

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial dan diajukan pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah saya pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi merupakan hasil kegiatan plagiarisme atau mencontek karya tulis orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar kesarjanaaan yang saya terima maupun sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 11 Oktober 2022

Dea Hedianti
NIM: 181520103

ABSTRAK

Nama: **Dea Hedianti**, NIM: **181520103**, Judul Skripsi: **Penerapan Teknik Client Centered Counseling Untuk Meminimalisir Stres Pada Perempuan Akibat Perceraian** (Studi Kasus di Desa Pandat Kecamatan Mandalawangi Kabupaten Pandeglang Banten) **Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah, Tahun 2022.**

Menikah kemudian bercerai diusia yang secara fisik dan psikis belum matang menyebabkan seseorang mengalami stres, sedih, malu, tidak percaya diri, dan benci sehingga membuat individu menjadi tertekan. Kondisi seperti ini menyebabkan remaja kurang mampu memaknai kehidupannya dengan positif.

Dalam penelitian ini dilakukan di Desa Pandat. Kecamatan. Mandalawangi. Pada 5 responden yaitu Yanti, Susi, Yuli, Indah, dan Santi. Peneliti menggunakan Pendekatan dengan jenis penelitian tindakan, dengan metode kualitatif. Untuk mengumpulkan data dilakukan dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa: 1) bagaimana tingkat stres pada perempuan akibat perceraian menimbulkan gejala-gejala psikologis yaitu: Sedih, bingung, khawatir dan cemas, mudah emosi, tidak percaya diri, memendam perasaan, menyalahkan diri sendiri, menyalahkan, keadaan, dan iri hati. 2) Bagaimana hasil Penerapan Teknik *Client Centered Counseling* untuk meminimalisir stres pada perempuan akibat perceraian dilakukan dengan tahap yang dilakukan yaitu: *Attending*, mengidentifikasi masalah, Eksplorasi perasaan, Eksplorasi ide, penguatan, dan, evaluasi.

Hasil dari Penerapan Teknik *Client Centered Counseling*, ini berhasil untuk mengidentifikasi permasalahan yang dialami oleh responden. Responden sudah merasa lebih tenang, pikiran dan perasaannya jauh lebih baik, sudah tidak terlalu menyalahkan diri sendiri, dan bisa menerima kenyataan dalam permasalahan dengan ikhlas dan pasrah pada Allah SWT. Responden juga setelah di lakukan Pendekatan *Client Centered Counseling* responden bisa menerima dengan kondisinya yang sekarang, lebih sabar, lebih tenang, dan bisa menyelesaikan masalahnya sendiri.

Kata kunci: Perceraian, Sters, *Client Centered Counseling*

ABSTRACT

Name: Dea Hedianti, NIM: 181520103, Thesis Title: Application of *Client Centered Counseling* Techniques to Minimize Stress in Women Due to Divorce (Case Study in Pandat Village, Mandalawangi District, Pandeglang Regency, Banten) Department of Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah, 2022.

Married and then divorced at an age that is physically and psychologically immature causes a person to experience stress, sadness, shame, lack of confidence, and hatred that makes individuals depressed. Conditions like this cause teenagers to be less able to interpret their lives positively.

This research was conducted in Pandat Village. Subdistrict. Mandalawangi. The 5 respondents are Yanti, Susi, Yuli, Indah, and Santi. Researchers use an approach to the type of action research, with qualitative methods. To collect data is done by observation, interviews, and documentation. Based on the research that has been done, it can be concluded that: 1) how the stress level in women due to divorce causes psychological symptoms, namely: Sad, confused, worried and anxious, easily emotional, not confident, harboring feelings, blaming yourself, blaming, circumstances, and envy. 2) How are the results of the application of the *Client Centered Counseling* Technique to minimize stress on women due to divorce. The stages are: attending, identifying problems, exploring feelings, exploring ideas, strengthening, and evaluating.

The results of the application of the Client Centered Counseling Technique were successful in identifying the problems experienced by the respondents. Respondents already feel calmer, their thoughts and feelings are much better, they are no longer blaming themselves, and can accept the reality of problems with sincerity and surrender to Allah SWT. Respondents also after the Client Centered Counseling Approach was carried out, respondents were able to accept their current condition, were more patient, calmer, and could solve their own problems.

Keywords: Divorce, Sters, *Client Centered Counseling*



**FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN**

Nomor : Nota Dinas
Lampiran :
Hal : **Ujian Skripsi**
a.n. Dea Hedianti
NIM. 181520103

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah
UIN SMH Banten
Di -

Serang

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dipermaklumkan dengan hormat bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama Dea Hedianti, NIM: 181520103 dengan judul Skripsi “**Penerapan Teknik *Client Centered Counseling* Untuk Meminimalisir Stres Pada Perempuan Akibat Perceraian**”, telah diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqasyah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas segala perhatian Bapak dan Ibu, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Serang, 11 Oktober 2022

Pembimbing I,

Drs. Muzayan, M.Si.
NIP: 196303081994021001

Pembimbing II,

Dra. Eni Nur'aeni, M.Si.
NIP: 196008081991032002

**PENERAPAN TEKNIK *CLIENT CENTERED COUNSELING* UNTUK
MEMINIMALISIR STRES PADA PEREMPUAN AKIBAT PERCERAIAN**

(Studi Kasus di Desa Pandat Kecamatan Mandalawangi-Pandeglang)

Oleh:

Dea Hedianti

181520103

Menyetujui,

Pembimbing I,

Pembimbing II,



Drs. Muzavan, M.Si

NIP: 196303081994021001



Dra. Eni Nur'aeni, M.Si

NIP: 196008081991032002

Mengetahui,

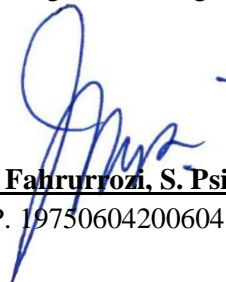
Dekan
Fakultas Dakwah

Ketua Jurusan
Bimbingan Konselng Islam



Dr. H. Endad Musaddad, M.A

NIP. 197206261998031002



A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A

NIP. 197506042006041001


LEMBAR PENGESAHAN MUNAQOSAH

Skripsi a.n. **Dea Hedianti** NIM : **181520103**, Judul **Penerapan Teknik Client Centered Counseling Untuk Meminimalisir Stres Pada Perempuan Akibat Perceraian**, telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 02 November 2022. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 02 November 2022

Sidang Munaqasyah

Ketua Merangkap Anggota



Tb. Nurwahyu, S.Ag., M.A.
NIP: 197110262000031002


Sekretaris Merangkap Anggota



Dr. Yogi Damai Syaputra, M.Pd.
NIP: 199003142020121005


Anggota-Anggota,

Penguji I,




Dr. H. Isak Iskandar, M.Pd., M.M.
NIP: 196509111993031003

Penguji II,



Gian Nova Sudrajat Nur, M. Hum.
NIP: 199111062019031011

Pembimbing I,



Drs. Muzayan, M.Si.
NIP: 196303081994021001

Pembimbing II,



Dra. Eni Nur'aeni, M.Si.
NIP: 196008081991032002

PERSEMBAHAN

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis persembahkan untuk kedua orangtua ku yang sangat saya sayangi yaitu Bapak Sayuti dan Ibu Mutiah yang telah mendukung dan mendoakan sehingga saya sampai pada kondisi saat ini. Terima kasih kepada sulhah dan ka agus yang selalu memberikan motivasi serta menemani penulis agar mampu menyelesaikan skripsinya, terima kasih juga kepada sahabat seperjuangan pipin, cindi, lulu, zirli, linda, upi, dan mey yang selalu memberikan semangat kepada penulis sehingga mampu menyelesaikan tugas akhir ini. Semoga Allah SWT membalas kebaikan kalian.

MOTTO

وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ مَوَدَّةً وَرَحْمَةً إِنَّ فِي ذَلِكَ لَآيَاتٍ لِقَوْمٍ يَتَفَكَّرُونَ

“Dan di antara tanda-tanda kekuasaan-Nya ialah Dia menciptakan untukmu isteri-isteri dari jenismu sendiri, supaya kamu cenderung dan merasa tenteram kepadanya, dan dijadikan-Nya diantaramu rasa kasih dan sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda bagi kaum yang berfikir”.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Dea Hedianti, lahir di Pandeglang, 01 Januari 1999, saat ini penulis tinggal di kp. Panggilingan RT/RW 03/02, Ds. Pandat, Kec. Mandalawangi, Kab. Pandeglang Banten. Penulis merupakan anak tunggal dari pasangan Bapak Sayuti dan Ibu Mutiah. Pendidikan formal yang ditempuh oleh penulis adalah SD Negeri 1 Pandat lulus tahun 2011, keudian melanjutkan Sekolah SMP Negeri 1 Mandalawangi lulus pada tahun 2014, selanjutnya melanjutkan pendidikan di SMK Negeri 8 Pandeglang, dan lulus pada tahun 2017. Dan melanjutkan kuliah di perguruan tinggi Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Penulis mengikuti salah satu UKM (Unit Kegiatan Mahasiswa) yang ada dikampus, salah satunya yaitu UKM Kopma, dan pernah menjadi anggota HMJ (Himpunan Mahasiswa Jurusan) di bidang eksternal pada tahun 2019. Demikian catatan singkat mengenai riwayat hidup penulis selama menempuh pendidikan di Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

KATA PENGANTAR

Bismilahirrohmanirrahim. Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan karuniaNya. Sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul “Penerapan Teknik *Client Centered Counseling* Untuk Meminimalisir Stres Pada Perempuan Akibat Perceraian” (Studi di Desa Pandat Kecamatan Mandalawangi). Skripsi ini untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Sosial kepada Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Namun, penulis berharap skripsi ini bisa bermanfaat bagi banyak orang. Skripsi ini kemungkinan besar tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyudin, M.Pd, Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah mengelola dan mengembangkan UIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Baten lebih maju.
2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, M.A., Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
3. Bapak A.M. Fahrurrozi, S.Psi, M.A., Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam, yang telah membarikan arahan, mendidik dan memberikan motivasi pada peneliti.
4. Ibu Imalatul Khairat, M.Pd., Sekertaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hansanuddin Banten.
5. Bapak Drs. Muzayan, M.Si., selaku pembimbing I yang telah memberikan nasehat, bimbingan dan saran-saran kepada peneliti selama proses penyusunan skripsi ini.

6. Ibu Dra. Eni Nur'aeni, M.Si., selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, nasehat, arahan, saran-saran dan motivasi kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen UIN SMH BANTEN, terutama yang telah mengajar dan mendidik peneliti selama kuliah di UIN, serta staf akademik dan karyawan UIN, yang telah memberikan bekal pengetahuan yang begitu berharga selama kuliah di UIN "Sultan Maulana Hasanuddin" Banten.
8. Ayahanda tercinta Bapak Sayuti dan Ibunda tersayang Mutiah serta keluarga yang selalu mendo'akan dan memberikan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
9. Terimakasih kepada Bapak Ahmad Yani selaku kepala Desa Pandat yang telah memberikan izin kepada penulis untuk meneliti di Desa Pandat.
10. Teman-teman seperjuangan BKI C 2018 serta semua pihak yang telah membantu dalam berbagai hal sehingga memudahkan skripsi ini.

Akhirnya, hanya kepada Allah SWT. penulis memohon agar seluruh kebaikan dan semua pihak yang membantu selesainya skripsi ini, semoga diberikan balasan yang berlipat ganda.

Serang, 11 Oktober 2022

Penulis

DEA HEDIANTI
NIM : 181520103

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
NOTA DINAS	iv
LEBAR PERSETUJUAN MUNAQOSAH	v
LEMBAR PENEGSAHAN	vi
PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGATAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Masalah	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Definisi Oprasional.....	5
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Kajian Teori.....	7
B. Kerangka Berfikir	24
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	26
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	26
C. Instrumen Penelitian	27
D. Sumber Data	28
E. Teknik Penelitian Data	29
F. Teknik Analisis Data	30

G. Teknik Keabsahan Data.....	31
BAB IV PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	32
1. Gambaran Profil Responden	32
2. Hasil Temuan.....	37
3. Penerapan Teknik <i>Client Centered Counseling</i> untuk Meminimalisir Stres Pada Perempuan Akibat Perceraian	42
4. Proses Konseling <i>Client Centered</i> untuk Meminimalisir Stres Pada Perempuan Akibat Perceraian	42
B. Pembahasan.....	58
1. Tingkat Stres Pada Perempuan Akibat Perceraian	58
2. Penerapan Teknik <i>Client Centered Counseling</i> Untuk Meminimalisir Stres Pada Perempuan Akibat Perceraian Perceraian	59
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	65
B. Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu Penelitian	27
Tabel 4.1 Kondisi Responden	37
Tabel 4.2 Tingkat Stres yang dialami Perempuan Akibat Perceraian	41
Tabel 4.3 Hasil Penerapan Teknik <i>Client Centered Counseling</i> Untuk Meminimalisir Stres Pada Perempuan Akibat Perceraian.....	62