

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis 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 saya.

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 plagiarisme atau mencontek karya orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang saya terima atau sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 25 Juni 2020
Penulis

RESA SAHARA
NIM. 161340140

ABSTRAK

Nama: **Resa Sahara**, NIM: 161340140, Judul Skripsi: **Penerapan *Rational Emotive Therapy* Terhadap Kecemasan Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus**, Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten Tahun 2020.

Awal yang menjadi pemicu kecemasan pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus yaitu merasa dirinya tidak nyaman ketika anaknya bermain dan berada dilingkungan masyarakat, merasa anaknya akan tidak mendapatkan perlakuan yang layak seperti anak-anak normal lainnya dan merasa tertekan ketika anaknya bermain tanpa didampinginya. Akibatnya orang tua tersebut selalu dibayangi oleh pikiran-pikiran negatif yang menimbulkan kegelisahan dan kecemasan tersendiri bagi hidupnya dan menjadikannya beban tambahan dalam hidupnya.

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: 1) Apa bentuk kecemasan orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus? 2) Apakah penerapan *rational emotive therapy* dapat mengatasi kecemasan orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus?

Penelitian ini bertujuan: 1) Untuk memahami bentuk kecemasan orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus. 2) Untuk menjelaskan penerapan *rational emotive therapy* dalam mengatasi kecemasan orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus.

Penelitian ini dilaksanakan di Kp. Cigobang, Randakari, Ciwandan, Cilegon, Banten, dengan jumlah responden sebanyak 5 orang. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif deskriptif. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara dan dokumentasi.

Dari hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa: 1) Orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus memiliki kecemasan neurotik, bentuk kecemasan neurotik yang dialami oleh responden yaitu responden mengalami ketegangan ketika anaknya berbaur dengan masyarakat. Dan kecemasan yang tertahan oleh hati nurani yaitu responden mengalami kekhawatiran yang berlebihan dalam menghadapi anaknya. 2) RET memiliki tiga tahapan yaitu: 1) Tahap awal, konselor mencoba mendekatkan diri dengan klien agar klien merasa nyaman dan secara terbuka mengungkapkan problem yang dialaminya. 2) Tahap kedua, pada tahap ini adalah proses pencarian pemahaman problem-problem yang sedang dihadapi klien. 3) Tahap ketiga, pada tahap ini konselor mencoba mencari teknik yang sesuai dengan apa yang dialami klien. Penerapan RET pada orang tua yang memiliki anak berkebutuhan khusus berdampak positif. Hal ini dapat dilihat dari perubahan yang dialami oleh 5 dari 5 responden, bahwasanya responden yang mengalami kecemasan neurotik telah mampu meminimalisir rasa khawatir, mampu menghilangkan prasangka buruknya, serta responden yang mengalami kecemasan yang tertahan telah mampu menguatkan hatinya, dan mampu merubah pikiran negatifnya menjadi pikiran positif setelah dilakukan penerapan RET.

Kata Kunci: Kecemasan, *Rational Emotive Therapy*.

ABSTRACT

Name: **Resa Sahara**, NIM: 161340140, Thesis Title: **Application of Rational Emotive Therapy to the Anxiety of Parents Who Have Children with Special Needs**, Department of Islamic Counseling Guidance Faculty of Da'wah Faculty of Islamic University of Sultan Maulana Hasanuddin Banten in 2020.

The beginning that triggers anxiety in parents who have children with special needs, they feel uncomfortable when their children play and are in the community, feel their children will not get proper treatment like other normal children and feel depressed when their children play without his side. As a result, these parents are always overshadowed by negative thoughts that cause anxiety and anxiety for their lives and make it an additional burden in his life.

Based on the description above, the problem formulation in this study is as follows: 1) What is the form of anxiety of parents who have children with special needs? 2) Whether the application of rational emotive therapy can overcome the problem of parents who have children with special needs?

This study aims: 1) To understand the forms of anxiety of parents who have children with special needs. 2) To explain the application of rational emotive therapy in overcoming anxiety of parents who have children with special needs.

This research was conducted in Kp. Cigobang, Randakari, Ciwandan, Cilegon, Banten, with 5 respondents. This research is a descriptive qualitative research. The data collection techniques used are observation, interview and documentation.

From the results of this study, it can be concluded that: 1) Parents who have children with special needs have neurotic anxiety, a form of neurotic anxiety experienced by respondents, namely respondents experiencing tension when their children mingle with the community. And anxiety restrained by conscience that is the respondent experiencing excessive concern in dealing with their children. 2) RET has three stages: 1) The initial stage, the counselor tries to get closer to the client so that the client feels comfortable and openly expresses the problems they are experiencing. 2) The second stage, at this stage is the process of finding an understanding of the problems being faced by clients. 3) The third stage, at this stage the counselor tries to find techniques that are appropriate to what is experienced by the client. The application of RET to parents who have children with special needs has a positive impact. This can be seen from the changes experienced by 5 out of 5 respondents, that respondents who have neurotic anxiety have been able to minimize their worries, are able to get rid of their prejudices, and respondents who experience restrained anxiety have been able to strengthen their hearts, and are able to turn their negative thoughts into thoughts positive after the implementation of RET.

Keywords: Anxiety, Rational Emotive Therapy.



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

Nomor	: Nota Dinas	Kepada Yth,
Lamp	: -	Dekan Fakultas Dakwah
Hal	: Ujian Skripsi	UIN SMH Banten
	a.n. Resa Sahara	Di –
	NIM. 161340140	Serang

Assalamualaikum Wr. Wb.

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan menganalisa serta mengadakan koreksi seperlunya, kami berpendapat bahwa skripsi Saudari **Resa Sahara**, NIM: **161340140** yang berjudul: **Penerapan *Rational Emotive Therapy* Terhadap Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus** (Studi di Kp. Cigobang, Randakari, Ciwandan, Cilegon, Banten), telah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Maka kami ajukan skripsi ini dengan harapan dapat segera dimunaqasyahkan.

Demikian atas segala perhatiannya kami ucapkan terima kasih

Wassalamualaikum Wr. Wb

Serang, 25 Juni 2020

Pembimbing I

Dr. Masykur, M.Hum

NIP. 19760617 200501 1 003

Pembimbing II

Ahmad Fadhil, Lc., M.Hum

NIP. 19760704 200003 1 002

**PENERAPAN *RATIONAL EMOTIVE THERAPY* TERHADAP
KECMASAN ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK
BERKEBUTUHAN KHUSUS**

Di Kp. Cigobang, Randakari, Ciwandan, Cilegon, Banten

Oleh:

RESA SAHARA
NIM. 161340140

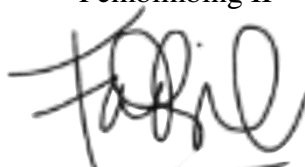
Menyetujui,

Pembimbing I



Dr. Masykur, M.Hum
NIP. 19760617 200501 1 003

Pembimbing II



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

Mengetahui,

Dekan Fakultas Dakwah

Dr. H. Suadi Sa'ad, M.Ag
NIP. 19631115 199403 1 002

Ketua Jurusan
Bimbingan Konseling Islam

H. Agus Sukirno, M.Pd
NIP. 19730328 201101 1 001

PENGESAHAN

Skripsi a.n. Resa Sahara, NIM: 161340140, Judul Skripsi: **Penerapan *Rational Emotive Therapy* Terhadap Kecemasan Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus** (Studi Di Kp. Cigobang, Randakari, Ciwandan, Cilegon, Banten) telah diajukan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 03 Juli 2020. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 03 Juli 2020

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota



Drs. Muzayan, M.Si

NIP. 19630308 199402 1 001

Sekretaris Merangkap Anggota



Maya Afa, S.Th.I., M.Si.

NIDN. 2013068302

Anggota

Penguji I

H. Agus Sukirno, M.Pd

NIP. 19730328 201101 1 001

Penguji II

Dra. Eni Nur'aeni, M.S.I

NIP. 19600808 199103 2 002

Pembimbing I



Dr. Masykur, M.Hum

NIP. 19760617 200501 1 003

Pembimbing II



Ahmad Fadhi, Lc., M.Hum

NIP. 19760704 200003 1 002

PERSEMBAHAN

Tak lupa saya ucapkan syukur terima kasih kepada Allah SWT yang senantiasa telah memberikan kesehatan dan kenikmatan lainnya sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini. walaupun banyak halangan dan rintangan, namun Allah SWT senantiasa memudahkan semuanya.

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya, Ayahanda Sahiri dan Ibunda Asmirah yang selalu memberikan doa dan dukungan yang tak ada hentinya. Serta teruntuk keluarga dan kerabat yang selalu memberikan motivasi dan mendoakan.

Terima kasih untuk Bapak Dr. Masykur, M.Hum dan Bapak Ahmad Fadhil Lc., M.Hum dosen pembimbing yang selalu membimbing, mengajarkan, mengarahkan, menegur, dan selalu memberikan yang terbaik tentunya.

Terima kasih untuk teman-teman BKI D 2016, khususnya Ria Islamiyah, Siti Rogayah, Siti Afifah Destiarani, Nining Sariningsih, Widiati Sa'adah, Ita Rosita, yang telah menemani saya selama kurang lebih 4 tahun ini, yang selalu memberi semangat dan doa satu sama lain.

Terima kasih untuk RT Kp. Cigobang dan pihak Kelurahan Randakari yang telah mengizinkan saya untuk melakukan penelitian di sana. Serta teruntuk para masyarakat Kp. Cigobang yang telah bersedia menjadi responden selama penelitian berlangsung.

Dan terima kasih untuk semua yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

MOTTO

مَنْ صَبَرَ ظَفِرَ

“Barang siapa yang bersabar, maka dia akan beruntung”

(Al-Mahfudzot)

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Resa Sahara, lahir di Serang, 02 Januari 1997. Penulis beralamat di Link. Sak-Sak Lurah RT/RW 015/004 Ds. Kepuh Kec. Ciwandan Kota. Cilegon Provinsi Banten. Penulis merupakan pertama dari satu bersaudara dari pasangan Bapak Sahiri dan Ibu Asmirah.

Jenjang Pendidikan formal yang ditempuh oleh penulis SDN Kepuh lulus tahun 2009, MTs Negeri Anyer lulus tahun 2012, Pondok Pesantren Modern Al-Hasyimiyah lulus tahun 2016. Kemudian penulis melanjutkan ke perguruan tinggi Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten mengambil jurusan Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah.

Selama menjadi mahasiswa di perguruan tinggi tersebut, penulis aktif di Himpunan Mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam sebagai anggota bidang kominfo periode 2016-2017, Demikian riwayat hidup yang pernah penulis jalani selama menempuh jenjang Perguruan Tinggi Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Baanten Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini guna memenuhi persyaratan untuk mendapat gelar sarjana strata satu pada jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah UIN “SMH” Banten. Shalawat beserta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat dan para pengikut ajaran Islam sampai akhir zaman.

Dengan pertolongan Allah dan usaha yang bersungguh-sungguh penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul: **Penerapan *Rational Emotive Therapy* Terhadap Kecemasan Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus** (Studi di Kp. Cigobang, Randakari, Ciwandan, Cilegon Banten).

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari kekurangan, kelemahan dan masih jauh dari kesempurnaan. Namun demikian, penulis berharap semoga dengan adanya skripsi ini mudah-mudahan dapat membawa manfaat sebagai bahan pertimbangan dan khazanah ilmu pengetahuan Islam.

Dengan segala hormat penulis berterima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini, dengan segala kerendahan dan penuh penghormatan penulis ucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Fauzul Iman, MA, Rektor UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. H. Suadi Sa’ad, M.Ag, Dekan Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
3. Bapak H. Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd, Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan arahan, mendidik dan memberikan motivasi kepada penulis.
4. Bapak Dr. Maykur, M.Hum, Pembimbing I dan Bapak Ahmad Fadhil, Lc., M. Hum, Pembimbing II yang telah meluangkan waktunya,

- memberikan bimbingan, arahan, motivasinya kepada penulis dengan penuh kesabaran, tenaga dan pikirannya dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.
5. Kepada seluruh dosen dan staf di Fakultas Dakwah yang telah memberikan bekal pengetahuan yang begitu berharga selama penulis kuliah di UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
 6. Bapak Ahmad Suhel, Kepala RT Kp. Cigobang yang telah membantu, memberikan tempat, informasi dan arahan selama melakukan penelitian.
 7. Masyarakat Kp. Cigobang yang telah membantu dan bekerja sama selama penelitian.
 8. Kedua orang tua yang sangat penulis cintai, Ayahanda Sahiri dan Ibunda Asmirah, serta adikku yang telah memberikan dukungan yang begitu berharga bagi penulis, baik dukungan material maupun moril serta kasih sayang yang tidak pernah putus.
 9. Kepada sahabat-sahabat satu perjuangan yang telah memotivasi dan membantu dalam berbagai dalam menyelesaikan skripsi ini.
 10. Teman-teman seperjuangan BKI D 2016 yang telah menemani penulis selama perkuliahan.

Akhirnya kepada Allah SWT penulis memohon agar kebaikan semua pihak yang sudah membantu penulis dapat diberi keberkahan dan dibalas oleh Allah SWT dengan berlipat ganda, *Aamiin*.

Serang, 25 Juni 2020

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK	ii
ABTRACT	iii
NOTA DINAS	iv
LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSAH	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
PERSEMBAHAN	vii
MOTTO	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	10
D. Manfaat Penelitian	10
E. Kajian Pustaka	11
F. Kerangka Teori	15
G. Metode Penelitian	43
H. Sistematika Penulisan	49
BAB II KONDISI OBJEKTIF KP. CIGOBANG	51
A. Letak Geografis, Demografis dan Kondisi Masyarakat Kp. Cigobang..	51
B. Tanggapan Masyarakat terhadap Kecemasan Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus	60
BAB III KECEMASAN ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS	63
A. Profil Responden Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus	63
B. Bentuk Kecemasan Orang Tua yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus	73

**BAB IV PENERAPAN *RATIONAL EMOTIVE THERAPY* TERHADAP
KECEMASAN ORANG TUA YANG MEMILIKI ANAK**

BERKEBUTUHAN KHUSUS	79
A. Proses Penerapan <i>Rational Emotive Therapy</i>	79
B. Hasil Penerapan <i>Rational Emotive Therapy</i>	93

BAB V PENUTUP	111
A. Kesimpulan	111
B. Saran	113

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN