

ABSTRAK

Munawwaroh Licha Febriawati. *Penerapan Terapi Behavioral dengan Teknik Desensitisasi Sistematis dalam Mereduksi Kecemasan Siswa Kelas XI- IPA 1 Pada Saat Pelajaran Kimia di SMAN 1 Kokop Bangkalan.*

Pembimbing : Dr. Hanun Asrohah, M.Ag

Kata Kunci: konseling behavioral, desensitisasi sistematis, kecemasan

Skripsi dengan judul: *Penerapan Terapi Behavioral dengan Teknik Desensitisasi Sistematis dalam Mereduksi Kecemasan Siswa Kelas XI- IPA 1 Pada Saat Pelajaran Kimia di SMAN 1 Kokop Bangkalan* ini menjawab pertanyaan: (1) Bagaimana keadaan siswa yang mengalami kecemasan pada mata pelajaran Kimia di SMAN 1 Kokop Bangkalan (2) Bagaimana proses pelaksanaan terapi behavioral dengan teknik desensitisasi sistematis dalam mereduksi kecemasan siswa kelas XI-IPA 1 pada saat pelajaran Kimia di SMAN 1 Kokop Bangkalan (3) Bagaimana hasil terapi behavioral dengan teknik desensitisasi sistematis dalam mereduksi kecemasan siswa kelas XI-IPA 1 pada saat pelajaran Kimia di SMAN 1 Kokop Bangkalan.

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling yang bertujuan untuk meminimalisasi tingkat kecemasan siswa dalam proses pembelajaran dengan penerapan konseling Behavioral dengan teknik Desensitisasi Sistematis.

Subyek dalam penelitian ini sebanyak 3 orang siswa kelas XI-IPA 1 SMAN 1 Kokop Bangkalan tahun pelajaran 2016/2017 yang memiliki tingkat kecemasan dalam proses pembelajaran mata pelajaran Kimia.

Hasil tersebut diperoleh dari data primer yaitu kuesioner dari pra siklus sampai siklus II. Metode observasi dan evaluasi juga digunakan sebagai metode pendukung. Data primer dalam bentuk kuesioner yang diperoleh dari responden dikumpulkan dan diolah dengan teknik deskriptif analisis. Hasil penelitian pada pra siklus si mtr mengalami kecemasan tingkat sedang skor 65 kemudian pada siklus 1 mengalami penurunan kecemasan menjadi tingkat rendah skor 47 kriteria keberhasilan 18 digit. Pada siklus 2 mengalami penurunan kecemasan menjadi normal skor 32 kriteria keberhasilan 15 digit. Sedangkan si mhr pada pra siklus mengalami kecemasan tingkat sedang dengan skor 65 kemudian pada siklus 1 mengalami penurunan kecemasan menjadi rendah skor 51 kriteria keberhasilan 15 digit. Pada siklus 2 mengalami penurunan kecemasan menjadi normal skor 37 kriteria keberhasilan 15 digit. Dan untuk si rby pada pra siklus mengalami kecemasan sedang skor 74 kemudian pada siklus 1 mengalami penurunan kecemasan menjadi rendah skor 59 kriteria keberhasilan 15 digit. Pada siklus 2 mengalami penurunan kecemasan menjadi normal skor 40 kriteria keberhasilan 19 digit. Artinya siswa sudah bisa meminimalisasi tingkat kecemasan yang dialami. Hasil penelitian ini diharapkan siswa dapat mengaplikasikan teknik desensitisasi sistematis dalam kehidupan sehari-hari untuk mengatasi kecemasan.