

## ABSTRAK

**Ambar Fajriyah. (2018). “Layanan Konseling Kelompok Hipotetik dengan Teknik Reframing untuk Mengurangi Kecemasan Dalam Menyusun Skripsi” (Studi Deskriptif pada Mahasiswa Pendidikan Fisika Semester 8 Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Ajaran 2017/2018)**

Penelitian dilatarbelakangi oleh fenomena kecemasan mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi. Kecemasan merupakan suatu keadaan emosional yang bersifat kompleks dan melibatkan perubahan reaksi kognitif, motorik, somatis dan afektif yang bermula dari pandangan negatif individu mengenai skripsi yang dapat mengakibatkan hambatan dalam penyelesaian skripsi. Tujuan penelitian adalah memperoleh rumusan layanan konseling kelompok hipotetik dengan teknik *reframing* untuk mengurangi kecemasan dalam menyusun skripsi berdasarkan profil kecemasan. Pendekatan yang digunakan pada penelitian adalah pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Subjek penelitian menggunakan *purposive sampling* yaitu 40 mahasiswa Pendidikan Fisika Semester 8 Universitas Pendidikan Indonesia Tahun Ajaran 2017/2018 yang sedang menyusun skripsi. Hasil penelitian menunjukkan 1) secara umum kecemasan menyusun skripsi berada pada kategori *sedang*, aspek yang memiliki tingkat kecemasan pada kategori *berat* yaitu aspek afektif, aspek somatis dan motorik pada kategori *sedang*, dan aspek kognitif pada kategori *ringan*; 2) berdasarkan indikator-indikator pada setiap aspek, kecemasan dalam menyusun skripsi berada pada kategori *berat* dan *sedang*; 3) berdasarkan profil kecemasan, dihasilkan rancangan hipotetik layanan konseling kelompok dengan teknik *reframing* yang terdiri dari 9 sesi serta layak menurut pakar dan konselor untuk mengurangi kecemasan menyusun skripsi. Rekomendasi secara umum ditujukan bagi praktisi bimbingan dan konseling di perguruan tinggi, khususnya di UPI melalui UPT Bimbingan dan Konseling untuk melaksanakan rancangan layanan konseling kelompok dengan teknik *reframing* sebagai upaya mengurangi kecemasan dalam menyusun skripsi.

Kata Kunci: kecemasan, skripsi, konseling kelompok, *reframing*.

## ABSTRACT

**Ambar Fajriyah. (2018). "The Counseling Services of Hypothetical Group with Reframing Technique to Reduce Anxiety in Writing Thesis" (Descriptive Study on Students of 8<sup>th</sup> Semester of Physics in Indonesian University of Education year 2017/2018)**

Research is prompted by the phenomenon of anxiety in the student of senior year in writing a thesis. Anxiety is an emotional state that is complex and involves changes in cognitive, motorik, somatis and affective reactions that originate from an individual's negatif view of the thesis that can lead to obstacles in the completion of the task. The purpose of the study was to obtain a hypothetical group counseling service formula with reframing technique to reduce anxiety in finishing thesis based on anxiety profiles. The approach used in the study is a quantitative approach with descriptive methods. The research subjects used purposive sampling namely 40 students of 8th Semester of Physics major in Indonesian University of Education in 2017/2018 who were preparing their thesis. In general, the results showed 1) the anxiety of writing thesis was in the medium categories, the aspects that had anxiety levels in the heavy category were affective aspects, however, somatis and motorik aspects were in the medium category, while cognitive aspects in the light category; 2) based on indicators in each aspect, anxiety in writing a thesis is in the heavy and medium category; 3) based on anxiety profiles, a hypothetical design of group counseling services was produced with a reframing technique consisting of 9 sessions which considered appropriate according to experts and counselors to reduce the anxiety of writing a thesis. The recommendations are generally aimed at practitioners of guidance and counseling in universities, especially in UPI through the units (UPT) of Guidance and Counseling to implement group counseling service design with reframing technique as an effort to reduce anxiety in writing theses.

Keywords: anxiety, thesis, group counseling, reframing.