

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *COGNITIVE RESTRUCTURING* UNTUK MENINGKATKAN
SELF ESTEEM SISWA *SLOW LEARNER* SMP NEGERI 4 MAGETAN**

SKRIPSI



OLEH :

ARSYIL SEPHIA HAYATI

NIM. 2102103022

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI MADIUN**

Juli 2025

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN
TEKNIK *COGNITIVE RESTRUCTURING* UNTUK MENINGKATKAN
SELF ESTEEM SISWA *SLOW LEARNER* SMP NEGERI 4 MAGETAN**

SKRIPSI

Diajukan kepada Universitas PGRI Madiun untuk Memenuhi Salah Satu
Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata 1
Program Studi Bimbingan dan Konseling

OLEH:

ARSYIL SEPHIA HAYATI

NIM. 2102103022

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI MADIUN**

Juli 2025

LEMBAR PERSETUJUANN DOSEN PEMBIMBING

Skripsi oleh Arsyil Sephia Hayati telah diperiksa dan disetujui untuk di uji

Madiun, 16 Juli 2025
Pembimbing I,



Dr. Dahlia Novarianing Asri, S.Psi.,M.Si.
NIDN.0729117801

Madiun, 16 Juli 2025
Pembimbing II,



Dr. Rischa Pramudia Trisnani S.Pd.,M.Pd.
NIDN. 0724058801

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN

Skripsi oleh Arsyil Sephia Hayati dipertahankan di depan panitia penguji pada hari Kamis tanggal 24 Juli 2025.

Panitia Penguji



Dr. Tyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd.
NIDN. 0730038504

Ketua



Dr. Asroful Kadafi, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0719108601

Sekretaris



Dr. Dahlia Novarianing Asri, S.Psi., M.Si.
NIDN.0729117801

Anggota



Dr. Rischy Pramudia Trisnani S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0724058801

Anggota



Dr. Noviyanti Kartika Dewi, M.Pd., Kons
NIDN. 0704118503

Anggota

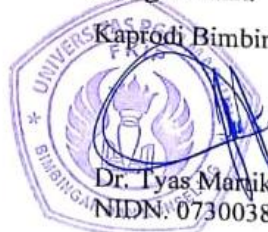
Mengetahui:



Dekan FKIP

Dr. Sardulo Gembong, M.Pd.
NIDN: 0022096503

Mengesahkan:



Kaprodi Bimbingan dan Konseling

Dr. Tyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd.
NIDN: 0730038504

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Arsyil Sephia Hayati

NIM : 2102103022

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Madiun, 16 Juli 2025
Yang membuat pernyataan



Arsyil Sephia Hayati
NIM. 2102103022

MOTTO DAN KATA PENGANTAR

MOTTO

“Seberapapun kamu jauh melangkah jangan lupa pulang dan pulanglah dengan selamat, yang kau bawa dipundakmu bukan beban tapi harapan”

SKRIPSI INI KU PERSEMBAHKAN KEPADA:

*Ibuku, Bapakku, Almh. Nenekku, Adikku, Diriku, Keluarga besar, Sahabat, Teman-teman seperjuangan, dan rumahku,
Serta almamater Universitas PGRI Madiun.*

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut puji dan rasa syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat limpahan rahmat, taufik serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian dengan lancar sehingga tugas ini dapat terselesaikan secara tepat waktu.

Penyusunan proposal ini didukung oleh beberapa pihak. Pada kesempatan yang baik ini, penulis hendak mengucapkan terimakasih kepada beberapa pihak yang membantu penyusunan proposal ini anantara lain kepada:

1. Dr. Supri Wahyudi Utomo, M.Pd Rektor selaku Universitas PGRI Madiun
2. Dr. Sardulo Gembong, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Madiun.
3. Dr. Tyas Martika Anggriana, S.Psi., M.Pd selaku Kaprodi Bimbingan dan Konseling.
4. Dr. Dahlia Novarianing Asri, S.Psi.,M.Si selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktunya dalam memberi bimbingan, petunjuk dan pengarahan kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi.
5. Dr. Rischa Pramudia Trisnani S.Pd., M.Pd. selaku selaku Dosen Pembimbing 2 yang telah meluangkan waktunya dalam memberi bimbingan, petunjuk dan pengarahan kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi.
6. Kepala sekolah SMP Negeri 4 Magetan, Guru BK SMP Negeri 4 Magetan, Ibu Arini Mar'atul Muawanah Ulfa Anas, S.Pd. dan Bapak Tomy Bayuhana

Trislianto, S.Psi., serta peserta didik kelas VII SMP Negeri 4 Magetan yang sudah membantu dan berpartisipasi dalam penelitian ini.

7. Kedua orang tuaku Ibu Sutiye dan Bapak Punjung Wasito yang telah mendukungku selama menjalani kuliah serta doa doa yang mengiringi langkah saya, mereka orang yang tak pernah kenal lelah untuk menguliahkan saya dan mendoakan langkah saya menuju kesuksesan.
8. Almarhumah Nenek setiap saat engkau mendoakan cucumu agar dipermudah segala urusannya, dan harapan-harapanmu yang membuatku tetap kuat menjalani semua ini, di waktu yang sangat dekat dengan kelulusanku engkau pergi dengan bahagia.
9. Sahabat seperjuangan Dilla Amelia dan Maghfira Ratu yang telah banyak membantuku, menjadi teman terbaik selama empat tahun ini.
10. Sahabat SMA yang telah support dari awal sampai akhir ini persahabatan yang tidak pernah renggang sedikitpun.
11. Kepada diriku sendiri terimakasih sudah kuat hingga bisa berada di titik ini dengan segala ujian dan cobaan yang menghampiri yang membuat engkau sakit hati sakit fisik, engkau hebat dapat menanggung segala harapan orang-orang.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat peneliti harapkan.
Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Madiun, 16 Juli 2025

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUANN DOSEN PEMBIMBING.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN PANITIA UJIAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	v
MOTTO DAN KATA PENGANTAR.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Batasan Masalah.....	4
C. Rumusan Masalah	4
D. Tujuan.....	4
E. Kegunaan Penelitian.....	5
F. Definisi Operasional.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA DAN HIPOTESIS PENELITIAN	7
A. Kajian Pustaka.....	7
B. Kerangka Berpikir.....	24
C. Hipotesis Penelitian.....	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	27
B. Desain penelitian.....	27
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan sampel.....	30
D. Teknik Pengumpulan Data	31
E. Instrumen Penelitian.....	33
F. Teknik analisis Data	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
A. Deskripsi Data.....	41

B. Hasil Pengujian Hipotesis	46
C. Pembahasan.....	47
BAB V PENUTUP.....	52
A. Simpulan	52
B. Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN.....	57
RIWAYAT HIDUP	80

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jadwal penelitian	27
Tabel 3. 2 Desain <i>One Group Pretest Posttes</i>	29
Tabel 3. 3 Kriteria penskoran instrumen <i>self esteem</i> pada	34
Tabel 3. 4 Kisi-kisi Skala <i>Self esteem</i> siswa <i>slow learners</i>	35
Tabel 3. 5 perbandingan nilai rhitung dengan rtabel	36
Tabel 3. 6 Kriteria validitas instrumen	36
Tabel 3. 7 rekapitulasi hasil uji valididitas	37
Tabel 3. 8 Kisi-kisi Skala <i>Self esteem</i> siswa <i>slow learners</i> setelah uji validitas .	35
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Data Sebelum Treatment.....	41
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Data Setelah Treatment.....	43
Tabel 4. 3 Persentase kenaikan <i>Pre-Test</i> Ke <i>Post-Test</i>	45
Tabel 4. 4 Tabel Uji <i>Wilxocon Signed Test</i>	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Rumus uji validitas.....	36
Gambar 3. 2 rumus uji reliabilitas.....	38
Gambar 4. 1 Grafik Hasil Rekapitulasi Hasil Pre-test Konseling Kelompok Siswa Kelas VII SMP Negeri 4 Magetan	42
Gambar 4. 2 Grafik Hasil Rekapitulasi Hasil Post-test Konseling Kelompok Siswa Kelas VII SMP Negeri 4 Magetan	43
Gambar 4. 3 Data Peningkatan Skor Siswa Pre-Test dan Post-Test.....	44
Gambar 4. 4 Grafik Perbandingan Skor Pre-Test dan Post-Test	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lampiran Nama responden uji validitas	58
Lampiran 2 Jadwal penelitian	59
Lampiran 3. Instrumen Uji coba	60
Lampiran 4. RPL	62
Lampiran 5. Laporan Hasil Layanan Konseling Kelompok Teknik Cognitif Restructuring.....	63
Lampiran 6. Hasil Rekap Uji Validitas dan reabilitas	67
Lampiran 7. Nama Sampel.....	69
Lampiran 8. Tabulasi Pre-Test	70
Lampiran 9. Tabulasi Post-tes	71
Lampiran 10. Statistik Deskriptif.....	72
Lampiran 11. Wilcoxon.....	73
Lampiran 12. Skor tes IQ siswa <i>slow learner</i>	74
Lampiran 13. Dokumentasi penelitian	76
Lampiran 14. Surat balasan izin penelitian	79
Riwayat hidup.....	80