

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dan diajukan pada Prgram Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten, ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah 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 karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiat atau mencontek karya ilmiah orang lain, saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar sarjana yang saya terima ataupun sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 17 Mei 2022



ESA BAGAS ALFIANSYAH
NIM: 171340009

ABSTRAK

Nama: **Es Bagas Alfiansyah** NIM: 171340009, Judul Skripsi: ***Cognitive Behavior Therapy (CBT) Untuk Mengatasi Shopaholic Online Shop Pada Mahasiswi*** (Studi Kasus di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten). Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Shopaholic online shop adalah seseorang yang tidak dapat mengontrol keinginannya untuk berbelanja *online*, sehingga orang tersebut menghabiskan banyak waktu dan menghabiskan banyak uang tanpa memikirkan yang konseli beli layak atau tidak. Seseorang yang berbelanja atau membeli barang atau jasa di luar kendali.

Tujuan penelitian yang dicapai adalah: 1). Mengetahui faktor penyebab gejala *shopaholic online shop* di kalangan mahasiswi UIN SMH Banten. 2). Mengetahui penerapan dan hasil akhir *cognitive behavior therapy* untuk mengatasi *shopaholic online shop* pada Mahasiswi UIN SMH Banten.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif jenis studi kasus. Dalam pengumpulan data, saya menggunakan teknik observasi, kuesioner, wawancara dan dokumentasi.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi konseli tidak bisa mengendalikan dirinya dalam berbelanja online, tidak pernah puas dan tidak pernah bersyukur dengan suatu yang telah dimilikinya. Untuk mengatasi permasalahan tersebut peneliti menggunakan teknik *cognitive behavior therapy* dengan beberapa tahapan yaitu asesmen diagnosa, *treatment* dan evaluasi. Hasil akhir dari penerapan *cognitive behavior therapy* menunjukkan hasil yang positif, konseli mulai bisa mengendalikan dirinya dalam berbelanja.

Kata kunci: *Cognitive behavior therapy* dan *shopaholic online shop*

ABSTRACT

Name: Esa Bagas Alfiansyah NIM: 1713400009, Thesis Title: **Cognitive Behavior Therapy (CBT) To Overcome Shopaholic Online Shops for Students** (Case Study at Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University Banten). Islamic Counseling Guidance Study Program, Faculty of Da'wah, UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

A shopaholic online shop is someone who cannot control his desire to shop online, so that person needs a lot of time and a lot of money without a proper buying counselee or not. A person who is shopping or buying goods or services out of control.

The purpose of research achieved is: 1). Knowing the factors that cause shopaholic shop symptoms among UIN SMH Banten students. 2). Knowledge of the application and final results of cognitive behavioral therapy to overcome shopaholic online shop at UIN SMH Banten students.

The method used in this research is a case study qualitative research method. In collecting data, I used observation, questionnaire, interview and documentation techniques.

From the results of his research, the condition of the counselee cannot control himself in shopping online, is never satisfied and is never satisfied with something that has been obtained. To overcome these problems, researchers used cognitive behavioral therapy techniques with several stages, namely diagnostic assessment, treatment and evaluation. The end result of the application of cognitive behavioral therapy showed positive results, the counselee began to be able to control himself in shopping.

Keywords: Cognitive behavioral therapy and shopaholic online shop



FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN

Nomor	: Nota Dinas	Kepada Yth
Lamp	:	Dekan Fakultas
Dakwah		
Hal	: Ujian Skripsi	UIN SMH Banten
	a.n Esa Bagas Alfiansyah	Di-
	NIM: 171340009	Serang

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama Esa Bagas Alfiansyah NIM: 171340009 dengan judul: ***Cognitive Behavior Therapy (CBT) Untuk Mengatasi Shopaholic Online Shop Pada Mahasiswi*** (Studi Kasus di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten), telah diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas segala perhatian Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Serang, 17 Mei 2022

Pembimbing I

Pembimbing II

H. Ahmad Fadhil, Lc., M.Hum
NIP. 19760704 200003 1 002

Hilda Rosida, S.S., M.Pd.
NIP. 19831121 201101 2 011

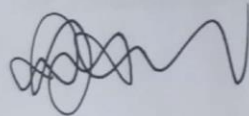
**COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY (CBT) UNTUK MENGATASI
SHOPAHOLIC ONLINE SHOP PADA MAHASISWI**
(Studi Kasus di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin
Banten)

Oleh:

Esa Bagas Alfiansyah
NIM: 17134009

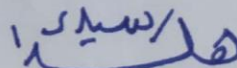
Menyetujui,

Pembimbing I



H. Ahmad Fadhil, Lc., M.Hum
NIP: 19760704 200003 1 002

Pembimbing II



Hilda Rosida, S.S. M.Pd.
NIP: 19831121 201101 2 011

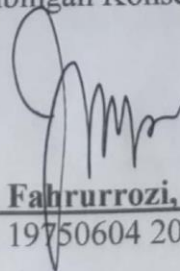
Mengetahui,

Dekan
Fakultas Dakwah



H. Endang Musaddad, M.A.
NIP: 19750626 199803 1 002

Ketua Jurusan
Bimbingan Konseling Islam



A.M. Fahrurrozi, S.Psi, M.A.
NIP: 19750604 200604 1 001

PENGESAHAN

Skripsi a.n. **Esa Bagas Alfiansyah**, NIM: 171340009, Judul Skripsi *Cognitive Behavior Therapy (CBT) Untuk Mengatasi Shopaholic Online Shop Pada Mahasiswi* (Studi Kasus di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten) telah diujikan dalam sidang munaqosah Universitas Islam Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 30 Mei 2022. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah Prodi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 30 Mei 2022

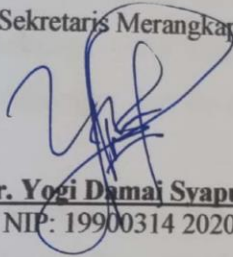
Sidang Munaqosah,

Ketua Merangkap Anggota,



Imalatul Khairat, M.Pd.
NIP: 19900420 201903 2 018

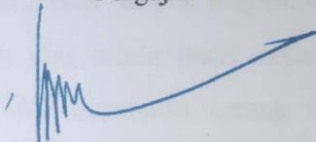
Sekretaris Merangkap Anggota,



Dr. Yogi Damai Syaputra, M.Pd.
NIP: 19900314 202012 1 005

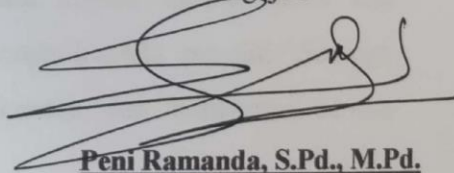
Anggota,

Penguji I



Dr. H. Isak Iskandar, M.Pd., M.M.
NIP: 19650911 199303 1 000

Penguji II



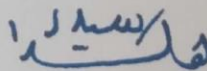
Peni Ramanda, S.Pd., M.Pd.
NIP: 19900804 201903 1 014

Pembimbing I



H. Ahmad Fadhil, Lc., M.Hum
NIP: 19760704 200003 1 002

Pembimbing II



Hilda Rosida, S.S. M.Pd.
NIP: 19831121 201101 2 011

PERSEMBAHAN

Atas segala nikmat dan karunia-Mu wahai Rabb-ku. Ku panjatkan rasa syukur kepada-Mu, Allah SWT yang maha kuasa atas segala sesuatu.

Kupersembahkan skripsi ini kepada kedua permata hatiku yang sangat ku cintai, Bapak Anwar Miftah dan Ibu Evie Mulyanti yang selalu menjadi sumber kekuatan dan penyemangat ku dalam segala hal. Yang telah merelakan jutaan tetesan keringat dan tak bosan membimbing ku sampai saat ini. *My future wife* Sintia Sari yang menjadi inspirasi dan penguat ku. Serta keluarga yang senantiasa mendukung ku. Terima kasih untuk semua dukungan dan do'a tulus yang selalu mengalir utukku.

Terima kasih kepada sahabat-sahabat seperjuangan dan teman organisasi yang senantiasa saling mendukung dan mendoakan. Terutama untuk sahabatku Ridhan Syahdani dan Irpa Hapipudin yang telah menemani dalam perjalanan masa kuliah. Terima kasih atas motivasi yang selalu hadir setiap harinya kepada peneliti. Semoga Allah SWT membalas semua kebaikanmu dan menyertai semua langkah kita semua.

RIWAYAT HIDUP

Peneliti bernama Esa Bagas Alfiansyah, lahir di Serang, 14 September 1999. Peneliti beralamat di JL HM MUSLICH Cikulur Baru RT 004 RW 004, Kecamatan Serang, Kota Serang, Banten. Peneliti merupakan anak ke satu dari pasangan Bapak Anwar Miftah dan Ibu Evie Mulyanti.

Pendidikan formal yang ditempuh oleh peneliti adalah SDN Cikulur Kota Serang lulus tahun 2011, SMPN 13 Kota Serang lulus tahun 2014 dan MAN 1 Kota Serang lulus pada tahun 2017. Pada tahun yang sama, peneliti diterima di Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Selama menjadi mahasiswa di perguruan tinggi tersebut, peneliti pernah menjadi Administrasi Umum Koperasi Mahasiswa (KOPMA) Al-Hikmah, Pengurus HMJ BKI, Ketua Umum *Counseling Bergrafis* (COBRA), dan Ketua bidang logistik *Counseling Movie* (COVIE), Sekretaris Umum Pimpinan Anak Cabang Ikatan Pelajar Nahdlatul Ulama (IPNU) Kecamatan Taktakan, Direktur Lembaga Ekonomi, Kewirausahaan, dan Koperasi (LEKAS) Pimpinan Cabang IPNU Kota Serang serta menjadi anggota Gerakan Nusantara Berdaya (GNB) Kota Serang.

Demikian riwayat hidup yang pernah peneliti lalui selama menempuh pendidikan di Prodi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT, atas Rahmat dan Karunia-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini guna memenuhi persyaratan untuk dapat memperoleh gelar sarjana strata satu pada Prodi Bimbingan Konseling Islam. Shalawat dan Salam peneliti persembahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabat-Nya sampai akhir.

Alhamdulillah dengan pertolongan Allah SWT dan dengan usaha yang sungguh-sungguh akhirnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul ***Cognitive Behavior Therapy (CBT) Untuk Mengatasi Shopaholic Online Shop Pada Mahasiswi*** (Studi Kasus di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten).

Peneliti menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan studi dan skripsi ini. Oleh karena itu, sudah sepantasnya peneliti dengan penuh hormat mengucapkan terima kasih dan mendoakan semoga Allah SWT memberikan balasan terbaik kepada:

1. Bapak Dr. H. Wawan Wahyudin, M.Pd. Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, M.A. Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan persetujuan kepada peneliti dalam menyusun skripsi ini.
3. Bapak A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A Ketua Prodi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

4. Bapak H. Ahmad Fadhil, Lc., M.Hum sebagai Dosen Pembimbing I dan Ibu Hilda Rosida, S.S., M.Pd. sebagai Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, arahan kepada peneliti dengan penuh kesabaran, tenaga dan pikirannya dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten terutama yang telah mengajar dan mendidik peneliti selama kuliah.
6. Seluruh responden yang telah meluangkan waktunya, khususnya SS, Al dan Alm yang telah bersedia membantu selama proses penyusunan skripsi sampai selesai.
7. Bapak dan Ibu pengurus perpustakaan umum, Staf Akademik Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, serta pengurus perpustakaan Daerah Kota Serang yang telah membantu dalam hal administrasi dan sumber bacaan.
8. Seluruh keluarga, terutama kedua orang tua yang peneliti sayangi Bapak Anwar Miftah dan Ibu Evie Mulyanti yang senantiasa memberikan segala doanya tiada henti, memberikan motivasi dan nasihat, serta para keluarga yang sudah banyak mendukung dan memotivasi peneliti.
9. Kepada seluruh sahabat-sahabat, teman-teman seperjuangan BKI dan semua pihak yang terlibat dalam penelitian skripsi ini, yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih atas semuanya.
10. Kepada semua pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi.

Serang, 11 April 2022

Peneliti

ESA BAGAS ALFIANSYAH

NIM: 171340009

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK	ii
ABSTRCT	iii
NOTA DINAS	iv
LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSAH	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
PERSEMBAHAN	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GRAFIK	
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	8
1. Manfaat teoritis.....	8
2. Manfaat praktis.....	8
E. Definisi Operasional.....	9
BAB II KERANGKA TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR	
A. Kerangka Teori.....	11
1. <i>Cognitive behaviour therapy</i>	11
2. <i>Shopaholic online shop</i>	19
B. Kerangka Berpikir	26
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	27
B. Setting Penelitian.....	28
1. Lokasi penelitian.....	28
2. Waktu penelitian.....	28

C. Instrumen Penelitian	29
1. Kuesioner	29
2. Pengembangan kisi-kisi kuesioner	32
3. Pedoman wawancara	33
4. Pedoman dokumentasi	35
D. Sumber Data	36
1. Populasi	36
2. Informan penelitian.....	37
E. Teknik Pengumpulan Data	38
1. Tahap-tahap pengumpulan data.....	39
2. Teknik pengumpulan data yang digunakan	40
F. Teknik Analisis Data	42
G. Teknik Keabsahan Data.....	43

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	45
1. Perencanaan pertemuan konseling.....	45
2. Profil konseli.....	47
3. Kondisi konseli yang mengalami <i>shopaholic online shop</i>	57
4. Proses penerapan <i>cognitive behavior therapy</i> untuk mengatasi <i>shopaholic online shop</i> pada mahasiswi UIN SMH Banten	61
5. Hasil akhir penerapan <i>cognitive behavior therapy</i> untuk mengatasi <i>shopaholic online shop</i> pada mahasiswi UIN SMH Banten	86
B. Pembahasan	93
1. Hasil penelitian terdahulu.....	93

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan.....	97
B. Saran	98

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Proses Konseling berdasarkan konsep Aaron T. Back.....	17
Tabel 2.2 Proses <i>Cognitive Behavior Therapy</i> Yang Telah Disesuaikan Dengan Kultur Di Indonesia	19
Tabel 3.1 Skala Likert	30
Tabel 3.2 Kategori Kelayakan	31
Tabel 3.3 Kisi-kisi Kuesioner tentang Shopaholic Online Shop	32
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Pedoman Observasi Perilaku <i>Shopaholic Online Shop</i>	35
Tabel 3.5 Daftar Sampel Dalam Penelitian	36
Tabel 3.6 Daftar Populasi Dalam Penelitian	37
Tabel 3.7 Daftar Informan Penelitian	38
Tabel 4.1 Perencanaan Pertemuan Konseling	45
Tabel 4.2 Hasil Wawancara Gejala Kecanduan Berbelanja Online pada Diri Konseli	60
Tabel 4.3 <i>Daily Accounting</i> Kesatu Konseli SS	73
Tabel 4.4 <i>Daily Accounting</i> Kesatu Konseli AI	75
Tabel 4.5 <i>Daily Accounting</i> Kesatu Konseli Alm	77
Tabel 4.6 <i>Daily Accounting</i> Kedua Konseli SS.....	80
Tabel 4.7 Skala Prioritas Konseli SS.....	81
Tabel 4.8 <i>Daily Accounting</i> Kedua Konseli AI	82
Tabel 4.9 Skala Prioritas Konseli AI	82
Tabel 4.10 <i>Daily Accounting</i> Kedua Konseli Alm	84
Tabel 4.11 Skala Prioritas Konseli Alm	84
Tabel 4.12 Hasil Penggunaan Pendekatan <i>Cognitive Behaviour Therapy</i>	91

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1.1 Perkembangan Jumlah Pemakai fasilitas Internet tahun 1998-2015	3
--	---