

ABSTRAK

MARTA MARITO SIBUEA, NIM: 1163151029, Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* Terhadap Stres Akademik Siswa Kelas XI di SMA Swasta Teladan Medan Tahun Ajaran 2020/2021. Skripsi Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Medan. 2020.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan *cognitive behavioral therapy* terhadap stres akademik siswa kelas XI di SMA Swasta Teladan Medan Tahun Ajaran 2020/2021. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Apakah ada pengaruh layanan konseling kelompok pendekatan *cognitive behavioral therapy* terhadap stres akademik siswa kelas XI di SMA Swasta Teladan Medan Tahun Ajaran 2020/2021. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Jenis penelitian ini adalah *Quasi Experimental* dengan jenis *pre test-post test one group design*. Subjek dalam penelitian ini adalah 6 orang siswa kelas XI MIA 2 yang memiliki skor masalah stres akademik tinggi. Instrumen yang digunakan adalah skala masalah stres akademik. Instrumen diberikan sebelum dan sesudah pelaksanaan layanan konseling kelompok. Data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon* untuk melihat adakah pengaruh signifikan pemberian layanan konseling kelompok pendekatan *cognitive behavioral therapy* terhadap stres akademik yang dialami siswa. Hal ini dapat diperoleh hasil perhitungan dengan skor tes awal (*pre-test*) pada kelompok eksperimen diperoleh rata-rata = 129 sedangkan data *post-test* diperoleh rata-rata = 71. Hal ini dapat diperoleh dari uji *Wilcoxon* yang menunjukkan bahwa uji jenjang *Wilcoxon* diperoleh $J_{hitung} = 7,5$ sedangkan $J_{tabel} = 0$. Dari tabel nilai kritis J untuk uji jenjang bertanda *Wilcoxon* untuk $n=6$, $\alpha=0,05$ sesuai dengan kriteria dengan penerimaan dan penolakan hipotesis, hipotesis diterima jika $J_{hitung} > J_{tabel}$ dimana $7,5 > 0$, dari perhitungan ini dapat dilihat perlakuan pada kelompok eksperimen artinya hipotesis yang berbunyi ada pengaruh signifikan pemberian layanan konseling kelompok pendekatan *cognitive behavioral therapy* terhadap stres akademik siswa kelas XI di SMA Swasta Teladan Medan Tahun Ajaran 2020/2021 dapat diterima.

Keywords : *Konseling Kelompok Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy, Stres Akademik*