

## ABSTRAK

### EFEKTIVITAS LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT* UNTUK MENINGKATKAN METAKOGNISI SISWA KELAS VIII DI SMPN 4 TERBANGGI BESAR TAHUN AJARAN 2025/2026

Oleh

SAPIRA

Masalah dalam penelitian ini adalah siswa menunjukkan rendahnya metakognisi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* untuk meningkatkan metakognisi siswa kelas VIII di SMPN 4 Terbanggi Besar Tahun Ajaran 2025/2026. Metode yang digunakan adalah *pre experimental* dengan desain *one group pretest posttest design*. Subjek penelitian terdiri dari 8 siswa yang dipilih melalui teknik *purposive sampling* berdasarkan hasil *pretest*. Teknik pengumpulan data menggunakan skala metakognisi. Berdasarkan hasil analisis data dengan uji t (*paired-samples t-test*) menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,002 ( $\text{sig} < 0,05$ ), sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *self management* efektif untuk meningkatkan metakognisi siswa di SMPN 4 Terbanggi Besar.

**Kata Kunci:** Bimbingan Kelompok, Metakognisi, *Self Management*

## **ABSTRACT**

### **THE EFFECTIVENESS OF GROUP GUIDANCE SERVICES WITH SELF MANAGEMENT TECHNIQUES TO IMPROVE METACOGNITION OF EIGHTH GRADE STUDENTS AT SMPN 4 TERBANGGI BESAR ACADEMIC YEAR 2025/2026**

**By**

**SAPIRA**

*The problem addressed in this study is that students exhibit low levels of metacognition. This study aims to determine the effectiveness of group counseling services using self-management techniques to improve the metacognition of eighth-grade students at SMPN 4 Terbanggi Besar in the 2025/2026 academic year. The method used was a pre-experimental study with a one-group pretest-posttest design. The research subjects consisted of 8 students selected through purposive sampling based on pretest results. Data collection utilized a metacognition scale. Based on the results of data analysis using a t-test (paired-samples t-test), the significance value was 0.002 ( $\text{sig} < 0.05$ ), so  $H_0$  was rejected and  $H_a$  was accepted. Thus, it can be concluded that group counseling services using self-management techniques are effective in improving students' metacognition at SMPN 4 Terbanggi Besar.*

**Keywords:** *Group Guidance, Metacognition, Self Management*