

4.1.1 Paparan Data Hasil Penelitian

a. *Setting* Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Gunungsitoli. Sampel penelitian adalah siswa kelas XI MIPA 3 sebagai Kelas Eksperimen dan siswa kelas XI IPS 2 sebagai Kelas Kontrol. Sebelum penelitian dilaksanakan, terlebih dahulu peneliti berkolaborasi kepada Kepala SMA Negeri 1 Gunungsitoli dan kepada guru Bimbingan dan Konseling, atas persetujuan keduanya sehingga penelitian ini dapat terlaksana. Berikut ini telah diuraikan jadwal kegiatan pelaksanaan penelitian di SMA Negeri 1 Gunungsitoli.

Tabel 4.2 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan Penelitian

Kegiatan	Tindakan Layanan	
	Kelas Eksperimen (Kelas XI MIPA 3)	Kelas Kontrol (Kelas XI IPS 2)
Pertemuan 1 Pelaksanaan pemberian tes awal (<i>pre-test</i>) kepada siswa	Pemberian tes kepercayaan diri kepada siswa	Pemberian tes kepercayaan diri kepada siswa
Pertemuan 2	Peneliti menerapkan teknik restrukturisasi kognitif kepada siswa	Peneliti hanya menerapkan teknik ceramah
Pertemuan 3 Pelaksanaan pemberian tes akhir (<i>post-test</i>) kepada siswa	Pemberian tes kepercayaan diri kepada siswa	Pemberian tes kepercayaan diri kepada siswa

b. Hasil Tes Awal (*Pre-Test*) Kepercayaan Diri

Sebelum memulai tindakan penelitian, terlebih dahulu peneliti melakukan pemberian tes awal (*pre-test*) dalam bentuk tes kepercayaan diri kepada siswa. Hasil tes awal (*pre-test*) tersebut diolah dengan menghitung persentase hasil tes. Berikut ini data hasil pelaksanaan tes awal (*pre-test*).

Tabel 4.3 Hasil Tes Awal (*Pre-Test*) Kepercayaan Diri

Kelompok (<i>Group</i>)	Persentase	Kriteria
Kelas Eksperimen (Kelas XI MIPA 3)	57,74%	Kurang
Kelas Kontrol (Kelas XI IPS 2)	54,84%	Kurang

Berdasarkan hasil tes awal (*pre-test*) yang telah dilaksanakan, persentase tes kepercayaan diri di Kelas Eksperimen yaitu 57,74% dengan kriteria Kurang, dan persentase tes kepercayaan diri di kelas Kontrol yaitu 54,84% dengan kriteria Kurang.

Sesuai dengan data hasil tes awal (*pre-test*) yang telah diuraikan di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri masih tergolong kurang, sehingga setelah diketahui tingkat persentase kepercayaan diri maka selanjutnya akan dilaksanakan tindakan penelitian.

c. Hasil Tes Akhir (*Post-Test*) Kepercayaan Diri

Setelah dilaksanakan tindakan penelitian, selanjutnya diberikan tes akhir (*post-test*) dalam bentuk tes kepercayaan diri. Hasil tes akhir (*post-test*) tersebut diolah dengan menghitung persentase hasil tes. Berikut ini data hasil pelaksanaan tes akhir (*post-test*).

Tabel 4.4 Hasil Tes Akhir (*Post-Test*) Kepercayaan Diri

Kelompok (<i>Group</i>)	Persentase	Kriteria
Kelas Eksperimen (Kelas XI MIPA 3)	87,20%	Baik
Kelas Kontrol (Kelas XI IPS 2)	54,84%	Kurang

Berdasarkan hasil tes akhir (*post-test*) yang telah dilaksanakan, persentase tes kepercayaan diri di Kelas eksperimen yaitu 87,20% dengan kriteria Baik, dan persentase tes kepercayaan diri di Kelas Kontrol yaitu 54,84% dengan kriteria Kurang .

Sesuai dengan data hasil tes akhir (*post-test*) yang telah diuraikan di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri pada Kelas Eksperimen mengalami peningkatan yang baik dibandingkan dengan kepercayaan diri di Kelas Kontrol yang masih tergolong kurang.

Perbedaan hasil tes akhir (*post-test*) antara Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol karena adanya perbedaan tindakan yang dilakukan oleh peneliti yaitu di Kelas Eksperimen diterapkan teknik restrukturisasi kognitif sedangkan di Kelas Kontrol hanya menerapkan teknik ceramah atau konvensional. Melalui penggunaan teknik restrukturisasi kognitif di Kelas Eksperimen menuntut untuk mampu dan berani mengutarakan pendapat sendiri sehingga dengan cara tersebut bisa meningkatkan kepercayaan diri.

4.2 Pembahasan Hasil Penelitian

a. Kepercayaan Diri Sebelum Adanya Tindakan

Tingkat kepercayaan diri di Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol sebelum dilaksanakan tindakan penelitian masih tergolong kurang. Pada hasil tes awal (*pre-test*) diperoleh persentase tes kepercayaan diri di Kelas Eksperimen yaitu 57,74% dengan kriteria Kurang. Selanjutnya persentase tes kepercayaan diri di Kelas Kontrol yaitu 54,84% dengan kriteria Kurang.

Sesuai dengan data tersebut artinya hampir seluruh siswa masih belum memiliki kepercayaan diri untuk tampil di depan umum. Berdasarkan hasil pengamatan saat kegiatan proses pembelajaran berlangsung siswa kurang terlibat aktif untuk bertanya kepada guru. Ketika siswa ditunjuk menjawab sebuah pertanyaan, siswa tersebut merasa malu dan grogi saat ingin berbicara/menyampaikan jawabannya.

Kemudian jika siswa dipersilahkan menulis jawaban didepan papan tulis, siswa tersebut merasa takut dan malu jika jawabannya salah. Saat siswa dipanggil kedepan kelas, siswa tersebut merasa cemas dan takut untuk menjawab pertanyaan dari guru dan siswa jarang menyampaikan pendapat saat kegiatan proses pembelajaran berlangsung.

b. Kepercayaan Diri Setelah Adanya Tindakan

Setelah dilaksanakan tindakan penelitian, selanjutnya diberikan tes akhir (*post-test*) dalam bentuk tes restrukturisasi kognitif dan tes kepercayaan diri. Hasil tes akhir (*post-test*) tersebut diolah dengan menghitung persentase hasil angket. Berikut ini data hasil pelaksanaan tes akhir (*post-test*).

Berdasarkan hasil tes akhir (*post-test*) yang telah dilaksanakan, diperoleh persentase kepercayaan diri di Kelas Eksperimen yaitu 87,20% dengan kriteria Baik. Selanjutnya persentase kepercayaan diri siswa di Kelas Kontrol yaitu 54,84% dengan kriteria Kurang. Sesuai dengan data hasil tes akhir (*post-test*) yang telah diuraikan di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri pada Kelas Eksperimen mengalami peningkatan yang baik dibandingkan dengan kepercayaan diri di Kelas Kontrol yang masih tergolong cukup.

Perbedaan hasil tes akhir (*post-test*) antara Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol karena adanya perbedaan tindakan yang dilakukan oleh peneliti yaitu di Kelas Eksperimen diterapkan teknik restrukturisasi kognitif sedangkan di Kelas Kontrol hanya menerapkan teknik ceramah atau konvensional. Melalui penggunaan teknik restrukturisasi kognitif di Kelas Eksperimen menuntut untuk mampu dan berani mengungkapkan pendapat sehingga dengan cara tersebut bisa meningkatkan kepercayaan diri.

Penggunaan teknik restrukturisasi kognitif dalam pembelajaran memungkinkan siswa untuk dapat melatih keterampilan berbicara, siswa aktif dalam mengikuti pelajaran di kelas, dan berani untuk mengemukakan pendapat. Sehingga dengan demikian, siswa menjadi lebih percaya diri, baik dalam proses pembelajaran ataupun dalam berinteraksi dengan

lingkungannya yang menuntut harus terampil berbicara. Penggunaan teknik restrukturisasi kognitif ini akan dapat membantu memberikan sebuah pengalaman yang menarik bagi siswa sehingga siswa mampu untuk menceritakan sebuah pengalamannya atau mampu menceritakan sesuatu yang telah dia dengarkan dalam rangka peningkatan kepercayaan diri.



























YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
FAKULTAS KEGURUAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
Jln. Yos Sudarso No. 118/ E- S Telp. 21616 Gunungsitoli – Nias 22812

Gunungsitoli, Oktober 2022

Hal : Pengajuan Judul Rancangan Skripsi

Kepada Yth:
Ibu **Dra. Mondang Munthe, M.M**
Dosen Penasehat Akademik

1. Dengan hormat, Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : **VIVID ANGGRENI TELAUMBANUA**
NIM : 192102011
Semester : VII (tujuh)
Jumlah SKS : 123
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Prodi : Bimbingan dan konseling
Jenjang Pendidikan : Strata Satu (S-1)

Sehubungan dengan rencana saya untuk menulis skripsi Tahun Akademik 2022/2023, saya mengajukan topik skripsi dan memohon kepada Ibu kiranya dapat menyetujui salah satu topik Skripsi yang saya ajukan di bawah ini:

NO.	Judul	Persetujuan Dosen			
		Dosen PA		Ketua Prodi	
		Tanggal	Paraf	Tanggal	Paraf
1.	Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Remaja Dengan Metode Cognitive Restructuring	11/10-2022		19/10/22	
2.	Peran Guru BK Dalam Mengurangi Dampak Negatif Facebook Terhadap Interaksi Sosial Remaja				
3.	Mengurangi Kecemasan Sosial Pada Remaja Dengan Menggunakan Teknik Cognitive Behaviour Therapy				

2. Demikian permohonan ini saya ajukan atas perhatian Ibu saya ucapkan terimakasih.

Hormat Saya,
Mahasiswa

VIVID ANGGRENI TELAUMBANUA
NIM. 192102011



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Alamat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungsitoli ☎ +626392620815 Nias 📠 22812
Homepage: <https://fkip.unias.ac.id> email: fkip@unias.ac.id

Gunungsitoli, Oktober 2022

Hal : Pengajuan Dosen Pembimbing
Lampiran : 1 (Satu) set

Kepada Yth:
Dekan FKIP Universitas Nias
u.p. Ketua Program Studi Bimbingan Dan Konselling
Jalan Yos Sudarso No. 118/E-S
Gunungsitoli

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **VIVID ANGGRENI TELAUMBANUA**
Nim : 192102011
Jenjang Pendidikan : Strata Satu (S-1)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program Studi : Bimbingan Dan Konseling
Jumlah SKS yang telah
diselesaikan : 123 SKS

Sehubungan dengan rencana saya untuk menulis skripsi pada semester Ganjil Tahun Akademik 2022/2023, dengan hormat saya mengajukan topik/permasalahan skripsi sebagaimana terlampir.

Berkenaan dengan hal tersebut saya mengajukan nama-nama dosen sebagai calon pembimbing skripsi :

1. **Dra. Mondang Munthe, M.M**
2. **Elizama Zebua, S.Pd., M.Pd**
3. **Jonisman Kristian Laoli, M.Pd.K**
4. **Hosianna Roedarni Damanik, M.Psi**

Demikian permohonan ini saya ajukan, atas perhatian saya ucapkan terimakasih.

Pemohon,

VIVID ANGGRENI TELAUMBANUA
NIM. 192102011



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Alamat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungsitoli ■ +626392620815 Nias 22812
Homepage: <https://fkkip.unias.ac.id> email: admin@fkkip.unias.ac.id

SURAT PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING
Nomor: 10/UN10/PP.10.06/2023

Nama : Hosianna Roedarni Damanik, S.Psi., M.Psi.
NIDN : 0103128902
Pangkat : III/b - Penata Muda Tk. I
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Bidang Keahlian : Psikologi

Ilmu Pendidikan, Universitas Nias:

Nama : Vivid Anggreni Telaumbanua
NIM : 192102011
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Topik/Permasalahan Skripsi :

Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Remaja Dengan Metode Cognitive Restructuring.

Demikian surat penetapan dosen pembimbing ini disampaikan untuk dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.

Gunungsitoli, 13 Februari 2023
Plt. Dekan,



Adieli Laoli, S.Pd., M.Pd.
NIP. 19641027 199402 1 001

Tembusan disampaikan kepada:

1. Rektor Universitas Nias, u.p. Wakil Rektor I
2. Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
3. Mahasiswa yang dibimbing (Vivid Anggreni Telaumbanua)

NIM :
192102011

NAMA MAHASISWA :
VIVID ANGGRENI TELAUMBANUA

PRODI :
Bimbingan dan Konseling

JUDUL :
Efektivitas Metode Restrukturisasi Kognitif Terhadap Kepercayaan Diri Remaja di SMA Negeri 1
Gunungsitoli

Dosen Pembimbing :
Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi., M.Psi

Konsentrasi :
Bimbingan dan Konseling

Tema :
Psikologis

Riwayat Bimbingan Proposal

N O	TOPIK	MATERI	CATATAN DOSEN
1	topik rancangan skripsi 20 Feb 2024 16:04:08	teori di tambah Download File Skripsi	refrensi nya ditambahkan 20 Feb 2024 16:16:44
2	bab 2 20 Feb 2024 16:11:50	teori di tambah Download File Skripsi	perhatikan di note hardcopy 20 Feb 2024 16:17:33
3	latar belakang, Identifikasi masalah, manfaat penelitian 20 Feb 2024 16:13:09	disesuaikan dengan jurnal, serta jabarkan identifikasi masalah Download File Skripsi	perhatikan di note hardcopy 20 Feb 2024 16:17:42
4	tinjauan pustaka 20 Feb 2024 16:13:41	sesuaikan teori dengan judul Download File Skripsi	perhatikan di note hardcopy

N O	TOPIK	MATERI	CATATAN DOSEN	
			20 Feb 2024 16:17:52	
5	lokasi dan jadwal penelitian 20 Feb 2024 16:14:06	acc	perhatikan di note hardcopy	
		Download File Skripsi	20 Feb 2024 16:18:07	
6	bab IV 20 Feb 2024 16:41:12	tata cara penulisan	sesuaikan dengan masukkan yang saya tulis pada hardcopy	
		Download File Skripsi	20 Feb 2024 16:45:19	
7	pembahasan tentang validasi angket 20 Feb 2024 16:42:10	tentukan tiap item angket sesuai dengan indikator	sesuaikan dengan masukkan yang saya tulis pada hardcopy	
		Download File Skripsi	20 Feb 2024 16:45:47	
8	bab V 20 Feb 2024 16:42:55	cara menyimpulkan pembahasan	hasil sesuaikan dengan masukkan yang saya tulis pada hardcopy	
		Download File Skripsi	20 Feb 2024 16:45:55	
9	penulisan saran 20 Feb 2024 16:43:34	disesuaikan saran skripsi untuk siapa	sesuaikan dengan masukkan yang saya tulis pada hardcopy	
		Download File Skripsi	20 Feb 2024 16:46:02	
10	kesesuaian semua penulisan skripsi 20 Feb 2024 16:44:07	acc	daftar sidang segera	
		Download File Skripsi	20 Feb 2024 16:46:18	

BERITA KETERANGAN SEMINAR RANCANGAN PENELITIAN

Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Nias menerangkan bahwa :

Nama : Vivid Anggredi Telaumbanua
NIM : 192102011
Jenjang Pendidikan : Strata 1
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Rancangan Skripsi : Efektivitas Metode Restrukturisasi Kognitif Terhadap Kepercayaan Diri Remaja di SMA Negeri 1 Gunungsitoli.

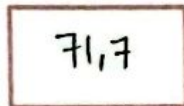
Telah menyelenggarakan seminar rancangan penelitian pada :

Hari/ Tanggal : Sabtu, 6 Mei 2023
Pukul : 13.00 WIB s.d selesai
Tempat : Ruang 6

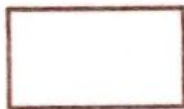
Dengan hasil penilaian :



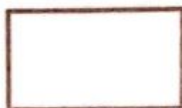
Rancangan penelitian telah cukup baik dan lengkap sehingga telah dapat dipergunakan sebagai dasar untuk melaksanakan pengumpulan data.
(90-100)



Rancangan penelitian telah cukup baik, namun masih perlu disempurnakan dan dilengkapi dengan instrument sebelum dipergunakan sebagai dasar untuk melaksanakan pengumpulan data.
(70-89)



Rancangan penelitian masih perlu dikembangkan, namun masalah penelitian masih dianggap cukup baik untuk dijadikan topik permasalahan skripsi. Dianjurkan seminar perbaikan
(55-69)



Rancangan penelitian tidak memenuhi syarat untuk dikembangkan sebagai bahan skripsi. Mahasiswa perlu memikirkan untuk memilih topik lain dan wajib mengikuti seminar rancangan skripsi.
(0-5)



Gunungsitoli, 6 Mei 2023

Plh. Ka. Prodi BK

Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi, M.Psi

NIDN. 0103128902

Rancangan Penelitian Yang Diajukan Oleh:

Nama : Vivid Anggreni Telaumbanua
Nim : 192102011
Program : Sarjana (S-1)
Program Studi : Bimbingan dan Konseling (BK)
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP)
Judul Skripsi : Efektivitas Metode Restrukturisasi Kognitif Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Di SMA Negeri 1 Gunungsitoli

Telah diseminarkan dan di setujui untuk di teliti.

Gunungsitoli, Oktober 2023

Dosen Pembimbing

Dosen Penelaah,



Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi., M.Psi
NIDN. 01033128902



Elizama Zebua, SPd., M.Pd
NIDN. 195912101980121001

Plt. Kaprodi Bimbingan dan Konseling



Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi., M.Psi
NIDN. 01033128902



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT

Rectorat : Jalan Pancasila No. 10 Kota Gunungsitoli ■ +626392620815 Nias 11 22814
Homepage: <https://unias.ac.id> email: admin@unias.ac.id

Nomor : 002/UN06/PN.01.02/2023
Lampiran : 1 (set)
Perihal : Permohonan Izin Pelaksanaan Penelitian

08 November 2023

Kepada Yth,

Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Gunungsitoli

di

Tempat

1 Dengan hormat, dalam rangka melengkapi data penelitian yang dilaksanakan oleh :

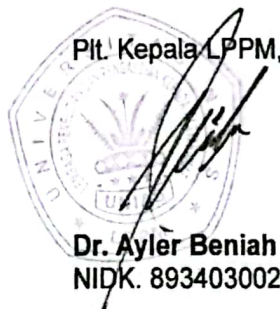
Nama : Vivid Anggreni Telaumbanua
NIM : 192102011
Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan (FKIP)
Program Studi : Pendidikan Bimbingan Konseling
Jenjang Pendidikan : Strata Satu (S-1)
Judul Skripsi : Efektivitas Metode Restrukturisasi Kognitif terhadap Kepercayaan Diri Remaja di SMA Negeri 1 Gunungsitoli.

Lokasi Penelitian : SMA Negeri 1 Gunungsitoli

Jadwal Penelitian : 13 November 2023 s/d Selesai.

Maka kami mohon kepada Bapak/Ibu kiranya dapat memberi izin kepada mahasiswa yang namanya tersebut di atas untuk melaksanakan Penelitian di lokasi penelitian tersebut di atas (Rancangan Skripsi Terlampir)

2 Demikian disampaikan, atas bantuan dan kerjasama diucapkan terima kasih.

Plt. Kepala LPPM,

Dr. Ayler Beniah Ndraha, S.STP., M.Si
NIDK. 8934030021

Tembusan :

- Yth. 1 Pj. Rektor Universitas Nias (sebagai laporan);
2 Plt. Warek Lingkup Universitas Nias;
3 Plt. Dekan FKIP Universitas Nias ;
4 Plt. Ketua Prodi Pendidikan Bimbingan Konseling;
5 Peneliti yang bersangkutan (Vivid Anggreni Telaumbanua);
6 Arsip.



PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
DINAS PENDIDIKAN
SMA NEGERI 1 GUNUNGSITOLI

Jalan Pendidikan No. 3 D 22815 Kec. Gunungsitoli Kota Gunungsitoli
(0639) 21959 Email : admin@smn1gst.sch.id website : www.sman1gst.sch.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: 421.3/688-PP/2023

Yang bertandatangan di bawah ini, kepala SMA Negeri 1 Gunungsitoli, dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : **VIVID ANGGRENI TELAUMBANUA**
NIM : 192102011
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP)
Program Studi : Pendidikan Bimbingan Konseling

mahasiswa yang namanya tersebut di atas telah melaksanakan penelitian pada tanggal **13 November s.d. 13 Desember 2023** di SMA Negeri 1 Gunungsitoli dengan judul skripsi **"Efektivitas Metode Restrukturisasi Kognitif Terhadap Kepercayaan Diri Remaja di SMA Negeri 1 Gunungsitoli"**, sesuai dengan surat dari Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Program Studi Pendidikan Biologi Nomor : 002/UN06/PN.01.02/2023 tanggal 08 November 2023 tentang Pelaksanaan Penelitian di SMA Negeri 1 Gunungsitoli.

Demikian surat keterangan ini dikeluarkan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Gunungsitoli
Pada tanggal : 14 Desember 2023



Kepala Sekolah,

BINARIA WARUWU, S.Pd

Pembina

NIP. 19820628 200605 2 002



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

Rektorat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungsitoli ■ +626392620815 Nias ■ 22812
Homepage: <https://unias.ac.id> email: admin@unias.ac.id

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI



Nama : VIVID ANGGRENI TELAUMBANUA
NIM : 192102011
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul : Efektivitas Metode Restrukturisasi Kognitif
Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Di SMA
Negeri 1 Gunungsitoli
Pembimbing : Hosianna R Damanik
NIDN : 0103128902

No.	Tanggal	Materi Konsultasi	Komentar Pembimbing	Tanda Tangan
1.	Senin, 27/11/23	Bab IV	tata cara penulisan	
2.	Selasa, 20/11/23	Pembahasan tentang validasi angket	tentukan tiap item angket sesuai dengan indikator	

No.	Tanggal	Materi Konsultasi	Komentar Pembimbing	Tanda Tangan
3.	Kamis, 30/11/23	Bab V	Cara menyimpulkan hasil pembahasan	As
4.	Rabu, 08/12/23	Penulisan saran	disesuaikan saran skripsi untuk siapa	R
5.	Senin, 11/12/23	Kesesuaian semua penulisan skripsi	ACE	R
6.				
7.				
8.				
9.				

PENGESAHAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul Efektivitas Metode Restrukturisasi Kognitif Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Di SMA Negeri 1 Gunungsitoli yang disusun oleh Vivid Anggreni Telaumbanua Dengan NIM 192102011 Program Studi Bimbingan dan Konseling telah dikoreksi dan revisi oleh pembimbing Utama, sehingga dapat dilanjutkan untuk sidang ujian skripsi.

Gunungsitoli, Februari 2024
Pembimbing Utama



Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi,M.Psi
NIDN. 0103128902

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi yang di ajukan oleh :

Nama : Vivid Anggreni Telaumbanua
Nim : 192102011
Program : Sarjana (S-1)
Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Juddul Skripsi : Efektivitas Metode Restrukturisasi Kognitif Terhadap
Kepercayaan Diri Remaja Di SMA Negeri 1 Gunungsitoli

Telah diteliti, diperiksa, dan disetujui untuk diuji.

Gunungsitoli, Februari 2024

Mengetahui

Plt. Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling

Pembimbing Skripsi



Hosianna R. Damanik, S.Psi., M.Psi
NIDN. 0103128902



Hosianna R. Damanik, S.Psi., M.Psi
NIDN. 0103128902



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Alamat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungsitoli ☎ 626392620815 Nias ✉ 22812

Home page : <https://fkip.unias.ac.id> email : fkip@unias.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : 012/UN10/TU.01.20/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : **Dr. Yaredi Waruwu, S.S., M.S**
NIDN : 0120047908
Pangkat/Golongan : Asisten Ahli/III/b
Jabatan : Plt. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

dengan ini menerangkan bahwa,

Nama : **Vivid Anggreni Telaumbanua**
NIM : 192102011
Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan (FKIP)
Program Studi : Bimbingan dan Konseling

adalah benar telah melakukan pengecekan plagiarisme melalui aplikasi *Turnitin*, dan mendapat tingkat *Similarity* **22 %**, sehingga dinyatakan layak untuk melanjutkan pada tahap selanjutnya sesuai dengan tahapan pada penyelesaian skripsi/tugas akhir.

21 Februari 2024

Plt. Dekan,



Dr. Yaredi Waruwu, S.S., M.S
NIDN 0120047908

Tembusan :

1. Plt. Kepala LPPM Universitas Nias
2. Plt. Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
3. Arsip



**YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**

Alamat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungsitoli ☎ +626392620815 Nias 📠 22812
Homepage: <https://bk.unias.ac.id> email: bk@unias.ac.id

SURAT KETERANGAN LULUS MATA KULIAH

Nomor : 022/UN.10.09/KM.06.08/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini, Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Nias, menerangkan bahwa :

Nama : Vivid Anggreni Telaumbanua

NIM : 192102011

Judul Skripsi : **Efektivitas Metode Restrukturisasi Kognitif Terhadap Kepercayaan Diri Remaja di SMA Negeri 1 Gunungsitoli.**

Bahwa yang bersangkutan dinyatakan lulus semua Mata Kuliah di Program Studi Bimbingan dan Konseling, kecuali Mata Kuliah penulisan skripsi. Untuk itu, dimohon kiranya untuk diterbitkan Transkrip Nilai kepada yang bersangkutan.

Atas perhatian dan kerja samanya, kami menyampaikan terima kasih.

Gunungsitoli, 21 Februari 2024

Plt. Ketua Prodi BK,

Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi.,M.Psi.
NIDN 0103128902

Perihal : Permohonan Ujian Skripsi

Lampiran : Satu Berkas

Kepada Yth.

Bapak Dekan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan (FKIP)

c.q. Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling (BK)

Jalan Yos Sudarso 118/E-S

Gunungsitoli

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **VIVID ANGGRENI TELAUMBANUA**

NIM : 192102011

Program : Sarjana

Program Studi : Bimbingan dan Konseling (BK)

Fakultas : Keguruan Dan Ilmu Pendidikan (FKIP)

Mengajukan permohonan untuk diperkenankan menempuh ujian skripsi. Sebagai bahan pertimbangan, bersama ini saya lampirkan :

1. Lembar persetujuan Dosen Pembimbing Skripsi.
2. Lembar Konsultasi Bimbingan Skripsi.
3. Lembar Kesediaan Kehadiran Dewan Penguji.
4. Lembar Pernyataan Kesediaan Kehadiran Dosen Pembimbing.
5. Bukti pembayaran Uang Kuliah terakhir.
6. Surat Keterangan telah menyelesaikan semua beban studi kecuali skripsi.
7. Bukti lunas pembayaran biaya ujian skripsi.
8. Transkrip Nilai dari BAA.
9. Surat Keterangan telah melakukan pengecekan Plagiarisme dari LPPM.
10. Undangan seminar rancangan skripsi.

Atas perhatian Bapak, saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,

Pemohon



VIVID ANGGRENI TELAUMBANUA

NIM. 192102011

Tembusan :

Bapak Pj. Rektor Universitas Nias

c.q. Wakil Rektor 1



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
Rektorat : JalanYosSudarso 118 E/S Gunungsitoli ■ +626392620815 Nias ☎ 22812
Homepage: <https://unias.ac.id> email: admin@unias.ac.id

SURAT PENETAPAN DOSEN PENGUJI SKRIPSI

Nomor : 037/UN10.09/PP.10.08/2024

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP, Universitas Nias Menetapkan Dewan Penguji bagi mahasiswa Universitas Nias :

Nama : Vivid Anggreni Telaumbanua
NIM : 192102011
Program : Sarjana
Sarjana Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Efektivitas Metode Restrukturisasi Kognitif Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Di SMA Negeri 1 Gunungsitoli

Waktu Pelaksanaan :
hari/tanggal : Rabu, 28 Februari 2024
pukul : 09.00-selesai Wib
tempat : Ruang 05

Dosen Penguji :

No	N a m a	Jabatan dalam ujian	keterangan
1	Hosianna R.Damanik, M.Psi	Pembimbing/Penguji	
2	Elizama Zebua,S.Pd.,M.Pd	penguji	
3	Justin F. Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D	Penguji	

Gunungsitoli, Februari 2024
Plt. Ka. Prodi Bk,


Hosianna R.Damanik, M.Psi
NIDN 0103128902



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

Alamat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungsitoli ☎ +626392620815 Nias 📠 22812
Homepage: <https://fkip.unias.ac.id> email: fkip@unias.ac.id

KESEDIAAN MENGHADIRI SIDANG SKRIPSI

Sehubungan dengan pelaksanaan sidang skripsi bagi mahasiswa

Universitas Nias

Nama : Vivid Anggreni Telaumbanua
NIM : 192102011
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan ilmu pendidikan (FKIP)
Judul Skripsi : EFEKTIVITAS METODE RESTRUKTURISASI KOGNITIF
TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI REMAJA DI SMA
NEGERI 1 GUNUNGSITOLI

Waktu Pelaksanaan

Hari/Tanggal : Rabu, 28 Februari 2024
Pukul : 07.30 Wib
Tempat : Ruang 05

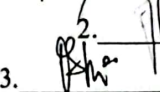
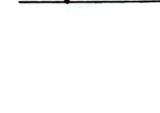
dengan ini menyatakan **kesediaan/ketidaksediaan*** menghadiri sidang skripsi pada waktu yang telah ditetapkan.

Gunungsitoli, Februari 2024

Penguji,

Tanda Tangan

1. Elizama Zebua, S.Pd., M.Pd (Penguji I)
2. Justin F. Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D (Penguji II)
3. Hosianna R. Damanik, M.Psi (Pembimbing)

1. 
2. 
3. 



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

Rektorat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungsitoli ■ +626392620815 Nias 22812
Homepage: <https://unias.ac.id> email: admin@unias.ac.id

Februari 2024

Nomor : 026/UN.10.09/KM.06.08/2024
Lampiran : -
Hal : Pelaksanaan Sidang Skripsi
atas nama Vivid Anggreni Telaumbanua

Kepada Yth.

Elizama Zebua, S.Pd., M.Pd,

Justin Foera-era Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D

Hosianna R. Damanik, S.Psi., M.Psi

Penguji I

Penguji II

Pembimbing

di Gunungsitoli,

Sehubungan dengan pelaksanaan sidang skripsi mahasiswa:

Nama : Vivid Anggreni Telaumbanua

NIM : 192102011

Program : Sarjana

Sarjana Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Judul Skripsi : Efektivitas Metode Restrukturisasi Kognitif Terhadap
Kepercayaan Diri Remaja Di SMA Negeri 1
Gunungsitoli

diharapkan kehadiran Bapak/Ibu pada acara dimaksud yang diselenggarakan:

hari/tanggal : Rabu, 28 Februari 2024

pukul : 09.00 Wib-Selesai

tempat : Ruang 05

Naskah skripsi yang diujikan, disampaikan langsung oleh mahasiswa yang bersangkutan. Atas perhatian Bapak/Ibu, kami mengucapkan terima kasih.

Gunungsitoli, Februari 2024

Plt. Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling

Hosianna R. Damanik, S.Psi., M.Psi

NIDN.0103128902

Tembusan disampaikan kepada

1. Rektor Universitas Nias, u.p. Wakil Rektor I
2. Ketua Program Studi Bimbingan Dan Konseling



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

Alamat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungsitoli ☎ +626392620815 Nias ✉ 22812
Homepage: <https://bk.unias.ac.id> email: bk@unias.ac.id

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari ini Rabu tanggal dua puluh delapan bulan Februari tahun dua ribu dua puluh empat telah diselenggarakan Ujian Skripsi bagi mahasiswa Universitas Nias :

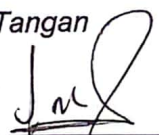
Nama : **Vivid Anggreni Telaumbanua**
NIM : **192102011**
Program Studi : **Bimbingan dan Konseling**
Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**
Judul Skripsi : **Efektifitas Metode Restrukturisasi Kognitif Terhadap Kepercayaan Diri Remaja di SMA Negeri 1 Gunungsitoli**
Waktu Pelaksanaan : **14.30 WIB s/d 16.00 WIB**

Susunan Dewan Pembimbing & Penelaah :

1. Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi., M.Psi.
2. Elizama Zebua, S.Pd., M.Pd.
3. Justin Foera-era Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D

Tanda Tangan

1.  _____

2.  _____

3.  _____

Rekapitulasi Nilai :

Pembimbing & Penelaah	Nilai
Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi., M.Psi.	95
Elizama Zebua, S.Pd., M.Pd.	83
Justin Foera-era Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D	74
Total Nilai	252

Rata-rata nilai : 84

Plt. Ketua Prodi BK,



Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi., M.Psi.
NIDN 0103128902



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

Alamat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungsitoli ☎ +626392620815 Nias ✉ 22812
Homepage: <https://bk.unias.ac.id> email: bk@unias.ac.id

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari ini Rabu tanggal dua puluh delapan bulan Februari tahun dua ribu dua puluh empat telah diselenggarakan Ujian Skripsi bagi mahasiswa Universitas Nias :

Nama	:	Vivid Anggreni Telaumbanua
NIM	:	192102011
Program Studi	:	Bimbingan dan Konseling
Fakultas	:	Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi	:	Efektifitas Metode Restrukturisasi Kognitif Terhadap Kepercayaan Diri Remaja di SMA Negeri 1 Gunungsitoli
Waktu Pelaksanaan	:	14.30 WIB s/d 16.00 WIB

Susunan Dewan Pembimbing & Penelaah :

1. Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi., M.Psi.
2. Elizama Zebua, S.Pd., M.Pd.
3. Justin Foera-era Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D.

Tanda Tangan

1.		2.	
3.			

Berdasarkan perhitungan, rata-rata nilai adalah 84

(Delapan puluh empat)

Dengan demikian yang bersangkutan dinyatakan lulus/ tidak lulus, dengan predikat kelulusan B+

Plt. Ketua Prodi BK,

Hosianna Rodearni Damanik, S.Psi., M.Psi.
NIDN 0103128902



Lembar Perbaikan Ujian Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP Universitas Nias

1. Dosen Penguji

Nama : **Justin F. Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D**
NIDN : 0130079302
Jabatan : Penguji II
Unit Kerja : Universitas Nias

2. Mahasiswa

Nama : **Vivid Anggreni Telaumbanua**
NIM : 192102011
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Efektivitas Metode Restrukturisasi Kognitif Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Di SMA Negeri 1 Gunungsitoli

3. Waktu Pelaksanaan Ujian:

Hari/tanggal : Rabu, 28 Februari 2024
Pukul : 07.30 WIB - selesai
Tempat : FKIP Universitas Nias

4. Perbaikan Skripsi:

No	Bab/Halaman	Uraian
1	Bab I	- Das Sein dikembangkan.
2	Bab II	- Manfaat penelitian dikembangkan - Penelitian terdahulu - Tinjauan Bk
3	Bab III	- Degresi operasional - Sampel - > cluster sampling (probability sampling). - analisis data
4	Bab IV	- Uji Validitas / Reliabilitas - Identitas - Penutup.

Gunungsitoli, 28 Februari 2024
Penguji II,

Justin F. Lase, S.Tr.Sos., Sp.P.S.P.D
NIDN. 0130079302



YAYASAN PERGURUAN TINGGI NIAS
UNIVERSITAS NIAS
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

Rektorat : Jalan Yos Sudarso 118 E/S Gunungsitoli ■ +626392620815 Nias ■ 22812
Homepage: <https://unias.ac.id> email: admin@unias.ac.id

Lembar Perbaikan Ujian Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Konseling, FKIP Universitas Nias

1. Dosen Penguji

Nama : **Elizama Zebua, S.Pd., M.Pd**
NIDN : 0110058801
Jabatan : Penguji I
Unit Kerja : Universitas Nias

2. Mahasiswa

Nama : **Vivid Anggreni Telaumbanua**
NIM : 192102011
Program : Sarjana
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Efektivitas Metode Restrukturisasi Kognitif Terhadap Kepercayaan Diri Remaja Di SMA Negeri 1 Gunungsitoli

3. Waktu Pelaksanaan Ujian:

Hari/tanggal : Rabu, 28 Februari 2024
Pukul : 07.30 WIB - selesai
Tempat : FKIP Universitas Nias

4. Perbaikan Skripsi:

No	Bab/Halaman	Uraian
		Abstrak Daftar pustaka } Lih pokok Bab 3. ttg populasi & sampel sebelum dg hukum ilmiah serta teknik penarikan sampel yg relevan dg teknik penelitian

Gunungsitoli, 28 Februari 2024
Penguji I,

Elizama Zebua, S.Pd., M.Pd
NIDN. 0010125914

BIODATA PENULIS



Vivid Anggreni Telaumbanua (Vivid) lahir di desa Onozitoli Sifaoroasi, Kecamatan Gunungsitoli, Kota Gunungsitoli, Provinsi Sumatera Utara, lahir pada tanggal 26 Juni 2001, anak ke lima dari lima bersaudara, yang di lahirkan dari pasangan Tongoni Telaumbanua (Ayah) dan Nantilah Dawolo (Ibu). Ayah telah meninggal dunia, ibu seorang wiraswasta.

Penulis menyelesaikan pendidikan sekolah dasar pada tahun 2013 di SD Negeri 075108 Afilaza, setelah tamat SD penulis melanjutkan Pendidikan di SMPS Pembda 2 Gunungsitoli dan selesai pada tahun 2016, kemudian penulis melanjutkan pendidikan di SMK Negeri 1 Gunungsitoli hingga tamat pada tahun 2019.

Karena berkat Tuhan yang tak berkesudahan, maka pada bulan agustus 2019 penulis melanjutkan pendidikan di salah satu Perguruan Tinggi Swasta di Nias yaitu Universitas Nias dan mengambil Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.

Pada bulan November 2023, memulai penelitian ilmiah untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan studi di Universitas Nias. Setelah beberapa lama melaksanakan penelitian dan oleh karena Kuasa dan Berkat Tuhan sehingga pada hari Rabu, 28 Februari 2024 telah mampu mempertahankan di depan Dosen Penguji Skripsi dan dinyatakan “LULUS” dengan nilai B+ dan berhasil meraih gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Selama menempuh pendidikan di Universitas Nias banyak pengalaman belajar yang didapatkan dan terlibat dalam berbagai kegiatan sebagai mahasiswi, baik di bidang pendidikan dan pengajaran, bidang penelitian maupun bidang pengabdian pada masyarakat.