

ABSTRAK

MAGDALENA SIDABUTAR, Pengaruh Konseling Kelompok Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* Teknik *Self Instruction* Terhadap *Self Esteem* Pada Siswa Kelas X MIA 6 di SMA Negeri 2 Balige TA 2022/2023. Skripsi. Medan : Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Medan. 2024.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan *cognitive behavior therapy* teknik *self instruction* terhadap *self esteem* pada siswa kelas X MIA – 6 SMA Negeri 6 Balige tahun ajaran 2023/2024. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan desain *one group pretest and posttest design*. Subjek dalam penelitian ini adalah 8 orang siswa kelas X MIA – 6 yang memiliki skor *self esteem* yang rendah. Instrument yang digunakan adalah angket *self esteem*, instrument yang diberikan sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan konseling kelompok. Data analisis menggunakan Uji *Wilcoxon* untuk melihat pengaruh signifikan pengaruh konseling kelompok pendekatan *cognitive behaviour therapy* teknik *self instruction* terhadap *self esteem* pada siswa. Hasil perhitungan dengan skor tes awal (*pre-test*) diperoleh rata-rata = 73,5, sedangkan setelah diberikan layanan Konseling Kelompok Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* Teknik *Self Instruction* (*post – test*) diperoleh rata-rata 136,25 artinya skor rata-rata peserta didik setelah mendapatkan konseling kelompok pendekatan *cognitive behavior therapy* teknik *self instruction* lebih tinggi sebelum mendapatkan layanan. Perubahan peningkatan *self esteem* peserta didik ini sebesar 35,50% Hasil dari uji *Wilcoxon* yang menunjukkan bahwa uji jenjang *Wilcoxon* diperoleh $J_{hitung} > J_{tabel}$ dimana nilai $J_{hitung} = 15$ dengan $\alpha = 0,05$ dan $N = 8$, maka diketahui $J_{tabel} = 4$. Sehingga dari data tersebut terlihat bahwa $J_{hitung} > J_{tabel}$ dimana $15 > 4$ artinya bahwa hipotesis penelitian ini diterima.

Kata Kunci : Konseling Kelompok Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy*, *Self Instruction*, *Self Esteem*

ABSTRACT

Magdalena Sidabutar, The Effect of Group Counseling Services with Approach Cognitive Behavioral Therapy Technique Self Instruction on Self Esteem for Class X MIA 6 of SMA Negeri 2 Balige T.A 2022/2023. Skripsi. Medan : Faculty of Education. Universitas Negeri Medan. 2024.

This study aims to determine the effect of group counseling services using the cognitive behavior therapy approach to self-instruction techniques on self-esteem in class X MIA – 6 SMA Negeri 6 Balige in the academic year 2023/2024. The approach used in this research is quantitative. The method used in this study was a quasi-experimental design with one group pretest and posttest design. The subjects in this study were 8 students of class X MIA – 6 who had low self-esteem scores. The instrument used was a self-esteem questionnaire, an instrument given before and after the implementation of group counseling services. Data analysis used the Wilcoxon test to see the significant influence of group counseling on the cognitive behavior therapy approach to self-instruction techniques on students' self-esteem. The calculation results with the initial test score (pre-test) obtained an average = 73,5, whereas after being given Cognitive Behavior Therapy Approach Group Counseling services Self Instruction Techniques (post-test) obtained an average of 136,25 meaning that the average score of students after getting group counseling cognitive behavior therapy approach higher self-instruction techniques before getting services. The change in the increase in self-esteem of these students was 35.50%. The results of the Wilcoxon test showed that the Wilcoxon level test obtained $J_{count} > J_{table}$ where the value of $J_{count} = 15$ with $\alpha = 0.05$ and $N = 8$, it is known that $J_{table} = 4$. So from the data shows that $J_{count} > J_{table}$ where $15 > 4$ means that the research hypothesis is accepted.

Keywords : Cognitive Behavior Therapy Approach Group Counseling, Self Instruction, Self Esteem