

ABSTRAK

Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Mereduksi Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian di SMAN 1 Padang

Oleh: Hafif Kurniady S.

Penelitian ini dilatarbelakangi banyaknya siswa SMA N 1 Padang yang cemas menghadapi ujian. Guru BK atau konselor merupakan salah satu tenaga pendidik di sekolah perlu melakukan berbagai upaya untuk mengembangkan potensi siswa termasuk membantu siswa mengatasi kecemasan menghadapi ujian. Salah satu layanan yang dapat dilakukan oleh guru BK atau konselor dalam membantu mengurangi kecemasan siswa menghadapi ujian adalah dengan pemberian layanan bimbingan kelompok. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan efektivitas layanan bimbingan kelompok dalam mereduksi kecemasan siswa menghadapi ujian.

Jenis penelitian ini penelitian eksperimen rancangan *Pre-Experiment* jenis *The One Group Pretest Posttest*. Subjek penelitiannya yaitu siswa kelas X MIA 4 SMA N 1 Padang yang memiliki tingkat kecemasan menghadapi ujian. Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data yaitu kuesioner. Pelaksana dalam penelitian ini adalah Delvina Budiarni S.Pd., Kons yang bertindak sebagai pemimpin kelompok. Kecemasan siswa menghadapi ujian di sekolah dianalisis dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks test* dengan bantuan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS)* versi 20.00.

Temuan penelitian mengungkapkan: (1) Kecemasan siswa menghadapi ujian sebelum mengikuti layanan bimbingan kelompok (65,61%) berada pada kategori tinggi, (2) Kecemasan siswa menghadapi ujian sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok (53,99%) berada pada kategori sedang, (3) Terdapat perbedaan kecemasan siswa menghadapi ujian sebelum dan sesudah mengikuti layanan bimbingan kelompok dimana persentase *posttest* lebih rendah daripada persentase *pretest*. Hal ini menunjukkan bimbingan kelompok efektif dalam membantu siswa mengatasi kecemasan menghadapi ujian. Berdasarkan temuan ini guru BK atau konselor diharapkan untuk terus meningkatkan layanan bimbingan dan konseling terutama layanan bimbingan kelompok untuk membantu siswa mengatasi kecemasan menghadapi ujian agar hasil belajar menjadi lebih baik.