**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 merupakan hasil karya tulis ilmiah saya pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dibidang penulisan karya tulis ilmiah.

Apabila dikemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiatisme atau mencontek karya tulisan orang lain, maka saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang saya terima ataupun sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Cilegon, 27 Juli 2017

(Materai 6000)

**ISWATUN HASANAH**

NIM. 133400270

**ABSTRAK**

Nama: Iswatun Hasanah, NIM: 133400270, judul skripsi: Konseling *Rational Emotive* Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Wanita Hamil (Studi kasus di Kampung Tegal Cabe Cilegon-Banten). Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab UIN Sultan Mulana Hasanuddin Banten, 2017.

Kehamilan merupakan masa krisis bagi wanita karena pada masa ini emosinya sedang tidak stabil sehingga mengakibatkan wanita hamil menjadi sensitif dan rapuh. Dari hal tersebut, mengakibatkan pikiran sebagian wanita hamil menjadi sempit dan menyebabkan pola pikir para wanita hamil menjadi keliru sehingga mengakibatkan kecemasan.

Dari latar belakang di atas muncul beberapa pertanyaan yang akan menjadi fokus penelitian, diantaranya: 1) Mengapa terjadi kecemasan pada wanita hamil di Kampung Tegal Cabe Cilegon? 2) Bagaimanakah proses konseling *Rational Emotive* dilakukan untuk mengatasi kecemasan pada wanita hamil di Kampung Tegal Cabe Cilegon?. Penelitian ini bertujuan: 1) Untuk mendeskripsikan kecemasan yang dialami para wanita hamil di Kampung Tegal Cabe Cilegon, 2) Untuk mendeskripsikan proses konseling *Rational Emotive* yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan pada wanita hamil di Kampung Tegal Cabe Cilegon.

Penelitian ini dilaksanakan di Kampung Tegal Cabe Kota Cilegon-Banten, dengan objek penelitian sebanyak lima wanita hamil yang mengalami kecemasan. Jenis penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang bersifat deskriptif, yaitu peneliti akan mendeskripsikan objek penelitian secara objektif. Sedangkan metode penelitian 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 yang telah dilakukan kepada lima konseli tersebut adalah, ada tiga penyebab kecemasan yang dialami para wanita hamil. Pertama, kecemasan yang disebabkan oleh pola pikir terhadap mitos *nyidam* yang keliru. Kedua kecemasan yang disebabkan oleh rasa sensifitas yang tinggi, diakibatkan oleh pikiran yang menyempit pada masa kehamilan. Selain itu ada pula kecemasan yang disebabkan oleh kekhawatiran yang berlebih terhadap janin yang dikandungnya. Hal ini terjadi karena kehamilan ini merupakan kehamilan yang pertama.

Proses konseling *Rational Emotive Behaviour* yang dilakukanpada kelima konseli yaitu penggalian informasi tentang konseli dan permasalahannya. Selanjutnya adalah proses penyadaran dan meyakinkan konseli bahwa pola pikir yang selama ini ada di dalam pikirannya tersebut keliru sehingga mengakibatkan kecemasan. Proses yang terakhir yaitu mengembangkan pola pikir konseli yang benar agar tidak terus terjebak pada pola pikir yang keliru.

Kata Kunci: Kehamilan, Konseling *Rational Emotive* dan Kecemasan.

**ABSTRACT**

Name: Iswatun Hasanah, NIM: 133400270, title of thesis: Rational Emotive Behaviour Counseling in Overcoming Anxiety in Pregnant Women (Case Study in Tegal Cabe Village Cilegon-Banten). Department of Guidance and Counseling Islam Faculty Ushuluddin Dakwah and Adab UIN Sultan Mulana Hasanuddin Banten, 2017.

Pregnancy is a time of crisis for women because at this time the emotions are unstable, resulting in pregnant women become sensitive and fragile. From that, causing the minds of some pregnant women to become narrow and cause the mindset of pregnant women to be mistaken, resulting in anxiety.

From the background above came some questions that will be the focus of research, including: 1) Why there is anxiety in pregnant women in Tegal Cabe Village Cilegon? 2) How is the Rational Emotive counseling process done to overcome anxiety in pregnant women in Tegal Cabe Village Cilegon ?. This study aims: 1) To describe the anxiety experienced by pregnant women in Tegal Cabe Village Cilegon, 2) To describe Rational Emotive Behaviour counseling process done to overcome anxiety in pregnant woman in Tegal Cabe Village Cilegon.

This research was conducted in Tegal Cabe Village Cilegon-Banten, with the object of research as many as five pregnant women who experience anxiety. This type of research uses descriptive qualitative method, ie the researcher will describe the object of research objectively. While the method of qualitative research 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 the research that has been done to the five counselees is, there are three causes of anxiety experienced by pregnant women. First, the anxiety caused by the mindset of the wrong myth. Both anxiety caused by a high sense of sensitivity, caused by the mind that narrows during pregnancy. In addition there is also anxiety caused by excessive concerns about the fetus it contains. This happens because this pregnancy is the first pregnancy.

Rational Emotive Behavior counseling process conducted on the five counselee that is extracting information about the counselee and the problem. Next is the process of awareness and convince counselees that the mindset that had been in his mind is wrong, resulting in anxiety. The last process is to develop the right counselee's mindset in order not to continue to get stuck in the wrong mindset.

Keywords: Pregnancy, Rational Emotive Counseling and Anxiety.

**FAKULTAS USHULUDDIN DAKWAH DAN ADAB**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**“SULTAN MAULANA HASANUDDIN” BANTEN**

|  |  |
| --- | --- |
| Nomor : Nota Dinas | Kepada Yth |
| Lamp : Skripsi | Dekan Fakultas Ushuluddin Dakwah |
| Hal : Penguijan Ujian Munaqasyah | dan Adab |
| Nama : Iswatun Hasanah | UIN “SMH” Banten |
| NIM : 133400270 | di - |
|  | Kota Serang |

***Assalamu’alaikum Wr. Wb***

Di permaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami berpendapat bahwa skripsi saudari **Iswatun Hasanah**, NIM **133400270**, judul skripsi **Konseling *Rational Emotive Behaviour* untuk Mengatasi Kecemasan Pada Wanita Hamil (studi kasus di Kampung Tegal Cabe Cilegon).** Diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosyah pada Fakultas Ushuluddin, Dakwah dan Adab, Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN “SMH” Banten. Maka kami ajukan skripsi ini dengan harapan dapat segera di munaqosyahkan.

Demikian, atas perhatian Bapak/Ibu kami ucapkan terimakasih.

***Wassalamu’alaikum Wr. Wb***

|  |  |
| --- | --- |
|  | Serang, 8 Juli 2017 |
| Pembimbing I | Pembimbing II |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| Dr. H. Helmy Faizi Bahrul Ulumi. M.Hum. | Hj. Azizah Alawiyah. B.Ed, M.A. |
| NIP. 19770813 200604 1 003 | NIP. 19771215 201101 2 004 |

**KONSELING *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR* UNTUK MENGATASI KECEMASAN PADA WANITA HAMIL**

**(Studi Kasus Di Kampung Tegal Cabe Cilegon-Banten)**

Oleh :

**Iswatun Hasanah**

**NIM: 133400270**

Menyetujui,

|  |  |
| --- | --- |
| Pembimbing I,  **Dr. H. Helmy Faizi Bahrul Ulumi. M.Hum.**  NIP. 19770813 200604 1 003 | Pembimbing II,  **Hj. Azizah Alawiyah. B.Ed, M.A.**  NIP. 19771215 201101 2 004 |

Mengetahui,

|  |  |
| --- | --- |
| Dekan  Fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab  **Prof. Dr. H. Udi Mufrodi, Lc, M.Ag**  NIP. 19610209 1999403 1 001 | Ketua Jurusan  Jurusan bimbingan dan kpnseling islam  **Ahmad Fadhil, Lc., M.Hum**  NIP. 19760704 200003 1 002 |

**PENGESAHAN**

Skripsi a.n. **Iswatun Hasanah**, NIM: 133400270, Judul Skripsi: **Konseling Rational Emotive Behaviour Dalam Mengatasi Kecemasan Pada Wanita Hamil (Studi Kasus di Kampung Tegal Cabe Cilegon),** telah diujikan dalam sidang Munaqosyah Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten pada tanggal 3 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 Konseling Islam Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten.

Serang, 3 Agustus 2017

Sidang Munaqosyah,

|  |  |
| --- | --- |
| Ketua Merangkap Anggota, | Sekretaris Merangkap Anggota, |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| H. Agus Sukirno, M. Pd | Hilda Rosida, S. S., M. Pd |
| NIP: 19730328 201101 1001 | NIP: 19831121 201101 2011 |

Anggota

|  |  |
| --- | --- |
| Penguji I | Penguji II |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| Dr. Masykur, S. Ag., M. Hum | Agus Ali Dzawafi. M, Fil. I |
| NIP: 19760617 200501 1003 | NIP: 19770817 200901 1 013 |

|  |  |
| --- | --- |
| Pembimbing I | Pembimbing II |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
| H. Helmi Faizi Bahrul Ulumi, M. Hum | Hj. Azazah Alawiyyah, D.Ed., M.A |
| NIP: 19770813 200604 1 003 | NIP: 19771215 201101 2 004 |

**MOTTO**

“Dan orang-orang yang beriman, berhijrahlah serta berjihad pada jalan Allah dan orang-orang yang memberi tempat kediaman dan memberi pertolongan kepada kaum Muhajirin, mereka itulah orang-orang yang benar-benar beriman. Mereka memperoleh ampunan dan rezeki/nikmat yang mulia.”

**(QS. Al-Anfal: 74)**

**PERSEMBAHAN**

Dengan rasa syukur skripsi ini penulis persembahkan untuk:

1. Allah S.W.T yang telah memberikan berbagai kenikmatan terutama nikmat kemudahan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini
2. Orang tua (Muhlis dan Aliyah) dan adik-adik (Wanda, Dikri dan Ikhwan) yang tanpa lelah terus memberikan motivasi dan dukungan material kepada penulis agar skripsi ini segera terselesaikan
3. Akifa Azka Dina, bayi yang selalu membuat penulis tersenyum pada tiap harinya
4. Seluruh keluarga penulis yang selalu menanyakan kabar skripsi dan “sudah lulus belum?” sehingga memotivasi penulis untuk gencar menyelesaikannya.
5. Teman terdekat Fitri Handayani dan Risa Firliyanti yang terus menerus memberikan semangat agar skripsi ini cepat terselesaikan
6. Mbak Tiyas Yasinta yang selalu memberikan semangat dan perhatian kepada penulis, sehingga skripsi ini terselesaikan.

**RIWAYAT HIDUP**

Penulis, Iswatun Hasanah, lahir di Serang pada tanggal 16 Seeptember 1994. Anak pertama dari 4 bersaudara. Anak dari ayahanda Muhlis dan Ibunda Aliyah.

Pendidikan yang sudah penulis tempuh yaitu TK Al-Khairiyah tahun 2000, SDN Kerenceng II 2006, Pondok Pesantren Modern Assa’adah 2009, Pondok Pesantren Modern Assa’adah 2012, kemudian menlajutkan studi di UIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten Fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam.

Selama menjadi mahasiswi di UIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten, penulis mengikuti HMJ (Himpunan Mahasiswa Jurusan) Bimbingan dan Konseling Islam sebagai anggota dalam bidang kominfo pada tahun 2013-2014 dan sebagai sekertaris dalam bidang ekstrenal pada tahun 2014-2015.

**KATA PENGANTAR**

Segala puji hanya bagi Allah SWT yang telah memberikan taufik, hidayah, serta inayah-Nya, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Shalawat beserta salam semoga tetap tercurahkan kepada Rasulullah SAW, keluarga, pada sahabat dan para pengikutnya hingga akhir zaman.

Alhamdulillah dengan penuh rasa syukur skripsi yang berjudul: “Konseling *Rational Emotive Behaviour* Untuk Mengatasi Kecemasan Pada Wanita Hamil (Studi Kasus di Kampung Tegal Cabe Cilegon Banten)”, dapat terselesaikan. Skripsi ini kemungkinan besar tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak. Oleh karenanya penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya, terutama kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Fauzul Iman, M.A. selaku Rektor UIN “SMH” Banten.
2. Bapak Prof. Dr. H. Udi Mufradi M.,Lc.,M.Ag. Selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab yang telah mendorong penulis untuk menyelesaikan studi dan skripsi penulis.
3. Bapak Ahmad Fadhil, Lc, M.Hum. Selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam yang telah memberikan motivasi, dorongan dan saran kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Dr. H. Helmy Faizi Bahrul Ulumi. M.Hum dan Ibu Hj. Azizah Alawiyah. B.Ed, M.A. Selaku pembimbing I dan II yang telah memberikan bimbingan dan saran-saran kepada penulis selama menyusun skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen UIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten”, khususnya yang telah mengajar dan mendidik penulis selama kuliah di UIN “SMH” Banten.
6. Seluruh sahabat-sahabat yang tidak dapat disebut satu persatunya, yang semuanya telah turut banyak memberikan do’a, motivasi dan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.
7. Dan kepada para konseli yang sudah bersedia membantu penulis sehingga peneliti bias menyelesaikannya.

Atas segala bantuan yang telah diberikan, penulis berharap semoga Allah SWT meridhoinya dan membalasnya dengan pahala yang berlimpah. Penulis juga menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, baik dari segi isi maupun metodologi penulisannya.

Untuk itu, kritik dan saran dari pembaca sangat penulis harapkan guna perbaikan selanjutnya. Akhirnya hanya kepada Allah penulis berharap, semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.Amiin.

**DAFTAR ISI**

**PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI** i

**ABSTRAK** ii

**NOTA DINAS** iv

**LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSYAH** v

**LEMBAR PENGESAHAN**……………………………………..... vi

**MOTTO** vii

**PERSEMBAHAN** viii

**RIWAYAT HIDUP** ix

**KATA PENGANTAR**..................................................................... x

**DAFTAR ISI** xii

**BAB I PENDAHULUAN**

1. Latar Belakang 1
2. Rumusan Masalah 4
3. Tujuan Penelitian 5
4. Manfaat Penelitian 5
5. Kajian Pustaka 6
6. Kerangka Teori 8
7. Metodologi Penelitian 26
8. Sistematika Pembahasan 31

**BAB II PROFIL KAMPUNG TEGAL CABE**

1. Sejarah Kampung Tegal Cabe 33
2. Potensi Masyarakat Kampung Tegal Cabe 34
3. Fasilitas Kesehatan 35
4. Kegiatan-Kegiatan di Kampung Tegal Cabe 35

**BAB III PROFIL RESPONDEN DAN PERMASALAHANNYA**

1. Profil Konseli dan Permasalahannya 39
2. Proses Konseling *Rational Emotive Behaviour* 50

**BAB IV PENERAPAN KONSELING *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR* PADA WANITA HAMIL**

1. Proses Konseling *Rasional Emotive Behaviour* dalam Mengatasi Kecemasan pada Wanita Hamil 55
2. Analisis Hasil Konseling *Rational Emotive Behavior* 84

**BAB V PENUTUP**

1. Kesimpulan 95
2. Saran 97

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**