ABSTRAK

Syahda Evrileissya Syahira: Konseling Islami Untuk Meningkatkan Konsep Penerimaan Diri Remaja (Penelitian di Sekolah Menengah Kejuruan Bandung Timur Kelas XI)

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh maraknya fenomena krisis penerimaan diri *(self-acceptance*) yang kerap dialami oleh remaja usia sekolah, khususnya pada peserta didik kelas XI di SMK Bandung Timur. Permasalahan tersebut berwujud dalam beragam pola perilaku, seperti kecenderungan melarikan diri ke ruang digital akibat tingginya beban ekspektasi akademik, timbulnya rasa minder atas ketidakpuasan terhadap citra fisik, hingga ketidaksiapan kondisi psikologis dalam merespons dinamika latar belakang keluarga.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kondisi awal penerimaan diri peserta didik sebelum intervensi, mengkaji proses pelaksanaan layanan Konseling Islami, serta menganalisis perubahan penerimaan diri peserta didik pasca-menerima layanan.

Kerangka teoritis penelitian mengintegrasikan konsep Konseling Islami, teori penerimaan diri Elizabeth B. Hurlock, serta perkembangan psikososial Erik Erikson. Hurlock memaknai penerimaan diri sebagai kemampuan individu memandang kelebihan dan keterbatasan secara realistis tanpa kecemasan. Hal ini krusial pada fase remaja yang berada dalam krisis *identity vs role confusion* menurut Erikson. Untuk menjembatani krisis tersebut, Konseling Islami perspektif Lubis difungsikan sebagai landasan utama yang mengedepankan dimensi spiritualitas dan pembinaan mental guna mengarahkan individu mencapai keselarasan jiwa, ketenangan batin, serta keikhlasan (ridho) menerima realitas.

Metode yang digunakan adalah Kualitatif Deskriptif dengan pendekatan Fenomenologi untuk memahami secara mendalam pengalaman subjektif dan makna penghayatan peserta didik. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur, observasi non-partisipan, dan studi dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan sebelum mengikuti program konseling, kondisi penerimaan diri peserta didik tergolong rendah yang ditandai oleh kecemasan, kebiasaan menyalahkan diri sendiri *(self-blame)*, dan hambatan interaksi sosial. Melalui Konseling Islami berbasis teknik muhasabah, *journaling*, dan afirmasi positif, peserta didik mengalami peningkatan kondisi psikologis yang ditandai dengan penguatan regulasi diri, rasa percaya diri, serta tumbuhnya kerelaan batin (ridho).

Kata Kunci: Konseling Islami, Penerimaan Diri Remaja, Teori Penerimaan Diri, Teori Perkembangan Remaja

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUNAN GUNUNG DJATI