

**PENGUNAAN STRATEGI RESTRUKTURING KOGNITIF
DALAM KONSELING KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN KESIAPAN PERENCANAAN KARIER
SISWA KELAS IX SMPN 3 KRIAN SIDOARJO**

SKRIPSI



Rifqi Fadila

NIM: 175000049

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
2021**

**PENGUNAAN STRATEGI RESTRUKTURING KOGNITIF
DALAM KONSELING KELOMPOK UNTUK
MENINGKATKAN KESIAPAN PERENCANAAN KARIER
SISWA KELAS IX SMPN 3 KRIAN SIDOARJO**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI
Adi Buana Surabaya untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi
Bimbingan dan Konseling

**RIFQI FADILA
NIM: 175000049**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh :Rifqi Fadila
NIM :175000049
Judul Skripsi :Penggunaan Strategi Resrukturing Kognitif dalam
Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kesiapan
Perencanaan Karier Siswa Kelas IX SMPN 3 Krian
Sidoarjo.

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Surabaya, 24 Maret 2021

Mengetahui,

Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling,

Dosen Pembimbing



Dr. Mudhar, S.Psi., M.Si.
NIDN: 0728126701






Dr. Hartono, M.Si.
NIDN: 0712096101

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Rifqi Fadila dengan judul Penggunaan Strategi Restrukturing Kognitif dalam Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kesiapan Perencanaan Karier Siswa Kelas IX SMPN 3 Krian Sidoarjo telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 28 Maret 2021.

Dewan Penguji:

- | | | |
|---------------------------|---------|---|
| 1. Dr. Hartono, M.Si. | Ketua |  |
| 2. Dr. Tamsil Muis, M.Pd. | Anggota |  |
| 3. Dr. Muwakhidah, M.Pd. | Anggota |  |

Mengesahkan
Dekan FPP,

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling



PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rifqi Fadila

NIM : 175000049

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Pedagogi dan Psikologi

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil karya atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat.

Surabaya, 24 Maret 2021
Yang membuat pernyataan



Rifqi Fadila

NIM: 175000049

ABSTRAK

Fadila, Rifqi. 2021. Penggunaan Strategi Restrukturing Kognitif Dalam Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Kesiapan Perencanaan Karier Siswa Kelas IX SMPN 3 Krian Sidoarjo. Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Pedagogik dan Psikologi. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing Dr. Hartono, M.Si.

Kata kunci: Konseling kelompok, strategi restrukturisasi kognitif, kesiapan, perencanaan karier.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi penggunaan strategi restrukturisasi kognitif dalam konseling kelompok untuk meningkatkan kesiapan perencanaan karier siswa kelas IX C SMPN 3 Krian Sidoarjo. Populasi penelitian ini adalah para siswa kelas IX C SMPN 3 Krian Sidoarjo berjumlah 31 siswa. Dari populasi tersebut diambil sampel sebanyak 6 orang siswa dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Data penelitian yaitu data kesiapan perencanaan karier siswa dikumpulkan dengan menggunakan metode skala pengukuran yang dikembangkan peneliti. Skala pengukuran sebelum digunakan untuk mengumpulkan data penelitian, terlebih dahulu dilakukan *try-out* untuk melakukan uji validitas butir dan uji reliabilitas *Alpha Cronbach*. Uji validitas butir skala pengukuran kesiapan perencanaan karier siswa nilai signifikannya 0,00-0,0005. Sedangkan uji reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0,692. Data pre-test dan post-test dianalisis dengan menggunakan bantuan SPSS *For Windows* versi 20.0 dengan teknik analisis uji t independen statistika parametrik setelah dilakukan uji asumsi normalitas sebaran dan uji homogenitas variansi. Jadi hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa penggunaan strategi restrukturisasi kognitif dalam konseling kelompok secara signifikan dapat meningkatkan kesiapan perencanaan karier siswa kelas IX C SMPN 3 Krian Sidoarjo.

ABSTRACT

Fadila, Rifqi. 2021. The usage cognitive restructuring strategi in group counseling to improve career planning readiness of students grade IX SMPN 3 Krian Sidoarjo. Department of Guidance and Counseling, Faculty of Pedagogy and Psychology, PGRI Adi Buana University, Surabaya. Advisor: Dr. Hartono, M.Si.

Keywords: Group Counseling, cognitive restructuring strategy, readiness, and career planning.

This study aims to determine the significance of using cognitive restructuring strategies in group counseling to improve career planning readiness of grade IX C students of SMPN 3 Krian Sidoarjo. The population of this study is the students of grade IX C SMPN 3 KIAN Sidoarjo numbering 31 students. From the population was sampled as many as 6 students using *purposive sampling* techniques. Research data namely students career planning readiness data is collected using the measurement scale method developed by researcher. The measurement scala before use to collect research data, first conducted *try-out* to test the validity of the item and reliabilitytest *Alpha Cronbach*. Test the validity of the items on the student's career planning readiness measurement scale the value is significant grades from 0,00 to 0,005. While thereliability test of *Alpha Cronbach* 0,692. Pre-test and post-test data are analyzed using *spss for Windows* version 20.0 with the analysis technique of independent t test of parametric statistics after testing the assumption of normality of variance and test of homogeneity of variance. So the results of this study can be concluded that the use of cognitive restructuring strategies in group counseling can significantly improve the readiness of class students' career planning of grade IX C SMPN 3 Krian Sidoarjo.

MOTTO

“Selama Ada Niat dan Keyakinan Semua Akan Jadi Mungkin”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil Alamin. dengan penuh rasa syukur atas kenikmatan yang diberikan oleh ALLAH SWT, saya persembahkan karya skripsi ini untuk:

- 1) Sang Khaliq ALLAH SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang yang telah meridhoi dan memberiku kemudahan dalam mengerjakan skripsi ini.
- 2) Nabi MUHAMMAD SAW karena dengan tuntunannya kita bisa terbebas dari jaman jahiliyah yang penuh dengan kebodohan.
- 3) Kedua orang tua saya yang sudah mencurahkan kasih sayang dan mendedikasikan hidupnya untuk saya.
- 4) Adik –adik saya yang telah memberikan semangat dan doa.
- 5) Keluarga besar SMPN 3 Krian terutama Ibu Heri Wahyu Rejeki, M.Pd., Ibu Dian Paramita, S.Pd., serta seluruh siswa yang terlibat dalam penelitian ini.
- 6) Rekan satu kelas BK A2 2017.
- 7) Rekan satu bimbingan.
- 8) Saya sendiri yang mampu survive hingga titik ini.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat serta Hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Penggunaan Strategi Restrukturing Kognitif Dalam Konseling Kelompok Untuk meningkatkan Kesiapan Perencanaan Karier Siswa Kelas IX SMPN 3 Krian”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat kelulusan pada program Strata-1 di Prodi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Pedagogik dan Psikologi, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Marianus Subandowo, M.S., selaku Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes., selaku Dekan Fakultas Pedagogi dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
3. Bapak Dr. Mudhar, S.Psi., M.Si., selaku Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
4. Bapak Dr. Hartono, M.Si., selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu dan tenaga, serta memberikan pengarahan dan bimbingan demi terselesaikannya skripsi ini.
5. Ibu Heri Wahyu Rejeki, M.Pd., selaku Kepala Sekolah SMPN 3 KRIAN Sidoarjo sebagai tempat pengambilan data penelitian.
6. Ibu Dian Paramita, S.Pd., selaku Guru Bimbingan dan Konseling yang selalu memberikan arahan dan dukungan dalam pengambilan data penelitian.
7. Para dosen Fakultas Pedagogik dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, yang telah mendidik dan mengajarkan ilmu pengetahuan di saat peneliti aktif mengikuti perkuliahan, sehingga dengan berbekal ilmu pengetahuan tersebut, peneliti dapat menyusun skripsi ini.
8. Seluruh siswa kelas IX SMPN 3 KRIAN yang bersedia menjadi

sumber data dalam pengambilan data penelitian.

9. Kedua orang tua dan keluarga besar peneliti yang selalu mendoakan dan memberikan motivasi dalam perjalanan hidup peneliti.
10. Semua pihak yang telah banyak membantu sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

Peneliti juga menyadari bahwa penulisan skripsi ini luput dari kesalahan. Untuk itu, penulis mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan dan perbaikan sehingga skripsi ini dapat memberikan manfaat serta dapat dikembangkan lebih lanjut.

Surabaya, 24 Maret 2021

Penyusun

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	Error!
Bookmark not defined.	
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Definisi Operasional Variabel	5
E. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Kesiapan Perencanaan Karier	7
B. Konseling Kelompok	10
C. Strategi Restrukturing Kognitif	12
D. Penggunaan Strategi Restrukturing Kognitif dalam Konseling kelompok untuk Meningkatkan Kesiapan Perencanaan Karier Siswa SMPN 3 Krian Sidoarjo	15
E. Kerangka Konseptual	18

F. Hipotesis	18
BAB III METODE PENELITIAN	19
A. Rancangan Penelitian	19
B. Deskripsi Populasi dan Sampel	19
C. Metode Pengumpulan Data	22
D. Metode Analisis Data	26
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	28
A. Deskripsi Hasil Penelitian	28
B. Uji Hipotesis	30
C. Pembahasan	31
BAB V PENUTUP	34
A. Kesimpulan	34
B. Saran	34
DAFTAR PUSTAKA	35
LAMPIRAN	39

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3.1 Populasi Penelitian	20
Tabel 3.2 Data Penjaringan Sampel Penelitian	21
Tabel 3.3 Sampel Penelitian	21
Tabel 3.4 Pengukuran Skala Likert	22
Tabel 3.5 Blue Print Kesiapan Perencanaan Karier	22
Tabel 3.6 Hasil Validitas Kesiapan perencanaan Karier	24
Tabel 3.7 Hasil Reabilitas	26
Tabel 3.8 Hasil Uji Normalitas	27
Tabel 3.9 Hasil Uji Homogenitas	27
Tabel 4.1 Statistik Deskriptif Pre-test dan Poss-test	28
Tabel 4.2 Hasil Data Pre-test dan Post-test.....	29
Tabel 4.3 Hasil Analisis Data Uji T Independent	30

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konseptual	18
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian	19
Gambar 4.1 Hasil Perbandingan Data Pre-test dan Pos-test	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Pengukuran Sebelum Uji Validitas dan Realibilitas	39
Lampiran 2. Skala Pengukuran Setelah Uji Validitas dan Reliabilitas	44
Lampiran 3. Surat Izin Penelitian	46
Lampiran 4. Surat Balasan Sekolah	47
Lampiran 5. Tabel Hasil Pre-test	48
Lampiran 6. Tabel Hasil Pos-test	50
Lampiran 7. Hasil Analisis Data	51
Lampiran 8. RPL	57
Lampiran 9. Foto Kegiatan	60
Lampiran 10. LOA Artikel	63
Lampiran 11. Artikel	64