PENGARUH PENGGUNAAN STRATEGI RESTRUCTURING KOGNITIF DALAM KONSELING KELOMPOK TERHADAP KECEMASAN BELAJAR MATEMATIKA SISWA KELAS XI MIPA 3 SMA NEGERI 1 GALIS PAMEKASAN

SKRIPSI



Oleh:

GITA LOLITA SARI NIM: 175000002

UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING 2022

PENGARUH PENGGUNAAN STRATEGI RESTRUCTURING KOGNITIF DALAM KONSELING KELOMPOK TERHADAP KECEMASAN BELAJAR MATEMATIKA SISWA KELAS XI MIPA 3 SMA NEGERI 1 GALIS PAMEKASAN

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

> GITA LOLITA SARI NIM: 175000002

UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING 2022

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : GITA LOLITA SARI

Judul Skripsi: Pengaruh Penggunaan Strategi Restrukturing

Kognitif dalam Konseling Kelompok Terhadap Kecemasan Belajar Matematika Siswa Kelas XI MIPA 3 SMAN 1 Galis

Pamekasan

Surabaya, 10 Februari 2022

Mengetahui,

Ketua Program Studi Bimbingan Dan Konseling

Dr. Mudhar, S.Psr., M.Si.

NIDN 0728126701

Pembimbing,

Elia Firda Mufidah, S. Pd., M.Pd.

NIDN 0728029302

PENGESAHAN

Skripsi oleh GITA LOLITA SARI dengan judul Pengaruh Penggunaan Strategi Restructuring Kognitif dalam Konseling Kelompok Terhadap Kecemasan Belajar Matematika Siswa Kelas XI MIPA 3 SMAN 1 Galis Pamekasan telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 10 Februari 2022.

Dewan Penguji:

- 1. Elia Firda Mufidah, S.Pd., M.Pd. Ketua
- 2. Dr. Mudhar, S.Psi., M.Si.
- 3. Ayong Lianawati, S.Pd., M.Pd.

.

Anggota..

Mengesahkan 1804

Dekar FPP

Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes.

Mengetahui, GR

Ketua Program Studi

Dr. Mudhar S.Psi., M.Si.

URABA

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Gita Lolita Sari

NIM : 175000002

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Fakultas : Pedagogi dan Psikologi

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri; bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Univesitas PGRI Adi Buana

Surabaya. Demikian pernyataan ini saya buat.

> Surabaya, 10 Februari 2022 Yang membuat pernyataan



MOTTO

"PERBANYAK BERSYUKUR, KURANGI MENGELUH. BUKA MATA, JEMBARKAN TELINGA, PELUAS HATI. SADARI KAMU ADA PADA SEKARANG, BUKAN KEMARIN ATAU BESOK, NIKMATI SETIAP MOMEN DALAM HIDUP, BERTUALANGLAH"

SKRIPSI INI SAYA PERSEMBAHKAN UNTUK:

- 1. Puji syukur kepada Allah SWT yang telah melimpahkan kasih dan karunia-Nya
- 2. Puji syukur kepada Nabi Besar Muhammad SAW.
- 3. Kepada Ayah, Ibu, Kakak, dan Adek yang selalu mendukung saya, tanpa doa kalian saya bukan siapasiapa.
- 4. Dosen pembimbing Bapak Mudhar, S.Psi., M.Si dan Ibu Elia Firda Mufidah, S. Pd., M.Pd yang telah sabar dalam membimbing saya selama penyusunan skripsi.
- 5. Kepada seluruh dosen Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
- 6. Ponakan kecil saya Ara dan Ghian yang selama ini menjadi penyemangat saya pada saat pulang kerumah dikala libur kuliah.
- 7. Temen-temen BK A1 2017, BK A1 2018 dan BK A1 2019 yang membantu dan mendukung serta selalu memberi motivasi terhadap saya.
- 8. Kepada sahabat dan teman dekat Mbak Devi Liluk, Widi, Puput, Rifka, Faies, Risky, Benni dan Reza selaku sahabat yang selalu memberikan saya semangat, motivasi dan dukungan selama ini.
- 9. Seluruh teman-teman se Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
- 10. Seluruh teman-teman PLP dan KKN yang selalu membantu saya.

11. Terakhir terimakasih untuk jodohku yang ditakdirkan oleh Tuhan untuk selalu mendampingku selama ini dan senantiasa mendoakan, mendukung, serta selalu memberi motivasi kepada saya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT atas rahmat dan karunia yang telah diberikan Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan bagi penulis guna memperoleh gelar Sarjana pendidikan pada program Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Penulis menyadari hambatan dan kesulitan tidak lepas dalam mengerjakan skripsi ini. Namun, dengan bantuan yang tak terkira baik berupa materi, bimbingan, saran, pengembangan wawasan dan juga gagasan dan berbagai pihak akhirnya penulis dapat mengatasi persoalan-persoalan tersebut.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan Skripsi mulai dari awal proses penulisan hingga akhir penulisan tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

- 1. Dr. M. Subandowo, MS. selaku Rektor UNIPA Surabaya.
- 2. Dr. Sunu Catur Budiono, M.Hum selaku Dekan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
- 3. Mudhar, S.Psi., M.Si selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
- 4. Mudhar, S.Psi., M.Si dan Elia Firda Mufidah, S. Pd., M.Pd. selaku Dosen Pembimbing Skripsi.
- 5. Bapak dan Ibu Dosen Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang telah memberikan bekal ilmu yang sangat bermanfaat dan berguna bagi penulis.
- 6. Seluruh keluarga besar saya.
- 7. Saudara-saudara, sahabat, teman-teman dan semua pihak yang telah membantu dan mendukung saya selama ini namun, tidak bisa saya sebutkan satu persatu. Terima kasih atas segala hal selama ini dan

doanya dari kalian semua saya selaku penulis dalam skripsi ini menyadari bahwa penulis masih jauh dari kata sempurna, namun apanila terdapat kekurangan serta kekeliruan dalam penulisan skripsi ini, saya selaku penulis dengan sangat rendah hati menerima kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Semoga rahmat, hidayah dan karunia Tuhan selalu dilimpahkan untuk kita semua saat ini dan selamanya. Amin Amin Ya Robbal Alamin.

Akhir kata dari saya selaku penulis skripsi ini mengucapkan terima kasih yang tak terhingga atas segala bantuan dan kerjasama yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dan semoga skripsi ini dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak.

Surabaya, 10 Februari 2022

Gita Lolita Sari

NIM: 175000002

DAFTAR ISI

HAL	AMAN JUDUL	i
HAL	AMAN SAMPUL	ii
HAL	AMAN PERSETUJUAN	iii
HAL	AMAN PENGESAHAN	iv
PER	NYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
	ΓRAK	vi
HAL	AMAN MOTTO	viii
KAT	A PENGANTAR	X
DAF'	TAR ISI	xii
DAF'	TAR TABEL	xiv
DAF'	TAR LAMPIRAN	XV
BAB	I PENDAHULUAN	1
A.	Latar Belakang	1
B.	Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah	7
C.	Rumusan Masalah	8
D.	Tujuan Penelitian	8
E.	Variabel Penelitian	8
F.	Manfaat Penelitian	9
BAB	II LANDASAN PENELITIAN	11
A.	Kajian Pustaka	11
B.	Penelitian Terdahulu yang Relevan	40
C.	Kerangka Konseptual	46
D.	Hipotesis Penelitian	50
BAB	III LANDASAN PENELITIAN	51
A.	Rancangan Penelitian	51
B.	Pepulasi dan Sampel	52
C.	Metode Pengumpulan Data	53
D.	1 CKIIIK 7 MIGHISIS Data	58
	IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	61
A.	Hasil Penelitian	61
B	Pembahasan	73

BAB V PENUTUP	77
A. Simpulan	77
B.Saran	78
DAFTAR PUSTAKA	79
BERITA ACARA BIMBINGAN SKRIPSI	82
FORMAT REVISI SKRIPSI	83
LAMPIRAN	84

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Jadwal Pelaksanaan Dan Hasil Yang Telah	
Diperoleh Dalam Penelitian	44
Tabel 3.1 Rumus One Groups Pretest-Posttest Design	52
Tabel 3.2 Skala Likert	55
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Kuisioner Kecemasan Belajar	
Matematika Siswa	56
Tabel 4.1 Hasil data Pre-test dan Post-test	62
Tabel 4.3 Statistik Deskriptif Pre-test dan Post-test	
Kecemasan Belajar Matematika Siswa	69
Tabel 4.4 Rangkuman Hasil Analisis Uji Wilcoxon	
Kecemasan Belajar Matematika (Pretest-Posttest)	71

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Angket kecemasan belajar siswa	82
Lampiran 2 Verbatim Konseling Kelompok	86
Lampiran 3 Matrik penelitian	125
Lampiran 4 Lampirean Dokumentasi	129
Lampiran 5 Daftar Riwayat Hidup	131