

**PERBEDAAN RESILIENSI PADA REMAJA PANTI ASUHAN
SETELAH DIBERI PELATIHAN KESADARAN DIRI**

SKRIPSI

Estianti Femy Pratiwi

16.E1.0008



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2020

**PERBEDAAN RESILIENSI PADA REMAJA PANTI ASUHAN
SETELAH DIBERI PELATIHAN KESADARAN DIRI**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi
Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh :

Estianti Femy Pratiwi
16.E1.0008



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2020

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian Syarat – Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada tanggal

1 April 2020

Mengesahkan
Ketua Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

Dr. Suparmi, M.Si.)

Pembimbing Skripsi



(Lucia Trisni Widhianingtanti, S.Psi, M.Si.)

Dewan penguji



(Drs. Pius Heru Priyanto, M.Si.)



(Dr. Ferdinand Hindiarto, M.Si.)



(Lucia Trisni Widhianingtanti, S.Psi, M.Si.)

PERNYATAAN

Saya dengan ini menyatakan bahwa di dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan



Semarang, 1 April 2020
Yang menyatakan



Estianti Femy Pratiwi
16.E1.0008

UCAPAN TERIMA KASIH

Pertama – tama penulis panjatkan rasa syukur dan terima kasih kepada Tuhan yang Maha Esa. Berkat rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian ini yang berjudul “ Perbedaan Resiliensi pada Remaja Panti Asuhan Setelah diberi Pelatihan Kesadaran Diri “.

Penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah mendukung dan memberikan doa bagi penulis selama proses penelitian ini. Penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes selaku Dekan Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata.
2. Ibu Lucia Trisni Widianingtanti, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing pertama bagi penulis.
3. Bapak Christa Vidia Rana Abimanyu, S.Psi., M.Psi selaku dosen pembimbing kedua bagi penulis.
4. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata Semarang yang telah membagi ilmunya bagi penulis.
5. Suster Florentina Winarsi, AK selaku pihak panti asuhan Santo Thomas Bergas, Sruwen yang telah memberi ijin pada peneliti untuk melakukan kegiatan di panti asuhan.
6. Remaja panti asuhan Santo Thomas Bergas, Sruwen karena telah berkenan untuk berpartisipasi dalam setiap rangkaian penelitian.

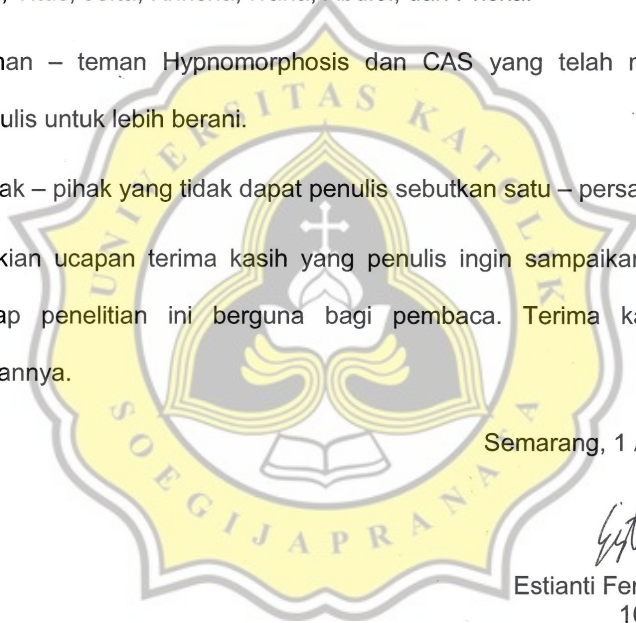
7. Orang tua penulis (Bapak FX. Ismupratomo dan (Alm) Ibu M.A. Lo Boen Sioe) yang telah memberi dukungan secara lahir dan batin.
8. Kedua saudara kandung penulis (Herutomo dan Ersira) yang telah selalu mendoakan penulis.
9. Sahabat penulis yang luar biasa Sunu, Seraya, Yessika, Dea, Lala, Eka, Titus, Jefta, Khrisna, Ivana, Abdiel, dan Priska.
10. Teman – teman Hypnomorphosis dan CAS yang telah membantu penulis untuk lebih berani.
11. Pihak – pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu – persatu.

Sekian ucapan terima kasih yang penulis ingin sampaikan. Penulis berharap penelitian ini berguna bagi pembaca. Terima kasih atas perhatiannya.

Semarang, 1 April 2020
Penulis



Estianti Femy Pratiwi
16.E1.0008



DAFTAR ISI

Judul	i
Halaman Pengesahan.....	ii
Pernyataan Bebas Plagiasi	iii
Ucapan Terima Kasih.....	iv
Daftar Isi	vi
Daftar Tabel	viii
Daftar Grafik.....	ix
Daftar Gambar.....	x
Daftar Lampiran	xi
Abstrak.....	xii
Abstract.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Tujuan Penelitian	8
1.3 Manfaat Penelitian	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Resiliensi	9
2.2 Pelatihan Kesadaran Diri	18
2.3 Dinamika Pelatihan Kesadaran Diri untuk Meningkatkan Resiliensi pada Remaja Panti Asuhan	25
2.4 Hipotesis	29
BAB III METODE PENELITIAN	30
3.1 Jenis Penelitian	30
3.2 Identifikasi dan Definisi Operasional Variabel	31

3.3 Subjek Penelitian -----	32
3.4 Teknik Pengumpulan Data -----	32
3.5 Uji Coba Alat Ukur -----	33
3.6 Metode Analisis Data -----	34
3.7 Rancangan Eksperimen -----	35
BAB IV PENGUMPULAN DATA PENELITIAN -----	39
4.1 Orientasi Kancah Penelitian -----	39
4.2 Persiapan Penelitian -----	39
4.3 Pelaksanaan Penelitian -----	40
4.4 Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur -----	44
4.5 Validasi Modul -----	45
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN -----	46
5.1 Hasil Analisis Data -----	46
5.2 Pembahasan -----	47
BAB VI PENUTUP -----	51
6.1 Kesimpulan -----	51
6.2 Saran -----	51
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> skala resiliensi pada remaja panti asuhan -----	33
Tabel 3.2 Materi pelatihan kesadaran diri-----	36
Tabel 3.3 Evaluasi Kirkpatrick pelatihan kesadaran diri -----	38
Tabel 4.1 Matriks pelatihan kesadaran diri -----	42
Tabel 4.2 Hasil rincian CFA (Confirmatory Factor Analysis) -----	44
Tabel 4.3 <i>Blueprint</i> skala resiliensi pada remaja panti asuhan setelah validasi-	45



DAFTAR GRAFIK

Grafik 5.1 Grafik peningkatan *pre test* dan *post test* resiliensi ----- 49



DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Skema *One-Group Pre Test – Post Test Design* ----- 36



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A Hasil Pre test dan Post test-----	61
Lampiran B Skala Resiliensi-----	62
Lampiran C Hasil Validitas dan Reliabilitas-----	65
Lampiran D Hasil tes Ranging – Bertanda Wilcoxon-----	68
Lampiran E Surat Ijin Penelitian dan Surat Bukti Penelitian Instansi-----	70
Lampiran F Dokumentasi-----	73
Lampiran G Modul Pelatihan Kesadaran Diri-----	76
Lampiran H Hasil Validasi Modul Expert Judgement-----	87
Lampiran I <i>Inform Consent</i> -----	94
Lampiran J <i>Form</i> Evaluasi Kirkpatrick (Reaksi dan Pengetahuan)-----	96
Lampiran K Hasil <i>Follow up</i> Remaja-----	101



ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan resiliensi remaja panti asuhan sebelum dan setelah diberikan pelatihan kesadaran diri. Hipotesis pada penelitian ini adalah ada perbedaan tingkat resiliensi pada remaja panti asuhan sebelum dan sesudah diberikan pelatihan kesadaran diri. Penelitian ini dilakukan di Panti Asuhan Santo Thomas Bergas, Sruwen dengan jumlah subjek 21 anak remaja yang duduk dibangku SMA/SMK. Pengujian tingkat resiliensi pada remaja panti asuhan menggunakan skala resiliensi yang diberikan sebelum dan sesudah pelatihan kesadaran diri. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik Tes ranking-bertanda Wilcoxon. Hasil uji hipotesis menunjukkan ada perbedaan tingkat resiliensi pada remaja panti asuhan sebelum dan setelah diberikan pelatihan kesadaran diri yang ditunjukkan dari *asympt. Sig (1 – tailed)* sebesar $p (0,024) < 0,05$.

Kata kunci: Kesadaran diri, resiliensi



ABSTRACT

This study aims to understand the differences in adolescent orphanages before and after self-awareness training. The hypothesis in this study is that there are differences in the level of resilience in adolescent orphanages before and after self-awareness training is given. This study was conducted at Santo Thomas Bergas, Sruwen orphanage with a total of 21 teenage subjects whose still in high school / vocational high school. Testing the level of resilience in adolescent orphanages using resilience scales that given before and after self-awareness training. The data analysis method that used in this study is Wilcoxon - ranked test technique. Hypothesis test results show there are differences in the level of resilience in adolescent orphanages before and after given self-awareness training which is shown from asymp. Sig (1 – tailed) of $p (0,024) < 0,05$.

Key words : Self awareness, resilience

