

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

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

Adapun tulisan dan 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 saya merupakan hasil perbuatan plagiarisme atau mencontek karya tulis orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang saya terima ataupun sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 3 Agustus 2017

Farida Aulani
NIM: 133400272

ABSTRAK

Nama: **Farida Aulani**, NIM: **133400272**, Judul Skripsi: : **“Layanan *Client Centered Counseling* Untuk Mengurangi Kecemasan Dalam Perencanaan Karir Siswa (Studi Kasus di SMA Negeri 1 Anyer)”**. Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab, Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten.

Kecemasan adalah hal yang wajar dan alami terjadi dalam kehidupan manusia. Apa pun, dimana pun dan kapan pun terjadi dan selalu menyertai hati manusia. Orang yang tidak mempunyai rasa cemas akan digolongkan abnormal, sebab tidak memiliki rasa yang telah dianugerahkan Allah SWT. Dalam penelitian ini, peneliti fokus pada masalah pribadi siswa tentang kecemasan yang disebabkan oleh faktor internal. Berikut merupakan masalah pribadi yang dialami oleh siswa sebab dari faktor internal tersebut, yaitu sulit mengambil keputusan untuk berkarir di masa depannya dan perbedaan pendapat dengan orang tua. Peneliti menggunakan terapi *Client Centered* sebagai metode terapi. Dalam penelitian ini pula yang menjadi subjek penelitian adalah siswa kelas XII yang berjumlah 5 siswa.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1). Bagaimana kondisi kecemasan siswa dalam merancang perencanaan karir? 2). Apa hasil layanan *Client Centered* yang diterapkan dalam mengurangi kecemasan terhadap peserta didik? Penelitian ini bertujuan: 1). Untuk mendeskripsikan kondisi kecemasan siswa dalam merancang perencanaan karir. 2). Untuk menjelaskan hasil layanan *Client Centered* yang diterapkan dalam mengurangi kecemasan terhadap peserta didik.

Penelitian ini dilaksanakan di sekolah SMAN 1 Anyer dengan objek penelitian sebanyak lima orang peserta didik yang mengalami kecemasan dalam merancang perencanaan karir. Jenis penelitian ini adalah metode kualitatif yang bersifat deskriptif, yaitu peneliti akan mendeskripsikan objek penelitian secara objektif. Sedangkan metode penelitian metode kualitatif sendiri adalah penelitian yang menelusuri peristiwa secara mendalam berdasarkan fakta dan realita. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara dan studi pustaka.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa kecemasan yang terjadi pada siswa di sekolah disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu faktor yang muncul dari dalam individu sendiri. Kemudian faktor eksternal yaitu faktor yang terjadi karena orang tua, keluarga dan lingkungan. Adapun permasalahan yang diteliti adalah permasalahan dari faktor internal, yaitu sulit dalam mengambil suatu keputusan untuk berkarir serta perbedaan pendapat dengan orang tua. Adapun tingkat kecemasan dibagi menjadi beberapa tingkatan yaitu kecemasan ringan, kecemasan sedang dan kecemasan berat.

Pada kelima responden setelah dilakukan *Client Centered Counseling* menunjukkan hasil yang berbeda-beda. Pada setiap responden ada yang menunjukkan perubahan yang sangat baik dan cukup baik. responden DS, NZ dan MA menunjukkan perubahan yang sangat baik, karena ia merupakan tipe orang-orang yang sangat terbuka. Selain itu juga, ia pun sudah lebih tenang dikarenakan ia sudah dapat memutuskan pilihannya dengan baik. Kemudian pada responden TN dan MG mereka sudah menunjukkan perubahan cukup baik pada kecemasannya, namun kecemasannya belum sepenuhnya menghilang. TN dan MG menyatakan bahwa mereka membutuhkan waktu yang sangat panjang untuk benar-benar menghilangkan rasa cemas yang ada pada dirinya itu.

Kata Kunci: Siswa dan Siswi, *Client Centered Counseling* dan Kecemasan.

ABSTRACT

Name: Farida Aulani, NIM: 133400272, Title Thesis:: "Client Centered Counseling Service To Reduce Anxiety In Student Career Planning (Case Study in SMA Negeri 1 Anyer)". Department of Guidance and Counseling Islam, Faculty Ushuluddin Dakwah and Adab, State Islamic University "Sultan Maulana Hasanuddin" Banten.

Anxiety is a natural and natural thing happening in human life. Whatever, wherever and whenever happens and always accompanies the human heart. People who do not have anxiety will be classified as abnormal, because they do not have the sense that has been granted by Allah SWT. In this study, researchers focused on the students' personal problems about anxiety caused by internal factors. Here is a personal problem experienced by students because of these internal factors, namely difficult to make decisions for a career in the future and differences of opinion with parents. Researchers use Client Centered therapy as a method of therapy. In this study also who became the subject of research is a class XII students, amounting to 5 students.

Based on the above background, then the formulation of the problem in this study are: 1). What is the condition of students' anxiety in designing career planning? 2). What are the results of Client Centered services that are applied in reducing anxiety towards learners? This study aims: 1). To describe the condition of students' anxiety in designing career planning. 2). To explain the results of Client Centered services that are applied in reducing anxiety to learners.

This research was conducted in SMAN 1 Anyer school with the object of research as many as five students who experience anxiety in designing career planning. This research type is qualitative method which is descriptive, that is researcher will describe object of research objectively. While the method of research qualitative method itself is a research that traces events in depth based on facts and reality. The data collection techniques used are observation, interview and literature study.

The conclusion of this study is that the anxiety that occurs in students in schools is caused by internal and external factors. Internal factors are factors that arise from within the individual itself. Then external factors are factors that occur because of parents, family and the environment. The problem studied is the problem of internal factors, which is difficult in taking a decision for a career as well as differences of opinion with parents. The level of anxiety is divided into several levels of mild anxiety, moderate anxiety and severe anxiety.

In the five respondents after Client Centered Counseling showed different results. In each respondent there was a very good and good change. DS, NZ and MA respondents show very good change, because it is a very open type of people. In addition, he was also more calm because he was able to decide his choice well. Then to TN and MG respondents they have shown quite good change in their anxiety, but his anxiety has not completely

disappeared. TN and MG stated that they needed a very long time to completely eliminate the anxiety that was in him.

Keywords: Student and Student, Client Centered Counseling and Anxiety.

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

Nomor : Nota Dinas

Lamp :

Hal : **Ujian Skripsi**

a.n. Farida Aulani

NIM: 133400272

Kepada Yth

Dekan Fakultas Ushuludin

Dakwah dan Adab

UIN“SMH” Banten

Di-

Serang

Assalamu’alaikum Wr.Wb.

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami berpendapat bahwa skripsi saudara **Farida Aulani**, Nim: **133400272**, judul skripsi: **“Layanan Client Centered Counseling Untuk Mengurangi Kecemasan Dalam Perencanaan Karir Siswa (Studi Kasus SMA Negeri 1 Anyer)”**. Diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqasyah pada fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab, Jurusan Bimbingan dan Konseling, Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten. Maka kami ajukan skripsi ini dengan harapan dapat segera dimunaqosyahkan.

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

Wassalamu’alaikum Wr. Wb.

Serang, 3 Agustus 2017

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Helmy Faizi Bahrul Ulumi, M.Hum
NIP: 19770813 200604 1 003

Hj. Azizah Alawiyah, B.Ed., M.A
NIP: 19771215 201101 2 004

LAYANAN *CLIENT CENTERED COUNSELING*
UNTUK MENGURANGI KECEMASAN
DALAM PERENCANAAN KARIR SISWA
(Studi Kasus SMA Negeri 1 Anyer)

Oleh:

FARIDA AULANI
NIM: 133400272

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Helmy Faizi Bahrul Ulumi, M.Hum
NIP: 19770813 200604 1 003

Hj. Azizah Alawiyah, B.Ed., M.A
NIP: 19771215 201101 2 004

Mengetahui,

Dekan
Fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab

Ketua Jurusan
Bimbingan dan Konseling Islam

Prof. Dr. H. Udi Mufrodi Mawardi, Lc., M.Ag
NIP: 19610209 199403 1 001

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

PENGESAHAN

Skripsi a.n. Farida Aulani, NIM: 133400272, Judul Skripsi: “Layanan *Client Centered Counseling* Untuk Mengembangkan Perencanaan Karir Siswa (Studi Kasus SMA Negeri 1 Anyer)”. Telah diujikan dalam sidang Munaqosyah Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten pada tanggal 03 Agustus 2017. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten.

Ketua Sidang

Serang, 03 Agustus 2017
Sekretaris Sidang

H. Agus Sukirno, S.Ag.,M.Pd
NIP. 197303282011011001

Penguji I

Hilda Rosida, S.S.,M.Pd
NIP. 198311212011012011

Penguji II

Anggota,

Dr. Masykur, S.Ag.,M.Hum.
NIP. 197606172005011003

Pembimbing I

Agus Ali Dzawafi, M.Fil.I.
NIP. 197708172009011013

Pembimbing II

Dr. Helmy Faizi Bahrul Ulumi, M.Hum
NIP: 197708132006041003

Hj. Azizah Alawiyvah, B.Ed., M.A
NIP: 197712152011012004

PERSEMBAHAN

Atas nama Allah, sujud syukur kupersembahkan skripsi ini untuk kalian para motivatorku: Bapak Ubaidillah dan Ibu Umayah tercinta. Kakak Ku Ujang M.K, Nurul Musfiroh, Ajat Sudrajat, Maria Ulfah, Rika Zahara. Dan kakak Iparku Jamah Sari dan Maspayah serta keponakan tersayang Yumna dan Nizar. Dan orang yang aku sayangi yaitu Jumiel Pimentel yang saya cintai juga. Berkat do'a yang dipanjatkan serta dorongan kuat yang kalian berikan untukku. Akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dan tercapainya gelar sarjana SI. Thanks for all...

MOTTO

“Jadilah seperti pohon yang lebat buahnya yang tumbuh di tepi jalan, yang di lempari orang dengan batu, tapi tetap dibalas dengan buah” (Abu Bakar As-Siddiq)”.

RIWAYAT HIDUP

Penulis, Farida Aulani, lahir di Serang, 24 Desember 1996, anak ke-6 dari enam bersaudara, orang tua bernama Ubaidillah dan Ibu Umayah.

Adapun pendidikan yang sudah penulis tempuh yaitu SD Negeri 2 Anyer tahun 2007, kemudian melanjutkan ke SMP Negeri 2 Anyer lulus pada tahun 2010. Untuk sekolah menengah penulis melanjutkan ke sekolah SMAN 1 Anyer lulus pada tahun 2013. Setelah itu penulis melanjutkan ke jenjang Perguruan Tinggi Islam, Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten pada Fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam pada tahun 2013.

Selama menjadi mahasiswa, penulis mengikuti kegiatan eksternal yang ada di kampus. Pada tahun 2014-2015 mengikuti kegiatan FAM (Front Aksi Mahasiswa).

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sholawat serta salam semoga tercurah limpahkan kepada nabi Muhammad SAW beserta keluarganya, sahabat, pengikut serta kita semua sebagai umatnya. Berkat do'a, dukungan, usaha dan pertolongan Allah SWT penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Layanan *Client Centered Counseling* Untuk Mengurangi Kecemasan Dalam Perencanaan Karir Siswa”. Penulis sangat menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, mengingat keterbatasan pengetahuan, kurangnya pengetahuan informasi serta kurangnya pengalaman yang ada pada diri penulis. Dalam proses penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak berupa pengetahuan, motivasi, dukungan, do'a maupun materil. Untuk itu penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Fauzul Iman, M.A., Rektor UIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten yang telah memberikan kesempatan penulis untuk belajar di UIN “SMH” Banten.
2. Prof. Dr. Udi Mufradi, Lc., M.Ag, Dekan Fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab, UIN “SMH” Banten Yang telah membantu dan mempermudah dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Ahmad Fadhil, Lc., M.Hum, Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN “SMH” Banten yang telah memberikan

dukungan semangat, motivasi, do'a dan mempermudah dalam penyelesaian skripsi ini.

4. Bapak dan Ibu dosen UIN “SMH” Banten, terutama yang mengajar dan mendidik penulis selama kuliah di UIN “SMH” Banten
5. Bapak Dr. Helmy Faizi Bahrul Ulumi, M.Hum sebagai pembimbing I dan Ibu Azizah Alawiyah, B.Ed., M.A sebagai pembimbing II yang telah memberikan arahan, bimbingan dan saran-saran kepada penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Dr. Masykur, S.Ag., M.Hum sebagai penguji I dan Bapak. Agus Ali Dzawafi, M.Fil. I sebagai penguji II.
7. Kepala Sekolah, guru Bimbingan dan Konseling (BK), wali kelas dan para staff sekolah SMAN 1 Anyer yang telah memberikan penulis bimbingan dan inspirasi
8. Kedua orang tua tercinta (Bapak Ubaidillah dan Emak Umayah) yang telah mendidik anaknya penuh dengan rasa kasih sayang pengorbanan dan perjuangan demi anak-anaknya menjadi anak yang berpendidikan. Keponakan ku Yumna Faradilla Kamal dan Muhammad Nizar Kamal yang selalu membuat semangat hidupku serta orang-orang yang selalu sayang dan cinta kepada yang sudah memberikan dukungan dan juga materi saat penyusunan skripsi.
9. Sahabat-sahabat seperjuangan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) angkatan 2013, yang selalu saling memberikan motivasi, semangat, do'a dan bantuan selama kuliah di UIN “SMH” Banten.

Atas segala bantuan yang telah diberikan, penulis berharap semoga Allah SWT memberikan balasan berlipat ganda pahala yang

berlimpah, amin. Adapun segala kesalahan dan kekeliruan dalam penyusunan skripsi ini karena keterbatasan penulis. Untuk itu penulis mengharapkan saran yang bersifat membangun demi perbaikan selanjutnya agar bisa menjadi lebih baik lagi. penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi kita semua yang membaca.

Penulis

Farida Aulani

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT	iii
NOTA DINAS	iv
PERSETUJUAN	v
PENGESAHAN	vi
PERSEMBAHAN	vii
MOTTO.....	viii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Kajian Pustaka	5
F. Kerangka Pemikiran	7
G. Metode Penelitian.....	18
H. Sistematika Penulisan.....	19
BAB II GAMBARAN UMUM SMAN 1 ANYER	
A. Sejarah Singkat Berdirinya SMAN 1 Anyer	21
B. Program Bimbingan dan Konseling SMAN 1 Anyer	25

1. Sejarah Bimbingan dan Konseling SMAN 1	
Anyer	25
2. Layanan dan fungsi BK	27
BAB III	GAMBARAN KECEMASAN SISWA DAN
	SISWI DALAM PERENCANAAN KARIR
A. Profil responden dan permasalahannya	31
B. Proses Terapi <i>Client Centered Counseling</i>	35
BAB IV	PENERAPAN CLIENT CENTERED
	COUNSELING UNTUK MENGURANGI
	KECEMASAN DALAM PERENCANAAN
	KARIR SISWA
A. Proses Konseling	39
B. Hasil Analisis.....	50
BAB V	PENUTUP
A. Kesimpulan.....	59
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	