ABSTRAK

Nurin Sabiha Binti Ahmad Shah (B43213042) Terapi "*Growth Mindset* (Carol S. Dweck, PH.D.)" untuk Meningkatkan Keterampilan Adaptasi Diri seorang mahasiswa Malaysia di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel (UINSA)"

Fokus penelitian ini adalah (1) Bagaimana proses terapi *Growth Mindset* (Carol S. Dweck, PH.D.)"untuk meningkatkan keterampilan adaptasi diri seorang mahasiswa Malaysia di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel (UINSA)? (2) Bagaimana hasil proses terapi *Growth Mindset* (Carol S. Dweck, PH.D.) untuk meningkatkan keterampilan adaptasi diri seorang mahasiswa Malaysia di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel (UINSA)?

Dalam menjawab permasalahan tersebut, maka konselor menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Dalam pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, setelah data terkumpul analisa dilakukan untuk mengetahui proses serta hasil, serta membandingkan terapi antara teori dan lapangan serta membandingkan kondisi sebelum dan sesudah mendapatkan terapi dalam menganalisa.

Dalam penelitian ini di simpulkan bahwa : (1) proses terapi *Growth Mindset* (Carol S. Dweck, PH.D.) untuk Meningkatkan Keterampilan Diri Seorang Mahasiswa Malaysia di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel (UINSA). Penelitian ini mengunakan terapi *Growth Mindset* serta langkah-langkah dan juga sesi-sesi dalam terapi *Growth Mindset* tersebut, diawali dengan menyiapkan konseli untuk diterapi sama ada kesiapan fisik dan psikis pada tahap langkah-langkah. Manakala, sesi-sesi digunakan pada konseli bagi mendeteksi *Fixed Mindset* yang dialami konseli dan merubahnya dengan terapi *Growth Mindset* yang membantu klien untuk bisa berkembang dari pemikiran negatif dan beradaptasi baik dengan lingkungan dengan adanya keterampilan adaptasi diri ini pada konseli.(2) hasil akhir dari proses adalah dikatakan cukup berhasil dengan presentase 80% yang mana hasil tersebut dapat dilihat dari adanya perubahan pada kondisi konseli atau perilaku awalnya kelihatan tertutup dan tidak berani untuk bersosialisasi kini menjadi lebih baik walaupun pada awalnya itu masih malu untuk tampil berhadapan dengan masyarakat, bisa mengawal emosi dan sabar dalam menghadapi dengan ketakutan pada diri sendiri seperti sebelumnya. Terpenting adalah konseli bisa melakukan kegiatan sehari-harinya dengan lebih yakin diri dan sudah bisa beradaptasi dengan baik dan berprestasi lebih baik dari sebelumnya dan tidak takut mencoba hal yang baru dalam arti hal yang positif pada diri konseli .

Kata Kunci: Terapi *Growth Mindset*, Keterampilan Adaptasi Diri.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id