**ABSTRAK**

Riskiyeh, 2020,*Implementasi Konseling Behavioral dengan Teknik Disensitisasi Sistematis untuk Mengatasi Kecemasan dalam Memilih Jurusan di Perguruan Tinggi di MA Al-Islamiyah I Sumber Batu, Blumbungan, Pamekasan****,***Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah, IAIN Madura, Pembimbing: Dr. H. Ali Nurhadi, S.Pd., M.Pd

**Kata kunci:** *Konseling Behavioral, Teknik Disensitisasi Sistematis, Kecemasan Memilih Jurusan di Perguruan Tinggi*

Guru bimbingan dan konseling dalam hal ini sebagai seorang yang memiliki keahlian dalam bidang bimbingan harus dapat menunjukkan kinerja yang mampu membantu para peserta didik untuk memahami bakat dan minat yang dimiliki sehingga mereka bisa mencapai masa depannya. Guru bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam lembaga pendidikan dan mempunyai tugas yang berat dalam mengayomi siswa. Salah satu tugas guru bimbingan konseling adalah membuat program layanan bimbingan dan konseling yang terdiri dari layanan bimbingan dan konseling dan empat bidang bimbingan meliputi bimbingan pribadi, belajar, sosial dan karier.

Berdasarkan hal tersebut, maka ada tiga permasalahan yang menjadi kajian pokok dalam penelitian ini, yaitu: *pertama,*Bagaimana gambaran kecemasan siswa dalam memilih jurusan di perguruan tinggi; *kedua*Bagaimana implementasi konseling behavioral beserta teknik disensitisasi sistematis dalam mengatasi kecemasan memilih jurusan di perguruan tinggi; *ketiga,* Apa saja faktor penghambat dalam menerapkan layanan konseling behavioral beserta teknik disensitisasi sistematis dalam mengatasi kecemasan memilih jurusan di perguruan tinggi.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis fenomenologis. Sumber data diperoleh melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi. Informannya adalah yang menurut peneliti dianggap menguasai bidang yang diteliti oleh peneliti. Seperti kepala sekolah, guru BK, siswa yang mengalami kecemasan, dan orang tua di MA Al-Islamiyah I Sumber Batu, Blumbungan, Pamekasan**.**Sedangkan pengecekan keabsahan data dilakukan melalui perpanjangan keikutsertaan dan triangulasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: *pertama,* gambaran kecemasan yang dialami oleh siswa karena meliputi kurangnya dukungan sosial,banyaknya bidang studi yang diminati, siswa masih belum bisa mengambil keputusan dan pengalaman masa lalu, Dari kecemasan yang dialami oleh siswa ditas masuk pada jenis kecemasan *trait anxiety.Kedua,* penerapan konseling behavioral ada tiga tahapan yaitu tahap awal dimana guru BK membuat rapport dengan siswa demi terciptanya rasa nyaman antara guru BK dan siswa. Tahap kedua yaitu siswa mengungkapkan permasalahan yang sedang dihadapinya setelah itu guru BK memberikan arahan kepada siswa dan memberikan teknik disensitisasi sistematis untuk mengatasi kecemasan yang dialami oleh siswa. Tahapan ketiga yaitu guru BK meminta siswa memberikan respon terkait layanan konseling yang diberikan oleh guru BK. *Ketiga,* faktor penghambat dalam penerapan konseling behavioral yaitu siswa belum bisa konsentrasi sepenuhnya saat diberikan relaksasi dan siswa masih belum bisa menjadi konseli yang suka rela.