

ABSTRAK

Pramudia, Dwita Nor Laili. 2019. Pengaruh Penggunaan Strategi Restrukturing kognitif dalam Konseling Kelompok terhadap Kejemuhan Belajar Siswa Kelas VIII-H SMP Negeri 48 Surabaya. Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Dosen Pembimbing: Dra. Kusbandiami S.Psi., M.Pd.

Kata Kunci: *kejemuhan belajar, restrukturung kognitif, konseling kelompok*

Kejemuhan belajar merupakan kondisi emosional ketika seseorang siswa merasa lelah dan jemuh secara mental maupun fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan akademik yang meningkat. Dengan penggunaan strategi restrukturing kognitif membantu siswa untuk mengetahui penyebab kejemuhan belajar yang dialaminya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penggunaan strategi restrukturing kognitif dalam konseling kelompok terhadap kejemuhan belajar siswa kelas VIII-H SMP Negeri 48 Surabaya.

Penelitian ini menggunakan rancangan *Pra-experimental One-Grup Pretest-Posttest Design*. Populasi siswa kelas VIII-H SMP Negeri 48 Surabaya yang berjumlah 39 siswa. Penelitian ini menggunakan purposive sampling. Sampel berjumlah 5 siswa. Metode pengumpulan data adalah skala pengukuran yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas *alpha cronbach*. Data penelitian ini menggunakan *Uji Wilcoxon* dengan *SPSS for windows 22.0*.

Dari hasil penelitian bahwa terdapat pengaruh yang signifikan penggunaan strategi restrukturing kognitif dalam konseling kelompok terhadap kejemuhan belajar siswa kelas VIII-H di SMP Negeri 48 Surabaya, yang ditunjukkan melalui skor *pre-test* dan *post-test* responden. Mean variabel kejemuhan belajar siswa (*pre-test*) sebelum *treatment* 45.00, sedangkan mean variabel kejemuhan belajar siswa (*post-test*) setelah *treatment* 34.60. Terjadi penurunan kejemuhan yang dialami oleh siswa.

ABSTRACT

Pramudia, Dwita Nor Laili. 2019. The effect of using cognitive restructuring strategy in group counseling toward student's saturation grade VIII-H SMP Negeri 48. Thesis guidance and counseling study program at the faculty of science and education at PGRI Adibuan University in Surabaya. Advisor Dra. Kusbandiami S.Psi., M.Pd.

Keywords: *study saturation, cognitive restrukturing, group counseling*

Studi saturation is emotional condition when a student feels tired and saturated mentally or physically as a consequence of academic work demand which become rise. By using cognitive restructuring strategy can help student know the cause of their study saturation. The aim of this research is to know the effect of using cognitive restructuring strategt in group counseling toward student's study saturation grade VIII-H SMP Negeri 48.

This research is using pra-eksperimental one group pretest-posttest design program. The population is students grade VIII-H SMP Negeri 48 Surabaya with the total 39 students. Data collection melhad is measuring scale which already pass through validity test and alpha cronbach reliability the data of this research is using wilcoxon test with SPSS for windows 22.0

The result of this research shows that there is significant effect using cognitive restructuring strategy in group counseling toward students study saturation grade VIII-H in SMP Negeri 48. Which showed through pre test score and posttest respondent. Student mean variable pretest before treatment is 45.00 while students mean variable after treatment is 34.60. There is decreasing of saturation thet the students experience