

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 kepada Program Studi Bimbingan Konseling Islam di Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten adalah benar-benar karya tulis ilmiah yang sepenuhnya ditulis oleh peneliti.

Adapun semua bentuk 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 karya tulis ini adalah hasil plagiat atau mencontek karya ilmiah orang lain dengan tidak memperhatikan etika penulisan karya ilmiah, saya bersedia menerima sanksi akademik apapun sesuai dengan aturan yang berlaku.

Serang, 08 September 2023



Tasyri'iyah
NIM: 191520047

ABSTRAK

Nama: **Tasyri'iyah**. NIM: 191520047, Judul Skripsi: “**Konseling REBT Dalam Mengatasi Masalah Penerimaan Diri Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Semester Akhir**” (Studi Di Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten), Jurusan: Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten Tahun 2023 M/ 1445 H.

Mahasiswa akhir tergolong masih berada di usia remaja akhir, yang di mana pada usia-usia ini tidak menutup kemungkinan memiliki pikiran *irrational* pada dirinya, baik mengenai penampilan ataupun yang lainnya. Hal ini bisa terjadi sebab usia remaja akhir sudah memikirkan hal-hal yang menurutnya harus sempurna di mata orang lain. Seperti halnya dalam urusan penampilan, bentuk tubuh, faktor ekonomi dan masih banyak lagi. Beberapa faktor tersebut menyebabkan mereka mempunyai pikiran *irrational* terhadap dirinya sendiri yang menganggap tidak mampu seperti orang lain. Penelitian ini memiliki rumusan masalah: (1) Bagaimana proses dalam konseling *REBT* dalam mengatasi masalah penerimaan diri pada mahasiswa bimbingan konseling islam semester akhir. (2) Bagaimana hasil penerapan konseling *REBT* dalam mengatasi masalah penerimaan diri pada mahasiswa bimbingan konseling islam semester akhir. Dan penelitian ini bertujuan : (1) Untuk mengetahui proses dalam konseling *REBT* dalam mengatasi masalah penerimaan diri pada mahasiswa bimbingan konseling islam semester akhir. (2) Untuk mengetahui hasil penerapan konseling *REBT* dalam mengatasi masalah penerimaan diri pada mahasiswa bimbingan konseling islam semester akhir. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif, yang digunakan untuk merubah pikiran *irrational* mahasiswa menjadi *rasional* mengenai penerimaan diri. Sedangkan pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah pendekatan deskriptif berupa lisan atau ucapan dari perilaku yang sedang diamati. Teknik pengumpulan data yang dilakukan adalah; Observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian ini menunjukkan tahapan selama proses konseling *REBT* melalui empat tahap pertemuan; Diawali dengan membangun *chemistry*, membangkitkan motivasi, dan yang terakhir adalah evaluasi dari proses konseling yang dilakukan. Pada hasil proses konseling ini terjadi perubahan dalam pikiran klien yang sebelumnya *irrational* menjadi *rasional* mengenai penerimaan diri, memiliki cara pandang baru dan mampu mengambil tindakan terhadap masalah yang dialaminya.

Kata Kunci: Konseling REBT, Penerimaan diri

ABSTRACT

Name: **Tasyri'iyah**. NIM: 191520047, Thesis Title: "**REBT Counseling in Overcoming Self-Acceptance Problems in Final Semester Islamic Counseling Students**" (Studies at the Dakwah Faculty of UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten), Department: Islamic Counseling Guidance, Faculty of Dakwah, State Islamic University Sultan Maulana Hasanuddin Banten 2023 M/ 1445 H.

Final year students are still in their late teens, which at this age does not rule out the possibility of having irrational thoughts about themselves, whether regarding appearance or anything else. This can happen because in late adolescence they are already thinking about things that they think should be perfect in the eyes of other people. As in matters of appearance, body shape, economic factors and many more. Some of these factors cause them to have irrational thoughts about themselves that think they are not as capable as other people. This research has a problem formulation: (1) What is the process of REBT counseling in overcoming self-acceptance problems in final semester Islamic counseling guidance students. (2) What are the results of applying REBT counseling in overcoming self-acceptance problems in final semester Islamic counseling guidance students. And this research aims: (1) To determine the process of REBT counseling in overcoming self-acceptance problems in final semester Islamic counseling guidance students. (2) To find out the results of implementing REBT counseling in overcoming self-acceptance problems in final semester Islamic counseling guidance students. The method used is qualitative research, which is used to change students' irrational thoughts into rational ones regarding self-acceptance. Meanwhile, the approach taken in this research is a descriptive approach in the form of verbal or utterance of the behavior being observed. The data collection techniques used are; Observation, interviews and documentation. The results of this research show the stages during the counseling process through four meeting stages; Starting with building chemistry, generate motivation, and finally an evaluation of the counseling process carried out. As a result of this counseling process, there is a change in the client's thoughts from previously irrational to rational regarding self-acceptance, having a new perspective and being able to take action on the problems they are experiencing.

Keywords: REBT Counseling, Self Acceptance



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

Nomor : Nota Dinas
Lamp : -
Hal : Ujian Skripsi
a.n Tasyri'iyah
NIM : 191520047 .

Kepada Yth
**Dekan Fakultas Dakwah
UIN SMH Banten**
Di-
Serang

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah saya membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama Tasyri'iyah, NIM: 191520047 dengan judul **“Konseling REBT Dalam Mengatasi Masalah Penerimaan Diri Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Semester Akhir”** (Studi di Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten), telah diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi Ujian Munaqasyah pada Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

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

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Serang, 08 September 2023

Pembimbing I

Dr. H. Isak Iskandar, M.Pd., M.M.
NIP. 19650911 199303 1 003

Pembimbing II

Iwan Kosasih, S.Kom., M.Pd.
NIP. 19790225 200604 1 001

LEMBAR PERSETUJUAN

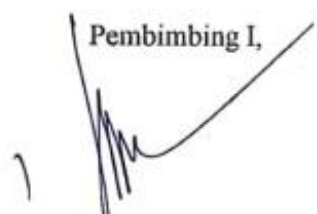
**KONSELING REBT DALAM MENGATASI MASALAH
PENERIMAAN DIRI PADA MAHASISWA BIMBINGAN
KONSELING ISLAM SEMESTER AKHIR**
(Studi di Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten)

Oleh:

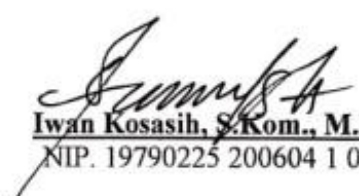
Tasyri'iyah
NIM: 191520047

Menyetujui,

Pembimbing I,


Dr. H. Isak Iskandar, M.Pd., M.M.
NIP. 19650911 199303 1 003

Pembimbing II,



Iwan Kosasih, S.Kom., M.Pd.
NIP. 19790225 200604 1 001

Mengetahui,

Dekan
Fakultas Dakwah


Dr. H. Endad Musaddad, M.A
NIP. 197206261998031002

Ketua Jurusan
Bimbingan Konseling Islam


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

PENGESAHAN


Skripsi a.n Tasyri'iyah, NIM: 191520047, Judul Skripsi: **Konseling REBT Dalam Mengatasi Masalah Penerimaan Diri Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Semester Akhir** (Studi di Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten), telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 12 Oktober 2023. 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, 12 Oktober 2023

Sidang Munaqasyah

Ketua Merangkap Anggota,

Sekretaris Merangkap Anggota,

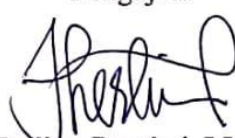

Tb. Nurwahyu, S.Ag., M.A.
NIP. 19711026 200003 1 002

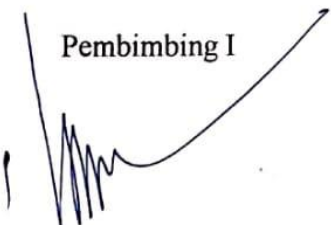

Khairil Anam, M.Si
NIDN. 2023039401

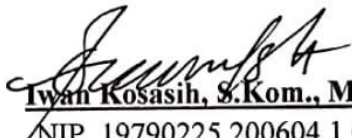
Anggota-Anggota,

Penguji I

Dr. Yahdinil Firda Nadhirah, M.Psi.
NIP. 19771018 200112 2 001

Penguji II

Herlina Pratiwi, M.Pd.
NIP. 19911228 2019032 018

Pembimbing I

Dr. H. Isak Iskandar, M.Pd., M.M.
NIP. 19650911 199303 1 003

Pembimbing II

Iwan Kosasih, S.Kom., M.Pd.
NIP. 19790225 200604 1 001

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan sepenuhnya kepada kedua orang tua terhebat dalam hidup saya, yakni Bapak Mahfud (Alm) yang sudah berbahagia di surganya Allah SWT, dan Ibu Sarmunah yang selalu memberikan dukungan dan tiada henti mendoakan saya, sampai akhirnya saya bisa sampai di titik ini, karena ridho Allah tergantung pada ridho orang tua dan murka Allah tergantung pada murka orang tua. Sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini menandakan salah satu doa mereka telah dikabulkan oleh Allah SWT untuk kebaikan dan kesuksesan saya. Dan yang selalu menjadi sumber kekuatan, motivasi dan penyemangat dalam menyusun skripsi ini. Serta Kakak-kakakku Ajat Sudrajat, Ismatullah, Diya Udin, Imat Muslimat dan Iro Fathiroh yang selalu mendukung dan mensupport adik bungsunya ini.

Dan tak lupa pula skripsi ini saya persembahkan untuk keluarga besar, guru, sahabat, teman-teman seperjuangan BKI B 2019, dan seluruh pihak yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini sampai akhirnya saya bisa segera menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

MOTTO

*“Sesungguhnya kami telah menciptakan manusia
dalam bentuk yang sebaik-baiknya”.*

(Q.S. At-Tin:4)

“Bahwa Sebaik-Baik *Love Yourself* adalah Menjaga Diri dari Perbuatan
Dosa,
dan Sebaik-Baik *Insecure* adalah Merasa Bodoh dalam Urusan Agama”

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Tasyri'iyah, Lahir di Serang, 14 Januari 2001. Saat ini penulis tinggal di Link Karang Tengah Kp. Telu, Kelurahan Pabean, Kecamatan Purwakarta, Kota Cilegon, Banten. Penulis merupakan anak keenam dari enam bersaudara dari pasangan Bapak Mahfud (Alm) dan Ibu Sarmunah.

Pendidikan Formal yang ditempuh oleh penulis adalah TK Negeri Al-Falaq Lulus pada tahun 2008, MI Al-Khairiyah Pabean lulus pada tahun 2013, MTs Al-Khairiyah Karang Tengah lulus pada tahun 2016, SMA Al-Ishlah Cilegon lulus pada tahun 2019. Kemudian, pada tahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan perguruan tinggi di Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Selama menjadi mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, penulis pernah menjadi anggota Himpunan Mahasiswa Jurusan (HMJ) Bimbingan Konseling Islam Periode 2020, Lembaga Dakwah Kampus (LDK) Ummul Fikroh, Community Of Counselor (COC). 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

Puji syukur kita panjatkan kepada Allah SWT dan atas dukungan serta doa dari orang-orang tercinta, Alhamdulillah skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Sholawat serta salam penulis persembahkan kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat dan para ummatnya-Nya hingga *yaumul akhir*.

Alhamdulillah atas izin Allah SWT dan dengan usaha yang sungguh-sungguh dan tak luput dari doa, penulis bisa menyelesaikan skripsi dengan judul **“Konseling *REBT* Dalam Mengatasi Masalah Penerimaan Diri Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Semester Akhir”** (Studi di Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten) diajukan sebagai syarat untuk mendapatkan gelar S1 Sarjana Sosial (S.Sos) Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten, dalam penulisan skripsi ini banyak pihak yang membantu penulis, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyudin, M.Pd, Rektor UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag, M.A, Dekan Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
3. Ibu Dr. Hj. Umdatul Hasanah, M.Ag., Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
4. Bapak A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A, Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten sekaligus Dosen Pembimbing Akademik

yang telah memberikan arahan, mendidik, dan memberikan motivasi pada penulis.

5. Bapak Dr. Isak Iskandar, M.Pd., M.M., selaku dosen pembimbing I yang sudah membimbing, memberikan arahan serta memotivasi untuk terus semangat dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak Iwan Kosasih, S.Kom., M.M.Pd., selaku dosen pembimbing II yang sudah meluangkan waktu, tenaga, pikiran, dan memberikan arahan serta bimbingan kepada penulis.
7. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, terutama yang telah mengajar dan mendidik penulis dengan penuh kasih sayang dan kesabaran selama perkuliahan.
8. Segenap Staff Prodi dan Akademik Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah membantu hingga terselesaikannya skripsi ini.
9. Seluruh keluarga, terutama kedua orang tua yang sangat penulis sayangi Bapak Mahfud (Alm) dan Ibu Sarmunah yang senantiasa mendoakan dan memberikan dukungan sepenuhnya kepada penulis. Serta keluarga Besar yang sudah mensupport penulis.
10. Kepada S, AS, MA sebagai responden dalam penelitian ini terima kasih sudah bekerja sama dengan baik sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar.
11. Seluruh teman-teman seperjuangan BKI Angkatan 2019 UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, khususnya teman-teman seperjuangan BKI B 2019 yang Masya Allah sangat kompak

dan sangat solid selama perkuliahan, momen yang tidak terlupakan adalah saat kuliah daring yang hanya kami saja yang tahu bagaimana kondisi saat itu di kelas kami.

12. Seluruh sahabat dan teman-teman yang terlibat dalam penulisan skripsi ini, yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terima kasih banyak semuanya.
13. Kepada seseorang yang selalu ada dan terlibat dalam proses pembuatan skripsi ini, terima kasih banyak atas segala doa, waktu, dan pikiran yang telah diberikan selama ini.

Serang, 08 September

2023

Penulis

Tasyri'iyah
NIM: 191520047

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK	ii
NOTA DINAS	iv
LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSYAH	v
PENGESAHAN	vi
PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Masalah	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	8
F. Definisi Operasional.....	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teoritis	15
B. Kerangka Berpikir	32
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	35
B. Setting Penelitian.....	36

C. Instrumen Penelitian	38
D. Sumber Data	39
E. Teknik Pengumpulan Data	41
F. Teknik Analisis Data	43
G. Teknik Keabsahan Data.....	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	47
B. Pembahasan	79
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	85
B. Saran	86
DAFTAR PUSTAKA	88
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	91

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Waktu Penelitian	38
Tabel 4.1 Kondisi Pikiran Irrasional Tentang Penerimaan Diri Sebelum Penerapan Konseling <i>REBT</i>	51
Tabel 4.2 Kondisi Pikiran Irrasional Tentang Penerimaan Diri Sesudah Penerapan Konseling <i>REBT</i>	83

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	33
------------------------------------	----