

## Pengembangan Media Website Konseling Cognitive Behavioral untuk Mengatasi Kecemasan Belajar Siswa

I Nyoman Sangging Dharma Yadnya<sup>1\*)</sup>, Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri<sup>2</sup>, Kadek Suranata<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Pendidikan Ganesha

\*Corresponding author, e-mail: [sangging@undiksha.ac.id](mailto:sangging@undiksha.ac.id)

Received Oktober 10, 2022;

Revised November 20, 2022;

Accepted November, 2022;

Published Online Desember,

2022

### Conflict of Interest Disclosures:

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.  
©2022 by author

**Abstract:** *the purpose of this study is to develop and describe the process of the prototype (design), validity, and effectiveness of media websites in cognitive-behavioral counseling to overcome the learning anxiety of high school students. This type of research is research and development (R&D). The development design used in this study is the ADDIE model which consists of five stages, namely Analysis, Design, Development, Implementation, and Evaluation. The subjects in this study were 1 media expert, 1 material expert, 3 counseling teachers, and 32 students of Class X Mipa 2 in SMA N 2 Bangli. Data collection techniques in this study used a questionnaire sheet validation test content and questionnaire implementation test learners. The development of this counseling website Media uses the goggle site application. The selection of this application is based on its easy use and can combine other media supporting applications. This study uses the content validity test with analytical techniques that refer to the formula of Robert Gregory, and the validity of the implementation by using the T-test formula. Based on the results of the study, it can be concluded that the website media in cognitive behavioral counseling to overcome learning anxiety of SMA N 2 Bangli students is in the category of very good, so it is classified as valid and practical to be applied in schools by counseling teachers and students in helping counseling services. Based on these conclusions, the suggestions submitted by the researchers are expected to be counseling guidance media can help to counsel teachers and students in overcome learning anxiety more practical and effective and it is also expected that this study can be used as guidelines for further researchers in developing counseling guidance media.*

**Keywords:** *website media, cognitive-behavioral counseling, learning anxiety*

**Abstrak:** Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk menyusun dan mendeskripsikan proses *prototype* (rancang bangun), validitas dan efektifitas media *website* dalam konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar siswa SMA. Subjek pada penelitian ini yaitu terdiri dari 1 ahli media, 1 ahli materi, 3 guru BK dan 32 peserta didik kelas X Mipa 2 di SMA N 2 Bangli. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan lembar kuesioner validasi uji konten dan kuesioner uji implementasi peserta didik. Pengembangan media *website* konseling ini menggunakan aplikasi *goggle site*. Pemilihan aplikasi ini didasarkan pada penggunaannya yang mudah serta bisa menggabungkan aplikasi pendukung media yang lain. Penelitian ini menggunakan uji validitas konten dengan teknik analisis yang mengacu pada formula Robert Gregory, dan validitas implementasi dengan menggunakan rumus uji t. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa media *website* dalam konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar siswa SMA N 2 Bangli berada pada kategori

sangat baik, sehingga tergolong valid dan praktis untuk diterapkan di sekolah oleh guru BK dan siswa dalam membantu layanan bimbingan konseling. Berdasarkan kesimpulan tersebut adapun saran yang disampaikan oleh peneliti yaitu diharapkan media BK ini dapat membantu guru BK dan siswa dalam mengatasi kecemasan belajar lebih praktis dan efektif serta diharapkan juga penelitian ini dapat dijadikan pedoman untuk peneliti selanjutnya dalam mengembangkan media BK.

**Kata kunci:** *media website, konseling cognitive behavioral, kecemasan belajar*

**How to Cite:** I Nyoman Sangging Dharma Yadnya<sup>1\*)</sup>, Dewi Arum Widhiyanti Metra Putri<sup>2</sup>, Kadek Suranata<sup>3</sup>. 2022. Pengembangan Media Website Konseling Cognitive Behavioral untuk Mengatasi Kecemasan Belajar Siswa. JBK, 7 (3): pp. 00-00, [https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal\\_bk](https://ejournal2.undiksha.ac.id/index.php/jurnal_bk)

## Pendahuluan

Belajar mempunyai peranan yang sangat penting dalam membentuk sikap dan perilaku seseorang untuk mencapai keberhasilan pendidikan di Indonesia. Dalam mencapai keberhasilan pendidikan maka diperlukan wajib belajar untuk setiap warga negara. Undang-Undang No.20 tahun 2003, Bab VIII, Pasal 34 ayat 4, tentang Wajib Belajar menyatakan bahwa wajib belajar merupakan tanggung jawab negara yang diselenggarakan oleh lembaga pendidikan Pemerintah, pemerintah daerah, dan masyarakat. Pasal ini menempatkan bahwa pemerintah akan bertanggung jawab dalam mengatur hak dan kewajiban belajar bagi setiap warga negara. Belajar merupakan tindakan sadar yang dilakukan oleh individu untuk mengubah sikap dan perilakunya yang bersifat menetap (Setiawati, 2018). Proses belajar bisa membuat individu melakukan perubahan yang berbeda dari sebelum ia berada di situasi belajar sampai ia sudah melakukan proses belajar, yang cenderung akan bersifat permanen. Dwijayani, (2019) menyatakan bahwa belajar merupakan kegiatan yang dilakukan oleh setiap individu dalam seluruh proses pendidikan untuk memperoleh perubahan tingkah laku dalam bentuk pengetahuan, ketrampilan dan sikap.

Dalam proses belajar tentunya akan terdapat berbagai permasalahan yang timbul. Jenis permasalahan belajar siswa ini, dapat terjadi pada empat bidang yaitu bidang pribadi, belajar, sosial, dan karir. Siswa yang mengalami permasalahan belajar kemungkinan tidak bisa mencapai hasil belajar secara optimal, yang mengakibatkan siswa susah dalam mengembangkan pengetahuan, sikap, ketrampilan diri didalam mengubah tingkah laku kearah yang lebih baik. S. M. Setiawati, (2018) menyatakan bahwa ciri-ciri perubahan perilaku dalam belajar yaitu (1) perubahan terjadi secara sadar, diartikan individu sekurang-kurangnya menyadari setiap perubahan perilaku yang dia sudah pelajari, (2) perubahan dalam belajar bersifat kontinu dan fungsional, diartikan bahwa setiap pembelajaran yang dilakukan oleh individu berkesinambungan atau tidak statis, misalnya ia menyadari bahwa pengetahuannya bertambah, kecakapannya bertambah dan kebiasaannya bertambah serta mengalami perubahan secara terus menerus.

Berdasarkan pengambilan data awal melalui observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti di SMA N 2 Bangli pada bulan September 2020 dengan Kepala Sekolah, guru BK, serta siswa maka sejumlah siswa mengalami permasalahan belajar yaitu cenderung kesulitan dalam menyerap materi dan kurang teliti/kecemasan dalam menjawab ujian. Hal ini dipertegas melalui ciri-ciri yang dialami oleh siswa, seperti sering tidak masuk kelas saat pelajaran tertentu, sulit menerima pelajaran, gelisah, pusing, tidak percaya diri dan ketakutan ketika menghadapi ujian. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK bahwa pemberian layanan bimbingan konseling terkait permasalahan kecemasan yang dialami oleh siswa jarang bahkan tidak pernah diberikan secara langsung oleh guru BK di sekolah. Di samping itu tidak adanya jam pelajaran BK di kelas juga mempengaruhi guru BK dalam memberikan layanan bimbingan konseling langsung kepada siswa.

Untuk mengatasi kecemasan belajar pada siswa, salah satu cara yang bisa digunakan yaitu dengan memberikan layanan konseling. Tingkat kecemasan belajar siswa yang sebelumnya tinggi dalam menghadapi ujian bisa menjadi lebih rendah ketika diberikan suatu konseling (Ireel et al., 2018). Penurunan kecemasan belajar pada siswa terjadi setelah diberikan layanan konseling, yang ditunjukkan dengan timbulnya rasa semangat belajar, siswa dapat mengatur jadwal sehari-hari dengan baik dan lain sebagainya (Saputri, n.d.). Berbagai pendekatan konseling bisa saja dapat digunakan dalam mengatasi kecemasan, salah satunya bisa dengan pendekatan *cognitive behavioral*. Sehingga peneliti akan memfokuskan satu pendekatan konseling yang efektif dalam mengatasi kecemasan siswa. Pendekatan konseling kognitif ini berfokus pada perubahan pola pikir konseli irasional serta keyakinan yang maladaptif sehingga menyebabkan kecemasan pada siswa (Hudayana et al., 2020). Mengacu pada hasil penelitian Pujiati & Noviandari (2018), menjelaskan bahwa konseling *Cognitive Behavior* efektif untuk mengurangi kecemasan sosial siswa. Tujuan konseling *cognitive behavioral* ini yaitu untuk menghapuskan pandangan konseli tentang *self-defeating* dan membantu mereka menjadi lebih toleran dan terlihat rasional (Apriliana et al., 2019).

Kognitif behavior juga berarti suatu rancangan *treatment terapeutik*, perubahan tingkah laku, di mana penekanan diletakkan pada perubahan aspek-aspek spesifik dari proses berpikir seseorang yang digunakan metakognisi sebagai alat mencapai tujuan dan mendorong klien berpikir mengenai pemikirannya sebagai cara mengubah pemikiran itu (Firdaus & Marsudi, 2021). Dalam memberikan suatu konseling yang optimal dan efektif kepada siswa diperlukan media yang relevan untuk dikembangkan untuk menunjang layanan bimbingan konseling untuk mengatasi kecemasan belajar siswa. Terdapat berbagai media layanan bimbingan konseling yang bisa digunakan dalam membantu siswa dalam mengatasi permasalahan kecemasan yang dialami oleh siswa. Salah satu media layanan bimbingan dan konseling yang bisa diterapkan dalam membantu siswa dalam mengatasi kecemasan belajar siswa yaitu media *website*. Media *website* diartikan sebagai sebuah halaman yang berisi data, baik data text, gambar, suara dan lainnya yang dapat diakses secara online (Josi, 2017). Melalui media *website* ini siswa/peserta didik dapat lebih mudah memahami kecemasan belajar, ciri-ciri orang yang mengalami kecemasan belajar, faktor-faktor terjadinya kecemasan belajar. Oleh sebab itu, perlu dilakukan penelitian yang berjudul "Pengembangan Media *Website* Dengan Konseling *Cognitive Behavioral* Untuk Mengatasi Kecemasan Belajar Siswa SMA".

Adapun tujuan umum dari penelitian ini adalah menghasilkan produk media *website* dengan konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar siswa SMA. Sedangkan tujuan spesifik dari penelitian ini, yaitu mendeskripsikan proses *prototype* (rancang bangun) dari media *website* dengan konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar siswa SMA dan mendeskripsikan validitas dari konseling *cognitive behavioral* dalam mengatasi kecemasan belajar siswa SMA serta untuk mengetahui efektivitas media *website* dengan konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar siswa SMA.

## Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian dari Borg & Gall (dalam Br Bangun & Hasan Saragih, 2015) dengan model pengembangan ADDIE (*Analysis, Design, Development, Implementation* dan *Evaluation*). Adapun beberapa subjek dari penelitian ini yaitu subjek uji validasi konten yang terdiri dari 5 orang praktisi, meliputi 2 orang dosen BK yaitu 1 orang dosen sebagai ahli media untuk menguji kelayakan media *website* BK yang dikembangkan dan 1 orang dosen sebagai ahli materi untuk menguji kelayakan materi dari media *website* BK yang dikembangkan serta 3 orang guru BK yang berkompeten di SMA N 2 Bangli untuk menilai keefektifan dan kepraktisan media *website* BK. Sedangkan subjek penelitian uji validasi implementasi untuk menilai keefektifan dan kemanfaatan media *website* BK adalah 32 siswa kelas X Mipa 2 di SMA N 2 Bangli pada tahun pelajaran 2021/2022.

Model pengembangan diawali dengan tahap analisis (*analysis*), pada tahap ini dimulai dengan analisis kebutuhan yaitu melaksanakan kegiatan observasi kepada guru BK dan peserta didik di SMA N 2 Bangli untuk mengetahui permasalahan siswa di SMA N 2 Bangli. Dengan menyebarkan serta menganalisis hasil angket

kuesioner kebutuhan peserta didik yang diberikan siswa, maka dapat diketahui permasalahan yang paling dominan dihadapi oleh peserta didik disana.

Langkah perencanaan (*design*) merupakan suatu proses yang berkaitan dengan desain dalam merumuskan tujuan, analisis materi, perencanaan, dan pemilihan produk layanan BK. Penelitian ini menampilkan berbagai konten materi dan layanan BK berbasis *web*. Selanjutnya, dirancang desain layanan BK berbasis *web* menggunakan aplikasi *online* yang diluncurkan oleh *goggle*, yaitu *goggle site*.

Langkah selanjutnya, pengembangan (*development*) adalah suatu proses mewujudkan desain layanan BK yang sudah dirancang menjadi nyata. Pada tahap ini, terdapat komponen yang dikembangkan melalui produk media *website* dengan konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar siswa SMA N 2 Bangli terdiri dari *home*, tentang kami, daftar kunjungan, materi, konseling, hubungi kami, serta kesan&pesanan. Tentunya, setelah pengembangan seluruh komponen tersebut, bahan layanan berbasis *web* dipublikasikan dengan link berikut ini. <https://sites.google.com/view/ruangbkasik/home> maka nantinya pengguna dapat mengakses link dengan mudah dan cepat dalam layanan bimbingan konseling.

Berdasarkan pengembangan produk tersebut, hasil awal dari langkah ini akan divalidasi oleh 5 praktisi. Para ahli dan guru BK akan melakukan penilaian instrumen lembar validasi ahli dan produk berupa media *website* dalam konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar siswa SMA. Pada validasi uji konten yang dinilai oleh 1 dosen ahli media, 1 dosen ahli materi dan 3 orang guru BK yang berkompeten di SMA N 2 Bangli yaitu dilakukan dengan mengisi kuesioner untuk mengukur uji validitas konten berupa media *website* bimbingan konseling. Serta dalam mengukur keefektifan dan kemanfaatan media *website* dalam konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar dilakukan oleh 32 siswa kelas X mipa 2 SMA N 2 Bangli pada tahun pelajaran 2021/2022 dengan mengisi kuesioner uji implementasi.

Penilaian media *website* BK ini memperhatikan beberapa aspek terdiri dari aspek penilaian ahli media, ahli materi, guru BK, dan siswa. Aspek penilaian ahli media meliputi aspek pemrograman, aspek video, aspek layanan konsultasi, aspek *usability*, dan aspek desain serta aspek penilaian ahli materi meliputi kelayakan *website*, penyajian, kebahasaan, dan kegrafikan. Aspek tersebut diadaptasi dari hasil penelitian (Br Bangun & Hasan Saragih, 2015). Untuk penilaian dan respon dari siswa terdiri juga dari beberapa aspek meliputi kelayakan isi, komponen penyajian, komponen kebahasaan, dan kegrafikan. Aspek tersebut diadaptasi dari hasil penelitian (K.A. Nalafari et al., 2021). Penilaian tersebut menggunakan instrumen berupa lembar validasi uji konten para ahli dan guru BK, serta kuesioner uji implementasi pada siswa terhadap media *website* BK.

Pelaksanaan metode analisis data pada penelitian ini, yaitu para ahli dan guru BK diminta untuk memeriksa dan memberikan skor di setiap pernyataan pada instrumen media *website* BK. Validitas produk ini dilakukan oleh para ahli yaitu ahli media dan ahli materi. Guru BK juga diminta untuk memberikan penilaian dan saran terhadap media *website* BK tersebut dengan menggunakan skala *likert*. Berdasarkan pelaksanaan validasi uji konten yang sudah dilakukan oleh para ahli dan guru BK akan dianalisis untuk mengetahui dan menemukan hasil persentase masing-masing. Menurut Riduan & Akdon (dalam Rizki, 2018) terdapat rumus yang digunakan untuk mendapatkan hasil persentase pada angket validasi uji konten, yaitu sebagai berikut.

$$\text{Persentase} = \frac{\text{Jumlah skor yang diberikan validator}}{\text{Skor maksimal ideal}} \times 100\%$$

Setelah diperoleh hasil dari persentase dari masing-masing ahli, maka dilanjutkan dengan menghitung rerata persentase keseluruhan dengan rumus sebagai berikut.

$$\text{Rerata Persentase} = \frac{\sum F}{N}$$

(K.A. Nalafari et al., 2021)

Keterangan :

$\sum F$  = Jumlah persentase keseluruhan subjek

N = Banyak subjek

Hasil dari rerata persentase validasi layanan bimbingan konseling berbasis *web* dapat dikonversikan dengan Pedoman Penilaian Acuan Patokan (PAP) (Dantes, 2017).

Pada penelitian ini, untuk mengetahui dan menemukan efektivitas implementasi media *website* dalam konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar siswa SMA. Rancangan analisis data yang dipakai dalam penelitian ini yaitu menggunakan analisis *one group pre test-post test design*. Dimana hasil *treatment* dapat diketahui lebih akurat, karena dapat dibandingkan dengan keadaan sebelum diberi *treatment* (Dantes, 2017).

01	X	02
<i>Pre test</i>	<i>Treatment</i>	<i>Post test</i>

Adapun rumus yang digunakan untuk mengetahui dan menemukan hasil implementasi media *website* dalam mengatasi kecemasan belajar siswa SMA menurut Dantes, (2017) yaitu sebagai berikut.

$$M_1 = \frac{\sum X_1}{n} \quad M_2 = \frac{\sum X_2}{n}$$

Keterangan :

$X_1$  = Nilai rata-rata pada kumpulan data pertama

$X_2$  = Nilai rata-rata pada kumpulan data kedua

M = Mean

n = Jumlah sampel

Setelah di peroleh hasil dari perhitungan tersebut, dilanjutkan dengan teknik analisis data menggunakan rumus uji t yaitu sebagai berikut.

$$t = \frac{M_1 - M_2}{\sqrt{\frac{\sum d^2}{n(n-1)}}}$$

(Dantes, 2017)

Jumlah skor yang diperoleh dari siswa yang sudah diberikan produk akan di bandingkan dengan skor sebelum diberikan produk media *website* dalam konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar.

## Hasil dan Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk menyusun dan mendeskripsikan proses *prototype* (rancang bangun), validitas dan efektivitas media *website* dalam konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar siswa SMA. Penelitian ini dilaksanakan sejak september 2021 sampai april 2022. Pada penelitian ini menggunakan model pengembangan ADDIE yang terdiri dari 5 prosedur yaitu analisis (*analysis*), desain (*design*), pengembangan (*development*), implementasi (*implementation*), dan evaluasi (*evaluation*).

Pengembangan media *website* dalam konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar siswa SMA berdasarkan hasil analisis kebutuhan yang dilakukan di SMA N 2 Bangli pada tahun pelajaran 2021/2022. Sehingga media BK berbasis *website* dapat menjadi pilihan yang tepat untuk dimanfaatkan oleh guru BK dan digunakan oleh siswa dalam pelayanan bimbingan konseling khususnya dalam membantu siswa mengatasi kecemasan belajar.

Pelaksanaan uji validitas penelitian ini dilaksanakan dengan validitas uji konten dan validitas uji implementasi. Pengujian produk berupa media *website* BK oleh para ahli menggunakan angket validasi produk. Data dari hasil validitas para ahli tersebut dianalisis untuk mengetahui validitas dari produk yang dikembangkan. Adapun penjabaran hasil validitas dari para ahli yaitu hasil validitas dari ahli media terhadap beberapa aspek penilaian seperti aspek pemrograman, aspek video, aspek layanan kunjungan, aspek *usability*, dan aspek desain diperoleh persentase 95%, maka produk media *website* BK memenuhi kategori sangat baik, sehingga dikatakan valid. Berdasarkan aspek dan indikator tersebut disampaikan bahwa media *website* BK ini menarik, mudah diakses serta mempunyai desain tampilan sederhana sehingga siswa tertarik untuk mengaksesnya. Pernyataan tersebut sejalan dengan yang disampaikan bahwa media *website* bimbingan konseling harus bisa memenuhi kebutuhan bimbingan sehingga desain media harus dirancang dengan menarik dan mudah dipahami (Br Bangun & Hasan Saragih, 2015).

Hasil validasi dari ahli materi terhadap beberapa aspek penilaian yaitu kelayakan *website*, penyajian, kebahasaan, dan kegrafikan diperoleh persentase 88,3% maka produk berupa media *website* BK memenuhi kategori sangat baik, sehingga dikatakan valid. Berdasarkan aspek dan indikator tersebut disampaikan uraian materi yang disajikan dalam media *website* BK ini mencakup layanan bimbingan konseling yang disesuaikan dengan permasalahan yang dialami oleh siswa, dengan berisikan gambar beserta video yang menarik sesuai dengan kebutuhan. Pernyataan tersebut sejalan dengan yang disampaikan bahwa materi yang disajikan dalam media *website* BK ini harus memenuhi kebutuhan bimbingan konseling kepada siswa (Br Bangun & Hasan Saragih, 2015). Lebih lanjut dari hasil perhitungan nilai rerata dari ahli media dan ahli materi diperoleh 91,65% maka memenuhi kategori sangat baik, sehingga dikatakan valid. Hasil validasi terakhir dilakukan oleh tiga guru BK di SMA N 2 Bangli mengenai semua aspek didapatkan persentase 92,36% dengan kategori sangat baik sehingga dapat dikatakan valid, yang disertai dengan beberapa catatan ataupun saran dari guru BK.

Hasil validasi uji implementasi diperoleh dari perhitungan uji t dengan subjek penelitian, yaitu 32 orang siswa kelas X Mipa 2 di SMA N 2 Bangli tahun pelajaran 2021/2022. Hasil analisis validitas uji implementasi dengan uji t yaitu didapatkan  $t_{hit} = 92$  sedangkan  $t_{tab} = 1,98$  ini berarti  $t_{tab} < t_{hit}$ , dengan taraf signifikansi 0,05 (5%), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara implementasi media *website* dalam konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar siswa SMAN 2 Bangli. Sehingga media *website* dalam konseling *cognitive behavioral* berpengaruh untuk mengatasi kecemasan belajar siswa di SMAN 2 Bangli. Hal tersebut dapat diartikan juga bahwa media *website* BK ini termasuk praktis karena mudah untuk diakses oleh siswa dan penyajian uraian materi konseling sudah sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh siswa. Kualitas video yang baik sesuai dengan kebutuhan siswa dan berisikan layanan konsultasi langsung dengan guru BK juga menjadikan media *website* ini sangat bermanfaat bagi siswa. Oleh karena itu, media *website* dalam konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar siswa SMAN 2 Bangli menjadi pilihan yang tepat untuk diintegrasikan oleh guru BK kepada siswa dalam layanan bimbingan konseling.

## Simpulan

Berdasarkan pada rumusan masalah, hasil analisis data dan pembahasan pada penelitian ini, maka terdapat kesimpulan yaitu sebagai berikut. (1) Media *website* dengan konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar siswa SMA ini valid untuk digunakan di sekolah, sesuai dengan hasil penilaian dari dua orang ahli yaitu ahli media di dapatkan presentasi 95% dan ahli materi 88,3% serta jika dijumlah dari kedua persentase tersebut maka didapatkan rerata persentase yaitu 91,65% dengan kategori sangat baik. (2) Hasil uji keefektifan dan kepraktisan media *website* dengan konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar siswa SMA oleh tiga orang guru BK di SMA N 2 Bangli didapatkan hasil persentase yaitu 92,36% dengan

katagori sangat baik, maka media ini dinyatakan valid untuk digunakan di sekolah dalam membantu pelayanan bimbingan konseling khususnya dalam mengatasi kecemasan belajar pada peserta didik. (3) Hasil respon peserta didik terhadap keefektifan dan kebermafaatan yang didapatkan dari analisis data uji t bahwa  $t_{hit} = 92$  sedangkan  $t_{tab} = 1,98$  dengan taraf signifikansi 0,05, ini berarti  $t_{tab} < t_{hit}$ . Jadinya  $H_0$  ditolak, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara implementasi media *website* dalam konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan belajar siswa SMA. Sehingga media *website* dalam konseling *cognitive behavioral* berpengaruh untuk mengatasi kecemasan belajar siswa di SMA.

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi yang telah dijabarkan, maka terdapat saran yang diajukan, yaitu sebagai berikut. (1) Media *website* dengan konseling *cognitive behavioral* untuk mengatasi kecemasan siswa yang telah dikembangkan, akan lebih baik jika dikembangkan menjadi media yang lebih lengkap lagi, baik itu video, penyampaian konseling, dan tampilan media. (2) Dengan adanya media *website* layanan bimbingan konseling ini diharapkan muncul lebih banyak lagi minat peneliti lain untuk mengembangkan media layanan bimbingan konseling yang lain dengan mengangkat permasalahan yang berbeda, tampilan yang lebih menarik, dan pemikiran yang lebih kreatif.

## Ucapan Terimakasih

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa atas berkat dan karuniaNya penulis bisa menyelesaikan penelitian ini dengan tepat waktu. Dalam menyelesaikan penelitian ini, penulis mengucapkan banyak terima kasih juga pada dosen pembimbing 1 dan pembimbing 2, yang sudah membimbing, memberikan arahan, petunjuk dan motivasi yang tidak henti-hentinya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini.

## Referensi

- Apriliansari, I. P. A., Suranata, K., & Dharsana, I. K. (2019). Mereduksi Kecemasan Siswa Melalui Konseling Cognitive Behavioral. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3(1), 21–30. <https://doi.org/10.30653/001.201931.46>
- Br Bangun, N., & Hasan Saragih, A. (2015). *Pengembangan Media Web Bimbingan Konseling*. 2(1), 99–110.
- Dantes, N. (2017). *Desain Eksperimen Dan Analisis Data*. Singaraja: Rajawali Pres.
- Dwijayani, N. M. (2019). Development of circle learning media to improve student learning outcomes. *Journal of Physics: Conference Series*, 1321(2), 171–187. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1321/2/022099>
- Firdaus, W., & Marsudi, M. S. (2021). *Konseling Remaja yang Kecanduan Gadget Melalui Terapi Kognitif Behavior*. 6(1), 15–24.
- Hidayana, E., Jannah, C., Hartinah, A. S., & Subhi, M. R. (2020). Menurunkan Kecemasan Belajar Santri Baru Melalui Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Fokus Konseling*, 6(1), 37–45. <https://ejournal.umpri.ac.id/index.php/fokus/article/view/645>
- Ireel, A. M., Elita, Y., Mishbahuddin, A., Bimbingan, P., & Keguruan, F. (2018). Efektifitas Layanan Konseling Kelompok Teknik Restrukturisasi Kognitif untuk Mereduksi Kecemasan Menghadapi Ujian Siswa Kelas VII SMP N 22 Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah BK*, 1, 1–10.
- Josi, A. (2017). Penerapan Metode Prototyping Dalam Membangun *Website* Desa (Studi Kasus Desa Sugihan Kecamatan Rambang). *Jti*, 9(1), 50–57.
- K.A. Nalasari, N.K. Suarni, & I.M.C. Wibawa. (2021). Pengembangan Bahan Ajar Berbasis Web Google Sites Pada Tema 9 Subtema Pemanfaatan Kekayaan Alam Di Indonesia Untuk Siswa Kelas Iv Sekolah Dasar. *Jurnal Teknologi Pembelajaran Indonesia*, 11(2), 135–146. [https://doi.org/10.23887/jurnal\\_tp.v11i2.658](https://doi.org/10.23887/jurnal_tp.v11i2.658)
- Pujiati, I., & Noviandari, H. (2018). *Pengaruh Konseling Cognitive Behavior Teknik Cognitive Restructuring Untuk Mereduksi Kecemasan Sosial Siswa*. 40–46. <https://doi.org/10.31227/osf.io/w6hyk>
- Rizki, P. N. A. dan S. (2018). MEDIA PEMBELAJARAN MATEMATIKA BERBASIS ANDROID PADA MATERI PROGRAM LINEAR. *Journal of the Society of Mechanical Engineers*, 121(1191), 47. [https://doi.org/10.1299/jsmemag.121.1191\\_47](https://doi.org/10.1299/jsmemag.121.1191_47)

Rusydi, A., & Fadhli, M. (2018). Statistika Pendidikan: Teori dan Praktik Dalam Pendidikan. In *Cv. Widya Puspita*. Saputri, N. E. (n.d.). *Konseling kelompok dengan teknik self control terhadap kecemasan belajar siswa*. 11–16.  
Setiawati, S. M. (2018). Telaah Teoritis : Apa Itu Belajar ? *Jurnal Bimbingan Dan Konseling FKIP UNIPA*, 35(1), 31–46.

---

**Article Information (Supplementary)**

---

**Conflict of Interest Disclosures:**

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

**Copyrights Holder:** < Yadnya > <2022>

**First Publication Right:** JBKI Undiksha

Open Access Article | CC-BY Creative Commons Attribution 4.0 International License.

Word Count:

