

## ABSTRAK

**Rina Fitriani Az Zahra:** Konseling Individu dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk Menangani Pelanggaran Berpacaran

Berpacaran di kalangan siswa *boarding school* merupakan salah satu pelanggaran peraturan dalam kategori berat yang terjadi dan cukup kompleks sehingga memerlukan penanganan yang tepat. Siswa yang berpacaran dapat berdampak negatif pada perkembangan emosional dan akademik siswa, sehingga memerlukan intervensi konseling yang tepat untuk mengatasinya. Salah satu pendekatan yang dilakukan Guru BK dalam menangani pelanggaran yang terjadi yaitu dengan menggunakan metode konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*.

Adapun tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui kondisi permasalahan siswa berpacaran, proses dan hasil dari konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam menangani siswa berpacaran di SMP IT Al-Ukhuwah *Boarding School*.

Landasan teori pada penelitian mencakup konsep konseling individu, teori *Rational Emotive Behavior Therapy* dikembangkan oleh Albert Ellis yang menekankan bahwa emosi dan perilaku dipengaruhi oleh keyakinan yang rasional atau irasional, dan dapat dilakukan perubahan kognitif menggunakan kerangka ABCDE, dan tugas perkembangan remaja serta dinamika perilaku berpacaran pada remaja.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah pendekatan kualitatif-deskriptif. Maka dari itu, sumber data dari penelitian ini adalah Guru BK dan siswa yang sesuai dengan kriteria topik penelitian dan sudah pernah menjalani sesi konseling. Dalam teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan data hasil observasi serta wawancara didokumentasikan berupa data verbatim.

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif dalam membangun kesadaran diri dan perubahan pada perilaku serta dapat mengganti pola pikir tidak rasional individu. Sehingga adanya perubahan perilaku positif secara bertahap dan sesuai dengan norma sekolah seperti, peningkatan dalam bidang akademik, rajin dalam ibadah, mengikuti dan aktif dalam organisasi, serta lebih dapat menontrol diri dengan baik. Sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling individu dengan pendekatan REBT efektif yang dalam menangani pelanggaran berpacaran di *boarding school*.

**Kata kunci:** Konseling Individu, *Rational Emotive Behavior Therapy*, Berpacaran