

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri 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, 28 Agustus 2023



Ahmad Aris Salim
191520093

ABSTRAK

Nama: Ahmad Aris Salim, NIM: 191520093, Judul Skripsi: **Konseling Behavior Menggunakan Teknik Asertif Untuk Menangani *People Pleaser* Remaja (Studi Kasus di Kp. Ciloang Sumur Pecung Kota Serang)**. Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, tahun 2023 M/1444 H.

People pleaser adalah sebutan bagi seseorang yang selalu berusaha melakukan atau mengatakan hal yang menyenangkan orang lain, meski bertentangan dengan apa yang dia pikirkan atau rasakan. Seseorang yang mengalami masalah people pleaser ini suka terbawa-bawa oleh temannya, karena mereka tidak mampu untuk mengatakan “tidak” mereka cenderung tidak bisa menolak. Karena jika dia menolak akan merasakan kecemasan dan rasa bersalah. Oleh karena itu, ini perilaku yang kurang baik dan harus di tangani. Dengan cara merubah perilaku tersebut dan di ganti dengan perilaku yang baru yang lebih baik, seseorang yang merubah perilakunya tersebut akan semakin tahu apa potensi dalam dirinya dan dapat berkembang lebih baik lagi untuk masa depannya.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Bagaimana Pelaksanaan Konseling Behavioral Untuk Menangani People Pleaser Remaja?" "Bagaimana penerapan teknik Asertif Untuk Menangani People Pleaser?" dan "Bagaimana hasil penerapan konselibg Behavior Untuk Menangani People Pleaser pada Remaja?". Tujuannya adalah mengetahui bagaimana pelaksanaan konseling behavioral pada remaja, mengetahui penerapan teknik asertif dalam menangani people pleaser pada remaja, mengetahui hasil penelitian menggunakan konseling behavior dengan teknik asertif untuk menangani people pleaser pada remaja.

Jenis penelitian deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan kualitatif, penelitian deskriptif ini mencoba memberikan ide secara sistematis dan cermat terhadap fakta yang sebenarnya dan karakteristik populasi tertentu, rencana pendekatannya melalui studi kasus yang metode penelitiannya menggunakan strategi untuk menemukan kasus-kasus tertentu karena menggunakan cara yang sistematis dalam melakukan pengamatan, pengumpulan data, analisis informasi, dan pelaporan hasilnya.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pada perilaku remaja di Kp. Ciloang Sumur Pecung Kota Serang Provinsi Banten sebelum dan setelah melaksanakan konseling individu menggunakan pendekatan behavioral teknik *asertif*, hal tersebut dapat di lihat dari tabel hasil perkembangan remaja dalam menangani masalahnya people pleaser dan Hasil pendekatan behavioral menggunakan teknik *asertif* yang dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan memberikan perubahan yang baik pada 4 responden dan semua responden mengalami perkembangan yang baik, hasil dari konseling individu menggunakan pendekatan behavior teknik asertif yang diberikan kepada responden semakin terlihat perkembangannya dan terlihat dari diri mereka yang sudah mulai memahami pentingnya menghilangkan perilaku yang kurang baik dan diganti dengan perilaku yang baik, responden mulai menerapkan berperilaku asertif, mampu mengekspresikan perasaannya, mulai berani untuk menolak/mengatakan “tidak” dan lebih mementingkan kebahagiaannya mulai menerapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci Konseling Behavior Menggunakan Teknik *Asertif* Untuk menangani people pleaser remaja



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN
FAKULTAS DAKWAH

Jl. Jenderal Sudirman No.30 Serang 42118 Telp. 0254-2003323 Fax. 0254-200022

Nomor : Nota Dinas Kepada Yth.
Lampiran : **Dekan Fakultas Dakwah**
Ahmad Aris Salim **UIN SMH Banten**
NIM. 191520093 Di –
Serang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

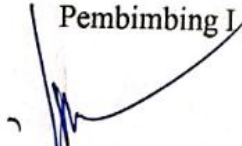
Dipermaiklumkan dengan hormat bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa Skripsi atas nama **Ahmad Aris Salim**, NIM: **191520093** dengan judul: **“KONSELING BEHAVIOR MENGGUNAKAN TEKNIK ASERTIF UNTUK MENANGANI PEOPLE PLEASER REMAJA(Studi Kasus di Kp. Ciloang Sumur Pecung Kota Serang)”**, telah diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

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

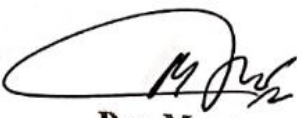
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Serang, 28 Agustus 2023

Pembimbing I


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

Pembimbing II


Drs. Muzayan, M.Si.
NIP. 19630308 199402 1 001

**KONSELING INDIVIDU MENGGUNAKAN
PENDEKATAN BEHAVIOR DENGAN TEKNIK
ASERTIF UNTUK MENANGANI *PEOPLE
PLEASER* REMAJA**

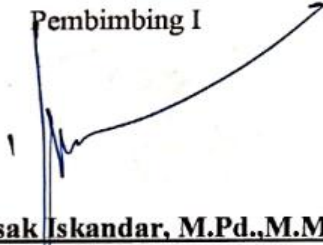
Oleh

Ahmad Aris Salim

191520093

Menyetujui,

Pembimbing I



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

Pembimbing II



Drs. Muzayan M. Si
NIP: 19630308 199402 1 001

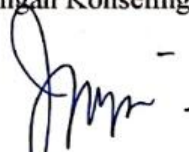
Mengetahui,

Dekan
Fakultas Dakwah



Dr. Endad Musaddad, M.A
NIP: 19720626 199803 1 002

Ketua Prodi
Bimbingan Konseling Islam




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

PENGESAHAN

Skripsi **Ahmad Aris Salim** NIM: **191520093** yang berjudul “**KONSELING INDIVIDU MENGGUNAKAN PENDEKATAN BEHAVIOR DENGAN TEKNIK ASERTIF UNTUK MENANGANI PEOPLE PLEASER REMAJA (Studi Kasus di Kp. Ciloang Sumur Pecung Kota Serang)**”, telah diujikan dalam sidang Munaqosah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal ,20 Desember 2023, skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Program Studi Strata Satu (S1) pada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Sidang Munaqasah,

Ketua Merangkap Anggota,

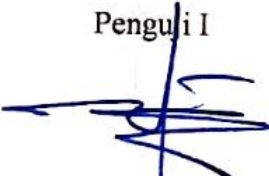

Tb. Nurwahyu, Sag., M.A.
NIP. 19711026 20000 1 002

Sekretaris Merangkap Anggota,



Puspa Nur Afifah, M.Si
NIP. 19931127 202012 2 007

Anggota,


Penguji I


Asep Furqonudin, S.Ag., M.M.Pd
NIP: 19780512 200312 1 001


Penguji II


Monalisa, S.Pd., M.Pd
NIP: 20 0910 9002

Pembimbing I


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

Pembimbing II


Drs. Muzayan, M.Si.
NIP. 19630308 199402 1 001

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobil'alamin, segala puji bagi Allah SWT tuhan semesta alam, terimakasih atas karunia, kasih dan sayang-Mu ya Rabb, ku panjatkan rasa bersyukur kepada-Mu, solawat dan salam saya panjatkan kepada baginda alam nabi Muhammad Saw serta keluarga dan para sahabat, terimakasih telah memberiku kekuatan, kesabaran, kelancaran dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis pun memberikan persembahan kepada :

Surgaku, ibunda Hj. Anisa terimakasih atas do'a yang selalu mengalir deras untuk anak-anakmu, Support yang selalu kau berikan setiap anakmu melangkah, terimakasih atas pendidikan terbaik yang sudah diberikan, dan selalu percaya bahwa anak-anak nya pasti akan sukses di kemudian hari, beliau selalu mengajarkan arti sabar, kuat, dan ikhlas, sehat selalu ibundaku tercinta.

My hero, ayahanda H. Suryadi bimbingan, nasehatmu selalu ku ingat dan menjadikannya sebuah motivasi, selalu memberikan yang terbaik untuk anak-anaknya, selalu meberikan bimbingan keagamaan yang baik dan selalu meridhoi apa yang anaknya kerjakan, sehat selalu my heroku.

Untuk adik-adiku Aprilia Safana, Sirin Khayaroh dan Fajar Sidiq terimakasih atas do'a, support dan dukungannya sehingga alhamdulillah impianku menjadi sarjana akan terwujud.

Seluruh keluarga besar H. Aliyudin (Alm) dan Hj. Muthalaah (Alm), terimakasih atas do'a dan dukungan yang selalu membuat semangatku membara.

Kepada Ayu yulianti terimakasih selalu memberikan suport dan selalu memberikan informasi-informasi yang bersangkutan dengan akademik, terimakasih sudah menjadi bagian dari kisah hidupku, terimakasih.

Kepada keluarga besar Wanggai terimakasih atas dukungan dan suportnya ketika peneliti sedang pusing mengerjakan skripsi mereka selalu ada untuk menghibur dan selalu membantu menghilangkan rasa penat dengan bermain game, terimakasih kerjasama yang luar biasa dalam menyelesaikan skripsi ini.

Seluruh pihak yang memberikan bantuan kepada penulis namun tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih untuk bantuan, do'a, dan kerjasamanya dalam menyelesaikan skripsi ini.

MOTO

“ Hidupmu yang mungkin kau anggap gini-gini aja, mungkin cita-cita hidup orang lain. Maka, bersyukurlah”

(Habib Husein Ja'far Al-Hadar)

“hidup sederhana tanpa ada hasrat untuk mencari perhatian dihadapan manusia adalah diantara ketenangan hati dan bahagia”

(Imam Al-Ghazali)

RIWAYAT HIDUP

Ahmad Aris Salim, anak laki-laki yang terlahir dari rahim ibu yang hebat dilahirkan di Serang, 8 Januari 2002. Saat ini tinggal bersama keluarga di Kp. Ciloang RT/RW 01/09, Kecamatan Serang, Kota Serang, Provinsi Banten, Indonesia. Penulis merupakan anak pertama dari empat bersaudara dan merupakan anak kandung dari pasangan Bapak H. Suryadi dan Hj. Anisa

Pendidikan formal yang ditempuh penulis mulai dari SDN Cipocok Jaya 4 Kota Serang (2007-2013), kemudian melanjutkan ke jenjang SLTP di SMPN 7 Kota Serang (2013-2016), lalu melanjutkan ke jenjang SLTA di SMAN 2 Kota Serang (2016-2019), Alhamdulillah setelah lulus SMA penulis dapat melanjutkan pendidikan S1 sebagai mahasiswa di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanudin Banten pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah.

Sejak duduk dibangku SMP sampai perkuliahan penulis ialah seorang atlet futsal di sekolah Hingga Jurusan pernah memenangkan juara 1 futsal back to back pada tahun 2019 -2021 dan menjadi juara umum pada ajang kejuaraan POM yang diselenggarakan oleh UKM Formasi, selain menjadi mahasiswa penulis juga merupakan anggota dari UKM formasi dan mengikuti organisasi Community Of Counselor (COC).

Demikian catatan singkat mengenai riwayat hidup penulis selama menempuh pendidikan di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanudin Banten.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT. yang telah memberikan karunia dan rahmat-Nya sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana strata satu (S1). Sholawat diiringi salam semoga selalu tercurah kepada baginda Nabi Muhammad SAW, kepada keluarganya, para sahabatnya dan kita selaku ummatnya.

Judul skripsi yang diangkat dalam penelitian ini adalah: "**Konseling Behavior Menggunakan Teknik Asertif Untuk Menangani People Pleaser Remaja**" (Studi Kasus di Kp. Ciloang Sumur Pecung Kota Serang). Dalam penulisan skripsi ini tentunya penulis tidak luput mengalami kesulitan, kendala, dan kekurangan dalam proses penyusunan. Akan tetapi atas kontribusi, kerja sama dari segala pihak penulis dapat bangkit kembali lalu menyelesaikannya secara tuntas. Sebagai bentuk rasa kesyukuran penulis, izinkan untuk mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. KH. Wawan Wahyudin, M.Pd selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten
2. Dr. H. Endad Musaddad, MA. selaku Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten
3. A.M. Fahrurrozi, S.Ps.I, M.A selaku Ketua Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten
4. Drs. Muzayan M. Si., selaku dosen pembimbing akademik sekaligus dosen pembimbing skripsi II dan Dr. H. Isak Iskandar, M.Pd.,M.M. selaku dosen pembimbing skripsi I yang telah membimbing dengan penuh keikhlasan,

kesabaran dan arahan yang tepat sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.

5. Seluruh Dosen dan Staff khususnya Dosen dan Staff Fakultas Dakwah Prodi Bimbingan Konseling Islam.
6. Bapak atas nasehat yang dulu sering terucap dan ibu atas do'a yang selalu menyertai setiap langkah.
7. Kepada Ayu yulianti terimakasih selalu memberikan suport dan selalu memberikan informasi-informasi yang bersangkutan dengan akademik, terimakasih sudah menjadi bagian dari kisah hidupku, terimakasih.
8. Kepada teman-teman BKI sepejuangan dan teman-teman rumah terimakasih banyak atas do'a dan dukungannya dalam menyelesaikan skripsi ini
9. Dan kepada seluruh pihak yang turut membantu dan mengambil peran dalam penulisan skripsi ini tanpa dapat penulis sebutkan satu persatu, penulis mengucapkan terimakasih banyak.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan ini masih banyak kekurangan yang perlu diperbaiki, penulisan ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh sebab itu penulis menyampaikan permohonan maaf atas segala kesalahan, dan menerima kritik dan sarannya dari pembaca agar kedepannya menjadi lebih baik.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Serang, 28 Agustus 2023

Penulis,

Ahmad Aris Salim
191520093

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN	i
ABSTRAK.....	ii
NOTA DINAS	iii
PERSETUJUAN.....	iv
PENGESAHAN	v
PERSEMBAHAN	vi
MOTO	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii

BAB I PENDAHULUAN

1

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Perumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Definisi Operasional.....	6

BAB II KAJIAN PUSTAKA

8

A. Kajian Teoritis.....	8
B. Kerangka berfikir	27
C. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	29

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

33

A. Jenis Penelitian.....	33
B. Setting Penelitian.....	34
C. Instrumen Penelitian.....	35

D. Sumber Data	35
E. Teknik Pengumpulan Data	37
F. Teknik Keabsahan Data.....	39
BAB IV HASIL DAN PENELITIAN	40
A. Hasil Penelitian	40
B. Pembahasan	46
BAB V PENUTUP	84
A. Kesimpulan.....	84
B. Saran.....	86
DAFTAR PUSTAKA	87