ABSTRAK

Millaty Nuzula (B03212016). *Bimbingan dan Konseling Islam dengan Teknik Rational Emotive Behavior Therapy dalam Mengubah Pola Hidup Hedonis Seorang Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya.*

Fokus penelitian adalah 1) Bagaimana proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan Rational Emotive Behavior Therapy dalam Mengubah Pola Hidup Hedonis Seorang Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya?. 2) Bagaimana hasil penerapan Rational Emotive Behavior Therapy dalam Mengubah Pola Hidup Hedonis Seorang Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya?.

Dalam menjawab permasalahan tersebut, peneliti menggunaka metode kualitatif denga analisa deskriptif komperatif. Dalam menganalisa hasil akhir dari pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan Rational Emotive Behavior Therapy dalam Mengubah Pola Hidup Hedonis Seorang Mahasiswa UIN Sunan Ampel Surabaya, menggunakan analisa deskriptif komperatif, yang mana penulis membandingkan data teori dan data yang terjadi di lapangan.

Proses yang dilakukan konselor yang pertama adalah identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, selanjutnya treatment dengan langkah yang pertama adalah konselor merubah pikiran-pikiran irrasionalnya kearah yang lebih rassional. Kedua, memperbaiki cara berpikir konseli dan menyadarkan bahwa pemikiran irrasional negative dapat dirubah menjadi lebih positif. Dan ketiga, memberi alternative pemecahan masalah, dengan memberi tugas-tugas dalam memperbaiki perilaku negative konseli. Setelah proses konseling selesai yaitu langkah terakhir menindak lanjuti masalah yang dialami konseli setelah dilakukannya proses konseling.

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa masalah yang terjadi adalah hedonisme yang telah membuat konseli berpikiran irrasional, yaitu konseli berpikir tidak masuk akal bahwa dengan bermewah-mewahan akan membuatnya bahagia. Sedangkan hasil akhir dari proses konseling terhadap konseli dalam penelitian ini cukup berhasil, yang mana dari hasil tersebut dapat dilihat dari adanya perubahan pada perilaku konseli yang sudah bisa menghindari bermewah-mewahan dan sedikit demi sedikit mencoba berpikir yang rasional.

Kata kunci :*Bimbingan dan Konseling Islam, Rational Emotive Behavior Therapy, Pola Hidup Hedonis*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id