

ABSTRAK

Oetomo, Renata Noor Inayah. 2024. Efektivitas Konseling Kelompok *Cognitive Behavior Therapy* untuk Meningkatkan Determinasi Diri Siswa Kelas VIII SMP PGRI 1 Buduran Sidoarjo. Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing: Dr. Cindy Asli Pravesti, M.Pd.

Kata Kunci: *cognitive behavior therapy*, determinasi diri

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui signifikansi efektivitas konseling kelompok *cognitive behavior therapy* untuk meningkatkan determinasi diri pada siswa kelas VIII SMP PGRI 1 Buduran. Jenis penelitian pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Adapun desain penelitian yang digunakan dalam penelitian *pre-eksperimental one group pre-test* dan *post-test* yang bertujuan untuk mengetahui perbedaan nilai sebelum dan setelah pemberian *treatment*. Populasi yang diambil adalah siswa kelas VIII-B SMP PGRI 1 Buduran Sidoarjo yang berjumlah 30 siswa, dari populasi tersebut diambil sampel penelitian sebanyak 5 siswa dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik analisis data menggunakan uji Wilcoxon menggunakan bantuan program SPSS 26.0 *for windows*.

Hasil penelitian diperoleh dengan hasil asymp. Sig (2-tailed) bernilai 0,042. Karena nilai $0,042 < 0,05$. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara nilai *pre-test* dan *post-test* pada determinasi diri siswa kelas VIII SMP PGRI 1 Buduran Sidoarjo. Berdasarkan hasil perhitungan statistik ini berarti konseling kelompok *cognitive behavior therapy* efektif untuk meningkatkan determinasi diri siswa kelas VIII SMP PGRI 1 Buduran. Maka, hipotesis yang diajukan peneliti dalam penelitian ini diterima atau terbukti.

ABSTRAK

Oetomo, Renata Noor Inayah. 2024. Effectiveness of Cognitive Behavior Therapy Group Counseling to Increase Self-Determination of Class VIII Students at SMP PGRI 1 Buduran Sidoarjo. Department of Guidance and Counseling, Faculty of Education, PGRI Adi Buana University Surabaya. Supervisor: Dr. Cindy Asli Pravesti, M.Pd.

Keywords: *cognitive behavior therapy, self-determination*

This research was conducted with the aim of determining the significance of the effectiveness of cognitive behavior therapy group counseling to increase self-determination in class VIII students of SMP PGRI 1 Buduran. The type of research in this research is quantitative research. The research design used in the pre-experimental research was one group pre-test and post-test which aimed to determine the difference in scores before and after giving treatment. The population taken was students in class VIII-B of SMP PGRI 1 Buduran Sidoarjo, totaling 30 students, from this population a research sample of 5 students was taken using purposive sampling technique. The data analysis technique uses the Wilcoxon test using the SPSS 26.0 for Windows program.

The research results were obtained with asymp results. Sig (2-tailed) is 0.042. Because the value $0.042 < 0.05$. The results of this research show that there is a significant difference between the pre-test and post-test scores on the self-determination of class VIII students at SMP PGRI 1 Buduran Sidoarjo. Based on the results of these statistical calculations, it means that cognitive behavior therapy group counseling is effective in increasing the self-determination of class VIII students at SMP PGRI 1 Buduran. So, the hypothesis proposed by researchers in this research is accepted or proven.