

ABSTRAK

Fitra Marsela. (2018). Efektivitas Bimbingan Kelompok dengan Teknik *Group Exercise* untuk Mengembangkan Rasa Syukur Remaja (Suatu Eksperimen terhadap Siswa Kelas X SMA Negeri 6 Bandung Tahun Ajaran 2017/2018). Tesis. Dibimbing oleh Prof. Dr. H. Syamsu Yusuf LN, M.Pd. (Pembimbing I) dan Dr. Nandang Rusmana, M.Pd. (Pembimbing II). Program Studi Bimbingan dan Konseling, Sekolah Pasca Sarjana

Penelitian dilatar belakangi oleh pentingnya rasa syukur sebagai salah satu emosi positif yang harus dimiliki remaja dalam mempersiapkan diri menjadi sosok yang tangguh dan siap menerima tantangan. Tujuan penelitian untuk menguji efektivitas bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise* untuk mengembangkan rasa syukur remaja kelas X SMA Negeri 6 Bandung Tahun Ajaran 2017/2018. Pendekatan penelitian adalah kuantitatif dengan metode kuasi eksperimen dan menggunakan *pre test* dan *post test control group* desain. Penelitian dilakukan di SMAN Negeri 6 Bandung dengan mengambil subjek penelitian yakni kelas X SMA Negeri 6 Bandung yang ditentukan dengan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan adalah angket rasa syukur. Hasil penelitian menunjukkan secara empirik, intervensi bimbingan kelompok dengan teknik *group exercise* efektif untuk pengembangan rasa syukur remaja. Penelitian dapat dijadikan rujukan bagi guru bimbingan dan konseling di sekolah dalam pengembangan rasa syukur remaja.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, Teknik *Group Exercise*, Rasa Syukur Remaja

ABSTRACT

Fitra Marsela. 1605593 (2018). Effectiveness of Group Guidance with Group Exercise Technique for Development of Gratitude on Teens (Experiments on Senior High School Students 6 Bandung)

Research background by the importance of gratitude as one of the positive emotions that must be teenagers in preparing themselves into a formidable figure and ready to accept the challenge. The purpose of the study to test the effectiveness of group guidance with group exercise techniques for the development of gratitude adolescent class X SMA 6 Bandung School Year 2017/2018. The research approach is quantitative with quasi-experimental method and using pre test and post test control group design. This research was conducted in SMAN Negeri 6 Bandung by taking the research subjects of class X SMA Negeri 6 Bandung determined by purposive sampling technique. The instrument used is a questionnaire of gratitude. The results showed empirically, intervention group guidance with effective group exercise techniques for the development of gratitude teenagers. Research can be used as a reference for teachers guidance and counseling in schools in the development of gratitude teenagers.

Keywords: Group Guidance, Group Engineering Exercise, Gratitude of Youth