

ABSTRAK

ERLINA. NIM. 1122151006. Pengaruh Teknik Restruturisasi Kognitif Terhadap Kecemasan Menghadapi Ujian Melalui Konseling Kelompok Siswa Kelas X¹ MAN Pematang Bandar Kecamatan Ujung Padang T.A 2015/2016”.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah Bagaimana pengaruh teknik restrukturisasi kognitif terhadap kecemasan menghadapi ujian melalui konseling kelompok siswa kelas X¹ MAN Pematang Bandar Kecamatan Ujung Padang T.A 2015/2016. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X¹ yang terdiri dari 9 orang siswa yang merupakan siswa agresif dan mempunyai kecemasan tinggi, berusia 15-16 tahun, yaitu usia matang secara hukum dan menyadari bahwa mereka mempunyai kecemasan tinggi yang dilihat dari hasil *pre-test*. Instrumen yang digunakan adalah angket untuk mengetahui tingkat kecemasan siswa. Instrumen diberikan sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan teknik restrukturisasi. Teknik analisis data menggunakan Uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan teknik restrukturisasi berpengaruh terhadap kecemasan siswa MAN Pematang Bandar Kecamatan Ujung Padang T.A 2015/2016. Hal ini diketahui dari hasil Uji Wilcoxon yang dilakukan dengan hasil $J_{hitung} = 0$, Dengan $\alpha = 0,05$ dan $n=9$, maka berdasarkan daftar $J_{tabel} = 6$. Dari data tersebut terlihat bahwa $J_{hitung} < J_{tabel}$. Maka hipotesis diterima berarti Ada pengaruh penggunaan teknik rerstrukturisasi kognitif terhadap kecemasan siswa melalui konseling kelompok siswa kelas X MAN Pematang Bandar Ujung Padang T.A 2015/ 2016

Kata kunci : Teknik Restruturisasi Kognitif, Kecemasan Menghadapi Ujian, Konseling Kelompok

