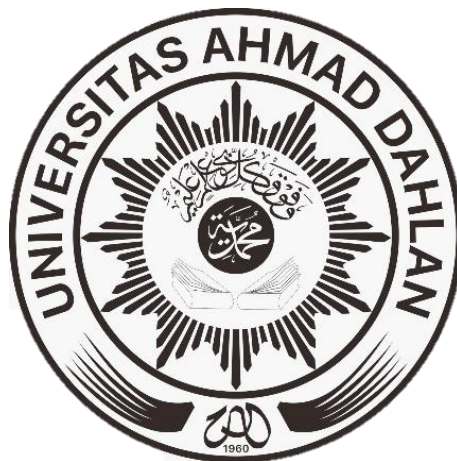


**KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK
DISPUTE COGNITIVE UNTUK MEREDUKSI
INSECURE PADA SISWA DI SMP
NEGERI 15 YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1) Pendidikan



Oleh

Yesi Nila Sari

2015001120

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
YOGYAKARTA
2024**

HALAMAN JUDUL

**KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK
DISPUTE COGNITIVE UNTUK MEREDUKSI
INSECURE PADA SISWA DI SMP
NEGERI 15 YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Ahmad Dahlan Guna Memenuhi

Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana

Strata Satu (S1) Pendidikan

Disusun Oleh :

Nama : Yesi Nila Sari

NIM : 2015001120

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Ahmad Dahlan

YOGYAKARTA

2024

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK

***DISPUTE COGNITIVE* UNTUK MEREDUKSI**

***INSECURE* PADA SISWA DI SMP**

NEGERI 15 YOGYAKARTA

Yang dipersiapkan dan disusun oleh

Yesi Nila Sari
2015001120

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing Skripsi Program Studi Bimbingan dan
Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diajukan



Dosen Pembimbing

A handwritten signature in black ink, appearing to read "Sri Tuter", written over a white background.

Dr. Sri Tuter Martaningsih, M.Pd
NIP. 19630315 198611 2001

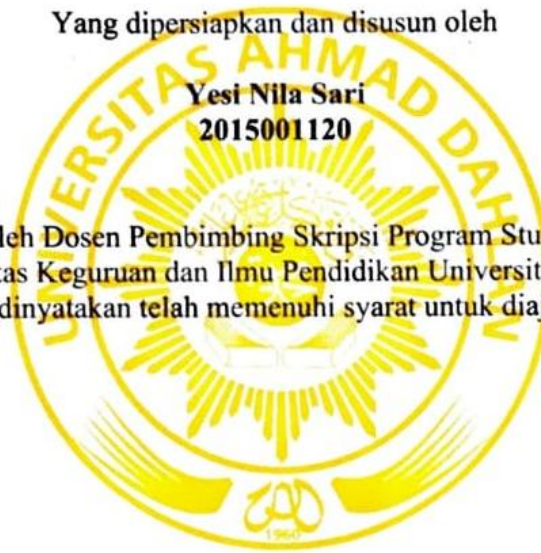
SKRIPSI
KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK
***DISPUTE COGNITIVE* UNTUK MEREDUKSI**
***INSECURE* PADA SISWA DI SMP**
NEGERI 15 YOGYAKARTA

Yang dipersiapkan dan disusun oleh

Yesi Nila Sari

2015001120

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing Skripsi Program Studi Bimbingan dan
Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diajukan



Yogyakarta, 08 Juli 2023

Mengetahui,
Kaprosdi,

A handwritten signature in black ink, appearing to be "Irvan Budhi Handaka".

Irvan Budhi Handaka, M.Pd
NIPM. 198804032012081111138129

Dosen Pembimbing,

A handwritten signature in black ink, appearing to be "Dr. Sri Tuter Martaningsih".

Dr. Sri Tuter Martaningsih, M.Pd
NIP. 19630315 198611 2001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**KEEFEKTIFAN KONSELING KELOMPOK TEKNIK
DISPUTE COGNITIVE UNTUK MEREDUKSI
INSECURE PADA SISWA DI SMP
NEGERI 15 YOGYAKARTA**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh

**Yesi Nila Sari
2015001120**

Telah dipertahankan didepan Panitia Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan Pada Tanggal Juli 2024 dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

SUSUNAN PANITIA UJIAN SKRIPSI

- 1. Ketua : Dr. Sri Tuter Martaningsih, M.Pd**
- 2. Penguji I : Dr. Muya Barida, S.Pd., M.Pd**
- 3. Penguji II : Mufied Fauziah, M.Pd**



Yogyakarta, Juli 2024
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Ahmad Dahlan



Muhammad Sayuti, S.Pd., M.Pd., M.Ed., Ph.D
NPM: 19710317 200803 111 076379

SURAT PERNYATAAN



Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Yesi Nila Sari
NIM : 2015001120
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas : Ahmad Dahlan

Menyatakan bahwa skripsi “Keefektifan Konseling Kelompok Teknik *Dispute Cognitive* untuk Mereduksi *Insecure* pada Siswa di SMP Negeri 15 Yogyakarta” ini merupakan hasil tulisan saya sendiri dan sepanjang pengetahuan saya tidak berisikan materi yang ditulis oleh orang lain sebagai syarat penyelesaian studi di perguruan tinggi ini atau perguruan tinggi lain kecuali aspek-aspek tertentu yang saya gunakan sebagai referensi dengan mengikuti tata cara dan etika penulisan karya ilmiah yang lazim. Apabila ternyata telah terbukti bahwa pernyataan ini tidak benar, hal tersebut sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya.

Yogyakarta, 08 Juli 2024

Penulis



Yesi Nila Sari
NIM. 2015001120

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yesi Nila Sari
NIM : 2015001120
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Tugas Akhir : Keefektifan Konseling Kelompok Teknik *Dispute Cognitive* untuk Mereduksi *Insecure* pada Siswa di SMP Negeri 15 Yogyakarta

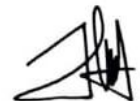
Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah di ajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Ahmad Dahlan atau di institusi Pendidikan lain
2. Hasil karya saya ini bukan hasil sanduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan dan hasil pelaksanaan penelitian dan implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademis dan narasumber peneliti
3. Hasil karya ini adalah hasil revisi terakhir setelah diajukan yang telah diketahui dan disetujui oleh pembimbing
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam daftar Pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari terbukti ada penyimpangan dan tidak benar dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademis berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Ahmad Dahlan.

Yogyakarta, 08 Juli 2024

Yang Menyatakan



Yesi Nila Sari

NIM. 2015001120

PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yesi Nila Sari
NIM : 2015001120
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Tugas Akhir : Keefektifan Konseling Kelompok Teknik *Dispute Cognitive* untuk Mereduksi *Insecure* pada Siswa di SMP Negeri 15 Yogyakarta

Dengan ini saya menyerahkan hak *Sepenuhnya* kepada Pusat Sumber Belajar Universitas Ahmad Dahlan untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut (beri tanda pada kotak):

Saya (~~mengijinkan~~/~~tidak mengijinkan~~)* karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repository Pusat Sumber Belajar Universitas Ahmad Dahlan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Mengetahui,
Dosen Pembimbing



Dr. Sri Tuter Martaningsih, M.Pd
NIP. 19630315 198611 2001

Yogyakarta, 08 Juli 2024

Penulis



Yesi Nila Sari
NIM. 2015001120

MOTTO

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

فَاصْبِرْ إِنَّ وَعْدَ اللَّهِ حَقٌّ وَلَا يَسْتَخِفُّكَ الَّذِينَ لَا يُوقِنُونَ

"Dan bersabarlah kamu, sesungguhnya janji Allah adalah benar."

(Q.S Ar Rum: 60)

PERSEMBAHAN



Pertama-tama puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya. Tak lupa saya panjatkan sholawat dan salam selalu terlimpahkan keharibaan Rasulullah Muhammad SAW sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Sebagai perwujudan rasa terimakasih, skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Kedua orang tua tercinta, ayahanda Yudi Astoro dan Ibunda Saryanti yang telah memberikan kasih sayang, dukungan, ridho, doa, dan kesabaran yang tak mungkin dapat saya balas. Saya ucapkan terimakasih atas segalanya yang telah ayahanda dan ibunda berikan sehingga saya dapat menyelesaikan dan menyusun skripsi ini dengan baik dan tuntas.
2. Kaka dan adik saya tersayang, Yoga Andita Pratama dan Ariesta Trinugroho untuk segala dukungan yang selalu menjadi semangat saya dalam menyelesaikan skripsi

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Sholawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umat manusia ke zaman yang terang.

Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, arahan, dan dorongan selama penulis menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Muclas, M.T., Rektor Universitas Ahmad Dahlan yang sudah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas Ahmad Dahlan
2. Muhammad Sayuti, M.Pd., M.Ed., Ph.D., Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan yang telah memberikan izin penelitian kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini
3. Irvan Budhi handaka, M.Pd., Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Ahmad Dahlan yang telah memberikan pengarahan serta dorongan kepada penulis untuk menyusun skripsi
4. Dr. Caraka Putra Bhakti, M.Pd., Mentor Beasiswa KIP-K Universitas Ahmad Dahlan yang telah memberikan bimbingan dan kesempatan untuk tumbuh dan berkembangan di universitas Ahmad Dahlan
5. Agungbudiprabowo, M.Pd, Dosen Wali yang telah memberikan pengarahan, petunjuk-petunjuk serta dorongan kepada penulis untuk penyusunan skripsi
6. Dr. Sri Tuter Martaningsih, M.Pd., Dosen Pembimbing yang sudah berkenan memberikan arahan, petunjuk, ilmu, masukan serta dorongan kepada penulis selama penyusunan skripsi

7. Dr. Muya Barida, S.Pd., M.Pd., penguji 1 dan Mufied Fauziah, M.Pd penguji 2 yang telah memberikan saran-saran yang berguna untuk perbaikan skripsi
8. Drs. Siswanto, M.Pd., Kepala Sekolah SMP Negeri 15 Yogyakarta yang telah memberikan izin melaksanakan penelitian untuk penyusunan skripsi
9. Rimawati, M.Pd. Waka Kurikulum SMP Negeri 15 Yogyakarta yang telah memberikan pengarahan kurikulum untuk penyusunan skripsi
10. Aulia Dyah Pratiwi, M.Pd., Guru Bimbingan dan Konseling kelas VIII SMP Negeri 15 Yogyakarta yang telah membantu dalam proses pelaksanaan penelitian
11. Salsabilla Syifa, Aisha Zuleyka, Nuri Cholidah Hanum, dan Fadilah Salmaeka teman penulis yang telah memberikan motivasi dan bantuan selama penyusunan skripsi
12. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah banyak membantu baik secara langsung maupun tidak langsung

Teriring doa semoga bantuan dan amal kebaikan yang diberikan kepada penulis mendapatkan imbalan pahala dan ridho Allah SWT. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun penulis harapkan untuk kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada semua pihak yang membacanya.

Yogyakarta, 08 Juli 2024

Penulis,



Yesi Nila Sari

NIM. 2015001120

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN PERSETUJUAN..... | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | iv |
| SURAT PERNYATAAN | v |
| PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT | vi |
| PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES | vii |
| MOTTO | viii |
| PERSEMBAHAN..... | ix |
| KATA PENGANTAR | x |
| DAFTAR ISI..... | xii |
| DAFTAR TABEL..... | xiv |
| DAFTAR GAMBAR | xv |
| DAFTAR GRAFIK..... | xvi |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xvii |
| ABSTRAK..... | xviii |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Identifikasi Masalah..... | 10 |
| C. Pembatasan Masalah | 10 |
| D. Rumusan Masalah..... | 10 |
| E. Tujuan Penelitian | 11 |
| F. Manfaat Penelitian | 11 |
| BAB II LANDASAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR PENELITIAN | 13 |
| A. <i>Insecure</i> | 13 |
| 1. Pengertian <i>Insecure</i> | 13 |
| 2. Ciri-ciri <i>Insecure</i> | 14 |
| 3. Faktor Penyebab <i>Insecure</i> | 18 |
| 4. Dampak Perasaan <i>Insecure</i> | 20 |
| 5. Upaya Mengatasi <i>Insecure</i> | 22 |
| B. Konseling Kelompok Teknik <i>Dispute Cognitive</i> | 28 |

| | |
|---|-----|
| 1. Pengertian Konseling Kelompok Teknik <i>Dispute Cognitive</i> | 28 |
| 2. Tujuan Konseling Kelompok Teknik <i>Dispute Cognitive</i> | 29 |
| 3. Tahapan Konseling Kelompok Teknik <i>Dispute Cognitive</i> | 31 |
| 4. Komponen Konseling Kelompok | 35 |
| C. Konseling Kelompok Teknik <i>Dispute Cognitive</i> Untuk Mereduksi <i>Insecure</i> | 39 |
| D. Kajian Penelitian Relevan | 42 |
| E. Kerangka Pikir | 44 |
| F. Hipotesis Penelitian | 47 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 48 |
| A. Jenis Penelitian..... | 48 |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian | 52 |
| C. Subjek Penelitian | 53 |
| D. Variabel Penelitian..... | 53 |
| E. Definisi Operasional | 54 |
| F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data..... | 55 |
| G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian | 58 |
| H. Teknik Analisis Data..... | 62 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 67 |
| A. Persiapan Penelitian | 67 |
| B. Pelaksanaan Penelitian..... | 68 |
| C. Analisa Hasil Penelitian..... | 122 |
| D. Pengujian Hipotesis | 124 |
| E. Pembahasan..... | 127 |
| F. Keterbatasan Penelitian..... | 130 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN..... | 131 |
| A. Kesimpulan | 131 |
| B. Saran | 131 |
| DAFTAR PUSTAKA | 133 |
| LAMPIRAN..... | 137 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|-----|
| Tabel 1. Waktu Penelitian | 53 |
| Tabel 2. Alternatif Skor Jawaban Instrumen <i>Insecure</i> | 56 |
| Tabel 3. Kisi-Kisi Instrumen Psikologis <i>Insecure</i> | 57 |
| Tabel 4. Hasil Uji Validitas Instrumen <i>Insecure</i> | 59 |
| Tabel 5. Hasil Reliabilitas Instrumen <i>Insecure</i> | 62 |
| Tabel 6. Kategorisasi Tingkat <i>Insecure</i> | 63 |
| Tabel 7. Norma Kategorisasi..... | 68 |
| Tabel 8. Kategorisasi Skala <i>Insecure</i> | 70 |
| Tabel 9. Distribusi Frekuensi | 71 |
| Tabel 10. Tabulasi Skor <i>Pretest</i> Subjek Layanan | 72 |
| Tabel 11. Tabulasi Skor <i>Posstest</i> Subjek Layanan..... | 121 |
| Tabel 12. Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Skala <i>Insecure</i> Subjek Penelitian..... | 123 |
| Tabel 13. Hasil Uji Normalitas | 125 |
| Tabel 14. Hasil Uji Paired Sample t-test..... | 126 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 1. Kerangka Pikir..... | 46 |
| Gambar 2. Desain <i>One Group Pretest-posttest</i> | 49 |

DAFTAR GRAFIK

| | |
|--|-----|
| Grafik 1. Skor <i>Pre-test</i> Skala <i>Insecure</i> | 71 |
| Grafik 2. Skor <i>Pretest</i> Subjek | 72 |
| Grafik 3. Skor <i>Posttest</i> Subjek..... | 121 |
| Grafik 4. Perbandingan Skor <i>PreTest</i> dan <i>Posttest</i> Subjek..... | 123 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|-----|
| Lampiran 1. Surat Keputusan Pembimbing | 138 |
| Lampiran 2. Surat Izin Penelitian..... | 139 |
| Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian | 141 |
| Lampiran 4. Surat Permohonan Uji Validasi Instrumen..... | 142 |
| Lampiran 5. Pedoman Wawancara Pendukung Studi Pendahuluan | 143 |
| Lampiran 6. Penilaian Uji Validasi Ahli Instrumen <i>Insecure</i> | 146 |
| Lampiran 7. Kisi-Kisi Instrument <i>Insecure</i> Sebelum Uji Coba..... | 159 |
| Lampiran 8. Instrument <i>Insecure</i> Uji Coba..... | 161 |
| Lampiran 9. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen <i>Insecure</i> Menggunakan SPSS Versi 26 | 167 |
| Lampiran 10. Kisi-kisi Instrumen <i>Insecure</i> Setelah Uji Coba..... | 169 |
| Lampiran 11. Instrumen <i>Insecure</i> Setelah Uji Coba..... | 171 |
| Lampiran 12. Tabulasi Skor Uji Coba Instrumen <i>Insecure</i> | 176 |
| Lampiran 13. Tabulasi Skor <i>Pretest</i> Instrumen <i>Insecure</i> | 190 |
| Lampiran 14. Tabulasi Skor <i>Pretest</i> Subjek Layanan..... | 192 |
| Lampiran 15. Tabulasi Skor <i>Posstest</i> Subjek Layanan | 193 |
| Lampiran 16. Analisis Data | 194 |
| Lampiran 17. Pedoman Observasi Evaluasi Proses dan Evaluasi Hasil Layanan | 195 |
| Lampiran 18. Daftar Hadir Anggota Kelompok | 198 |
| Lampiran 19. Lembar Kesiediaan Anggota Kelompok | 199 |
| Lampiran 20. Lembar Kesan Pesan | 205 |
| Lampiran 21. Dokumentasi Penelitian..... | 208 |
| Lampiran 22. Buku Panduan Penelitian..... | 210 |

Sari, Y.N. 2024. “Keefektifan Konseling Kelompok Teknik *Dispute Cognitive* untuk Mereduksi *Insecure* pada Siswa di SMP Negeri 15 Yogyakarta”. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.

ABSTRAK

Pendidikan menjadi hal urgen bagi pemuda terutama remaja dalam memajukan bangsa di era globalisasi saat ini. Pada masa remaja seharusnya mencoba untuk mengembangkan kepercayaan diri, pemahaman diri, dan interaksi sosialnya dalam pencarian jati dirinya. Bentuk permasalahan dalam pergaulan yang kerap kali ada pada diri remaja salah satunya yaitu memaksakan diri mengikuti pola hidup dari temannya, sehingga menyebabkan remaja menjadi sering tidak percaya pada dirinya sendiri secara utuh (*insecure*). Hal tersebut dibuktikan dengan hasil wawancara salah satu guru BK di SMP Negeri 15 Yogyakarta yang menunjukkan bahwa masih terdapat siswa yang mengalami *insecure* terkait dengan pelajaran dan kondisi fisik, sehingga menyebabkan siswa menghindari berinteraksi dan hasil belajar menurun. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui keefektifan konseling kelompok teknik *dispute cognitive* untuk mereduksi *insecure* pada siswa di SMP Negeri 15 Yogyakarta.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian pre-eksperimental dengan rancangan *one group pretest-posttest design*. Subjek dalam penelitian ini diambil menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah subjek 6 siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Yogyakarta yang memiliki tingkat *insecure* tertinggi. Pengambilan data menggunakan skala psikologis *insecure* dengan bentuk skala *likert*. Hasil uji validitas dari instrumen tersebut yaitu dari 74 item terdapat 12 item gugur atau tidak valid, sehingga item yang valid sebanyak 62. Adapun hasil uji reliabilitas *Alpha Cronbach* sebesar 0,943 yang artinya instrumen tersebut reliabel. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan *paired sample t-test* karena data berdistribusi normal.

Hasil rata-rata skor *pretest* dan skor *posttest* subjek penelitian menunjukkan adanya menurun skor rata-rata. Berdasarkan hasil uji hipotesis *paired sample t-test* dapat ditarik kesimpulan bahwa konseling kelompok teknik *dispute cognitive* efektif untuk mereduksi *insecurity* pada siswa di SMP Negeri 15 Yogyakarta.

Kata kunci : konseling kelompok, *dispute cognitive*, *insecure*