

**PENGEMBANGAN PANDUAN KONSELING COGNITIVE
BEHAVIORAL TEKNIK *COGNITIVE RESTRUCTURING* BERBASIS
WEBSITE UNTUK MENGATASI KECEMASAN PADA
REMAJA KORBAN KEKERASAN**

**Ni Made Rita Angreni, NIM 1911011003
Program Studi Bimbingan Konseling**

ABSTRAK

Penelitian pengembangan ini bertujuan untuk mengembangkan, menilai validasi buku panduan dan mengetahui efektivitas panduan konseling behavioral teknik *cognitive restructuring* berbasis *website* untuk mengatasi kecemasan pada remaja korban kekerasan. Panduan konseling ini merupakan pedoman bagi guru BK ataupun konselor dalam melaksanakan layanan bimbingan konseling di sekolah dan instansi terkait. Prosedur pengembangan dalam penelitian ini mengikuti model pengembangan 4D yang dikemukakan oleh Thiagarajan, (1974). Penilaian validasi panduan ini dinilai oleh 4 ahli/pakar dalam bidang bimbingan konseling dan 1 ahli/pakar dalam bidang teknologi pendidikan. Instrumen penilaian yang digunakan terdiri dari 14 butir pernyataan yang mengacu pada keterterimaan panduan. Analisis validitas menggunakan formulasi perhitungan *Content Validity Ratio* (CVR) dari Lawshe, (1975). Hasil menunjukkan validitas isi (CVI) sebesar 1 yang berarti sangat baik atau istimewa. Hal ini menunjukkan bahwa panduan konseling behavioral teknik *cognitive restructuring* berbasis *website* yang dikembangkan telah memenuhi kriteria kelayakan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X dan XI SMK N 1 Singaraja yang pernah mengalami kekerasan. Uji efektivitas melibatkan 30 orang siswa yang mengalami kecemasan akibat kekerasan yang pernah dialami dan dalam penelitian ini menggunakan metode *one group pre-test and post-test design*. Uji efektivitas ini dilakukan menggunakan uji t, hasil dari uji-t diperoleh $t_{hitung} = 13,352$ dan $t_{tabel} = 2,048$ yang berarti nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$, hasil ini menyatakan bahwa pengembangan panduan konseling behavioral teknik *cognitive restructuring* efektif untuk mengatasi kecemasan pada remaja korban kekerasan.

Kata Kunci: Panduan, Konseling Behavioral, Teknik *Cognitive Restructuring*, 4D

**DEVELOPMENT OF WEBSITE-BASED COGNITIVE BEHAVIORAL
COUNSELING GUIDE FOR COGNITIVE RESTRUCTURING
TECHNIQUES TO OVERCOME ANXIETY IN
ADOLESCENT VICTIMS OF VIOLENCE**

Ni Made Rita Angreni, NIM 1911011003

Counseling Guidance Study Program

ABSTRACT

This research development aims to develop, assess the validation of guidebooks and determine the effectiveness of behavioral counseling guidelines based on web-based cognitive restructuring techniques to overcome anxiety in adolescent victims of violence. This counseling guide is a guide for counseling teachers or counselors in carrying out guidance and counseling services in schools and related agencies. The development procedure in this study follows the 4D development model proposed by Thiagarajan, (1974). The evaluation of the validation of this guide was assessed by 4 experts/experts in the field of guidance and counseling and 1 expert/expert in the field of educational technology. The assessment instrument used consisted of 14 statement items referring to the acceptability of the guide. Validity analysis uses the calculation formula Content Validity Ratio (CVR) from Lawshe, (1975). The results show content validity (CVI) of 1 which means very good or special. This shows that the website-based cognitive restructuring technique behavioral counseling guidelines developed have met the eligibility criteria. The population in this study were all students of grades X and XI at SMK N 1 Singaraja who had experienced violence. The effectiveness test involved 30 students who experienced anxiety due to violence they had experienced and in this study used the one group pre-test and post-test design method. This effectiveness test was carried out using the t test, the results of the t-test were obtained by $t_{\text{hitung}} = 13.352$ and t_{tabel} (

Keywords: *Guidelines, Behavioral Counseling, Cognitive Restructuring Techniques, 4D*