

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya

Nama : Yulia Mega Putri

Nim : 3320200412

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa yang tertulis dalam skripsi yang berjudul "Pengembangan Panduan Pelatihan Konseling Individu Dengan Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* Untuk Meningkatkan *Resiliensi* Anak *Broken Home* Siswa SMK Negeri 1 Singgahan" ini benar-benar karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya orang lain atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku, baik Sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Saya menyatakan bahwa skripsi ini telah melalui cek plagiarisme dan dinyatakan layak dan lolos oleh tim plagiarisme. Atas pernyataan ini saya **secara pribadi** siap menganggung resiko/sanksi atas perbuatan tersebut.

Bojonegoro, 3 Juli 2024

Yang membuat pernyataan,



Yulia Mega Putri

UNUGIRI

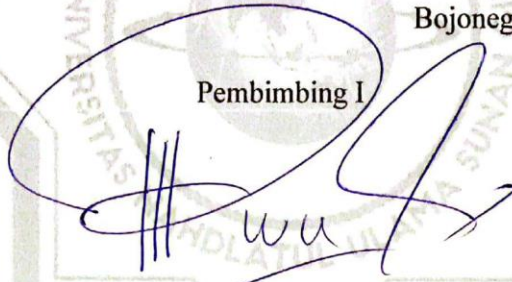
HALAMAN PERSETUJUAN

Usulan penelitian oleh : Yulia Mega Putri
Nim : 3320200412
Judul : Pengembangan Panduan Pelatihan Konseling Individu Dengan Pendekatan *Cogniteve Behavior Therapy* Untuk Meningkatkan *Resiliensi* Anak *Broken Home* SMKN 1 Singgahan

Telah disetujui dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diajukan dalam ujian skripsi.

Bojonegoro, 2 Juli 2024

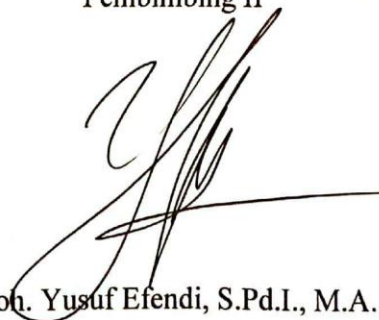
Pembimbing I



Riski Putra Ayu Distira, M.Pd

NIDN. 0702019301

Pembimbing II



Moh. Yusuf Efendi, S.Pd.I., M.A.

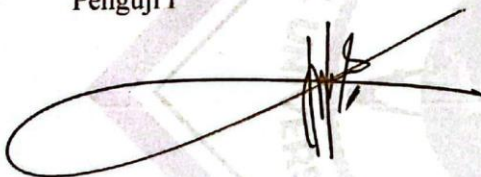
NIDN. 07060118902

HALAMAN PENGESAHAN

Nama : Yulia Mega Putri
NIM : 3320200412
Judul : Panduan Pengembangan Pelatihan Konseling Individu Dengan Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* Untuk Meningkatkan Resiliensi Anak *Broken Home* Siwa SMK Negeri 1 Singgahan.

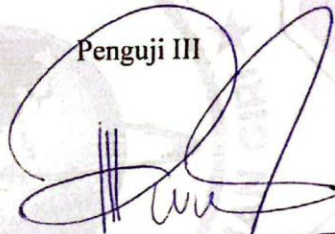
Telah dipertahankan dihadapan penguji pada tanggal 12 Juli 2024.

Dewan Penguji
Penguji I



Vesti Dwi Cahyaningrum, M.Pd.
NIDN : 0715049401

Penguji III



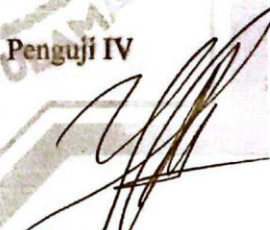
Riski Putra Ayu Distira, M.Pd.
NIDN : 0702019301

Penguji II



Dr. H. Yogi Prana Izza, Lc., M.A.
NIDN : 0731127601

Penguji IV



Moh. Yusuf Efendi, S.Pd.I., M.A.
NIDN : 07060118902

Mengetahui,
Dekan Fakultas
Keperawatan dan Ilmu Pendidikan



Astrid Chandra Sari, M.Pd.
NIDN : 0715049401

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Bimbingan Konseling



Vesti Dwi Cahyaningrum, M.Pd.
NIDN : 0715049401

MOTTO

“Bersyukur apa yang kamu miliki, ikhlaskan apa yang sudah terjadi, dan berdoalah sebagai penenang hati”

(Yulia Mega Putri)

PERSEMBAHAN

Saya persembahkan skripsi ini kepada Bapak Warmin dan Ibu Suciati yang selalu memberikan ketenangan, kenyamanan, motivasi, doa terbaik, dan menyisihkan finansialnya, sehingga saya bisa menyelesaikan masa studi saya. Tidak lupa teman-teman baik saya yang sudah memberikan sumbangsih agar penulis menyelesaikan tepat waktu.



UNUGIRI

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, hidayah serta inayah-Nya sehingga dalam proses penyusunan skripsi ini berjalan dengan lancar dan terselesaikan dengan baik. Skripsi dengan judul “Pengembangan Panduan Pelatihan Konseling Individu Dengan Pendekatan *Cognitive Behaviour Therapy* Untuk Meningkatkan *Resiliensi* Anak *Broken Home* Siswa SMK” ini disusun guna melengkapi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana S-1 Bimbingan Konseling .

Penulisan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari bantuan serta dorongan yang diberikan oleh berbagai pihak seiring dengan hambatan-hambatan yang muncul selama proses penyelesaian proposal skripsi sehingga segala hambatan dapat teratasi. Maka dalam kesempatan ini penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Dr. H. Yogi Prana Izza, Lc., M.A selaku Plt. Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
2. Astrid Chandra Sari, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
3. Vesti Dwi Cahyaningrum, M.Pd., selaku Ketua Jurusan / Program Studi Bimbingan Konseling yang selalu memberikan inovasi dan progress terhadap perkembangan Bimbingan Konseling di Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri.
4. Riski Putra Ayu Distira, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing I yang selalu memberikan semangat, arahan dan saran yang positif sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
5. Moh. Yusuf Efendi, S.Pd.I., M.A., selaku Dosen Pembimbing II dan Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan kritik saran yang berguna dalam proses pengerjaan skripsi.
6. Ulvina Rachmawati, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing Akademik yang selalu memberikan dukungan, arahan pada mahasiswa Bimbingan Konseling.
7. Samiaji Achmad, S.Pd., M.M Kepala SMK Negeri 1 Singgahan Tuban yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan observasi di SMK Negeri 1 Singgahan.

8. Kedua orang tua, Bapak Warmin, Ibu Suciati dan seluruh keluarga besar saya yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas semua bentuk dukungan, doa, dan limpahan kasih sayangnya.
9. Teman-teman khususnya offering D program studi bimbingan konseling di Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri angkatan 2020 yang berjuang Bersama dalam suka maupun duka. Khususnya Siti Yulianti dan Siska Noviawati yang selalu membantu saya dalam segala hal.
10. Julia Dwijayanti, selaku teman dari program studi bahasa inggris yang membantu peneliti untuk menerjemahkan abstrak dari bahasa indonesia ke bahasa inggris.
11. Semua pihak yang telah terlibat yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dan mendukung penulis sehingga mampu menyelesaikan skripsi ini.
12. Terima kasih untuk diri saya sendiri, atas segala semangatnya dan sudah kuat sejauh ini dalam mengerjakan tugas akhir skripsi. Semoga tetap rendah hati karena perjuangan mewujudkan cita-cita baru dimulai.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, terdapat kekurangan yang tidak lain disebabkan oleh keterbatasan penulis. Oleh sebab itu, penulis mengharapkan kritik serta saran yang membangun agar mampu dijadikan sebagai evaluasi, masukan juga perbaikan. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat dalam perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya Bimbingan Konseling.

UNUGIRI

ABSTRAK

Putri, Yulia Mega 2024. Pengembangan Panduan Pelatihan Konseling Individu Dengan Pendekatan *Cognitive Behaviour Therapy* Untuk Meningkatkan *Resiliensi* Anak *Broken Home* Siswa SMK. Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri

Kata kunci: *Konseling Individu, Cognitive Behavior Therapy, Resiliensi, Broken Home*

Resiliensi bukan merupakan suatu sifat yang melekat pada diri seseorang, melainkan merupakan hasil dari suatu proses. *Resiliensi* merupakan suatu kapasitas seseorang untuk bertahan dalam situasi yang sedang dihadapi. Penelitian ini dilandasi oleh tingginya siswa yang *resiliensi* rendah berlatar belakang keluarga *broken home* melampiasikan dalam bentuk kenakalan remaja seperti membolos, tidak percaya diri, mencuri, kurangnya sikap menghargai seseorang dan motivasi sekolah yang rendah. Penelitian ini bertujuan mengembangkan sebuah panduan pelatihan konseling individu dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* untuk meningkatkan *resiliensi* anak *broken home* SMK. Pengumpulan data digunakan adalah observasi, wawancara, skala *resiliensi* anak *broken home* yang diberikan pada subjek penelitian yaitu siswa yang berlatar belakang keluarga *broken home* dari kelas 10 dan 11 SMKN 1 Singgahan. Hasil dari analisis data yang diberikan ke 71 siswa memiliki nilai rata-rata keseluruhan sebesar 61,79%. Produk yang dihasilkan telah lolos uji coba ke 2 ahli BK, dan 3 praktisi yang menyatakan bahwa panduan pelatihan konseling individu dengan pendekatan *cognitive behavior therapy* untuk meningkatkan *resiliensi* anak *broken home* berguna dan layak dipakai untuk meningkatkan *resiliensi* anak *broken home*.

UNUGIRI

ABSTRACT

Putri, Yulia Mega 2024. Development of an Individual Counseling Training Guide with an Approach Cognitive Behaviour Therapy To increase Resilience Child Broken Home Vocational school students. Guidance and Counseling Study Program Thesis. Faculty of Teacher Training and Education. Nahdlatul Ulama Sunan Giri University

Keywords: Individual Counseling, Cognitive Behavior Therapy, Resilience, Broken Home

Resilience is not an inherent trait in a person, but is the result of a process. Resilience is a person's capacity to survive the situation they are facing. This research is based on the high number of students who resilience low family background broken home venting in the form of juvenile delinquency such as truancy, lack of self-confidence, stealing, lack of respect for someone and low school motivation. This research aims to develop an individual counseling training guide with an approach cognitive behavior therapy to increase resilience child broken home vocational school. Data collection used was observation, interviews, scales resilience child broken home given to research subjects, namely students from family backgrounds broken home from grades 10 and 11 of SMKN 1 Singgahan. The results of data analysis given to 71 students had an overall average score of 61.79%. The resulting product has passed trials by 2 BK experts and 3 practitioners who stated that it is an individual counseling training guide with an approach cognitive behavior therapy to increase resilience child broken home useful and worth using to improve resilience child broken home.

UNUGIRI

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|--|-------------|
| HALAMAN SAMPUL | i |
| PERNYATAAN KEASLIAN | ii |
| HALAMAN PERSETUJUAN | iii |
| HALAMAN PENGESAHAN | iv |
| MOTTO | v |
| KATA PENGANTAR | vi |
| ABSTRAK | vii |
| ABSTRAC | viii |
| DAFTAR ISI | ix |
| DAFTAR TABEL | xiii |
| DAFTAR GAMBAR | xiv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xv |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah..... | 7 |
| 1.3 Tujuan Penelitian | 8 |
| 1.4 Spesifikasi Produk Yang Diharapkan | 8 |
| 1.5 Manfaat Penelitian | 8 |
| 1.5.1 Manfaat Teoritis | 8 |
| 1.5.2 Manfaat Praktis..... | 9 |
| 1.6 Asumsi dan Keterbatasan Masalah | 9 |
| 1.6.1 Asumsi..... | 9 |
| 1.6.2 Keterbatasan Masalah..... | 10 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN DASAR TEORI | 11 |
| 2.1 Tinjauan Pustaka | 11 |
| 2.2 Dasar Teori..... | 11 |
| 2.2.1 Broken Home | 11 |
| 2.2.1.1 Pengertian <i>Broken Home</i> | 11 |
| 2.2.1.2 Aspek <i>Broken Home</i> | 12 |
| 2.2.1.3 Faktor Mempengaruhi <i>Broken Home</i> | 14 |

| | |
|---|-----------|
| 2.2.1.4 Dampak <i>Broken Home</i> Bagi Anak..... | 15 |
| 2.2.2 Resiliensi..... | 16 |
| 2.2.2.1 Pengertian <i>Resiliensi</i> | 16 |
| 2.2.2.2 Aspek <i>Resiliensi</i> | 17 |
| 2.2.2.3 Faktor Mempengaruhi <i>Resiliensi</i> | 19 |
| 2.2.2.4 Dampak Yang Muncul Ketika <i>Resiliensi</i> Rendah..... | 20 |
| 2.2.3 Konseling Individu..... | 21 |
| 2.2.3.1 Pengertian Konseling Individu..... | 21 |
| 2.2.3.2 Tujuan Konseling Individu..... | 22 |
| 2.2.3.3 Fungsi Konseling Individu..... | 23 |
| 2.2.3.4 Tahapan Konseling Individu..... | 24 |
| 2.2.3.5 Peranan Konselor Dalam Proses Konseling Individu..... | 25 |
| 2.2.3.6 Komponen Konseling Individu..... | 27 |
| 2.2.4 Pendekatan <i>Cognitive Behavior Therapy</i>..... | 27 |
| 2.2.4.1 Pengertian <i>Cognitive Behavior Therapy</i> | 27 |
| 2.2.4.2 Tujuan Pendekatan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> | 29 |
| 2.2.4.3 Manfaat Pendekatan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> | 30 |
| 2.2.4.4 Prinsip-Prinsip Pendekatan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> | 31 |
| 2.2.4.5 Tahapan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> | 34 |
| 2.2.4.6 Peran Konselor Dalam Penerapan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> | 35 |
| 2.2.4.7 Peran Konseli Dalam Penerapan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> | 36 |
| 2.3 Konseling Individu Dengan Pendekatan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> Untuk Meningkatkan Resiliensi Anak <i>Broken Home</i> | 36 |
| 2.4 Hasil Penelitian Yang Relevan..... | 37 |
| 2.5 Kerangka Konseptual..... | 40 |
| BAB III METODE PENGEMBANGAN..... | 42 |
| 3.1 Jenis Dan Rancangan Pengembangan..... | 42 |
| 3.2 Prosedur Pengembangan..... | 44 |
| 3.2.1 Tahap 1 Persiapan..... | 46 |
| 3.2.2 Tahap 2 Pengumpulan Informasi..... | 46 |
| 3.2.3 Tahap 3 Desain Produk..... | 46 |
| 3.2.4 Tahap 4 Validasi Produk..... | 47 |

| | |
|---|-----------|
| 3.2.5 Tahap 5 Perbaikan Desain | 47 |
| 3.2.6 Tahap 6 Uji Coba Skala Kecil..... | 48 |
| 3.2.7 Tahap 7 Revisi Produk Oprasional | 48 |
| 3.3 Desain Uji Coba..... | 48 |
| 3.3.1 Uji Ahli | 48 |
| 3.3.2 Uji Skala Kecil | 49 |
| 3.4 Jenis Data | 49 |
| 3.5 Variabel Dan Definisi Oprasional..... | 49 |
| 3.5.1 Variabel..... | 49 |
| 3.5.2 Definisi Oprasional | 49 |
| 3.5.2.1 Konseling Individu..... | 50 |
| 3.5.2.2 <i>Cognitive Behavior Therapy</i> | 50 |
| 3.5.2.3 <i>Resiliensi</i> | 50 |
| 3.5.2.4 <i>Broken Home</i> | 50 |
| 3.6 Instrumen Pengumpulan Data..... | 50 |
| 3.6.1 Wawancara..... | 51 |
| 3.6.2 Observasi..... | 51 |
| 3.6.3 Kuisisioner..... | 51 |
| 3.7 Pendekatan Analisis Data | 53 |
| 3.7.1 Uji Validitas | 53 |
| 3.7.2 Uji Reliabilitas | 55 |
| 3.7.3 Analisis Data Kuantitatif..... | 56 |
| 3.7.4 Analisis Data Kualitatif..... | 57 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 58 |
| 4.1 Hasil Penelitian | 58 |
| 4.1.1 Kondisi Objektif Tingkat <i>Resiliensi</i> Anak <i>Broken Home</i> SMKN 1 Singgahan..... | 59 |
| 4.1.2 Pengembangan Panduan | 60 |
| 4.1.3 Desain Panduan..... | 61 |
| 4.1.4 Pengembangan Uji Coba..... | 62 |
| 4.1.4.1 Data Penilaian Ahli | 62 |
| 4.1.4.1.1 Data Kuantitatif..... | 62 |

| | |
|---|-----------|
| 4.1.4.1.1.1 Data Penilaian Ahli Indikator Kegunaan | 63 |
| 4.1.4.1.1.2 Data Penilaian Ahli Indikator Kelayakan | 69 |
| 4.1.4.1.1.3 Data Penilaian Ahli Indikator Ketepatan | 71 |
| 4.1.4.1.2 Data Kualitatif..... | 72 |
| 4.1.4.2. Data Penilaian Praktisi..... | 72 |
| 4.1.4.2.1 Data Kuantitatif..... | 73 |
| 4.1.4.2.1.1 Data Penilaian Praktisi Indikator Kegunaan | 73 |
| 4.1.4.2.1.2 Data Penilaian Praktisi Indikator Kelayakan | 78 |
| 4.1.4.2.1.3 Data Penilaian Praktisi Indikator Ketepatan | 80 |
| 4.1.4.2.2 Data Kualitatif..... | 81 |
| 4.1.4.3 Data Penilaian Ahli Media..... | 82 |
| 4.1.4.3.1 Data Kualitatif..... | 82 |
| 4.1.4.3.2 Data Kualitatif..... | 86 |
| 4.2 Pembahasan Hasil Pengembangan..... | 86 |
| 4.2.1 Uji Ahli BK..... | 87 |
| 4.2.2 Uji Praktisi | 88 |
| 4.2.3 Uji Ahli Media..... | 90 |
| 4.2.4 Uji Skala Kecil..... | 90 |
| BAB V KESIMPULAN | 81 |
| 5.1 Kesimpulan | 81 |
| 5.2 Saran Pengguna..... | 82 |
| 5.3 Saran Penulis Selanjutnya..... | 82 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 83 |
| LAMPIRAN..... | 89 |

UNUGIRI

DAFTAR TABEL

| Tabel | Halaman |
|--|---------|
| 3.1 Kisi-Kisi Instrumen Resiliensi | 52 |
| 3.2 Kisi-Kisi Instrumen Broken Home | 52 |
| 3.3 Kriteria Skor..... | 53 |
| 3.4 Uji Validitas | 54 |
| 3.5 Kriteria untuk menentukan presentase..... | 57 |
| 4.1 Subjek Penelitian Siswa | 60 |
| 4.2 Desain Panduan..... | 61 |
| 4.3 Penilaian Ahli Dari Indikator Kegunaan..... | 63 |
| 4.4 Penilaian Ahli Dari Indikator Kelayakan..... | 69 |
| 4.5 Penilaian Ahli Dari Indikator Ketepatan..... | 71 |
| 4.6 Data Kualitatif Ahli BK..... | 72 |
| 4.7 Penilaian Praktisi Dari Indikator Kegunaan..... | 74 |
| 4.8 Penilaian Praktisi Dari Indikator Kelayakan..... | 78 |
| 4.9 Penilaian Praktisi Dari Indikator Ketepatan..... | 80 |
| 4.10 Data Kualitatif Praktisi..... | 81 |
| 4.11 Data Kuantitatif Ahli Media | 82 |
| 4.12 Data Kualitatif Ahli Media | 86 |



UNUGIRI

DAFTAR GAMBAR

| Gambar | Halaman |
|--|---------|
| 2.1 Kerangka Konseptual..... | 41 |
| 3.1 Langkah-Langkah Penggunaan Metode RnD..... | 43 |
| 3.2 Tahapan Pengembangan Panduan..... | 45 |



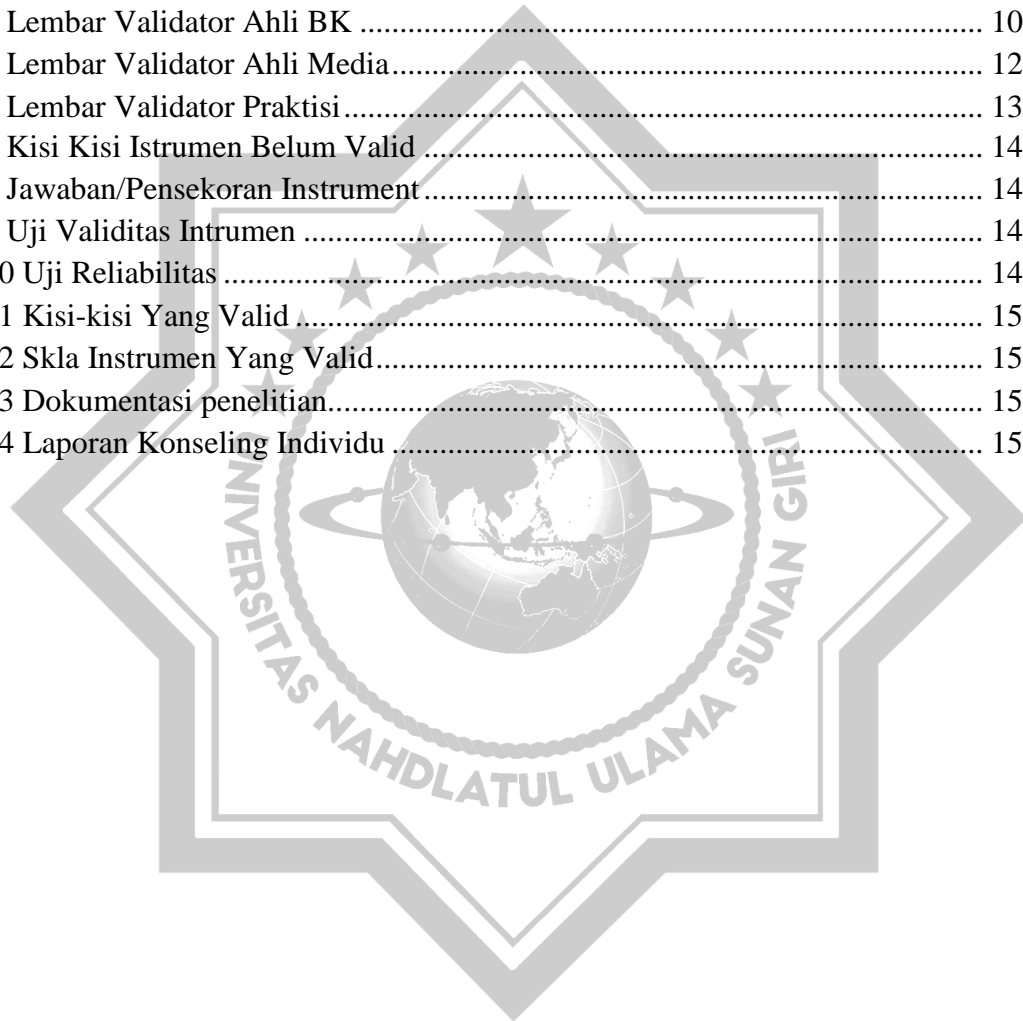
UNUGIRI

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

Halaman

| | |
|--|-----|
| 1 Surat Izin Ke Sekolah | 99 |
| 2 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian..... | 100 |
| 3 Lembar Uji Validitas Istrumen | 101 |
| 4 Lembar Validator Ahli BK | 108 |
| 5 Lembar Validator Ahli Media..... | 124 |
| 6 Lembar Validator Praktisi..... | 130 |
| 7 Kisi Kisi Istrumen Belum Valid | 142 |
| 8 Jawaban/Pensekoran Instrument..... | 144 |
| 9 Uji Validitas Intrumen | 145 |
| 10 Uji Reliabilitas | 149 |
| 11 Kisi-kisi Yang Valid | 150 |
| 12 Skla Instrumen Yang Valid..... | 151 |
| 13 Dokumentasi penelitian..... | 154 |
| 14 Laporan Konseling Individu | 155 |



UNUGIRI