

**EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
COGNITIVE RESTRUCTURING DALAM MENINGKATKAN
RESILIENSI AKADEMIK PESERTA DIDIK KELAS
X SMA NEGERI 1 PANGKALPINANG**



SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S. Pd)**

Oleh:

PUTRI

2215031

Fakultas Tarbiyah

Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK
BANGKA BELITUNG
TAHUN 2026**



**KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM**

Jalan Raya Petaling, Km. 13 Kcc. Mendo Barat Kab. Bangka Prov. Kep. Bangka Belitung
E-mail: humas@iainsasabel.ac.id Website: www.iainsasabel.ac.id Kode Pos: 33173

SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIASI
Nomor : B-96/BKPI/5.5/PP.00.9/03/2026

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa mahasiswa dengan identitas berikut :

Nama : Putri
NIM : 2215031
Program : Strata 1
Fakultas : Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam
Judul Skripsi : Efektifitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Cognitive Restructuring dalam Meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Pangkalpinang

Hasil cek plagiasi sebesar 23%, dan dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal plagiasi 25% pada skripsi yang disusunnya.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 04 Maret 2026
Ka.Program Studi BKPI



Dr. Nikmarijal, M.Pd
NIP. 198611282018011001

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : PUTRI

NIM : 2215031

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

Fakultas : Tarbiyah

Dengan ini menyatakan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Cognitive Restructuring* Dalam Meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta Didik Kelas X Sma Negeri 1 Pangkal Pinang”. Hasil penelitian ini murni karya sendiri, dan bukan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atas pendapat orang lain, kecuali yang tertulis dijadikan acuan atau kutipan dalam naskah skripsi ini.

Bangka, 25 Januari 2026

Yang Menyatakan,



PUTRI



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH

Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: stainbangkabelitung@kemenag.go.id, stain32_sasbabel@yahoo.co.id
BANGKA 33173

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal: Skripsi

PUTRI

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Tarbiyah
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
di-
tempat

Assalamu'alaikum Wr,Wb

Setelah membaca, mencermati dan melakukan beberapa kali bimbingan serta mengadakan perbaikan sebelumnya, baik dari segi isi, bahasa, serta teknik penulisan maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

Nama : PUTRI
NIM : 2215031
Fakultas : Tarbiyah
Prodi : Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Cognitive Restructuring Dalam Meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Pangkalpinang

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). harapan kami semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqsyahkan.

Demikian Nota Dinas Pembimbing ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr,Wb.

Bangka, 4 Maret 2026

Pembimbing I,

Dr. Nikmarijal, M. Pd
NIP. 198611282018011001

Pembimbing II,

Saiful Anwar, M. Pd. I
NIP. 2021029003



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMANSIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBIYAH

Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung Email:
stainbangkabelitung@kemenag.go.id stain32_sasbabel@yahoo.co.id BANGKA 33173

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal: Skripsi

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Tarbiyah

IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

di-

tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah melakukan beberapa kali konsultasi serta mengadakan perbaikan sebelumnya, baik dari segi isi, bahasa, serta teknik penulisan, maka kami selaku konsultan berpendapat bahwa skripsi mahasiswa di bawah ini:

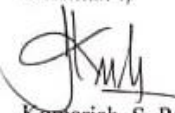
Nama : PUTRI
NIM : 2215031
Fakultas : Tarbiyah
Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)
Judul Skripsi : Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik *Cognitive Restructuring* Dalam Meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Pangkalpinang

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung untuk memenuhi salah satu dari syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd).

Demikianlah Nota Dinas Konsultan ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Konsultan I,


Komariah, S. Psi., M. Pd
NIP. 199105212020122026

Bangka, 01 Juni 2026
Konsultan II,


Nurul Faqih Isro'i, M. Pd
NIP. 199002212023212036



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS TARBİYAH

Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: humas@iainsasbabel.ac.id, Website: www.iainsasbabel.ac.id
BANGKA 33173

PENGESAHAN

Nomor: 100.B9/FT/PP.00.9/06/2026

Skripsi dengan judul: Efektifitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Cognitive Restructuring* dalam Meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Pangkalpinang

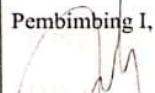
Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Putri
NIM : 2215031
Fakultas : Tarbiyah
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI)

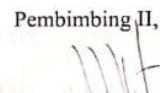
telah dimunaqasyahkan pada hari: Selasa, tanggal 19 Mei 2026 dengan nilai A (86.30), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar S.Pd.

DEWAN SIDANG MUNAQASYAH

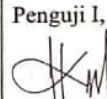
Pembimbing I,


Dr. Nikmarijal, M.Pd
NIP. 19861128 201801 1 001

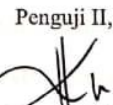
Pembimbing II,


Saiful Anwar, M.Pd.I
NIPPPK. 19801203 202321 1 006

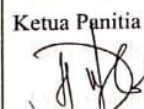
Penguji I,


Komariah, S.Psi. M.Pd
NIP. 19910521 202012 2 026


Penguji II,


Nurul Faqih Isro'i, M.Pd
NIPPPK. 19900221 202321 2 036

Ketua Panitia


Dwi Haryanti, M.Pd.I
NIP. 19900519 201503 2 009

Bangka, 09 Juni 2026
Dekan Fakultas Tarbiyah,


Dr. Subri, S.Pd.I, M.S.I
NIP. 19740302 200604 1 001



HALAMAN MOTTO

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(Q.S al-Baqarah:286)

“Allah tidak mengatakan hidup ini mudah. Tetapi Allah berjanji bahwa kesanggupan bersama kesulitan dan kemudahan”

(Q.S Al-Insyirah:5-6)

“Terlambat bukan berarti gagal, cepat bukan berarti hebat, terlambat bukan menjadi alasan untuk menyerah, setiap orang yang berbeda, percaya proses itu yang paling penting karena Allah yang telah mempersiapkan hal baik di balik kata proses yang kamu anggap rumit”

(Edward Satria)

PERSEMBAHAN

Assalammu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh...

Alhamdulillahirabbil 'alamin, segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat, karunia, dan pertolongan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa umat manusia dari zaman kegelapan menuju jalan yang penuh cahaya ilmu dan keimanan.

Dengan penuh rasa syukur dan ketulusan hati, skripsi ini penulis persembahkan sebagai wujud dari perjalanan panjang, doa, serta dukungan yang tiada henti dari berbagai pihak yang senantiasa membersamai penulis hingga sampai pada tahap ini. Segala proses, usaha, dan perjuangan yang telah dilalui tidak terlepas dari doa dan motivasi orang-orang tercinta.

Kepada almamater tercinta Institut Agama Islam Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, khususnya Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI), yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan membentuk penulis menjadi pribadi yang lebih baik.

Teristimewa untuk kedua orang tua penulis tercinta Bapak Yusup dan Ibu Kasma tersayang. Dua orang yang berjasa bagi kehidupan penulis, dua orang yang selalu mengusahakan anak bungsu ini menempuh pendidikan setinggi-tingginya meskipun mereka berdua sendiri hanya bisa menempuh pendidikan sampai tahap atas dan dasar. Kepada bapak tercinta, terima kasih

Kepada kakak laki-lakiku tercinta dan adikku yaitu Dandi, Ceci, dan Rizky sehingga menjadi inspirasi hidupku, Terima kasih untuk semangat dan dukungan kepada penulis hingga akhir, perhatian yang selalu menguatkan dan menyakinkan penulis mampu menyelesaikan studi ini. Engkau bukan hanya saudara, tetapi juga panutan dalam setiap langkahku. Doa dan semangat menjadi alasan aku tetap bertahan hingga sampai akhir titik ini.

ABSTRAK
EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
***COGNITIVE RESTRUCTURING* DALAM MENINGKATKAN RESILIENSI**
AKADEMIK PESERTA DIDIK KELAS X SMA NEGERI 1 PANGKALPINANG

PUTRI

2215031

Program Studi Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam

Fakultas Tarbiyah

Institut Agama Islam Negeri

Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Abstrak

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini berkaitan dengan rendahnya resiliensi akademik peserta didik yang berdampak pada penurunan prestasi akademik dapat dilihat dari munculnya rasa cemas, khawatir yang berlebihan, menurunnya motivasi belajar, kurangnya konsentrasi saat pembelajaran, serta penurunan hasil belajar yang ditunjukkan melalui nilai akademik. Masalah rendahnya resiliensi akademik ini dapat dipengaruhi oleh pola pikir negatif yang menyebabkan peserta didik mudah putus asa, kurang mampu menyelesaikan masalah, dan menemukan solusi terhadap kesulitan akademik yang dihadapinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas layanan konseling kelompok dengan teknik *cognitive restructuring* dalam meningkatkan resiliensi akademik peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Pangkalpinang.

Penelitian ini menggunakan kuantitatif adalah dengan desain *pre-experimental*, yaitu *one group pretest-posttest*. Teknik pengumpulan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu penentuan pemilihan jumlah sampel berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian, dengan jumlah sampel sebanyak 10 peserta didik. Pengumpulan data menggunakan skala *likert*, sedangkan teknik analisis data dilakukan dengan bantuan program bantuan *SPSS* Versi 26.0.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor rata-rata resiliensi akademik peserta didik pada hasil *pretest-posttest* mengalami peningkatan secara signifikan dari 58 pada saat *pretest* menjadi 112.4 Pada saat *posttest* setelah diberikan layanan konseling kelompok. Analisis lebih lanjut menggunakan *Paired Sampel T-Test* dengan nilai signifikan $0,000 < 0,05$ dan nilai *mean difference* sebesar -54.400. Temuan ini mengindikasikan bahwa layanan konseling kelompok efektif dalam meningkatkan resiliensi akademik peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Pangkalpinang.

Kata-Kata Kunci: Konseling Kelompok, Resiliensi Akademik, *Cognitive Restructuring*

KATA PENGANTAR

Assalamu`alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, karunia, dan kemudahan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi berjudul “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Cognitive Restructuring* dalam Meningkatkan Resiliensi Akademik Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Pangkalpinang”. Penyusunan skripsi ini dilakukan sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Bimbingan dan Konseling.

Terlaksananya penyusunan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari bantuan, kerja sama, dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, penulis menyampaikan rasa terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Irawan, M.S.I., selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
2. Ibu Dr. Hj. Soleha, M.A., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta staf.
3. Bapak Bapak Nikmarijal, M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam sekaligus Pembimbing I yang selalu meluangkan waktu untuk memberikan arahan dan bimbingan selama proses pembuatan skripsi hingga terselesainya penulisan penulisan skripsi ini. Terima kasih atas masukan dan saran untuk perbaikan skripsi
4. Bapak Saiful Anwar, M.Pd.I selaku Penasehat akademik sekaligus Pembimbing II. Terima kasih atas kesediaanya untuk meluangkan waktu dalam memberikan saran, dan masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak dan ibu dosen program studi bimbingan dan konseling pendidikan islam yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan studi pendidikan dengan baik.
6. Seluruh dosen Institut Agama Islam Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung.
7. Kepada Sekolah, seluruh guru, dan para staff pegawai di SMA Negeri 1 Pangkalpinang.
8. Ibu Intan S.Pd, Selaku Guru Bimbingan dan Konseling (BK) SMA Negeri 1 Pangkalpinang yang telah memberikan arahan dan memberikan kemudahan setiap penelitian. Peserta didik SMA Negeri 1 Pangkalpinang yang telah bersedia mencari responden dalam penelitian saya.

9. Peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Pangkajene yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian saya.
10. Cinta pertama dan pintu surgaku. Penulis mengucapkan terimakasih banyak kepada bapak Yusup, yang menjadi *support system* terbesar dan cinta pertama bagi anak bungsunya. Terima kasih atas setiap usaha tanpa kenal lelah, pengorbanan tanpa keluh, serta perhatian yang tak pernah berkurang demi pendidikan penulis sejak bangku sekolah hingga perguruan tinggi. Penulis selalu terinspirasi menjadi sosok tanpa pamrih dan melanjutkan perjuangannya. Kepada ibu Kasma, Ibu perempuan hebat yang menjadi alasan aku tetap kuat dalam setiap lelah dan ragu. Di setiap langkahku, doa-doamu tak pernah putus disetiap keberhasilanku ada pengorbanan yang tak terlihat. Aku tahu belum bisa membalas jasmu, Namun melalui karya ini ku persembahkan sedikit kebanggaan untukmu. Terima kasih cinta yang tak pernah berkurang atas sabar yang tak pernah putus, dan segala hal yang tidak bisa aku ungkapkan dengan kata. Semoga setiap langkahku ke depan selalu membawa kebahagiaan.
11. Kepada kakak laki-lakiku tercinta yaitu Dandi sehingga menjadi inspirasi hidupku, Terima kasih untuk semangat dan dukungan kepada penulis hingga akhir, perhatian yang selalu menguatkan dan menyakinkan penulis mampu menyelesaikan studi ini. Engkau bukan hanya saudara, tetapi juga panutan dalam setiap langkahku. Doa dan semangat menjadi alasan aku tetap bertahan hingga sampai akhir titik ini.
12. Kepada adikku tercinta penulis, Cecilia alpatu nissa, dan Muhammad rizky rafansyah. Terima kasih sudah ikut serta dalam proses penulis menempuh pendidikan selama ini, terima kasih atas semangat, doa, dan cinta yang selalu diberikan kepada penulis. Tumbuhlah lebih baik dan menjadi versi yang paling hebat, adikku.
13. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, yaitu pemilik nama Zulfani terima kasih membersamai penulis selama penyusunan tugas akhir dalam kondisi apapun, telah menjadi *support sistem* dan mendengar keluh kesah penulis, berkontribusi dalam penyusunan tugas akhir ini. Dan terima kasih menjadi rumah yang tidak hanya berupa tanah dan bangunan, pendamping dalam segala hal menemani, memberikan dukungan, semangat, serta motivasi kepada penulis hingga penyusunan tugas akhir ini selesai.
14. Seluruh keluarga besar saya yang selalu memberikan kasih sayang, dukungan, dan memberikan semangat kepada penulis.

15. Kepada sahabat penulis, terima kasih telah kebersamai dan semangat setiap langkah perjuangan serta memberikan dukungan dalam keadaan suka maupun duka.
16. Kepada seluruh sahabat dan teman BKPI A 2022, terima kasih atas kebersamaan, dukungan, dan perjuangan yang telah dilalui bersama selama masa perkuliahan hingga selesai.
17. *Last but not least*, anak perempuan bungsu dan harapan orang tuanya. PUTRI. Ya, diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya untuk diri sendiri yang telah berjuang tanpa henti. Terima kasih telah bekerja keras dan bertahan sejauh ini. Untuk setiap malam yang dihabiskan dalam kelelahan, setiap pagi yang disambut dengan kekhawatiran, namun tetap dijalani dan berhasil dilalui. Terima kasih kepada hati yang tetap ikhlas, meski banyak hal yang terjadi di luar prediksi. Terima kasih kepada jiwa yang tetap kuat, meski berkali-kali hampir menyerah karena kondisi. Terima kasih kepada raga yang terus melangkah, meski lelah menghadapi tekanan tapi tetap diperjuangkan. Teruslah belajar dan mensyukuri nikmat yang Tuhan berikan. Tetap semangat untuk terus berusaha, berbahagialah dimanapun kamu berada. Penulis berdoa agar langkah kecilmu selalu diperkuat. dikelilingi orang-orang baik dan hebat, serta mimpimu satu persatu akan terjawab. *Aamiin*.

Semoga dengan bantuan dan amal kebaikan yang diberikan kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini mendapatkan imbalan dan ridho dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Terlepas dari berbagai kelemahan dan kekurangan, besar harapan penulis, skripsi ini bisa bermanfaat bagi yang membacanya. Oleh karena itu, saran dan kritik yang membangun penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Bangka, 03 Februari 2026

Penulis



NIM 2215031

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT KETERANGAN PLAGIASI	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
NOTA DINAS KONSULTAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	viii
HALAMAN MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
ABSTRAK	ix
KATA PENGANTAR	xvi
DAFTAR ISI	xvii
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I_PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Kegunaan Penelitian.....	6
E. Telaah Pustaka.....	7
F. Sistematika Penulisan Penelitian.....	10
BAB II_LANDASAN TEORI	11
A. Resiliensi Akademik.....	11
1. Pengertian Resiliensi Akademik.....	11
2. Aspek-aspek Resiliensi Akademik.....	12
3. Ciri-Ciri Resiliensi Akademik Rendah dan Tinggi.....	14

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi Akademik.....	15
B. <i>Cognitive Restructuring</i>	17
1. Pengertian <i>Cognitive Restructuring</i>	17
2. Tujuan <i>Cognitive Restructuring</i>	18
3. Langkah-Langkah <i>Cognitive Restructuring</i>	18
C. Konseling Kelompok	20
1. Pengertian Konseling Kelompok	20
2. Tujuan Konseling Kelompok	21
3. Struktur Dalam Konseling Kelompok.....	22
4. Tahapan Konseling Kelompok.....	22
5. Asas-Asas Konseling Kelompok	23
D. Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Cognitive Restructuring</i> Dalam Resiliensi Akademik.....	24
E. Kerangka Berpikir	25
F. Hipotesis Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
A. Jenis dan Pendekatan	28
B. Variabel Penelitian	29
C. Prosedur Penelitian.....	30
D. Definisi Operasional	31
1. Resiliensi Akademik	31
2. Layanan Konseling Kelompok.....	31
E. Waktu dan Tempat Penelitian	31
F. Populasi dan Sampel Penelitian.....	32
1. Populasi.....	32
2. Sampel.....	32
G. Teknik Pengumpulan Data.....	33

1. Observasi.....	34
2. Kuesioner	34
3. Dokumentasi	34
H. Instrumen Penelitian	35
1. Uji validitas	37
2. Uji Reliabilitas	41
I. Teknik Analisis Data	43
1. Uji Prasyarat Analisis.....	43
2. Uji Hipotesis	44
3. Uji <i>N-Grain Score</i>	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	47
A. Hasil Penelitian	47
1. Deskripsi Data <i>Prestest</i>	48
a. Hasil <i>Prestest</i> Resiliensi Akademik Kelompok Eksperimen	48
2. Deskripsi Data <i>Posttest</i>	55
a. Hasil <i>Posttest</i> Resiliensi Akademik Kelompok Eksperimen.....	55
3. Hasil Uji Prasyarat Analisis	56
a. Hasil Uji Normalitas	56
b. Hasil Hipotesis.....	57
4. Perbandingan <i>Prestest</i> , <i>Posttest</i> , dan <i>N-Gain Score</i>	60
B. Pembahasan.....	62
BAB V PENUTUP	65
A. Kesimpulan	65
B. Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN-LAMPIRAN	71

DAFTAR TABEL

Tabel III.1 <i>One Group Pretest dan Posttest Design</i>	29
Tabel III.2 Jumlah Populasi	32
Tabel III.3 Skor Pemberian Pernyataan <i>Favourable</i> dan <i>Unfavourable</i> Skala Resiliensi Akademik	36
Tabel III.4 Blueprint Skala Resiliensi Akademik	36
Tabel III.5 Hasil Uji Validitas Resiliensi Akademik.....	39
Tabel III.6 Klasifikasi Nilai <i>Alpha Cronbach</i>	42
Tabel III.7 Hasil Uji Reliabilitas.....	42
Tabel III.8 Kategori Perolehan Skor	46
Tabel III.9 Kategori Tafsiran Efektivitas	46
Tabel IV.1 Rumus Kategori Data.....	47
Tabel IV.2 Keterangan Data.....	48
Tabel IV.3 Kategorisasi Data	48
Tabel IV.4 Hasil <i>Pretest</i> Resiliensi Akademik.....	49
Tabel IV.5 Hasil <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen.....	55
Tabel IV.6 Hasil Uji Normalitas	56
Tabel IV.7 Hasil <i>Paired Sample T-Test</i>	58
Tabel IV.8 Hasil Uji <i>Paired Samples Statistics</i>	59
Tabel IV.9 Hasil Uji <i>Paired Samples Correlations</i>	59
Tabel IV.10 Hasil <i>N-Gain</i> Kelompok Eksperimen	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar II.1 Kerangka Berpikir	25
Gambar III.1 Variabel Penelitian.....	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 RPL (Rancangan Pelaksanaan Layanan) Bimbingan dan Konseling	77
Lampiran 2 Angket Penelitian Resiliensi Akademik untuk Uji Validitas.....	78
Lampiran 3 Kuesioner Resiliensi Akademik <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	82
Lampiran 4 Pedoman Observasi Layanan Konseling Kelompok.....	86
Lampiran 5 Tabulasi Data <i>Pretest</i> Kelompok Eksperimen.....	88
Lampiran 6 Tabulasi Data <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen.....	88
Lampiran 7 Surat Keputusan (SK) Pembimbing.....	89
Lampiran 8 Surat Izin Penelitian	97
Lampiran 9 Surat Balasan Penelitian.....	98
Lampiran 10 Kartu Bimbingan Skripsi	99
Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian	103
Lampiran 12 Riwayat Hidup	105