

ABSTRAK

Zia Tazkiyatul Musyarofah : *Implementasi Layanan Konseling Individu Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Remaja (Penelitian di SMPN 1 Jayakarta Kelas VII Kabupaten Karawang Jawa Barat)*

Kesehatan mental pada remaja merujuk pada kondisi psikologis dan emosional. Ditemukan beberapa masalah kesehatan mental pada siswa kelas VII SMPN 1 Jayakarta. Siswa mengalami tekanan akademik, perubahan sosial, dan tantangan perkembangan diri. Karena hal inilah siswa mengalami depresi, kecemasan, perilaku menyimpang, perilaku merusak diri sendiri.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi kesehatan mental remaja, mengetahui unsur-unsur layanan konseling terhadap kesehatan mental remaja, dan mengetahui hasil implementasi metode, materi dan media yang digunakan dalam konseling di SMPN 1 Jayakarta.

Teori yang digunakan pada penelitian ini adalah teori implementasi konseling individu untuk meningkatkan kesehatan mental pada remaja. Konseling individu merupakan proses konseling yang dilaksanakan oleh guru BK kepada siswa secara individu. Tujuan konseling individu untuk membantu siswa dalam pengembangan aspek pribadi, sosial, pembelajaran, karir serta untuk meningkatkan permasalahan yang berkaitan dengan kesehatan mental.

Metode yang di gunakan pada penelitian merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan pendekatan instrument penelitian berupa observasi, wawancara dan dokumentasi. Sumber primer yang peneliti teliti yaitu dari siswa kelas VII SMPN 1 Jayakarta dan guru BK.

Hasil dari penelitian ini yaitu terdapat perubahan yang dialami oleh siswa yang memiliki permasalahan kesehatan mental setelah diimplementasikannya konseling individu. Implementasi konseling individu berhasil dalam menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung perkembangan emosional, akademik, dan sosial siswa. Dapat disimpulkan implementasi konseling individu berhasil dilaksanakan dalam meningkatkan kesehatan mental pada remaja khususnya siswa SMP 1 Jayakarta.

Kata Kunci: Kesehatan Mental, Remaja, Konseling Individu