

ABSTRAK

Purba, Timutea 2022. Pengaruh Penggunaan Teknik Restrukturisasi Kognitif dalam Bimbingan Kelompok terhadap Kecemasan Belajar Siswa Kelas VIII A SMP Santo Yusup Tropodo. Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Pedagogi dan Psikologi, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing (I) Dr. Hartono, M.Si.

Kata Kunci : *Kecemasan Belajar Bimbingan Kelompok, Teknik restrukturisasi Kognitif*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi pengaruh penggunaan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif terhadap kecemasan belajar siswa. Penelitian ini merupakan penelitian pra-eksperimental dengan rancangan *One Group Pre-test Post test Design* pada populasi 37 siswa kelas VIII A SMP Santo Yusup Tropodo. Sampel penelitian ditentukan dengan menggunakan teknik purposive sampling, diperoleh 8 orang siswa. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan metode skala kecemasan belajar siswa yang dilakukan uji validitas butir diperoleh nilai signifikansi 0,00-0,05 dengan reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0,601. Teknik analisis data yang digunakan peneliti adalah analisis Uji T independen. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan teknik restrukturisasi kognitif dalam bimbingan kelompok secara signifikan berpengaruh terhadap kecemasan belajar siswa SMP Santo Yusup Tropodo.

ABSTRACT

Purba, Timutea 2022. The Effect of Using Cognitive Restructuring Techniques in Group Guidance on Student Anxiety Learning in Class VIII A of SMP Santo Yusup Tropodo. Guidance and Counseling Study Program Faculty of Teacher Training and Education, PGRI Adi Buana University Surabaya. Advisor (I) Dr. Hartono, M.Si.

Keywords : *Learning Anxiety, Group Guidance, Cognitive Restructuring Techniques*

This study aims to determine the significance of the effect of using group guidance services using cognitive restructuring techniques on student learning anxiety. This research was a preexperimental study with one group pre-test post test design design in a population of 37 students of class VIII A of SMP Santo Yusup Tropodo. The research sample was determined using purposive sampling technique, obtained 8 students. The research data were collected using the student learning anxiety scale method which was tested for item validity and obtained a significance value of .00-.05 with Alpha Cronbach reliability of .601. The data analysis technique used by researchers is the independent T Test analysis. The findings of this study indicate that the use of cognitive restructuring techniques in group guidance significantly influences the learning anxiety of Santo Yusup Tropodo junior high school students.