

ABSTRAK

Muhammad Ramzi Nugraha : “Konseling Sufistik Sebagai Metode Untuk Meningkatkan *Psychological Well Being* Pada Remaja (Studi pada Anak Remaja Yayasan An-Nur Ma`rifatul Qur`an di Desa Nagrak Utara Kabupaten Sukabumi)”

Penelitian ini dilatar belakangi karena perlunya layanan konseling berbasis sufistik bagi remaja di era millennial, dikarenakan semakin berkurangnya kualitas kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) remaja pada masa ini mengingat tingginya tekanan pada zaman ini yang dirasakan oleh para remaja, sekaligus memberi pemahaman pada remaja mengenai konseling sufistik.

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui: 1) Keadaan *psychological well being* remaja di yayasan Annur Ma`rifatul Qur`an. 2) Metode konseling sufistik untuk meningkatkan *psychological well being* pada remaja di yayasan Annur Ma`rifatul Qur`an. 3) Peran konseling sufistik untuk meningkatkan *psychological well being* pada remaja di yayasan Annur Ma`rifatul Qur`an di Desa Nagrak Utara Kabupaten Sukabumi.

Penelitian ini didasarkan pada konsep bahwa korelasi konseling dan sufisme itu saling keterkaitan khususnya untuk mengembangkan potensi terbaik dalam diri individu remaja. Dalam hal ini secara spesifik untuk meningkatkan kualitas kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) remaja dengan mendekati diri pada tuhan melalui pendekatan tazkiatun nafs yang meliputi tahalli, takhalli, tajalli.

Penelitian ini adalah penelitian studi kasus dengan metode pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan penelitian kualitatif dengan teknik pengumpulan data melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Dengan sumber data primer yaitu remaja yayasan Annur Ma`rifatul Qur`an sebanyak 4 orang remaja yang memiliki permasalahan psikologis. Dan data sekunder dari modul, dokumen, majalah, internet, dan dokumentasi.

Mengenai hasil dari penelitian ini mulai dari melakukan observasi keadaan *psychological well being* pada tiap remaja, lalu melakukan sesi konseling sufistik pada remaja dengan beberapa tahapan dan metode tertentu hingga dapat disimpulkan bahwa peran dari metode konseling sufistik terhadap remaja di yayasan Annur Ma`rifatul Qur`an sangat berpengaruh secara signifikan terhadap *psychological well being* remaja yang didalamnya meliputi meningkatnya kepercayaan diri remaja, tiap remaja lebih mampu membangun hubungan interpersonal yang positif dengan orang lain, mempunyai kontrol ego yang kuat terhadap lingkungannya, mampu hidup mandiri, memiliki tekad dan komitmen demi tercapai tujuan dalam hidupnya, lalu mempunyai motivasi untuk mengembangkan setiap potensi dalam dirinya masing-masing.

Kata Kunci : *Konseling Sufistik, Psychological Well Being, Remaja*