

## ABSTRAK

**AULIA ALVIRA. NIM: 1173151006. Pengaruh Konseling Kelompok Melalui Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* Terhadap Kecemasan Sosial Siswa SMA Negeri 1 Lubuk Pakam Tahun Ajaran 2020/2021. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Medan. 2021.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok melalui pendekatan *cognitive behavioral therapy* terhadap kecemasan sosial siswa SMA Negeri 1 Lubuk Pakam Tahun Ajaran 2020/2021. Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah kuantitatif. Jenis penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu dengan pretest-posttest group design. Subjek dalam penelitian ini adalah 8 orang siswa kelas XI yang memiliki skor kecemasan sosial tinggi. Instrumen yang digunakan adalah angket kecemasan sosial. Instrumen diberikan sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan konseling kelompok. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon* untuk melihat apakah ada pengaruh signifikan pemberian konseling kelompok melalui pendekatan *cognitive behavioral therapy* terhadap kecemasan sosial siswa. Hasil perhitungan dengan skor tes awal (*pre-test*) pada kelompok eksperimen diperoleh rata-rata = 89 sedangkan data *post-test* diperoleh rata-rata = 69. Hasil uji *Wilcoxon* yang menunjukkan bahwa uji jenjang *Wilcoxon* diperoleh  $J_{hitung} = 6$  sedangkan  $J_{tabel} = 4$ . Dari tabel nilai kritis  $J$  untuk uji jenjang bertanda *Wilcoxon* untuk  $n = 8$ ,  $\alpha = 0,05$  sesuai dengan kriteria penerimaan dan penolakan hipotesis, hipotesis diterima jika  $J_{hitung} > J_{tabel}$  dimana  $6 > 4$ , dari perhitungan ini dapat dilihat dari perlakuan pada kelompok eksperimen artinya hipotesis diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh konseling kelompok melalui pendekatan *cognitive behavioral therapy* terhadap kecemasan sosial siswa SMA Negeri 1 Lubuk Pakam Tahun Ajaran 2020/2021.

**Keywords : Konseling Kelompok Melalui Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy*, Kecemasan Sosial**

## ABSTRACT

**AULIA ALVIRA. NIM: 1173151006. The Effect of Group Counseling Through a Cognitive Behavioral Therapy Approach on Social Anxiety Students of SMA Negeri 1 Lubuk Pakam for the 2020/2021 Academic Year. Thesis. Guidance and Counseling Study Program. Faculty of Education, Medan State University. 2021.**

This study aims to determine the effect of group counseling services through a cognitive behavioral therapy approach on social anxiety in SMA Negeri 1 Lubuk Pakam students for the 2020/2021 academic year. The method used in this research is quantitative. This type of research is a quasi-experimental research with a pretest-posttest group design. The subjects in this study were 8 students of class XI who had high social anxiety scores. The instrument used is a social anxiety questionnaire. Instruments were given before and after the implementation of group counseling services. Data were analyzed using the Wilcoxon test to see if there was a significant effect of giving group counseling through a cognitive behavioral therapy approach to students' social anxiety. The results of calculations with pre-test scores in the experimental group obtained an average of = 89 while the post-test data obtained an average of = 69. Wilcoxon test results which show that the Wilcoxon level test is obtained  $J_{count} = 6$  while  $J_{table} = 4$ . From the table of critical values J for the Wilcoxon-signed level test for  $n = 8$ ,  $\alpha = 0.05$  according to the criteria for acceptance and rejection of the hypothesis, the hypothesis is accepted if  $J_{count} > J_{table}$  where  $6 > 4$ , from this calculation it can be seen from the treatment in the experimental group it means hypothesis is accepted. This shows that there is an effect of group counseling through a cognitive behavioral therapy approach on social anxiety in SMA Negeri 1 Lubuk Pakam students for the 2020/2021 academic year.

**Keywords : Group Counseling Through Cognitive Behavioral Therapy, Social Anxiety.**

