

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

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

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

Adapun dikemudian hari terbukti bahwa Sebagian atau seluruh dari isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiarisme atau mencontek karya tulis orang lain, maka saya bersedia untuk adanya sanksi yang berupa seperti pencabutan gelar sarjana yang saya terima atau sanksi akademik lain yang sesuai dengan peraturan berlaku.

Serang, 10 Juni 2024



**Abdul Kabir**  
NIM : 171340138

## **ABSTRACT**

*Name: Abdul Kabir, NIM: 171340138, Thesis Title: Application of Thought Stopping Techniques in Overcoming Clown Phobia in Adolescents, Department of Islamic Guidance Counselling, Faculty of Da'wah, Sultan Maulana Hassanudin State Islamic University Banten Year 2024.*

*A phobia is an overwhelming feeling of fear of a particular situation or object. This fear or anxiety often leads to severe depression, anxiety and panic. Thus, they choose to avoid the object or situation. Everyone has a fear of an object or situation. In general, phobias can be divided into 3 types: social phobia, agorasocial phobia and specific phobia. Clown phobia (coulrophobia) is included in the specific phobia where in the phobia the counselee has an overwhelming and persistent fear of a particular object, animal, situation, or activity. Based on the above background, the problem formulations in this study are: 1) What is the condition of adolescents who experience clown phobia? 2) How is the application of Thought STOPping counselling who experiences phobia of clowns? 3) How is the result of the application of Thought STOPping counselling in overcoming phobia of clowns?*

*This research was conducted in Kubang Jaya Village, Petir District, Serang Regency, Banten Province using qualitative methods. The data collection techniques used are observation, interview, and documentation. Based on the research conducted, it can be concluded that the client feels relieved and happy because he has successfully overcome his phobia of clowns. Now, the client feels more confident and no longer feels inferior due to the fear that previously inhibited him. This success not only improves the client's quality of life but also provides valuable insights for researchers in understanding and overcoming phobias.*

*Keywords: clown, phobia, Thought STOPping, adolescents*

## ABSTRAK

Nama : Abdul Kabir, NIM: 171340138, Judul Skripsi: **Penerapan Teknik *Thought Stopping* Dalam Mengatasi Fobia Badut Pada Remaja** Program Studi Bimbingan Koseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hassanudin Banten Tahun 2024.

Fobia merupakan perasaan takut yang berlebihan terhadap situasi atau benda tertentu. Ketakutan atau kecemasan ini tidak jarang terjadi menyebabkan depresi, kecemasan, dan kepanikan yang parah. Sehingga, mereka memilih untuk menghindari objek atau situasi tersebut. Setiap orang memiliki rasa takut akan sesuatu objek atau situasi. Secara umum, fobia dapat dibagi menjadi 3 jenis yaitu : fobia sosial, fobia agorasosial dan fobia spesifik. Fobia badut (*coulrophobia*) termasuk kedalam fobia spesifik di mana dalam fobia tersebut konseli memiliki ketakutan luar biasa dan menetap terhadap suatu benda, hewan, situasi, atau aktivitas tertentu. Berdasarkan latar belakang di atas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : 1) Bagaimana kondisi remaja yang mengalami fobia badut? 2) Bagaimana penerapan konseling *Thought Stopping* yang mengalami fobia terhadap badut? 3) Bagaimana hasil penerapan konseling *Thought Stopping* dalam mengatasi fobia terhadap badut

Penelitian ini dilaksanakan di Kampung Ciburuy, Desa Kubang Jaya, Kecamatan Petir, Kabupaten Serang, Provinsi Banten dengan menggunakan metode kualitatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa klien merasa lega dan senang karena telah berhasil mengatasi fobia terhadap badut. Kini, klien merasa lebih percaya diri dan tidak lagi merasa rendah diri akibat rasa takut yang sebelumnya menghambatnya. Keberhasilan ini tidak hanya meningkatkan kualitas hidup klien tetapi juga memberikan wawasan berharga bagi peneliti dalam memahami dan mengatasi fobia

Kata Kunci : badut, fobia, *Thought Stopping*, remaja



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

---

Nomor : Nota Dinas  
Lamp :  
Hal : **Ujian Skripsi**  
**a.n Abdul Kabir**  
**NIM : 171340138**

Kepada Yth  
Dekan Fakultas Dakwah  
Di-  
Serang

‘Assalamu’alaikum Wr. Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami Abdul Kabir , NiM : 171340138 dengan judul **Penerapan Teknik *Thought Stopping* Dalam Mengatasi Fobia Badut Pada Remaja**, telah diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqasah pada Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanudin Banten.

Demikian atas segala perhatian Bapak kami ucapkan terima kasih.

**Wassalamu’alaikum Wr.Wb**

Serang, 10 Juni 2024

Pembimbing I

Pembimbing II

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

**Hilda Rosida, S.S. M.Pd.**  
Nip. 19831121 201101 2 011

## LEMBAR PERSETUJUAN

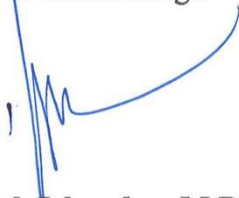
**PENERAPAN TEKNIK *THOUGHT STOPPING* DALAM  
MENGATASI FOBIA BADUT PADA REMAJA**  
Di Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten

Oleh,

**Abul Kabir**  
NIM : 171340138

Menyetujui

Pembimbing I



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


Pembimbing II



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

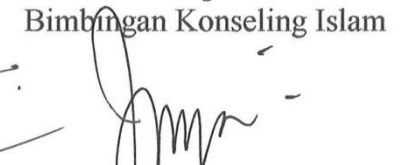
Mengetahui,

Dekan  
Fakultas Dakwah



**M. Musadad, M.A.**  
NIP. 19700720626 199803 1 002

Ketua Program Studi  
Bimbingan Konseling Islam



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

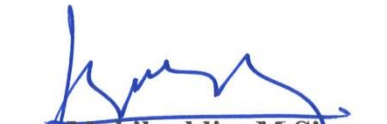
## PENGESAHAN

Skripsi a.n Abdul Kabir NIM: **171340138** yang berjudul **Penerapan Teknik *Thought Stopping* Dalam Mengatasi Fobia Badut Pada Remaja**, telah diajukan dalam sidang Munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Hasanuddin Banten tanggal 13 Juni 2024. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Program Strata Satu (S1) pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten

Serang, 13 Juni 2024

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota,

  
Muhibuddin, M.Si  
NIP. 19700620 199903 1 002

Sekretaris Merangkap Anggota


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

Anggota,


Penguji I

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

Penguji II

  
Herlina Pratiwi, M.Pd.  
NIP. 199112282019032018

Pembimbing I

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

Pembimbing II

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

## **PERSEMBAHAN**

### **Bismillahirrahmanirrahim**

**(Dengan Nama Allah Yang Maha Pengasih Lagi Maha Penyayang)**

Dengan rasa cinta dan kasih sayang serta rasa syukur yang tiada habisnya.

Alhamdulillahirobbilalamin, atas izin Allah SWT. dan atas karunianya,

penulis bisa sampai titik ini. Salawat serta salam selalu terlimpahkan

kepada Nabi muhammad SAW.

Ku persembahkan karya ini untuk kedua orang tua saya, ayah (H.Aman Thabri) dan ibu (Hj.Kartini), saya persembahkan karya ini sebagai bentuk hormat dan terima kasih yang tiada terhingga atas semua pengorbanan dan doa serta dukungannya yang ayah dan ibu berikan. Kalian adalah alasan ku untuk selalu kuat dan melewati semuanya. Semoga ini menjadi langkah awal untuk Kabir bisa mencapai impian kabir sehingga membuat ayah dan ibu bangga dan bahagia, Amiinn....

Ku persembahkan karya ini untuk keluarga besarku yang di mana yang telah mendukung dan mendoakanku atas perjalananku dalam apapun termasuk dalam menyelesaikan perkuliahan ini.

Tidak luput ku persembahkan juga karya ini untuk seluruh sahabatku yang tidak dapat ku sebut satu persatu terima kasih karena selalu memberikan support dalam perjalanan hidupku. Dan tidak luput juga ku persembahkan karya ini untuk diri saya sendiri terima kasih telah begitu kuat dan hebat untuk tetap memilih bertahan di dalam kondisi apapun.

## MOTTO

هُوَ الَّذِي أَنْزَلَ السَّكِينَةَ فِي قُلُوبِ الْمُؤْمِنِينَ لِيَزِدُوا إِيمَانًا مَعَ إِيْمَانِهِمْ ۗ وَاللَّهُ  
جُنُودُ السَّمٰوٰتِ وَالْأَرْضِ ۗ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا

Artinya: Dialah yang telah menurunkan ketenangan ke dalam hati orang-orang mukmin untuk menambah keimanan atas keimanan mereka (yang telah ada). Dan milik Allah-lah bala tentara langit dan bumi, dan Allah Maha Mengetahui, Mahabijaksana;

**(Q.S. Al-Fath ayat 4)**



## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis bernama Abdul Kabir, merupakan anak terakhir dari dua belas (12) bersaudara dari pasangan bapak H. Aman Thabri dan ibu Hj. Kartini, penulis beralamat di Kampung Ciburuy, RT.007/RW.003, Desa Kubang jaya, Kecamatan Petir, Kabupaten Serang, Provinsi Banten.

Jenjang pendidikan formal yang di tempuh penulis TK Nurul Ikhsan, MI Nur El-Falah Kubang, SMP Nur El-Falah Kubang, MA Mahtlabul Huda. Kemudian penulis melanjutkan ke perguruan tinggi Universitas Islam Negri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, mengambil Program Studi Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah.

## KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan nikmat, karunia serta hidayah-Nya hingga skripsi ini terselesaikan. Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW. Tak lupa peneliti ucapkan terima kasih yang tak terhingga bagi kedua orang tua yang telah mengorbankan waktu, tenaga serta doa yang tak pernah terputus. Penyusunan skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana (S.Sos) Fakultas Dakwah Program Studi Bimbingan Konseling ini berjudul ” PENERAPAN TEKNIK *THOUGHT STOPPING* DALAM MENGATASI FOBIA BADUT PADA REMAJA ”.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan ini tidak akan selesai tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak. Maka dari itu, peneliti ingin menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyudi, M.Pd. Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanudin Banten.
2. Bapak Dr. H. Endad Musadad, M.A, Dekan Fakultas Dakwah.
3. Bapak AM. Fahrurrozi, S.Psi, M.A, Kepala Program Studi Bimbingan Konseling Islam.
4. Bapak Dr. H. Isak Iskandar, M.Pd., M.M. Selaku Dosen Pembimbing I Skripsi yang senantiasa Memberikan arahan dan waktunya selama penyusunan.
5. Hilda Rosida, S.S. M.Pd. Selaku Dosen Pembimbing II Skripsi yang senantiasa Memberikan arahan dan waktunya selama penyusunan.

6. Semua Dosen dan Staf Program Studi Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanudin Banten yang membekali peneliti dengan ilmu pengetahuan selama perkuliahan.
7. Bapak dan Ibu tercinta sebagai orang tua yang begitu luar biasa mendidik anaknya sampai saat ini.
8. Untuk keluarga besar dari Bapak dan Ibu yang telah memberikan arahan sehingga proses sarjana tercapai.
9. Sahabat di Bangku Perkuliahan terimakasih sudah banyak membantu selama penelitian, tanpa bantuanmu Skripsi ini tidak akan segera selesai.
10. Teman seperjuangan tersayang, Terima kasih telah memberikan motivasi dan canda tawa yang hangat layaknya keluarga.
11. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu per satu. Terima kasih banyak atas segala bantuan dan dukungannya.

Kesempurnaan hanya milik Tuhan Yang Maha Esa, begitu pun pada proposal skripsi yang masih jauh dari sempurna ini. Oleh karena itu, peneliti menerima saran dan kritik yang bersifat membangun dari semua pihak. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi peneliti khususnya dan bagi almamater beserta para pembaca pada umumnya.

Wassalamualaikum wr.wb

Serang, Mei 2024

**Abdul Kabir**

## DAFTAR ISI

|  |      |
|--|------|
| <b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....   | i    |
| <b>ABSTRACT</b> .....                      | ii   |
| <b>ABSTRAK</b> .....                       | iii  |
| <b>NOTA DINAS</b> .....                    | iii  |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....             | v    |
| <b>PENGESAHAN</b> .....                    | vi   |
| <b>PERSEMBAHAN</b> .....                   | vii  |
| <b>MOTTO</b> .....                         | viii |
| <b>RIWAYAT HIDUP</b> .....                 | ix   |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                | x    |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                    | xii  |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....             | 1    |
| A. Latar Belakang Masalah .....            | 1    |
| B. Identifikasi Masalah .....              | 6    |
| C. Batasan dan Rumusan Masalah .....       | 6    |
| D. Tujuan Penelitian .....                 | 7    |
| E. Manfaat Penelitian .....                | 7    |
| F. Definisi Operasional .....              | 8    |
| <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....         | 10   |
| A. Kajian Teoritis .....                   | 10   |
| B. Kerangka berpikir .....                 | 52   |
| C. Penelitian Terdahulu .....              | 54   |
| <b>BAB III METODELOGI PENELITIAN</b> ..... | 55   |
| A. Jenis Penelitian .....                  | 55   |
| B. Setting Penelitian .....                | 58   |
| C. Instrumen Penelitian .....              | 58   |

|               |                                   |            |
|---------------|-----------------------------------|------------|
|               | D. Sumber Data.....               | 59         |
|               | E. Teknik Pengumpulan Data .....  | 60         |
|               | F. Teknik Analisis Data .....     | 64         |
|               | G. Teknik Keabsahan Data .....    | 67         |
| <b>BAB IV</b> | <b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b> | <b>73</b>  |
|               | A. Hasil Penelitian .....         | 73         |
|               | B. Pembahasan.....                | 107        |
| <b>BAB V</b>  | <b>PENUTUP .....</b>              | <b>109</b> |
|               | A. Kesimpulan .....               | 109        |
|               | B. Saran.....                     | 111        |
|               | <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>        | <b>113</b> |
|               | <b>LAMPIRAN</b>                   |            |