

**EFEKTIVITAS STRATEGI *SELF-MANAGEMENT* UNTUK
MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK SISWA KELAS
XI-IPS 2 SMA NEGERI 1 KEDAMEAN GRESIK**

SKRIPSI



Unipa Surabaya

MOCH RENDY CANDRA RAMADHANI

NIM 185000044

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

**EFEKTIVITAS STRATEGI *SELF-MANAGEMENT* UNTUK
MENINGKATKAN RESILIENSI AKADEMIK SISWA KELAS
XI-IPS 2 SMA NEGERI 1 KEDAMEAN GRESIK**

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

MOCH RENDY CANDRA RAMADHANI

NIM 185000044

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

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi **Moch Rendy Candra Ramadhani**
oleh : NIM 185000044
Judul Efektivitas Strategi *Self-Management* Untuk
Skripsi : Meningkatkan Resiliensi Akademik Siswa Kelas XI
IPS 2 SMAN 1 Kedamean Gresik.

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Surabaya, 7 Februari 2022

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Bimbingan dan Konseling

Dosen Pembimbing,

The image shows a circular official stamp of PGRI ADI BUANA SURABAYA. The stamp contains the text 'PGRI ADI BUANA SURABAYA' around the perimeter and 'F.P.P.' in the center. There are two handwritten signatures in blue ink, one on the left and one on the right, overlapping the stamp.

Dr. Mudhar, S.Psi., M.Si.
NIDN. 0728126701

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

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Moch Rendy Candra Ramadhani dengan judul Efektivitas Strategi *Self-Management* Untuk Meningkatkan Resiliensi Akademik Siswa Kelas XI-IPS 2 SMA Negeri 1 Kedamean Gresik telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 9 Februari 2022.

Dewan Penguji:

1. Dr. Cindy Asli Pravesti, S.Pd., M.Pd. Ketua
2. Drs. Sutijono, M.M Anggota
3. Maghfirotul Lathifah, S.Pd., M.Pd. Anggota





Mengesahkan
Dekan FPP,



Dr. Santika Reutika Hadi, M.Kes

Mengetahui
Ketua Program Studi Bimbingan
dan Konseling



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

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, karena dengan limpahan nikmat dan rahmat serta hidayahnya, penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul *“Efektivitas Strategi Self-Management Untuk meningkatkan Resiliensi Akademik Siswa Kelas XI IPS 2 SMA Negeri 1 Kedamean Gresik”*.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Dr. Santika Rentika Hadi., M.Kes. Dekan FPP Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
2. Dr. Mudhar.,M.Psi. Kaprodi Pendidikan Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
3. Dr. Cindy Asli Pravesti.,S.Pd.,M.Pd. Dosen Pembimbing skripsi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
4. Kedua orangtua yang senantiasa selalu memberikan doa serta dukungan

Penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis mengharapkn kritik san saran penyempurnaan skripsi ini.

Surabaya, 7 Februari 2022

Moch Rendy Candra R

MOTTO

“Berbuat baiklah tanpa alasan”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Rasa syukurku yang begitu dalam kepada Allah, skripsi ini kupersembahkan untuk:

1. Kedua orang tua saya, Ibu Emi Rustianah dan Alm Bapak Abdul Majid
2. Keluarga besar saya
3. Keluarga kedua saya Senat Mahasiswa Fakultas Pedagogi dan Psikologi
4. Teman-teman jurusan Bimbingan dan Konseling angkatan 2018 khususnya kelas BK A2 yang telah memberi motivasi yang tinggi

Teman-teman satu bimbingan

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Moch Rendy Candra Ramadhani
NIM : 185000044
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Pedagogi dan Psikologi

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 saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa 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, 07 Februari 2022

Yang membuat pernyataan,



Moch Rendy Candra R
NIM 185000044

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan	iii
Pernyataan Keaslian Tulisan	iv
Abstrak	v
Abstract	vi
Motto	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	xi
Daftar Gambar	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah	6
C. Rumusan Masalah	6
D. Tujuan Penelitian	6
E. Definisi Operasional Variabel	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II LANDASAN TEORI	8
A. Kajian Pustaka	8
B. Penelitian Terdahulu yang Relevan	18
C. Kerangka Konseptual	23
D. Hipotesis Penelitian	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Rancangan Penelitian	25
B. Populasi dan Sampel	27
C. Metode Pengumpulan Data	27
D. Teknik Analisis Data	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	34

A. Hasil Penelitian	34
B. Pembahasan.....	66
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	71
A. Simpulan.....	71
B. Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA.....	73
LAMPIRAN	79

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skala Resiliensi Akademik Sebelum Uji Validitas	28
Tabel 3.2 Nilai Skala Resiliensi Akademik.....	29
Tabel 3.3 Pedoman Observasi Resiliensi Akademik	30
Tabel 3.4 Rentang skor	30
Tabel 3.5 Skala Resiliensi Akademik Siswa Sesudah Uji Validitas dan Reliabilitas	31
Tabel 4.1 hasil observasi subjek (konseli) pada baseline-1.....	39
Tabel 4.2 Hasil Skor Observasi Subject Kelas XI-IPS 2 Pada Fase Baseline-2.....	57
Tabel 4.3 Hasil Skor Observasi Pada Fase Baseline-1, Baseline-2 .	57
Tabel 4.4 Hasil Skor Pre-Test Dan Post-Test Pada Fase Baseline-1, Intervensi, Baseline 2.....	59
Tabel 4.5 Hasil Analisis Visual Dalam Kondisi Subjek SAM	60
Tabel 4.6 Hasil analisis visual dalam kondisi subjek DSA	62
Tabel 4.7 Hasil analisis visual antar kondisi subjek SAM	64
Tabel 4.8 Hasil analisis visual antar kondisi subjek DSA.....	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep Resiliensi Akademik.....	23
Gambar 3.1 A-B-A Design – Single Subject Design.....	26
Gambar 4.1 hasil skor pre-test resiliensi akademik siswa kelas XI-IPS	35
Gambar 4.2 Skor Yang Muncul Dalam Observasi Resiliensi Akademik Pada Baseline-1	38
Gambar 4.3 Display skor yang muncul dalam Intervensi pemberian (treatment).....	52
Gambar 4.4 Display skor post-test setelah diberikan layanan konseling individu intervensi (pemberian treatment)	53
Gambar 4.5 Display skor yang muncul dalam observasi resiliensi akademik pada Baseline-2.....	56
Gambar 4.6 Display skor post-test pada Baseline-2	56
Gambar 4.7 Display Analisis dalam kondisi	59

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin penelitian.....	79
Lampiran 2. Jadwal Penelitian	82
Lampiran 3. Soal angket Resiliensi Akademik Sebelum di Validasi	83
Lampiran 4. Perhitungan validitas angket	85
Lampiran 5. Soal angket Resiliensi Akademik sesudah divaliditas..	89
Lampiran 6. Hasil Pre-test Resiliensi Akademik pada siswa XI-IPS 2.....	90
Lampiran 7. Hasil Pre-test dan Post-test	91
Lampiran 8. Verbatim.....	114
Lampiran 9. Dokumentasi	218