

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Konseling kelompok

a. Pengertian konseling kelompok

Menurut Rifda El Fiah Konseling kelompok merupakan bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyuluhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dan perkembangan dan pertumbuhannya (Fiah, 1015).

Menurut W.S Winkel konseling kelompok merupakan wawancara yang dilakukan oleh konselor dengan beberapa orang yang tergabung dalam kelompok kecil, (Nurselvia, 2021). Sedangkan menurut Prayitno konseling kelompok adalah layanan yang membuat konseli mendapatkan kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan masalah melalui dinamika kelompok, yang didalamnya tetap seperti konseling individu yaitu dengan suasana terbuka dan akrab (Prayitno, 2015).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok merupakan layanan yang diberikan untuk membantu konseli dengan menggunakan dinamika kelompok untuk mengentaskan masalah.

b. Tujuan konseling kelompok

Menurut Prayitno secara khusus fokus layanan konseling kelompok adalah masalah pribadi individu peserta layanan, maka layanan konseling kelompok yang intensif dalam upaya pemecahan masalah tersebut, para peserta memperoleh dua tujuan sekaligus yaitu:

- 1) Berkembangnya perasaan, pikiran, persepsi, wawasan dan sikap terarah kepada tingkah laku khususnya dan bersosialisasi dan berkomunikasi.
- 2) Terpecahnya masalah individu yang bersangkutan dan diperolehnya imbasan pemecahan masalah tersebut bagi individu lain yang menjadi peserta layanan (Tohirin, 2007).

Tujuan layanan konseling kelompok menurut Dewa Ketut Sukardi (Sukardi, 2002) sebagai berikut :

- a. Melatih anggota kelompok agar berani berbicara dengan orang banyak.
- b. Melatih anggota kelompok agar dapat bertenggang rasa terhadap teman sebayanya.
- c. Dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing anggota kelompok.
- d. Mengentaskan permasalahan-permasalahan kelompok.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling kelompok adalah melatih pengembangan potensi,

melatih komunikasi dan cara bersosialisasi dengan orang lain,serta mampu mengentaskan masalah-masalah yang dialami anggota kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

c. Tahapan konseling kelompok

Layanan konseling kelompok terdiri dari beberapa tahapan. Terdapat beberapa istilah yang berbeda dari beberapa ahli tentang konseling kelompok akan tetapi intinya tetap sama. Adapun tahapan konseling kelompok yaitu:

1. Tahap Pembentukan

Tahap pembentukan merupakan tahap pengenalan dan tahap perlibatan awal dalam kelompok. Tahapan ini sangat perlu sebagai dasar pembentukan dinamika kelompok. Dalam tahapan ini pemimpin harus menjelaskan pengertian layanan konseling kelompok, tujuan, tata cara, serta asas-asas konseling kelompok. Selain itu pengenalan antara pemimpin dan anggota kelompok dilakukan dalam tahap ini.

2. Tahap Peralihan

Pada tahapan ini pemimpin kelompok perlu kembali mengalihkan perhatian anggota kelompok tentang kegiatan apayang dilakukan selanjutnya. Menjelaskan jenis kelompok (kelompok tugas atau bebas), menawarkan atau mengamati apakah anggota sudah siap menjani kegiatan pada tahap selanjutnya. Membahas suasana yang terjadi dan

meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota.

3. Tahap Kegiatan

Tahap ini merupakan tahap inti dari layanan konseling kelompok. Dalam tahap ketiga ini hubungan antar anggota kelompok tumbuh dengan baik, saling tukar pengalaman dalam bidang suasana, perasaan yang terjadi.

Pengaturan, penyajian, dan pembukaan diri berlangsung dengan bebas. Konseling kelompok dengan Teknik *cognitive restructuring* adalah setelah pengungkapan masalah, kemudian:

- a. Menentukan rangkaian situasi yang menyebabkan permasalahan
- b. Anggota kelompok dan pemimpin kelompok bersama-sama mencari solusi dan bertukar informasi bagaimana cara manajemen diri untuk mengurangi perilaku menyontek
- c. Konseli mencoba mempraktikkan hasil diskusi dalam kehidupan sehari-hari
- d. Mendiskusikan kembali hasil penerapan teknik *cognitive restructuring* pada pertemuan selanjutnya

4. Tahap Pengakhiran

Pada tahap ini pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera berakhir, meminta kepada para anggota kelompok untuk mengemukakan perasaan tentang

kegiatan yang telah dijalani, serta membahas kegiatan selanjutnya.

Dalam tahap ini pemimpin kelompok mengusahakan suasana hangat, bebas, dan terbuka memberikan pernyataan dan mengucapkan terimakasih atas keikutsertaan anggota, memberikan semangat untuk kegiatan lebih lanjut dan rasa dengan penuh persahabatan (Sukardi, 2002).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa tahapan konseling kelompok terdiri empat tahapan yaitu tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran.

2. Teknik *Cognitive Restructuring*

a. Sejarah Perkembangan Teknik *Cognitive Restructuring*

Teknik *cognitive restructuring* merupakan pendekatan yang berpusat pada aspek kognitif dan termasuk REBT model baru atau sering disebut sebagai konseling kontemporer. Pada pendekatan REBT orientasinya pada kognitif namun konselor tetap memperhatikan keadaan emosi dan behavior konseli, kemudian dalam perkembangannya agar lebih spesifik pada aspek kognitif dan fokus pada pengorganisasian atau penyusunan ulang kerangka berpikir yang lebih rasional maka teretuslah teknik *cognitive restructuring* oleh Albert Ellis, William Glasser dan Donald Meichenbaum (Gantina Komalasari, 2016).

Teknik *cognitive restructuring* melibatkan prinsip-prinsip belajar pada pikiran, teknik *cognitive restructuring* dirancang untuk membantu konseli mencapai respon emosional yang lebih baik dengan mengubah kebiasaan dan penilaian yang sedemikian rupa untuk meminimalisir bias, teknik *cognitive restructuring* biasanya digunakan untuk membantu konseli dalam mengganti pikiran dan interpretasi negative dengan pikiran dan perilaku yang lebih positif (Syarifah Hidayahna, 2022).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa konseling REBT model baru yang menekankan pada cara berpikir yang dicetuskan oleh Albert Ellis, Wiliam Glasser dan Donald Meichenbaum. Teknik *cognitive restructuring* Ellis digunakan untuk mengganti pikiran negative dengan pikiran dan perilaku yang lebih positif.

b. Pengertian Teknik *Cognitive Restructuring*

Teknik *cognitive restructuring* bertujuan untuk membantu individu dalam mencapai respon emosional yang lebih baik dengan mengubah kebiasaan penilaian habitual menjadi tidak terlalu bias, teknik *cognitive restructuring* didasarkan pada dua asumsi yaitu pikiran irasional yang memiliki dampak negatif pada diri sendiri dan pikiran tentang diri sendiri dapat diubah melalui perubahan pandangan dan kognisi pribadi (dalam buku Erford, 2019).

Menurut Cormier teknik *cognitive restructuring* adalah salah satu strategi yang dapat membantu individu dalam menetapkan hubungan antara persepsi dan kognisinya dengan emosi dan perilakunya dan untuk mengidentifikasi persepsi dan kognisi tersebut dengan persepsi yang lebih meningkatkan diri (Mutmainah, 2020).

Menurut Sayre teknik *cognitive restructuring* merupakan serangkaian kegiatan meneliti dan menilai keyakinan yang dimiliki oleh individu saat itu kemudian memahami bagaimana keyakinannya apakah dinilai rasional atau tidak rasional melalui proses yang obyektif dari penilaian yang berhubungan dengan pikiran, perasaan, dan tindakan (Fajarudin, 2016).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa teknik *cognitive restructuring* merupakan teknik yang digunakan untuk membantu individu dalam mengubah persepsi atau keyakinan irasional yang menyebabkan dampak negatif pada diri sendiri melalui proses yang obyektif dari penilaian yang berhubungan dengan pikiran, perasaan dan tindakan.

c. Prosedur Penggunaan Teknik *Cognitive Restructuring*

Doyle (dalam buku Erford, 2019) menjelaskan terdapat tujuh langkah dalam penerapan teknik *cognitive restructuring*, langkah-langkah sebagai berikut :

1. Kumpulkan informasi latar belakang untuk mengungkapkan bagaimana konseli menangani masalah yang sudah terjadi.
2. Bantu konseli menjadi sadar akan proses pikirannya, ajak konseli diskusi contoh kehidupan nyata dan bukti yang ada.
3. Periksa proses berpikir rasional konseli, fokuskan pikiran konseli yang mempengaruhi kesejahteraannya, dalam proses ini konselor boleh membesar-besarkan pikiran irasional konseli agar poinnya lebih terlihat.
4. Memberikan bantuan untuk mengevaluasi keyakinan konseli tentang pola-pola pikiran logis diri sendiri dan orang lain.
5. Membantu konseli belajar mengubah keyakinan dan asumsi internalnya.
6. Ulangi proses pikiran rasional sekali lagi, dalam hal ini dengan mengajarkan tentang aspek-aspek penting kepada konseli membentuk tujuan-tujuan yang masuk akal.
7. Bisa gabungkan dengan Teknik lain seperti pekerjaan rumah dengan membuat jurnal harian serta relaksasi sampai pola logis benar-benar terbentuk.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat tujuh langkah penggunaan teknik *cognitive restructuring* adalah kumpulkan informasi konseli, bantu konseli menjadi sadar, periksa proses berpikir rasional konseli, membantu konseli mengevaluasi pikiran logis, membantu konseli mengubah

keyakinan, ulangi proses pikiran rasional dan dapat menggabungkan dengan Teknik lainnya.

d. Kelebihan dan Kekurangan Teknik *Cognitive Restructuring*

Menurut (Syarifah Hidayahna, 2022) kelebihan teknik *cognitive restructuring* ketika digunakan adalah efektif dan efisien, fokus, praktis, tidak sulit dalam memfasilitasi konseli dalam mengatasi masalah, sedangkan kekurangan teknik *cognitive restructuring* adalah terlalu menitikberatkan pada berpikir positif, konseling yang dilakukan terlalu sederhana, tidak menggunakan Riwayat masa lalu konseli, terlalu berorientasi pada teknik, menghilangkan gejala namun gagal mengeksplorasi hal-hal penting yang menyebabkan kesulitan dan mengabaikan perasaan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa teknik *cognitive restructuring* ketika digunakan praktis, efektif dan efisien namun terlalu menitikberatkan pada berpikir positif dan mengabaikan faktor perasaan.

3. Perilaku Menyontek

a. Pengertian Perilaku Menyontek

Menurut Titi Kharisma pihatnaningtiyas perilaku menyontek merupakan segala perbuatan atau *trik-trik* yang tidak jujur, perilaku curang yang dilakukan oleh seseorang untuk memperoleh keberhasilan dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik terutama yang berkaitan dengan ujian atau evaluasi dengan mengabaikan

aturan-aturan dan kesepakatan yang sudah ada (Pihatnaningtiyas, 2014).

Menurut Gehring dan Pavela, perilaku menyontek merupakan suatu tindakan curang yang disengaja, ketika seorang peserta didik berusaha mengklaim hasil belajar orang lain dengan cara yang tidak sah, atau menggunakan materi yang tidak sah atau memalsukan informasi akademik atau membantu peserta didik lain dalam berbuat curang (Holly Seirup Pincus, 2023)

Menyontek juga sebagaimana menurut Ehrlich, Flexner, Carruth,& Hawkins, Cheathing is *“to act dishonestly or unfairly in order to win some profit or advantage”* yang artinya melakukan ketidakjujuran atau tidak *fair* dalam rangka meraih keuntungan. Sementara Cizek memberikan definisi yang lebih terperinci. Dia menyatakan bahwa perilaku menyontek digolongkan dalam 3 (tiga) kategori yaitu:

- a. Memberikan, menerima atau menggunakan segala informasi
- b. Menggunakan materi yang dilarang atau membuat catatan atau ngepek, dan
- c. Memanfaatkan kelemahan seseorang, prosedur atau proses untuk mendapatkan keuntungan dalam tugas akademik (Hartanto, 2012).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa perilaku menyontek adalah perilaku tidak jujur atau curang dalam

mencapai keberhasilan akademik dengan cara yang melanggar kesepakatan atau dengan cara memberikan, menerima atau menggunakan segala informasi, serta menggunakan materi yang dilarang dan memanfaatkan kelemahan seseorang untuk mendapatkan keuntungan dalam tugas akademik.

b. Bentuk-bentuk Perilaku Menyontek

Menyontek dapat dilakukan dengan berbagai cara oleh peserta didik sejalan dengan perkembangan tahun, maka makin banyak cara yang dilakukan oleh peserta didik, yang dulunya menyontek hanya bisa dilakukan manual, maka seiring perkembangannya teknologi. Sedangkan, bentuk-bentuk perilaku menyontek menurut Dody Hartanto (Hartanto, 2012) secara mudah dapat di klasifikasikan sebagai berikut :

- a. Membuat catatan kecil
- b. Membuka catatan pelajaran
- c. Saling Tukar jawaban dengan teman
- d. Bertanya kepada teman
- e. Lempar-lempar kertas jawaban/catatan dengan teman
- f. Saling memberi isyarat
- g. Memanfaatkan teknologi berupa Hp

Hetherington dan Feldman mengklasifikasikan empat tipe perilaku menyontek (Hartanto, 2012) yaitu:

a. *Independent Opportunistic*

Independent Opportunistic adalah kegiatan menyontek yang dilakukan oleh orang yang impulsif atau melakukan dengan tiba-tiba dan tidak merencanakannya, dan melakukannya sendirian. Contohnya: membuka buku atau menggunakan internet via *handphone* saat ujian.

b. *Independent Planned*

Independent Planned adalah peserta didik dengan sengaja merencanakan sendiri kegiatan menyontek yang akan dilakukannya pada saat ujian dan mengandalkan dirinya sendiri. Contohnya: membawa materi-materi atau catatan kedalam ruangan ujian dengan sengaja.

c. *Social Active*

Social Active adalah mengambil dan meminta jawaban dari orang lain. Dalam kondisi ini peserta didik tersebut mengandalkan peserta didik lain untuk menyontek. Contohnya: pada saat ujian berlangsung, seorang peserta didik meminta jawaban kepada peserta didik lainnya, mengambil jawaban teman.

d. *Social Passive*

Social Passive adalah pada dasarnya peserta didik tidak ingin terlibat dalam aktifitas menyontek. Menyontek terjadi ketika peran seorang peserta didik tersebut pasif dan

di andalkan oleh peserta didik lain untuk menyontek.

Contohnya: membiarkan orang lain menyontek, pada saat ujian berlangsung, peserta didik membiarkan peserta didik lainnya menyontek atau bahkan memberikan contekan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa bentuk-bentuk perilaku menyontek seperti membuat dan membuat catatan pelajaran, tukar jawaban dengan teman, memanfaatkan teknologi. Kemudian terdapat empat tipe perilaku menyontek yaitu *independent opportunistic* yang dilakukan tanpa rencana, *independent planned* yang dilakukan dengan rencana, *social active* meminta jawaban kepada orang lain dan *social passive* mengandalkan orang lain untuk menyontek.

c. Faktor Penyebab Perilaku Menyontek

Ada beberapa pernyataan yang mengemukakan salah satu aspek bentuk perilaku menyontek ini ketika ujian berlangsung beberapa menit, peserta didik sering meminta jawaban/menyalin jawaban dari teman lainnya, hal ini disebabkan banyak faktor yang membuat peserta didik melakukan hal tersebut, salah satunya adalah karena peserta didik lebih mengandalkan kemampuan temannya dari pada kemampuan diri sendiri. Perilaku menyontek menurut Dody Hartono (Hartanto, 2012) menjadi dua bagian besar yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1. Faktor internal
 - a. *Self efficacy* yang rendah
 - b. Kemampuan akademik yang rendah
 - c. *Time manegement*
 - d. Prokrastinasi
2. Faktor eksternal
 - a. Tekanan teman sebaya
 - b. Tekanan dari orang tua
 - c. Peraturan sekolah yang belum jelas
 - d. Sikap guru yang kurang tegas terhadap peserta didik yang menyontek.

Selain hal tersebut, ada beberapa faktor lainnya yang dapat mempengaruhi perilaku menyontek, di antaranya sebagai berikut:

- a. Terlalu Berambisi untuk mendapat nilai yang paling baik tapi malas belajar, terkadang peserta didik menggunakan hasil akhirnya sebagai tujuan utama dalam pembelajaran, peserta didik hanya mempunyai ambisi saja agar mendapatkan nilai yang maksimal dalam ujian tetapi mereka tidak mempunyai usaha untuk mencapainya melainkan mereka malas untuk belajar. Maka dalam setiap ujian, peserta didik akan melakukan usaha dengan berbagai cara salah satunya menyontek.
- b. Kurangnya Percaya Diri, sikap kurangnya rasa percaya diri

terhadap peserta didik ini merupakan hal yang negatif yang sering di alami, biasanya hal semacam ini menjadikan peserta didik merasa tidak mampu dalam masalah belajar bahkan dalam menghadapi ujian. Tidak sedikit pula, peserta didik yang kurang percaya diri karena takut kena marah orang tuanya karena mendapatkan nilai kecil. Sehingga untuk menutupi hal ini, demi mendapatkan nilai yang maksimal terkadang peserta didik melakukan kecurangan yaitu dengan cara menyontek.

- c. Mudah Ikuti Teman, pada masa remaja *Peer-Group* memegang peran penting dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangan dalam kalangan peserta dapat suatu jalinan solidaritas yang tinggi banyak peserta didik yang menghawatirkan satu sama lain pada saat ujian atau mengerjakan tugas, mereka saling bantu apabila salah satu dari mereka ada yang belum selesai ujian, ada pula peserta didik yang khawatir akan di kucilkan apabila tidak mau membantu temannya dalam menyelesaikan tugasnya. Untuk menghilangkan rasa khawatirnya maka peserta didik saling melakukan kerjasama.
- d. Ringannya Sanksi Menyontek, menyontek sendiri sebenarnya sudah ada larangan nya setiap tata tertib ujian, namun sanksi yang diberikan hanya berupa peringatan lisan atau diambil kertas ujiannya oleh pengawas, kemudian peserta didik yang ketahuan mencontek dicatat di berita acara dalam kenyataan terkadang

mereka tetap lulus dan bahkan terkadang masih boleh untuk mengikuti *remedial* apabila nilainya kurang mencapai, bahkan tidak ada tindak lanjut dari guru mata pelajaran yang bersangkutan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor penyebab perilaku menyontek adalah faktor internal seperti *self efficacy* rendah, kemampuan akademik rendah, prokrastinasi dan faktor eksternal seperti tekanan orang tua, pengaruh teman sebaya, peraturan sekolah yang belum jelas dan sikap guru yang kurang tegas. Selanjutnya yang menyebabkan perilaku menyontek adalah terlalu berambisi untuk mendapat nilai yang paling baik tapi malas belajar, kurangnya percaya diri, mudah mengikuti teman, ringannya sanksi menyontek.

d. Indikator Perilaku Menyontek

1. Prokrastinasi dan efikasi diri

Prokrastinasi atau menunda-nunda pekerjaan sering dilakukan oleh siswa yang menyontek karena terbiasa menunda-nunda tugas sehingga memiliki kesiapan yang rendah dalam menghadapi ujian. efikasi diri atau keyakinan seseorang dalam menyelesaikan tugas juga mempengaruhi perilaku menyontek karena siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan lebih percaya diri dan menolak untuk menyontek.

2. Kecemasan yang berlebih

Malinowski & Smith mengatakan bahwa kecemasan akan datang saat tes, kecemasan tersebut dapat mempengaruhi otak sehingga tidak dapat bekerja sesuai dengan kemampuannya dan mendorong untuk menyontek. Calabrese & Cochran juga mengatakan bahwa kecemasan tersebut muncul karena ketakutan akan kegagalan atau harapan berhasil terlalu tinggi (Hartanto, 2012).

3. Motivasi belajar dan berprestasi

Pintrich dan Bong mengatakan bahwa siswa yang memiliki motivasi untuk berprestasi akan berusaha menyelesaikan tugas dengan usaha sendiri dan sebaik mungkin. Cizek mengatakan bahwa siswa yang motivasi belajarnya rendah banyak menemui kesulitan dalam belajar, sehingga memilih menyontek ketika tes.

4. Keterikatan pada kelompok

Siswa yang bergabung pada suatu kelompok akan cenderung menyontek, karena merasa keterikatan yang kuat sehingga mendorong untuk saling menolong dan berbagi termasuk ketika tes.

5. Keinginan akan nilai tinggi

Keinginan siswa untuk memperoleh nilai yang tinggi menjadi pendorong untuk menyontek, karena berpikir bahwa

nilai adalah segalanya dan berusaha apapun agar mendapatkan nilai yang tinggi.

6. Pikiran negatif

Pikiran seperti ketakutan dianggap bodoh, dijaui teman-teman, dimarahi guru atau orang tua karena nilai jelek menjadi penyebab siswa menyontek,

7. Harga diri dan kendali diri

Siswa yang memiliki harga diri yang tinggi akan memilih menyontek karena untuk menjaga harga diri dengan mendapatkan nilai yang bagus, siswa yang memiliki kendali diri yang rendah juga cenderung menyontek.

8. Perilaku *impulsive* dan cari perhatian

Siswa yang menyontek menunjukkan indikasi *impulsive* (terlalu menuruti kata hati dan mencari perhatian), siswa dikatakan *impulsive* jika keputusan yang ia ambil hanya berdasarkan dorongan untuk memperoleh keuntungan pribadi disbanding memikiirkan alasan.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Penulis melakukan kajian dengan literatur yang sesuai dengan masalah yang akan diteliti, agar penelitian ini lebih mudah dipahami. Adapun referensi yang memeiliki kedekatan dengan penelitian ini adalah :

1. Penelitian yang berjudul “Bimbingan Konseling dengan Teknik *Cognitive Restructuring* untuk Mengurangi Kecemasan dalam

Menghadapi Ujian Akhir: Penelitian Siswa Kelas IX di SMPN 4 Rancaekek” (Muharrika, 2023). Hasil penelitian menunjukkan bahwa Teknik *cognitive restructuring* dapat mengurangi kecemasan dalam menghadapi ujian akhir, persamaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilakukan adalah Teknik yang digunakan yaitu menggunakan Teknik *cognitive restructuring*. Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilaksanakan adalah penggunaan Teknik *cognitive restructuring* untuk mengurangi kecemasan menghadapi ujian sedangkan penelitian yang akan dilakukan untuk mengurangi perilaku menyontek.

2. Penelitian yang berjudul “Strategi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Menerapkan Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Resiliensi Siswa” (Ehdatul Puadi Siregar, 2024). Hasil penelitian menunjukkan bahwa Teknik *cognitive restructuring* dapat meningkatkan resiliensi siswa, persamaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilakukan adalah Teknik yang digunakan yaitu menggunakan Teknik *cognitive restructuring*. Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilaksanakan adalah penggunaan Teknik *cognitive restructuring* untuk meningkatkan resiliensi siswa sedangkan penelitian yang akan dilakukan untuk mengurangi perilaku menyontek.
3. Penelitian yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok Teknik *Cognitive Restructuring* Terhadap Kesulitan Belajar Peserta Didik

Kelas VIII Bustanul Ulum Panti Tahun Ajaran 2023/2024” (Nurma Dwi Cahyaning Tyas, 2024). Hasil penelitian menunjukkan bahwa Teknik *cognitive restructuring* berpengaruh terhadap kesulitan belajar, persamaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilakukan adalah Teknik yang digunakan yaitu menggunakan Teknik *cognitive restructuring*. Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilaksanakan adalah menggunakan Teknik *cognitive restructuring* untuk mengatasi kesulitan belajar sedangkan penelitian yang akan dilakukan untuk mengurangi perilaku menyontek.

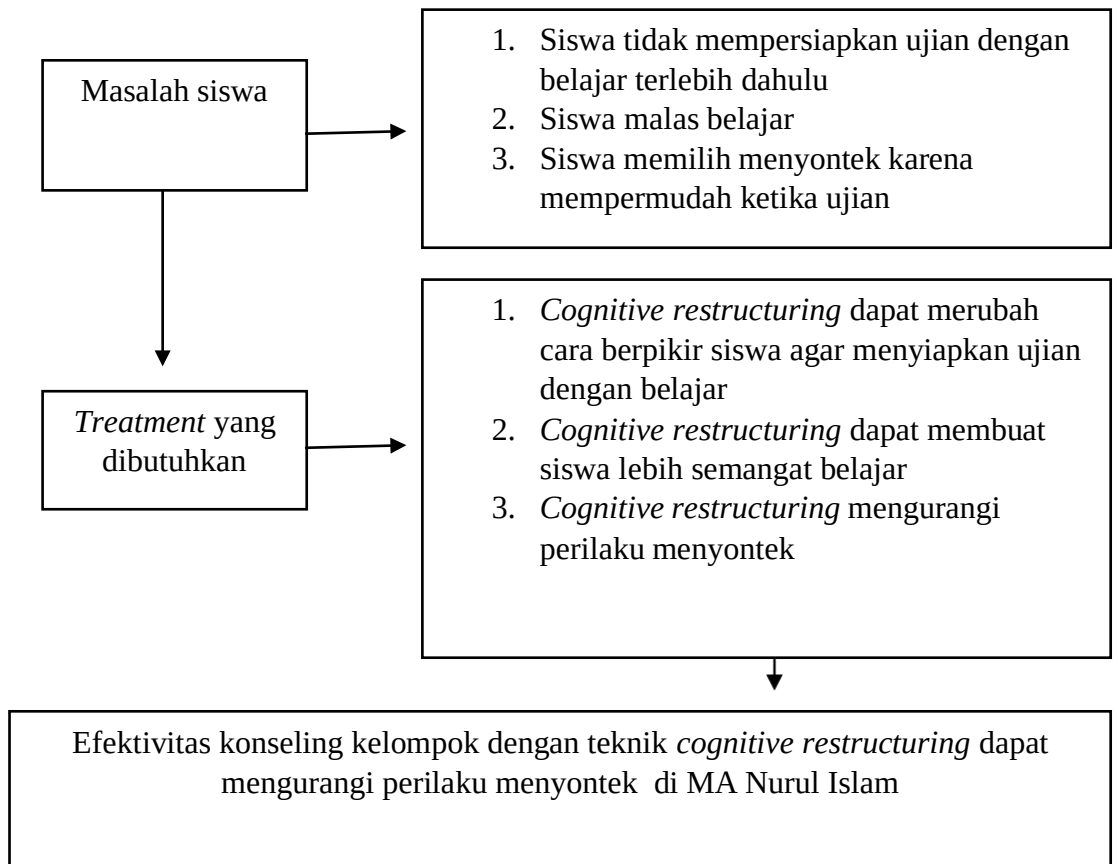
4. Penelitian yang berjudul “Keefektifan Konseling Kelompok Realita Untuk Mengurangi Kebiasaan Menyontek Peserta Didik Kelas X – 4 Di Sman 1 Kebomas Gresik” disusun oleh (Arfiyani, 2023). Hasil penelitian menunjukkan bahwa onseling Kelompok Realita dapat mengurangi kebiasaan menyontek, persamaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilakukan adalah variabel penelitian yaitu perilaku menyontek. Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilaksanakan adalah teknik yang digunakan, penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik *self management* sedangkan yang sudah dilakukan menggunakan konseling kelompok realita.
5. Penelitian yang berjudul “Pengaruh Layanan Konseling Dengan Teknik *Behavior Contract* Dalam Mengurangi Perilaku Menyontek Siswa Di Sma “X” Di Sidoarjo” disusun oleh (Intan, 2023). Hasil penelitian menunjukkan bahwa Teknik *Behavior Contract* dapat

mengurangi perilaku menyontek, persamaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilakukan adalah variabel penelitian yaitu perilaku menyontek. Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilaksanakan adalah teknik yang digunakan, penelitian yang akan dilakukan menggunakan teknik *self management* sedangkan yang sudah dilakukan menggunakan teknik *Behavior Contract*.

C. Kerangka Pikir

Kerangka pikir adalah penjelasan yang menggunakan pemikiran logis pada sebuah penelitian (Lestari, 2021), kerangka pikir digunakan untuk menjelaskan keadaan sebelum diberikan teknik *cognitive restructuring* yaitu perilaku menyontek siswa tinggi kemudian diberikan layanan menggunakan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* diharapkan perilaku menyontek siswa rendah. Berikut kerangka pikir dalam penelitian ini :

Gambar 2.1 Kerangka pikir



D. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian (Sugiyono, 2015), terdapat dua macam hipotesis yaitu hipotesis alternatif (H_a) dan hipotesis nihil (H_o). Berikut hipotesis penelitian ini :

H_a : Ada efektivitas yang signifikan pada konseling kelompok dengan Teknik *cognitive restructuring* dalam mengurangi perilaku menyontek di MA Nurul Islam.

Ho : Tidak ada efektivitas yang signifikan pada konseling kelompok dengan Teknik *cognitive restructuring* dalam mengurangi perilaku menyontek di MA Nurul Islam.