

ABSTRAK

Sekripsi dengan judul “**Implementasi Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* berbasis Islami dalam Penanganan *Self Injury* pada Remaja di Kabupaten Tulungagung**” ditulis oleh Feby Fadhila (17306163067), Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Tulungagung, yang dibimbing oleh Arman Marwing, M.A.

Kata Kunci : Implementasi Konseling, *Rational Emotive Behavior Therapy*, Berbasis Islami, *Self injury*

Remaja yang mengalami gangguan perilaku obsesif kompulsif cenderung melakukan *self injury*, ketika mengalami stress dan rasa cemas akibat kesulitan memecahkan masalah yang dihadapinya. Perilaku *self injury* kebanyakan didasarkn pada permikiran irasional. Maka dari itu, penelitian mencoba mengimplementasikan konseling *rational emotive behavior therapy* dengan mengintegrasikan nilai – nilai Keislaman untuk penanganan kasus tersebut.

Fokus penelitian ini adalah : 1.) Perencanaan konseling *rational emotive behavior therapy* (REBT) berbasis Islami dalam penanganan *self injury* pada remaja di Kabupaten Tulungagung. 2.) Pelaksanaan konseling *rational emotive behavior therapy* (REBT) berbasis Islami dalam penanganan *self injury* pada remaja di Kabupaten Tulungagung. 3.) Evaluasi konseling *rational emotive behavior therapy* (REBT) berbasis Islami dalam penanganan *self injury* pada remaja di Kabupaten Tulungagung.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Subjek penelitian adalah seorang remaja di Tulungagung yang memiliki kecenderungan *self injury*. Subjek penelitian ini diambil secara *purposive sampling*. Dalam pengumpulan data peneliti menggunakan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi. Selanjutnya data yang diperoleh dari lapangan dianalisis dengan analisis model Miles and Huberman.

Penelitian ini menghasilkan beberapa temuan, yang pertama perencanaan konseling *rational emotive behavior therapy* (REBT) berbasis Islami meliputi identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, prosedur langkah - langkah konseling, dan membuat lembar tugas konseli. Kedua, dalam proses konseling REBT Islami dengan tahapan ABCDE, dalam *dispute* menggunakan ayat – ayat dan hadist yang sesuai. Selain itu untuk menumbuhkan perasaan positif menggunakan teknik *self talk positive feeling*, dan untuk mendukung perubahan perilaku konseli diterapkan *goal praying*. Hasil penelitian ini dapat dijadikan model penanganan *self injury* di lembaga rehabilitasi ataupun di lingkungan sosial.

ABSTRACT

The thesis with the title "**The Implementation of Islamic-based Rational Emotive Behavior Therapy Counseling in Reducing Self-Injury in Adolescents in Tulungagung**" written by Feby Fadhila (17306163067), Department of Islamic Counseling Guidance, Faculty of Ushuluddin, Adab, and Da'wah, State Islamic Institute of Tulungagung, Advisor: Arman Marwing, MA

Keywords: Implementation of Counseling, Rational Emotive Behavior Therapy, Islamic Based, Self Injury

Adolescents who experience obsessive compulsive behavior disorder tend to do self-injury, when experiencing stress and anxiety due to difficulty solving the problems they face. Self-injury behavior is mostly based on irrational thinking. Therefore, the research tries to implement Rational Emotive Behavior Therapy counseling by integrating Islamic values for handling these cases.

The focuses of this research are: 1.) The planning of Islamic-based Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) counseling in reducing self-injury impulses in adolescents in Tulungagung. 2.) The implementation of Islamic-based Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) counseling in reducing self-injury impulses in adolescents in Tulungagung. 3.) The evaluation of Islamic-based Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) counseling in reducing self-injury impulses in adolescents in Tulungagung.

This research used a qualitative approach with the type of case study research. The research subject was a teenager in Tulungagung who had a tendency to self injury. The subjects of this research were taken by purposive sampling. In collecting data, researcher used interview, observation, and documentation methods. Furthermore, the data obtained from the field were analyzed with the analysis of the Miles and Huberman model.

The results of the research resulted in several findings, the first planning of Islamic-based Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) counseling includes problem identification, diagnosis, prognosis, compiling counseling implementation procedures, and making counselee assignment instruments. Second, in the REBT Islamic counseling process with the ABCDE stage, in dispute using the appropriate verses and hadiths. In addition, to foster positive feelings using self-talk positive feeling techniques, and to support changes in counselee behavior, goal praying is applied. The results of this study can be used as a model for handling self-injury in rehabilitation institutions or in social settings.

ملخص

البحث العلمي بعنوان "تطبيق استشارات العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي على الأساس الإسلامي في معالجة الإيذاء النفسي لدى المراهقين في منطقة تولونج أجونج" كتبه فيبي فاضلة (١٧٣٠٦١٦٣٠٦٧)، قسم توجيه الاستشارة الإسلامية، كلية أصول الدين والآداب والدعوة، جامعة تولونج أجونج الإسلامية الحكومية، تحت الإشراف أرمان ماروينج، الماجستير.

الكلمات الرئيسية: تطبيق الاستشارة، العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي، على الأساس الإسلامي، الإيذاء النفسي

يميل المراهقون الذين يعانون من اضطراب السلوك الوسواس القهري إلى الإيذاء النفسي، عند تعرضهم للتوتر والقلق بسبب صعوبة حل المشكلات التي يواجهونها. يعتمد سلوك الإيذاء النفسي في الغالب على التفكير غير العقلاني. لذلك تحاول الدراسة تطبيق استشارات العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي من خلال دمج القيم الإسلامية للتعامل مع تلك الحالات.

مسائل هذا البحث هي: (١) تخطيط استشارة العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي على الأساس الإسلامي في معالجة الإيذاء النفسي لدى المراهقين في منطقة تولونج أجونج. (٢) تطبيق استشارة العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي على الأساس الإسلامي في معالجة الإيذاء النفسي لدى المراهقين في منطقة تولونج أجونج. (٣) تقويم استشارة العلاج الانفعالي السلوكي على الأساس الإسلامي في معالجة الإيذاء النفسي لدى المراهقين في منطقة تولونج أجونج.

يستخدم هذا البحث مدخلا كفيًا بنوع بحث دراسة الحالة. كان موضوع البحث مراهقًا في تولونج أجونج الذي يميل إلى الإيذاء النفسي. تم أخذ موضوعات هذا البحث بأخذ عينات هادفة. في جمع البيانات، استخدمت الباحثة طريقة المقابلة والملاحظة والتوثيق. علاوة على ذلك، تم تحليل البيانات التي تم الحصول عليها من الميدان باستخدام تحليل نموذج ميلس وهوبرمان.

حصلت نتائج البحث على العديد من النتائج، أولاً، تخطيط استشارة العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي القائم على الأساس الإسلامي يتضمن تحديد المشكلة، والتشخيص، والتكهن، وإجراءات خطوات الاستشارة، وصنع أدوات الوظيفة المستشارة. ثانياً، في عملية استشارة العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي القائم على الأساس الإسلامي عبر مراحل أ ب ج د، يستخدم في الاختلاف الآيات والحديث المناسبة. بجانب ذلك، لأجل تنمية الشعور الموجبي فيستخدم تقنية المحادثة النفسي بالذوق الموجبي، ولدافع تغيير سلوك الاستشارة فيطبق الدعاء المستهدف. يمكن استخدام نتائج هذا البحث كالنموذج لتعامل الإيذاء النفسي في مؤسسات إعادة التأهيل أو في البيئات الاجتماعية.