ABSTRAKSI

Rabiatul Barirah Binti Achmad Mu'idi, (B43212067). Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Kognitif Behavioral dalam Mengatasi Masalah Kurang Percaya Diri Mahasiswa Penyandang Obesitas.

Permasalahan yang diangkat dalam masalah ini adalah (1) Bagaimana aplikasi Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Kognitif Behavioral dalam menangani masalah kurang percaya diri mahasiswa penyandang obesitas, (2) Bagaimana hasil Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Kognitif Behavioral dalam mengatasi masalah kurang percaya diri mahasiswa penyandang obesitas.

Terapi Kognitif Behavioral adalah cara penerapan yang menitikberatkan pada kasus konseli berupa cara fikir negatif konseli tentang kekurangan yang ada pada diri konseli sehingga menyebabkan dirinya merasa kurang percaya diri karena ditertawai oleh orang lain dan merasa kurang yakin untuk mengembangkan potensi diri dan bakat yang ada pada diri konseli.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kualitatif dengan menggunakan analisis deskriptif komparatif. Analisis yang digunakan tersebut untuk mengetahui proses serta keberhasilan pelaksanaan Bimbingan Konseling Islam dengan Terapi Kognitif Behavioral untuk meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa penyandang obesitas. Serta membandingkan keadaan konseli sebelum dan sesudah proses mendapatkan konseling melalui terapi tersebut. Data yang digunakan dalam penelitian ini melalui dokumentasi hasil observasi dan wawancara dari konseli serta informan.

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa terdapat pengaruh yang positif dalam penggunaan Terapi Kognitif Behavioral untuk meningkatan rasa percaya diri mahasiswa penyandang obesitas. Setelah mendapatkan terapi konseli menunjukkan tanda ada perubahan meskipun belum maksimal.

Kata kunci : Bimbingan Konseling Islam, Terapi Kognitif Behavioral, Percaya Diri

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