

ABSTRAK

Noor Wahidatus Safitri, NIM: 1740110049. “Bimbingan Konseling Islam dengan Teknik *Client Centered* dalam Mengurangi Gangguan Kecemasan Karena *Toxic Relationship* (Studi Kasus Seorang Remaja di Desa Buaran, Mayong, Jepara)”.

Tujuan penelitian ini adalah untuk (1) Untuk mengetahui dan mendeskripsikan pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan teknik *client centered* untuk mengurangi gangguan kecemasan karena *toxic relationship* pada seorang remaja perempuan di Desa Buaran Kecamatan Mayong Kabupaten Jepara. (2) Untuk mengetahui dan mendeskripsikan hasil pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan teknik *client centered* untuk mengurangi gangguan kecemasan karena *toxic relationship* pada seorang remaja perempuan di Desa Buaran Kecamatan Mayong Kabupaten Jepara.

Jenis metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini dilakukan di Desa Buaran Kecamatan Mayong Kabupaten Jepara dengan subjek penelitian yaitu satu informan DPS seorang remaja perempuan. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, observasi dan dokumentasi. Untuk memperkuat data yang disajikan, maka digunakan pengujian keabsahan data dengan teknik perpanjangan pengamatan, ketekunan pengamatan dan triangulasi. Kemudian untuk teknik analisis data menggunakan teknik yang dilakukan Miles dan Huberman dengan 3 tahapan yaitu mereduksi data, pemaparan data dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Proses pelaksanaan bimbingan konseling Islam dilakukan dengan menggunakan langkah-langkah konseling yang meliputi: tahap identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment* atau terapi dan evaluasi atau *follow up*. Pemberian *treatment* disini bertujuan untuk membantu informan mengenali dan memahami dirinya, serta memberikan kepercayaan kepada informan untuk mengikuti terapi dan menemukan arahnya sendiri atau dapat memecahkan masalahnya sendiri yaitu dapat mengurangi gangguan kecemasan karena *toxic relationship*. (2) Hasil akhir pelaksanaan bimbingan konseling Islam dengan teknik *client centered* untuk mengurangi gangguan kecemasan karena *toxic relationship* di Desa Buaran Kecamatan Mayong Kabupaten Jepara dapat dinyatakan berhasil karena informan mampu memecahkan masalah yang dihadapinya sendiri. Indikasi keberhasilan terlihat dari informan sudah terlihat berkurang rasa cemasnya. Selain itu, informan sudah mulai bersemangat dalam beraktivitas, dan pikirannya juga sudah mulai terbuka dan perasaannya lebih tenang.

Kata Kunci: *Bimbingan Konseling Islam, Teknik Client Centered, Kecemasan, dan Toxic Relationship.*