


**PENGEMBANGAN PANDUAN KONSELING  
COGNITIVE BEHAVIORAL *TEKNIK COGNITIVE  
RESTRUCTURING* BERBASIS WEBSITE UNTUK  
MENGATASI KECEMASAN PADA REMAJA  
KORBAN KEKERASAN**

**SKRIPSI**



**Diajukan kepada  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan  
Dalam Menyelesaikan Program Sarjana Pendidikan  
Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan**

**Oleh :  
Ni Made Rita Angreni  
NIM 1911011003**

**PRODI BIMBINGAN KONSELING  
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN, PSIKOLOGI DAN BIMBINGAN  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA  
SINGARAJA**

**2023**

**LEMBAR PESETUJUAN PEMBIMBING**

**SKRIPSI**

**DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS DAN  
MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK MENCAPAI  
GELAR SARJANA PENDIDIKAN**



Pembimbing I,



Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd., M.Pd. Kons  
NIP. 198208162008121002

Pembimbing II,



Kadek Ari Dwiawati, S.Pd., M.Pd.  
NIP. 199202162019032021

Proposal Skripsi Ni Made Rita Angreni  
Telah dipertahankan di depan dewan penguji  
Pada tanggal 6 Februari 2023

Dewan Penguji



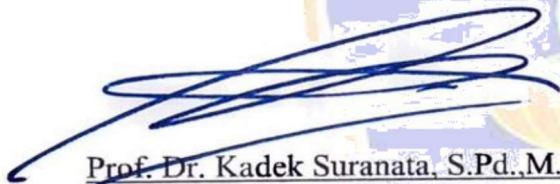
Dr. Luh Putu Sri Lestari, S.Pd.,M.Pd  
NIP. 198605192008122003

(Penguji I)



Dr. Putu Ari Dharmayanti, S.Pd.,M.Pd  
NIP. 198501232008122004

(Penguji II)



Prof. Dr. Kadek Suranata, S.Pd.,M.Pd.Kons  
NIP. 198208162008121002

(Penguji III)



Kadek Ari Dwiawati, S.Pd.,M.Pd.  
NIP.199202162019032021

(Penguji IV)


Diterima Oleh Panitia Ujian Fakultas Ilmu Pendidikan  
Universitas Pendidikan Ganesha  
Guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana Pendidikan.


Pada :  
Hari : Senin  
Tanggal : 6 Februari 2023

**Mengetahui**

Ketua ujian,


Sekretaris Ujian,

  
Dr. I Made Tegeh, M.Pd  
NIP. 197108152001121001

  
Prof. Dr. I Kadek Suranata, M.Pd., Kons  
NIP. 198208162008121002

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan



  
Prof. Dr. I Ketut Gading, M.Psi  
NIP. 195912311984031009

## Lampiran 13. Surat Pernyataan

### Lampiran 13. Surat Pernyataan

#### PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul “Pengembangan Panduan Konseling *Cognitive Behavioral* Teknik *Cognitive Restructuring* Berbasis Website Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Remaja Korban Kekerasan” beserta seluruh isinya adalah benar-benar hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak dan mengutip dengan cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan terhadap saya jika ditemukan pelanggaran etika keilmuan dalam karya saya ini atau ada klaim terhadap keaslian karya saya ini.



Singaraja, 1 Februari 2023



Ni Made Rita Angreni



**PRAKATA**  
**DAFTAR ISI**

|   | HALAMAN |
|---|---------|
| HALAMAN JUDUL.....                      | i       |
| LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING.....      | ii      |
| LEMBAR PERSETUJUAN PENGUJI.....         | iii     |
| LEMBAR PENGESAHAN PANITIA UJIAN.....    | iv      |
| ABSTRAK.....                            | v       |
| PRAKATA.....                            | vi      |
| DAFTAR ISI.....                         | vi      |
| DAFTAR TABEL.....                       | viii    |
| DAFTAR GAMBAR.....                      | ix      |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                    | x       |
| <br>                                    |         |
| BAB I PENDAHULUAN.....                  | 1       |
| 1.1 Latar Belakang.....                 | 1       |
| 1.2 Identifikasi Masalah.....           | 14      |
| 1.3 Pembatasan Masalah Penelitian.....  | 14      |
| 1.4 Rumusan Masalah Penelitian.....     | 14      |
| 1.5 Tujuan Penelitian.....              | 15      |
| 1.6 Manfaat Penelitian.....             | 15      |
| <br>                                    |         |
| BAB II KAJIAN TEORI.....                | 18      |
| 2.1 Remaja.....                         | 18      |
| 2.2 Kekerasan Terhadap Remaja.....      | 26      |
| 2.3 Kecemasan.....                      | 27      |
| 2.4 Cognitive Behavioral.....           | 33      |
| 2.5 Teknik Cognitive Restructuring..... | 38      |
| 2.6 Website SI-KONSELING.....           | 44      |
| 2.7 Kajian Yang Relevan.....            | 45      |
| 2.8 Kerangka Berfikir.....              | 50      |
| 2.9 Perumusan Hipotesis.....            | 51      |

|  |        |
|--|--------|
| BAB III METODE PENELITIAN.....                     | 52     |
| 3.1 Rancangan Penelitian .....                     | 52     |
| 3.2 Populasi Penelitian .....                      | 53     |
| 3.3 Subjek Penelitian .....                        | 53     |
| 3.4 Prosedur Pengembangan .....                    | 54     |
| 3.5 Variabel Penelitian dan Definisi Variabel..... | 57     |
| 3.6 Metode dan Instrumen Pengumpulan Data .....    | 61     |
| 3.7 Metode Anlisis Data .....                      | 66     |
| <br>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....              | <br>70 |
| 4.1 Deskripsi Hasil Penelitian .....               | 70     |
| 4.2 Pembahasan .....                               | 86     |
| 4.3 Keterbatasan Penelitian .....                  | 93     |
| <br>BAB V PENUTUP.....                             | <br>94 |
| 5.1 Rangkuman.....                                 | 94     |
| 5.2 Kesimpulan.....                                | 96     |
| 5.3 Saran.....                                     | 99     |
| <br>DAFTAR PUSTAKA                                 |        |
| LAMPIRAN   |        |



## DAFTAR TABEL

| Tabel   | Halaman |
|---|---------|
| Tabel 3. 1 Subjek Penelitian.....                                     | 54      |
| Tabel 3. 2 Kisi-kisi Instrumen Lembar Validasi Buku Panduan .....     | 62      |
| Tabel 3. 3 Kriteria Penilaian Angket Respon.....                      | 66      |
| Tabel 3. 4 Kategori Skor CVI .....                                    | 67      |
| Tabel 4. 1 Visualisasi Panduan .....                                  | 74      |
| Tabel 4. 2 Nama dan Kualifikasi Pakar .....                           | 78      |
| Tabel 4. 3 Hasil Penilaian Pakar .....                                | 79      |
| Tabel 4. 4 Hasil Perhitungan Indeks CVR.....                          | 79      |
| Tabel 4. 5 Rekapitulasi Pre-Test Dan Post-Test Korban Kekerasan ..... | 82      |
| Tabel 4. 6 Uji Normalitas Data .....                                  | 83      |
| Tabel 4. 7 Uji Hipotesis .....  | 84      |
| Tabel 4. 8 Uji Hipotesis .....  | 85      |





## DAFTAR GAMBAR

| Gambar  | Halaman |
|---|---------|
| Gambar 1. 1 Grafik Sebaran Kasus Kekerasan di Provinsi Bali.....        | 3       |
| Gambar 1. 2 Persentase Korban Kekerasan Berdasarkan Profesi Korban..... | 3       |
| Gambar 2. 1 Kerangka Berfikir.....                                      | 50      |



## DAFTAR LAMPIRAN

| Lampiran  | Halaman |
|---|---------|
| Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....                      | 104     |
| Lampiran 2. Surat Keterangan Sudah Penelitian .....         | 105     |
| Lampiran 3. Surat Permohonan Uji Validator .....            | 106     |
| Lampiran 4. Lembar Instrumen Uji Validitas .....            | 107     |
| Lampiran 5. Hasil Uji Validasi/Pakar Panduan .....          | 108     |
| Lampiran 6. Rekap Hasil Uji Validasi Pakar .....            | 113     |
| Lampiran 7. Kuesioner Dass 21 .....                         | 114     |
| Lampiran 8. Data Pre-test dan Post-test.....                | 115     |
| Lampiran 9. Hasil Uji Efektivitas dengan Program SPSS ..... | 116     |
| Lampiran 10. Dokumentasi Kegiatan Penelitian .....          | 117     |
| Lampiran 11. Buku Panduan.....                              | 120     |
| Lampiran 12. Riwayat Hidup.....                             | 108     |
| Lampiran 13. Surat Pernyataan.....                          | 109     |

