

## ABSTRAK

Arsyil Sephia Hayati. 2025. Efektivitas Konseling Kelompok dengan Teknik *Cognitive Restructuring* Untuk Meningkatkan *Self Esteem* Siswa *Slow Learner* di SMP Negeri 4 Magetan Tahun Ajaran 2024/2025. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, UNIVERSITAS PGRI MADIUN. Pembimbing (I) Dr. Dahlia Novarianing Asri, M.Si., (II) Dr. Rischa Pramudya Trisani., S.Pd., M.Pd.

Permasalahan yang dialami oleh siswa mengenai persoalan pribadi-sosial yang telah ditemukan oleh peneliti di sekolah yaitu rendahnya *self esteem*, permasalahan tersebut tidak hanya dialami oleh siswa normal namun juga dialami oleh siswa berkebutuhan khusus yaitu siswa *slow learner*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi keefektifan Pelaksanaan konseling kelompok dilakukan dengan menerapkan teknik *cognitive restructuring* untuk meningkatkan *self esteem* pada siswa *slow learner* di SMP Negeri 4 Magetan. Konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* berfokus dalam upaya mengubah pola pikir negatif menjadi positif, memperbaiki pandangan terhadap kegagalan, dan meningkatkan motivasi melalui dinamika kelompok.

Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen *one group pre-test post-test design* yang akan digunakan dalam penelitian ini. Populasi dalam penelitian ini ada siswa kelas VII dan sampel sejumlah 7 siswa. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis data yang digunakan untuk pengujian hipotesis dengan menggunakan uji *wilcoxon signed test*. Berdasarkan data yang diperoleh dari SPSS menunjukkan bahwa, Z hitung sebesar -2.366 dan Asymp. Sig.(2-tailed) adalah 0,018. Karena nilai  $0,018 < 0,05$  maka menunjukkan bahwa nilai Asymp. Sig.(2-tailed) 0,018 lebih kecil dari 0,05 (taraf kesalahan 5%). Maka dapat disimpulkan, terdapat perbedaan yang signifikan dari nilai pre-test dan post-test. Berdasarkan dari hasil uji *wilcoxon* maka dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *cognitif restructuring* efektif untuk meningkatkan *self esteem* siswa kelas VII.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* efektif untuk meningkatkan *self esteem* siswa *slow learner* di SMP Negeri 4 Magetan. Berdasarkan hasil temuan-temuan, maka dapat disarankan kepada siswa, guru, sekolah dan peneliti agar bisa menjadi referensi dalam mengatasi permasalahan yang sama.

Kata Kunci: Konseling kelompok, *cognitif restructuring*, *Self Esteem*

## ABSTRACT

Arsyil Sephia Hayati. 2025. *The Effectiveness of Group Counseling Using Cognitive Restructuring Techniques to Improve the Self-Esteem of Slow Learner Students at SMP Negeri 4 Magetan in the Academic Year 2024/2025*. Thesis. Guidance and Counseling Study Program, Faculty of Teacher Training and Education (FKIP), UNIVERSITY PGRI MADIUN. Supervisors (I) Dr. Dahlia Novarianing Asri, M.Si., (II) Dr. Rischa Pramudya Trisani., S.Pd., M.Pd.

The personal-social problems experienced by students, as identified by researchers at school, include low self-esteem. This issue is not only faced by regular students but also by students with special needs, particularly slow learners. The purpose of this study is to evaluate the effectiveness of group counseling using the cognitive restructuring technique to improve self-esteem among slow learner students at SMP Negeri 4 Magetan. Group counseling with cognitive restructuring focuses on efforts to change negative thinking patterns into positive ones, improve perceptions of failure, and enhance motivation through group dynamics. This study employs a quantitative approach with a one-group pre-test post-test experimental design. The population in this study consists of 7th-grade students, and the sample includes 7 students selected through purposive sampling.

Data analysis for hypothesis testing was conducted using the Wilcoxon Signed Ranks Test. Based on the SPSS output, the calculated Z value was -2.366 and the Asymp. Sig. (2-tailed) was 0.018. Since  $0.018 < 0.05$ , this indicates a statistically significant difference between the pre-test and post-test scores. Thus, it can be concluded that group counseling using the cognitive restructuring technique is effective in improving the self-esteem of 7th-grade students.

The results of this study indicate that group counseling with the cognitive restructuring technique is effective in enhancing the self-esteem of slow learner students at SMP Negeri 4 Magetan. Based on these findings, it is recommended that this approach be considered by students, teachers, schools, and future researchers as a reference in addressing similar issues.

Keywords: Group Counseling; cognitive restructuring; self esteem