

ABSTRAK

Syifaul Atqiya, *Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Terhadap Kesehatan Mental Peserta Didik (Peserta Didik Kelas VIII SMP Negeri 1 Singaparna Tasikmalaya)*

Bimbingan dan konseling merupakan salah satu komponen dalam keseluruhan sistem pendidikan maka dari itu peserta didik perlu mendapat bimbingan, khususnya bimbingan konseling Islam agar dapat mengaktualisasikan keimanannya dalam kehidupan sehari-hari. Mengingat remaja merupakan fase rawan, labil dan dinamis maka selain bimbingan orang tua dirumah bimbingan konseling Islam juga sangat dibutuhkan agar peserta didik mempunyai mental yang sehat untuk mencapai hasil belajar yang maksimal.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui bagaimana pengaruh bimbingan konseling Islam terhadap kesehatan mental peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Singaparna Tasikmalaya.

Kerangka pemikiran ini dituangkan dalam bentuk desain penelitian yang akan diturunkan sebagai indikator untuk membuat instrument penelitian. Desain penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas adalah bimbingan konseling Islam (X) dan variabel terikat adalah kesehatan mental (Y). Berlandaskan pada aspek variabel bimbingan konseling Islam yaitu pencegahan, pengembangan dan terapi serta aspek kesehatan mental yaitu terhindar dari gangguan jiwa, menyesuaikan diri, memanfaatkan potensi semaksimal mungkin dan tercapai kebahagiaan pribadi dan orang lain.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode regresi linier sederhana dengan menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan jumlah populasi 304 peserta didik kelas VIII SMP Negeri 1 Singaparna. Teknik sampling yang digunakan yaitu teknik *simple random sampling*.

Hasil dari penelitian ini dilakukan melalui uji regresi linier sederhana yang menunjukkan bahwa nilai $\text{sig } 0.004 < \alpha 0.05$ maka H1 diterima dan H0 ditolak artinya terdapat pengaruh bimbingan konseling Islam terhadap kesehatan mental, dengan tingkatan pengaruh 1.027 dan besar pengaruh X menjelaskan Y yaitu 0.174 atau 17,4% artinya bimbingan konseling Islam hanya mampu menjelaskan kesehatan mental sebesar 17,4% selebihnya dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian. Hal ini menunjukkan bahwa bimbingan konseling Islam memiliki pengaruh positif terhadap kesehatan mental peserta didik.

Kata Kunci: Bimbingan Konseling Islam, Kesehatan Mental, Peserta Didik