

## ABSTRAK

**Fariza Khairun Nida (2011010066), “Penanganan Kasus Kecemasan Sosial Remaja dalam Bimbingan dan Konseling (Studi Kasus di Aplikasi *Online My Counselor* IAIN Kudus) Tahun Ajaran 2023/2024**

Penelitian ini bertujuan 1) untuk mendapatkan analisis deskripsi dan pemahaman yang mendalam tentang penanganan kasus kecemasan sosial remaja dalam bimbingan dan konseling (Studi kasus di aplikasi *online My Counselor* IAIN Kudus). 2) untuk mendapatkan analisis dan kajian mendalam mengenai faktor pendukung dan faktor penghambat penanganan kasus kecemasan sosial remaja di aplikasi konseling online *My Counselor* IAIN Kudus.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian studi kasus, dengan teknik kualitatif. Subjek penelitian ini yaitu remaja yang berusia 10-22 tahun dan belum menikah yang mengalami *anxiety social* pernah melakukan konseling online di aplikasi konseling online *My Counselor* dan psikolog atau konselor aktif di *My counselor*. Adapun sumber data yang digunakan yaitu data primer dan data sekunder, sumber data primer yaitu konseli, konselor dan para pemegang peran penting di dalam aplikasi *My Counselor* sedangkan sumber data sekunder yaitu *stock holder* di aplikasi konseling online meliputi admin, founder dari aplikasi *My counseling*. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Hasil penelitian ini yaitu, 1) Penanganan kasus kecemasan sosial remaja dalam bimbingan dan konseling studi kasus (di aplikasi *online my counselor* IAIN Kudus) dalam mengatasi kasus kecemasan sosial konselor menggunakan layanan konseling individu dengan menerapkan beberapa teknik salah satunya yaitu teknik *Rational Emotive Behavior Therapy*. Prosedur konseling individu yang diterapkan yaitu pertama tahap perencanaan, kedua tahap pelaksanaan, ketiga tahap inti dan terakhir tahap akhir. Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* melalui tahapan yaitu pemahaman, pertentangan, pengaruh pertentangan dan tahap follow up. Dilakukan 1 kali pertemuan dengan waktu 45 menit. Berdasarkan data ada 5 remaja yang mengalami kecemasan sosial yang melakukan proses konseling di *My Counselor* IAIN Kudus. Keberhasilan ditandai dengan klien tersadar dan berpikir bahwa kecemasan yang dialaminya adalah perasaannya sendiri dan pikirannya yang berorientasi pada hal negative, dan klien juga melakukan follow up mengenai rasa kepercayaan dirinya kurang tumbuh klien akan berlatih dan membiasakan diri untuk belajar untuk melatih kemampuan sosial. 2) Faktor pendukung dan penghambat penanganan kasus kecemasan sosial remaja dalam bimbingan dan konseling studi kasus (di aplikasi *online my counselor* IAIN Kudus) yaitu faktor pendukungnya pertama klien terbuka menerima masukandan saran selama proses konseling, kedua terbangunnya rasa percaya terhadap konselor untuk membersaminya menemukan cara atas permasalahannya, ketiga hemat biaya dan bersifat gratis dan terakhir konselor profesional sesuai dengan bidangnya. Adapun faktor penghambatnya yaitu pertama masalah pada jaringan provedir paket data dan sinyal, kedua klien yang masih pemalu dan terakhir latar belakang yang berbeda.

**Kata Kunci: Kecemasan sosial, Bimbingan konseling dan *My Counselor***