

## ABSTRAK

M. Hafidz Akhiriawan (B03210004), Bimbingan Konseling Islam Dengan *Cognitive behavioral therapy* Dalam Mencegah Masalah Kesehatan Mental Seorang Siswa Di Madrasah Aliyah Bilingual Krian Sidoarjo.

Fokus penelitian adalah tentang (1). Bagaimana pelaksanaan Bimbingan dan Konseling Islam dengan *cognitive behavior therapy (CBT)* dalam mencegah masalah kesehatan mental seorang siswa di Madrasah Aliyah Bilingual Krian Sidoarjo? (2) Bagaimana hasil dari siswa setelah menjalani proses Bimbingan dan Konseling Islam dengan *cognitive behavior therapy (CBT)* dalam mencegah masalah kesehatan mental seorang siswa di Madrasah Aliyah Bilingual Krian Sidoarjo?

Dalam permasalahan tersebut, penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan analisa deskriptif. Dalam menganalisis Bimbingan dan Konseling Islam ini dengan *Cognitive Behavior Therapy* dalam mencegah masalah kesehatan mental seorang siswa di MA. Bilingual krian Sidoarjo, data yang disajikan dalam bab ini penyajian data berupa hasil wawancara dan observasi. Pada penelitian ini disimpulkan bahwa masalah kesehatan mental (*anxiety*) yang dialami seorang siswa adalah sangat mempengaruhi kondisi kejiwaan dan fisik klien, dari pengamatan konselor sebelum melakukan proses konseling, masalah yang dialami seorang siswa tersebut adalah sering mengalami depresi dan kecemasan yang telah dialaminya. Dalam menangani masalah kasus ini konselor menggunakan *Cognitive behavioral therapy*, proses konseling menggunakan wawancara (tatap muka dengan klien) dengan mengarahkan bagaimana berfikir yang positif dan berperilaku yang baik. Dengan merubah sikap atau perilaku klien. Hasil akhir dari proses konseling ini dapat dilihat dari adanya perubahan sikap klien atau perilaku klien yang kurang baik sehingga menjadi lebih baik.

**Kata kunci:** Bimbingan dan Konseling, *Cognitive Behavior Therapy*, Kesehatan Mental