

ABSTRAK

Imam Mutaqien : Layanan Bimbingan dan Konseling Individu Untuk Mengatasi *Quarter life crisis* Remaja (Penelitian di Pondok Pesantren Al-Aqsha Sekolah Menengah Atas kelas XII IPA IPS Desa Cibeusi Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang)

Penelitian ini dilatarbelakangi masalah dikalangan remaja yang mengalami *quarter life crisis* ditandai dengan adanya kekhawatiran dan kecemasan akan masa depan yang belum tau kepastiannya. Banyak ketegangan yang menyebabkan berbagai kesulitan di mana individu merasa kebingungan dan terombang-ambing saat memasuki dewasa awal. Selain itu, banyak orang dewasa awal berusia antara 18-30 tahun mengalami serangan panik dan meragukan kemampuan mereka untuk hidup sebagai orang dewasa akibat krisis ini.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana program dan proses layanan bimbingan dan konseling individu bisa mengatasi *quarter life crisis* pada remaja siswa/santri di Ponpes Al-Aqsha. Di dalam pendekatannya penelitian ini menggunakan teori psikoanalisis dan teori psikologi perkembangan. Fokus utama dalam teori tersebut adalah, motivasi, emosi, dan elemen-elemen kepribadian lainnya. Teori ini berdasar asumsi bahwa kepribadian mulai terbentuk Ketika terjadi konflik-konflik dari berbagai aspek.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data berupa kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati dalam sebuah desain penelitiannya. Dengan langkah-langkah melalui tahap awal (assessment), tahap pertengahan dan tahap akhir. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini dengan cara layanan bimbingan dan konseling individu

Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui program dan proses pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling yang baik dan sesuai dengan apa yang dibutuhkan oleh konseli (remaja) yang mengalami *quarter life crisis* mampu membantu siswa/santri dalam melewati masa krisis di kehidupannya. Dari hasil penelitian ditemukan bahwa siswa/santri yang telah mendapatkan layanan bimbingan dan konseling terjadi perubahan yang lebih baik ditandai dengan keadaan yang nyaman pada dirinya dan dapat memilih keputusan dengan penuh tanggung jawab.

Kata kunci : Bimbingan, Konseling Individu, *Quarter Life Crisis*