

LAMPIRAN

Lampiran 1. Daftar Nama Samaran

No	Nama Samaran	Kelas
1	A.W.A	X-2
2	A.T	X-2
3	D.A.R	X-2
4	F.H	X-2
5	N.A.A	X-2
6	T.R	X-2

Lampiran 2.Daftar Nama Samaran Responden

No	Nama Samaran	Kelas
1.	A.E.K	X-2
2.	A.F.R	X-2
3.	A.W.Z	X-2
4.	A.T.S	X-2
5.	A.P.L	X-2
6.	A.N.M	X-2
7.	A.B.F	X-2
8.	B.F.P	X-2
9.	C.M.P	X-2
10.	D.AR	X-2
11.	D.I.A	X-2
12.	E.H.N	X-2
13.	F.E.A	X-2
14.	F.H.M	X-2
15.	F.M	X-2
16.	F.A.R	X-2
17.	G.S.J.E	X-2
18.	H.Z	X-2
19.	J.Z.F	X-2
20.	K.A.M	X-2
21.	M.A.F	X-2

22.	N.A	X-2
23.	N.H.R	X-2
24.	N.A.A	X-2
25.	N.Y	X-2
26.	R.A	X-2
27.	R.R.D	X-2
28.	R.R.A.P	X-2
29.	R.C.D.P	X-2
30.	S.S.K	X-2
31.	S.A.T	X-2
32.	S.B.S	X-2
33.	T.P.K	X-2
34.	T.R.T	X-2
35.	Z.A.W	X-2

Lampiran 3. Jadwal Penelitian

JADWAL PEMBERIAN PELAYANAN KONSELING KELOMPOK REBT

TEKNIK *COGNITIVE DISPUTATION*

No	Hari/ tanggal	Uraian Kegiatan	Waktu	Pelaksanaan
1.	03 juni 2024	Pemberian angket <i>pre-test</i>	07.30 – 08.00 WIB	Peneliti
2.	04 juni 2024	Layanan konseling kelompok 1	08.00 – 08.45 WIB	Peneliti
3.	13 juni 2024	Layanan konseling kelompok 2 dan pemberian angket <i>post-test</i>	08.30 – 09.40 WIB	Peneliti

Lampiran 4. RPLBK



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENGAH ATAS NEGERI 4
MADIUN**



Jl. Serayu No. 80 Madiun, Telp : (0351) 464537 Web Site:

<https://smanegeri4madiun.sch.id/> E-mail : sman4ac@gmail.com

MADIUN

Kode Pos : 63133

**RENCANA PELAKSANAAN
LAYANAN KONSELING KELOMPOK
SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2023/2024**

- Komponen : Layanan Responsif
- Bidang Layanan : Pribadi
- Fungsi Layanan : Pemahaman
- Deskripsi :
- masalah
- a. Konseli merasa tidak percaya diri dalam penampilan dan kopetensinya
 - b. konseli cenderung menarik diri dari lingkungan
 - c. Konseli enggan keluar dari zona nyaman
 - d. Konseli memandang rendah diri sendiri
- 5 Kelas/ semester : X-2
- 6 Hari/ Tanggal : Rabu, 5 juni 2024
- 7 Peretemuan : 2 X
- 8 Tempat : Ruang kelas X-2
- 9 Waktu : 2 Kali Pertemuan x 45 Menit
- 10 Tujuan konseling : Konseli dapat mereduksi perilaku *insecure* dan kelompok meningkatkan rasa percaya diri, ditandai dengan :

- Mampu meningkatkan rasa percaya diri
Mampu keluar dari zona nyaman
Mampu berinteraksi dengan lingkungan sosial
- 11 Pendekatan/
teknik : REBT/ *Cognitive Disputation* (disput kognitif)
- 12 Media / Alat : Laptop
- 13 Prosedur :
konseling

No	Langkah/ Proses Konseling	
1	Pembukaan	Peneliti pada tahap ini adalah membina hubungan baik dengan siswa yang terindikasi tidak percaya diri. Kegiatan ini meliputi pengenalan, menanyakan kegiatan sehari-hari, hobi, dan secara tidak langsung mengamati perilaku siswa
2	Peralihan/ transisi	<p>a. Peneliti membangun hubungan dengan anggota siswa yang teridentifikasi tidak percaya diri dan akan menjelaskan masalah yang akan diselesaikan serta bagaimana prosedur pelaksanaan konseling.</p> <p>b. Konselor mempersiapkan diri untuk melakukan konseling, konseling dapat dilakukan di tempat terbuka (luar ruangan) dengan membentuk lingkaran supaya siswa nyaman dan tidak adanya ketegangan ketika melakukan konseling kelompok.</p> <p>c. Konselor menanyakan kesiapan konseli untuk masuk pada tahap inti atau tahap kerja</p>
3	Tahap inti	
	Tahap pengajaran	proses menunjukkan dan menyadarkan konseli jika pemikiran mereka tidak rasional kemudian membantu mereka memahami bagaimana dan mengapa pemikiran irasional terjadi, pada tahap ini konseli dididik

		bahwa mereka mampu untuk mengubahnya. Di sini, peneliti juga akan mengobservasi dengan perselisihan verbal untuk memperjelas hubungan dengan masalah tersebut.
	Tahap persuasif	Niami (2021) menjelaskan bahwa konseli dikuatkan dan dibantu untuk percaya jika pemikiran irasional bisa dirubah. Tahap ini konseli mengemukakan ide untuk menentukan tujuan dari berfikir rasional, kemudian juga konselor mendebat pikiran irasional konseli dengan menggunakan pertanyaan-pertanyaan yang menantang.
	Tahap konfrontasi	Tahap ini konselor membantu konseli untuk mengembangkan pemikiran rasional agar dipertahankan. Setelah mampu mengidentifikasi pikiran irasional pada suatu situasi, selanjutnya konseli diajak untuk menumbuhkan pemikiran dan perilaku yang lebih positif. dengan bantuan peneliti konseli diajak untuk terus berfikir positif dan menantang pemikiran negatif..
	Tahap pemberian tugas dan evaluasi	Evaluasi terhadap kegiatan konseling kelompok, siswa bergantian saling memberi ungkapan pendapat dan saling memberi dukungan baik positif sebagai cara untuk mengatasi perilaku insecure. Evaluasi dilakukan guna memberi dukungan pada siswa yang dilakukan untuk mereduksi <i>insecure</i>
4	Tahap akhir	<p>a. Konselor menilai kemajuan siswa untuk memastikan apakah sudah terjadi perubahan yang signifikan dalam cara mereka berfikir</p> <p>b. Konselor menguatkan kembali hasil yang telah dicapai dan mempersiapkan kemunduran dari hasil tersebut dan kemungkinan masalah dikemudian hari.</p>

		c. Konselor mengakhiri serta memberikan penghargaan pada siswa yang tergabung saat proses konseling kelompok yang telah melaksanakan kegiatan secara tertib dan disiplin
--	--	--

14. Rencana Evaluasi :

- Evaluasi Proses : Pemimpin Kelompok melakukan evaluasi dengan memperhatikan proses yang terjadi seperti :
1. Merefleksikan hasil pengamatan pada peserta didik
 2. Melihat sikap atau antusias peserta didik dalam mengikuti kegiatan.
 3. Melihat dan mengamati cara peserta didik dalam menyampaikan pendapat atau bertanya.
 4. Melihat cara peserta didik dalam menyampaikan penjelasan terhadap pertanyaan Pemimpin Kelompok.
- Evaluasi Hasil : 1. Peserta didik memahami pentingnya memahami gejala *insecure*
2. Peserta didik mampu mengklasifikasikan faktor-faktor yang mempengaruhi rasa *insecure*
 3. Peserta didik mampu meningkatkan pemahaman terhadap rasa percaya diri
 4. Peserta didik semakin yakin dengan afirmasi positif yang kuat mampu memberikan manfaat bagi kepercayaan dirinya

Madiun, 08 Mei 2024
Praktikan

Nur Kholifah
NIM.2002103003

Lampiran 5. Skala *insecure* sebelum validasi

LEMBAR KUISIONER SISWA PADA PERASAAN *INSECURE*

A. IDENTITAS SISWA :

Nama :

No. Absen :

Kelas :

Hari/ :

Tanggal

B. PENGANTAR :

1. Kuisioner bertujuan untuk mendapatkan informasi sehubungan dengan penelitian tentang *insecure* pada siswa
2. Partisipasi anda dalam memberikan informasi dengan jujur dan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya sangat kami harapkan

C. Petunjuk Pengisian :

1. Isilah daftar yang telah disediakan
2. Bacalah setiap pernyataan dengan teliti dan jangan sampai pernyataan ada yang terlewatkan
3. Jawablah pernyataan dengan jujur, tanpa pengaruh orang lain karena jawaban anda tidak akan mempengaruhi nilai akademik sekolah
4. Jawablah dengan memberi cek (√) pada satu kolom **Sangat Setuju (SS)**, **Setuju (S)**, **Tidak Setuju (TS)**, **Sangat Tidak Setuju (STS)** sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.

D. Pertanyaan

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya sering dilibatkan atau dianggap penting dalam konteks kerja sama kelompok atau tim				

2.	Saya merasa sering kali diabaikan atau tidak dianggap dalam kerja sama kelompok atau tim				
3.	Orang lain percaya dan yakin terhadap kemampuan saya				
4.	Orang lain sering kali merasa tidak yakin terhadap kemampuan saya				
5.	Orang lain mengandalkan saya dalam situasi yang membutuhkan bantuan atau dukungan				
6.	Saya merasa orang lain tidak mengandalkan saya dalam situasi yang membutuhkan bantuan atau dukungan				
7.	saya merasa nyaman dengan rutinitas dan kebiasaan yang sudah saya kenal				
8.	saya merasa kurang nyaman dengan rutinitas dan kebiasaan yang sudah saya kenal				
9.	saya merasa mudah untuk mencoba hal-hal baru				
10.	saya merasa sulit untuk mencoba hal-hal baru				
11.	Saya lapang dada akan kemungkinan gagal atau mendapat penolakan saat mencoba hal baru				
12.	Saya sering merasa takut akan kemungkinan gagal atau penolakan saat mencoba hal baru				
13.	Saya merasa senang ketika berinteraksi dengan orang yang baru saya kenal				

14.	Saya merasa cemas ketika berinteraksi dengan orang yang baru saya kenal				
15.	Saya suka berinteraksi sosial				
16.	Saya merasa lega ketika bisa menghindari interaksi sosial				
17.	Saya sering menghadiri acara social besar				
18.	Saya cenderung menghindari acara social besar				
19.	Saya mampu mengatasi tugas-tugas akademik yang diberikan kepada saya				
20.	Saya merasa sulit untuk mengatasi tugas-tugas akademik yang diberikan kepada saya				
21.	Saya merasa biasa saja ketika mendekati ujian atau penilaian akademik				
22.	Saya merasa cemas ketika mendekati ujian atau penilaian akademik				
23.	saya merasa tidak ada beban dan tekanan akademik				
24.	Saya sering merasa terbebani oleh tekanan akademik				
25.	Saya mampu menerapkan pengetahuan yang saya miliki dalam mengerjakan tugas akademik				
26.	Saya merasa kurang mampu untuk menerapkan pengetahuan yang saya miliki dalam mengerjakan tugas akademik				
27.	Saya merasa bahwa keahlian dan ketrampilan saya mencukupi untuk				

	menyelesaikan tugas-tugas akademik dengan baik				
28.	Saya merasa bahwa keahlian dan keterampilan saya kurang mencukupi untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik dengan baik				
29.	Saya berusaha semaksimal mungkin dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik yang rumit				
30.	Saya merasa kurang kompeten dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik yang rumit				
31.	Saya memiliki keyakinan bahwa saya bisa mencapai tujuan-tujuan yang saya tetapkan				
32.	Saya merasa ragu tidak bisa mencapai tujuan-tujuan yang saya tetapkan				
33.	Saya merasa puas dengan diri saya sendiri				
34.	Saya kurang puas dengan diri saya sendiri				
35.	Saya menerima diri saya apa adanya				
36.	Saya cenderung merasa pesimis dengan diri saya				
37.	Saya merasa menerima dengan lapang dada ketika orang lain lebih baik daripada saya				
38.	Saya merasa rendah diri ketika saya merasa bahwa orang lain lebih baik daripada saya				

39.	Saya cenderung menilai diri saya sendiri secara positif ketika saya membandingkan diri saya dengan orang lain				
40.	Saya cenderung menilai diri saya sendiri secara negatif ketika saya membandingkan diri saya dengan orang lain				
41.	Saya termotivasi untuk memperbaiki diri ketika melihat orang lain lebih sukses daripada saya				
42.	Saya merasa tertekan ketika melihat orang lain lebih sukses dari pada saya				
43.	Saya merasa puas dengan penampilan fisik saya				
44.	Saya merasa kurang puas dengan penampilan fisik saya				
45.	Saya percaya diri dengan penampilan fisik saya				
46.	Saya merasa bahwa penampilan fisik saya menghalangi kepercayaan diri saya				
47.	Saya merasa bahwa penampilan fisik saya mempengaruhi keberhasilan dalam kehidupan social saya				
48.	Saya merasa bahwa penampilan fisik saya menjadi fokus perhatian negatif orang				
49.	Saya mampu melakukan aktivitas fisik yang membutuhkan kekuatan				
50.	Saya kurang mampu melakukan aktivitas fisik yang membutuhkan kekuatan				

51.	Saya mampu bertahan dalam aktivitas fisik yang berlangsung dalam jangka waktu yang lama				
52.	Saya kurang yakin dapat bertahan dalam aktivitas fisik yang berlangsung dalam jangka waktu yang lama				
53.	Saya merasa mampu untuk menjalani aktivitas fisik yang menguras energi tanpa merasa terlalu lelah				
54.	Saya merasa kurang yakin dapat menjalani aktivitas fisik yang menguras energi dan melelahkan				
TOTAL					

Lampiran 6. Skala *insecure* setelah validasi

LEMBAR KUISIONER SISWA PADA PERASAAN *INSECURE*

E. IDENTITAS SISWA :

Nama :

No. Absen :

Kelas :

Hari/ :

Tanggal

F. PENGANTAR :

1. Kuisioner bertujuan untuk mendapatkan informasi sehubungan dengan penelitian tentang *insecure* pada siswa
2. Partisipasi anda dalam memberikan informasi dengan jujur dan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya sangat kami harapkan

G. Petunjuk Pengisian :

1. Isilah daftar yang telah disediakan
2. Bacalah setiap pernyataan dengan teliti dan jangan sampai pernyataan ada yang terlewatkan
3. Jawablah pernyataan dengan jujur, tanpa pengaruh orang lain karena jawaban anda tidak akan mempengaruhi nilai akademik sekolah
4. Jawablah dengan memberi cek (√) pada satu kolom **Sangat Setuju (SS)**, **Setuju (S)**, **Tidak Setuju (TS)**, **Sangat Tidak Setuju (STS)** sesuai dengan keadaan yang sebenarnya.

H. Pertanyaan

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya sering dilibatkan atau dianggap penting dalam konteks kerja sama kelompok atau tim				
2.	Orang lain percaya dan yakin terhadap kemampuan saya				

3.	Orang lain sering kali merasa tidak yakin terhadap kemampuan saya				
4.	Orang lain mengandalkan saya dalam situasi yang membutuhkan bantuan atau dukungan				
5.	Saya merasa orang lain tidak mengandalkan saya dalam situasi yang membutuhkan bantuan atau dukungan				
6.	saya merasa nyaman dengan rutinitas dan kebiasaan yang sudah saya kenal				
7.	saya merasa kurang nyaman dengan rutinitas dan kebiasaan yang sudah saya kenal				
8.	saya merasa mudah untuk mencoba hal-hal baru				
9.	Saya lapang dada akan kemungkinan gagal atau mendapat penolakan saat mencoba hal baru				
10.	Saya merasa senang ketika berinteraksi dengan orang yang baru saya kenal				
11.	Saya merasa cemas ketika berinteraksi dengan orang yang baru saya kenal				
12.	Saya suka berinteraksi sosial				
13.	Saya cenderung menghindari acara social besar				
14.	Saya mampu mengatasi tugas-tugas akademik yang diberikan kepada saya				
15.	Saya merasa biasa saja ketika mendekati ujian atau penilaian akademik				
16.	Saya merasa cemas ketika mendekati ujian atau penilaian akademik				

17.	saya merasa tidak ada beban dan tekanan akademik				
18.	Saya mampu menerapkan pengetahuan yang saya miliki dalam mengerjakan tugas akademik				
19.	Saya merasa kurang mampu untuk menerapkan pengetahuan yang saya miliki dalam mengerjakan tugas akademik				
20.	Saya merasa bahwa keahlian dan ketrampilan saya mencukupi untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik dengan baik				
21.	Saya merasa bahwa keahlian dan keterampilan saya kurang mencukupi untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik dengan baik				
22.	Saya merasa ragu tidak bisa mencapai tujuan-tujuan yang saya tetapkan				
23.	Saya menerima diri saya apa adanya				
24.	Saya cenderung merasa pesimis dengan diri saya				
25.	Saya merasa menerima dengan lapang dada ketika orang lain lebih baik daripada saya				
26.	Saya merasa rendah diri ketika saya merasa bahwa orang lain lebih baik daripada saya				
27.	Saya cenderung menilai diri saya sendiri secara positif ketika saya membandingkan diri saya dengan orang lain				

28.	Saya termotivasi untuk memperbaiki diri ketika melihat orang lain lebih sukses daripada saya				
29.	Saya merasa tertekan ketika melihat orang lain lebih sukses dari pada saya				
30.	Saya merasa puas dengan penampilan fisik saya				
31.	Saya merasa kurang puas dengan penampilan fisik saya				
32.	Saya percaya diri dengan penampilan fisik saya				
33.	Saya merasa bahwa penampilan fisik saya mempengaruhi keberhasilan dalam kehidupan social saya				
34.	Saya merasa bahwa penampilan fisik saya menjadi fokus perhatian negatif orang				
35.	Saya mampu melakukan aktivitas fisik yang membutuhkan kekuatan				
36.	Saya kurang yakin dapat bertahan dalam aktivitas fisik yang berlangsung dalam jangka waktu yang lama				
37.	Saya merasa kurang yakin dapat menjalani aktivitas fisik yang menguras energi dan melelahkan				
TOTAL					

Lampiran 8. Tabulasi hasil *pretest*

MAMA:	Kelas :	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	SKOR	
PRE TEST	A.W. A	X2	4	3	3	4	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	2	4	4	1	2	2	2	2	112	
	A.T	X2	4	4	3	4	4	2	4	4	2	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	119	
	D.A.R	X2	4	3	4	3	4	2	4	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	110	
	F.H	X2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	1	1	1	2	4	3	3	4	3	4	2	3	2	1	4	3	3	4	3	3	3	4	2	4	2	2	109
	N.A.A	X2	4	2	3	3	3	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	1	1	4	2	3	2	2	115	
	T.R	X2	3	4	4	2	3	4	3	2	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	2	4	4	3	2	3	4	4	4	4	1	3	2	3	2	4	120

Lampiran 9. Tabulasi hasil *posttest*

MAMA:	Kelas :	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	SKOR		
POST TEST	A.W. A	X2	2	1	2	1	2	2	3	3	1	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	2	3	2	3	3	2	3	3	1	2	2	3	3	91	
	A.T	X2	3	2	1	2	3	1	3	2	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	94	
	D.A.R	X2	2	1	2	2	1	1	4	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	1	1	1	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	90
	F.H	X2	1	1	1	3	1	2	2	1	1	2	1	1	1	3	3	2	4	3	2	2	2	1	1	1	4	3	3	2	4	3	3	3	2	3	4	4	4	84	
	N.A.A	X2	3	2	3	3	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	1	1	2	2	2	2	2	2	88	
	T.R	X2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	4	4	2	3	3	3	3	4	2	2	2	2	4	3	3	2	3	4	3	2	2	2	2	2	2	2	98	

Lampiran 10. Hasil uji validitas skala *insecure* uji coba (sebelum validasi)

No item	r _{tabel}	r _{hitung}	Keterangan	Kategori
1.	0,334	0,479	Valid	Sedang
2.	0,334	0,049	Tidak Valid	Sangat rendah
3.	0,334	0,387	Valid	Rendah
4.	0,334	0,398	Valid	Rendah
5.	0,334	0,356	Valid	Rendah
6.	0,334	0,421	Valid	Sedang
7.	0,334	0,544	Valid	Sedang
8.	0,334	0,474	Valid	Sedang
9.	0,334	0,535	Valid	Sedang
10.	0,334	0,299	Tidak Valid	Rendah
11.	0,334	0,488	Valid	Sedang
12.	0,334	0,112	Tidak Valid	Sangat rendah
13.	0,334	0,573	Valid	Sedang
14.	0,334	0,559	Valid	Sedang
15.	0,334	0,615	Valid	Tinggi
16.	0,334	0,047	Tidak Valid	Sangat rendah
17.	0,334	0,147	Tidak Valid	Sangat rendah
18.	0,334	0,422	Valid	Sedang
19.	0,334	0,700	Valid	Tinggi
20.	0,334	0,288	Tidak valid	Rendah
21.	0,334	0,536	Valid	Sedang
22.	0,334	0,563	Valid	Sedang
23.	0,334	0,649	Valid	Tinggi
24.	0,334	0,041	Tidak Valid	Sangat rendah
25.	0,334	0,623	Valid	Tinggi
26.	0,334	0,610	Valid	Tinggi
27.	0,334	0,665	Valid	Tinggi
28.	0,334	0,383	Valid	Rendah
29.	0,334	0,080	Tidak Valid	Sangat rendah
30.	0,334	0,027	Tidak Valid	Sangat rendah
31.	0,334	0,291	Tidak Valid	Rendah
32.	0,334	0,706	Valid	Tinggi
33.	0,334	0,011	Tidak Valid	Sangat rendah
34.	0,334	0,220	Tidak Valid	Rendah
35.	0,334	0,625	Valid	Tinggi
36.	0,334	0,399	Valid	Rendah

37.	0,334	0,415	Valid	Sedang
38.	0,334	0,579	Valid	Sedang
39.	0,334	0,378	Valid	Rendah
40.	0,334	0,049	Tidak Valid	Sangat rendah
41.	0,334	0,378	Valid	Rendah
42.	0,334	0,445	Valid	Sedang
43.	0,334	0,433	Valid	Sedang
44.	0,334	0, 413	Valid	Sedang
45.	0,334	0, 361	Valid	Rendah
46.	0,334	0, 209	Tidak Valid	Rendah
47.	0,334	0, 572	Valid	Sedang
48.	0,334	0, 402	Valid	Sedang
49.	0,334	0, 399	Valid	Rendah
50.	0,334	0, 173	Tidak Valid	Sangat rendah
51.	0,334	0, 234	Tidak valid	Rendah
52.	0,334	0,418	Valid	Sedang
53.	0,334	0,187	Tidak Valid	Sangat rendah
54.	0,334	0,534	Valid	Sedang

Lampiran 11. Statistik Diskriptif *Preetest* dan *Posttest*

Descriptives (Pree-test)

		Statistic	Std. Error
pree	Mean	114.17	1.887
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	109.32
		Upper Bound	119.02
	5% Trimmed Mean	114.13	
	Median	113.50	
	Variance	21.367	
	Std. Deviation	4.622	
	Minimum	109	
	Maximum	120	
	Range	11	
	Interquartile Range	10	
	Skewness	.278	.845
	Kurtosis	-2.049	1.741

Descriptives (Post-test)

		Statistic	Std. Error
post	Mean	90.83	1.973
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	85.76
		Upper Bound	95.91
	5% Trimmed Mean	90.81	
	Median	90.50	
	Variance	23.367	
	Std. Deviation	4.834	
	Minimum	84	
	Maximum	98	
	Range	14	
	Interquartile Range	8	
	Skewness	.153	.845
	Kurtosis	.139	1.741

Lampiran 12. Hasil Uji Reabilitas Perilaku *insecure*

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.880	54

Lampiran 13. Hasil Uji *Wilcoxon*

Test Statistics^a

	posttest - pretest
Z	-2.207 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.027

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on positive ranks.

Analisis rank test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum Of Ranks
<i>Posttest- pretest</i>	<i>Negative Ranks</i>	6 ^a	3.50	21.00
	<i>Positive Ranks</i>	0 ^b	.00	.00
	<i>Ties</i>	0 ^c		
Total		6		

Lampiran 14. Nilai R tabel *Product Moment*

N	Taraf signifikasi		N	Taraf Signifikasi		N	Taraf Signifikasi	
	5%	10%		5%	10%		5%	10%
3	0,997	0,999	27	0,381	0,487	55	0,266	0,345
4	0,950	0,990	28	0,374	0,478	60	0,254	0,330
5	0,878	0,959	29	0,367	0,470	65	0,244	0,317
6	0,811	0,917	30	0,361	0,463	70	0,235	0,306
7	0,754	0,874	31	0,355	0,456	75	0,227	0,296
8	0,707	0,834	32	0,349	0,449	80	0,220	0,286
9	0,666	0,798	33	0,344	0,442	85	0,213	0,278
10	0,632	0,765	34	0,339	0,436	90	0,207	0,270
11	0,602	0,735	35	0,334	0,430	95	0,202	0,263
12	0,576	0,708	36	0,329	0,424	100	0,195	0,256
13	0,553	0,684	37	0,325	0,418	125	0,176	0,230
14	0,532	0,661	38	0,320	0,413	150	0,159	0,210
15	0,514	0,641	39	0,316	0,408	175	0,148	0,194
16	0,497	0,623	40	0,312	0,403	200	0,139	0,181
17	0,487	0,606	41	0,308	0,398	300	0,113	0,148
18	0,468	0,590	42	0,304	0,393	400	0,098	0,128
19	0,456	0,575	43	0,301	0,389	500	0,088	0,115
20	0,444	0,561	44	0,297	0,384	600	0,080	0,105
21	0,433	0,549	45	0,294	0,380	700	0,074	0,097
22	0,423	0,537	46	0,291	0,376	800	0,070	0,091
23	0,413	0,526	47	0,288	0,372	900	0,065	0,086
24	0,404	0,515	48	0,284	0,368	1000	0,062	0,081
25	0,396	0,505	49	0,281	0,364			
26	0,388	0,496	50	0,279	0,361			

Lampiran 15. Surat Ijin Penelitian



UNIVERSITAS PGRI MADIUN

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Jalan Setiabudi No. 85 Madiun 63118, Telepon (0351) 462986, Fax. (0351) 459400

Website: www.unipma.ac.id Email: rektorat@unipma.ac.id

Website Fakultas: fkip.unipma.ac.id Email: fkip@unipma.ac.id

Nomor : 0322.m/N/FKIP/UNIPMA/2024
Lampiran : -
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Madiun, 29 Mei 2024

Kepada Yth. Bapak/Ibu Kepala SMA Negeri 4 Madiun, Kota Madiun
di tempat

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Madiun dengan ini mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu untuk memberikan izin kepada mahasiswa/i :

Nama : Nur Kholifah
NIM : 2002103003
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

dalam melakukan penelitian di sekolah yang Bapak/Ibu pimpin dengan judul :
"Efektivitas Konseling *Rational Emotif Behavior Therapy* Teknik *Cognitive Disputation* untuk Mereduksi Perilaku *Insecure* Pada Siswa Kelas X Di SMA Negeri 4 Madiun".

Demikian, atas perhatian dan kerja sama Bapak/Ibu, kami mengucapkan terimakasih.



Dekan,

Sardulo Gembong, M.Pd.
NIP. 19650922 199303 1 001

Lampiran 16. Surat Balasan



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR
DINAS PENDIDIKAN
SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 4 MADIUN
Jalan Serayu Nomor 80 Madiun Telepon (0351) 464537
Faks (0351) 464537 E – mail : sman4madiun@gmail.com
Website : www.smanegeri4madiun.sch.id
MADIUN

Kode Pos : 63133

SURAT KETERANGAN

Nomor : 070/443/101.6.16.4/2024

Yang bertanda tangan dibawah ini :

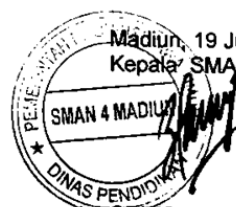
Nama : SRIYONO, S.Pd, M.Pd
NIP : 19681110 199203 1012
Jabatan : Kepala SMA Negeri 4 Madiun

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama : Nur Kholifah
NIM : 2002103003
Progam Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Bahwa Mahasiswi tersebut diatas benar-benar telah melaksanakan Penelitian di SMA Negeri 4 Madiun untuk memenuhi Tugas Akhir Skripsi dengan Judul "**Efektivitas Konseling *Rational Emotif Behavior Therapy* Teknik *Cognitive Disputation* untuk Mereduksi Perilaku Insecure Pada Siswa Kelas X di SMA Negeri 4 Madiun**". Penelitian dilaksanakan pada Kamis s.d. Kamis, 30 Mei s.d. 13 Juni 2024 di Kelas X 2. Demikian surat keterangan ini untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Madiun, 19 Juni 2024
Kepala SMA Negeri 4 Madiun



SRIYONO, S.Pd, M.Pd
NIP.19681110 199203 1012

Lampiran 17. Dokumentasi Penelitian

Uji validitas dan *pre test*



Pelaksanaan Layanan



Post test



Lampiran 18. Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nur Kholifah dilahirkan di Kelurahan Kledung Kecamatan Bandar Kabupaten Pacitan pada tanggal 22 Oktober 2001, adalah anak tunggal, pasangan Bapak Juri Ibu Paijem. Pendidikan dasar dan menengah ditempuh di Kecamatan Bandar. Tamat SDN Kledung II tahun 2014, SMPN I Bandar tahun 2017, SMKN Bandar Tahun 2020. Pendidikan berikutnya ditempuh di Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UNIVERSITAS PGRI Madiun. Semasa Mahasiswa aktif dalam organisasi kemahasiswaan UKM INKAI. Pernah mengikuti KKN MBKM BKKBN pada tahun 2023.