

## **Konseling Ego State untuk Meningkatkan Resiliensi pada Remaja di Panti Asuhan**

### **SKRIPSI**

Oleh

**Nadia Sri Utami**

[nadiasriutami28@gmail.com](mailto:nadiasriutami28@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Masa remaja merupakan transisi perkembangan yang mengandung perubahan besar baik secara fisik, kognitif dan psikomotor sehingga remaja membutuhkan pendampingan agar mampu melalui perubahan yang terjadi dengan wajar. Remaja yang tinggal di sebuah panti asuhan memiliki kondisi yang berbeda. Tekanan kehidupan dan masalah yang mereka hadapi namun jauh dari keluarga, banyak membuat para remaja ini kurang mampu bertahan dalam hidup sehingga mereka hanya menjalankan kehidupan apa adanya tanpa ada dedikasi yang tinggi untuk menjadi remaja yang berprestasi dan bermanfaat bagi orang lain. Tinggal di panti asuhan memiliki berbagai faktor risiko yang menyebabkan gangguan psikologis akibat dari penelantaran orang tua, kemiskinan, dan kehilangan kedua orang tua yang membuat mental dan psikis remaja akan mengalami guncangan yang membuatnya membutuhkan ketahanan (daya tangguh) untuk menghadapi tantangan ke depan dengan kondisi latar belakang yang tidak beruntung seperti remaja lainnya. Resiliensi dipandang oleh para ahli sebagai kemampuan untuk bangkit kembali dari situasi atau peristiwa yang traumatis juga diartikan sebagai kemampuan untuk mengatasi dan beradaptasi ketika menghadapi kejadian berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas konseling ego state untuk meningkatkan resiliensi pada remaja yang memiliki tingkat resiliensi rendah. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain subjek tunggal (*single subject research*) dengan pola A-B-A. Populasi pada penelitian ini adalah anak asuh di Yayasan Syariatul Huda Kota Tasikmalaya, dengan sampel penelitian yang diberikan intervensi yaitu anak asuh dengan tingkat resiliensi rendah. Teknik analisis data yang digunakan yaitu analisis visual dengan melihat langsung kecenderungan garis *trend* pada grafik dan analisis statistik dengan menggunakan perhitungan PND (*Percentage Non-Overlapping Data*) untuk menguji efektivitas intervensi yang diberikan. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor resiliensi yang signifikan pada fase baseline (A1), fase intervensi (B) dan baseline (A2). Dengan demikian, konseling ego state terbukti efektif untuk meningkatkan resiliensi

Kata Kunci : Resiliensi, Konseling ego state, Penelitian subjek tunggal.