

ABSTRAK

Abidatun Naifah : Layanan Konseling Individu Melalui Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy* Untuk Meminimalisir Perilaku Membolos Pada Siswa (Penelitian di Madrasah Tsanawiyah Negeri 4 Indramayu)

Perilaku membolos yang timbul pada siswa disebabkan oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Bentuk perilaku membolos pada siswa yaitu tidak masuk sekolah tanpa izin, berhari-hari tidak masuk sekolah, keluar pada jam pelajaran, berangkat dari rumah tapi tidak sampai ke sekolah. Hal ini menyebabkan Guru Bimbingan Konseling (BK) di MTsN 4 Indramayu harus dapat mendeteksi sedini mungkin dan menangani perilaku membolos dengan pendekatan yang tepat.

Tujuan penelitian untuk mengetahui kondisi perilaku membolos siswa di MTsN 4 Indramayu. Mengetahui proses konseling individu pendekatan *cognitive behavioral therapy* (CBT). Mengetahui dari hasil konseling individu pendekatan CBT pada siswa yang memiliki perilaku membolos yang dilakukan oleh guru BK untuk meminimalisir perilaku membolos dan meningkatkan kehadiran siswa dalam mengikuti pembelajaran di kelas di MTsN 4 Indramayu.

Penelitian ini berlandaskan pemikiran dari Aaron T. Beck pendekatan CBT menekankan bahwa perilaku bermasalah muncul akibat adanya *distorted thinking* atau kesalahan pola pikir, yang membentuk perasaan dan perilaku negatif. Melalui proses identifikasi pikiran otomatis, evaluasi kognitif, dan restrukturisasi kognitif, konseling CBT membantu siswa menggantikan pola pikir keliru dengan pemikiran yang lebih adaptif sehingga mendorong perubahan perilaku yang lebih positif.

Metode dalam penelitian ini menggunakan kualitatif deskriptif yang mendeskripsikan kondisi nyata perilaku membolos siswa dan menggambarkan kesimpulan secara umum. Sedangkan teknik dalam pengumpulan data yaitu observasi, wawancara dan studi dokumentasi. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara kepada subjek penelitian, yaitu guru BK dan siswa.

Hasil penelitian menunjukkan dari konseling individu dengan pendekatan CBT dapat meminimalisir perilaku membolos. Siswa menunjukkan perubahan pada aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek perilaku. Siswa memahami dampak negatifnya, dapat mengelola waktu dengan baik, munculnya motivasi untuk memperbaiki diri, dan menunjukkan tanggung jawab komitmen untuk hadir ke sekolah secara baik.

Kata Kunci: Konseling Individu, Pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy*, Perilaku membolos.