

ABSTRAK

Selviani. 2025. *Keefektifan Konseling Kelompok dengan Teknik Role Play untuk Mereduksi Glosophobia pada Siswa SMP Negeri 10 Madiun*. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP, UNIVERSITAS PGRI MADIUN. Pembimbing (I) Dr. Ratih Christiana, S.Pd., M.Pd (II) Dr. Rischa Pramudia Trisnani, S.Pd.,M.Pd

Permasalahan *glosophobia* atau kecemasan berbicara di depan umum yang dialami oleh siswa ditunjukkan melalui perilaku seperti menunduk saat diminta berbicara, gugup ketika harus presentasi, hingga menghindari kesempatan menyampaikan pendapat di kelas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keefektifan layanan konseling kelompok dengan teknik *role play* dalam mereduksi *glosophobia* atau kecemasan berbicara di depan umum pada siswa kelas VIII SMP Negeri 10 Madiun. *Glosophobia* merupakan bentuk kecemasan sosial yang berdampak negatif terhadap kepercayaan diri, keterampilan komunikasi, dan prestasi akademik siswa. Gejala *glosophobia* dapat berupa aspek fisiologis seperti gemetar, detak jantung cepat, psikologis seperti takut dipermalukan, dan perilaku seperti menghindari tampil berbicara di depan umum.

Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 8 siswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan hasil asesment awal. Instrumen yang digunakan adalah angket *glosophobia* yang terdiri dari indikator fisiologis, psikologis, dan perilaku. Setelah pemberian treatment berupa layanan konseling kelompok dengan teknik *role play* selama tiga kali pertemuan, data dianalisis menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan tingkat *glosophobia* setelah intervensi. Berdasarkan uji statistik, diperoleh nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar $0,012 < 0,05$, yang menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Hal ini berarti layanan konseling kelompok dengan teknik *role play* efektif dalam mereduksi *glosophobia* pada siswa.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa penerapan layanan konseling kelompok dengan teknik *role play* terbukti efektif dalam membantu siswa mengatasi kecemasan berbicara di depan umum. Teknik ini memberi ruang aman bagi siswa untuk melatih keterampilan komunikasi melalui simulasi situasi nyata, memperkuat kepercayaan diri, dan mendorong perubahan pola pikir menjadi lebih rasional.

Kata Kunci: *Glosophobia*, Konseling Kelompok, Teknik *Role Play*

ABSTRAK

Selviani. 2025. *The Effectiveness of Group Counseling with Role Play Technique to Reduce Glossophobia in Students of SMP Negeri 10 Madiun.* Thesis. Guidance and Counseling Study Program, FKIP, UNIVERSITAS PGRI MADIUN. Advisor: (I) Dr. Ratih Christiana, S.Pd., M.Pd (II) Dr. Rischa Pramudia Trisnani, S.Pd.,M.Pd

Key Terms: Glossophobia, Group Counseling, Role Play Technique

The problem of glossophobia or public speaking anxiety experienced by students is shown through behaviors such as looking down when asked to speak, nervousness when having to present, and avoiding opportunities to express opinions in class. This study aims to determine the effectiveness of group counseling services with role-play techniques in reducing glossophobia or public speaking anxiety in eighth-grade students of SMP Negeri 10 Madiun. Glossophobia is a form of social anxiety that negatively impacts students' self-confidence, communication skills, and academic achievement. Symptoms of glossophobia can include physiological aspects such as trembling, rapid heartbeat, psychological aspects such as fear of embarrassment, and behaviors such as avoiding public speaking.

The research method used was a quantitative experiment with a one-group pretest-posttest design. The research sample consisted of 8 students selected through purposive sampling technique based on the results of the initial assessment. The instrument used was a glossophobia questionnaire consisting of physiological, psychological, and behavioral indicators. After providing treatment in the form of group counseling services with role-play techniques for three meetings, the data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed a decrease in the level of glossophobia after the intervention. Based on statistical tests, the Asymp. Sig. (2-tailed) value was $0.012 < 0.05$, which indicates that the hypothesis is accepted. This means that group counseling services with role-play techniques are effective in reducing glossophobia in students.

The conclusion of this study is that the implementation of group counseling services using role-play techniques has proven effective in helping students overcome public speaking anxiety. This technique provides a safe space for students to practice communication skills through simulated real-life situations, builds self-confidence, and encourages a shift in mindset to a more rational one.