**PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis dengan judul “Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Mengatasi Stres Remaja Pengangguran”. sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dan diajukan pada jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri (UIN) 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 penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil pembuatan plagiarisme atau mencontek karya tulis orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang saya terima atau sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 01 November 2019

**Imamal Mustaqim**

NIM: 153400501

**ABSTRAK**

Nama: Imamal Mustaqim, NIM: 153400501, Judul **“*Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy* Dalam Mengatasi Stres Remaja Pengangguran”** (Studi Kasus di Desa Sumuranja Kecamatan Pulo Ampel). Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah. 2019 M/1441 H.

Remaja yang berpikiran pendek untuk mendapatkan pekerjaan yang mengakibatkan banyak terjadi pengangguran akan berdampak negatif di dalam diri remaja, lingkungan kelurga dan masyarakat, apalagi dengan modal pendidikan dan pengetahuan yang minim, sering memandang untuk mendapatkan pekerjaan sangatlah sulit di karenakan *basic* yang tidak memadai untuk bekerja di suatu perusahaan yang diinginkan. Sebagai pelengkap untuk bisa mendapatkan pekerjaan dengan cara menunggu panggilan dari pihak keluarga yang bekerja sebagai *operhul.*

Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1) Bagaimana gambaran umum remaja di Desa Sumuranaja 2) Bagaimana kondisi remaja yang mengalami stres di Desa sumuranja 3) Bagaimana dampak bagi remaja setelah makukan konseling REBT dalam mengatasi stres remaja penganguran . Tujuan penelitian ini adalah 1) Untuk mengetahui gambaran umum remaja di Desa Sumuranja 2) Untuk mengetahui bagaimana kondisi remaja yang mengalami stres di Desa Sumuranja 3) Untuk mengetahui dampak bagi remaja setelah melakukan konseling REBT dalam mengatasi stres remaja pengangguran.

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Sumuranja Kecamatan Pulo Ampel, dengan subjek peneliti 5 responden yang merasakan stres karena pengangguran. Adapun kelima responden tersebut adalah YM (21), RM (20), CN (20), PN (21), TN (20). Jenis penelitian ini adalah kualitatif dengan teknik pengumpulan data observasi dan wawancara. Selain melakukan penelitian, peneliti juga melakukan konseling melalui pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

Hasil penelitian yamg dilakukan peneliti dengan menggunakan tahap-tahapan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yaitu: tahap 1. Bekerjasama dengan konseli *(Engage with clien)*. Tahap 2. Melakukan asesmen terhadap masalah, orang dan situasi (*Assess the problem, person and situation).* Tahap 3. Mempersiapkan konseli untuk terapi (*Prepare the client for therapy)*. Tahap 4. Mengimplementasikan program treatment (*Implement the treatment program).* Tahap 5. Mengevaluasi kemajuan (*Evaluate Progres)*. Tahap 6. Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling (*Prepare the client for termination)*. Setelah konseling REBT dilakukan kepada remaja akhir yamg mengali stres pengangguran, klien mengalami mengalami perubahan cara pola pikir dan prilaku unruk mendapatkan pekerjaan. Perubahan yang dialami lima klien sudah berfikiran positif dan prilaku positif.

Kata Kunci: Rational Emotive Behavior Therapy, Stres, Remaja Pengangguran

**ABSTRACT**

Name: Imamal Mustaqim, NIM: 153400501, Title "Rational Emotive Behavior Therapy Approach in Overcoming Stress of Unemployed Youth" (Case Study in Sumuranja Village, Pulo Ampel District). Department of Islamic Counseling Guidance Faculty of Da'wah.2019 M / 1441 H.

Short-minded adolescents to get jobs that cause a lot of unemployment will have a negative impact on adolescents, the family and family environment, especially with minimal educational capital and knowledge, often looking for a job is very difficult because of inadequate basic to work in a desired company. As a complement to be able to get a job by waiting for a call from the family who works as an operhul.

Based on the description above, the formulation of the problem in this study are: 1) What is the general description of adolescents in Sumuranaja Village 2) What are the conditions of adolescents who experience stress in Sumuranja Village 3) What is the impact for adolescents after conducting REBT counseling in overcoming unemployment teenage stress. The purpose of this study is 1) To find out the general description of adolescents in Sumuranja Village 2) To find out how the condition of adolescents who experience stress in Sumuranja Village 3) To determine the impact for adolescents after conducting REBT counseling in dealing with adolescent unemployment stress.

This research was conducted in the Sumuranja Village, Pulo Ampel Subdistrict, with the research subjects being 5 respondents who felt stressed due to unemployment. The five respondents were YM (21), RM (20), CN (20), PN (21), TN (20). This type of research is qualitative with observation and interview data collection techniques. In addition to conducting research, researchers also conduct counseling through the Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) approach.

The results of research conducted by researchers using the stages of Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) techniques, namely: stage 1. Cooperate with counselee (Engage with clien). Stage 2. Assess the problem, people and situations (Assess the problem, person and situation). Stage 3. Prepare counselee for therapy (Prepare the client for therapy). Stage 4. Implement the treatment program (Implement the treatment program). Stage 5. Evaluate progress (Evaluate Progress). Stage 6. Prepare counselee to end counseling (Prepare the client for termination). After REBT counseling is conducted to the late teens who multiply the stress of unemployment, the client experiences a change in the way of thinking and behavior to get a job. The changes experienced by five clients have positive thoughts and positive behaviors.

Key Word: Rational Emotive Behavior Therapy, Stres, Unemployed Youth.

**FAKULTAS DAKWAH**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)**

**SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN**

Nomor : Nota Dinas Kepada Yth.

Lamp : - Dekan Fakultas Dakwah

Hal : Ujian Skripsi UIN SMH Banten

a.n Imamal Mustaqim Di\_

NIM: 153400501 Serang

***Assalamualaikum Wr. Wb.***

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami berpendapat bahwa skripsi saudara **Imamal Mustaqim**, **NIM: 153400501**, judul skripsi **“Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* dalam Mengatasi Stres Remaja Pengangguran** diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqasyah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas perhatian Bapak dan Ibu kami ucapkan terima kasih.

***Wassalamualaikum Wr.Wb.***

Serang, 01 November 2019

|  |  |
| --- | --- |
| Pembimbing I  **Dr. Erdi Rujikartawi, M. Hum**  NIP. 19730906 200501 1 003 | Pembimbing II  **Iwan Kosasih,S.Kom., M.M Pd** NIP. 19790225 2000604 1001 |

**PENDEKATAN RATIONAL *EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY***

**DALAM MENGATASI STRES REMAJA PENGANGGURAN**

(Studi khasus di Desa Sumuranja Kecamatan Pulo Ampel)

Oleh:

**Imamal Mustaqim**

NIM: 153400501

Menyetujui,

|  |  |
| --- | --- |
| Pembimbing I  **Dr. Erdi Rujikartawi, M. Hum**  NIP. 19730906 200501 1 003 | Pembimbing II  **Iwan Kosasih, S.Kom., M.M.Pd**  NIP. 19790225 200604 1 001 |

Mengetahui,

|  |  |
| --- | --- |
| Dekan  Fakultas Dakwah  **Dr. H. Suadi Sa’ad, M.Ag**  NIP: 19631115 199403 1 002 | Ketua Jurusan  Bimbingan Konseling Islam  **H. Agus Sukirno, S.Ag, M.Pd**  NIP: 19730328 201101 1 001 |

**PENGESAHAN**

Skripsi a.n **Imamal Mustaqim,** NIM: **153400501,** judul skripsi: “**Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* Dalam Mengatasi Stres Remaja Pengangguran”** (Studi kasus di Desa Sumuranja Kecamatan Pulo Ampel). telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada 06 November 2019.

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 06 November 2019

Sidang Munaqasyah,

|  |  |
| --- | --- |
| Ketua Merangkap Anggota | Sekretaris Merangkap Anggota |

|  |  |
| --- | --- |
| Penguji I | Penguji II |

|  |  |
| --- | --- |
| Pembimbing I  **Dr. Erdi Rujikartawi, M. Hum**  NIP. 19730906 2005011 1 003 | Pembimbing II  **Iwan Kosasih, S.Kom., M.M.Pd** NIP. 19790225 200604 1 001 |

**MOTTO**

***“apabila shalat telah dilaksanakan, maka bertambahla kamu dibumi: carilah karunia allah dan ingatlah allah banyak-banyak agar kamu beruntung”***

**(Q.S Al Jumu’ah : 10)**

***-Kata-kata mutiara Islam-***

***"Jika kita yakin di dunia ini tidak ada yang tidak mungkin, karena Allah Maha berkehendak atas segalanya. Dan sebaik-baiknya keputusan adalah keputusan Allah, sebaik-baiknya rencana adalah rencana Allah, kamu hanya perlu berusaha semampumu karena proses tidak akan pernah mengkhianati hasil"***

***-Imamal Mustaqim-***

**PERSEMBAHAN**

Kepada siapapun diri yang kini sedang membaca skripsi ini*.* Insya Allah penelitian ini dibuat bukan hanya sekedar untuk menyelesaikan kewajiban tugas akhir untuk mengejar sebuah gelar bernama “sarjana”

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya yang sangat sayangi dan menjadi orang yang paling saya banggakan karena Allah Subhanahu Wata'ala, Bapak H.Sanwani dan Almarhumah Ibu Hj. Maimunah. Mereka adalah sosok yang begitu berarti dalam hidup saya, yang memiliki kasih sayang yang begitu luas yang takan pernah terganti, pemiik nasehat dan dekapan yang paling indah, serta pemilik pintu maaf yang tak akan pernah tertutup. Kemudian kepada teteh saya Mamduhah dan Nenek saya yang sudah banyak berkorban dan berjasa untuk saya untuk menyelesaikan setiap perjalanan hidup yang saya lalui, terimakasih atas doa dan dukungannya.

Kemudian saya ucapkan terimaksih juga kepada kelurga besar H. Marzuki, sahabat terdekat As’ari dan mamang saya Bapak Janal.S.Pd serta teman-teman khusnya BKI B angkatan 2015 khususnya keluarga Lovebird NS BC.

Dan tidak lupa kepada teman-teman yang sudah menemani perjalanan saya, yang sudah mau berbagi waktu, pengalaman yang tak terhingga dalam hidup, diantaranya adalah Muta Apip, Mamu Majmudin, Rahmat Hasanudin dan teman-teman yang lain yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu dalam tulisan persembahan ini. Terimakasih untuk semuanya dan siapapun yang telah banyak memberikan banyak doa dan dukungan untuk saya. Semoga Allah senantiasa memberikan perlindungan dan kasih sayang-Nya kepada semuanya. Dan semoga Allah selalu memudahkan dan berikan jalan terbaik dalam kehidupan teman-teman. Dan akhirnya saya berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan bagi siapapun yang selalu berusaha menebar kebaikan. *Aamiin Allahuma Aamiin.*

# RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Imamal Mustaqim, lahir di Desa Sumuranja Rt 02 RW 01, Desa Sumuranja Kecamatan Pulo Ampel, Kabupaten Serang. Pada Hari Selasa 21 Januari 1997. Penulis merupakan anak kedua dari dua bersaudara dari pasangan Bapak H. Sanwani dan Ibu Hj. Maimunah

Pendidikan Formal yang saya tempuh adalah sebagai berikut: SDN Sumuranaj 2, lulus tahun 2009. Lanjut ke MTs Negeri Bojonegara, lulus tahun 2012. Setelah itu melanjut pendidikan di SMA Negeri 4 Cilegon, lulu pada tahun 2015. Pada tahun 2015 masuk PerguruanTinggi Institut Agama Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam pada Fakultas Ushuluddin, Dakwah dan Adab yang sekarang sudah menjadi Universitas Negeri Islam Sultan Maulana Hasanuddin Banten, pada jurusan Bimbingan Konseling IslamFakultas Dakwah.

# KATA PENGANTAR

***Bismillahirrahmanirrahim***

Segala puji dan syukur kehadirat Allah *Subhanahu wa ta’ala*. yang telah melimpahkan segala rahmat, karunia dan hidayah-Nya untuk kita semua. Shalawat beserta salam semoga senantiasa tetap terlimpah curahkan kepada Nabi kita Muhammad *Shallallahu ‘alaihi wa sallam*. Yang telah menyebarkan dakwah Islam sehingga rahmat Islam bias kita rasakan sampai saatini.

Alhamdulillah dengan izin Allah yang Maha Kuasa, saya dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* Dalam Mengatasi Stres Remaja Pengangguran” tentu dengan bantuan, bimbingan, semangat dan doa dari orang-orang terbaik yang ada disekeliling saya selama proses penyelesaian penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terimakasih sedalam-dalamnya terutama kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Fauzul Iman, M.A. RektorUniversitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. H. Suadi Sa’ad, M.Ag. Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
3. Bapak H. Agus Sukirno, S.Ag. M.Pd. Selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
4. Bapak Dr. Erdi Rujikartawi, S.Hum selaku pembimbing I dan Bapak Iwan Kosasih, S.Kom, M.Pd selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, arahan, motivasinya kepada saya dengan penuh kesabaran, tenaga dan pikirannya dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen serta seluruh civitas Akademika Fakultas Dakwah yang telah mendidik dan membantu saya selama duduk di bangku perkuliah di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
6. Seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktunya untukdi wawancarai dan mengikuti proses kegiatan konseling REBT yang penulis laksanakan
7. Kepada orang tua yang penulis sangat cintai dan sayangi Bapak H.Sanwani dan Hj. Maimunah, senantiasa mendidik, membesarkan dan memberikan kasih sayang yang tak terhingga
8. Terakhir saya ucapkan terimakasih kepada keluarga besar Bimbingan Konseling Islam B/2015,sahabat-sahabatyang telah memberikan motivasi kepada saya, dan pihak lain yang sudah berkontribusi dalam proses pengerjaan skripsi ini yang tidak dapat saya sebutkan namanya satu persatu. Tidak ada yang dapat saya berikan selain ucapan terimakasih dan semoga Allah *subhanahu wa ta’ala* membalasnya dengan pahala yang berlimpah Amiin.

Saya menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan baik dari segi isi maupun metodologi penulisannya. Untuk itu, kritik dan saran dari pembaca sangat saya harapkan guna perbaikan selanjutnya.

Serang, 01 November 2019

Penulis