

ABSTRAK

Istiqomah, Siti Nur. 2019. Efektivitas Strategi Restrukturing Kognitif dalam Konseling Kelompok CBT untuk Mengurangi Keraguan dalam Pengambilan Keputusan Karir Siswa Kelas IX Mts Hasanuddin Sidoarjo Program Studi Bimbingan dan Konseling. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing: Drs. H. Sutijono, M.M.

Kata Kunci: *Konseling Kelompok CBT, Restrukturing Kognitif, Karir.*

Pengambilan keputusan karir merupakan suatu proses dimana individu menentukan pilihan karir yang sesuai dengan bakat dan minat individu pada pemahaman diri yang akan dikembangkannya dalam perkembangan karir dengan melihat berbagai faktor-faktor yang akan dihadapi individu dalam pengambilan suatu keputusan karir. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan *one group pre-test post-test design*. Sampel yang digunakan penelitian ini adalah 6 siswa kelas IX yang memiliki keraguan dalam pengambilan keputusan karir.

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan teknik statistika non-parametrik uji Wilcoxon diperoleh hasil bahwa terjadi penurunan nilai rata-rata (mean) score variabel keraguan dalam pengambilan keputusan karir siswa pada $N = 6$. Nilai mean sebelum diberikan layanan konseling kelompok CBT sebesar 84,67 dengan nilai standar deviasi sebesar 1,633. Sedangkan setelah diberikan layanan konseling kelompok CBT nilai mean menurun menjadi 79,00 dengan standar deviasi sebesar 3,742. Hasil interpretasi menggunakan uji Wilcoxon diketahui bahwa Asymp. Sig (2-tailed) bernilai 0,027. Karena nilai 0,027 lebih kecil dari $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa strategi restrukturing kognitif dalam konseling kelompok CBT secara signifikan dapat menurunkan keraguan dalam pengambilan keputusan karir siswa kelas IX Mts Hasanuddin Sidoarjo.

ABSTRACT

Istiqomah, Siti Nur. 2019. Effectiveness of Cognitive Strategies in Group Counseling Restructuring CBT to Reduce Doubt in Career Decision Making Grade IX Mts Hasanuddin Sidoarjo Guidance and Counseling Program. Faculty of Teacher Training and Education. Adi Buana University PGRI Surabaya.
Supervisor: Drs. H. Sutijono, MM

Keywords: CBT Group Counseling, Cognitive Restructuring, Career.

Career decision making is a process by which individuals making career choices that match the individual talents and interests of the self-understanding will be developed in the career development by looking at the various factors that will be faced by individuals in making a career decision. This type of research is quantitative by using one group pre-test post-test design. The sample used this study is 6 class IX students who had doubts in career decision making.

Based on calculations using the non-parametric statistical techniques Wilcoxon test showed that the decline in the value of the average (mean) score variable doubt in students' career decision making at $N = 6$. The mean value before being given the CBT group counseling services with a value of 84.67 a standard deviation of 1.633. Meanwhile, after being given the CBT group counseling services decreased to a mean value of 79.00 with a standard deviation of 3.742. Interpretation of results using Wilcoxon test known that Asymp. Sig (2-tailed) worth 0,027. Because the value of 0.027 is less than <0.05 , it can be concluded that H_0 is rejected and H_a accepted. It can be concluded that cognitive restructuring strategies in the CBT group counseling can significantly reduce doubts in making career decisions in class IX Mts Hasanuddin Sidoarjo.