

## ABSTRAK

**Siti Liana Nurun Nisa', 1811010011, "Pengembangan Konseling Islam Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* dengan Teknik *Thought Stopping and Grateful* di MTs NU Al-Hidayah".**

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model konseling Islam pendekatan *rational emotive behaviour therapy* dengan teknik *thought stopping and grateful* sebagai alternatif solusi perfectionism. Selain itu untuk mengetahui kelayakan model konseling Islam tersebut dalam menurunkan tingkat perfectionism siswa, serta untuk mengetahui efektivitas produk tersebut. Penelitian ini dilakukan di MTs NU Al-Hidayah Kudus

Penelitian ini termasuk dalam Penelitian dan Pengembangan (Research and Development (R&D) dengan mengacu pada model penelitian dari Borg & Gall. Subjek uji coba produk awal ini adalah ahli materi 1 orang dari dosen IAIN Kudus dan praktisi 1 orang dari guru BK Yayasan Subulussalam OKU Timur. Uji coba produk utama adalah 6 siswa kelas VIII. *Setting* penelitian mengambil tempat di MTs NU Al-Hidayah. Metode yang digunakan dalam mengumpulkan data dengan menggunakan instrumen berupa lembar penilaian untuk para ahli, kuesioner (angket) untuk siswa, dan soal *pre test* serta *post test*. Adapun metode yang digunakan untuk menganalisis data adalah menggunakan statistik deskriptif.

Hasil penelitian pengembangan ini menunjukkan bahwa model konseling Islam pendekatan *rational emotive behaviour therapy* dengan teknik *thought stopping and grateful* layak digunakan sebagai model konseling Islam setelah melewati uji validasi tim ahli materi dan praktisi, serta melewati uji coba produk. Skor yang diperoleh sebagai hasil validasi oleh ahli materi adalah 96. Dan Skor yang diperoleh sebagai hasil validasi oleh praktisi adalah 94,7. Hasil uji coba produk utama pada konseli memperoleh skor rata-rata 96,3. Kedua tahapan uji coba produk yang menggunakan siswa sebagai subjek uji coba menyatakan bahwa model konseling Islam yang dikembangkan layak digunakan.

Setelah dinyatakan layak, model konseling ini diuji efektivitas dengan Uji T. Subjek uji coba ini adalah kelas VIII-A. Pertama dilakukn pre test kepada 30 siswa, kemudian diambil katagori siswa yang mengalami *perfectionism* sangat tinggi yaitu 6 siswa untuk diberikan perlakuan menggunakan model konseling model konseling Islam pendekatan *rational emotive behaviour therapy* dengan teknik *thought stopping and grateful*. Hasil *pre test* rata-rata adalah 136,66 dan *post test* 81. Dari hasil tersebut dapat dinyatakan bahwa ada penurunan tingkat *perfectionism* konseli setelah diberikan perlakuan. Sehingga, model konseling ini efektif untuk diberikan kepada siswa yang mengalami *perfectionism*.

**Kata Kunci:** *Konseling Islam, Pendekatan Rational Beheaviour Therapy dengan Teknik Thought Stopping and Grateful, Perfectionism*