

Penerapan group-therapy dengan pendekatan kognitif-perilaku untuk meningkatkan social self-efficacy pada mahasiswa perantau Universitas Indonesia = Group therapy using cognitive behavioral approach to increase social self efficacy in sojourner student of University of Indonesia

Fadhilah Amalia, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20446034&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian intervensi kelompok dengan pendekatan kognitif-perilaku pada mahasiswa perantau Universitas Indonesia yang memiliki permasalahan dalam penyesuaian diri sosial. Diketahui bahwa social self-efficacy merupakan karakteristik diri yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri sosial pada mahasiswa perantau. Melihat dampak masalah dalam interaksi sosial bagi mahasiswa perantau cukup besar dan memungkinkan munculnya permasalahan psikologis lebih berat, peneliti menilai perlu adanya suatu intervensi yang dapat mengatasi permasalahan tersebut dengan meningkatkan social self-efficacy mahasiswa perantau UI. Penelitian ini merupakan penelitian kuasi-eksperimental dengan desain one group pre-post test yang dilakukan terhadap lima orang partisipan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan skor social self-efficacy pada kelima partisipan. Selain itu, dilihat dari hasil kualitatif terjadi pula perubahan pada aspek kognitif dan perilaku. Hal ini tampak dari perubahan penilaian diri partisipan, kemampuan menentang pikiran negatif menjadi pikiran yang lebih rasional. Semua partisipan tampak mengalami perubahan perilaku khususnya dalam hal mulai berinisiatif melakukan interaksi sosial dan ingin terlibat dalam kelompok pertemanan. Melalui penelitian ini, ditemukan pula bahwa intervensi dengan format berkelompok ini dapat memberikan manfaat dan perubahan terhadap kondisi partisipan. Hal ini terjadi karena adanya proses terapeutik melalui belajar dari pengalaman anggota kelompok lainnya.

.....This research was made to understand the effect of group therapy using cognitive behavioral approach to sojourner students of University of Indonesia that has social adjustment problem. Social self efficacy known as a traits that can affect social adjustment in sojourner student. Student rsquo s problem in social interaction has negative impact and became a serious psychological problem. Therefore, psychological intervention need to be done to solve the social adjustment problem with increasing social self efficacy to sojourner student of University of Indonesia. This research use quasi experimental as a method with one group pre post test design, by giving group therapy towards five participants.

Results of this research shows that social self efficacy increase in all of participants. In qualitative data, the results show that cognitive and behavior aspects in all of participants has changed. In cognitive aspects, shows that belief about self efficacy has changed and participant can dispute their negative thoughts so that they have more rational response. In behavioral aspects, shows that behavior in social interaction has changed, especially in initiative to make a social contact and joining the groups. This research also shows that using group therapy has advantages to all participants due to therapeutic effects by learning from others member rsquo s experience.