

ABSTRAK

Skripsi yang berjudul “Efektivitas Teknik Restrukturasi Kognitif untuk Mereduksi *Homesickness* pada Santriwati Baru Pondok Pesantren Darul Hikmah Tulungagung” ditulis oleh Nafika Rahma Ladiana dengan NIM. 126306202092. Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Pembimbing Dr. Muhammad Sholihuddin Zuhdi, M.Pd.

Abstrak: Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui tingkat *homesickness* dan efektivitas teknik restrukturasi kognitif dalam mereduksi *homesickness* pada santriwati baru kelas I-E Pondok Pesantren Darul Hikmah Tulungagung. Penelitian ini merupakan penelitian *quasi eksperimental design* dengan desain eksperimen berupa *nonequivalent control group design*. Adapun teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* dengan subjek sebanyak 16 siswa dan dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu 8 kelompok eksperimen dan 8 kelompok kontrol. Populasi pada penelitian ini merupakan siswa kelas I-E yang memiliki kategori *homesickness* tinggi. Pengukuran yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji hipotesis menggunakan uji *independent sample t-test*, adapun hasil yang diperoleh yaitu nilai *Sig. (2-tailed)* sebesar $0,000 < 0,05$. Adapun nilai *mean* kelompok eksperimen sebesar 50,13 sedangkan pada kelompok kontrol nilai *mean* sebesar 69,13, sehingga karena nilai *mean* kelompok eksperimen lebih rendah dari pada kelompok kontrol yang menunjukkan bahwa terjadi penurunan terhadap kelompok eksperimen setelah mendapat perlakuan. Adapun hasil perhitungan menggunakan uji *N-Gain Score* untuk kelompok eksperimen sebesar $4,42 > 0,7$ termasuk dalam kategori tinggi, sementara untuk rata-rata uji *N-Gain Score* kelompok kontrol adalah $0,32 < 0,7$ termasuk dalam kategori sedang. Sehingga dapat dikatakan konseling teknik restrukturasi kognitif efektif untuk mereduksi *homesickness* pada santriwati baru Pondok Modern Darul Hikmah Tulungagung.

Kata Kunci: Konseling Restrukturasi Kognitif, *Homesickness*, Santriwati Baru.

ABSTRACT

Thesis entitled "The Effectiveness of Cognitive Restructuring Techniques to Reduce Homesickness in New Santriwati Pondok Pesantren Darul Hikmah Tulungagung" written by Nafika Rahma Ladiana with NIM. 126306202092. Islamic Guidance and Counselling Study Programme, Faculty of Ushuluddin, Adab, and Da'wah, Sayyid Ali Rahmatullah State Islamic University Tulungagung. Supervisor Dr Muhammad Sholihuddin Zuhdi, M.Pd.

Abstract: This research purpose to determine the level of homesickness and the effectiveness of cognitive restructuring techniques in reducing homesickness in new female students of class I-E Pondok Pesantren Darul Hikmah Tulungagung. This research is a quasi-experimental design with experimental design in the form of nonequivalent control group design. The sampling technique in this study used purposive sampling with a subject of 16 students and was divided into 2 groups, namely 8 experimental groups and 8 control groups. The population in this study were grade I-E students who had a high homesickness category. The measurement used in this study is a hypothesis test using the independent sample t-test, as for the results obtained, the value of Sig. (2-tailed) of $0.000 < 0.05$. The mean value of the experimental group was 50.13 while in the control group the mean value was 69.13, so that because the mean value of the experimental group was lower than the control group which showed that there was a decrease in the experimental group after treatment. The results of calculations using the N-Gain Score test for the experimental group of $4.42 > 0.7$ are included in the high category, while the average N-Gain Score test for the control group is $0.32 < 0.7$ including in the medium category. So it can be said that cognitive restructuring technique counselling is effective for reducing homesickness in new santri of Pondok Modern Darul Hikmah Tulungagung.

Keywords: Cognitive Restructuring Counselling, Homesickness, New Female Students.

خلاصة

رسالة الجامعية "فعالية تقنية إعادة هيكلة المعرفة في تقليل الحنين المنزلي لدى الطالبات الجديديات في مدرسة دار الحكمة التعليمية في تولونجاغونغ" تم كتابتها بواسطة نفيكا رحمة قسم العليا في الإرشاد والتوجيه الإسلامي، لدينا برقم الهوية الوطني ٢٩٠٢٠٢٦٠٣٦٢١ كلية الأصول الدينية والآداب والدعوة، جامعة الدولة الإسلامية سيد علي رحمت الله تولونجاغونغ. الإشراف من قبل الدكتور محمد صليح الدين زهدي، ماجستير تربية.

يهدف هذا البحث إلى تحديد مستوى الحنين إلى الوطن وفعالية تقنيات إعادة الهيكلة المعرفية في مدرسة دار E في الحد من الحنين إلى الوطن لدى الطالبات الجدد في الصف الأول إلى الحكمة تولونجاغونغ أجونج الإسلامية الداخلية. هذا البحث هو بحث تصميمي شبه تجريبي ذو تصميم تجريبي على شكل تصميم مجموعة ضابطة غير متكافئة. استخدمت تقنية أخذ العينات في هذه الدراسة أخذ العينات الهادفة مع ٦١ طالبا كمواضيع وتم تقسيمهم إلى مجموعتين، وهما ٨ مجموعات تجريبية و ٨ مجموعات ضابطة. كان السكان في هذه الدراسة من طلاب الذين لديهم فئة عالية من الحنين إلى الوطن. القياس المستخدم في هذا البحث E-الصف ١ للعينة المستقلة، والنتائج التي تم الحصول عليها هي t هو اختبار الفرضيات باستخدام اختبار (2 الذيل) من $0,000,0 > 0,05$. كان متوسط القيمة للمجموعة التجريبية $0,31$ ، Sig. قيمة بينما في المجموعة الضابطة كان متوسط القيمة $0,31,96$ ، وذلك لأن القيمة المتوسطة للمجموعة التجريبية كانت أقل من المجموعة الضابطة، وهذا يدل على أن هناك تراجعاً في ن - كسب المجموعة التجريبية بعد تلقيها علاج. وكانت نتائج الحساب باستخدام اختبار نقاط ن- للمجموعة التجريبية $24,4 < 0,07$ ، وهي في الفئة العالية، في حين كان متوسط اختب كسب النتيجة للمجموعة الضابطة $23,0 > 0,07$ ، وهي في الفئة المتوسطة. لذلك يمكن القول أن الاستشارة بتقنية إعادة الهيكلة المعرفية فعالة في تقليل الحنين إلى الوطن لدى الطالبات في سانتريواتي الحديثة الجديدة دارول هيكما تولونجاغونغ الجدد في الكلمات المفتاحية: إعادة الهيكلة المعرفية المشورة، الحنين إلى الوطن، سانتريواتي بارو