**ABSTRAK**

Kecemasan berbicara merupakan bentuk dari perasaan takut atau cemas secara nyata ketika berbicara di depan umum. Kecemasan dapat terjadi karena perasaan tekanan yang dialami seseorang karena kecemasan adalah perasaan yang tidak meyenangkan dan menimbulkan ketakutan, ketegangan, dan kekhawatiran yang dapat menimbulkan perilaku tertentu. Peserta didik yang memiliki kecemasan berbicara bisa dilihat dari ciri-ciri detak jantung yang semakin cepat, suara menjadi gemetar, kaki menjadi gemetar, sulit untuk mengingat materi ketika harus berbicara, dan merasa malu ketika harus berbicara. Untuk mengatasi permasalah tersebut maka seorang guru tidak hanya memberikan arahan ataupun ceramah. Tetapi, seorang guru perlu memberikan teladan yang memungkinkan siswa untuk belajar mengenai hal-hal yang tidak bisa dipelajari hanya melalui proses ceramah. Salah satu teladan yang bisa diterapkan dalam permasalahan tersebut yaitu dengan menggunakan teknik *desensitisasi sistemati*. *Desensitisasi sistematis* merupakan salah satu teknik untuk membantu oeserta didik dalam menurunkan kecemasannya.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif pra-eksperimental. Penelitian ini juga menggunakan desain *one group pretest* dan *posttest*,. Dalam penelitian ini berfokus pada pengaruh teknik *desensitisasi sistematis* layanan bimbingan kelompok teknik desensitisasi sitesmatis terhadap kecemasan berbicara siswa di SMA Negeri 2 Lawe Bulan dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket dan analisis data.

Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa bimbingan kelompok dengan teknik *desensitisasi sistematis* dapat berpengaruh untuk menurunkan kecemasan berbicara siswa di SMA Negeri 2 Lawe Bulan.

**Kata Kunci :** *Desensitisasi Sistematis, Kecemasan Berbicara*

ii

