

ABSTRAK

Dea Sophia

deasopia4@gmail.com

Menjadi seorang santri pada usia remaja dengan kondisi harus jauh dari rumah, orang tua, dan lingkungan sebelumnya, serta padatnya kegiatan yang diterima dari sekolah dan pesantren membuat santri sering mengeluh dan mengalami stress dalam akademik yang mengakibatkan santri sering menghindari aktivitas yang telah ditentukan oleh sekolah dan pesantren. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas konseling Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk meningkatkan *Hardiness* (ketangguhan) akademik pada santri. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen desain subjek tunggal (*Singel subject research*) dengan pola A-B-A. Populasi pada penelitian ini yaitu Pesantren SMA Al Muttaqin kota Tasikmalaya. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis visual yaitu dengan melihat langsung kecenderungan garis *trend* pada grafik dan analisis statistik yaitu menggunakan perhitungan PND (*Percentage Non-Overlapping Data*) untuk menguji efektivitas intervensi yang diberikan. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor ketangguhan akademik yang signifikan pada fase *Baseline* (A1), lalu intervensi (B) dan *Baseline* (A2). Dengan demikian konseling kognitif perilaku terbukti efektif dalam meningkatkan ketangguhan (*Hardiness*) akademik santri. Nilai keefektifan yang diperoleh klien pertama dengan skor rata-rata pada *Baseline* 59,67 menjadi 70,33 dan Standard Deviasi dengan skor 0,58 menjadi 7,99 jadi selisih skor yang didapatkan yaitu 9,66. Untuk klien kedua dengan skor rata-rata pada *Baseline* 56,67 menjadi 78,00 dan Standard Deviasi dengan skor 5,13 menjadi 5,61 jadi selisih skor yang didapatkan yaitu 21,33.

Kata Kunci : *Hardiness* (Ketangguhan) akademik pada santri, konseling kognitif perilaku (CBT), *Single Subject Research* (SSR).