

PENERAPAN TEKNIK *DISPUTE COGNITIVE* DALAM REBT UNTUK MENINGKATKAN RESILIENSI PADA MAHASISWA

(*Single Subject Research* terhadap mahasiswa Program Studi Psikologi
Angkatan 2014 Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta)

(2016)

Novi Fitriani

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan teknik *dispute cognitive* terhadap peningkatan resiliensi. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa jurusan Psikologi 2014 sebanyak satu orang yang berinisial FDP. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu responden diambil dengan pertimbangan dan tujuan tertentu yaitu memiliki resiliensi rendah. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode yang digunakan adalah *Single Subject Research* dengan menggunakan desain A-B, dimana A adalah kondisi *baseline* yang belum diberikan intervensi, dan B kondisi intervensi dengan teknik *dispute cognitive* yang diberikan kepada mahasiswa yang memiliki resiliensi rendah. Instrumen penelitian yang digunakan adalah Skala Resiliensi. Hasil penelitian menunjukkan intervensi pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dengan menggunakan teknik *Dispute Cognitive* dapat meningkatkan resiliensi. Terbukti dari resiliensi FDP mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi dengan skor 201 dalam kategori sedang dibandingkan sebelum adanya intervensi sebesar 170 dalam kategori rendah. Temuan ini memberi implikasi positif bahwa resiliensi perlu diperhatikan karena individu yang memiliki resiliensi tinggi dapat berfungsi dengan baik dalam mengatasi segala tantangan yang ada di lingkungan untuk mencapai kesuksesan akademis.

Kata Kunci : Pendekatan REBT, Teknik *Dispute Cognitive*, Resiliensi.

THE IMPLEMENTATION OF DISPUTIVE COGNITIVE TECHNIQUE IN REBT TO INCREASE STUDENTS' RESILIENCE

(A Single-Subject Research on a Student of Psychology Department Year 2014 of Faculty of Education, State University of Jakarta)

(2016)

Novi Fitriani

ABSTRACT

This study was aimed to find out the impact of implementing dispute cognitive technique in increasing resilience. The sample of this study was a student of Psychology Department Year 2014 initialed as FDP. The sample was taken using purposive sampling technique in which the respondent was chosen after certain considerations and purposes which has low resilience. This study was carried out using quantitative approach with single-subject research method and A-B design in which A was the baseline condition that had not been intervened while B was the intervened condition using dispute cognitive technique given for students with low resilience level. The instrument used in this study was resilience scale. The result showed that intervention of Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT) approach using dispute cognitive technique can increase resilience. FDP proven resilience of the score increased after the intervention of 201 given in the category of being compared before the intervention with a score of 170 in the low category. The findings provide positive implications that need to be considered due to the resilience of individuals who have a high resilience to function well in addressing the challenges that exist in the environment to achieve academic success.

Keywords: REBT approach, dispute cognitive technique, resilience.