

**DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DALAM PEMULIHAN *SELF CONFIDENCE*
MAHASISWA TINGKAT AKHIR PASCA PUTUS CINTA
(Studi Kasus Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam
UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon)**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat
untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI)
Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam



**KHAERUNNISAH INDRI WIJAYA
NIM. 2108306061**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM (BKI)
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM (FDKI)
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
SIBER SYEKH NURJATI CIREBON
TAHUN 1446 H/2025**

DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DALAM PEMULIHAN *SELF CONFIDENCE*
MAHASISWA TINGKAT AKHIR PASCA PUTUS CINTA
(Studi Kasus Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam
UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon)

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat
untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI)
Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

KHAERUNNISAH INDRI WIJAYA

NIM. 2108306061

UINSSC

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON

JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM (BKI)
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM (FDKI)
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
SIBER SYEKH NURJATI CIREBON

TAHUN 1446 H/2025

ABSTRAK

Khaerunnisah Indri Wijaya, NIM : 2108306061

Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Pemulihan *Self-Confidence* Mahasiswa Tingkat Akhir Pasca Putus Cinta (Studi Kasus Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon)

Putus cinta sering kali menjadi pengalaman emosional mendalam yang mempengaruhi kesehatan psikologis individu. Melalui observasi dan wawancara awal menunjukkan bahwa putus cinta memang memiliki dampak yang cukup signifikan terhadap kondisi emosional dan kepercayaan diri mahasiswa. Perasaan kehilangan yang dialami setelah putus cinta sering kali diiringi dengan ketidakmampuan untuk kembali fokus pada tugas akademik dan perasaan tidak berharga, yang kemudian mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa.

Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mendeskripsikan gambaran *self-confidence* mahasiswa pasca putus cinta di Universitas Negeri Islam Siber Syekh Nurjati Cirebon, untuk mendeskripsikan bentuk dukungan sosial teman sebaya pasca putus cinta pada mahasiswa tersebut, dan untuk mendeskripsikan gambaran pemulihan *self-confidence* mahasiswa pasca putus cinta tersebut setelah memperoleh dukungan sosial.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, dengan sumber data primer dan sekunder. Teknik pengumpulan data meliputi observasi, dokumentasi, dan wawancara mendalam, serta dianalisis melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Penelitian ini menunjukkan bahwa *self-confidence* mahasiswa pasca putus cinta di Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon umumnya mengalami penurunan akibat pengalaman emosional yang menyakitkan. Namun, dukungan sosial dari teman sebaya berperan penting dalam proses pemulihan, melalui empat bentuk utama: emosional, informasi, penilaian, dan instrumental. Proses pemulihan *self-confidence* berlangsung secara bertahap dan berbeda antar individu, dengan dua dari tiga informan menunjukkan pemulihan yang positif dan optimal seperti terlihatnya sikap optimis dalam memandang masa depan, objektif dalam menilai situasi, bertanggung jawab atas tugas dan keputusan pribadi, memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri, serta mampu berpikir secara rasional dan realistis dalam menghadapi kenyataan pasca putus cinta. Sedangkan satu informan sepenuhnya mampu meyakini kemampuan diri sendiri serta menunjukkan pola pikir yang rasional dan realistis secara baik.

Kata Kunci: *Self-Confidence, Dukungan Sosial, Mahasiswa Tingkat Akhir Putus Cinta.*

ABSTRACT

Khaerunnisah Indri Wijaya, NIM: 2108306061

Peer Social Support in Restoring Self-Confidence of Final Year Students After a Breakup (Case Study of Islamic Counseling Guidance Students of UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon)

A Break up often becomes a deeply emotional experience that affects an individual's psychological health. Through observation and initial interviews, it was found that breaking up does have a significant impact on students' emotional state and self-confidence. The feelings of loss experienced after a breakup are often accompanied by an inability to refocus on academic tasks and feelings of worthlessness, which then affect students' academic performance.

The objectives of this study are to describe the self-confidence of students after a breakup at the State Islamic University of Siber Syekh Nurjati Cirebon, to describe the form of peer social support after a breakup for these students, and to describe the recovery of self-confidence among students after a breakup following the receipt of social support.

This study employs a qualitative method with a case study approach, utilizing primary and secondary data sources. Data collection techniques include observation, documentation, and in-depth interviews, which are analyzed through data reduction, data presentation, and conclusion drawing.

This study shows that the self-confidence of university students at the State Islamic University of Siber Syekh Nurjati Cirebon generally decreases due to painful emotional experiences following a breakup. However, peer social support plays a crucial role in the recovery process, through four main forms: emotional, informational, evaluative, and instrumental. The recovery process of self-confidence occurs gradually and varies among individuals, with two out of three informants showing positive and optimal recovery, as evidenced by an optimistic attitude toward the future, objectivity in assessing situations, taking responsibility for personal tasks and decisions, having confidence in one's abilities, and being able to think rationally and realistically in facing the reality after a breakup. Meanwhile, one informant has not yet fully been able to believe in their own abilities and demonstrate rational and realistic thinking patterns effectively.

Keywords: *Self-Confidence, Social Support, Final-Year Students Experiencing a Breakup.*

LEMBAR PERSETUJUAN

**DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA DALAM PEMULIHAN *SELF CONFIDENCE*
MAHASISWA TINGKAT AKHIR PASCA PUTUS CINTA (STUDI KASUS
MAHASISWA BIMBINGAN KONSELING ISLAM
UIN SIBER SYEK NURJATI CIREBON)**

Disusun Oleh:

Khaerunnisah Indri Wijaya

NIM: 2108306061

Menyetujui:

Dosen Pembimbing I,

Dosen Pembimbing II,



Herny Novianti, M.Pd

NIP. 19811121 202321 2 021



Dr. Ade Hidayat, M.Pd

NIP. 19820226 202012 1 001

Mengetahui:

Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam



Bambang Setiawan, M.Pd

NIP. 19890706 201801 1 002

NOTA DINAS

Kepada
Yth. Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam
UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon
di Cirebon

Assalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh.

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan skripsi berikut ini:

Nama : Khaerunnisah Indri Wijaya
NIM : 2108306061
Judul : **Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Pemulihan *Self-Confidence* Mahasiswa Tingkat Akhir Pasca Putus Cinta (Studi Kasus Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon)**

Kami berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon untuk dimunaqosahkan.

Wassalamu'alaikum Warrahmatullahi Wabarakatuh.

Dosen Pembimbing I,



Herny Novianti, M.Pd
NIP. 32017011 981112 1 201

Cirebon,

Dosen Pembimbing II,



Dr. Ade Hidayat, M.Pd
NIP. 19820226 202012 1 001

PERNYATAAN KEASLIAN

Bismillahirrahmanirrahim

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Khaerunnisah Indri Wijaya

NIM : 2108306061

Judul : **Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Pemulihan *Self-Confidence* Mahasiswa Tingkat Akhir Pasca Putus Cinta (Studi Kasus Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon)**

Dengan ini menyatakan bahwa

1. Skripsi ini merupakan hasil penelitian yang disusun oleh penulis sebagai salah satu syarat akademik untuk memperoleh gelar Sarjana (S1) di UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon.
2. Seluruh sumber referensi yang digunakan dalam skripsi ini telah dicantumkan dengan mengacu pada ketentuan dan pedoman penulisan karya ilmiah yang berlaku.
3. Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran akademik atau ada klaim yang meragukan keaslian karya ini, penulis siap menerima sanksi sesuai dengan aturan yang berlaku di UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon.

Cirebon,

UINSSC
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON



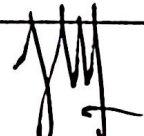
Khaerunnisah Indri Wijaya

NIM. 2108306061

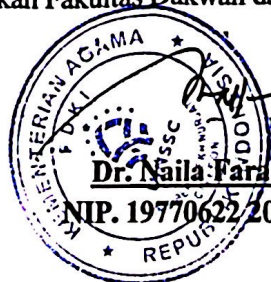
LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Dukungan Sosial Teman Sebaya Dalam Pemulihan *Self-Confidence* Mahasiswa Tingkat Akhir Pasca Putus Cinta (Studi Kasus Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon)”. Oleh Khaerunnisah Indri Wijaya, NIM 2108306061 telah dimunaqosahkan pada Senin, 26 Mei 2025 di hadapan dewan penguji dan dinyatakan lulus.

Skripsi ini telah memnuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam (FDKI) Universitas Islam Negeri Siber Syekh Nurjati Cirebon.

Panitia Munaqosah	Tanggal	Tanda Tangan
Ketua Jurusan Bambang Setiawan, M. Pd NIP. 19890706 201801 1 002	3 Juni 2025	
Sekretaris Jurusan Rina Kurnia, M. Pd NIP. 19900517 201903 2 011	3 Juni 2025	
Penguji I Prof. Dr. Hj. Eti Nurhayati, M. Si NIP. 19591213 198603 2 000	2 Juni 2025	
Penguji II Nurhannah Widiyanti, M. Pd NIP. 19920811 201903 2 011	2 Juni 2025	
Pembimbing 1 Herny Novianti, M. Pd NIP. 19811121 202321 2 021	3 Juni 2025	
Pembimbing 2 Dr. Ade Hidayat, M. Pd NIP. 19820226 202012 1 001	9 Juni 2025	

Mengetahui
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam


Dr. Naila Farah, M. Ag
NIP. 19770622 201101 2 003

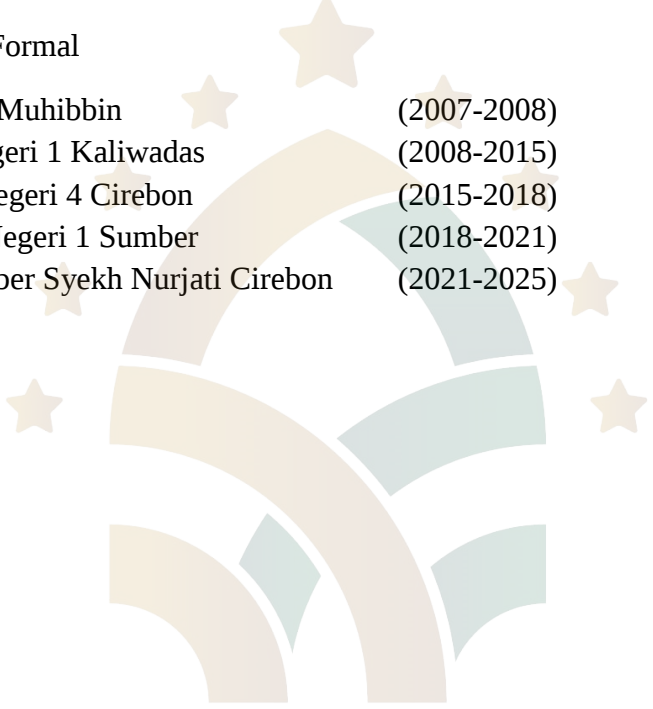
RIWAYAT HIDUP



Khaerunnisah Indri Wijaya, lahir di Cirebon 31 Oktober 2002. Penulis anak ke 2 dari 3 bersaudara. Alamat di Perumahan Kaliwadas Indah Blok C No.11 Desa Kaliwadas Kecamatan Sumber.

Pendidikan Formal

1. TK Al-Muhibbin (2007-2008)
2. SD Negeri 1 Kaliwadas (2008-2015)
3. MTs Negeri 4 Cirebon (2015-2018)
4. SMA Negeri 1 Sumber (2018-2021)
5. UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon (2021-2025)



UINSSC

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON

MOTTO

“Dalam momen apapun itu kita selalu bisa mengubah hidup kita secara besar hanya dengan satu perubahan atau satu langkah kecil.”

-Maudy Ayunda-



UINSSC

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON**

PERSEMBAHAN

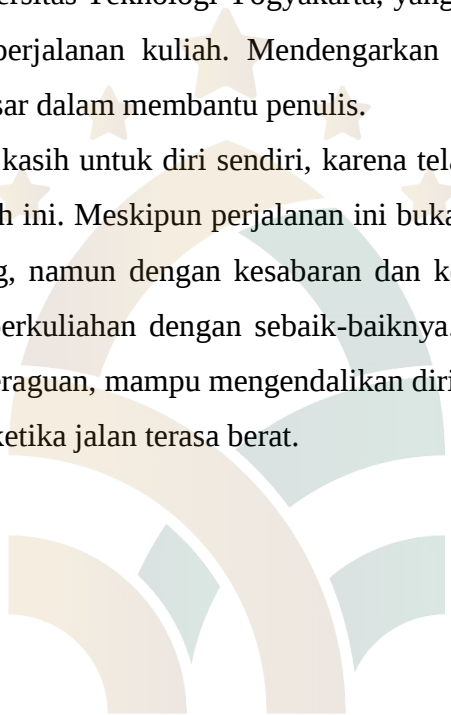
Bismillahirrahmanirrahim,

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, hidayah, dan kemudahan yang diberikan dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan segala kekurangannya. Segala syukur ku ucapkan kepada Allah SWT sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan penuh kemudahan. Dengan penuh cinta dan rasa hormat, karya ini penulis persembahkan kepada:

1. Ibuku dan bapakku tercinta, Suratih dan Saefuddin Adi Wijaya, pintu surga bagi penulis, yang telah berjuang tanpa lelah demi kehidupan penulis, memberikan segala fasilitas terbaik, serta mencurahkan kasih sayang yang tulus. Doa dan motivasinya yang tak pernah terputus menjadi penguat bagi penulis dalam menyelesaikan studi.
2. Emakku dan Mamangku tersayang, Almarhumah Hj. Kania dan Almarhum H. Durja, kedua sosok yang menjadi sumber kekuatan bagi penulis. Meskipun raga tak lagi hadir, namun nasihat dan amanat yang beliau titipkan di akhir hayatnya menguatkan langkah penulis untuk terus berjuang, menuntut ilmu, dan menggapai impian.
3. Mimipu dan Mamapu tersayang, Masripah dan Almarhum Fathoni, sosok pendorong penulis untuk meraih kesuksesan.
4. Kakak tercinta dan kembaranku tersayang, Nurul Fadillah Wijaya, S.Pd., serta Pratu Khaeruddin Indra Wijaya yang selalu setia menemani di setiap langkah, mendengarkan segala keresahan, serta memberikan nasihat. Dengan ketulusannya, senantiasa mendukung, menguatkan, dan turut membantu dalam penyusunan skripsi.
5. Sahabatku tersayang, Amalia, Rahma, Winda, Aisyah, dan Anindita, yang telah menjadi bagian tak terpisahkan dalam perjalanan hidup penulis sejak masa SMA. Selalu setia menemani, memberikan semangat, dan menjadikan setiap langkah terasa lebih mudah dan penuh warna.
6. Sahabatku tercinta, Siti Nuraida Amanah, Neng Silva, dan Sayyidah Zakiya Ramdhan sosok panutan sekaligus pendukung setia sejak awal perkuliahan. Senantiasa hadir dengan ketulusan, menjadi pendengar setia di setiap keresahan,

serta teman diskusi yang selalu membuka wawasan. Kehadirannya tak hanya memberikan semangat, tetapi juga menemani dalam setiap proses penyusunan skripsi, dengan nasihat dan masukan berharga yang begitu berarti bagi penulis.

7. Teman-temanku, Tita, Fatur, Diajeng, Aidah, dan Vivi yang hadir di tengah perjalanan kuliah penulis, membawa warna baru dalam hidup penulis.
8. Kepada seseorang yang kehadirannya begitu berarti, Yoga Dwi Rizky Fauzi, mahasiswa Universitas Teknologi Yogyakarta, yang telah menjadi teman setia di penghujung perjalanan kuliah. Mendengarkan setiap keluh kesah, serta berkontribusi besar dalam membantu penulis.
9. Terakhir, terima kasih untuk diri sendiri, karena telah bertahan, berjuang, dan melangkah sejauh ini. Meskipun perjalanan ini bukan bagian dari mimpi yang pernah dirancang, namun dengan kesabaran dan keikhlasan, penulis mampu menyelesaikan perkuliahan dengan sebaik-baiknya. Terima kasih telah tetap kuat di tengah keraguan, mampu mengendalikan diri dari berbagai cobaan, dan tidak menyerah ketika jalan terasa berat.



UINSSC

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim,

Segala puji bagi Allah SWT atas limpahan rahmat dan nikmat-Nya, terutama kesehatan jasmani dan rohani, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "**Dukungan Sosial Teman Sebaya dalam Pemulihan Self-Confidence Mahasiswa Tingkat Akhir Pasca Putus Cinta (Studi Kasus Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon).**" Shalawat serta salam senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan seluruh umatnya, dengan harapan kita termasuk golongan yang mendapat syafaat beliau di hari akhir.

Terselesainya skripsi ini tentu tidak lepas dari bimbingan, dukungan, serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Aan Jaelani, M. Ag. Rektorat UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon.
2. Ibu Dr. Naila Farah, M. Ag. Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.
3. Bapak Bapak Bambang Setiawan, M.Pd. Ketua jurusan Bimbingan Konseling Islam.
4. Ibu Rina Kurnia, M.Pd. Sekretaris jurusan Bimbingan Konseling Islam.
5. Ibu Herny Novianti, M.Pd. Selaku dosen pembimbing I (satu) yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Dr. Ade Hidayat, M.Pd. Selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan serta masukan berharga dalam proses penyusunan skripsi ini.
7. Seluruh dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, khususnya para dosen di Jurusan Bimbingan Konseling Islam, yang telah berbagi ilmu dan wawasan berharga selama masa perkuliahan.
8. Ibu Pratiwi Nur Apriani, S.Pd.I. Selaku staf jurusan Bimbingan Konseling Islam dan Bapak/Ibu staf Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.

9. Seluruh responden, yaitu mahasiswa tingkat akhir di Jurusan Bimbingan Konseling Islam, serta teman-teman yang menjadi subjek penelitian, yang telah bersedia berbagi pengalaman dan memberikan bantuan dalam penelitian ini.
10. Kepada seluruh rekan di Jurusan Bimbingan Konseling Islam, khususnya kelas BKI B 2021, terima kasih atas kebersamaan serta ilmu dan pengalaman berharga yang telah dibagikan sepanjang perkuliahan.

Penulis memahami bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat berbagai kekurangan. Oleh sebab itu, dengan tangan terbuka penulis menerima setiap masukan dan saran yang dapat meningkatkan kualitas tulisan ini. Semoga segala kebaikan, dukungan, dan bantuan yang telah diberikan oleh Bapak, Ibu, serta rekan-rekan semua mendapat balasan berlipat dari Allah SWT.

Cirebon,.....,2025

Penulis

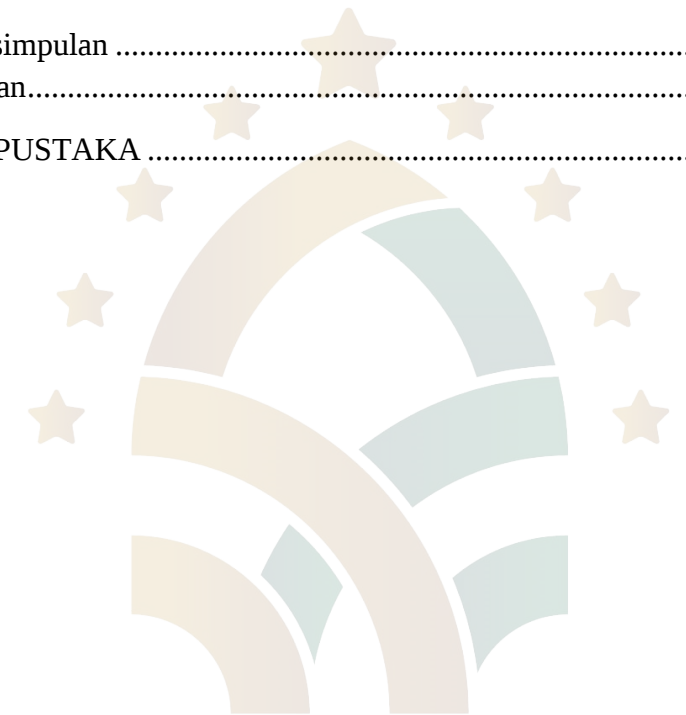
UINSSC **Khaerunnisah Indri Wijaya**
NIM. 2108306061

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON**

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
PERSETUJUAN	iii
NOTA DINAS	iv
PERNYATAAN KEASLIAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP.....	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN.....	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR BAGAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Penelitian.....	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat/Kegunaan Penelitian	8
E. Penelitian Terdahulu	9
BAB II LANDASAN TEORI.....	14
A. Konsep Dukungan Sosial	14
B. Konsep <i>Self-Confidence</i>	22
C. Makna Putus Cinta	33
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	37
A. Pendekatan Peneliti	37
B. Jenis Penelitian	38
C. Sumber Data	39
D. Instrumen Penelitian.....	39
E. Subyek Penelitian	43

F. Teknik Pengambilan Sampel.....	44
G. Metode Pengumpulan Data	45
H. Teknik Analisis Data	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	49
A. Hasil Penelitian.....	49
B. Pembahasan	62
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	75
A. Kesimpulan	75
B. Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA	77



UINSSC
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Penelitian Terdahulu	11
Tabel 3.1 Kisi-kisi pedoman wawancara Self-Confidence	40
Tabel 3.2 Kisi-kisi pedoman wawancara Dukungan Sosial.....	41
Tabel 3.3 Waktu Kegiatan penelitian skripsi	43
Tabel 3.4 Subyek Penelitian.....	44
Tabel 4.1 Gambaran Self-Confidence Mahasiswa Pasca Putus Cinta	52
Tabel 4.2 Bentuk Dukungan Sosial teman sebaya pasca putus cinta	56
Tabel 4.3 Gambaran Pemulihan <i>Self-Confidence</i> Mahasiswa Pasca Putus Cinta	61



DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Situasi sosial (<i>social situation</i>)	43
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Validasi Wawancara dan Observasi.....	88
Lampiran 2 Penyusunan Koding Transkrip	90
Lampiran 3 Kategorisasi Koding	122
Lampiran 4 Penentuan Tema	152
Lampiran 5 Objek Kata Dalam Hasil Wawancara (Word Cloud)	157
Lampiran 6 Visualisasi Hasil Data Penelitian.....	157
Lampiran 7 Dokumentasi Wawancara	158
Lampiran 8 Dokumentasi Pendukung.....	160



UINSSC
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SIBER
SYEKH NURJATI CIREBON