

**PENDEKATAN *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* (CBT) UNTUK
MENINGKATKAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* (PWB) ANAK
BERHADAPAN DENGAN HUKUM (ABH) DI BALAI PERLINDUNGAN
DAN REHABILITASI SOSIAL REMAJA (BPRSR) DINAS SOSIAL DIY**



SKRIPSI

**Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
untuk Memenuhi Syarat-syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Strata 1**

Oleh:

KHARISMA LAILA RAMADANI

NIM 20102020042

Pembimbing:

Citra Widyastuti, M.Psi

NIP 19860908201801 2 002

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2023

PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Fax. (0274) 552230 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-2287/Un.02/DD/PP.00.9/12/2023

Tugas Akhir dengan judul : PENDEKATAN *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* (CBT) UNTUK MENINGKATKAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* (PWB) ANAK BERHADAPAN DENGAN HUKUM (ABH) DI BALAI PERLINDUNGAN DAN REHABILITASI SOSIAL REMAJA (BPRSR) DINAS SOSIAL DIY

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : KHARISMA LAILA RAMADANI
Nomor Induk Mahasiswa : 20102020042
Telah diujikan pada : Senin, 11 Desember 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang
Citra Widyastuti, M.Psi.
SIGNED

Valid ID: 658bb59f32aa5



Penguji I
A. Said Hasan Basri, S.Psi., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 6583f5473ea77



Penguji II
Moh. Khoerul Anwar, S.Pd., M.Pd., Ph.D.
SIGNED

Valid ID: 658bfe3ae1be7



Yogyakarta, 11 Desember 2023
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd.
SIGNED

Valid ID: 658e9185ee10f

PERSETUJUAN SKRIPSI



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 515856 Yogyakarta 55281

SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI

Kepada:
Yth. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
Di Yogyakarta

Assalamualaikum wr.wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Kharisma Laila Ramadani
NIM : 20102020042
Judul Skripsi : Pengaruh *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) terhadap *Psychological Well-Being* (PWB) Anak Berhadapan dengan Hukum (ABH) di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) Dinas Sosial DIY.

Sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah Jurusan/Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam bidang sosial.

Dengan ini saya mengharap agar skripsi tersebut di atas dapat segera dimunaqsyahkan. Atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 4 Desember 2023

Pembimbing,

Citra Widyastuti, M.Si
NIP 19860908201801 2 002

Mengetahui:
Ketua Prodi,

Slamet, S.Ag, M.Si.
NIP 19691214 199803 1 002

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Kharisma Laila Ramadani
NIM : 20102020042
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa skripsi saya yang berjudul: *Pengaruh Cognitive Behavior Therapy (CBT) terhadap Psychological Well-Being (PWB) Anak Berhadapan dengan Hukum (ABH) di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) Dinas Sosial DIY* adalah hasil karya pribadi dan sepanjang pengetahuan penyusun tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain, kecuali bagian-bagian tertentu yang penyusun ambil sebagai acuan.

Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, maka sepenuhnya menjadi tanggungjawab penyusun.

Yogyakarta, 4 Desember 2023

Yang menyatakan,



Kharisma Laila Ramadani

NIM 20102020042

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN BERJILBAB

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Kharisma Laila Ramadani
Tempat dan Tanggal Lahir : Semarang, 08 Desember 2000
NIM : 20102020042
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Alamat : Pringwulung, Condongcatur, Sleman
No. HP : 085695770393

Menyatakan bahwa saya menyerahkan diri dengan mengenakan jilbab untuk dipasang pada ijazah saya. Atas segala konsekuensi yang timbul di kemudian hari sehubungan dengan pemasangan pas foto berjilbab pada ijazah saya tersebut adalah menjadi tanggung jawab saya sepenuhnya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Yogyakarta, 4 Desember 2023



Kharisma Laila Ramadani

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

“Tulisan indah ini di persembahkan untuk kedua orang tersayang, Bapak Puryanto dan Mamah Lanti sebagai ucapan terima kasih karena telah senantiasa mencurahkan seluruh kasih sayangnya, selalu memberikan dukungan penuh, selalu mengajarkan putrinya untuk kuat, ikhlas, dan bersyukur, serta tiada henti memanjatkan doa terbaik untuk putrinya.”

Alhamdulillah jaza kumullahu khoiro



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

MOTTO

Q.S Ali Imron, ayat 104

وَلْتَكُنْ مِنْكُمْ أُمَّةٌ يَدْعُونَ إِلَى الْخَيْرِ وَيَأْمُرُونَ بِالْمَعْرُوفِ وَيَنْهَوْنَ عَنِ الْمُنْكَرِ
وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ

Artinya: *Dan hendaklah ada di antara kamu segolongan umat yang menyeru kepada kebajikan, menyuruh kepada yang ma'ruf dan mencegah dari yang munkar; merekalah orang-orang yang beruntung.*¹

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

¹ Kementerian Agama RI, *Al Qur'an dan Terjemah* (Jakarta: Abyan, 2014). Hlm 63

KATA PENGANTAR

Bismillaahirrahmaanirrahiim

Alhamdulillah Rabbil'alam segala puji bagi Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga tugas akhir skripsi dengan judul “Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) untuk Meningkatkan *Psychological Well-Being* (PWB) Anak Berhadapan dengan Hukum (ABH) di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) Dinas Sosial DIY” dapat diselesaikan. Shalawat serta salam tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah memperantarai kita menuju zaman yang terang. Tugas akhir skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan berbagai pihak. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A., selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Marhumah, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Bapak Slamet, S.Ag., M.Si., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Citra Widyastuti, M.Psi., selaku Dosen Pembimbing Akademik serta Dosen Pembimbing Skripsi yang telah senantiasa memberikan arahan dan motivasi, banyak meluangkan waktunya, mendo'akan dan membimbing selama proses penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikan dengan baik.

5. Seluruh dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan dan wawasan kepada penulis selama menjalani perkuliahan.
6. Ibu Rahma Nur Pratiwi, S. Psi selaku staf seksi perlindungan dan rehabilitasi sosial yang telah membantu penulis selama melaksanakan penelitian.
7. Bapak Hari, Ibu Titin, Ibu Wiwin, dan Ibu Papsa selaku pekerja sosial di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Dinas Sosial DIY yang telah mengizinkan penulis melaksanakan penelitian.
8. Ibu Nursasi Dian Mumpuni, S.Psi., M.Si., Psikolog, selaku psikolog dalam pemberian cognitive behavior therapy.
9. Orang tua tercinta dan tersayang yang telah mendukung saya dengan penuh perhatian, kesabaran, kasih sayang, serta doa yang selalu dipanjatkan.
10. Adik tercinta dan tersayang yaitu Elang Air Langga yang selalu memberikan dukungan serta doa yang selalu dipanjatkan.
11. Mas Faa yang telah menjadi support system penulis dalam suka maupun duka, banyak memberikan bantuan, sabar serta perhatian selama dalam proses penyusunan skripsi.
12. Abah Nailul, Barirotul 'Aizza Salsabila, dan Muhammad Faizin yang telah banyak membantu penulis, menjadi tempat berkeluh kesah, dan menjadi support system selama proses perkuliahan penulis diperantauan.
13. Teman-teman saya tercinta, Salsabilla, Dinta Mahendra, Febri Al Diyanto, Nur Hasan Muchsin, Wafid Dzul Fikar, Muhammad Abdi Arsyahya, Filda Alifatul Farahiyah, Venia Sri Aulia, Mbak Alma Hafizha, Mbak Anindita Almas

Meidiena, Mas Nabila Rizqillah Salsabila yang telah bersedia menemani penulis, menjadi tempat diskusi, berkeluh kesah, serta selalu memberikan dukungan selama proses perkuliahan dan pembuatan skripsi.

14. Teman-teman Klinik Konseling Islam angkatan 2019, 2020, 2021, dan 2022 yang selalu memberikan pengalaman menyenangkan selama proses bertumbuh di organisasi.
15. Teman-teman kontrakan selatan masjid Al-Barokah Pringwulung yang telah banyak memberikan dukungan dan semangat kepada penulis selama berada diperantauan.
16. Nidaul Jannah, Venia Sri Aulia, dan Vira Rastika yang telah menemani penulis dan berjuang bersama selama pelaksanaan PPL di BPRR Dinas Sosial DIY.
17. Teman-teman KKN Banjaran Yogyakarta Angkatan 111 yaitu Ara, Hana, Helmi, Venia yang telah memberikan dukungan selama proses tugas akhir skripsi serta memberikan pengalaman dan kesan menyenangkan selama penulis melaksanakan kuliah kerja nyata.
18. Teman-teman BKI Angkatan 2020 yang telah berjuang bersama penulis serta memberikan dukungan kepada penulis selama berada di bangku perkuliahan.
19. Seluruh pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan satu-satu di sini atas bantuan dan perhatiannya kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.

Demikian atas segala do'a, dukungan, serta bantuan yang telah diberikan oleh seluruh pihak semoga menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan

balasan dari Allah SWT. Penulis berharap skripsi ini dapat menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 08 Desember 2023

Penulis,



Kharisma Laila Ramadani

NIM. 20102020042



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRAK

Kharisma Laila Ramadani (20102020042), Pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) untuk Meningkatkan *Psychological Well-Being* (PWB) Anak Berhadapan dengan Hukum (ABH) di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) Dinas Sosial DIY. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Dakwah dan Komunikasi. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. 2023.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pendekatan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) dalam meningkatkan *Psychological Well-Being* (PWB) anak berhadapan dengan hukum (ABH) di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) Dinas Sosial DIY. Metode penelitian yang digunakan adalah pre-eksperimen dengan desain *one group pre-test* dan *post-test*. Populasi penelitian melibatkan seluruh anak berhadapan dengan hukum di BPRSR yang memiliki karakteristik serupa, yaitu usia berkisar 13-18 tahun dan berjenis kelamin laki-laki berjumlah 52 ABH. Adapun sampel yang diambil untuk penelitian ini terdiri dari 10 subjek yang dipilih tidak secara acak. Instrumen penelitian menggunakan skala likert dari Ryff untuk mengukur *psychological well-being*. Teknik Analisis yang digunakan adalah *paired sample t-test* guna melihat efektifitas dan skor *pretest-posttest*. Hasil penelitian berupa (1) *cognitive behavior therapy* secara efektif tidak signifikan untuk meningkatkan *psychological well-being* anak berhadapan dengan hukum di BPRSR. (2) *cognitive behavior therapy* dapat meningkatkan *psychological well-being* anak berhadapan dengan hukum di BPRSR.

Kata kunci: *Cognitive Behavior Therapy, Psychological Well-Being*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRACT

Kharisma Laila Ramadani (20102020042), *Cognitive Behaviour Therapy (CBT) Approach to Improve Psychological Well-Being (PWB) of Children Against the Law (ABH) at the Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) DIY Social Service. Thesis. Yogyakarta: Faculty of Da'wah and Communication. Sunan Kalijaga State Islamic University Yogyakarta. 2023.*

This study aims to examine the Cognitive Behaviour Therapy (CBT) approach in improving Psychological Well-Being (PWB) of children dealing with the law (ABH) at the Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) DIY Social Service. The research method used is pre-experiment with a one group pre-test and post-test design. The research population involved all children dealing with the law at BPRSR who had similar characteristics, namely ages ranging from 13-18 years and male gender totalling 52 ABH. The sample taken for this study consisted of 10 subjects who were not randomly selected. The research instrument used Ryff's Likert scale to measure psychological well-being. The analysis technique used was paired sample t-test to see the effectiveness and pretest-posttest scores. The results of the study are (1) cognitive behaviour therapy is effectively insignificant to improve psychological well-being of children dealing with the law at BPRSR. (2) cognitive behaviour therapy can improve psychological well-being of children dealing with the law at BPRSR.

Keywords: *Cognitive Behavior Therapy, Psychological Well-Being*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
PENGESAHAN	ii
PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
IZIN PENELITIAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	v
PERNYATAAN BERJILBAB	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
KATA PENGANTAR	ix
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT.....	xiv
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Kajian Pustaka	8
BAB II KAJIAN TEORI.....	15
A. Tinjauan tentang <i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT).....	15
1. Konsep Dasar <i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT)	15
2. Tujuan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT)	17
3. Prinsip-prinsip <i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT).....	18
4. Karakteristik <i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT).....	21
5. Tahap-tahap <i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT).....	24
B. Tinjauan tentang <i>Psychological Well-Being</i> (PWB).....	26
1. Konsep <i>Psychological Well-Being</i> (PWB).....	26

2.	Faktor-faktor <i>Psychological Well-Being</i> (PWB)	29
3.	Dimensi <i>Psychological Well-Being</i> (PWB)	33
4.	<i>Psychological Well-Being</i> (PWB) dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam 37	
C.	Dinamika <i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT) dengan <i>Psychological Well-Being</i> (PWB)	44
D.	Hipotesis	47
BAB III METODE PENELITIAN.....		48
A.	Jenis Penelitian.....	48
B.	Identifikasi Variabel Penelitian.....	49
C.	Definisi Operasional	50
D.	Populasi dan Sampel.....	51
E.	Instrumen Penelitian	53
F.	Metode Pengumpulan Data.....	61
G.	Validitas dan Reliabilitas	62
H.	Hasil Uji Coba.....	63
I.	Metode Analisis Data.....	66
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		69
A.	Persiapan Penelitian	69
B.	Gambaran Umum Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) Dinas Sosial Yogyakarta.....	70
C.	Pelaksanaan Penelitian.....	72
D.	Hasil Analisis Data	75
E.	Pembahasan.....	80
BAB V PENUTUP.....		87
A.	Kesimpulan	87
B.	Saran	87
DAFTAR PUSTAKA		89
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....		96

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Data anak berhadapan dengan hukum BPRSR.....	2
Tabel 2 Jumlah Sesi <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	23
Tabel 3 Desain Penelitian Pre-eksperimen	49
Tabel 4 Identitas Sampel Anak Berhadapan dengan Hukum BPRSR.....	53
Tabel 5 Blueprint Skala Ryff <i>Psychological Well-Being</i>	54
Tabel 6 Modul <i>Cognitive Behavior Therapy</i>	58
Tabel 7 Uji Validitas	63
Tabel 8 Hasil Uji Validitas.....	65
Tabel 9 Uji Reliabilitas	66
Tabel 10 Hipotetik Variabel <i>Psychological Well-Being</i>	76
Tabel 11 Hasil Kategori Skala	77
Tabel 12 Hasil Uji Normalitas	78
Tabel 13 Hasil Uji Hipotesis	78
Tabel 14 Nilai Korelasi <i>Pretest-Posttest</i>	79
Tabel 15 Hasil Uji t.....	79
Tabel 16 Perubahan Hasil Skor Per-aspek.....	82

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Dinamika Hubungan <i>Cognitive Behavior Therapy</i> dengan <i>Psychological Well-Being</i>	46
Gambar 2 Skema Adaptasi Skala Penelitian.....	56
Gambar 3 Alur Pembuatan Modul.....	58
Gambar 4 Diagram Jumlah Total <i>Pretest-Posttest</i>	81



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala Sebelum Uji Coba.....	96
Lampiran 2 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala	103
Lampiran 3 Skala Sesudah Uji Coba	104
Lampiran 4 Validitas Modul	109
Lampiran 5 Hasil <i>Pretest Psychological Well-Being</i>	115
Lampiran 6 Hasil <i>Posttest Psychological Well-Being</i>	117
Lampiran 7 Uji Normalitas	119
Lampiran 8 Uji Hipotesis	121
Lampiran 9 Hasil Observasi.....	123
Lampiran 10 Foto Dokumentasi Treatment	134
Lampiran 11 Cover Modul <i>Psychological Well-Being</i>	136

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia dalam perkembangannya mengalami beberapa masa. Salah satu masa yang dialami adalah masa remaja. Masa remaja merupakan transisi antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa awal.² Secara jati diri remaja mengalami transisi yang berifat rumit dan berada dalam beragam dimensi. Jika terdapat hambatan hingga kegagalan dalam pemenuhan kebutuhannya, maka remaja akan menghadapi kesulitan untuk tahap perkembangan selanjutnya.³ Hurlock dalam Hendri dan Widiya (2022) mengatakan beberapa remaja dalam menghadapi masalahnya dilampiasikan pada perbuatan yang dianggap benar dan menyenangkan bagi dirinya hingga dapat menimbulkan konflik.⁴ Akibat dari konflik tersebut dapat meluas hingga tidak hanya merugikan dirinya sendiri namun dapat merugikan masyarakat disekelilingnya. Permasalahan yang dialami remaja seperti pemaparan diatas tak jarang berujung melibatkan jalur hukum pada penyelesaiannya. Perkara anak yang berhadapan dengan hukum merupakan kejadian krisis yang perlu penanganan secara segera. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2012 tentang Sistem

² Alex Sobur, *Psikologi Umum dalam Lintasan Sejarah* (Bandung: Penerbit Pustaka Setia, 2003), hlm 134.

³ Rr Rahmawati Brilianita Sari, 'Tingkat Psychological Well-Being pada Remaja di Pantii Sosial Bina Remaja Yogyakarta', *Journal Bimbingan Dan Konseling. Edisi 12 Tahun Ke-4.*, 12.1 (2015), hlm 2.

⁴ Hendri and Widiya Arani Purba, 'Psychological Well-Being pada Narapidana Remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas II Banda Aceh Psychological Well-Being of Presioner Adolescent at the Class II Children 's Specal Guidance Institute (LPKA) in Banda Aceh', 8.2 (2022), hlm 1338.

Peradilan Pidana Anak, yang dimaksud anak berhadapan dengan hukum (ABH) merupakan anak yang berkonflik dengan hukum, anak yang menjadi korban tindak pidana, dan anak yang menjadi saksi tindak pidana. Adapun sesuai usia dapat dikatakan anak berhadapan dengan hukum (ABH) jika sudah berusia 12 tahun hingga anak belum usia 18 tahun.⁵ Lembaga yang menaungi anak berhadapan dengan hukum salah satunya berada di Sleman, Yogyakarta yaitu Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) Dinas Sosial DIY. Menurut data Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS) BPRSR per tahun 2019 hingga 2023 bulan november, anak berhadapan dengan hukum mengalami beberapa kali peningkatan dalam beberapa tahun terakhir. Data tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:⁶

Tabel 1 Data anak berhadapan dengan hukum BPRSR

TAHUN	JUMLAH ABH	PERSENTASE	KETERANGAN
2019	99	-	-
2020	103	4%	Meningkat
2021	83	-24%	Menurun
2022	113	27%	Meningkat
2023	216	48%	Meningkat

Berdasarkan tabel yang telah dipaparkan, dapat dilihat jika dalam 5 tahun terakhir jumlah ABH di BPRSR hanya menurun 1 kali pada tahun 2021

⁵ UUR INDONESIA, 'Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2012 tentang Sistem Peradilan Pidana Anak', 153, 2012, hlm 2-3.

⁶ 'Data Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS) BPRSR' (Yogyakarta: Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Dinas Sosial DIY, 2023).

yaitu sebanyak 24% daripada tahun sebelumnya. Adapun jumlah ABH yang meningkat berada pada tahun 2020 sebanyak 4% daripada tahun 2019, tahun 2022 sebanyak 27% daripada 2021, dan meningkat drastis pada tahun 2023 sebanyak 48% daripada tahun 2022. Artinya frekuensi terbanyak dalam 5 tahun terakhir berada pada tahun 2023 sebanyak 216 ABH. Proses hukum yang sedang mereka hadapi akan memberikan dampak yang bukan hanya hasil putusan dari sidang yang akan diikutinya. Namun juga pertahanan hidup saat proses sidang hingga selesai sidang serta stigma dari lingkungannya baik sebagai pelaku, korban, maupun saksi tindak pidana. Keadaan yang cukup berat tersebut tentu dapat menjadi tekanan bagi psikologisnya yang berdampak bagi kehidupan ABH kedepannya, meskipun sudah terlepas dari tuntutan sebagai ABH.

Setyawati,dkk., mengungkapkan beberapa permasalahan yang dihadapi oleh ABH yaitu merasa dirinya rendah, merasa terasingkan dari lingkungan, serta mengonsumsi miras dan narkoba. Hal tersebut menunjukkan bahwa ABH tidak mampu menerima keadaan dirinya baik secara kekurangan maupun kelebihan dan melakukan hal negatif karena pasrah serta tidak adanya target dan cita-cita dalam kehidupan di masa mendatang. Artinya belum dapat menerima dirinya dan belum memiliki tujuan hidup yang baik.⁷ Sedangkan penerimaan diri dan memiliki tujuan dalam hidup merupakan bagian dari dimensi *psychological well-being*.⁸ Dengan demikian terdapat bagian dimensi

⁷ Ika Setyawati and others, 'Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja di UPT PRSMP Surabaya', 5.1 (2022), hlm 4.

⁸ C. D Ryff, 'Beyond Ponce de Leon and Life Satisfaction: New Directions in Quest of Successful Ageing', *International Journal of Behavioral Development*, 12.1 (1989), hlm 41-44 <<https://doi.org/10.1177/016502548901200102>>.

yang tidak terpenuhi pada ABH. Miriam Akhtar dan Ilona Boniwell mengatakan bahwa dengan mengoptimalkan *psychological well-being* akan membantu manusia merasakan kebahagiaannya dan puas dengan kehidupannya serta meningkatkan emosi positif sehingga dapat mengurangi depresi dan meminimalkan munculnya tingkah laku negatif atau permasalahan pada remaja.

⁹ Maka peningkatan *psychological well-being* dianggap perlu guna membantu pengelolaan terhadap munculnya tingkah laku negatif atau permasalahan pada anak berhadapan dengan hukum. Dengan demikian perlu adanya perlakuan yang diberikan kepada ABH guna mengoptimalkan *psychological well-being*.

Berdasarkan beberapa pemaparan masalah anak berhadapan dengan hukum diatas maka perlakuan yang diberikan perlu dihubungkan pada perubahan pemikiran, perasaan serta perilaku yang tidak menyimpang pada anak berhadapan dengan hukum. *Cognitive behavior therapy* sebagai istilah umum pendekatan konseling yang menggambarkan sekumpulan terapi psikologis dengan fokus yang sama yaitu pada interaksi antara pikiran, perilaku, sensasi fisik, dan emosi individu. Sejalan dengan Craske (2010) pada penelitian Young dan Turner yang menjelaskan pendekatan berbasis *cognitive behavior therapy* berkaitan dengan bagaimana proses berpikir maladaptif mendasari perilaku maladaptif serta hasil emosional yang tidak sehat, lalu bagaimana hal tersebut dapat dipertahankan di masa sekarang.¹⁰ *Cognitive behavior therapy*

⁹ Miriam Akhtar and Ilona Boniwell, 'Applying Positive Psychology to Alcohol-Misusing Adolescents: a Group Intervention', *Groupwork*, 20.3 (2010), hlm 28 <<https://doi.org/10.1921/095182410X576831>>.

¹⁰ P Young and M J Turner, 'To (i) B or Not to i (B), That Is the Question : On the Differences between Ellis ' REBT and Beck ' s CT', *The Cognitive Behaviour Therapist*, 16.16 (2023), hlm 1 <<https://doi.org/10.1017/S1754470X23000090>>.

sendiri dikembangkan oleh beberapa ahli diantaranya Aaron T. Beck dengan *cognitive therapy*-nya dan Albert Ellis dengan *rational emotif behavior therapy*-nya.¹¹ Keduanya memiliki perbedaan mendasar bahwa REBT dengan psikoterapi berbasis filosofi dan CT dengan psikoterapi berbasis empiris. Dalam hal ini penulis tertarik mendalami *cognitive therapy* yang telah memperlihatkan keampuhannya dalam berbagai kontrol klinis di banyak literatur.¹² Hal tersebut sejalan dengan pemaparan Aaron. T. Beck yang mengatakan pendekatan *cognitive therapy* didasarkan pada formulasi kognitif, keyakinan dan strategi perilaku yang mengganggu.¹³ Diperkuat pada tahun 2011, Judith S Beck memaparkan bahwa terdapat lebih dari 500 penelitian telah menunjukkan hasil terapi perilaku kognitif yang berpengaruh untuk berbagai macam psikiatri gangguan, masalah psikologis, dan masalah medis dengan komponen psikologis.¹⁴ Hal ini dapat melihat bahwa *psychological well-being* termasuk ke dalam masalah psikologis yang dapat dipengaruhi dengan *cognitive behavior therapy* berbasis *cognitive therapy*. Diperkuat dengan penelitian Saroh tahun 2022 yang menyampaikan bahwa *cognitive behavior therapy* berpengaruh dalam meningkatkan *psychological well-being*.¹⁵ Dengan demikian *cognitive behavior*

¹¹ Gerald Corey, *Theory & Practice of Group Counseling*, Ninth Edit (Kanada: Cengage learnig by Nelson, 2016), hlm 361.

¹² Christine A. Padesky and Aaron. T. Beck, 'Science and Philosophy : Comparison of Cognitive Therapy and Rational Emotive Behavior Therapy', *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 2003, hlm 8 <<https://doi.org/10.1891/jcop.17.3.211.52536>>.

¹³ Aaron. T. Beck, 'Thinking and Depression. II. *Theory and Therapy.*', 10.6 (1964), hlm 561–571.

¹⁴ Judith S Beck, *Cognitive-Behavior Therapy: Basic and Beyond (2nd Ed)* (New York: Guilford Press, 2011), hlm 4.

¹⁵ Laely May Saroh, 'Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik CBT dalam Meningkatkan Psychological Well-Being Siswa pada saat Pandemi Covid-19 di SMPN 17 Mesuji', 2022, hlm 83.

therapy berbasis *cognitive therapy* dianggap sesuai guna meningkatkan *psychological well-being*. Uraian-uraian diatas, memunculkan pertanyaan mengenai pendekatan *cognitive behavior therapy* dalam meningkatkan *psychological well-being* pada ABH.

Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) Dinas Sosial DIY didirikan sebagai pusat rehabilitasi bagi remaja bermasalah sosial, wisata tetirah dan anak berhadapan dengan hukum berusia 13-20 tahun. Kasus peningkatan anak berhadapan dengan hukum menurut data BPRSR pada 2 tahun terakhir menjadi daya tarik sendiri bagi peneliti guna memperbaiki pemikiran, perasaan serta perilaku yang tidak menyimpang pada ABH di BPRSR dengan meningkatkan *psychological well-being*. Dengan demikian, peneliti ingin mengetahui lebih lanjut terkait pendekatan *cognitive behavior therapy* (CBT) untuk meningkatkan *psychological well-being* (PWB) anak berhadapan dengan hukum di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) Dinas Sosial DIY.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, maka rumusan masalah penelitian ini adalah:

1. Apakah *cognitive behavior therapy* efektif dalam meningkatkan *psychological well-being* anak berhadapan dengan hukum di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) Dinas Sosial Yogyakarta?

2. Apakah *cognitive behavior therapy* dapat meningkatkan *psychological well-being* anak berhadapan dengan hukum di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) Dinas Sosial Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah guna mengetahui, menguji, menganalisis serta mendeskripsikan *cognitive behavior therapy* (CBT) dalam meningkatkan *psychological well-being* (PWB) anak berhadapan dengan hukum (ABH) di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) Dinas Sosial Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat secara teoritik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mendukung teori-teori yang telah ada serta dapat berkontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang Bimbingan Konseling Islam konsentrasi Rehabilitasi Sosial, khususnya mengenai *cognitive behavior therapy* (CBT) dan *psychological well-being* (PWB).

2. Manfaat secara praktis

- a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memberikan pengalaman dan memperluas wawasan dalam meneliti tentang penerapan *cognitive behavior therapy*

(CBT) untuk meningkatkan *psychological well-being* (PWB) anak berhadapan dengan hukum.

b. Bagi anak berhadapan dengan hukum

Pemberian perlakuan *cognitive behavior therapy* (CBT) pada anak berhadapan dengan hukum di BPRSR diharapkan dapat bermanfaat guna meningkatkan *psychological well-being* (PWB).

c. Bagi Pihak Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) Dinas Sosial Yogyakarta

Cognitive behavior therapy untuk meningkatkan *psychological well-being* pada anak berhadapan dengan hukum di BPRSR nantinya dapat memberikan gambaran serta rekomendasi layanan terapi pada anak berhadapan dengan hukum di Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja (BPRSR) Dinas Sosial Yogyakarta.

E. Kajian Pustaka

1. Jurnal, karya Colin A. Espie tahun 2019 dengan judul “*Effect of Digital Cognitive Behavioral Therapy for Insomnia on Health, Psychological Well-Being, and Sleep-Related Quality of Life: A Randomized Clinical Trial*”. Penelitian ini menggunakan metode uji coba acak kelompok paralel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *cognitive behavior therapy* efektif dalam meningkatkan kesehatan fungsional, kesejahteraan psikologis, dan kualitas hidup terkait tidur pada orang yang mengalami insomnia. Penelitian ini membuktikan bahwa *cognitive behavior therapy* secara efektif dapat

mempengaruhi *psychological well-being* seseorang. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang diangkat penulis tentang peningkatan *psychological well-being* melalui terapi *cognitive behavior*. Adapun perbedaan dengan penelitian ini yang mana subjek penelitian menggunakan seseorang yang mengalami insomnia, sedangkan penulis menggunakan anak berhadapan dengan hukum sebagai subjek penelitian ¹⁶

2. Skripsi, karya Laely May Saroh program studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Raden Intan Lampung tahun 2022 dengan judul “Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik CBT dalam Meningkatkan *Psychological Well-Being* Siswa pada saat Pandemi Covid-19 Di SMPN 17 Mesuji”. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan tehnik sampel *Disproportionate Stratified Random Sampling* dan analisis deskriptif kuantitatif sebagai tehnik analisis data yang digunakan dengan pengukuran instrument penelitian yaitu *Skala Likert*. Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui tanggapan responden tentang pengaruh konseling kelompok dengan tehnik *cognitive behavior therapy* (CBT) dalam meningkatkan *psychological well-being* siswa pada saat pandemi covid-19 di SMPN 17 Mesuji. Hasil dari penelitian menjelaskan bahwa terdapat peningkatan *psychological well-being* setelah adanya konseling kelompok berbasis CBT yang berarti menunjukkan bahwa CBT berpengaruh dalam

¹⁶ Colin A. Espie and others, ‘Effect of Digital Cognitive Behavioral Therapy for Insomnia on Health, Psychological Well-Being, and Sleep-Related Quality of Life: A Randomized Clinical Trial’, *JAMA Psychiatry*, 76.1 (2019), hlm 21–30
<<https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2018.2745>>.

meningkatkan PWB siswa selama pandemi.¹⁷ Penelitian ini membuktikan bahwa *cognitive behavior therapy* sebagai intervensi yang dapat meningkatkan *psychological well-being*. Hal tersebut sama dengan peneliti yang ingin membuktikan bahwa *cognitive behavior therapy* dapat meningkatkan *psychological well-being*. Namun terdapat perbedaan di subjek penelitian yang mana peneliti akan menggunakan anak berhadapan dengan hukum sebagai subjeknya. Sampel yang akan digunakan pada peneliti juga berbeda yaitu menggunakan *purposive sampling*, sedangkan penelitian Saroh menggunakan *Disproportionate Stratified Random Sampling*.

3. Jurnal, karya Zulkifli A, Ahmad Fauzi, Mulkiyan tahun 2022 dengan judul “Konseling Kelompok *Cognitive Behavior Therapy* dengan Teknik *Cognitive Restructuring* dalam Mengatasi Kenakalan Remaja”. Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka (library research). Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok *cognitive behavior therapy* dengan teknik *cognitive restructuring* saat ini menjadi salah satu alternatif pemberian layanan bimbingan kepada remaja yang menghadapi masalah berkaitan dengan keyakinan, pikiran irrasional dan perilaku yang menyimpang dari norma-norma guna mengubah pikiran irrasional menjadi rasioanal, lalu konseli dapat memiliki rasa tanggung jawab atas dirinya sendiri serta membantu konseli membuat keputusan yang tepat untuk masa

¹⁷ LaeLy May Saroh, ‘Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik CBT dalam Meningkatkan Psychological Well-Being Siswa pada saat Pandemi Covid-19 di SMPN 17 Mesuji’, 2022, hlm 54

depannya.¹⁸ Penelitian tersebut memiliki kesamaan dengan penelitian penulis yang menggunakan *cognitive behavior therapy* sebagai layanan yang digunakan. Perbedaannya terletak pada tujuan penelitian tersebut guna mengatasi kenakalan remaja, sedangkan penelitian ini bertujuan guna meningkatkan *psychological well-being* pada anak berhadapan dengan hukum.

4. Jurnal, karya Ika Setyawati, Siti Atiyyatul Fahiroh, Agus Poerwanto tahun 2022 dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis pada Remaja di UPT PRSMP Surabaya”. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di UPT Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Marsudi Putra Surabaya.¹⁹ Persamaan penelitian terletak pada permasalahan yang dibahas serta subjek penelitiannya yaitu *psychological well-being* anak berhadapan dengan hukum. Adapun perbedaannya terletak pada variabel yang mempengaruhi *psychological well-being*. Peneliti menggunakan *cognitive behavior therapy*, sedangkan penelitian tersebut menggunakan dukungan sosial.

¹⁸ Zulkifli A, Ahmad Fauzi, and Mulkiyan Mulkiyan, ‘*Konseling Kelompok Cognitive Behavior Therapy dengan Teknik Cognitive Restructuring dalam Mengatasi Kenakalan Remaja*’, *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani*, 8.2 (2022), 1–9 <<https://doi.org/10.47435/mimbar.v8i2.1028>>.

¹⁹ Setyawati and others, hlm 4

5. Jurnal, karya Siska Dwi Paramitha tahun 2019 Yang berjudul “Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan *Psychological Well-Being* Remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Pangkalpinang”. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen (experimental research) dengan bentuk *pre-experimental design-one group pretest-posttest design*. Hasil penelitian menyebutkan bahwa tidak terjadinya peningkatan yang signifikan pada *psychological well-being* remaja yang diberikan layanan konseling kelompok akan tetapi jika melihat data *gain score* maka didapatkan 7 dari 17 subjek mengalami peningkatan *psychological well-being* sesudah diberi perlakuan layanan konseling kelompok.²⁰ Hasil yang menunjukkan tidak signifikan pada layanan konseling kelompok menjadi acuan daya tarik bagi peneliti yang memberikan intervensi berbeda menggunakan *cognitive behavior therapy* sebagai upaya peningkatan *psychological well-being* pada anak berhadapan dengan hukum di BPRSR.
6. Disertasi, karya Rizky Nur Asih dan Dita Ayu Rani Natalia tahun 2021 dengan judul “Penerapan Prinsip *Cognitive Behavior Therapy* pada Perancangan Pusat Rehabilitasi Sosial Anak Berhadapan dengan Hukum di Kabupaten Bekasi”. Penelitian ini menyampaikan bahwa pendekatan *cognitive behaviour therapy* digunakan untuk mewadahi proses rehabilitasi sosial anak berhadapan dengan hukum yang ditekankan kepada terapi kognitif dan perilaku penghuni. Serta hasil penerapan prinsip CBT

²⁰ Siska Dwi Paramitha, ‘Layanan Konseling Kelompok dalam Meningkatkan *Psychological Well-Being* Remaja di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Pangkalpinang’, *Scientia: Jurnal Hasil Penelitian*, 4.1 (2019), 127–47 <<https://doi.org/10.32923/sci.v4i1.1015>>.

diimplementasikan pada konsep penataan bangunan, zonasi, arah bukaan, interior terapi keterampilan, terapi perilaku, terapi fisik dan terapi psikologi.²¹ Penelitian tersebut menjadi acuan peneliti guna menggunakan *cognitive behavior therapy* bagi *psychological well-being* anak berhadapan dengan hukum. Sedangkan perbedaannya terletak pada subjek yang digunakan peneliti yaitu anak berhadapan dengan hukum di Yogyakarta. Adapun penelitian tersebut menggunakan subjek anak berhadapan dengan hukum di Kabupaten Bekasi

7. Jurnal, karya Sri Maslihah (2018) dengan judul “Strategi Koping, Dukungan Petugas, dan Kesejahteraan Psikologis Anak Berkonflik dengan Hukum”. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan *teknik purposive sampling* untuk pemilihan sampel. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis anak berkonflik dengan hukum dapat dipengaruhi oleh faktor internal, yaitu strategi koping dan faktor eksternal, yaitu dukungan petugas. Penelitian menjelaskan bahwa dukungan petugas dapat berperan sebagai moderator dalam hubungan strategi koping dan kesejahteraan psikologis anak berkonflik dengan hukum.²² Persamaan dengan peneliti adalah membahas terkait *psychological well-being* pada anak berhadapan dengan hukum. Adapun perbedaan penelitian tersebut dengan peneliti terletak pada variabel terikat yang

²¹ Rizky Nur Asih and others, ‘*Penerapan Prinsip Cognitive Behavior Therapy pada Perancangan Pusat Rehabilitasi Sosial Anak Berhadapan dengan Hukum di Kabupaten Bekasi*’ (Universitas Teknologi Yogyakarta, 2021).

²² Sri Maslihah, ‘*Strategi Koping, Dukungan Petugas, dan Kesejahteraan Psikologis Anak Berkonflik dengan Hukum*’, *Psychathic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5.1 (2018), 13–22 <<https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2320>>.

digunakan. Penelitian tersebut menggunakan strategi coping dengan moderator dukungan petugas guna mempengaruhi kesejahteraan psikologis anak berhadapan dengan hukum. Sedangkan peneliti menggunakan *cognitive behavior therapy* guna mempengaruhi kesejahteraan psikologis anak berhadapan dengan hukum.



BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan nilai hasil uji *paired sampel t test* serta hasil total skor *pretest* dan *posttest*, maka hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pendekatan *cognitive behavior therapy* secara efektif tidak signifikan meningkatkan *psychological well-being* anak berhadapan dengan hukum di BPRSR.
2. Pendekatan *cognitive behavior therapy* dapat meningkatkan *psychological well-being* anak berhadapan dengan hukum di BPRSR.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah didapatkan, peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

ABH diharapkan dapat terus mempraktikkan dan berlatih terapi *cognitive behavior* secara konsisten. Praktik CBT harus terus diterapkan dalam kehidupan sehari-hari agar seorang individu dapat mencapai *psychological well-being*-nya.

2. Bagi Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Dinas Sosialisasi DIY

Diharapkan pihak balai dapat memberikan pelatihan terapi *cognitive behavior* secara lebih mendalam, agar ABH dapat belajar menghadapi permasalahan dengan baik, dapat mengenali diri serta dapat belajar untuk berperilaku lebih baik lagi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan bagi peneliti selanjutnya yang akan mengambil tema terapi *cognitive behavior* supaya dapat menambah pertemuan dalam melakukan perlakuan dengan materi yang tidak begitu padat namun mendalam sehingga subjek dapat mempelajari dan memahami materi terapi *cognitive behavior* secara bertahap. Selain itu, pemberian intensif kepada subjek dapat dilakukan agar subjek lebih bersemangat untuk mengikuti perlakuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adzibah, Umumatul, 'Efektivitas Cognitive Behavior Therapy (CBT) Terhadap Peningkatan Forgivnrss Narapidana Yang Akan Bebas' (UIN Maulana Malik Ibrahim, 2019)
- Af Idati, Ata Luthfa, 'Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok Untuk Mningkatkan Self Acceptance Siswa Kelas XI MAN 2 Yogyakarta' (Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, 2022)
- Akhtar, Miriam, and Ilona Boniwell, 'Applying Positive Psychology to Alcohol-Misusing Adolescents: A Group Intervention', *Groupwork*, 20.3 (2010), 6–31 <<https://doi.org/10.1921/095182410X576831>>
- Arikunto, Suharsimi, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: Rineka Cipta, 2013)
- Asih, Rizky Nur, Dita Ayu, Rani Natalia, Penerapan Prinsip, Pendekatan Cognitive, Behavior Therapy, and others, 'PENERAPAN PRINSIP COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY PADA PERANCANGAN PUSAT REHABILITASI SOSIAL ANAK BERHADAPAN DENGAN HUKUM DI KABUPATEN BEKAS' (Universitas Teknologi Yogyakarta, 2021)
- Ayun, Qurrotu, *Teknik Psikoterapi Cognitive Behavior Therapy Dan Aplikasi Untuk Motivasi* (Yogyakarta: Pustaka Ilmu, 2021)
- Beck, Aaron. T., 'Thingking and Depression. II. Theory and Therapy.', 10.6 (1964), 561–71
- Beck, Judith S, *Cognitive-Behavior Therapy: Basic and Beyond (2nd Ed)* (New York: Guilford Press, 2011)
- Bern, D J, 'Self-Perception: An Alternative Interpretation of Cog_nitive Dissonance Phenomena.', *Psychological Review*, 74.3 (1967)
- Boumpouli, Christina, 'Adolescents ' Subjective and Psychological Well-Being : The Role of Meaning in Life ADOLESCENTS ' SUBJECTIVE AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING : THE ROLE OF MEANING IN LIFE', 13 (2016)
- 'Brosur BPRSR Dinas Sosial DIY' (Yogyakarta: Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Dinas Sosial DIY, 2023)
- Budiaji, Weksi, 'Skala Pengukuran Dan Jumlah Respon Skala Likert', *Jurnal Ilmu Pertanian Dan Peikanan*, 2.2 (2013), 125–31

- Corey, Gerald, *Theory & Practice of Group Counseling*, Ninth Edit (Kanada: Cengage learnig by Nelson, 2016)
- Darmawan, Deni, *Metode Penelitian Kuantitatif*, ed. by Pipih Latifah (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013)
- ‘Data Pemerlu Pelayanan Kesejahteraan Sosial (PPKS) BPRSR’ (Yogyakarta: Balai Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Remaja Dinas Sosial DIY, 2023)
- Della, ‘Cognitive Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Self Esteem Pada Mahasiswa Universitas Indonesia Yang Mengalami Distres Psikologi’ (Universitas Indonesia, 2012)
- Distina, Primalita Putri, ‘Pengembangan Dimensi Psychological Well-Being Untuk Pengurangan Risiko Gangguan Depresi’, *Mawa’Izh: Jurnal Dakwah Dan Pengembangan Sosial Kemanusiaan*, 10.1 (2019), 39–59 <<https://doi.org/10.32923/maw.v10i1.768>>
- Djaali, Haji, *Metodologi Penelitian Kuantitatif (Cetakan Kedua)*, ed. by Bunga Sari Fatmawati (Jakarta Timur: PT Bumi Aksara, 2022)
- Eryilmaz, Alli, ‘The Relationship between Adolescents’ Subjective Well-Being and Positive Expectations towards Future’, *The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 24 (2011)
- Espie, Colin A., Richard Emsley, Simon D. Kyle, Christopher Gordon, Christopher L. Drake, A. Niroshan Siriwardena, and others, ‘Effect of Digital Cognitive Behavioral Therapy for Insomnia on Health, Psychological Well-Being, and Sleep-Related Quality of Life: A Randomized Clinical Trial’, *JAMA Psychiatry*, 76.1 (2019), 21–30 <<https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2018.2745>>
- Gosch, Elizabeth A, Ellen Flannery-Schroeder, Christian F Mauro, and Scott N V O - 20 Compton, ‘Principles of Cognitive-Behavioral Therapy for Anxiety Disorders in Children’, *J Cogn Psychother*, 20.3 (2006), 247–62 <<https://doi.org/10.1891/jcop.20.3.247>>
- Hardjo, Suryadi, Siti Aisayah, and Sri Intan Mayasari, ‘Bagaimana Psychological Well-Being Pada Remaja? Sebuah Analisis Berkaitan Dengan Faktor Meaning in Life Factor’, *Jurnal Diversita*, 6.1 (2020), 65 <<https://doi.org/10.31289/diversita.v6i1.2894>>
- Hendri, and Widiya Arani Purba, ‘Psychological Well-Being Pada Narapidana Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas II Banda Aceh Psychological Well-Being of Presioner Adolescent at the Class II Children ’ s Specal Guidance Institute (LPKA) in Banda Aceh’, 8.2 (2022), 1337–43

- Husna, Nurul, 'Pengaruh Cognitive Behaviour Therapy (Cbt) Untuk Menurunkan Depresi Dan Meningkatkan Psychological Wellbeing Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2.' (UNIVERSITAS AIRLANGGA, 2013)
- Irawan, Prasetyo, *Metode Penelitian (Cetakan Ke-5)* (Jakarta: Universitas Terbuka, 2009)
- Kementrian Agama RI, *Al Qur'an Dan Terjemah* (Jakarta: Abyan, 2014)
- Komalasari, Gantina, Eka Wahyuni, and Karsih, *Teori Dan Teknik Konseling* (Jakarta Barat: PT Indeks, 2011)
- Kriyantono, Rachmat, *Teknik Praktis Riset Komunikasi (Cetakan Ke-7)* (Jakarta: Prenada Media, 2014)
- Kurniawan, Heru, *Pengantar Praktis Penyusunan Instrumen Penelitian* (Yogyakarta: Deepublish Publisher, 2021)
- Kusumastuti, Adhi, Ahmad Mustamil Khoiron, and Taofan Ali Achmad, *Metode Penelitian Kuantitatif* (Yogyakarta: Deepublish Publisher, 2020)
- Maslihah, Sri, 'Strategi Koping, Dukungan Petugas, Dan Kesejahteraan Psikologis Anak Berkonflik Dengan Hukum', *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5.1 (2018), 13–22 <<https://doi.org/10.15575/psy.v5i1.2320>>
- Matson, Jhony L, and Thomas H Olendick, *Enhancing Children's Social Skill Assesment and Training* (New York: Pergamon press, 1998)
- Munawwir, Ahmad Warson, *Al-Munawwir Kamu Arab Indonesia* (Surabaya: Pustaka Progresif, 1997)
- Nazir, Mohamad, *Metode Penelitian* (Jakarta: Galia Indonesia, 1985)
- Nuryadi, Tutut Dewi Astuti, Endang Sri Utami, and M. Budiantara, *Buku Ajar Dasar-Dasar Statistik Penelitian, Sibuku Media*, 1st edn (Yogyakarta, 2017)
- Oemarjoedi, A.K., *Pendekatan Cognitive Behavior Dalam Psikoterapi* (Jakarta: Creativ Media, 2003)
- Oemarjoedi, A Kasandra, *Pendekatan Cognitive Behavior Dalam Psikoterapi* (Jakarta: Creativ Media, 2003)
- Özdemir, Yalçın, 'Examining the Subjective Well-Being of Adolescents in Terms of Demographic Variables, Parental Control, and Parental Warmth', *Education and Science*, 37.165 (2012)

- Padesky, Christine A., and Aaron. T. Beck, 'Science and Philosophy : Comparison of Cognitive Therapy and Rational Emotive Behavior Therapy', *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 2003
<<https://doi.org/10.1891/jcop.17.3.211.52536>>
- Paramitha, Siska Dwi, 'Layanan Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Psychological Well-Being Remaja Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (Lpka) Pangkalpinang', *Scientia: Jurnal Hasil Penelitian*, 4.1 (2019), 127–47
<<https://doi.org/10.32923/sci.v4i1.1015>>
- Permendikbud, 'Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 111 Tahun 2014 Tentang Bimbingan Dan Konseling Pada Pendidikan Dasar Dan Pendidikan Menengah', *Jakarta: Kemendikbud RI*, 2014, 1–45 <[https://jdih.kemdikbud.go.id/arsip/Permendikbud Nomor 111 Tahun 2014.pdf](https://jdih.kemdikbud.go.id/arsip/Permendikbud%20Nomor%20111%20Tahun%202014.pdf)>
- Putranto, A. Kasandra, *Aplikasi Cognitive Behavior Dan Behavior Activation Dalam Intervensi Klinis* (Jakarta Selatan: Grafindo Books Media, 2016)
- Rahayu, Malika Alia, 'Psychological Well-Being Pada Istri Kedua Dalam Pernikahan Poligami (Studi Kasus Pada Dewasa Muda)' (Universitas Indonesia, 2008)
- Rahman, Agus Abdul, *Metode Penelitian Psikologi*, ed. by Engkus Kuswandi (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2016)
- Ryan, Richard M., and Edward L. Deci, 'On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-Being', *Annual Review of Psychology*, 52 (2001), 141–66
<<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>>
- Ryff, C. D, 'Beyond Ponce de Leon and Life Satisfaction: New Directions in Quest of Successful Ageing', *International Journal of Behavioral Development*, 12.1 (1989), 35–55 <<https://doi.org/10.1177/016502548901200102>>
- Ryff, Carol. D, 'Psychological Well-Being in Adult Life', *Current Directions in Psychological Science*, 4.4 (1995).
- Ryff, Carol D., and Marilyn J. Essex, 'The Interpretation of Life Experience and Well-Being: The Sample Case of Relocation.', *Psychology and Aging*, 7.4 (1992), 507–17 <<https://doi.org/10.1037//0882-7974.7.4.507>>
- Ryff, Carol D., and Burton H. Singer, 'Best News yet on the Six-Factor Model of Well-Being', *Social Science Research*, 35.4 (2006), 1103–19
<<https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2006.01.002>>

- Ryff, Carol D, 'Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being', *Journal of Personality and Social Psychology*, 57.7 (1989), 1069–81
- Ryff, Carol D, and C.L.M Keyes, 'The Structure of Psychological Well Being Revisited', *Journal of Personality and Social Psychology*, 69.4 (1995), 719–27
- Ryff, Carol D, and Burton Singer, 'Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implications for Psychotherapy', *Psychother Psychosomatics*, 65 (1996), 14–23
<<https://www.karger.com/Article/PDF/289026>>
- Sarafino, Edward P, and Timothy W Smith, *Health Psychology*, 7th edn (Singapore: John Wiley & Sons, Inc., 1990)
- Sari, Rr Rahmawati Brilianita, 'Tingkat Psychological Well-Being Pada Remaja di Panti Sosial Bina Remaja Yogyakarta', *Journal Bimbingan Dan Konseling. Edisi 12 Tahun Ke-4.*, 12.1 (2015), 1–17
- Saroh, Laely May, 'Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik CBT Dalam Meningkatkan Psychological Well-Being Siswa Pada Saat Pandemi Covid-19 Di SMPN 17 Mesuji', 2022
- , 'Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik CBT Dalam Meningkatkan Psychological Well-Being Siswa Pada Saat Pandemi Covid-19 Di SMPN 17 Mesuji' (Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2022)
- Setyawati, Ika, Siti Atiyyatul Fahiroh, Agus Poerwanto, Coressponden Author, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah, and others, 'Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Remaja Di UPT PRSMP Surabaya', *ARCHETYPE: Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5.1 (2022), 1–9
- Shegarf Nakhaei, Mohammad Reza, Toktam Akbari Oryani, Mohammad Hossein Bayazi, Nematullah Shomoossi, and Bibi Leila Hoseini, 'Influence of Cognitive Behavioral Therapy on Psychological Wellbeing and Ego-Resiliency in Type 2 Diabetes Patients in Sabzevar', *Iranian Journal of Diabetes and Obesity*, June, 2021 <<https://doi.org/10.18502/ijdo.v13i2.6477>>
- Sobur, Alex, *Psikologi Umum Dalam Lintasan Sejarah* (Bandung: Penerbit Pustaka Setia, 2003)
- Soegiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, 19th edn (Bandung:

Alfabeta, 2013)

Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Kombinasi (Mixed Methods)* (Bandung: Alfabeta, 2013)

———, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (Bandung: Alfabeta C.V., 2013)

Sugiyono P.D., *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuwantitatif, Kuwalitatif, Dan R&D)*. (Bandung: Alfabeta Pres, 2017)

Takano, Tomoki, Manabu Isojima, Mika Tanaka, Megumi Yamamoto, Norio Sasaki, Hironori Somemura, and others, 'Effects of Brief CBT-I on Sleep Quality and Psychological Distress in Shift Workers without the Midnight Shift.', *Kitasato Medical Journal*, 46 (2016), 118–25

UUR INDONESIA, 'Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2012 Tentang Sistem Peradilan Pidana Anak', 153, 2012, 1–39

Waterman, Alan S, 'Two Conceptions of Happiness: Contrasts of Personal Expressiveness (Eudaimonia) and Hedonic Enjoyment', *Journal of Personality and Social Psychology*, 64.4 (1993), 678–91 <<https://doi.org/10.1177/004947550203200224>>

Westbrook. D., Kennerley. H. & Kirk. J. (2008), *Westbrook, D., Kennerley, H. & Kirk, J. (2007) An Introduction to Cognitive Behaviour Therapy: Skills & Applications Published by Sage © 2008 - , 2007*

Wild, Diane, Mona Martin, Alyson Grove, Sonya Eremenco, Sandra McElroy, Aneesa Verjee-Lorenz, and others, 'Principles of Good Practice for the Translation and Cultural Adaptation Process for Patient-Reported Outcomes (PRO) Measures: Report of the ISPOR Task Force for Translation and Cultural Adaptation', *Value in Health*, 8.2 (2005), 94–104 <<http://www.ispor.org>>

Wilding, Christine, and Aileen Milne, *Cognitive Cognitif Cognitif Cognitif Therapy Therapy Therapyal Therapy* (Jakarta: Indeks, 2013)

Young, P, and M J Turner, 'To (i) B or Not to i (B), That Is the Question : On the Differences between Ellis ' REBT and Beck ' s CT', *The Cognitive Behaviour Therapist*, 16.16 (2023), 1–10 <<https://doi.org/10.1017/S1754470X23000090>>

Zulkifli A, Ahmad Fauzi, and Mulkiyan Mulkiyan, 'Konseling Kelompok Cognitive Behavior Therapy Dengan Teknik Cognitive Restructuring Dalam Mengatasi Kenakalan Remaja', *Jurnal Mimbar: Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani*, 8.2 (2022), 1-9
<<https://doi.org/10.47435/mimbar.v8i2.1028>>

