

ABSTRAK

INDAH ETIKA PUTRI, NIM 2615.170: “Efektivitas Konseling Individual melalui Pendekatan Konseling Rasional Emotif dalam Mengatasi Kecemasan Di Lapas Klas IIB Payakumbuh”. Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Trabiyah dan Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bukittinggi 2020.

Penelitian ini dilatarbelakangi terdapatnya warga binaan yang mengalami kecemasan sebelum habis masa pidana. Beberapa kecemasan yang dominan dialami warga binaan yaitu cemas terhadap mental anak, berkurangnya kepercayaan keluarga terhadap dirinya, tidak diterima atau dianggap sebagai orang tua (ayah) oleh anaknya lagi. Untuk penanganan mengatasi kecemasan tersebut belum ada penanganan khusus yang dilakukan dari pihak pegawai. Peneliti mencoba melakukan konseling rasional emotif dengan teknik *assertive training* dalam pelaksanaan konseling individual. Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas konseling individual melalui pendekatan konseling rasional emotif dalam mengatasi kecemasan di Lembaga Pemasyarakatan Klas IIB Payakumbuh.

Penelitian ini adalah penelitian *Pre Eksperimen* model *One Group Pretest Posttest Design*. Populasi adalah warga binaan yang sebelum habis masa pidana sebanyak 20 orang, sedangkan sampel penelitian adalah warga binaan yang sebelum habis masa pidana sebanyak 5 orang serta yang terindikasi memiliki kecemasan yang tinggi berdasarkan teknik *non rondon sampling* dan rekomendasi dari pegawai. Instrumen pengumpulan data adalah *skala likert*. Teknik analisis data menggunakan uji statistik non parametrik menggunakan *Wilcoxon rank test*, uji hipotesis menggunakan *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 22.

Hasil penelitian yang telah diketahui dari hasil nilai uji Z (*Wilcoxon*) menunjukkan perbedaan antara nilai *pretest* dan *posttest*. Dari hasil perhitungan uji *Wilcoxon* diperoleh nilai signifikan *sig-value* sebesar 2,023. Berdasarkan ketentuan yang berlaku, diketahui hasil uji *Wilcoxon Sig p-value* sebesar $0,043 < \alpha$ ($\alpha = 0,05$) yang artinya H_a diterima dan H_o ditolak. Dari hasil perhitungan uji *Wilcoxon* dapat disimpulkan bahwa konseling individual menggunakan pendekatan konseling rasional emotif dengan teknik *assertive training* efektif untuk mengatasi kecemasan pada warga binaan sebelum habis masa pidana.

Kata Kunci :Konseling Individual melalui Pendekatan Konseling Rasional Emotif, dalam Mengatasi Kecemasan