ABSTRAK

Sri Rahmah Ramadhoni (B53213069), *Islamic Cognitive Restructuring* dalam Menangani Konsep Diri Rendah Seorang Siswa Kelas VIII di SMP Khadijah Surabaya.

Fokus penelitian ini adalah, 1) Bagaimana proses *Islamic Cognitive Restructuring* dalam menangani konsep diri rendah seorang siswa kelas VIII di SMP Khadijah Surabaya? 2) Bagaimana hasil *Islamic Cognitive Restructuring* dalam menangani konsep diri rendah seorang siswa kelas VIII di SMP Khadijah Surabaya?

Dalam menjawab permasalahan tersebut, peneliti menggunakan metode pendekatan kualitatif dengan analisa studi kasus. Analisis dilakukan berdasarkan wawancara dan observasi. Penelitian ini dilakukan melalui salah satu pengembangan dari pendekatan *Cognitive Behavior Therapy*. Teknik *Islamic Cognitive Restructuring* diberikan untuk memusatkan perhatian pada upaya mengidentifikasi dan mengubah pikiran-pikiran atau pernyataan-pernyataan diri negatif serta keyakinan-keyakinan yang tidak rasional menjadi rasional berlandaskan ayat Al-Quran dan Hadith.

Proses konseling islam dengan *Islamic Cognitive Restructuring* untuk siswa yang mempunyai konsep diri rendah dilakukan konselor dengan konseli dalam membiasakan diri untuk ke kamar mandi sebelum tidur agar tidak mengompol, konseli membiasakan diri untuk mandi di pagi hari, memakai pakaian yang rapi sebelum berangkat sekolah. Konseli membiasakan untuk berpikir positif dengan kegiatan afirmasi yang diajarkan konselor ketika pikiran negatif muncul kembali. Disini konselor menunjuk teman dekatnya sebagai *reminder* (Pengingat) dan *role model* (Peran Model) untuk melihat perkembangan konseli dan menyemangati konseli agar bisa berpikir positif dan membiasakan kebiasaan baik di sekolah dan konselor juga menunjuk orang tuanya di rumah agar konseli dapat memperbaiki penampilannya dan mengurangi kebiasaan mengompol. Konselor juga menggunakan sticky note (media sebagai pengingat dan pengontrol kebiasaan mengompol) agar konseli dapat memperbaiki penampilannya dan mengurangi kebiasaan mengompol untuk menjadi pribadi yang lebih baik dan berhenti berpikir negatif.

Hasil akhir dari proses konseling terhadap konseli dalam penelitian ini tergolong berhasil dengan persentase 78%. Hasil ini dapat dilihat dari konseli sudah mempunyai rencana untuk bisa memperbaiki diri, memandang dirinya mampu menyelesaikan masalahnya.

Kata kunci: *Islamic Cognitive Restructuring*, Konsep diri rendah

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