

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis dengan judul “Konseling Individual Dengan Terapi *Gestalt* Dalam Menangani Stres Kerja Pada Karyawan Kontrak (*Outsourcing*), (Studi Kasus di Kampung Kareo Kecamatan Jawilan Serang Banten), 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 tulis ilmiah saya pribadi.

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

Apabila di kemudian hari ternyata terbukti secara meyakinkan bahwa sebagian atau seluruh skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiat atau mencontek karya tulisan orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang telah saya terima dan sanksi akademik lain sesuai peraturan yang berlaku.

Serang, 10 April 2018

**Iin Herdiyanti Marsinah**

NIM : 133400301

## ABSTRAK

Nama : Iin Herdiyanti Marsi, NIM : 133400301, Skripsi dengan judul **“Konseling Individual Dengan Terapi Gestalt Dalam Menangani Stres Kerja Karyawan Kontrak (Outsourcing)”** (Studi Kasus di Kampung Kareo Kec Jawilan Kab Serang-Banten) Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten, 2017-2018.

Salah satu upaya yang dilakukan perusahaan adalah dengan mempekerjakan tenaga kerja seminimal mungkin untuk dapat memberi kontribusi maksimal sesuai sasaran perusahaan. Kecenderungan beberapa perusahaan untuk mempekerjakan karyawan dengan sistem *outsourcing* pada saat ini umumnya dilatarbelakangi oleh strategi perusahaan untuk melakukan efisiensi biaya produksi (*cost of production*). Dengan menggunakan sistem *outsourcing* ini, pihak perusahaan berusaha untuk menghemat pengeluaran dalam membiayai sumber daya manusia (SDM) yang bekerja di perusahaan yang bersangkutan.

Adapun rumusan penelitian ini adalah: Pertama, Bagaimana gejala stres karyawan PT Global Polimer Indonesia?. Kedua, Bagaimana penerapan teknik konseling terapi *gestalt* di PT Global Polimer Indonesia?

Tujuan penelitian ini adalah: 1. Untuk mengetahui gejala stres pada karyawan PT Global Polimer Indonesia. 2. Untuk mengatasi gejala stres dengan menggunakan terapi *gestalt* pada karyawan PT Global Polimer Indonesia.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan jenis penelitian kualitatif. Dalam penyusunan skripsi ini penulis menggunakan penelitian lapangan dapat juga dianggap sebagai pendekatan luas dalam penelitian kualitatif atau sebagai metode untuk mengumpulkan data. Bentuk penelitian ini adalah penelitian tindakan di mana penulis melakukan penelitian langsung ke lapangan dengan menggunakan terapi Gestalt.

Kesimpulan yang diperoleh dalam penelitian ini adalah mereka mendapatkan upah yang rendah dan jam kerja yang berlebihan. Faktor-faktor penyebab stres kerja pada karyawan kontrak di PT Global Polimer Indonesia Kampung Kareo, Kecamatan Jawilan, Serang-Banten, yaitu: faktor ekonomi, faktor gaji, faktor sosial, faktor individual dan faktor tekanan waktu. Dalam stres terdapat beberapa gejala stres yang biasa dialami oleh karyawan diantaranya: gejala psikologis, gejala fisiologis dan gejala perilaku, meliputi cemas, bingung, gugup, gelisah, depresi, komunikasi kurang baik, menurunnya rasa percaya diri, kebosanan dan tidak kepuasan kerja.

## ABSTRACT

Name : Iin Herdiyanti Marsi, NIM : 133400301, Thesis Title **“Counseling Individuals Whit Therapy Gestalt In Dealing Whit Job Stress On The Employee Outsourcing”** ( Case Study in Village Kareo Districts Jawilan Serang-Banten), Departement Of Guidance and Counseling Islam, Faculty Dakwah, University Islamic State “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten, 2017-2018.

One of the efforts made by the company is by hiring workforce as a minimum to be able to contribute the maximum according to the target company. The tendency of some companies to hire employees with the outsourcing at the time, it is generally against the backdrop of the company's strategy to do efficiency cost of production. By using the system outsourcing, the companies are trying to save on expenses in financing human resources working in the company concerned.

As for the formulation of this research is: First, how do the symptoms of stress staff outsourcing PT Global Polimer Indonesia?. Second, how the implementation of the technique counselling therapy gestalt in PT Global Polimer Indonesia?.

The purpose of this study are; 1. To know the symptoms of stress on employees in PT Global Polimer Indonesia. 2. To treat symptoms of stress by using therapy gestalt on the employees in PT Global Polimer Indonesia.

In this study researchers used the kind of research a qualitative in the preparation of the researchers using field research can also be considered as an approach of the research a qualitative or as a method to collect the field. The research is research action where writers do directly to the field with the use of therapy gestalt.

The conclusion that was obtained in this study is: they got low wages and working hours. These factors were the cause of job stress on the employee outsourcing in PT Global Polimer Indonesia village Kareo district Jawilan Serang-Banten. That is: economic factors, the salary, social factors, factors individual and the time pressure. In the stress that is commonly experienced by employees of them: the symptoms of psychological symptoms fisiologis and symptoms of behavior, including anxious, confused, nervous, anxious, depressed, communication is not good, declining confidence, boredom and job satisfaction.

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

---

---

Nomor : Nota Dinas Kepada Yth,  
Lamp : 1 (Satu Eksemplar Dekan Fakultas Dakwah  
Hal : **Ujian Skripsi** UIN ‘SMH’ Banten  
**a.n. Iin Herdiyanti M** Di-  
**NIM: 133400303** Serang

*Assalamu’alaikum Wr. Wb*

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama **Iin Herdiyanti Marsinah** NIM: **133400301** dengan Judul: **“Konseling Individual Dengan Terapi *Gestalt* Dalam Menangani Stres Kerja Pada Karyawan Kontrak (*Outsourcing*)”** (Studi Kasus di Kampung Kareo Kec. Jawilan Serang-Banten). Telah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqasyah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam, UIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten. Demikian, atas segala perhatian Bapak kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu’alaikum Wr.Wb*

Serang, 10 April 2018

Pembimbing I Pembimbing II

**Dr. Yanwar Pribadi, S.S., M.A.**  
NIP: 197801222005011002

**Asep Furqonuddin, M.M.Pd**  
NIP: 197805122003121001

**KONSELING INDIVIDUAL DENGAN TERAPI  
*GESTALT* DALAM MENANGANI STRES KERJA  
PADA KARYAWAN KONTRAK (*OUTSOURCING*)**  
(Studi Kasus di Kampung Kareo Kec. Jawilan Serang-Banten)

Oleh:

**IIN HERDIYANTI MARSINAH**

NIM: 133400301

Pembimbing I

Pembimbing II

**Dr. Yanwar Pribadi, S.S., M.A.**

NIP: 197801222005011002

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

NIP: 197805122003121001

Mengetahui,

Dekan  
Fakultas Dakwah

Ketua Jurusan  
Bimbingan Konseling Islam

**Dr. H. Suandi Sa'ad, M.Ag.**

NIP: 19631115 199403 1 002

**Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd.**

NIP: 197303282011011001

## PENGESAHAN

Skripsi a.n. **Iin Herdiyanti Marsinah** NIM: **133400301** yang berjudul **Konseling Individual Dengan Terapi Gestalt dalam Menangani Stres Kerja Pada Karyawan Kontrak (*Outsourcing*)** (Studi Kasus di Kampung Kareo Kec. Jawilan Serang-Banten), telah diujikan dalam sidang Munaqasyah Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten pada tanggal 10 April 2018.

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Strata Satu (S1) Pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten.

Serang, 10 April 2018.

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota,

Sekretaris Merangkap Anggota,

**H. Agus Sukirno, M.Pd**  
NIP: 197303282011011001

**Hilda Rosida, S.S., MPd.**  
NIP: 1983112120111012011

Penguji I

Anggota

Penguji II

**Dr. H. Suadi Sa’ad, M.Ag.**  
NIP: 19631115 199403 1 002

**Drs. A. Mahfudz, M.Si.**  
NIP: 195809291988031003

Pembimbing I

Pembimbing II

**Dr. Yanwar Pribadi, S.S., M.A.**  
NIP: 197801222005011002

**Asep Furqonuddin, M.M.Pd.**  
NIP: 197805122003121001

## PERSEMBAHAN

*Alhamdulillah sebagai rasa syukur kehadiran illahi Rabi, Skripsi ini ku persembahkan untuk yang tercinta dan terkasih kedua orangtuaku ibunda Neni Sumarni dan Ayahanda Zaenudin yang selalu mendoakan di setiap waktu dan sujudnya. Terimakasih atas kasih sayang yang tulus, motivasi, senyuman dan semangat, sehingga ku mampu menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa teruntuk dua sahabat ku Nursyifa dan Dian Kh terimakasih yang selalu mengingatkan, memberi semangat dan motivasi.*

*Semoga Allah selalu meridhoi setiap langkah dan selalu diberikan keberkahan dalam hidup kita semua.*

# **MOTTO**

“Barang siapa yang menempuh suatu jalan untuk menuntut ilmu, Allah akan mudahkan baginya jalan ke surga (HR Muslim)”



## RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Iin Herdiyanti Marsi, dilahirkan di Serang, 12 Juni 1994, merupakan anak pertama dari dua bersaudara berasal dari pasangan Bapak Zaenudin dan Neni Sumarni. Alamat Kp. Kareo Tegal Desa Kareo, Rt05 Rw01 Kecamatan Jawilan Kabupaten Serang Banten.

Jenjang pendidikan formal yang penulis tempuh adalah TK Al-khoiriah, lulus tahun 2000 dan melanjutkan ke SDN Gabus III, lulus tahun 2006 dan melanjutkan ke SMP Negeri 1 Jawilan, lulus pada tahun 2009 setelah itu melanjutkan ke Madrasah Aliyah (Al-innayah), lulus pada tahun 2013, Kemudian melanjutkan kuliah di UIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten mengambil Jurusan Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah.

Serang, 10 April 2018

Penulis

**Iin Herdiyanti Marsinah**  
NIM: 133400301

## KATA PENGANTAR

*Bismillahirrahmanirrahiim*

Segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT, yang selalu melimpahkan berbagai nikmat, taufik dan hidayah kepada hamba-Nya. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada junjungan kita yakni Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, para sahabat dan semua umat manusia yang selalu berusaha melaksanakan sunnahnya.

Alhamdulillah, dengan penuh rasa syukur skripsi ini telah selesai, dengan judul: “KONSELING INDIVIDUAL DENGAN TERAPI *GESTALT* DALAM MENANGANI STRES KERJA PADA KARYAWAN KONTRAK (*OUTSOURCING*)” (Studi kasus di Kampung Kareo Kec. Jawilan Serang-Banten).

Hal ini merupakan langkah awal untuk menapaki perjuangan selanjutnya. Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan, kelemahan dan jauh dari kata sempurna. Namun demikian, penulis berharap semoga skripsi ini dapat membawa manfaat bagi penulis maupun pembaca.

Banyak pihak yang terlibat memberikan bantuan penulisan skripsi ini, baik moril maupun materil. Oleh karena itu, kepada yang

terlibat, penulis mengucapkan terima kasih dan penghormatan yang setinggi-tingginya terutama kepada:

1. Bapak Prof. DR. H. Fauzul Iman, M.A. Rektor UIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten, yang telah mengelola dan mengembangkan UIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten.
2. Bapak Dr. H. Suadi Sa’ad, M.Ag. selaku Dekan Fakultas Dakwah IAIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten, yang telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
3. Bapak Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd sebagai Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten, beserta staf Jurusan.
4. Bapak Dr. Yanwar Pribadi, S.S., M.A. selaku pembimbing I dan Bapak Asep Furqonuddin, S.Ag., M.M.Pd selaku pembimbing II yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini..
5. Bapak dan ibu Dosen UIN SMH Banten, terutama yang telah mengajar dan mendidik penulis selama kuliah menjadi mahasiswa UIN SMH Banten, Pengurus perpustakaan umum, Iran Corner, serta staff Akademik dan Karyawan UIN SMH Banten, yang telah memberi bekal pengetahuan yang begitu berharga.

6. Kepada para Buruh Kontrak, khususnya pada MR, NN, MA, MH, SR yang telah memberikan keramahan dan keterbukaan kepada penulis selama wawancara.
7. Kepada orang tua penulis yang sangat dicintai Bapak Zaenudin dan Ibu Neni Sumarni yang senantiasa dengan sabar mendidik, membesarkan dan memberikan kasih sayang yang tak terhingga.
8. Terima kasih untuk seluruh kawan-kawan BKI angkatan 2013, terutama kelas BKI-B yang sama-sama *fastabiqul khoiroot* menuntut ilmu di kelas. Dan lebih khususnya Pipi Perawati, Chaerunnisa, Siti Mutmainah, Resti Kh, Ade Setiawan dan Diki Muntahar, serta teman-teman yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Harapan penulis hanya kepada Allah lah agar seluruh kebaikan dari semua pihak yang membantu selesainya skripsi ini semoga diberi balasan yang berlipat ganda serta menjadi amal shaleh. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini akan membawa manfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi pembaca.

Serang, 10 April 2018

Penulis

**Iin Herdiyanti Marsinah**

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>ABSTRACT</b> .....	iii
<b>NOTA DINAS</b> .....	iv
<b>PERSETUJUAN</b> .....	v
<b>PENGESAHAN</b> .....	vi
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>MOTTO</b> .....	viii
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b> .....	ix
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Kerangka Teori.....	8
F. Kajian Pustaka .....	16

G. Metodologi Penelitian.....	19
H. Sistematika Penulisan.....	22
<b>BAB II GAMBARAN UMUM KARYAWAN PT GLOBAL</b>	
<b>POLIMER INDONESIA KAREO-JAWILAN,</b>	
<b>SERANG-BANTEN</b>	
A. Sejarah PT Global Polimer Indonesia .....	23
B. Daftar Karyawan Kontrak ( <i>Outsourcing</i> ).....	25
<b>BAB III GEJALA STRES KARYAWAN DI PT GLOBAL</b>	
<b>POLIMER INDONESIA</b>	
A. Pengertian Stres .....	46
B. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Karyawan .....	48
C. Gejala Stres Karyawan .....	52
<b>BAB IV PENANGGULANGAN STRES KARYAWAN</b>	
<b>KONTRAK <i>OUTSOURCING</i> DI PT GLOBAL</b>	
<b>POLIMER INDONESIA DENGAN PENDEKATAN</b>	
<b>TERAPI <i>GESTALT</i></b>	
A. Deskripsi Keadaan Psikologi Responden.....	55
B. Penanganan stres melalui terapi <i>Gestalt</i> .....	57
C. Perubahan stres pada karyawan kontrak <i>Outsourcing</i> setelah proses konseling terapi <i>Gestalt</i> .....	79

**BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan..... 83

B. Saran-saran ..... 84

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**