BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi yang ditandai oleh perubahan biologis, psikologis, dan emosional yang signifikan, baik secara nasional maupun global, di mana individu berusia 10-19 tahun mengalami pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif yang pesat.[1] Pada remaja putri, salah satu fenomena biologi utama adalah terjadinya siklus menstruasi, yang seringkali disertai dengan gejala *Premenstrual Syndrome* (PMS) seperti perubahan suasana hati, kecemasan, dan ketidakstabilan emosi.[2]

Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga mempengaruhi aspek psikologis seperti konsentrasi belajar, produktivitas, serta hubungan sosial dengan teman sebaya dan keluarga. Di Indonesia, data tahun 2025 menunjukkan bahwa sekitar 70-90% remaja putri mengalami PMS, yang sering kali mengganggu keseimbangan emosi dan meningkatkan risiko gangguan mental seperti depresi atau kecemasan.[3] Oleh karena itu, masalah regulasi emosi pada remaja putri selama masa PMS menjadi fokus penting, terutama dalam konteks pendidikan dan kesehatan mental remaja di sekolah menengah pertama.

Ketidakstabilan emosi pada masa PMS berhubungan langsung dengan *fluktuasi* hormon *estrogen* dan *progesteron* yang mempengaruhi kerja zat kimia otak *(neurotransmitter)* seperti *serotonin* dan *dopamin*. Dampak dari kondisi biologis ini sangat bergantung pada bagaimana remaja mengelola respons psikologisnya. Ketika remaja putri memiliki regulasi

---

[1] Nurul Fatimah Susanti, Hasrita Octaliana, and Endah Purda Listya, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Komunikasi Orang Tua- Remaja Dalam Isu Kesehatan Seksual Dan Reproduksi : Tinjauan Literatur Sistematis" XX, no. 1 (2025): 180–91.

[2] Maria Floriana Ping, Elfina Natalia, and Yulieta Lehyun Jho, "PREVALENSI SINDROM PRA MENSTRUASI PADA REMAJA" 2 (2020): 25–28.

[3] Anisah Nur Asidah et al., "*Premenstrual Syndrome* (PMS) Pada Remaja Putri Universitas Borneo Tarakan , Indonesia" 2 Nomor. 3 (2025).

emosi yang rendah, ketidak nyamanan saat PMS akan memicu timbulnya emosi negatif yang tidak terkontrol.[4] Ross A. Thompson mendefinisikan regulasi emosi sebagai proses ekstrinsik dan intrinsik yang bertanggung jawab untuk memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosional.

Menurut Yunitasari, PMS juga terjadi karena faktor hormonal, pola hidup yang tidak sehat seperti kebiasaan makan yang buruk, minimnya aktivitas fisik, tekanan emosional, serta rendahnya pemahaman tentang PMS juga berkontribusi pada tingkat keparahan gejala. Ketidak tahuan dapat mempersulit remaja dalam mengenali dan mengatasi gejala dengan baik, sedangkan tingkat kecemasan yang tinggi dapat memperburuk gejala baik fisik maupun emosional.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sidabutar di SMA Hang Tuah 1 Surabaya menunjukkan bahwa sekitar 31 siswi (65,96%) mengalami *premenstrual syndrome* karena kurangnya pengetahuan tentang *premenstrual syndrome*. Siswi yang memiliki pengetahuan tentang premenstrual syndrome yang kurang cenderung tidak peduli dan tidak melakukan penanganan ketika gejala-gejala premenstrual syndrome muncul.

Di era digital, perkembangan intervensi berbasis aplikasi kesehatan digital terbukti efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan dan kesadaran diri . Aplikasi digital seperti Flo menunjukkan efektivitas dalam membantu pengguna memahami siklus menstruasi yang bisa meningkatkan literasi kesehatan menstruasi, kesejahteraan umum, dan mengurangi beban gejala pramenstruasi atau gangguan *disforik pramenstruasi* (PMDD). Ini menunjukkan bahwa aplikasi digital memiliki kelebihan mengatasi kesenjangan pengetahuan dan bisa meningkatkan pemahaman mengenai kesehatan menstruasi pada remaja.[5]

---

[4] Avrilia Johan, Veronica Yeni Rahmawati, and Jehan Puspasari, "Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Tingkat Nyeri Menstruasi (Dismenorea) Pada Remaja Putri Di SMAN 92 Jakarta Utara," *Jurnal Kesehatan Holistic* 9, no. 2 (2025): 286–95, https://doi.org/10.33377/jkh.v9i2.265.

[5] Adam C Cunningham et al., "Efficacy of the Flo App in Improving Health Literacy , Menstrual and General Health , and Wellbeing in Women : A Pilot Randomized Controlled Trial Table of Contents," 2023.

Dalam perspektif bimbingan dan konseling, permasalahan regulasi emosi pada remaja termasuk dalam aspek perkembangan pribadi yang tercangkup dalam Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD). BK memiliki peran strategis dalam membantu peserta didik mengembangkan kemampuan mengelola emosi secara adaptif. Regulasi emosi yang baik memungkinkan individu untuk memahami, mengontrol, dan mengekspresikan emosi secara tepat dalam berbagai situasi.[6] Oleh karena itu, BK menjadi penting dalam membantu siswi mengatasi ketidak stabilan emosi selama PMS agar tidak berdampak negatif pada akademiknya maupun kehidupan sosial.

Agar pelaksanaan pemberian informasi dalam bimbingan kelompok ini berlangsung secara interaktif, menarik, dan sesuai dengan karakteristik remaja generasi digital, peneliti menggunakan Aplikasi OKY sebagai alat bantu. Aplikasi OKY yang dikembangkan oleh *United Nations Children's Fund* UNICEF khusus untuk remaja putri dengan berbagai fitur interaktif.[7] Aplikasi Oky ini berada pada telepon genggam sehingga memudahkan dalam penggunaanya.

Aplikasi Oky memberikan informasi mengenai menstruasi dengan cara yang menyenangkan, kreatif, dan positif langsung kepada remaja. Aplikasi ini tidak hanya berfungsi sebagai pelacak menstruasi, tetapi juga menyediakan fitur edukasi kesehatan mental, tips mengelola PMS, serta latihan sederhana seperti mindfulness yang berpotensi meningkatkan kemampuan regulasi emosi.[8]

Teknik pemberian informasi dalam bimbingan kelompok merupakan pendekatan dimana konselor menyampaikan materi secara terstruktur kepada kelompok. Dalam penelitian ini, bimbingan kelompok

---

[6] J. J. Gross, "Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects. Psychological Inquiry.," no. 1–26 (2015).
[7] Amelya Haniif and Nuriana Azhaar, "Kampanye Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM) Pada Remaja Putri Di SMP IPIEMS Surabaya" 2, no. 2 (2024): 235–42.
[8] Bagus Subekti Nuswantoro, "PARTISIPASI YAYASAN SIKLUS SEHAT INDONESIA SEBAGAI YAYASAN SPEAK INDONESIA MELALUI APLIKASI OKY" 1, no. 3 (2023): 218–24.

dengan teknik memberikan informasi digunakan untuk memaksimalkan penggunaan aplikasi Oky sebagai alat belajar mengelola emosi bagi siswi yang mengalami PMS. Diharapkan dengan menggabungkan teknologi digital dan bimbingan kelompok, peserta didik akan mendapatkan pengalaman belajar yang lebih sesuai dengan konteks, lebih menarik, dan lebih relevan.

Peneliti memilih SMPN 1 Sumbergempol karena BK di SMPN 1 Sumbergempol masih membutuhkan variasi media yang interaktif dan relevan dengan karakteristik remaja generasi digital. Pemanfaatan Aplikasi OKY sebagai alat bantu dalam bimbingan kelompok pemberian informasi menjadi hal baru yang belum pernah diterapkan di sekolah tersebut, sehingga intervensi ini disambut baik oleh pihak sekolah untuk membantu pemenuhan SKKPD aspek Kematangan Emosi.

Kajian mengenai regulasi emosi dan *Premenstrual Syndrome* (PMS) memang telah banyak dilakukan, namun masih menyisakan dua kesenjangan penelitian yang menjadi dasar kebaruan studi ini. Pertama, dari sisi kesenjangan empiris. penelitian mengenai Aplikasi OKY selama ini baru mengkonfirmasi efektivitasnya pada ranah edukasi kebersihan menstruasi dan proses adopsi teknologi, bukan pada variabel psikologis.

Penelitian Destrikasari dan Martha mengevaluasi implementasi Aplikasi OKY sebatas pada aspek edukasi pubertas dan manajemen kebersihan menstruasi,[9] sementara penelitian [10]dkk. berfokus pada proses difusi inovasi digital aplikasi tersebut di lingkungan sekolah menengah pertama. Kedua penelitian tersebut belum menguji sejauh mana pemanfaatan Aplikasi OKY, ketika diintegrasikan secara eksperimental ke dalam bimbingan kelompok, mampu memberikan pengaruh terhadap variabel psikologis seperti regulasi emosi remaja putri pada masa PMS.

---

[9] Charisma Destrikasari, Evi Martha, and Universitas Indonesia, "EVALUATION OF THE IMPLEMENTATION OF PUBERTY EDUCATION AND MENSTRUAL HYGIENE MANAGEMENT USING" 7, no. 2021 (2026): 68–77, https://doi.org/10.36082/jmswh.v7i1.3089.
[10] Pulung Siswantara et al., "Diffusion of Educational Digital Innovation : Implementing The OKY App for Menstrual Education in Junior High Schools" 21, no. 1 (2026), https://doi.org/10.14710/jpki.21.1.1-8.

Regulasi emosi melalui bimbingan kelompok yang telah ada (Hidayati dkk.; Vivinenda & Setiawati; Visabilillah & Setiawati) masih menggunakan teknik konvensional seperti sosiodrama dan self-regulated learning, tanpa memanfaatkan media digital maupun di dalam konteks PMS secara spesifik.[11]

Kedua, dari sisi kesenjangan teoritis, belum banyak kajian yang menjelaskan secara konseptual bagaimana mekanisme media digital, khususnya fitur pemantauan suasana hati (*mood tracker*) pada Aplikasi OKY, dapat menstimulasi proses regulasi emosi secara bertahap sesuai kerangka teori Thompson, yaitu dari kemampuan memonitor (*monitoring*), mengevaluasi (*evaluating*), hingga memodifikasi (*modifying*) emosi. Sebagian besar penelitian terdahulu masih memperlakukan media digital semata sebagai sarana penyampaian informasi satu arah, tanpa mengaitkannya secara *eksplisit* dengan tahapan proses regulasi emosi yang berlangsung dalam diri individu.

Dengan demikian, meskipun penelitian Destrikasari dan Siswantara mengonfirmasi bahwa Aplikasi OKY efektif untuk edukasi kebersihan menstruasi, belum ada studi eksperimental yang menguji sejauh mana integrasi fitur mood tracker Oky dalam bimbingan kelompok mampu menurunkan disregulasi emosi pada masa PMS. Di sinilah novelty penelitian ini diletakkan, yaitu menguji secara eksperimental efektivitas integrasi Aplikasi OKY ke dalam bimbingan kelompok teknik pemberian informasi terhadap peningkatan regulasi emosi remaja putri selama masa PMS, sebuah kombinasi yang belum pernah diuji pada penelitian-penelitian sebelumnya.

Berdasarkan hasil *screening* meggunakan teori Rapkin yang diberikan kepada 71 siswi SMPN 1 Sumbergempol pada bulan mei 2025. Pada gejala emosional, masalah utama yang mendominasi meliputi *mood*

[11] Awalya Indah Hidayati, Mulawarman, "Meningkatkan Regulasi Emosi Siswa Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama," *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application* 6, no. 4 (2017).

swings (95,00%), sensitivitas tinggi (92,50%), mudah marah (85,00%), serta gangguan fokus belajar (72,50%). Sementara pada gejala fisik, keluhan tertinggi dialami pada kram perut bagian bawah (90,00%) dan rasa cepat lelah (82,50%). Dari hasil analisis data *screening* terhadap 71 siswi tersebut, diidentifikasi bahwa terdapat 40 siswi dengan nilai (56,34%) yang terbukti mengalami gejala PMS yaitu gejala emosional (seperti *mood swings*, mudah marah, kecemasan berlebih, sensitivitas emosional) serta gejala fisik (seperti nyeri perut bawah/kram, sakit kepala, pegal-pegal, lelah berlebihan, dan gangguan tidur).[12]

Hasil *screening* ini menjadi dasar pentingnya pemberian intervensi yang terencana dan terstruktur. Oleh karena itu, peneliti menerapkan intervensi berupa bimbingan kelompok pemberian informasi berbantuan Aplikasi OKY guna membantu 40 siswi tersebut dalam memonitor, memahami, dan memodifikasi respons emosionalnya secara lebih adaptif.

Dengan demikian, atas temuan data *screening*, serta kondisi riil di sekolah tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian eksperimen guna menguji keberhasilan intervensi. Penelitian ini dituangkan dalam judul: "Efektivitas Bimbingan Kelompok Pemberian Informasi Berbantuan Aplikasi OKY untuk Meningkatkan Regulasi Emosi pada Masa PMS Siswi SMPN 1 Sumbergempol.

B. Identifikasi Masalah dan batasan penelitian

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

Pertama tingginya angka kejadian *Premenstrual Syndrome* (PMS) pada remaja putri (70-90% di Indonesia) yang berdampak pada ketidakstabilan emosi seperti *mood swings*, kecemasan, dan mudah marah. Kedua rendahnya tingkat regulasi emosi pada siswi saat

[12] Liisa Hantsoo et al., "Premenstrual Symptoms across the Lifespan in an International Sample : Data from a Mobile Application," *Archives of Women's Mental Health*, 2022, 903–10, https://doi.org/10.1007/s00737-022-01261-5.

mengalami PMS, yang berpotensi mengganggu konsentrasi belajar, produktivitas akademik, dan interaksi sosial di sekolah maupun keluarga. Ketiga, Kurangnya pemahaman dan literasi kesehatan reproduksi serta manajemen PMS pada remaja putri di tingkat sekolah menengah pertama. Keempat, Pelaksanaan Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah yang belum memanfaatkan media digital interaktif secara optimal untuk mendukung pemenuhan Standar Kompetensi Kemandirian Peserta Didik (SKKPD) aspek Kematangan Emosi. Kelima, Belum adanya penanganan spesifik berbasis intervensi BK yang mengintegrasikan media aplikasi digital (Aplikasi OKY) untuk mengatasi regulasi emosi akibat gejolak hormonal PMS.

Dengan demikian, identifikasi permasalahan tersebut, terlihat adanya kebutuhan mendesak untuk mengembangkan inovasi BK berbasis digital yang dapat mendukung remaja putri dalam meningkatkan kemampuan regulasi emosi saat mengalami masa PMS.

2. **Batasan Penelitian**

Mengingat luasnya ruang lingkup yang diteliti, penelitian ini hanya berfokus pada ke efektivitas penerapan bimbingan kelompok pemberian informasi berbantu aplikasi Oky, untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi siswi SMPN 1 Sumbergempol pada masa PMS. Regulasi emosi yang ini meliputi kemampuan memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi emosi secara adaptif pada siswi SMPN 1 Sumbergempol.

C. Rumusan Masalah

Apakah bimbingan kelompok melalui pemberian informasi berbantu aplikasi Oky efektif untuk meningkatkan regulasi emosi pada masa PMS SMPN 1 Sumbergempol?

D. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui efektivitas bimbingan kelompok melalui pemberian informasi berbantu aplikasi Oky efektif untuk meningkatkan regulasi emosi pada masa PMS SMPN 1 Sumbergempol

E. Kegunaan penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan keuntungan yang bersifat ilmiah dan praktis untuk kemajuan pengetahuan, lembaga pendidikan, para konselor, maupun siswa perempuan yang menjadi objek penelitian.

1. Kegunaan Teoritis

   Secara teoritis, penelitian ini diharapkan bisa menambah referensi dalam bidang bimbingan dan konseling, khususnya yang berkaitan dengan regulasi emosi pada remaja putri saat masa PMS. Selain itu, penelitian ini juga bisa memperbanyak kajian tentang pemanfaatan media digital dalam BK, yang selama ini masih didominasi pendekatan konvensional.

   Dengan adanya penelitian ini, konsep penggunaan aplikasi sebagai media intervensi diharapkan bisa lebih dikembangkan lagi, terutama dalam mengaitkan aspek psikologis (regulasi emosi) dengan teknologi yang dekat dengan kehidupan remaja.

2. Kegunaan Praktis

   Secara praktis, penelitian ini memberikan manfaat kepada beberapa pihak. Pertama, kepada konselor, dari hasil penelitian memberikan bukti empiris tentang efektivitas aplikasi Oky sebagai media dalam bimbingan kelompok, Dimana bisa menjadi acuan dalam referensi dalam merancang program . Kedua, kepada siswi, penelitian ini menyediakan akses ke intervensi yang mampu meningkatkan kemampuan regulasi emosi dan pemahaman mengenai PMS. Ketiga, bagi sekolah, penelitian ini dapat menjadi landasan pengembangan kebijakan penanganan kesehatan mental siswi berbasis digital. Keempat, untuk peneliti berikutnya. Penelitian ini bisa digunakan dalam referensi penyusunan desain penelitian yang lebih komprehensif

mengenai intervensi berbasis aplikasi dalam konteks bimbingan dan konseling.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini fokus pada kajian dalam bimbingan konseling, khususnya pada masalah regulasi emosi remaja putri selama masa PMS. Penelitian ini berfokus pada pengujian efektivitas bimbingan kelompok pemberian informasi dengan bantuan aplikasi Oky, meliputi materi edukasi menstruasi, PMS, dan strategi regulasi emosi.

Penelitian dilaksanakan di SMPN 1 Sumbergempol, dimulai dari tahap *screening* hingga pelaksanaan intervensi dan evaluasi. Subjek dalam penelitian ini adalah siswi SMPN 1 Sumbergempol yang mengalami gejala PMS berdasarkan hasil *screening*.

Dengan demikian, Penelitian ini difokuskan pada pengujian efektivitas bimbingan kelompok pemberian informasi berbantuan Aplikasi OKY dalam meningkatkan regulasi emosi siswi yang mengalami gejala *Premenstrual Syndrome* (PMS) di SMPN 1 Sumbergempol.

G. Penegasan Variable

Agar penelitian ini tidak terjadi perbedaan pemahaman dalam penelitian ini, maka perlu dijelaskan secara lebih tegas mengenai variabel yang digunakan, baik secara konseptual atau operasional.

1. Penegasan konseptual

Penegasan konseptual ini memiliki dua variabel dalam penelitian, yakni:

a. Bimbingan Kelompok Pemberian Informasi Berbantuan Aplikasi OKY (Variabel Bebas/X)

Bimbingan kelompok didefinisikan oleh Prayitno dan Amti sebagai suatu kegiatan yang dilakukan oleh sekelompok orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok, di mana semua peserta saling berinteraksi, bebas mengeluarkan pendapat, menanggapi, dan memberi saran, sehingga apa yang dibicarakan

bermanfaat bagi diri peserta sendiri maupun peserta lainnya.[13] Menurut Romlah teknik pemberian informasi (*ekspositori*) sering disebut sebagai metode ceramah, yaitu penyampaian informasi atau penjelasan oleh seorang pembicara kepada sekelompok pendengar..

Aplikasi Oky adalah platform digital yang fokus pada kesehatan reproduksi remaja yang diciptakan oleh UNICEF. Aplikasi ini ditujukan khusus untuk remaja perempuan guna menyediakan edukasi seputar menstruasi, meliputi penjelasan siklus menstruasi, tanda-tanda PMS, serta saran untuk menjaga kesehatan fisik dan mental.[14]

Tak hanya itu, aplikasi ini juga menawarkan fitur pemeliharaan pengelolaan emosi, seperti pelacakan suasana hati (*mood tracking*), informasi yang ringan dan mudah dicerna, serta latihan sederhana berupa *mindfulness*. Dalam ranah bimbingan dan konseling, aplikasi ini bisa dimanfaatkan sebagai alat bantu yang memungkinkan siswa memahami serta mengatur kondisi emosionalnya secara mandiri.

b. Regulasi Emosi (Variabel Terikat/Y)

Regulasi emosi adalah kemampuan individu dalam mengenali, memahami, dan mengelola emosi yang dirasakan agar dapat diekspresikan secara tepat dan adaptif sesuai dengan situasi.[15] Regulasi emosi mencakup proses bagaimana seseorang menyadari emosi yang muncul, memahami penyebabnya, serta mengontrol atau mengekspresikan emosi tersebut dengan cara yang tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain.

---

[13] Suhertina Dra, *DASAR -DASAR BIMBINGAN DAN KONSELING*, 2014th ed. (CV. MUTIARA PESISIR SUMATRA, n.d.).

[14] Heather Suttor et al., "Tracking the Changing Body with Care : A Qualitative Study on Menstrual Cycle Tracking among Adolescent Girls in Bali , Indonesia," *International Journal of Adolescence and Youth* 30, no. 1 (2025), https://doi.org/10.1080/02673843.2025.2539444.

[15] David A Preece et al., "LONELINESS AND EMOTION REGULATION" 180, no. 0191–8869 (2021).

Pada masa PMS, regulasi emosi menjadi penting karena adanya perubahan hormonal yang dapat memicu emosi negatif seperti marah, cemas, dan sedih.[16]

2. Penegasan Operasional

Dalam penegasan ini menggambarkan tentang bagaimana variabel diukur secara nyata, konkret, dan dapat diobservasi, di bagi menjadi dua yakni:

a. Bimbingan Kelompok Pemberian Informasi Berbantuan Aplikasi OKY

Kegiatan bimbingan kelompok yang dilaksanakan oleh peneliti bertindak sebagai pemimpin kelompok, dengan memanfaatkan fitur-fitur dalam Aplikasi OKY (seperti edukasi PMS, tips mengelola emosi, dan latihan *mindfulness seperti* relaksasi diri) sebagai media penyampaian informasi kepada siswi SMPN 1 Sumbergempol selama beberapa sesi pertemuan yang terjadwal.

Keaktifan penggunaan aplikasi selama sesi bimbingan menjadi bagian dari proses intervensi yang diharapkan dapat membantu siswa lebih memahami dan mengelola emosinya.

b. Regulasi Emosi (Variabel Y)

Regulasi emosi dalam penelitian ini diukur menggunakan instrumen berupa angket/skala regulasi emosi yang diberikan sebelum dan sesudah intervensi. Aspek regulasi emosi menurut Thompson (1994) yaitu: kemampuan memonitor (*monitoring*), mengevaluasi (*evaluating*), dan memodifikasi (*modifying*) respons emosional.

Hasil pengukuran ditunjukkan dalam bentuk skor yang kemudian dibandingkan antara sebelum dan sesudah intervensi

[16] Bali Medika Jurnal and Bali Medika Jurnal, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Premenstrual Syndrom Pada Siswi Sekolah Menengah Atas Factors Affecting *Premenstrual Syndrome* in Senior High School Students" 10, no. 1 (2023): 86–95.

bimbingan kelompok untuk melihat ada tidaknya peningkatan regulasi emosi.

A. Sistematika Penulisan

1. Bab I: Pendahuluan berisi: Latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, ruang lingkup penelitian, penegasan variabel, sistematika penulisan.
2. Bab II: Landasan Teori berisi: Teori variabel, penelitian terdahulu, kerangka berpikir, hipotesis penelitian.
3. Bab III: Metode Penelitian berisi: Pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, variabel dan pengukuran, populasi, sampling dan sampel, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data, tahapan penelitian.
4. Bab IV: Hasil Penelitian berisi: Deskripsi data, pengujian hipotesis.
5. Bab V: Pembahasan berisi: Interpretasi hasil, penyelarasan teori.
6. Bab VI: Penutup berisi: Kesimpulan, Saran.