

**PENGARUH PENGGUNAAN STRATEGI  
RESTRUKTURING KOGNIITF DALAM KONSELING  
KELOMPOK TERHADAP KEJENUHAN BELAJAR  
SISWA KELAS VIII-H SMP NEGERI 48 SURABAYA**

**SKRIPSI**



**Dwita Nor Laili Pramudia  
NIM 155000091**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
2019**

## **PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dwita Nor Laili Pramudia

NIM : 155000091

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran sayan sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia dibatalkan gelar akademik yang saya peroleh dari Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Demikian pernyataan ini saya buat:

Surabaya, 12 Februari 2019

Yang membuat pernyataan,



Dwita Nor Laili Pramudia

**PENGARUH PENGGUNAAN STRATEGI  
RESTRUKTURING KOGNIITF DALAM KONSELING  
KELOMPOK TERHADAP KEJENUHAN BELAJAR  
SISWA KELAS VIII-H SMP NEGERI 48 SURABAYA**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya untuk memenuhi sebagian  
Persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan  
pada Program Studi Bimbingan dan Konseling

**Dwita Nor Laili Pramudia  
NIM 155000091**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
2019**

## **PERSEMBAHAN**

**Skripsi ini saya persembahkan kepada:**

1. Allah SWT yang senantiasa memberikan jalan yang terbaik dan memberi kekuatan serta mengabulkan do'a yang ku panjatkan ketika bersujud kepadamu.
2. Kepada orang tuaku yang sangat ku sayangi. Terimakasih teruntuk ayah terima kasih atas jasa-jasa yang kau berikan sehingga saya bisa sampai saat ini. Dan terimakasih teruntuk ibu yang selalu mendo'akan disepertiga malammu dan juga atas dukungan yang kalian berikan kepadaku.
3. Seluruh keluarga besarku yang turut serta mendo'akan aku hingga sejauh ini.
4. Kepada ibu Dra. Kusbandiami S.Psi., M.Pd selaku pembimbing yang senantiasa menuntun saya dalam mengerjakan skripsi ini, saya ucapkan terima kasih atas ilmu yang diberikan kepada saya.
5. Teman-teman bimbingan skripsi A2 yang selalu memberi motivasi.
6. Seluruh teman bimbingan skripsi yang berjuang bersama-sama.
7. Dan untuk teman-teman BK 2015 A2 selama 4 tahun ini sudah mengajarkan bagaimana lika likunya kehidupan.

## **MOTTO**

“Janganlah Larut dalam Kesedihan Karena Masih Ada Hari Esok  
yang Menyongsong dengan Sejuta Kebahagiaan”

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : Dwita Nor Laili Pramudia  
NIM 155000091  
Judul Skripsi : Pengaruh Penggunaan Strategi  
Restrukturung Kognitif dalam Konseling Kelompok terhadap  
Kejemuhan Belajar Siswa Kelas VIII-H di SMP Negeri 48 Surabaya  
telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Surabaya, 25 Januari 2019  
Mengetahui:  
Pembimbing,  
Kaprodi Bimbingan dan Konseling,

Boy Soedarmadji, S. Pd., M. Pd  
NIP. 0305391/DY

Dra. Kusbandiani, S. Pd., M. Pd  
NIDN. 8864520016



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
Kampus I: Jl. Ngagel Dadi III-B/37 Telp. (031) 5053127, 5041097 Fax. (031) 5662804 Surabaya 60234  
Kampus II:Jl. Dukuh Menanggal XII Telp. (031) 8281181, 8281182, 8281183 Surabaya 60234  
<http://fkip.unipasby.ac.id/>

### PENGESAHAN

Nama Mahasiswa : Dwita Nor Laili Pramudia  
NIM : 155000091  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Judul Skripsi : Pengaruh Penggunaan Strategi Restrukturing Kognitif  
dalam Konseling Kelompok terhadap Kejemuhan  
Belajar Siswa kelas VIII-H SMP Negeri 48 Surabaya

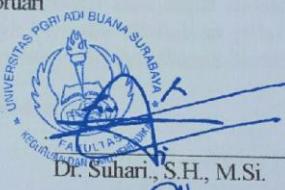
Skripsi ini telah diuji dan disetujui oleh Panitia Ujian Skripsi Sarjana  
Pendidikan Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi  
Buana Surabaya:

Pada hari : Selasa  
Tanggal : 12 Februari  
Tahun : 2019

#### Panitia Ujian Skripsi:

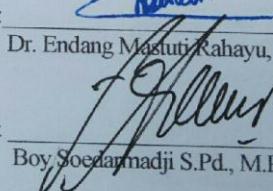
1. Ketua

Dr. Suhari, S.H., M.Si.



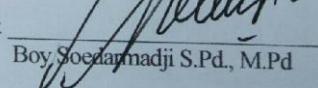
2. Sekretaris

Dr. Endang Masutik Rahayu, M.Pd.



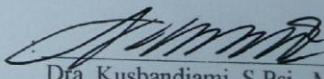
3. Anggota

Boy Soedarmadji S.Pd., M.Pd.



4. Anggota

Dra. Kusbandiamni, S.Psi., M.Pd.



## **Kata Pengantar**

Ucapan syukur kepada Allah SWT yang melimpahkan berkah rahmat dan karunia-Nya kepada penulis. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Penggunaan Strategi Restrukturing Kognitif dalam Konseling Kelompok terhadap Kejemuhan Belajar Siswa Kelas VIII-H SMP Negeri 48 Surabaya Tahun ajaran 2018/2019.

Penulis skripsi ini ternyata masih jauh dari sempurna sehingga penulis mohon maaf atas segala bentuk kekurangan dalam penulisan ataupun dalam penyusunan . Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Drs. H. Djoko Adi Walujo, S.T., M.M., DBA., selaku Rektor Universitas Adi Buana Surabaya.
2. Dr. Suhari , S.H., M.Si selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
3. Boy Soedarmadji S.Pd., M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
4. Dra. Kusbandiami S.Psi., M.Pd Selaku Dosen Pembimbing Skripsi.
5. Kepala sekolah, guru, staf serta siswa-siswi SMP Negeri 48 Surabaya.
6. Keluarga saya yang senantiasa mendukung dari awal sampai akhir proses penulisan skripsi.
7. Teman-teman seperjuangan BK-A2 2015 yang turut membantu dalam skripsi ini.

Penulis tentunya kurang mampu menyelesaikan karya ini tanpa bantuan dari teman-teman. Semoga semua kebaikan yang diberikan bermanfaat bagi semuanya.

Penulis

## **DAFTAR ISI**

Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan .....	iii
Halaman Pernyataan Keaslian .....	iv
Abstrak .....	v
Abstract .....	vi
Persembahan/Motto .....	vii
Kata Pengantar .....	ix
Daftar Isi .....	x
Daftar Tabel .....	xii
Daftar Grafik .....	xiii
Daftar Gambar.....	xiv
Daftar Lampiran .....	xv
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan .....	5
D. Variabel dan Definisi Operasional Variabel ..	6
E. Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Dasar Teori.....	7
B. Tinjauan Penelitian Yang Relevan.....	31
C. Kerangka Konseptual.....	32
D. Hipotesis.....	32
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Rancangan Penelitian.....	33
B. Deskripsi Populasi Dan Sampel Penelitian....	33
C. Metode Pengumpulan Data .....	36
D. Instrumen Penelitian .....	38
E. Metode Analisis Data.....	45

**BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	46
B. Uji Hipotesis .....	54
C. Pembahasan.....	55

**BAB V**

A. Kesimpulan .....	59
B. Saran.....	60

**DAFTAR PUSTAKA .....** 61**LAMPIRAN .....** 65