

## ABSTRAK

Bahrul Ilmi, *Teknik Reframing Untuk Menangani Mental Block Penghafal Al-Qur'an Melalui Konseling Individual.*

Penelitian ini berlatar belakang dari fenomena problematika dalam menghafal Al-Qur'an. Tidak sedikit sebagian orang dalam menghafalkan Al-Qur'an mengalami berbagai kesulitan yang berasal dari faktor psikis berupa mental block. Hal tersebut juga dialami oleh peserta Yayasan Karantina Tahfzh Al-Qur'an Nasional. Kondisi seperti merasa tidak mampu menghafal, minder melihat kemampuan orang lain, sulit konsentrasi saat menghafal, malu jika tidak bisa mencapai target, takut mengecewakan keluarga, belum siap mengikuti jadwal kegiatan di tempat karantina, hafalan juga tidak menempel, sulit menghafal di tempat ramai dan kurang percaya diri menjadi indikasi adanya mental Block yang mengakibatkan terhambatnya proses kelancaran dalam menghafal. Salah satu metode penanganan yang dilakukan untuk menangani peserta yang mengalami mental block melalui layanan konseling individual menggunakan teknik Reframing.

Tujuan yang ingin didapat dalam penelitian ini adalah mengetahui kondisi mental block sebelum diberikan layanan konseling, mengetahui proses pemberian layanan konseling individual menggunakan teknik reframing kepada peserta yang mengalami mental block, dan mengetahui hasil layanan konseling individual menggunakan teknik reframing sebagai penanganan mental block.

Pada penelitian ini menggunakan dasar teori tentang teknik reframing dari konseling *Rational Emotive Behavior* dan Mental Block. Mental block merupakan program pikiran yang menghambat seseorang mencapai tujuan. Sedangkan teknik reframing adalah merubah sudut dengan membingkai ulang suatu kejadian tanpa merubah kejadian itu sendiri.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan alasan untuk menggambarkan fenomena yang terjadi dilapangan dan penanganan dari permasalahan tersebut. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dengan teknik observasi partisipatif, wawancara, dan dokumentasi.

Dari hasil penelitian ini dapat ditemukan bahwa gejala mental block yang dialami oleh peserta berbeda-beda. Gejala tersebut dapat dikenali melalui adanya emosi negatif(perasaan), sensasi fisik, dan sikap penundaan. Sedangkan proses pemberian layanan konseling terdiri dari tiga tahapan yaitu pembekalan standarisasi tahsin dan metode Yadain, bimbingan metode dalam jumlah skala kecil, penanganan melalui konseling individual. Adanya perubahan pola pikir, perasaan dan tindakan peserta setelah diberikan konseling individual dengan teknik *reframing*.

**Kata kunci** : Teknik reframing, Mental Block, dan konseling individual.