

**PENGGUNAAN KONSELING KELOMPOK *SOLUTION-
FOCUSED BRIEF THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN
RESILIENSI AKADEMIK SISWA KELAS X
SMA SEJAHTERA SURABAYA**

SKRIPSI



**Dewinta Ayu Pratiwi
NIM 185000037**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
2022**

**PENGGUNAAN KONSELING KELOMPOK *SOLUTION-
FOCUSED BRIEF THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN
RESILIENSI AKADEMIK SISWA KELAS X
SMA SEJAHTERA SURABAYA**

SKRIPSI

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

Dewinta Ayu Pratiwi
NIM 185000037

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
2022**

HALAMAN PERSETUJUAN

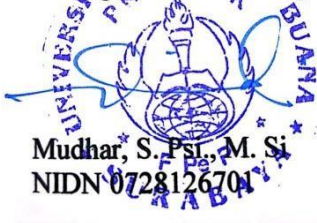
Skripsi Oleh **Dewinta Ayu Pratiwi**
NIM 185000037

Judul Skripsi Penggunaan Konseling Kelompok *Solution-Focused Brief Therapy* Untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Siswa Kelas X SMA Sejahtera Surabaya

Surabaya, 3 Februari 2022

Mengetahui,

Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling



Dosen Pembimbing



Dr. Cindy Asli Pravesti, S. Pd., M. Pd.
NIDN 0706058802

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Dewinta Ayu Pratiwi dengan judul Penggunaan Konseling Kelompok *Solution-Focused Brief Therapy* Untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Siswa Kelas X SMA Sejahtera Surabaya telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 9 Februari 2022

Dewan Penguji:

1. Dr. Cindy Asli Pravesti, S.Pd., M.Pd.
2. Drs. Sutijono
3. Maghfirotul Latifah, S.Pd., M.Pd.

Ketua

Anggota

Anggota



.....
.....
.....

Mengesahkan
Dekan FPP



Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes

Mengetahui
Ketua Program Studi Bimbingan
dan Konseling,



Dr. Mudhar, S.Psi., M.Si

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dewinta Ayu Pratiwi
NIM : 185000037
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Pedagogi dan Psikologi

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

Apabila di kemudian 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, 3 Februari 2022
Yang membuat pernyataan,

Dewinta Ayu Pratiwi

MOTTO

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan.
Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”

(QS Al Insyirah 5-6)

“Memulai dengan penuh keyakinan, menjalankan dengan penuh keikhlasan dan menyelesaikan dengan penuh kebahagiaan”

(Unknown)

“Meskipun kamu jatuh tergeletak, menerima banyak omelan, semangatmu tak boleh mati. Yang harus kamu lakukan adalah fokus melihat ke depan dan melangkah maju dengan keberanian”

(Merry Riana)

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillahillobbil ‘alamin

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, segala puji bagi-Nya yang senantiasa melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “*Penggunaan Konseling Kelompok Solution-focused brief therapy Untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Siswa Kelas X SMA Sejahtera Surabaya*” dengan baik.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari kendala, namun berkat rahmat Allah, bimbingan, motivasi, bantuan, dan sumbangan dari berbagai pihak segala hambatan dan tantangan yang dihadapi oleh penulis dapat teratasi. Oleh karena itu, dengan penuh hormat penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes., selaku Dekan Fakultas Pedagogi dan Psikologi.
2. Bapak Dr. Mudhar, S.Psi, M.Si., selaku kaprodi Bimbingan dan Konseling.
3. Dosen Pembimbing, Ibu Dr. Cindy Asli Pravesti, S.Pd., M.Pd., selaku dosen pembimbing yang telah membimbing saya dengan penuh kesabaran dan keikhlasan sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini.
4. Segenap Dosen Fakultas Pedagogi dan Psikologi yang telah mendidik dan memberikan ilmunya selama kuliah serta seluruh staf yang selalu sabar melayani segala administrasi selama proses penelitian ini.
5. Kepala sekolah SMA Sejahtera Surabaya, Ibu Ratih Setya Rahayu, S.S., M.Pd., yang telah membantu dan memberikan izin kepada saya untuk melakukan penelitian di SMA Sejahtera Surabaya.
6. Ibu Deasy Mae Zarah, S.Psi, selaku guru bimbingan dan konseling SMA Sejahtera Surabaya yang membantu dan mendampingi peneliti dalam melaksanakan penelitian.
7. Kedua orangtua tercinta dan tersayang, Papa Drs. Musyafiin dan Mama Endang Tri Wuryani yang tak pernah putus memberikan

doa, semangat dan dukungan baik moril maupun materil serta selalu mendo'akan saya tiada hentinya untuk kelancaran dan kesuksesan dalam menyelesaikan skripsi ini.

8. Kakak kesayangan saya, Diah Ayu Prameswari dan Dewanti Ayu Pratiwi yang telah mendukung, memberikan semangat dan motivasi untuk menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
9. Para sahabat terbaikk, Indri Novia Larasati, Aiza Uzlifatul Jannah, Egalita Wahyu 'Ulaa Nabila, dan Aulia Fahreza Zahro yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan motivasinya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan di waktu yang tepat.
10. Teman-teman sebimbingan, Aurora Dahlia Vianindia, Cinta Nur Milenina, Agnesya Salsa Sabella, Yulia Prastika, Aini Rizki Setyoisanti, Sandra Erina, dan Moch. Rendy Candra selaku anggota Skripsi Warrior 2018 yang selama ini telah berjuang bersama dan saling mendukung satu sama lain.
11. Teman-teman seperjuanganku BK A1 2018 yang selalu memberikan semangat sehingga penulisan skripsi ini terselesaikan.
12. Diri saya sendiri yang telah mampu berjuang sampai di titik ini.
13. Semua pihak yang telah membantu yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu, terima kasih banyak untuk semua kebaikannya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, dengan kerendahan hati, penulis menerima kritik dan saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Akhirnya hanya kepada Allah SWT penulis memohon ridho dan hidayah-Nya, semoga segala dukungan serta bantuan semua pihak mendapat pahala yang berlipat ganda disisi Allah SWT. Aamiin Ya Rabbal Alamin.

Surabaya, 3 Februari 2022

Penulis

Dewinta Ayu Pratiwi

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan Menyebut Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang

Skripsi ini ku persembahkan kepada:

Kedua orang tua saya yang tersayang nan tercinta yakni Papa Drs
Musyafiin dan Mama Endang Tri Wuryani,

serta Kakak terbaik saya Diah Ayu Prameswari dan Dewanti Ayu
Pratiwi yang selalu mendukung, memotivasi, dan mendo'a kan saya ~,.

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Persetujuan.....	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Pernyataan Keaslian Tulisan.....	iv
Abstrak.....	v
Abstract.....	vii
Motto.....	ix
Kata Pengantar.....	x
Daftar Isi.....	xii
Daftar Tabel.....	xiv
Daftar Gambar.....	xv
Daftar Diagram.....	xvi
Daftar Lampiran.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah.....	9
C. Rumusan Masalah.....	9
D. Tujuan Penelitian.....	9
E. Definisi Operasional Variabel.....	10
F. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II LANDASAN TEORI.....	12
A. Kajian Pustaka.....	12
B. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	29

C. Kerangka Konseptual.....	32
D. Hipotesis Penelitian.....	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
A. Rancangan Penelitian.....	37
B. Populasi dan Sampel.....	40
C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	43
D. Metode Pengumpulan Data.....	46
E. Teknik Analisis Data.....	51
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	53
A. Hasil Penelitian.....	53
B. Pembahasan.....	103
BAB V PENUTUP.....	110
A. Simpulan.....	110
B. Saran.....	111
DAFTAR PUSTAKA.....	112
LAMPIRAN.....	121

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jumlah Siswa SMA Sejahtera Surabaya	40
Tabel 3. 2 Jumlah Siswa Kelas XI.....	41
Tabel 3. 3 Jumlah Siswa Kelas XII	41
Tabel 3. 4 Jumlah Keseluruhan	41
Tabel 3. 5 Pengambilan Sampel	42
Tabel 3. 6 Jumlah sampel kelompok eksperimen.....	43
Tabel 3. 7 Jumlah sampel kelompok kontrol.....	43
Tabel 3. 8 Angket Resiliensi Akademik (Sebelum).....	46
Tabel 3. 9 Kunci tingkatan item pernyataan angket resiliensi akademik	48
Tabel 3. 10 Pedoman interpretasi koefisien korelasi.....	50
Tabel 3. 11 Angket Resiliensi Akademik (Sesudah).....	51
Tabel 4. 1 Hasil <i>Pre-test</i> Resiliensi Akademik Yang Akan Diberikan Treatment.....	55
Tabel 4. 2 Hasil <i>Post-test</i> Resiliensi Akademik Sesudah.....	91
Tabel 4. 3 Hasil Uji Mann-Whitney U	93
Tabel 4. 4 Hasil Perbandingan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	94
Tabel 4. 5 Hasil Perbandingan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Kontrol.....	95

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual Penelitian Penggunaan Konseling Kelompok SFBT Untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Siswa	35
Gambar 3. 1 Rancangan <i>Nonequivalent Control Group Design</i>	39

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 4. 1 Hasil <i>Pre-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol.....	55
Diagram 4. 2 Hasil <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen dan Kontrol ..	91
Diagram 4. 3 Hasil Perbandingan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Kelompok Eksperimen.....	94
Diagram 4. 4 Hasil Perbandingan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i>	95

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Pelaksanaan Penelitian.....	121
Lampiran 2 Blueprint Sebelum Uji Validitas.....	125
Lampiran 3 Blueprint Sesudah Uji Validitas	128
Lampiran 4 Pernyataan Angket Resiliensi Akademik Sebelum Uji Validasi.....	132
Lampiran 5 Pernyataan Angket Resiliensi Akademik Sesudah Uji Validasi.....	135
Lampiran 6 Hasil Uji Validitas	138
Lampiran 7 Hasil Uji Reliabilitas Angket Resiliensi Akademik (SPSS 26)	139
Lampiran 8 Hasil Pre-test Kelompok Eksperimen (Kelas XI IPA 1) SMA Sejahtera Surabaya.....	140
Lampiran 9 Hasil Pre-test Kelompok Kontrol (Kelas XI IPA 2) SMA Sejahtera Surabaya.....	141
Lampiran 10 Hasil Post-test Kelompok Kontrol (Kelas X IPA 2) SMA Sejahtera Surabaya.....	142
Lampiran 11 Surat Izin Penelitian.....	143
Lampiran 12 Surat Balasan Permohonan Izin Penelitian Dari Sekolah.....	144
Lampiran 13 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	145
Lampiran 14 Verbatim Konseling Kelompok Kelompok Eksperimen.....	146
Lampiran 15 Dokumentasi Kegiatan Konseling Kelompok	208
Lampiran 16 Buku Panduan.....	210