

ABSTRAK

Wina Laisa Ariyani. *Efektivitas Konseling Individu Dengan Teknik Konseling Cognitive Behavioral Therapy Dalam Mengatasi Santriwati Yang Mengalami Homesick Di Pondok Pesantren Ibnu Mas'ud Putri Kabupaten Hulu Sungai Selatan*, Pembimbing Dr. Hidayat Ma'ruf, M.Pd, pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin, 2025.

Kata Kunci: Konseling Individu, *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), *Homesick*, Santriwati, Pondok Pesantren.

Homesick atau kerinduan akan rumah, orang tua dan kampung halaman merupakan permasalahan santriwati di Pondok Pesantren. Jika tidak di atasi *homesick* akan berdampak pada kesehatan mental dan akademik santriwati. Dalam jangka panjang, dapat menyebabkan depresi dan galau berlebihan

Penelitian ini bertujuan mengetahui keadaan santriwati sebelum dan setelah konseling individu dengan teknik *Cognitive Behavioral Therapy* dalam mengatasi *homesick* di Pondok Pesantren Ibnu Mas'ud Putri dan juga mengetahui efektivitas konseling individu dengan teknik konseling *Cognitive Behavioral Therapy* dalam mengatasi Santriwati yang mengalami *homesick* di Pondok Pesantren Ibnu Mas'ud Putri, Kabupaten Hulu Sungai Selatan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian Pre-Eksperimen tipe *One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 10 santriwati yang memiliki tingkat *homesick* tinggi berdasarkan hasil pengukuran skala *homesick*. Teknik pengumpulan data meliputi observasi, wawancara, dokumentasi, dan skala *homesick*. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon melalui aplikasi SPSS versi 27.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest, dengan nilai signifikansi $0,003 < 0,05$. Temuan ini menunjukkan bahwa layanan konseling individu dengan teknik *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) efektif dalam menurunkan tingkat *homesick* pada santriwati di Pondok Pesantren Ibnu Mas'ud Putri