

ABSTRAK

Indah Fidriyanti. Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Self Instruction* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI yang Memiliki Citra Tubuh Negatif di SMA Negeri 1 Kutalimbaru T.A 2021/2022. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. UNIMED. 2022.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Self Instruction* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI yang Memiliki Citra Tubuh Negatif di SMA Negeri 1 Kutalimbaru T.A 2021/2022. Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen semu menggunakan desain *one grup pre-test and post-test design*. Data dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan kuesioner (angket). Subjek dalam penelitian ini yaitu 8 orang siswa yang memiliki tingkat kategori kepercayaan diri dengan citra tubuh negatif rendah sebanyak 2 orang, kategori sedang sebanyak 4 orang, dan kategori tinggi sebanyak 2 orang yang diperoleh dengan cara perangkan. Hasil uji validitas menggunakan perhitungan *product moment* dengan $\text{sig} = 0.05$, dan jumlah responden 34 siswa, diketahui dari 45 butir pernyataan terdapat 25 pernyataan yang dinyatakan valid dan dapat digunakan untuk pengambilan data penelitian dengan ketentuan $r_{hitung} > r_{tabel}$. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,812 dengan signifikansi sebesar 5%, instrument tersebut dapat dinyatakan sangat reliabel dan dapat digunakan dalam pengambilan data penelitian. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon dengan diperoleh nilai $J_{hitung} = 15$, dan J_{tabel} untuk $N = 8$ dengan nilai $\alpha = 0,05$ adalah 4. Adapun syarat hipotesis diterima berdasarkan hasil uji Wilcoxon yaitu jika nilai $J_{hitung} > J_{tabel}$ di mana $15 > 4$ maka hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hal ini juga dapat dilihat dari data perhitungan rata-rata *pre-test* diperoleh skor sebesar 65,88 dan skor rata-rata *post-test* sebesar 81,88 di mana terjadi peningkatan kepercayaan diri siswa yang memiliki citra tubuh negatif sebesar 24%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Self Instruction* Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Kelas XI yang Memiliki Citra Tubuh Negatif di SMA Negeri 1 Kutalimbaru T.A 2021/2022.

Keyword: Bimbingan Kelompok, *Self Instruction*, Kepercayaan Diri Siswa dengan Citra Tubuh Negatif

ABSTRACT

Indah Fidriyanti. The Effect of Self Instruction Technique Group Guidance Services on the Confidence of Class XI Students Who Have a Negative Body Image at SMA Negeri 1 Kutalimbaru T.A 2021/2022. Thesis. Guidance and Counseling Study Program. Faculty of Science Education. UNIMED. 2022.

This study aims to determine the effect of the Self Instruction Technique Group Guidance Service on the Confidence of Class XI Students who Have a Negative Body Image at SMA Negeri 1 Kutalimbaru T.A 2021/2022. This research is included in the type of quantitative research with a quasi-experimental method using a one-group pre-test and post-test design. The data in this study were obtained by using a questionnaire. The subjects in this study were 8 students who had a self-confidence category level with a low negative body image as many as 2 people, a medium category as many as 4 people, and a high category as many as 2 people obtained by ranking. The results of the validity test using product moment calculations with $\text{sig} = 0.05$, and the number of respondents is 34 students, it is known that from 45 statements there are 25 statements that are declared valid and can be used for research data retrieval with the provisions of $r_{count} > r_{table}$. The results of the reliability test showed the Cronbach's Alpha value of 0.812 with a significance of 5%, the instrument can be declared very reliable and can be used in retrieval of research data. Data analysis in this study used the Wilcoxon test with the obtained value of $J_{count} = 15$, and J_{table} for $N = 8$ with a value of $= 0.05$ is 4. The requirements for the hypothesis are accepted based on the results of the Wilcoxon test, namely if the value of $J_{count} > J_{table}$ where $15 > 4$ then the hypothesis in this study is accepted. It can also be seen from the calculation data that the average pre-test score is 65.88 and the post-test average score is 81.88, where there is an increase in self-confidence of students who have a negative body image by 24%. Thus, it can be concluded that there is an effect of the Self Instruction Technique Group Guidance Service on the Confidence of Class XI Students Who Have a Negative Body Image at SMA Negeri 1 Kutalimbaru T.A 2021/2022.

Keyword: Group Guidance, Self Instruction, Student Confidence with Negative Body Image