

**EFEKTIVITAS LAYANAN INFORMASI DENGAN  
MENGUNAKAN VIDEO ANIMASI UNTUK MEREDUKSI  
CABIN FEVER PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN  
KONSELING UNIVERSITAS ADI BUANA SURABAYA**

**SKRIPSI**



*Unipa Surabaya*

**OLEH:  
ANAA FARIHATUN NISA'  
NIM: 175000061**

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
2021**

**EFEKTIVITAS LAYANAN INFORMASI DENGAN  
MENGUNAKAN VIDEO ANIMASI UNTUK MEREDUKSI  
CABIN FEVER PADA MAHASISWA BIMBINGAN DAN  
KONSELING UNIVERSITAS ADI BUANA 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

Anaa Farihatun Nisa'  
NIM 175000061

**UNIVERSITAS PGRI ADI BUANA SURABAYA  
FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
2021**

## HALAMAN PERSETUJUAN

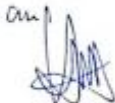
**Skripsi** : Anaa Farihatun Nisa'  
NIM 175000061

**Judul skripsi** : Efektivitas Layanan Informasi dengan Menggunakan  
Video Animasi untuk Mereduksi *Cabin Fever* Pada  
Mahasiswa Universitas ADI Buana Surabaya

Surabaya, 11 Februari 2021

Mengetahui

Ketua Program Studi,



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

Pembimbing



Maghfirotul Lathifah, S.Pd., M.Pd.  
NIDN: 0727128905

**FAKULTAS PEDAGOGI DAN PSIKOLOGI  
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, 8281183 Surabaya 60234

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi oleh ANAA FARIHATUN NISA' dengan Judul Efektivitas Layanan Informasi Dengan Menggunakan Video Animasi Untuk Mereduksi *Cabin Fever* Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Adi Buana Surabaya telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 17 Februari 2021

Dewan Penguji:

1. Maghfirotul Lathifah, S.Pd., M.Pd.
2. Dr. Dra. Moesarofah, M.Psi.
3. Aniek Wirastania S.Pd., M.Pd.



Mengesahkan

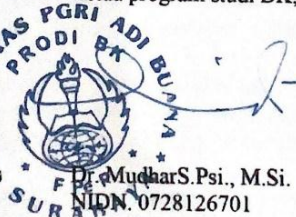
Mengetahui

Dekan FPP

Ketua program studi BK,



Dr. Santika Rentina Hadis, M. Kes  
NIP. 1967020900000001002



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

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis hanturkan kehadiran Allah SWT, dengan limpahan rahmat dan ridho-Nya, akhirnya penulis dapat menyelesaikan Skripsi. Studi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling pada Fakultas Pedagogik dan Psikologi Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

Ucapan terima kasih dan penghargaan perlu penulis sampaikan kepada berbagai pihak yang telah memberikan bantuan berupa bimbingan, arahan, saran, dukungan dan kemudahan sejak awal sampai akhir penyusunan Skripsi. Kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada.

1. Allah SWT yang telah memberikan saya kekuatan dan kesabaran yang lebih.
2. Kedua orang tua, kakak. Terimakasih atas dukungan moral dan materinya.
3. Bapak Dr. Santika Rentika Hadi., M. Kes Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
4. Bapak Dr. Mudhar S.Psi., M.Si.. Selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
5. Dosen Pembimbing Skripsi Ibu Maghfirotul Lathifah, S.Pd., M.Pd. yang telah banyak meluangkan waktu, pikiran dan tenaga dengan sabar dan ikhlas membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bekal ilmu pendidikan kepada penulis selama mengikuti perkuliahan di Universitas PGRI Adi Buana Surabaya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca sangat diharapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata penulis berharap semoga bermanfaat bagi kita semua.

Surabaya, 11 Februari 2021  
Penulis

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Alhamdulillahirobbil Alamin. Dengan penuh rasa syukur atas kenikmatan yang diberikan oleh ALLAH SWT, saya persembahkan karya skripsi ini untuk:

1. Orangtua saya yang selalu mendukung secara moral dan material.
2. Maghfirotul Lathifah, S.Pd., M.Pd., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan bimbingannya untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Untuk orang yang saya sayangi dan selalu menemani suka maupun duka, mendukung dan memberikan bantuan dan dorongan untuk menyelesaikan skripsi Darmawan Hidayat, S.T.
4. Sahabat Kinderjoy saya yang selalu berhasil membuat tertawa dan melepas penat.
5. Teman satu kelompok bimbingan saya (Iga Vinaya Aginza, Maulina Indah Cahyani, Apriliani Savira Amadhea).
6. Rekan satu angkatan BK A2 2017.
7. Diri saya sendiri yang berhasil survive dan bertahan dalam menjalani segala rintangan hingga di titik ini.

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

**Nama** : **Anaa Farihatun Nisa'**

**NIM** : **175000061**

**Progam Studi** : **Bimbingan dan Konseling**

**Fakultas** : **Fakultas Pedagogi dan Psikologi**

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, 11, Februari 2021

siswa,  


Anaa Farihatun Nisa'

NIM. 17-5000-60

## **MOTTO**

*Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan.*

**QS Al Insyirah 5-6)**



## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vii</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR &amp; GRAFIK</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah .....	5
C. Rumusan Masalah.....	5
D. Tujuan Penelitian .....	5
E. Variabel Penelitian.....	5
F. Manfaat Penelitian .....	6

### **BAB II LANDASAN TEORI**

A. Kajian Pustaka .....	7
1. Pengertian Cabin Fever .....	7
2. Gejala Cabin Fever.....	9
3. Faktor-faktor Penyebab Cabin Fever .....	10
4. Dampak Cabin Fever .....	19
5. Dasar Teori Cabin Fever .....	11
6. Definisi Layanan Informasi dengan Menggunakan Video Animasi .....	12
7. Tujuan Layanan Informasi dengan Menggunakan Video Animasi .....	14
8. Manfaat Layanan Informasi dengan Menggunakan Video Animasi .....	15

9.	Dasar Teori Penggunaan Layanan Informasi dengan Menggunakan Video Animasi.....	15
10.	Efektivitas Layanan Informasi dengan Menggunakan Video Animasi untuk Mereduksi Cabin Fever .....	17
B.	Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	20
C.	Kerangka Konseptual.....	22
D.	Hipotesis Penelitian .....	23

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A.	Rancangan Penelitian.....	24
B.	Populasi dan Sampel .....	24
1.	Populasi.....	24
2.	Sampel.....	25
C.	Metode Pengumpulan Data.....	25
1.	Instrumen Penelitian.....	26
2.	Validitas .....	27
3.	Reabilitas.....	28
D.	Teknik Analisis Data.....	28

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A.	Hasil Penelitian .....	30
1.	Deskripsi Hasil Penelitian .....	31
B.	Pembahasan .....	33
1.	Uji Hipotesis.....	33

### **BAB V SIMPULAN DAN SARAN**

A.	Simpulan .....	50
B.	Saran .....	51

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>51</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>58</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
<b>Tabel 3.3</b> <i>Blue-print</i> Pengembangan Skala Pengukuran <i>Cabin Fever</i> . .....	27
<b>Tabel 3.4</b> Uji Validitas Angket Cabin fever pada mahasiswa .....	27
<b>Tabel 3.5</b> Hasil Uji Reliabilitas Angket <i>cabin fever</i> pada mahasiswa .....	28
<b>Tabel 4.1</b> Rentang <i>Cabin Fever</i> .....	30
<b>Tabel 4.2</b> Skor Hasil <i>Pre-test</i> Tertinggi .....	31
<b>Tabel 4.3</b> Skor hasil <i>post-test cabin fever</i> pada mahasiswa .....	31
<b>Tabel 4.4</b> Hasil Perbandingan <i>pre-test</i> dan <i>post-test Cabin Fever</i> pada Mahasiswa Angkatan 2017 Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Adi Buana Surabaya .....	32
<b>Tabel 4.5</b> Hasil Uji Wilcoxon Cabin Fever Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2017 Universitas PGRI Adi Buana Surabaya .....	33
<b>Tabel 4.6</b> Hasil Test Statistic Cabin Fever Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2017 Universitas PGRI Adi Buana Surabaya .....	32
<b>Tabel 4.7</b> Uraian Kegiatan Bimbingan Kelompok untuk Mereduksi <i>Cabin Fever</i> Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2017 Universitas PGRI Adi Buana Surabaya .....	39

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
<b>Gambar 2.1</b> Model Triadic Reciprocal Determinism.....	11
<b>Gambar 2.2</b> Kerucut Pengalaman Edgar Dale .....	16
<b>Gambar 2.3</b> Kerangka Konseptual .....	22
<b>Gambar 3.1</b> Rancangan Penelitian <i>One Group Pre-Test Post-Test Design</i> .....	24

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Rencana Pelaksanaan Layanan.....	57
Butir Item Validasi .....	66
Responden Uji Validasi Dan Reabilitas .....	68
Hasil Responden Uji Validasi Dan Reabilitas .....	70
Hasil Validitas .....	72
Butir Item Pre-Test dan Post-Test .....	74
Hasil Responden <i>Pre-Test</i> .....	76
Hasil Post-Test .....	77
Dokumentasi.....	78
LOA Jurnal.....	82
Format Revisi Skripsi.....	84
Buku Panduan Treatment .....	87