

## ABSTRAK

YUNITA SISKA AMELIA, NIM. 1132151013. PENGARUH KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* TEKNIK *SELF INSTRUCTION* TERHADAP *SELF ESTEEM* RENDAH PADA MAHASISWA BK KELAS REGULER B 2015 UNIMED. Skripsi Jurusan Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri medan.2017

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah pengaruh konseling kelompok pendekatan *cognitive behavior therapy* teknik *self instruction* terhadap *self esteem* rendah Pada mahasiswa Bimbingan konseling kelas Reguler B Stambuk 2015 UNIMED Tahun Ajaran 2016/2017?”. penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh konseling kelompok pendekatan *cognitive behavior therapy* teknik *self instruction* terhadap *self esteem* rendah pada mahasiswa bimbingan dan konseling kelas Reguler B 2015 UNIMED Tahun Ajaran 2016/2017

Penelitian ini dilaksanakan di universitas negerimedan di Fakultas Ilmu Pendidikan. Jenis penelitian adalah penelitian eksperimen semu. Sampel dalam penelitian ini adalah 7 orang mahasiswa kelas reguler B BK 2015 unimed, pengambilan sampel dilakukan menggunakan *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah menggunakan angket yang di sebar kemudian di analisis dengan metode menggunakan uji Wilcoxon

Hasil analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah nilai  $J_{hitung} = 6$  dengan  $\alpha = 0,05$  dan  $n = 7$ , maka berdasarkan daftar,  $J_{tabel} = 2$  Dengan demikian  $J_{hitung} > J_{tabel}$  ( $6 > 2$ ). Artinya hipotesis diterima. Data *pre-test* di peroleh rata-rata 142 dan data *post-test* diperoleh rata-rata 193 artinya skor rata-rata mahasiswa setelah mendapatkan layanan konseling kelompok pendekatan *cognitive behavior therapy* teknik *self instruction* lebih tinggi. Perubahan peningkatan interval *self esteem* mahasiswa setelah diberikan layanan konseling kelompok pendekatan *cognitive behavior therapy* teknik *self instruction* sebesar 36%. Hal ini menunjukkan ada pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan *cognitive behavior therapy* teknik *self instruction* terhadap *self esteem* rendah pada mahasiswa BK kelas Reguler B 2015 Universitas Negeri Medan Tahun Ajaran 2016/2017 atau hipotesis dapat di terima.

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