

ABSTRAK

ELISABETH S. NIM : 109 351 010. Pengaruh Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Terhadap Kemampuan Mengelola Stres Dalam Menghadapi Ujian Siswa Kelas VIII² SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2013/2014. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Medan. 2013.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap kemampuan mengelola stres dalam menghadapi ujian siswa kelas VIII² di SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan” ?. Penelitian ini bertujuan “Untuk mengetahui pengaruh pemberian layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap kemampuan mengelola stres dalam menghadapi ujian siswa kelas VIII² SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan”. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan pertengahan Juli sampai dengan pertengahan September 2013. Tempat penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan. Jalan Cucakrawa II No. 03 Perumnas Mandala Medan Kabupaten Deli Serdang.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *experiment*. Populasi adalah keseluruhan siswa kelas VIII² yang berjumlah 32 siswa. Sampel penelitian ini berjumlah 10 siswa yang kurang mampu mengelola stres dalam menghadapi ujiannya dan ditentukan secara purposive sampling (penarikan sampel secara sengaja) atau rekomendasi data dari guru BK (konselor). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket kemampuan mengelola stres dalam menghadapi ujian. Angket uji coba kemampuan mengelola stres dalam menghadapi ujian sebanyak 40 butir pertanyaan yang diberikan kepada seluruh siswa kelas VIII¹ yang berjumlah 29 siswa. Angket kemampuan mengelola stres yang valid sebanyak 27 butir pertanyaan yang akan diberikan kepada 10 siswa yang mendapatkan perlakuan (Bimbingan Kelompok). Teknik analisis data menggunakan uji beda (uji t).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan kemampuan mengelola stres dalam menghadapi ujian yang rendah dengan pemberian layanan bimbingan kelompok diperoleh nilai rata-rata Pre-test = 60,3 dan Standard Deviasi (SD) = 3,33 sedangkan nilai rata-rata Post-test = 96,5 dan Standard Deviasi (SD) = 6,28 dengan demikian pemberian layanan bimbingan kelompok teknik diskusi terhadap kemampuan mengelola stres dalam menghadapi ujian siswa dapat mengubah kemampuan mengelola stres yang lebih baik. Dari hasil hipotesis dengan harga t_{tabel} pada $N-1 = N-10$ pada taraf nyata $\alpha = 0,05$ diperoleh sebesar 1,83, maka $t_{hitung} > t_{tabel} = (19,94 > 1,83)$ tersebut dikatakan H_a diterima dan H_o ditolak dapat dinyatakan bahwa “ Ada pengaruh yang signifikan Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Diskusi Terhadap Kemampuan Mengelola Stres Dalam Menghadapi Ujian Siswa Kelas VIII² Di SMP Negeri 5 Percut Sei Tuan Tahun Ajaran 2013/2014.