

EFEKTIVITAS KONSELING INDIVIDU TEKNIK *SELF-TALK* UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI REMAJA PANTI ASUHAN AR-RAHMAN AR-RAHIM DI SIDOARJO

SKRIPSI



**UNIVERSITAS PGRI
ADI BUANA**

ANIS RAHMAWATI

NIM 205000031

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

2024

EFEKTIVITAS KONSELING INDIVIDU TEKNIK *SELF-TALK* UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI REMAJA PANTI ASUHAN AR-RAHMAN AR-RAHIM DI SIDOARJO

SKRIPSI

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

**Anis Rahmawati
NIM 205000031**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : Anis Rahmawati
: NIM 205000031
Judul Skripsi : Efektivitas Konseling Individu Teknik *Self-Talk* Untuk Meningkatkan Resiliensi Remaja Panti Asuhan Ar-Rahman Ar-Rahim di Sidoarjo

Surabaya, 23 Juli 2024

Mengetahui,

Pembimbing I,

Ketua Program Studi
Bimbingan & Konseling,



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



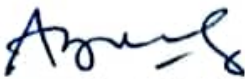
Ayong Lianawati, S.Pd., M.Pd
NIDN.0707019003

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh Anis Rahmawati dengan judul “Efektivitas Konseling Individu Teknik *Self-Talk* untuk Meningkatkan Resiliensi Remaja Panti Asuhan Ar-Rahman Ar-Rahim di Sidoarjo” telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 23 Juli 2024.

Dewan Penguji :

1. Ayong Lianawati, S.Pd.,M.Pd

Ketua.....

2. Aniek Wirastania, S.Pd.,M.Pd

Anggota.....

3. Dr. Cindy Asli Pravesti, S.Pd.,M.Pd

Anggota.....

Mengesahkan
Dekan FIP,



Dr. Santika Rentika Hadi., M. Kes
NIP. 196702091992031002

Mengetahui
Ketua Program Studi BK,


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

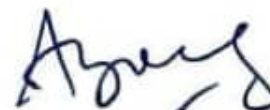


BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari ini Selasa tanggal 23 bulan Juli tahun 2024 telah dilaksanakan Ujian Skripsi dari:

Nama Mahasiswa : Anis Rahmawati
NIM : 205000031
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : EFEKTIVITAS KONSELING INDIVIDU TEKNIK SELF-TALK UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI REMAJA PANTI ASUHAN AR-RAHMAN AR-RAHIM DI SIDOARJO

Penguji I


(.....)
Ayong Lianawati, S.Pd., M.Pd.

Penguji II


(.....)
Aniek Wirostania, S.Pd., M.Pd.

Penguji III


Dr. Cindy Ashi Provesti, S.Pd., M.Pd.

HALAMAN MOTTO

“Seperti kata Taylor Swift, “*Don’t you worry your pretty little mind, people throw rocks at things that shine*”, selama menyelesaikan skripsi ini, saya yakin bahwa suatu hari saya akan bersinar dan bisa melewati ketakutan ini.”

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil'alamiin, puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT dengan segala limpahan petunjuk dan bimbingan serta berbagai kenikmatan yang telah diberikan sehingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul “Efektivitas Konseling Individu Teknik *Self-Talk* untuk Meningkatkan Resiliensi Remaja Panti Asuhan Ar-Rahman Ar-Rahim di Sidoarjo”.

Selama proses penulisan hingga terselesaikannya proposal skripsi ini, penulis banyak mendapat motivasi dan dukungan dari beberapa pihak, untuk itu penulis mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Prof. Dr. Hartono, M,Si, selaku Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.
2. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan.
3. Bapak Dr. Mudhar, M.Si, selaku Kepala Program Studi Bimbingan dan Konseling.
4. Ibu Ayong Lianawati, S.Pd., M.Pd, selaku Dosen pembimbing yang telah sabar membimbing, memberikan masukan, saran, semangat dan motivasi sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Ibu Dosen Prodi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmunya selama perkuliahan.
6. Alm. Bapak Buaji, selaku ayah penulis yang selalu mendoakan dari atas disetiap proses penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi.
7. Ibu Miswati, selaku ibu penulis yang selalu berkerja keras dan mendukung saya disetiap proses penulis penyusunan skripsi.
8. Keluarga besar Kolip Anwar, selaku orang tua Shinta yang selalu memotivasi dan memberi dukukan dalam setiap proses penulisan skripsi.

9. Bayu Biru Mabushitaiyo, selaku keponakan penulis yang selalu menghibur penulis setiap saat.
10. Rachmawati Urifatul Hasana, selaku sahabat penulis dari awal SMA hingga saat ini yang selalu mendukung dan membantu satu sama lain. Terima kasih karena telah menjadi teman terbaik semasa perkuliahan. Semoga bahagia selalu menyertaimu.
11. Shinta Nuryah Anwar, selaku sahabat penulis yang juga menemani selama masa perkuliahan yang selalu memberikan dukungan selalu menghibur di setiap saat serta selalu mendukung dan membantu jika ada yang mengalami kesulitan. Semoga bahagia selalu.
12. Ayu Kharisma Paramita Mulyanto, selaku teman sebimbangan yang selalu membantu selama proses sidang prososal hingga menyelesaikan ujian skripsi dan selalu memberikan dukungan selalu menghibur di setiap saat serta selalu mendukung dan membantu jika ada yang mengalami kesulitan. Semoga bahagia selalu.
13. Teman-teman Panti Asuhan Ar-Rahman Ar-Rahim Sidoarjo yang telah menjadi subjek penelitian penulis, terima kasih telah bersedia berkomitmen dan selalu memberikan dukungan selama saya memberikan *treatment* penelitian. Terima kasih sudah membantu kelancaran untuk terselesaikannya skripsi ini.
14. Teman-teman sebimbangan Ade Shyl Vionalita Ameilsya Prameswari, Maria Min, Syifaul Afidah, Maria Patricia yang selalu memberi dukungan dan bantuan proses pengerjaan hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
15. Teman-teman Bimbingan dan Konseling Angkatan 2020 khususnya BK A2, terima kasih telah menemani dan saling mendukung satu sama lain selama masa perkuliahan.
16. Anis Rahmawati, terima kasih kepada diri saya sendiri yang telah berusaha untuk terus bertahan sejauh ini dala kondisi apapun. Terima kasih banyak, peluk semua doa baik untukmu.

Surabaya, 23 Juli 2024

Anis Rahmawati

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertremaja tangan di bawa ini :

Nama : Anis Rahmawati

NIM : 205000031

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : 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 pikisan saya sendiri.

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

Demikiran pernyataan ini saya buat.

Surabaya, 23 Juli 2024

Yang membuat pernyataan,



Anis Rahmawati

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
HALAMAN MOTTO.....	viii
DAFTAR ISI	x
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
A. LATAR BELAKANG.....	1
B. RUANG LINGKUP DAN PEMBatasan MASALAH.....	4
C. RUMUSAN MASALAH	6
D. TUJUAN PENELITIAN	6
E. VARIABEL PENELITIAN.....	6
F. MANFAAT PENELITIAN	7
BAB II.....	9
LANDASANAN TEORI	9
A. KONSEP DASAR RESILENSI	9
C. KONSELING INDIVIDU	20
D. PENELITIAN TERDAHULU YANG RELEVAN	24
E. KERANGKA KONSEPTUAL.....	26
F. HIPOTESIS PENELITIAN	27
BAB III.....	28
METODE PENELITIAN	28

A. RANCANGAN PENELITIAN	28
B. POPULASI SAMPEL	29
C. METODE PENGUMPULAN DATA	31
D. TEKNIK ANALISIS DATA	37
BAB IV	39
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	39
A. HASIL PENELITIAN	39
B. PEMBAHASAN.....	47
BAB V	55
PENUTUPAN	55
A. KESIMPULAN	55
B. SARAN.....	55
DAFTAR PUSTAKA	57