

ABSTRAK

Wawan Sutrisno, 2021, *Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik Strees Inoculation Dalam Membantu Kesulitan Belajar Siswa Kelas Xi Smk. Annasyiin Grujungan Larangan Pamekasan*, Prodi Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam, Institut Agama Islam Negeri Madura, Pembimbing; Misnawi, S.Pdi., M.Pd.I.

Kata Kunci: *Konseling Individu, Teknik Strees Inoculation, Kesulitan Belajar*

Pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling sangatlah berpengaruh terhadap pola belajar serta keberhasilan siswa dalam mencapai tugas-tugas perkembangannya, dari hal tersebut dapat dilihat bahwasannya bimbingan dan konseling harus terealisasi secara optimal untuk membantu peserta didik mengembangkan potensi serta bakat minat yang dimiliki.

Ada tiga fokus penelitian yang menjadi kajian utama dalam penelitian ini, yaitu 1) Apa saja bentuk-bentuk kesulitan belajar siswa kelas XI SMK. An-Nasyiin Grujungan Larangan Pamekasan?, 2) Bagaimana pelaksanaan konseling individu dengan teknik *strees inoculation* dalam membantu kesulitan belajar siswa kelas XI SMK. An-Nasyiin Grujungan Larangan Pamekasan?, 3) Apa saja faktor penghambat dan pendukung pelaksanaan konseling individu dengan teknik *strees inoculation* dalam membantu kesulitan belajar siswa kelas XI SMK. An-Nasyiin Grujungan Larangan Pamekasan?.

Pendekatan penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan jenis penelitiannya yaitu menggunakan deskriptif kualitatif. lokasi penelitian dalam penelitian ini yaitu lembaga SMK. An-Nasyiin Grujungan Larangan Pamekasan. Sumber data dalam penelitian ini adalah guru BK, siswa, dan wali kelas. metode pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini antara lain yaitu interview atau wawancara, observasi atau pengamatan, dan dokumentasi. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa **Pertama**, bentuk-bentuk kesulitan belajar siswa kelas XI SMK. An-Nasyiin yakni kesulitan dalam menghitung rumus pada mata pelajaran matematika, dan kesulitan dalam hal membaca teks atau naskah pada mata pelajaran bahasa inggris **kedua**, pelaksanaan konseling individu dengan teknik *strees inoculation* dalam membantu kesulitan belajar siswa kelas XI SMK. An-Nasyiin. Terdiri dari 3 tahapan. 1) guru BK menyampaikan tujuan dari pelaksanaan konseling, menjelaskan bahwa teknik *strees inoculation* ini bertujuan untuk meredam *strees* yang dialami oleh siswa. 2) guru BK akan mulai bertanya beberapa hal terkait masalah yang dihadapi oleh siswa hingga guru BK tau penyebab masalah tersebut, kemudian guru BK memberikan contoh baik berupa perilaku yang dapat ditiru agar siswa dapat mencegah dan mengatasi *strees* yang dihadapi. 3) guru BK menyuruh siswa untuk melakukan hal-hal yang telah dicontohkan untuk dipraktikkan saat proses konseling, dan menyuruh siswa untuk mencatat apakah perilaku tersebut dapat dilaksanakan dengan baik untuk mengetahui kemajuan yang dicapai oleh siswa. **Ketiga**, apa saja faktor penghambat dan pendukung pada pelaksanaan konseling individu dengan teknik *strees inoculation* dalam membantu kesulitan belajar siswa kelas XI SMK. An-Nasyiin yaitu, tidak adanya ruangan khusus konseling sedangkan untuk faktor pendukungnya yaitu adanya kerja sama dari dewan guru lainnya dalam terlaksananya proses konseling individu.