

SKRIPSI
EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK REALITAS UNTUK
MENINGKATKAN *ACADEMIC HARDINESS* SISWA MA MINAT
KESUGIHAN



*Disusun dan diajukan untuk sebagai salah satu syarat mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan di Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap*

Disusun Oleh:

Nama	: Futikhatun Karomah
NIM	: 212411041
Program Studi	: Bimbingan Konseling

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP
TAHUN 2025

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Futikhatun Karomah

NIM : 212411041

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul “ EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK REALITAS UNTUK MENINGKATKAN *ACADEMIC HARDINESS* SISWA MA MINAT KESUGIHAN “ ini benar-benar hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis telah disebutkan dalam teks tercantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Cilacap, 4 Juni 2025

Futikhatun karomah

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : FUTIKHATUN KAROMAH

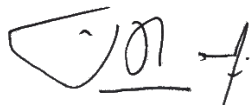
NIM : 2I2411041

Judul Skripsi : EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK REALITAS
UNTUK MENINGKATKAN *ACADEMIC HARDINESS* SISWA MA MINAT
KESUGIHAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali
Cilacap.

Cilacap, 27 Mei 2025
Persetujuan Pembimbing

Pembimbing I,



Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd. I
NIDN. 0629019101

Pembimbing II,



Faisal Ridwan, M.Pd
NIDN.0609059401

PENGESAHAN

NOTA KONSULTAN

MOTTO

“Jangan takut gagal, karena kegagalan adalah bagian dari proses belajar. Selama kita masih mau mencoba, maka harapan itu akan tetap ada”

“Hidup adalah ujian yang mengajarkan kita kesabaran, ketulusan dan rasa syukur. Tidak ada keberhasilan tanpa perjuangan. Keep going, even if it's slow”

(Futikhatun Karomah)

PERSEMBAHAN

Puji dan syukur kami panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Penulis mempersembahkan skripsi ini kepada :

1. Mama tercinta yang lebih dulu berpulang, almarhumah Khabibab. Penulis ingin mengucapkan banyak terimakasih kepada mama yang sudah berkenan menyanyangi, mengasihi, dan merawat penulis dengan sepenuh hati pada semasa hidupnya. Walaupun waktu kita tidak cukup banyak, penulis mengucapkan terimakasih telah menjadi orang tua yang hebat dan selalu menjadi garda terdepan bagi penulis. Dan Terimakasih juga telah memberikan banyak pelajaran hidup untuk penulis sehingga dapat tetap kuat sampai dititik ini. Jika tidak ada beliau, mungkin penulis tidak dapat kuat dan bertahan sampai sekarang. Terimakasih banyak mama telah menjadi sosok motivasi bagi penulis.
2. Bapakku tersayang, bapak Amin Mubaidi. Beliau mungkin seorang yang tidak cukup tau tentang pikiran penulis, lebih memilih diam dan tidak banyak komunikasi, tapi penulis tau bahwa bapak adalah sosok yang perhatian dan ingin penulis menjadi orang yang hebat. Penulis ingin mengucapkan terimakasih banyak kepada bapak yang selalu menjaga dan melindungi penulis, terimakasih juga bapak selalu mengusahakan yang terbaik untuk penulis dan selalu ada ketika penulis membutuhkan. Sehat selalu bapak.
3. Mbaku dan mamasku, Mba Umi Rofiqoh, S.Sos dan Mamas Najib Musthofa, S.Pd adalah dua sosok penyelamat dalam hidup penulis. Terimakasih banyak telah berkenan merawat dan mengasuh penulis sedari bayi, memberikan kasih sayang dan cinta seperti layaknya orang tua. Terimakasih telah memberikan pendidikan yang layak untuk penulis

sehingga bisa sampai ke jenjang universitas, tanpa kalian penulis mungkin sudah kehilangan arah dan kurang kasih sayang. Terimakasih kakakku tercinta, semoga selalu sehat dan dilancarkan rezekinya. Maafkan adikumu ini yang belum bisa menjadi sosok yang membanggakan.

4. Mba iparku, Mba Kurni. Bukan sedarah tapi penulis sangat-sangat sayang. Terimakasih sudah berkenan menganggap peneliti sebagai adik dan banyak berkorban untuk peneliti. Terimakasih juga sudah mau merawat dan memberi kasih sayang untuk peneliti. Semoga mba sehat selalu dan segera disembuhkan.
5. Ponakanku Faza. Terimakasih sudah selalu mensupport penulis dalam segala hal dan menemani penulis sedari kecil. Terimakasih sudah berkenan menjadi tempat cerita dan mau direpotkan. Terimakasih sudah menjadi saudara yang baik dan selalu mengusahakan untuk penulis.
6. Ponakan-ponakanku. Aida, Hilma, Sofi, Azda, Anfa dan Awwab. Terimakasih sudah menjadi ruang nyaman untuk penulis dan selalu menjadi penghibur dikala penulis sedih.
7. Dosen pembimbingku, bapak Yusuf Hasan Baharudin, M. Pd. I. Terimakasih banyak bapak atas bimbingan, arahan, motivasi dan dukungannya, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini tepat waktu. Terimakasih telah menjadi dosen pembimbing yang sabar dalam membimbing penulis dengan segala kekurangannya.

ABSTRAK

Futikhatun Karomah, 212411041. EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK REALITAS UNTUK MENINGKATKAN *ACADEMIC HARDINESS* SISWA MA MINAT KESUGIHAN. Cilacap. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap, Juni 2025.

Penelitian ini bertujuan mengukur efektivitas konseling kelompok dengan teknik realita dalam meningkatkan *Academic Hardiness* siswa di MA Minat Kesugihan. Menggunakan pendekatan Kuantitatif, metode yang diterapkan adalah metode Eksperimen. Dalam penelitian ini, *Academic Hardiness* berfungsi sebagai variabel terikat, sementara Konseling Kelompok Realita berfungsi sebagai variabel bebas.

Desain dalam penelitian ini adalah one group design. Subjek penelitian ini adalah satu kelompok Eksperimen yang memiliki *Academic Hardiness* dalam kategori rendah. Populasi yang digunakan sejumlah 60 siswa dengan teknik sampling dalam penelitian ini adalah purposive sampling, dengan hasil *pre test* terdapat 5 siswa dengan *Academic Hardiness* dalam kategori rendah.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan treatment konseling kelompok, tingkat *Academic Hardiness* siswa di MA Minat Kesugihan masuk dalam kategori rendah. Namun, setelah diberikan treatment terdapat peningkatan yang signifikan. Hal ini dapat dilihat dari hasil *pre test-post test* yang menunjukkan perubahan dan peningkatan yang signifikan, dari nilai rata-rata *pre test* sebesar 56.80 dan *post test* meningkat menjadi 108.60 peningkatan ini dapat diamati melalui hasil angket yang menunjukkan perkembangan dalam *Academic Hardiness* siswa.

Kata Kunci : Konseling Kelompok, Teknik Realita, *Academic Hardiness*

ABSTRACT

Futikhatun Karomah, 212411041. EFFECTIVENESS OF REALITY GROUP COUNSELING TO IMPROVE STUDENTS' ACADEMIC HARDINESS AT MA MINAT KESUGIHAN. Cilacap. Faculty of Teacher Training and Education, Nahdlatul Ulama Al Ghazali University, Cilacap, June 2025.

This study aims to measure the effectiveness of group counseling with reality techniques in improving students' Academic Hardiness at MA Minat Kesugihan. Using a Quantitative approach, the method applied is the Experimental method. In this study, Academic Hardiness functions as the dependent variable, while Reality Group Counseling functions as the independent variable.

The design in this study is one group design. The subjects of this study were one Experimental group that had low Academic Hardiness. The population used was 60 students with the sampling technique in this study was purposive sampling, with the results of the pre-test there were 5 students with low Academic Hardiness.

The results of this study indicate that before being given group counseling treatment, the level of Academic Hardiness of students at MA Minat Kesugihan was in the low category. However, after being given treatment there was a significant increase. This can be seen from the results of the pre-test-post-test which showed significant changes and improvements, from an average pre-test value of 56.80 and a post-test increase to 108.60, this increase can be observed through the results of the questionnaire which showed developments in students' Academic Hardiness.

Keywords: Group Counseling, Reality Technique, Academic Hardiness

KATA PENGANTAR

Puji Syukur senantiasa penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang maha pengasih dan maha penyayang yang telah melimpahkan Rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam tidak lupa penulis haturkan kepada junjungan Nabi Agung Muhammad SAW yang selalu penulis harapkan Syafa'atnya di hari kiamat. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terwujud tanpa bantuan dari berbagai pihak, selain itu, penulis juga mengucapkan terimakasih atas dorongan dan keterlibatan berbagai pihak dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. H.A. Luthfi Hamidi, M.Ag. Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA) Cilacap, beserta seluruh jajaran Civitas akademik UNUGHA Cilacap.
2. Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (UNUGHA) Cilacap.
3. Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I. selaku Kaprodi Bimbingan dan Konseling dan Dosen pembimbing I yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, saran, nasehat, arahan dan senantiasa sabar dalam membimbing penulis di dalam menyusun skripsi ini.

4. Faisal Ridwan, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing II yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, saran, nasehat, arahan dan senantiasa sabar dalam membimbing penulis di dalam Menyusun skripsi ini.
5. Mochamad Awad Syahid, S.H. selaku Kepala MA MINAT Kesugihan Cilacap yang telah memberi izin untuk penulis melakukan penelitian di madrasah.
6. Elijah Risqiyah, S.Sos. selaku Guru BK MA MINAT Kesugihan Cilacap
7. Seluruh Dosen Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA) Cilacap, yang telah memberikan bekal ilmu yang bermanfaat bagi penulis.
8. Atib Nurul Anam, S.Pd. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjuangan hidup peneliti, berkontribusi dalam banyak hal dalam penulisan skripsi ini. Terimakasih selalu menjadi rumah dan tempat berkeluh-kesah bagi peneliti. Terimakasih sudah berkenan mendampingi dan selalu menjadi penyemangat dalam hidup peneliti. Semoga Allah selalu memudahkan dalam segala hal yang kita lalui.
9. Kakakku dan sahabat-sahabatku. Mba Uswatun khasanah, S.Pd, Mba Nadiyah Zahra Ulfah M. S.Pd, Vika Minhatul, Siti Masrokhatun Nida, S.Pd, dan Fadhilah Fatmasari, S.Pd. Terimakasih telah menjadi pendengar yang baik dan selalu siap membimbing penulis dikala penulis kesulitan. Semoga kalian menjadi orang-orang yang berhasil.

10. Teman-teman seperjuanganku Prodi BK tercinta. Terimakasih telah memberikan banyak pelajaran dalam hidup peneliti. Semoga kalian sukses selalu.

11. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis khususnya dalam menyelesaikan skripsi ini, mudah-mudahan tidak mengurangi penghormatan dan penghargaan penulis.

Akhirnya penulis hanya dapat berdo'a semoga amal dan kebaikan semua pihak yang penulis sebutkan diatas diterima oleh Allah SWT dengan iringan doa Jazakumullohu Khairati Wa Sa'adatiddunya Wal Akhirah. Amiin. Penulis menyadari bahwa didalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, tetapi penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan semoga pula dapat memberikan manfaat kepada pembaca.

Cilacap, 15 Mei 2025

Futikhatun Karomah

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
PENGESAHAN	iii
NOTA KONSULTAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
B. Identifikasi Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Pembatasan Masalah	Error! Bookmark not defined.
D. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
E. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
F. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kajian Teori	Error! Bookmark not defined.
1. <i>Academic Hardiness</i>	Error! Bookmark not defined.
2. Konseling Kelompok	Error! Bookmark not defined.
3. Konseling Realitas	Error! Bookmark not defined.
B. Kajian Penelitian Yang Relevan	Error! Bookmark not defined.
C. Kerangka Pikir	Error! Bookmark not defined.
D. Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Jenis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.

B.	Tempat dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C.	Populasi dan Sampel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D.	Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
F.	Validitas dan Reabilitas	Error! Bookmark not defined.
G.	Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV		Error! Bookmark not defined.
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		Error! Bookmark not defined.
A.	Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.	Sejarah MA MINAT Kesugihan	Error! Bookmark not defined.
2.	Profil Sekolah.....	Error! Bookmark not defined.
B.	Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1.	Analisis Statistik Deskriptif	Error! Bookmark not defined.
2.	Pelaksanaan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.	Uji Hipotesis	Error! Bookmark not defined.
C.	Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
D.	Keterbatasan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V.....		Error! Bookmark not defined.
SIMPULAN		Error! Bookmark not defined.
A.	Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B.	Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA		Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....		Error! Bookmark not defined.
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....		Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2 1 Kerangka pikir.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 4 1Uji Normalitas Q-Q plot.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Timeline.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 2 Instrumen Wawancara Guru BK	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 3 Instrumen Wawancara Siswa	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 4 Instrumen Observasi.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 5 Blu Print.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Butir Instrumen	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas Butir Instrument....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 8 Item Valid dan Item Gugur	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 9 Hasil Realibel Instrumen	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 1 Jadwal Kegiatan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 2 Skema Pelaksanaan Layanan.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 3 Hasil Analisis Statistik	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 4 Kategori Academic Hardiness.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 5 Kategori Academic Hardiness.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 6 Subyek Penelitian Kelompok Eksperimen.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 7 Hasil pre test dan post test.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 8 Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 9 Uji Homogenitas	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 10 ANOVA	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 11 Desreptive statistics N gain.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 12 Kategori Gain Ternormalisasi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 13 Paired samples statistic	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 14 Paired Samples Test	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2 Lembar Penelitian Validasi Instrumen.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3 Surat Izin Uji Validitas Dan realibitas	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4 Jadwal Kegiatan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5 Skema Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6 RPL	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7 Blueprint	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8 Hasil Uji Validitas Butir Instrumen..	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9 Angket.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 10 Hasil Pretest 60 Siswa.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 11 Hasil Pretest 5 Siswa Terendah	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 12 Hasil Posttest 5 Siswa	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 13 Hasil Uji Normalitas	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 14 Hasil Uji Normalitas Q-Q PLOTS ..	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 15 Deterended Normal Q-Q	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 16 Dokumentasi Kegiatan	Error! Bookmark not defined.

