

ABSTRAK

Nurul Qomariyah, 2022, Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Reframing Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X MA Al-Qodiry Sentol Pamekasan” Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah, IAIN Madura, Pembimbing: Sri Rizqi Wahyuningrum, M.Si.

Kata Kunci: *Konseling Kelompok dengan Teknik Reframing, Kepercayaan Diri.*

Penelitian ini dilatar belakangi oleh hasil pra penelitian peneliti ketika melaksanakan wawancara kepada guru BK yang ada di MA Al-Qodiry Sentol. Menurutnya, kepercayaan diri dikelas X masih berada di rentang sedang kebawah. Permasalahan kepercayaan diri yang biasanya dialami disana seperti, tidak berani mengungkapkan pendapat dan harus disuruh oleh guru, kurang berani tampil didepan kelas, saling tunjuk untuk berpendapat, bahkan tidak ingin maju didepan kelas hanya takut salah, dan lain-lain. Sikap seperti itu muncul karena kebanyakan dari mereka memiliki pemikiran bahwa jika mereka mengungkapkan pendapat takut jika pendapatnya salah serta takut dimarahi dan jadi bahkan tertawaan. serta mereka juga takut gagal dan kurang memiliki perilaku optimis untuk bangkit dari kegagalan. Permasalahan yang terjadi karena pikiran salah satu alternatifnya yaitu menggunakan teknik *reframing*, sehingga judul dalam penelitian ini adalah “Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Reframing* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas X MA Al-Qodiry Sentol “. Adapun rumusan masalah penelitian ini, adalah : 1) Apakah layanan konseling kelompok dengan teknik *reframing* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X MA Al-Qodiry Sentol?, 2) Seberapa besar efektivitas konsling kelompok dngan teknik *reframing* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X MA Al-Qodiry Sentol?

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan jenis penelitian *design pre-experimental*. Bentuk rancangan pada penelitian ini adalah *one group pre test-post test*, yaitu pengukuran di awal dan diakhir. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala kepercayaan diri yang diberikan kepada seluruh siswa kelas X karena populasi < 100 orang. Teknik analisa data dalam penelitian ini menggunakan uji *paired sampel t test*.

Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa 1) Konseling kelompok dengan teknik *reframing* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X MA Al-Qodiry Sentol, 2) terdapat perbedaan skor siswa sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok dengan teknik *reframing* sehingga besar efektifitas konseling kelompok dengan teknik *reframing* sebesar nilai rata-rata *pre-test* 148,95 dan rata-rata *post-test* 165,53., dengan selisih rata-rata skor -16,579. Berdasarkan hasil uji uji *paired sampel t test* yaitu nilai signifikansi (sig.2-tailed) sebesar 0,000 < 0,05. Selain itu dibuktikan juga dengan nilai t hitung yaitu -6,978 dan nilai t tabel sebesar 2,101 artinya nilai t hitung (-6,978) > t tabel (2,101)..Sehingga hipotesis dalam penelitian ini (Ha) diterima dan Ho ditolak. Hal ini dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *reframing* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X MA Al-Qodiry Sentol.