

PENGARUH BIMBINGAN KONSELING ISLAM TERHADAP GANGGUAN MOOD SIKLOTIMIK PADA SISWA

Afrizawati ¹, Yuliana ², Nurain Lakamutu ³

¹ Institut Agama Islam Abdullah Said Batam, Indonesia
Email : neysharizha@gmail.com

² Institut Agama Islam Abdullah Said Batam, Indonesia
Email : yulianabk1784@gmail.com

³ Institut Agama Islam Abdullah Said Batam, Indonesia
Email : lakamutunurain@gmail.com

Abstrak

Bimbingan dan konseling merupakan salah satu program pendidikan yang diarahkan kepada usaha pembaruan pendidikan nasional. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah ada pengaruh bimbingan konseling islam terhadap gangguan mood siklotimik pada siswa. Subjek penelitian ialah siswa SMP Integral Lukman Al-Hakim Batam. Jumlah subjek penelitian sebanyak 51 siswa. Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif analisis regresi, karena penelitian ini bertujuan mencari ada tidaknya pengaruh antara satu variable dengan variable lainnya. Melihat ada atau tidaknya pengaruh bimbingan konseling islam terhadap gangguan mood siklotimik pada siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan konseling islam berpengaruh dalam mengatasi gangguan mood siklotimik pada siswa SMP Integral Lukman Al-hakim Batam. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif antara Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Gangguan Mood Siklotimik pada siswa SMP Integral Lukman Al-Hakim Batam.

Kata Kunci: *Bimbingan Konseling Islam, Gangguan Mood Siklotimik*

Abstract

Guidance and counseling is one of the educational programs directed at efforts to reform national education. This study aims to see whether there is an influence of Islamic counseling guidance on cyclothymic mood disorder in students. The research subjects were Lukman Al-Hakim Batam Integral Middle School students. The number of research subjects was 51 students. The type of research in this research is quantitative research and regression analysis, because this research aims to find whether there is an influence between one variable and another variable. Seeing whether or not there is an influence of Islamic counseling guidance on cyclothymic mood disorder in students. The results of this study indicate that Islamic counseling has an effect on overcoming cyclothymic mood disorder in Lukman Al-hakim Batam Integral Middle School students. The results of this study indicate that there is a positive influence between Islamic Counseling Guidance in Overcoming Cyclothymic Mood Disorders in Lukman Al-Hakim Batam Integral Middle School students.

Keywords: *Islamic Counseling Guidance, Cyclothymic Mood Disorder*

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan proses memanusiakan manusia, yang mengandung makna bahwa pendidikan adalah upaya yang dilakukan oleh manusia untuk merubah kedudukan manusia, bukan hanya sebagai makhluk biologis namun juga sebagai makhluk berbudaya. Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana dalam mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran, agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi diri, untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan oleh dirinya sendiri, masyarakat, bangsa dan negara.

Seorang pendidik dituntut untuk menjadi pendidik/konselor yang profesional, melakukan proses pembelajaran/ layanan yang dapat mengembangkan potensi dirinya dan peserta didik. Begitu juga dengan peserta didik, dituntut memiliki kesehatan mental untuk siap menjalani proses pembelajaran dengan baik di lingkungan pendidikan.

Agara siswa memiliki kesiapan dalam menghadapi kehidupan di sekolah serta maupun di masyarakat, maka siswa tidak hanya dibekali dengan ilmu pengetahuan dan keterampilan saja, namun juga harus menyiapkan dirinya untuk memiliki kecerdasan emosi yang baik sesuai dengan tingkat pertumbuhan dan perkembangannya. Proses-proses pembelajaran di sekolah seharusnya berfungsi dalam membantu siswa untuk bisa memahami potensi dirinya, memahami peluang-peluang dan lingkungan sosial yang di hadapi serta membantu siswa dalam membentuk sikap, agar memiliki bekal sifat atau bertingkah laku yang baik dan positif sehingga melekat pada diri siswa dalam berperilaku.

Sejalan dengan tujuan dari bimbingan konseling Islam, yaitu untuk membantu individu dalam mengembangkan diri secara optimal sesuai dengan tahapan perkembangan dan potensi yang dimiliki dari berbagai latar belakang, seperti latar belakang keluarga, pendidikan, sosial, dan ekonomi. Pendidikan merupakan usaha dan uapaya sadar untuk menumbuhkan kepribadian seseorang yang berlangsung seumur hidup baik di sekolah maupun dan di madrasah. Pendidikan juga merupakan proses membantu individu baik secara jasmani maupun rohani, kearah terbentuknya kepribadian yang berkualitas.

Bimbingan dan konseling merupakan salah satu program pendidikan yang diarahkan kepada usaha pembaruan pendidikan nasional. Bimbingan dan konseling bertujuan membantu peserta didik dalam memiliki kompetensi, mengembangkan potensi diri serta mewujudkan nilai-nilai yang terkandung dalam tugas-tugas perkembangan yang harus dikuasai, sehingga siswa mampu memposisikan dirinya sebagai warga sekolah yang harus mentaati tata tertib, peraturan-peraturan, serta menjadi hamba Allah swt. Bimbingan dan konseling Islam dalam pendidikan merupakan usaha untuk membantu individu menjadi manusia yang berkembang, baik dalam pendidikan maupun dalam membentuk kepribadian yang berguna dan memiliki berbagai wawasan, pandangan, pilihan, penyesuaian, dan keterampilan yang berkembang dengan diri sendiri dan lingkungan.

Pada era globalisasi saat ini, semakin banyak orang sibuk akan pekerjaan dan aktivitas yang padat, mendapat banyak tuntutan dan permasalahan sehingga dapat memicu terjadinya stress dan depresi. Pada pelajar atau siswa juga terkena dampak, seperti pada masalah pribadi yaitu putus dengan pacar atau saat menghadapi ujian semester, dan masih banyak masalah lainnya, untuk sebagian orang hal tersebut akan menimbulkan respon yang berbeda-beda seperti terjadinya gangguan mood (keadaan emosi) apa lagi pada remaja di kalangan saat ini (Perugi et al., 2015).

Menurut Perugi et al., (2015) mengatakan gangguan mood sering terjadi dengan berbagai macam kasus dan gejala yang berbeda-beda. Keadaan yang saling berubah antara depresi dan senang (*manic*) dapat diartikan sebagai dua arti berbeda yang disebut bipolar. Jika depresi dalam tingkatan ringan dan episode senang (*manic*) dalam keadaan ringan (*hipomanik*), maka akan menyebabkan gangguan siklotimik (*Cyclothymia*).

Gangguan siklotimik atau *cyclothymia* adalah bukan gangguan mood baru. Gangguan *mood cyclothymia* didasarkan pada observasi Emil Kraepelin dan Kurt Schneider bahwa sepertiga sampai dengan dua pertiga pasien dengan gangguan mood menunjukkan gangguan kepribadian (Kaplan & Sadock, 2015). Para peneliti telah banyak mengidentifikasi jenis gangguan *mood*, seperti *Major Depressive Disorder*, *Dysthymia*, *Bipolar Type I* and *II* secara epidemiologi, psikologi, biologi, dan studi klinis. Dengan demikian, gangguan *mood cyclothymia* dapat disebut dengan gangguan bipolar yang kronis, gangguan afektif tempramen serta gangguan kepribadian (Sebastian et al., 2014). Individu yang mengalami *cyclothymia* terdapat gejala-gejala depresi yang ringan namun terus menerus dan silih berganti dengan gejala manic yang ringan juga.

Dilihat dari fenomena yang ada dilapangan bahwa gangguan *mood cyclothymia* ini terjadi pada usia remaja hingga dewasa dengan rentangan usia 16 s/d 36 tahun dan terdapat sekitar 3% s/d 10% kasus *cyclothymia*. Pada khusus ini para konseling lebih mewaspadaai gejala *cyclothymia*, dikarenakan bisa berpeluang menjadi *Major Depression Disorders* (MDD) dan gangguan Bipolar. Diperlukan penegakan diagnosis yang pasti pada gangguan *mood cyclothymia*, untuk memperkirakan prognosis pasien dengan gangguan siklotimik. Gangguan *mood cyclothymia* bias menjadi penghambat dan mempengaruhi kegiatan dalam proses belajar mengajar dapat dilihat dari adanya siswa yang tidak bertanggung jawab dengan tugas yang diberikan oleh guru di sekolah, sering terlambat masuk kelas, tidak menggunakan atribut sekolah, berperilaku menyontek, emosi yang tidak terkontrol, membantah, super aktif, pelanggaran tata tertib sekolah, dan pelanggaran norma-norma sekolah lainnya. Hal tersebut tentunya jauh dengan tujuan pendidikan dan konseling Islam. Apa lagi perubahan dan perkembangan tersebut bias menjadikan remaja pada masa yang banyak menarik perhatian karena sifat-sifat khas yang dimilikinya. Remaja diidentik dengan masa berbuat ulah dan melanggar aturan yang berlaku dilingkungan masyarakat maupun dilingkungan sekolah serta mencerminkan sikap yang tidak baik.

Dalam hal ini dunia pendidikan membutuhkan sumber daya pendidikan untuk menanggulangi permasalahan pada remaja tersebut untuk membentuk berbagai masalah yang muncul di sekolah, yang tidak dapat diselesaikan dengan pengajaran oleh guru biasa di sekolah. Untuk menyelesaikan masalah pada setiap peserta didik di sekolah, sangat diperlukan layanan bimbingan dan konseling, terlebih lagi bimbingan dan konseling Islam. Karena anak remaja mempunyai sifat-sifat tertentu dalam berperilaku sehingga membutuhkan penanganan yang khusus. Pada masa remaja, anak masih dalam proses pencarian jati diri dan masa pubertas, dimana terjadi perkembangan pada dirinya baik secara fisik, psikis maupun secara sosial. Siswa tidak lagi anak-anak sehingga tidak mau serta berusaha untuk tidak bergabung sama orang tua lagi. Masa remaja adalah masa terombang ambing dengan perasaannya sendiri serta emosi yang naik turun, dan pikirannya gampang berubah-ubah dengan menarik perhatian banyak orang.

Menurut WHO masa remaja berada pada rentang usia 10 – 19 tahun. Pada fase tersebut terjadi perubahan yang amat pesat, baik dalam fase biologis (hormonal), psikologis maupun sosial. Dalam proses dinamika ini dapat dikemukakan bahwa ciri remaja yang normal adalah sebagai berikut: a) tidak terdapat gangguan jiwa (psikopatologi) yang jelas atau sakit fisik yang parah, b) dapat menerima perubahan yang dialami, baik itu perubahan fisik, mental maupun sosial, c) mampu mengekspresikan perasaannya dengan luwes, serta mampu mencari penyelesaian terhadap masalah yang dihadapinya, d) remaja mampu mengendalikan diri sendiri, sehingga dapat membina hubungan yang baik dengan orang tua, guru, saudara, dan teman sebaya, e) merasa menjadi bagian dari lingkungan tertentu dan mampu memainkan perannya dalam lingkungan tersebut (Yen et al., 2015).

Dengan demikian, dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental remaja

meliputi: a) bagaimana perasaan remaja terhadap dirinya sendiri serta dapat menerima diri apa adanya, b) bagaimana perasaan remaja terhadap orang lain serta dapat menerima orang lain apa adanya, dan c) bagaimana kemampuan remaja mengatasi persoalan hidup sehari-hari (Fakhriyani, 2019).

Karena alasan mendasar dan utama mengapa perlu menghadirkan Bimbingan dan Konseling Islam di dalam pendidikan adalah karena Islam mempunyai pandangan-pandangan tersendiri tentang manusia. Al-qur'an adalah sumber utama dinul Islam, serta menjadi petunjuk (al-Huda), didalamnya terdapat banyak petunjuk mengenai manusia. Allah SWT adalah sebagai sang Khaliq pencipta manusia, tentu mengetahui secara nyata dan pasti siapa manusia. Melalui Al-Qur'an membuka tabir rahasia tentang manusia dan permasalahan yang dihadapi. Kalau kita ingin mengetahui bagaimana cara menghadapi manusia secara sungguh-sungguh, maka Al-Qur'an adalah sumber yang sangat layak dijadikan acuan utama .

Guru BK (Bimbingan Konseling) menerapkan Konseling Islam di sekolah sebagai alternatif atau pengarahannya serta bimbingan, serta dapat membentuk kepribadian siswa agar terhindar dari perilaku dan kebiasaan yang buruk serta penyimpangan di sekolah maupun di masyarakat. Dengan adanya konseling Islam, maka memudahkan dan menjadi alternatif khusus bagi guru BK, dalam membina dan membentuk sikap siswa di sekolah dengan menggunakan layanan-layanan dan pendekatan Konseling Islam yang sesuai dengan masalah yang dihadapi siswa (Astuti, 2011).

Dengan menerapkan Bimbingan dan Konseling Islam di sekolah dapat memudahkan guru BK dalam membentuk dan menyadarkan siswanya dengan baik dan benar sesuai dengan ajaran Islam, begitupun dengan siswa, diharapkan mampu bersikap positif sesuai dengan bimbingan dan arahan guru BK tanpa ada keterpaksaan, akan tetapi benar-benar dari kesadaran dirinya sendiri dan dapat mengontrol mood yang ada dalam dirinya. Adapun dalam penelitian ini melakukan penelitian pada SMP Kelas VIII dengan asumsi bahwa siswa kelas VIII tergolong remaja awal yang sedang dalam pencarian jati diri yang tentunya sangat membutuhkan berbagai bentuk pembinaan, salah satunya adalah untuk dibentuk kepribadiannya agar terhindar dari perilaku yang buruk dan menyimpang, mampu mengontrol mood yang ada dalam dirinya, dan menjadi siswa yang taat pada aturan dan norma-norma yang telah ditetapkan oleh sekolah tentunya dengan menjadi siswa yang disiplin.

Berdasarkan permasalahan diatas maka perlunya menerapkan Bimbingan Konseling Islam di sekolah, dalam mendidik, membina, serta mengarahkannya sesuai dengan tujuan pendidikan agama, dan membantu siswa dapat mengontrol dirinya dari gangguan mood siklotimik (emosi yang naik turun atau emosi yang berlebihan) berdasarkan nilai Islam, karena sikap dan agama menjadi kendali dalam bertindak. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Bimbingan Konseling Islam terhadap Gangguan Mood Siklotimik, dan penelitiannya dilakukan di lingkungan SMP Islam Integral Luqman Al-Hakim Batam.

METODE

Jenis penelitian dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yaitu metode penelitian yang berdasarkan pada sifat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistika, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2019).

Data yang dihimpun dalam penelitian ini adalah data kuantitatif yang diolah dengan menggunakan statistik. Kemudian metode yang digunakan adalah metode deskriptif kuantitatif dengan tujuan untuk dapat memberikan suatu gambaran terhadap masalah yang

akan diteliti, juga dapat dijadikan sebagai bahan dalam mengungkapkan, menjelaskan, dan menganalisis suatu masalah sehingga dapat menemukan suatu hasil (Afriawati & Situmorang, 2020).

Teknik yang digunakan dalam menganalisa data pada penelitian ini adalah teknik analisis regresi dengan bantuan komputerisasi SPSS (Statistical Product and Service Solutions) 18 for Windows, bertujuan untuk melihat seberapa besar sumbangan efektif antara bimbingan konseling islam dalam mengatasi gangguan mood siklotimik pada siswa.

Penelitian ini dilaksanakan di salah satu sekolah menengah pertama (SMP) swasta di batam yaitu SMP Islam Integral Luqman Al-Hakim Batam kelas VIII. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 51 siswa dikumpulkan dengan menggunakan teknik sampling. Skala yang digunakan adalah skala bimbingan konseling islam dan skala gangguan mood siklotimik. Skala bimbingan konseling islam terdiri dari 22 aitem dengan α 0,870. Contoh aitem skala bimbingan konseling islam adalah "Saya mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan". Skala gangguan mood siklotimik terdiri dari 15 aitem dengan α 0,560. Contoh aitem skala gangguan mood siklotimik adalah "Saya tidak mampu mengontrol Emosi saya sendiri". Skala dibuat dengan memberikan empat alternatif jawaban yang dimodifikasi berdasarkan model skala Likert yaitu distribusi respon sebagai dasar penentuan nilai skalanya, penilaiannya didasarkan pada sangat tidak sesuai (STS), tidak sesuai (TS), sesuai (S) dan sangat sesuai (SS).

HASIL

Tabel 1

Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		35
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000
	Std. Deviation	3,66456887
	Absolute	,119
Most Extreme	Positive	,092
Differences	Negative	-,119
Kolmogorov-Smirnov Z		,704
Asymp. Sig. (2-tailed)		,705

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan hasil uji normalitas di atas diketahui bahwa variabel gangguan mood siklotimik, nilai Asymptotic sig. atau variabel x dan y dengan menggunakan unstandardized

residual nilai Asymptotic sig sebesar $0,704 > 0,05$ untuk variabel Bimbingan Konseling Islam (x), dan Asymptotic sig sebesar $0,705 > 0,05$ untuk variabel Gangguan Mood Siklotimik (y), maka dikatakan berdistribusi normal.

Tabel 2
Uji Linearitas

ANOVA Table								
				Sum of	df	Mean	F	Sig.
				Squares		Square		
MOOD * BKI	(Combined)			180,118	11	16,374	3,743	,004
	Between	Linearity		133,915	1	133,915	30,60	,000
	Groups						9	
		Deviation from		46,203	10	4,620	1,056	,432
		Linearity						
Within Groups				100,625	23	4,375		
Total				280,743	34			

Berdasarkan hasil analisis dari Tabel ANOVA Mood*BKI uji linearitas menunjukkan nilai sig = 0,000 untuk linerity dan untuk sig = 0,432 untuk deviation from linearity. Nilai kedua signifikansi menunjukkan arah regresi mempunyai arti dan regresinya berbentuk linier.

Tabel 3
Uji Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1				
1	,363 ^a	,132	,105	3,720

a. Predictors: (Constant), bimbingan konseling islam

Tabel model summary uji koefisien determinasi menunjukkan R Square 0,132 ini artinya terdapat pengaruh 13,2% variabel Bimbinagn Konseling Islam.

DISKUSI

Dari pengujian hipotesis diperoleh hasil bahwa bimbingan konseling islam berpengaruh dalam mengatasi gangguan mood siklotimik pada siswa SMP Integral Lukman Al-hakim Batam. Artinya ada pengaruh bimbingan konseling islam terhadap gangguan mood siklotimik pada siswa SMP Integral Lukman Al-hakim Batam. Hasil penelitian ini menuntukkan bahwa

terdapat pengaruh yang positif antara Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Gangguan Mood Siklotimik pada siswa SMP Integral Lukman Al-Hakim Batam. Hal ini dapat dibuktikan dari hasil uji-t ditemukan nilai t hitung sebesar 30,098 dengan $\text{sig.} = 0,032$, oleh karena nilai $\text{sig.} < 0,05$, maka H_0 ditolak yang artinya Bimbingan Konseling Islam positif dalam mengatasi gangguan mood siklotimik di SMP Integral Lukman Al-hakim Batam. Hal ini sesuai dengan kelebihan dari Bimbingan Konseling Islam sebagai suatu bimbingan seorang pendidik lebih berperan dalam perkembangan peserta didiknya secara langsung.

Menurut Astuti, (2011) dengan judul penelitian “Bimbingan konseling agama Islam dalam mengatasi kenakalan remaja di SMA Negeri 3 Tangerang Selatan”. Terdapat hasil bahwa terdapat pengaruh antara bimbingan konseling agama Islam dalam mengatasi kenakalan pada remaja di SMA Negeri 3 Tangerang Selatan. Terbukti dari hasil pengujian hipotesis didapat r_{xy} sebesar 0,449. Setelah jumlah tersebut di konsultasikan pada interpretasi angka indeks korelasi “ r ” Product Moment, dapat ditarik kesimpulan bahwa antara bimbingan konseling agama Islam dalam mengatasi kenakalan pada remaja di SMA Negeri 3 Tangerang Selatan terdapat korelasi yang sedang atau cukup.

Penelitian mengenai bimbingan konseling Islam dalam mengatasi depresi yang dilakukan oleh Novia & Thohir, (2013) dengan hasil penelitiannya menunjukkan bahwa bimbingan dan konseling Islam dengan terapi hubungan cukup berhasil dengan persentase 60%, hasil ini dapat dilihat dari perubahan sikap atau perilaku konseli (klien) yang awalnya mengunci diri di rumah, menjadi berani keluar rumah.

Menurut Mubarak, (2000), Bimbingan dan Konseling Islam adalah usaha memberikan bantuan kepada seseorang atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir maupun kesulitan batin dalam menjalankan tugas-tugas hidupnya dengan menggunakan pendekatan agama, yaitu dengan membangkitkan kekuatan getaran batin (Iman) didalam dirinya untuk mendorongnya dalam mengatasi masalah yang dihadapi.

Sedangkan menurut Lubis, (2021), menyatakan bahwa Bimbingan dan Konseling Islam merupakan bentuk layanan bantuan konselor kepada klien atau konseli untuk menumbuhkan kembangkan kemampuannya dalam memahami dan menyelesaikan masalah, serta mengantisipasi masa depan dengan memilih alternative tindakan terbaik demi mencapai kebahagiaan hidup didunia maupun diakhirat dibawah naungan ridha dan kasih sayang Allah.

Penelitian Perugi et al., (2015) dan Axelson et al., (2015) tentang gangguan siklotimik (*Cyclothymia*) menyatakan bahwa berdasarkan data statistik, kejadian *cyclothymia* ini terjadi pada usia remaja hingga dewasa dengan rentangan usia 16-36 tahun dan terdapat sekitar 3%-10% kasus *cyclothymia*. Masyarakat dihimbau untuk mewaspadaai gejala *cyclothymia*, dikarenakan pada berpeluang menjadi Major Depression Disorders (MDD) dan gangguan Bipolar (Yen et al., 2015). Diperlukan penegakan diagnosis yang pasti pada *cyclothymia*, untuk memperkirakan prognosis pasien dengan gangguan siklotimik.

Fenomena ini selanjutnya masuk de dalam kriteria diagnosis secara internasional, yang secara khusus difokuskan pada aspek *cyclothymia* dari “*mood*”, misalnya antara episode depresi dan gejala *hypomanic* dalam bentuk dilemahkan, dengan mempertimbangkan aspek-aspek psikologis, gejala perilaku dan fitur klinis yang penting, seperti reaktivitas suasana hati yang berlebihan, impulsif dan kecemasan (Axelson, 2015).

Menurut Baldessarini et al., (2011) dan Hantouche & Perugi, (2012) menyatakan bahwa penderita gangguan siklotimik dilakukan terapi dengan *psychoeducational affective*, dimana kondisi pasien dihubungkan dengan pengembangan *afektive* pasien *cyclothymia* dengan mendengarkan audioterapi dan visual terapi untuk membentuk alam bawah sadar yang baik, yang dapat menimbulkan efek positif dimana terjadi peningkatan kualitas *mood* secara signifikan dan masih dilakukan terapi lanjutan sebagai upaya untuk mempertahankan kondisi

tersebut. Penderita gangguan *cyclothymia* juga memerlukan penanganan secara intrapersonal (Fava et al., 2011).

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan konseling islam berpengaruh dalam mengatasi gangguan mood siklotimik pada siswa. Artinya ada pengaruh bimbingan konseling islam terhadap gangguan mood siklotimik pada siswa SMP Integral Lukman Al-hakim Batam. Hasil penelitian ini menuntukkan bahwa terdapat pengaruh yang positif antara Bimbingan Konseling Islam Dalam Mengatasi Gangguan Mood Siklotimik pada siswa SMP Integral Lukman Al-Hakim Batam.

Bimbingan dan Konseling Islam adalah usaha memberikan bantuan kepada seseorang atau sekelompok orang yang sedang mengalami kesulitan lahir maupun kesulitan batin dalam menjalankan tugas-tugas hidupnya dengan menggunakan pendekatan agama, yaitu dengan membangkitkan kekuatan getaran batin (Iman) didalam dirinya untuk mendorongnya dalam mengatasi masalah yang dihadapi (Mubarak, 2000).

DAFTAR PUSTAKA

- Afrizawati, A., & Situmorang, N. Z. (2020). Peran Ayah, Dukungan Teman Sebaya dan Ekspose Media Pornografi dengan Perilaku Seksual Berpacaran pada Remaja. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 3(2), 83–90.
- Astuti, F. (2011). *Pengaruh bimbingan konseling Agama Islam dalam mengatasi kenakalan remaja di SMA negeri 3 Kota Tangerang selatan*.
- Axelsson, D., Goldstein, B., Goldstein, T., Monk, K., Yu, H., Hickey, M. B., Sakolsky, D., Diler, R., Hafeman, D., & Merranko, J. (2015). Diagnostic precursors to bipolar disorder in offspring of parents with bipolar disorder: a longitudinal study. *American Journal of Psychiatry*, 172(7), 638–646.
- Baldessarini, R. J., Vázquez, G., & Tondo, L. (2011). Treatment of cyclothymic disorder. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 80(3), 131–135.
- Fakhriyani, D. V. (2019). *Kesehatan Mental* (Vol. 124). Duta Media Publishing.
- Fava, G. A., Rafanelli, C., Tomba, E., Guidi, J., & Grandi, S. (2011). The sequential combination of cognitive behavioral treatment and well-being therapy in cyclothymic disorder. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 80(3), 136–143.
- Hantouche, E., & Perugi, G. (2012). Should cyclothymia be considered as a specific and distinct bipolar disorder? *Neuropsychiatry*, 2(5), 407.
- Kaplan, H. I., & Sadock, B. J. (2015). *Synopsis of psychiatry: Behavioral sciences clinical psychiatry*. Williams & Wilkins Co.
- Lubis, S. A. (2021). *Konseling Pendidikan Islam Perspektif Wahdatul 'Ulum*.
- Mubarak, A. (2000). *al Irsyad an nafsy: konseling agama teori dan kasus*. Bina Rena Puriwara.
- Novia, I., & Thohir, M. (2013). Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Silaturahmi pada Seorang Remaja yang Mengalami Depresi. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 3(01), 76–95.
- Perugi, G., Hantouche, E., Vannucchi, G., & Pinto, O. (2015). Cyclothymia reloaded: A reappraisal of the most misconceived affective disorder. *Journal of Affective Disorders*, 183, 119–133.
- Sebastian, A., Jung, P., Krause-Utz, A., Lieb, K., Schmahl, C., & Tüscher, O. (2014). Frontal
- Afrizawati – Pengaruh Bimbingan Konseling Islam Terhadap Gangguan Mood Siklotimik Pada Siswa (10-18)*

- dysfunctions of impulse control—a systematic review in borderline personality disorder and attention-deficit/hyperactivity disorder. *Frontiers in Human Neuroscience*, 8, 698.
- Sugiyono, P. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D (D. Sutopo. S. Pd, MT, Ir. *Bandung: Alfabeta*.
- Yen, S., Frazier, E., Hower, H., Weinstock, L. M., Topor, D. R., Hunt, J., Goldstein, T. R., Goldstein, B. I., Gill, M. K., & Ryan, N. D. (2015). Borderline personality disorder in transition age youth with bipolar disorder. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 132(4), 270–280.