

ABSTRAK

Nur Hikmah Hartati : Efektivitas Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa di MAN Barito Utara, di bawah bimbingan I: Dr. Hidayat Ma'ruf, M.Pd, dan II: Nurul Rahmi, M.Pd, pada jurusan S1 Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Antasari Banjarmasin, 2022.

Kata Kunci : *Efektivitas, Konseling Kelompok, Rational Emotive Behavior Therapy, Kepercayaan Diri.*

Rendahnya kepercayaan diri menyebabkan siswa di Madrasah Aliyah Negeri Barito Utara tidak dapat menampilkan potensi diri yang mereka miliki. Rasa percaya diri sangat menunjang proses pembelajaran di sekolah karena dengan munculnya rasa percaya diri dalam diri siswa, segala potensi yang dimiliki oleh siswa dapat berkembang maksimal.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui keefektifan konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di MAN Barito Utara.

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimen dengan jenis *pre-eksperimental design* tipe *one group pretest-posttest*. Sampel penelitian berjumlah 5 orang siswa kelas XI MIPA 3 MAN Barito Utara yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kepercayaan diri, observasi, wawancara dan dokumentasi.

Hasil penelitian dari perhitungan rata-rata skor kepercayaan diri sebelum mengikuti layanan konseling kelompok yaitu 95,6 kategori rendah dengan persentase 59,4% setelah mengikuti layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) mengalami peningkatan menjadi 105,4 kategori sedang dengan persentase 65,4%. Adapun hasil uji *paried T-Test* menunjukkan bahwa $\text{sign (2-tailed)} 0,007 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima. Berdasarkan rumusan masalah dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. Konseli memperoleh peningkatan skor skala kepercayaan diri dan peningkatan kategori dari kategori rendah menjadi sedang.