**ABSTRAK**

**UPAYA MENGURANGI FOBIA SOSIAL MELALUI LAYANAN KONSELING**

**KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN RASIONAL EMOTIF TERAPI (RET)**

**PADA SISWAKELAS X SMK HARAPAN BANGSA TANJUNG**

**MORAWA TAHUN AJARAN 2016/2017**

**Oleh :**

**Winarsih**

**NPM : 131484004**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pelaksanaan layanan konseling kelompok yang efektif untuk mengurangi fobia social pada siswa kelas X . Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas bimbingan dan konseling dengan menggunakan tiga siklus. Subyek penelitian ini yaitu 8 orang siswa diambil dari kelas X. dimana 8 orang siswa tersebut merupakan hasil analisis observasi dan wawancara.

Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu wawancara dan observasi. Adapun teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan terhadap hasil pengamatan , analisis data pada penelitian adalah deskripsi kualitatif karena membandingkan tingkat pengurangan fobia social antara kondisi awal (prasiklus) dengan siklus 1, siklus 2 dan siklus 3 kondisi akhir (pasca siklus). Hasil penelitian diperoleh hasil persentase sebelum melaksanakan kegiatan layanan konseling kelompok yang memiliki fobia social yang tinggi, yatu sebesar 50% , siswa yang memiliki fobia social sedang sebesar 30%.

Pada siklus 1 setelah melaksanakan kegiatan layanan konseling kelompok peneliti berhasil menurunkan 20% kategori sedang dan 60% kategori rendah dan 0% kategori tinggi, sedangkan siklus 2 berhasil menurunkan fobia social dari kategori tinggi dan sedang hingga 0% , dan berubah manjadi 80% kategori rendah. Pada siklus akhir/ siklus 3 pelaksanaan layanan berhasil mengurangi fobia social pada siswa dari kategori tinggi hingga tidak ada. Sesudah diberikan tindakan sebanyak tiga siklus terjadi penurunn yang signifikan sehingga tidak ada lagi kategori tinggi siswa yang memiliki fobia social.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah fobia social pada siswa dapat diatasi melalui layanan konseling kelompok. Saran yang diberikan kepada guru bimbingan dan konseling disekolah tersebut diharapkan dapat mengurangi fobia social melalui layanan konseling kelompok dengan pendekatan rasional emotif terapi, serta pihak sekolah agar menyediakan sarana dan fasilitas yang mendukung layanan bimbingan konseling.

**ABSTRACT**

**EFFORT REDUCE SOCIAL FOBIA THROUGH COUNSELING SERVICES GROUP WITH APPROPRIATE EMOTIVE RATIONAL APPROACH (RET) AT SISWAKELAS X SMK HOPE NATION TANJUNG MORAWA YEAR 2016/2017  
By:  
Winarsih  
NPM: 131484004**

The purpose of this study is to know the implementation of effective group counseling services to reduce social phobia in grade X students. The type of research used in this study is action class research guidance and counseling using three cycles. The subjects of this study are 8 students taken from class X. where 8 students are the result of the analysis of observation and interview.

Data collection methods used are interview and observation. The technique of data analysis in this study conducted on observations, data analysis in the study was a qualitative description for comparing the level of reduction of social phobia among the initial conditions (prasiklus) with cycle 1, cycle 2 and cycle 3 final condition (after cycle). Results showed that the percentage before conducting group counseling services that have a high social phobia, yatu by 50%, the students who have social phobia was at 30%.

In cycle 1 after conducting counseling services research group managed to lose 20% of the moderate category and 60% lower categories and 0% high category, while the cycle 2 managed to lose the phobia social category is high and moderate to 0%, and changed widened to 80% lower category . In the final cycle / cycle 3 the implementation of the service managed to reduce social phobia in students from high to non-existent category. After three cycles of action given penurunn significant happen so there is no longer a high category of students who have social phobia.

The conclusion of this research is social phobia in students can be overcome through group counseling service. Suggestions given to teachers in school counseling and counseling are expected to reduce social phobia through group counseling services with emotional rational approach therapy, as well as the school to provide facilities and facilities that support counseling services.