pleasure preservation, binge – watching, dependency, dan loss of control*. Pada kelompok eksperimen variabel interaksi parasosial sebesar 0.43 atau 43% atau dalam kategori *N Gain Score* kurang efektif, ditandai dengan hanya 2 aspek yang mengalami penurunan yaitu aspek *task attraction, dan romantic attraction*. Sedang 1 aspek lainnya yaitu *identification attraction* berada pada nilai yang sama. Oleh karena itu pemberian layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving* pada siswa dapat menurunkan perilaku *binge watching* dan interaksi parasosial, untuk lebih mengoptimalkannya dapat dilakukan kepada komunitas yang berlatar belakang sama.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, *Binge – Watching*, Interaksi Parasosial

**THE EFFECT OF GROUP GUIDANCE WITH PROBLEM-SOLVING  
TECHNIQUES TO BINGE – WATCHING AND PARASOCIAL  
INTERACTIONS OF HIGH SCHOOL STUDENTS IN SOUTH JAKARTA**

**Andika Putra**

**ABSTRACT**

*This study aims to examine the effect of group guidance with problem solving techniques on binge-watching and parasocial interactions of SMA Suluh students, South Jakarta. The method in this study uses a pre-experimental research method of the Intact-Group Comparison type, where group members are selected based on certain criteria. The subjects of this study amounted to 16 students with a division of 8 students in the experimental group and 8 students in the control group. The results showed that there was an effect of providing group guidance services using problem solving techniques on binge-watching and social interaction of SMA Suluh Jakarta students with an Asymp. Sig. Wilcoxon test of 0.000 on the binge-watching and parasocial interaction variables, meaning that the probability value is smaller than the  $\alpha$  0.05 significance value. It can be concluded that  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted, meaning that there are significant changes in the problem of binge-watching and parasocial interaction. The level of effectiveness of group guidance using problem solving techniques using the N Gain Score test. The results of the N Gain Score test in the experimental group of binge watching variables were 0.73 or 73% or in the moderately effective category, characterized by a decrease in all aspects of binge watching, namely engagement, positive emotions, desire, pleasure preservation, binge-watching, dependency, and loss of control. In the experimental group, the parasocial interaction variable is 0.43 or 43% or in the less effective N Gain Score category, characterized by only 2 aspects that have decreased, namely aspects of task attraction, and romantic attraction. While 1 other aspect, namely identification attraction, is at the same value. Therefore, providing group guidance services with problem solving techniques for students can reduce binge watching behavior and parasocial interactions, to further optimize it can be applied to communities with the same background.*

*Keywords: Group Guidance, Binge – watching, Parasocial Interaction*

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Andika Putra

Nomor Registrasi : 1106619018

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “**Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving* Terhadap *Binge – Watching* dan Interaksi Parasosial Siswa SMA Jakarta Selatan**” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri berdasarkan data yang saya peroleh dari hasil penelitian pada bulan Januari-Desember 2023
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau menjiplak karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan saya bersedia menerima sanksi sebagaimana aturan yang diberlakukan di Universitas Negeri Jakarta apabila saya terbukti melakukan pelanggaran etika akademik.

Jakarta, 23 Januari 2024

Yang membuat pernyataan,



Andika Putra

## LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

### LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Andika Putra  
NIM : 1106619018  
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Pendidikan / Bimbingan dan Konseling  
Alamat email : andikaaptra23@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :  
Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving Terhadap Binge  
Watching dan Interaksi Parasosial Siswa SMA Jakarta Selatan

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 24 Januari 2024

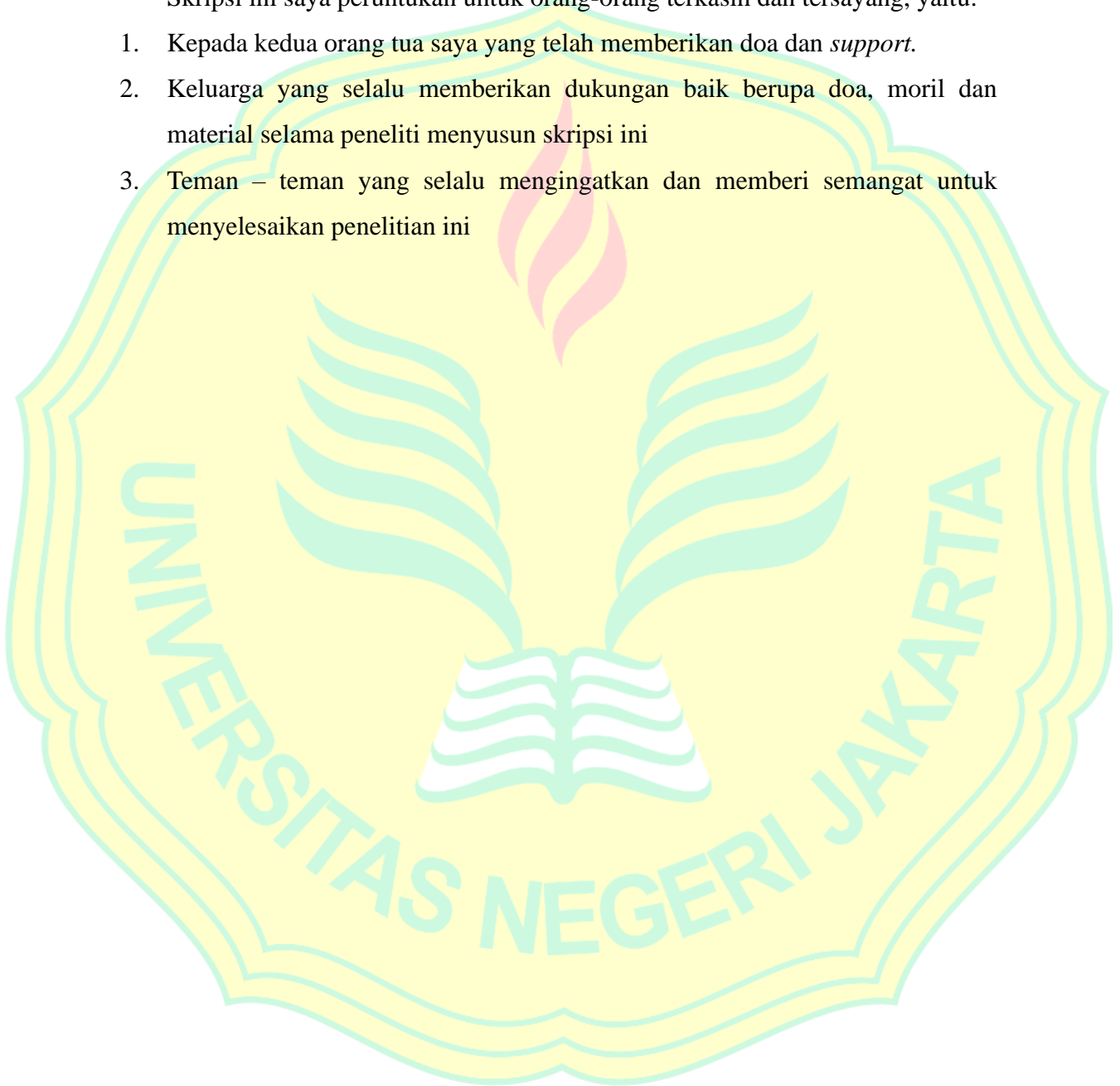
(Andika Putra)

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

*“Nulla tenaci in via est via”.*

Skripsi ini saya peruntukan untuk orang-orang terkasih dan tersayang, yaitu:

1. Kepada kedua orang tua saya yang telah memberikan doa dan *support*.
2. Keluarga yang selalu memberikan dukungan baik berupa doa, moril dan material selama peneliti menyusun skripsi ini
3. Teman – teman yang selalu mengingatkan dan memberi semangat untuk menyelesaikan penelitian ini



## KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT, atas rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini dengan judul “Pengaruh Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving* Terhadap *Binge – Watching* dan Interaksi Parasosial Siswa SMA Jakarta Selatan”.

Penelitian ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan pada program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta. Penyusunan penelitian ini tidak terlepas berkat bantuan dan dukungan yang diberikan kepada penulis. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memudahkan segala urusan;
2. Orang Tua yang telah membantu dan mendampingi dalam penyusunan proposal ini;
3. Dr. Happy Karlina Marjo, M.Pd., Kons selaku dosen pembimbing I dan Dr. Ahmad Rifqy As-Shiddiqy, M.Pd., selaku dosen pembimbing II.
4. Teman-teman yang telah memberikan dukungan kepada peneliti.

Peneliti menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam penulisan dan penyusunan penelitian ini, oleh karena itu kritik dan saran dari semua pihak sangat diharapkan peneliti demi perbaikan penelitian ini.

Jakarta, Januari 2024

Penulis

Andika Putra



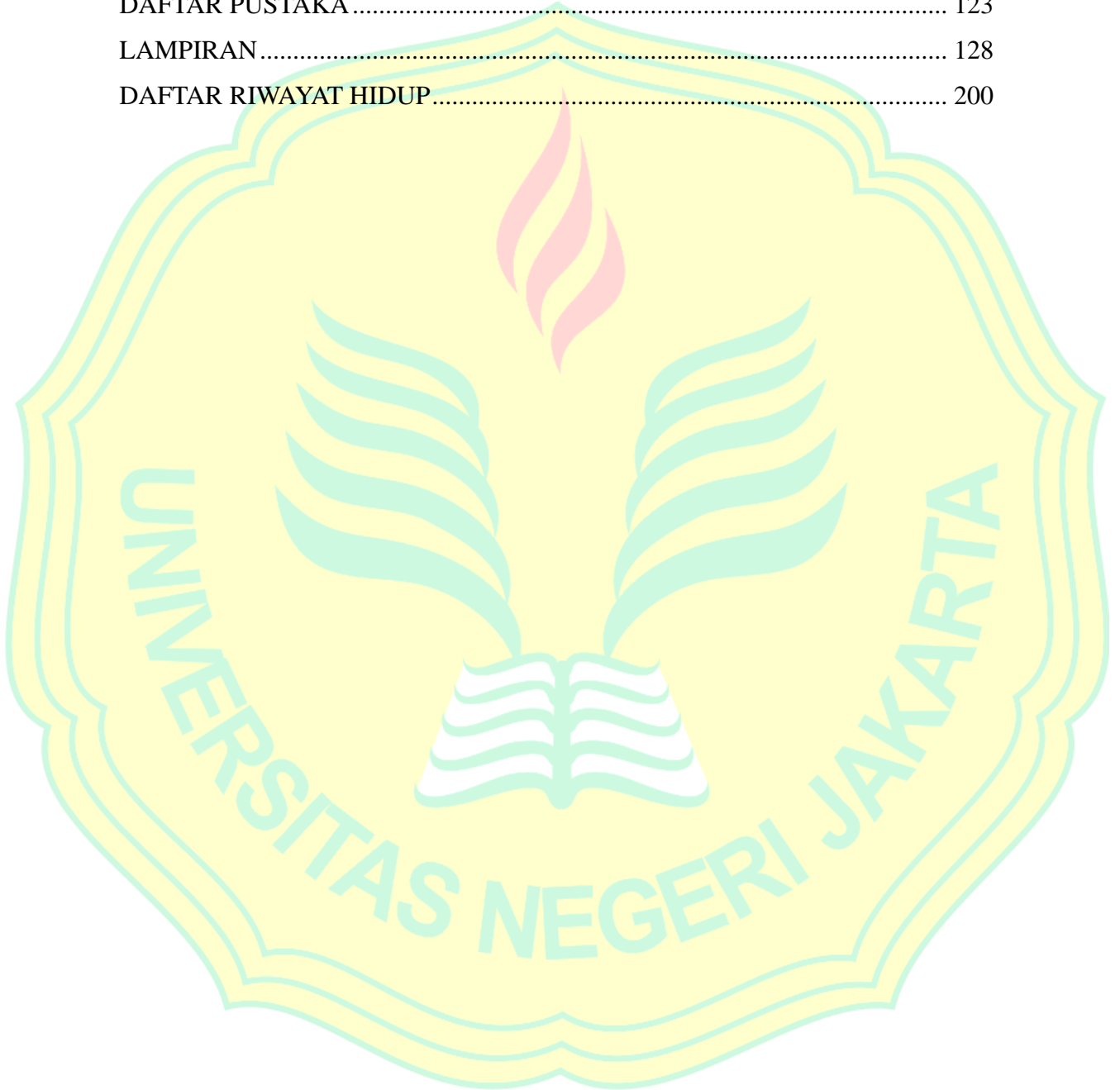
## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN SIDANG SKRIPSI .....	i
ABSTRAK .....	i
<i>ABSTRACT</i> .....	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI ... <b>Error! Bookmark not defined.</b>	
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	vii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GRAFIK .....	xiv
DAFTAR BAGAN .....	xv
BAB I .....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	9
C. Pembatasan Masalah .....	9
D. Perumusan Masalah .....	9
E. Manfaat Penelitian .....	10
1. Manfaat Teoritis .....	10
2. Manfaat Praktis .....	10
a. Bagi Guru .....	10
b. Bagi Siswa .....	10
c. Bagi Peneliti .....	10
BAB II .....	11
KAJIAN TEORITIK .....	11
A. Deskripsi Teoritik .....	11
1. <i>Binge – watching</i> .....	11
a. Pengertian <i>Binge – watching</i> .....	11

b.	Faktor-Faktor Pendorong Untuk Melakukan <i>Binge – watching</i> .....	12
c.	Aspek – Aspek <i>Binge – watching</i> .....	13
d.	Dampak dari <i>Binge – watching</i> .....	14
2.	Interaksi Parasosial .....	15
a.	Pengertian Interaksi Parasosial .....	15
b.	Aspek – aspek Interaksi Parasosial .....	17
c.	Faktor yang mempengaruhi terjadinya interaksi parasosial .....	17
d.	Ciri-ciri Individu yang Mengalami Interaksi Parasosial .....	20
3.	Bimbingan Kelompok .....	20
a.	Definisi Bimbingan Kelompok .....	20
b.	Model Bimbingan Kelompok .....	21
c.	Tahapan Bimbingan Kelompok .....	22
4.	Komponen Layanan Bimbingan Kelompok .....	24
5.	Asas – asas Bimbingan Kelompok .....	25
6.	Teknik Bimbingan Kelompok .....	26
B.	Hasil Penelitian yang Relevan .....	29
C.	Kerangka Berpikir .....	33
D.	Hipotesis Penelitian .....	34
BAB III	.....	35
METODE PENELITIAN	.....	35
A.	Tujuan Penelitian .....	35
B.	Tempat dan Waktu .....	35
C.	Metode dan Desain Penelitian .....	36
1.	Metode Penelitian .....	36
2.	Desain Penelitian .....	37
D.	Populasi dan Sampel .....	38
1.	Populasi .....	38
2.	Sampel .....	38
3.	Teknik Pengambilan Sampel .....	38
E.	Teknik Pengumpulan Data .....	38
1.	Definisi Konseptual Variabel .....	38
2.	Definisi Operasional Variabel .....	39

a.	Variabel Bebas .....	39
b.	Variabel Terikat .....	39
3.	Kisi-kisi Instrumen .....	45
a.	Instrumen <i>Binge – watching</i> .....	45
b.	Instrumen Interaksi Parasosial .....	46
4.	Validasi Instrumen .....	46
5.	Uji Reliabilitas .....	49
a.	Reliabilitas Keseluruhan .....	49
b.	Reliabilitas Per-Aspek .....	50
F.	Teknik Analisis Data .....	51
1.	Uji Normalitas .....	51
2.	Uji Homogenitas.....	52
3.	Uji <i>Gain Score</i> Ternormalisasi (N – Gain) .....	52
4.	Uji Hipotesis.....	53
G.	Desain Bimbingan Kelompok Teknik Problem Solving .....	56
<b>BAB IV .....</b>		<b>73</b>
<b>HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>73</b>
A.	Deskripsi Data.....	73
1.	Deskripsi Capaian Perubahan Skor Pada Kelompok Eksperimen .....	78
2.	Deskripsi Capaian Perubahan Skor Pada Kelompok Kontrol .....	98
3.	Pelaksanaan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Problem Solving .	105
B.	Hasil Uji Prasyarat Analisis .....	112
1.	Uji Normalitas .....	112
2.	Uji Homogenitas.....	113
3.	Uji Hipotesis.....	113
C.	Pembahasan.....	115
D.	Visual Inspection.....	118
E.	Keterbatasan Penelitian .....	119
<b>BAB V.....</b>		<b>120</b>
<b>KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN .....</b>		<b>120</b>
A.	Kesimpulan .....	120
B.	Implikasi.....	121

C. Saran.....	121
1. Peserta Didik .....	121
2. Guru BK .....	122
3. Penelitian Selanjutnya .....	122
DAFTAR PUSTAKA .....	123
LAMPIRAN.....	128
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	200



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 .....	129
Lampiran 2 .....	133
Lampiran 3 .....	136
Lampiran 4 .....	141
Lampiran 5 .....	143
Lampiran 6 .....	144
Lampiran 7 .....	145
Lampiran 8 .....	147
Lampiran 9 .....	148
Lampiran 10 .....	177
Lampiran 11 .....	199



## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jadwal Pelaksanaan Bimbingan Kelompok .....	35
Tabel 3. 2 Tabel Perbandingan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol ..	37
Tabel 3. 3 Variabel Penelitian.....	40
Tabel 3. 4 Kisi - Kisi Instrumen Binge – watching.....	45
Tabel 3. 5 Kisi - Kisi Instrumen Interaksi Parasosial.....	46
Tabel 3. 6 Tabel Hasil Uji Validitas BWESQ.....	47
Tabel 3. 7 Tabel Hasil Uji Validitas Instrumen Interaksi Parasosial .....	48
Tabel 3. 8 Tabel Uji Reliabilitas Keseluruhan.....	49
Tabel 3. 9 Hasil Uji Reliabilitas BWESQ .....	50
Tabel 3. 10 Hasil Uji Reliabilitas Interaksi Parasosial .....	51
Tabel 3. 11 Klasifikasi Gain Score Ternormalisasi .....	52
Tabel 3. 12 Kategori Tafsiran Efektivitas N - Gain.....	53
Tabel 4. 1 Tabel Kategorisasi Penelitian .....	73
Tabel 4. 2 Data Skor Binge – watching.....	74
Tabel 4. 3 Data Skor Interaksi Parasosial.....	76
Tabel 4. 4 Capaian Skor Binge – watching CHJ .....	78
Tabel 4. 5 Capaian Interaksi Parasosial CHJ .....	79
Tabel 4. 6 Capaian Skor Binge – watching UM.....	80
Tabel 4. 7 Capaian Skor Interaksi Parasosial UM.....	82
Tabel 4. 8 Capaian Skor Binge – watching GAN .....	83
Tabel 4. 9 Capaian Skor Interaksi Parasosial GAN .....	84
Tabel 4. 10 Capaian Skor Binge – watching SAW .....	85
Tabel 4. 11 Capaian Skor Interaksi Parasosial SAW.....	87
Tabel 4. 12 Capaian Skor Binge – watching ADS .....	88
Tabel 4. 13 Capaian Skor Interaksi Parasosial ADS .....	89
Tabel 4. 14 Capaian Skor Binge – watching AGM.....	90
Tabel 4. 15 Capaian Skor Interaksi Parasosial AGM.....	92
Tabel 4. 16 Capaian Skor Binge – watching FAS .....	93
Tabel 4. 17 Capaian Skor Interaksi Parasosial FAS .....	94

Tabel 4. 18 Capaian Skor Binge – watching MV.....	96
Tabel 4. 19 Capaian Skor Interaksi Parasosial MV.....	97
Tabel 4. 20 Capaian Binge – watching MHH.....	98
Tabel 4. 21 Capaian Interaksi Parasosial MHH.....	99
Tabel 4. 22 Capaian Binge – watching CZR.....	99
Tabel 4. 23 Capaian Interaksi Parasosial CZR.....	100
Tabel 4. 24 Capaian Binge – watching GAF.....	100
Tabel 4. 25 Capaian Interaksi Parasosial GAF.....	101
Tabel 4. 26 Capaian Binge – watching KRH.....	101
Tabel 4. 27 Capaian Interaksi Parasosial KRH.....	102
Tabel 4. 28 Capaian Binge – watching RS.....	102
Tabel 4. 29 Capaian Interaksi Parasosial RS.....	102
Tabel 4. 30 Capaian Binge – watching RA.....	103
Tabel 4. 31 Capaian Interaksi Parasosial RA.....	103
Tabel 4. 32 Capaian Binge – watching MF.....	104
Tabel 4. 33 Capaian Interaksi Parasosial MF.....	104
Tabel 4. 34 Capaian Binge – watching BDG.....	105
Tabel 4. 35 Capaian Interaksi Parasosial BDG.....	105
Tabel 4. 36 Hasil Uji Normalitas Binge – watching.....	112
Tabel 4. 37 Uji Normalitas Interaksi Parasosial.....	112
Tabel 4. 38 Hasil Uji Homogenitas Binge – watching.....	113
Tabel 4. 39 Hasil Uji Homogenitas Interaksi Parasosial.....	113
Tabel 4. 40 Hasil Uji Hipotesis One Way Anova Binge – watching.....	114
Tabel 4. 41 Hasil Uji Hipotesis One Way Anova Interaksi Parasosial.....	114

## DAFTAR GRAFIK

Grafik 4. 1 Histogram skor Binge – watching pada Kelompok Eksperimen.....	74
Grafik 4. 2 Histogram skor Binge – watching pada Kelompok Kontrol .....	75
Grafik 4. 3 Histogram skor Binge – watching pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	75
Grafik 4. 4 Histogram skor Interaksi Parasosial pada Kelompok Kontrol .....	76
Grafik 4. 5 Histogram skor Interaksi Parasosial pada Kelompok Kontrol .....	77
Grafik 4. 6 Histogram skor Interaksi Parasosial pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	77





## DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Konsep Penelitian.....	33
--	----

