

**EFEKTIVITAS KONSELING KOGNITIF BEHAVIORAL DENGAN
TEKNIK RESTRUKTURISASI KOGNITIF UNTUK MENINGKATKAN
RESILIENSI AKADEMIK PADA SISWA KELAS VIII SMP NEGERI 2
DENPASAR**

Oleh

Ni Kadek Devi Kesuma Pratiwi, NIM 2111011022

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Jurusan Ilmu Pendidikan Psikologi dan Bimbingan

ABSTRAK

Resiliensi akademik merupakan kemampuan individu untuk dapat menjadi sosok yang tangguh dan mudah beradaptasi dengan baik jika dihadapi dengan segala kendala dan tantangan dalam lingkungan akademik. Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas konseling kognitif behavioral dengan teknik restrukturisasi kognitif untuk meningkatkan resiliensi akademik pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Denpasar. Penelitian ini menggunakan pendekatan *Quasi experimental* dengan Desain *non-equivalent pretest posttest control group*. Subjek penelitian ini menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, dengan masing – masing anggota kelompok terdiri dari 8 siswa. Pemilihan anggota kelompok berdasarkan data dari penyebaran *pre test* dengan menggunakan kuesioner resiliensi akademik. Metode analisis data yang digunakan yaitu Uji *t-test* dan *Effect Size*. Hasil dari penelitian ini yaitu diperoleh bahwa nilai Sig.(2-tailed) sebesar 0,000 dengan kriteria nilai Sig.(2-tailed) < 0,05, sehingga dengan demikian H_a diterima dan H_0 ditolak. Maka dapat dapat disimpulkan bahwa konseling kognitif behavioral dengan teknik restrukturisasi kognitif efektif untuk meningkatkan resiliensi akademik siswa. (tambahkan saran)

Kata Kunci : konseling kognitif behavioral, resiliensi akademik, restrukturisasi kognitif, siswa

***THE EFFECTIVENESS OF COGNITIVE BEHAVIORAL COUNSELING
WITH COGNITIVE RESTRUCTURING TECHNIQUE TO IMPROVE
ACADEMIC RESILIENCE OF GRADE VIII STUDENTS AT SMP NEGERI
2 DENPASAR***

By

Ni Kadek Devi Kesuma Pratiwi, Student ID 2111011025

Guidance and Counseling Study Program

Department of Educational Psychology and Guidance

ABSTRACT

Academic resilience is an individual's ability to be a tough person and adapt well when faced with all obstacles and challenges in the academic environment. The purpose of this study is to determine the effectiveness of cognitive behavioral counseling with cognitive restructuring techniques to improve academic resilience of grade VIII students at SMP Negeri 2 Denpasar. This study uses a Quasi experimental approach with a non-equivalent pretest posttest control group design. The subjects of this study used experimental groups and control groups, with each group consisting of 8 students. The selection of group members is based on data from the distribution of pre-tests using academic resilience questionnaires. The data analysis method used is the t-test and Effect Size. The results of this study are that the Sig. (2-tailed) value is 0.000 with the criteria for the Sig. (2-tailed) value <0.05, so that H_a is accepted and H_0 is rejected. So it can be concluded that cognitive behavioral counseling with cognitive restructuring techniques is effective in improving students' academic resilience.

Keywords: academic resilience, cognitive behavioral counseling, cognitive restructuring techniques, students.