

## ABSTRAK

### PENGARUH TEKNIK *SELF TALK* TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI SISWA

**Kata kunci:** Teknik *Self Talk*, Kepercayaan Diri Siswa

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik *Self Talk* terhadap kepercayaan diri siswa kelas VIII SMP Islam Darussalam. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain *One Group Pre Test Post Test*. Populasi penelitian berjumlah 12 siswa. Penelitian ini tidak menggunakan kelas kontrol. Instrumen yang digunakan berupa skala kepercayaan diri siswa yang telah melalui uji validitas menggunakan SPSS versi 25 dan 38 pernyataan dikatakan valid dari 50 pernyataan. Reliabilitas skala kepercayaan diri diuji menggunakan *Alpha Cronbach* dan diperoleh koefisien 0,748 yang menunjukkan tingkat reliabilitas yang tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian analisis data statistik hasil perhitungan uji *t-test* dengan menggunakan SPSS versi 25 diperoleh nilai signifikansi 0,293 > 0,05, hal ini menunjukkan signifikansi lebih > 0,05 dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis diterima, yang berarti bahwa ada pengaruh teknik *Self Talk* terhadap kepercayaan diri siswa SMP Islam Darussalam tahun pelajaran 2022/2023.