

ABSTRAK

Putri Aulia Rizqi Ananda: Efektivitas Konseling dengan Teknik *Art Therapy* untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa (Penelitian di SMPN 3 Banyuwangi)

Fenomena rendahnya kepercayaan diri di kalangan siswa tidak hanya berdampak pada aspek psikologis, tetapi juga berpengaruh signifikan terhadap prestasi akademik dan penyesuaian sosial. Salah satu upaya untuk meningkatkan kembali kepercayaan diri siswa adalah dengan penerapan konseling kontemporer, yakni penerapan teknik *art therapy*.

Penelitian ini dilakukan dengan mengukur kondisi tingkat kepercayaan diri siswa melalui program konseling yang bertujuan untuk mengetahui efektivitas konseling dengan teknik *art therapy* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMPN 3 Banyuwangi.

Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori kepercayaan diri menurut Lauster dan program *art therapy* menggunakan acuan pada *The American Art Therapy Association*.

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *quasi experimental design* yang dipelopori Campbell, serta penggunaan paradigma positivisme yang didasari pendekatan objektif, terukur, dan berbasis bukti dalam memahami realitas sosial. Paradigma postivistik dalam penelitian ini akan memungkinkan pengukuran yang lebih presisi terhadap efektivitas. Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi angket, wawancara guna menggali pemahaman mendalam dari siswa terkait efektivitas teknik *art therapy*; serta observasi. Selain itu, dokumentasi digunakan sebagai data pendukung terkait program konseling. Analisis data dalam penelitian dilakukan secara statistik, dengan uji validitas, uji reliabilitas, uji normalitas serta uji hipotesis untuk melihat signifikansi efektivitas konseling dengan teknik *art therapy* untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan konseling dengan teknik *art therapy* terbukti efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di SMPN 3 Banyuwangi. Aspek kepercayaan diri tersebut meliputi keyakinan pada kemampuan diri, optimisme, bersikap tenang, bertanggung jawab dan kemampuan sosial.

Kata Kunci: Konseling, *Art Therapy*, Kepercayaan Diri