ABSTRAK

Mufidatin Anifah, D33211057, 2015 : IMPLEMENTASI TEKNIK *COGNITIVE RESTRUCTURING* DALAM MENANGANI KONSEP DIRI RENDAH PADA SISWA X DI SMP NEGERI 1 UJUNGPANGKAH.

Skripsi ini dibuat dengan tujuan untuk memotivasi siswa yang mengalami permasalahan konsep diri rendah. Ada tiga persoalan yang dikaji dalam skripsi ini, yaitu : (1) Bagaimana faktor-faktor terjadi rendahnya konsep diri pada siswa X di SMP Negeri 1 Ujungpangkah (2) Bagaimana implementasi teknik *cognitive restructuring* dalam menangani konsep diri rendah pada siswa X di SMP Negeri 1 Ujungpangkah (3) Bagaimana hasil dari implementasi teknik *cognitive restructuring* dalam menangani konsep diri rendah pada siswa X di SMP Negeri 1 Ujungpangkah.

Dalam mengungkap permasalahan yang peneliti kaji, metode yang di gunakan adalah metode kualitatif, dan teknik analisanya menggunakan analisis deskriptif. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi yang ada di SMP Negeri 1 Ujungpangkah. Adapun proses observasi, wawancara, dan dokumentasi melibatkan beberapa pihak di antarannya:kepala sekolah untuk perijinan penelitian, wali kelas untuk data profil dan pribadi klien, teman-teman klien, klien dan guru bimbingan dan konseling.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa implementasi teknik CR dalam menangani konsep diri rendah sangat membantu klien yang mengalami masalah tersebut. Mengacu pada tujuan teknik CR adalah membantu klien belajar mengenal dan menghentikan pikiran-pikiran negatif/ merusak diri dan mengganti pikiran tersebut dengan pikiran yang lebih positif maka teknik CR tersebut sangat berpengaruh dalam menangani masalah konsep diri rendah pada klien. Dari hasil pengumpulan data, peneliti juga mengamati proses konseling mengenai penerapan teknik CR dalam menangani konsep diri rendah, sumber data juga mengatakan bahwa implementasi teknik tersebut berjalan dengan baik dan membawakan hasil. Klien yang mengalami masalah tersebut sudah berubah. Masalah konsep diri rendah yang dialami siswa x yaitu: sering bolos sekolah, minta uang jajan temannya, suka jail dengan temannya, tidak mengerjakan PR, kurang bisa menerima dirinya apa adanya, kurang tahu tentang kelebihan dan kekuranganya, sering cemas dan tertutup terhadap kritik dan lain sebagainya.

Kata Kunci: Teknik *Cognitive Restructuring*, Konsep Diri Rendah

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id