

## **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 “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten, ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya 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 di bidang penulisan karya ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan 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, November 2020

Materai 6000

**MITA SITI ARIANTI**  
**NIM: 161340127**

## **ABSTRAK**

Nama: **Mita Siti Arianti** NIM: **161340127** Judul Skripsi: **Penerapan Teknik CBT (*Cognitive Behavior Therapy*) Dalam Mereduksi Perilaku Menyimpang**, Studi Kasus di Rutan Kelas II B Serang. Jurusan Bimbingan Konseling Islam fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri “Sultan Mualana Hasanuddin” Banten 2020 M / 1442 H. Untuk mengetahui latar belakang perilaku menyimpang perlu membedakan adanya perilaku penyimpang yang tidak sengaja dan yang disengaja.

Berdasarkan latar belakang, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1) Bagaimana latar belakang perilaku seksual? 2) Bagaimana proses konseling CBT terhadap pelaku perilaku seksual menyimpang?

Penelitian ini bertujuan untuk: 1) Untuk mengetahui tentang perilaku menyimpang terhadap remaja rutan klass II B Serang. 2). Untuk mengetahui bagaimana penerapan-penerapan teknik menghentikan pikiran konseli belajar untuk menghentikan pikiran negatif dan mengubahnya menjadi pikiran positif.

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dengan pendekatan tindakan. Adapun untuk instrumen pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan: Kondisi perilaku menyimpang adalah kondisi dimana individu melakukan perbuatan atau perilaku yang tidak sesuai dengan aturan dan norma yang ada di lingkungan masyarakat setempat maupun sesuai dengan aturan agama atau negara. Adapun untuk perilaku menyimpang responden adalah seperti pelecehan seksual, pergaulan bebas *broken home*, peneliti menggunakan penerapan konseling dengan teknik *cognitive behavior therapy* (CBT) pada setiap responden.

**Kata kunci:** **Cognitive behavior therapy (CBT), Mereduksi, Perilaku Menyimpang.**

## **ABSTRACT**

Name: Mita Siti Arianti NIM: 161340127 Thesis Title: Application of CBT (Cognitive Behavior Therapy) Techniques in Reducing Deviant Behavior. Case Study in class II B Serang Department of Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah, State Islamic University "Sultan Maulana Hasanuddin" Banten 2020 M / 1442 H. To find out the background of deviant behavior, it is necessary to distinguish between accidental and deliberate deviant behavior.

Based on the background, the problem formulations in this study are: 1) What is the background of sexual behavior? 2) How is the CBT counseling process for perpetrators of deviant sexual behavior?

This study aims to: 1) To find out about deviant behavior towards adolescents of class II B Rutan in Serang. 2). To know how to apply the mind-stopping technique, the counselee learns to stop negative thoughts and turn them into positive thoughts.

The research method used is a qualitative method. As for the data collection instruments used were observation, interviews, and documentation.

Based on the research that has been done, it can be concluded: The condition of deviant behavior is a condition in which an individual commits an act or behavior that is not in accordance with the rules and norms that exist in the local community or according to religious or state rules As for the deviant behavior of respondents, such as sexual harassment, broken home promiscuity, the researcher used the application of counseling with cognitive behavior therapy (CBT) techniques on each respondent.

**Keywords:** Cognitive Behavior Therapy (CBT), Reducing, Deviant Behavior.



**FAKULTAS DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)  
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN**

---

Nomor	: Nota Dinas	Kepada Yth
Lamp.	: -	Dekan Fakultas Dakwah
Hal	: <b>Ujian Skripsi</b> <b>a.n. Mita Siti Arianti</b> <b>Nim: 161340129</b>	UIN SMH BANTEN
		di-
		Serang

**Assalamu'alaikum Wr. Wb**

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan menganalisa serta mengadakan koreksi seperlunya, kami berpendapat bahwa skripsi **Mita Siti Arianti, NIM: 161340127** yang berjudul: “**Penerapan teknik CBT (cognitive behavior therapy)** (Studi Kasus di rutan klas II B Serang), telah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten. Maka kami ajukan skripsi ini dengan harapan dapat segera dimunaqasyahkan.

Demikian atas segala perhatian Bapak kami ucapkan terima kasih.

**Wassalamu'alaikum Wr. Wb**

Serang, 7 September 2020

Pembimbing I

Pembimbing II

**Dr. H. Suadi Sa'ad, M.Ag**  
**NIP: 196311151994031002**

**Drs. Muzayan, M.Si**  
**NIP: 196303081994021001**

**PENERAPAN TEKNIK CBT (*COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY*)  
DALAM MEREDUKSI PERILAKU MENYIMPANG**

Oleh:

**MITA SITI ARIANTI**  
**NIM:161340127**

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

**Dr. H. Suadi Saad, M.Ag**  
NIP. 19631115 199403 1 002

**Drs. H. Muzayyan, M.S.i**  
NIP. 19630308 199402 1 001

Mengetahui,

Dekan,  
Fakultas Dakwah

Ketua Jurusan  
Bimbingan Konseling Islam

**Dr. H. Suadi Saad, M.Ag**  
NIP. 19631115 199403 1 002

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

## PENGESAHAN

Skripsi a.n Mita Siti Arianti NIM: 161340127, Judul Skripsi: *Penerapan teknik CBT (cognitive Behavior Therapy) Dalam Mereduksi Perilaku Menyimpang Seksualitas di Rutan kelas II B Serang*. Selatan telah diajukan dalam sidang munaqasyah pada 10 November 2020. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana sosial (S. Sos) pada Jurusan Bimbingan Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 10 November 2020

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota

Sekretaris Merangkap Anggota

**Iwan Kosasih, S. Kom.,M.Pd**

NIP. 19790225 200604 1 001

**Maya Aufa, S. Th.I., M.Si.**

NIDN. 2013068302

**Anggota**

Penguji I

Penguji II

**Asep Furqonuddin, M.M.Pd**

NIP. 197805122003121001

**H.Agus Sukirno, M.Pd**

NIP. 19730328201101 1 001

Pembimbing I

Pembimbing II

**Dr. H. Suadi Sa'ad, M.Ag**  
NIP: 196311151994031002

**Drs. Muzayyan, M.Si**  
NIP: 196303081994021001

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orangtua tercinta ayahanda Alm. Adeng Husadi dan ibunda Unung Mahfudoh yang selalu menjadi memotivasi dalam hidupku, terutama Alm. Ayahanda yang sekian lama sudah berbahagia di surga. Ini semua karna mu pak, ku persembahkan untuk orang-orang yang saya sayangi. Selama ini memberikan do'a, dorongan, dan nasihat kasih sayang serta pengorbanan yang tak tergantikan oleh apapun. Mereka merupakan malaikat pelindung dalam kehidupanku, ingin rasanya membuat kalian bangga telah memilih aku, dengan segala kerendahan hati anakmu,

Kepada kalian tulisan ini kupersembahkan kepada kakak-kakaku, Neng Anden Febriani, Dwi Fera Novembriani, Yayan Diana, Gustiana. Lilis yang merupakan kebanggaan dan harta paling berharga setelah kedua orang tua.

## MOTTO

وَالَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَفِظُونَ - ٢٩ - إِلَّا عَلَى أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَكَثَ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ عَيْرُ مُؤْمِنِينَ - ٣٠  
فَمَنِ ابْتَغَى وَرَاءَ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ الْعُدُوُنَ - ٣١

“Dan orang-orang yang memelihara kemaluannya, kecuali terhadap istri-istri mereka atau hamba sahaya yang mereka miliki, maka sesungguhnya mereka dalam hal ini tidak tercela. Barang siapa mencari yang diluar itu (seperti zina), mereka itulah orang-orang yang melampaui batas.”

(QS. Al-Ma’arij: 29-31)

## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis bernama Mita Siti Arianti, lahir di Pandeglang, 28 Desember 1998. Alamat di Kampung. Muruy, Desa. Muruy, Kecamatan Menes Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten. Penulis anak ke tiga dari dua saudara dari pasangan Alm. Bapak Adeng Husadi, dan Ibu Unung Mahfudoh.

Jenjang pendidikan formal yang ditempuh SDN Muruy 1 lulus tahun 2010, kemudian melanjutkan ke SMP Negeri 1 Menes lulus pada tahun 2013, lalu SMA Negeri 2 Pandeglang lulus tahun 2016 selanjutnya, penulis melanjutkan ke perguruan tinggi Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten Fakultas Dakwah.

Selama menjadi mahasiswa di perguruan tinggi tersebut penulis pernah aktif di Gerakan Mahasiswa Nasional Indonesia (GMNI), dan *Community Of Counselor* (COC).

Demikian riwayat hidup yang pernah penulis jalani selama menempuh jenjang perguruan tinggi Universitas Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin Banten” Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

## **KATA PENGANTAR**

*Bismillaahirohmanirrohim*

Segala puji bagi Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya penulis telah menyelesaikan skripsi ini dengan judul: “Penerapan Teknik CBT (*Cognitive Behavior Therapy*) Dalam Mereduksi Perilaku Menyimpang”, Studi di rutan klass II B Serang. Solawat serta salam penulis persembahkan kepada junjungan seluruh alam yaitu Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga dan para sahabatnya sampai hari akhir.

Alhamdullilah dengan penuh rasa syukur skripsi yang berjudul “Penerapan Teknik CBT (*Cognitive Behavior Therapy*) Dalam Mereduksi Perilaku Menyimpang”. Dengan terselesaikannya penyusunan skripsi ini penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan sumbangan pikiran dengan segala kerendahan dan penuh penghormatan penulis ucapan terimakasih kepada:

1. Bapak prof. Dr. H. Fauzul Iman, MA, Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan pembinaan kepada seluruh dosen dan mahasiswa.
2. Bapak Dr. H. Suadi Sa'ad, M.Ag, Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah mendukung penulis menuntaskan studi dan skripsi.
3. Bapak H. Agus Sukirno, M.Pd, Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam di Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan ilmunya pada penulis.

4. Bapak Dr. H.Suadi Sa'ad, M.Ag, pembimbing I dan Bapak Drs. Muzayan, M.Si, pembimbing II yang telah memberikan nasehat, bimbingan dan arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Kepada seluruh dosen di Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan seluruh keilmuannya pada penulis selama perkuliahan.
6. Bapak Syukrie Patria, SH, telah membantu selama penelitian skripsi di Rutan Klass II B Serang.
7. Warga Binaan Permasyarakatan (WBP) yang telah membantu dan bekerja sama dengan baik selama penelitian.
8. Kepada orangtua, alm ayahanda Adeng Husadi dan Ibunda Unung Mahfudoh, serta kakak-kakak ku yang telah memberikan semangat 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 hal dalam menyelesaikan skripsi.

Serang, September 2020  
Penulis

**Mita Siti Arianti**  
**NIM. 161340127**

## **DAFTAR ISI**

<b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....</b>	i
<b>ABSTRAK .....</b>	ii
<b>ABSTRACT .....</b>	iii
<b>NOTA DINAS .....</b>	iv
<b>LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSAH .....</b>	v
<b>LEMBAR 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 .....	1
B. Perumusan Masalah .....	9
C. Tujuan Penelitian .....	9
D. Manfaat Penelitian .....	10
E. Penelitian yang Terdahulu .....	11
F. Kerangka Teori .....	15
G. Metode Penelitian .....	17
H. Sistematika Pembahasan .....	22
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b>	
A. Behavioral .....	23
B. CBT ( Cognitive Behavior Therapy) .....	23
C. Perilaku Menyimpang Seksualitas .....	45

<b>BAB III GAMBARAN UMUM PERILAKU</b>	
<b>MENYIMPANG di Rutan Klass II B Serang .....</b>	<b>53</b>
A. Profil Responden .....	53
B. Faktor Penyebab Perilaku Menyimpang Pada Remaja di Rutan Klass II B Serang .....	65
C. Bentuk-bentuk Perilaku Menyimpang seksualitas di Rutan Klass II B Serang .....	76
<b>BAB IV PROSES KONSELING MELALUI TEKNIK CBT (COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY) .....</b>	<b>81</b>
A. TAHAP-TAHAP dan Proses Konseling Dengan Pendekatan CBT .....	81
B. Hasil Penerapan Teknik CBT.....	105
C. Evaluasi .....	107
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	108
B. Saran .....	109
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	