

**MODEL KONSELING SEBAYA DALAM MENINGKATKAN RESILIENSI
TERHADAP GANGGUAN MENTAL MAHASISWA UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

SKRIPSI



Disusun Oleh:

Adi Mulya

NIM: 20200710129

FAKULTAS AGAMA ISLAM

PROGRAM STUDI KOMUNIKASI DAN PENYIARAN ISLAM

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

2024

MODEL KONSELING SEBAYA DALAM MENINGKATKAN RESILIENSI
TERHADAP GANGGUAN MENTAL MAHASISWA UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh
gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada program pendidikan Strata Satu (S-1),
Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam Fakultas Agama Islam
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Oleh:

Adi Mulya

NIM: 20200710129

FAKULTAS AGAMA ISLAM

PROGRAM STUDI KOMUNIKASI DAN PENYIARAN ISLAM

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

2024

NOTA DINAS

Yogyakarta, 05 Juli 2024

Lamp : 4 eks. Skripsi

Hal : Persetujuan

Kepada Yth.
Ketua Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam
Fakultas Agama Islam
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Assalamua'alaikum Wr.Wb.

Setelah menerima dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka saya berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Adi Mulya

NIM : 20200710129

Judul : **Model Konseling Sebaya dalam Meningkatkan Resiliensi Terhadap Gangguan Mental Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**

Telah memenuhi syarat untuk diajukan pada ujian akhir tingkat Sarjana pada Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam Konsentrasi Komunikasi dan Konseling Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Bersama ini saya sampaikan naskah skripsi tersebut, dengan harapan dapat diterima dan segera dimunaqsyahkan. Atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb

Pembimbing,



Cahyo Setiadi Ramadhan, M.Psi., Psi.
NIK. 19880506201802 113 073

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Adi Mulya
NPM : 20200710129
Program Studi : Komunikasi dan Penyiaran Islam

Dengan ini menyatakan sesungguhnya bahwa skripsi merupakan karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di Perguruan Tinggi manapun, dan sepanjang pengetahuan saya dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dalam naskah ini dan disebutkan dalam pustaka.

Yogyakarta, 05 Juli 2024

Yang membuat pernyataan:



Adi Mulya

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Dengan mengucapkan rasa syukur *Alhamdulillah* ke hadirat Allah *Subhanahu Wa Taa'ala* yang telah memberikan nikmat yang luar biasa sehingga peneliti mampu menyelesaikan penelitian ini tepat pada waktunya. Shalawat serta salam semoga terus terlimpahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW. Peneliti ingin mempersembahkan penelitian ini untuk:

1. Kepada diri penulis pribadi Adi Mulya yang telah mau, dan mampu berjuang, bertahan hingga saat ini.
2. Kepada Ayah Mulyadi dan Ibu Zis Susilawati yang telah merawat, mendidik, dan memberikan kasih sayang serta senantiasa mendoakan perjuangan anaknya.
3. Kepada kakak Eka Mulya dan Adik Evi Mulya yang selalu memberikan semangat dan dukungan kepada saya.
4. Kepada segenap keluarga besar KPI UMY mulai dari Kepala Prodi, Sekretaris Prodi, Dosen, dan Staff yang ada di KPI UMY.
5. Kepada segenap keluarga besar mahasiswa KPI UMY angkatan 2020 yang telah berjuang bersama-sama selama masa perkuliahan.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Alhamdulillahirabbil'alamin, puji dan Syukur, penulis panjatkan kepada Allah *Subhanahu wata'ala* yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan penelitian dengan judul Model Konseling Sebaya dalam Meningkatkan Resiliensi Terhadap Gangguan Mental Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Shalawat serta salam senantiasa dihaturkan kepada Nabi Muhammad *Shallallahu alaihi wasallam* yang sudah membawa kita dari zaman kegelapan ke zaman yang terang benderang ini. Dalam proses penelitian skripsi, penulis sadar bahwa proses penyelesaian skripsi ini banyak pihak yang selalu mendukung dan memberi semangat serta membantu dalam penyelesaian penelitian ini hingga berhasil ditulis. Maka dari itu, penulis ucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Gunawan Budiyanto, M. P., IPM., ASEAN.Eng. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Syakir Jamaluddin, M.A. selaku Dekan Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Bapak Dr. Ahmad Hermawan Lc., MA. Selaku kepala Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
4. Bapak Cahyo Setiadi Ramadhan, M.Psi., Psikolog. selaku dosen pembimbing yang telah sabar membimbing dan memberikan masukannya kepada penulis selama mengerjakan penelitian ini.
5. Seluruh dosen prodi Komunikasi dan Penyiaran Islam dan staf Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
6. Kepada kedua orang tua saya Bapak Mulyadi dan Ibu Zis Susilawati yang selalu mendoakan dan mendukung saya selalu, serta kakak Eka Mulya dan Adik Evi Mulya.
7. Kepada pihak instansi Divisi Konseling dan Kesejahteraan Mahasiswa Lembaga Pengembangan Kemahasiswaan dan Alumni Universitas

Muhammadiyah Yogyakarta yang sudah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian di instansi tersebut.

8. Bapak Muhammad Arief Rizqi, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Kepala Divisi Konseling dan Kesejahteraan Mahasiswa Lembaga Pengembangan Kemahasiswaan dan Alumni Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah menerima dan membimbing saya dalam menjadi konselor sebaya Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
9. Kepada seluruh narasumber yang telah bersedia dan membantu dalam penelitian ini.
10. Kepada teman-teman dari Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam angkatan 2020 yang telah bersama-sama mengikuti perkuliahan dan menjadi teman bermain, berdiskusi, bercerita.
11. Kepada teman-teman divisi Koreografi Masa Ta'aruf UMY 2022 (cuih koreo) yang telah menjadi tempat untuk menjadi tempat bercerita dan menjadi teman yang berharga bagi diri saya.

Selanjutnya penulis ingin meminta maaf kepada nama-nama yang tidak dapat saya tuliskan tetapi tidak mengurangi rasa terima kasih saya kepada semuanya yang berjasa bagi saya.

Yogyakarta, 05 Juli 2024



Adi Mulya

DAFTAR ISI

NOTA DINAS.....	ii
PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iv
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
ABSTRAK.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Rumusan Masalah.....	4
D. Tujuan Penelitian.....	4
E. Manfaat Penelitian.....	4
1. Manfaat Teoritis.....	4
2. Manfaat Praktis.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI.....	6
A. Tinjauan Pustaka.....	6
B. Kerangka Teori.....	13
1. Konseling Sebaya.....	13
2. Resiliensi.....	22
3. Gangguan Mental.....	29
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	35
B. Operasionalisasi Konsep.....	35
C. Lokasi dan subyek penelitian.....	36

D. Teknik pengumpul data	36
E. Kredibilitas penelitian	37
F. Teknik analisis data	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	40
A. Gambaran Umum Konseling Sebaya	40
1. Sejarah Berdirinya Konseling Sebaya UMY	40
2. Sejarah Perkembangan Konseling Sebaya UMY	45
B. Hasil Pembahasan	49
1. Bentuk-Bentuk Gangguan Mental Mahasiswa UMY	49
2. Pelaksanaan Model Konseling Sebaya dalam Meningkatkan Resiliensi ..	55
3. Konseling Sebaya Untuk Meningkatkan Resiliensi Terhadap Gangguan Mental	72
BAB V Kesimpulan dan Saran	77
A. Kesimpulan	77
B. Saran	78
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN	83

DAFTAR GAMBAR

Figure 1. Struktur LPKA UMY	41
Figure 2. Surat Tugas Konselor Sebaya UMY	46
Figure 3. Lembaran Evaluasi Konseling.....	66
Figure 4. Bagan Pelaksanaan konseling sebaya UMY.....	68

DAFTAR TABEL

Table 1. Perbandingan Pelaksanaan Konseling Sebaya.....	62
---	----