

**EFEKTIVITAS STRATEGI RESTRUKTURING
KOGNITIF DALAM KONSELING KELOMPOK
UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI
SISWA KELAS VII DI PONDOK PESANTREN AL
AMANAH**

SKRIPSI



Unipa Surabaya

Oleh :
Bregita Wulan Putri
155000043

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

**EFEKTIVITAS STRATEGI RESTRUKTURING
KOGNITIF DALAM KONSELING KELOMPOK
UNTUK MENINGKATKAN PENYESUAIAN DIRI
SISWA KELAS VII DI PONDOK PESANTREN AL
AMANAH**

SKRIPSI

Di ajukan 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

Oleh:

Bregita Wulan Putri
155000043

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

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh : Bregita Wulan Putri
NIM 155000043

Judul Skripsi : Eektivitas Strategi Restrukturing Kognitif Dalam
Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Kelas
VII di Pondok Pesantren Al-Amanah

telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Mengetahui:
Kaprodi Pendidikan
Bimbingan & Konseling,


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

Surabaya, 13 Mei 2019
Pembimbing,


Drs. H. Sutijono, M.M.
NIDN. 8807020016



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/>

HALAMAN PENGESAHAN

Nama Mahasiswa : Bregita Wulan Putri
NIM : 155000043
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi : Efektivitas Strategi Restrukturing Kognitif Dalam
Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan
Penyesuaian Diri Siswa Kelas VII di Pondok Pesantren
Al-Amanah.

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

Pada hari : Jum'at

Tanggal : 17 Mei

Tahun : 2019

Panitia Ujian Skripsi:

1. Ketua

UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Dr. Susanti, S.H., M.Si.

2. Sekretaris

Dr. Endang Mastuti Rahayu, M.Pd.

3. Anggota I

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

4. Anggota II

Drs. H. Sutjono, M.M.

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bregita Wulan Putri
NIM : 155000043
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 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, 13 Mei 2019
Yang membuat pernyataan,



Bregita Wulan Putri
NIM 155000043

HALAMAN MOTTO

The best revenge for the people who have insulted you is the success that you can show them later.

Balas dendam terbaik untuk orang-orang yang telah menghina kamu adalah kesuksesan yang dapat kamu tunjukkan kepada mereka di masa depan nanti.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Ku persembahkan karya ini teruntuk :

- Bapak dan Ibu terimakasih untuk kalian dengan segala kasih sayang, bimbingan, tuntunan dan doa yang tiada henti untukku. Pengorbanan yang tidak bisa terbalas olehku. Ilove You So Much
- Almh. Umik orang yang sangat dermawan
- Adekku tersayang Mahida Wahyu Al-Fairuz yang selalu memberikan keceriaan
- Teman kecil ku yang selalu memberi semangat dan motivasi Ongky dan Rangga Fahbri
- Teman satu bimbinganku (Ayu Indah, Intan Sari, Bregita Wulan, Luffi Firanti, Eva Tria, Gusti Ayu, Serasia Kurniati, Dea Alifya, Siti Nur, Elsi Laydiansari, Nita Nur, dan Janjang Cerlang, Hani).
- Teman-teman angkatanku 2015
- Adek-adek tingkatku angkatan 2016, 2017 & 2018
- Teman-teman Magang III SMPN 51 Surabaya
- Almamater Tercinta

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr.Wb

Pertama, puji syukur kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga skripsi ini bisa berjalan dengan lancar dan berakhir dengan semestinya.

Skripsi ini disusun guna memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan S-1 Pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Penulis menyadari tanpa bantuan, bimbingan, dorongan dan doa dari semua pihak, penulis tidak mampu mengerjakan segala sesuatunya dengan baik dan benar. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Bapak Dr. Suhari, S.H., M.Si. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang telah memberikan ijin penelitian dalam rangka penyusunan skripsi.
2. Bapak Boy Soedarmadji S.Pd., M.Pd. selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang telah memberikan ijin penelitian dalam rangka penyusunan skripsi.
3. Bapak H. Drs. Sutijono M.M. selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan waktu dan bimbingan yang sangat berharga sampai selesai penulisan skripsi.
4. Ibu Maghfiratul Lathifah S.Pd., M.Pd. selaku asisten dosen yang telah memberikan waktu dan bimbingan yang sangat berharga sampai selesai penulisan skripsi.
5. Bapak Kepala sekolah Bumi Shalawat selaku kepala sekolah dari sekolah pondok di Bumi Shalawat, yang telah memberi izin untuk melakukan uji validitas.

6. Ustad Sobirin selaku pengurus di SMP Bilingual Terpadu Sidoarjo, yang telah memberi izin untuk melakukan penelitian skripsi dari awal hingga akhir.
7. Bapak Riskodo dan Ibu Jumaidah selaku orang tua penulis yang tidak lelah untuk mendukung saya dalam keadaan apapun dan berdoa dengan setulus hati.
8. Mahida Wahyu Al-Fairuz selaku adek kandung penulis yang selalu memberi keceriaan disaat penulis penat.
9. Kakak tingkat dan teman-teman penulis yang membantu dalam penelitian ini yang tidak bisa disebutkan oleh satu persatu oleh penulis.

Kehadirat Allah SWT, penulis memanjatkan doa semoga Allah memblas segala amal kebajikan yang diberikan kepada penulis, dengan kemuliaan dan limpahan rahmat yang tiada hentinya. Amin yarabbal alaamin.
Waalaikumsalam Wr. Wb

Surabaya, 07 Maret 2019

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan	iii
Pernyataan Keaslian Skripsi	iv
Abstrak	v
Halaman Motto	vii
Persembahan	viii
Kata Pengantar	ix
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Batasan Masalah	7
C. Rumusan Masalah.....	8
D. Tujuan Penelitian	8
E. Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Dasar Teori	9
B. Penelitian yang Relevan	24
C. Kerangka Konseptual.....	26
D. Hipotesis.....	26
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	27
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	27
C. Variabel Penelitian.....	29

1. Identifikasi Variabel.....	29
2. Definisi Operasional Variabel	29
D. Instrumen Penelitian	29
E. Teknik Pengumpulan Data	36
F. Teknik Analisis Data.....	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	45
B. Pembahasan	51
BAB V PENUTUP	
A. Simpulan.....	57
B. Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN	63