

FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK PROGRAM STUDI ILMU
KESEJAHTERAAN SOSIAL

Skripsi, Juli 2024 SEKAR PUSPITA SARI

PENERAPAN *COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY*
DALAM PROSES ADAPTASI SOSIAL REMAJA:
STUDI KASUS DI PANTI ASUHAN MUHAMMADIYAH SAWANGAN

(xiv+ 150 Halaman + 21 Tabel + 3 Gambar + 6 Lampiran)

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menerapkan *Cognitive Behavioral Therapy* dalam membantu remaja mengatasi kesulitan adaptasi sosial di Panti Asuhan Muhammadiyah Sawangan. Subjek penelitian terdiri dari tiga remaja yang mengalami hambatan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial panti. CBT digunakan untuk membantu subjek mengatasi pikiran negatif dan meningkatkan keterampilan sosial, seperti komunikasi dan pengelolaan emosi. Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan penelitian tindakan. Intervensi diberikan selama 18 hari, sesuai dengan teori Phillippa Lally yang menyatakan bahwa perubahan perilaku membutuhkan waktu minimal 18 hari. Teori adaptasi sosial Oberg digunakan untuk memandu analisis adaptasi sosial subjek sebelum dan sesudah penerapan CBT. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi CBT berhasil meningkatkan kemampuan adaptasi sosial ketiga subjek secara signifikan. Mereka mampu berinteraksi lebih baik dalam lingkungan sosial, mengelola emosi dengan lebih efektif, dan menunjukkan peningkatan dalam keterampilan komunikasi. CBT terbukti menjadi pendekatan yang efektif dalam membantu remaja mengatasi tantangan adaptasi sosial di panti asuhan.

Daftar Pustaka: 33 Referensi (2002-2022)

Kata Kunci: Cognitive Behavioral Therapy, Adaptasi Sosial, Remaja, Panti Asuhan