

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, 28 Juni 2021

SITI AFIFAH DESTIARANI

NIM: 161340116

ABSTRAK

Nama : Siti Afifah Destiarani, NIM : 161340116, Judul Skripsi : : **Penerapan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Mengatasi Kecemasan Santri Akhir dalam Menghadapi Ujian Praktik Mengajar (Studi di Pondok Pesantren Modern Daarul Muttaqien Tangerang). 2021.**

Pesantren Modern Daarul Muttaqien berdiri pada tanggal 23 Juli 1989 M. Para santri juga menjalankan ujian sebagai bentuk uji kompetensi. Santri akhir adalah mereka yang sudah berada di kelas akhir sekolah menengah atas. Selain itu, mereka juga akan dihadapkan dengan berbagai ujian untuk memenuhi syarat kelulusan salah satunya ujian praktik mengajar. Ujian praktik mengajar adalah ujian di mana para santri akhir harus mengajar satu mata pelajaran menggantikan guru sebenarnya dengan waktu kurang lebih 40 menit di kelas yang sudah ditentukan dengan menggunakan Bahasa Arab ataupun Bahasa Inggris.

Berdasarkan uraian di atas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : 1). Bagaimana kecemasan santri akhir dalam menghadapi ujian praktik mengajar ? 2). Bagaimana penerapan REBT terhadap kecemasan santri akhir dalam menghadapi ujian praktik mengajar ? 3). Bagaimana hasil penerapan REBT terhadap kecemasan santri akhir dalam menghadapi ujian praktik mengajar ?

Penelitian ini bertujuan untuk : 1). Untuk mengetahui kecemasan santri akhir dalam menghadapi ujian praktik mengajar. 2). Untuk mengetahui penerapan REBT terhadap kecemasan santri akhir dalam menghadapi ujian praktik mengajar. 3). Untuk mengetahui hasil penerapan REBT terhadap kecemasan santri akhir dalam menghadapi ujian praktik mengajar.

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode deskriptif kualitatif yaitu dengan menguraikan, mengembangkan suatu masalah berdasarkan fakta yang ada. Sedangkan pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Berdasarkan hasil penelitian : 1). Kecemasan santri akhir adalah sebagai berikut : tidak percaya diri, gelisah, takut saat menghadapi praktik ujian mengajar 2). Penerapan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) pada santri akhir menggunakan beberapa tahap yaitu pemberian penanganan mengenai metode A-B-C. 3). Hasil dari penerapan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) pada santri akhir adalah kini mereka mampu berpikir rasional dan lebih percaya diri dengan melakukan apa yang disarankan peneliti saat tindakan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

ABSTRACT

Name : Siti Afifah Destiarani ,NIM : 161340116, Thesis Title : Application of Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Techniques to Overcome Anxiety of Final Santri in Facing Teaching Practice Exams (Study at Daarul Muttaqien Modern Islamic Boarding School Tangerang). 2021.

Daarul Muttaqien Modern Islamic Boarding School was established on July 23 , 1989 AD. The students also took the exam as a form of competency test . Final student are students in the final grade of high school. In addition , they will also be faced with various tests for meet the graduation requirements one of the only teaching practice exam. Teaching practice exam is a test in which the final students must teach one lesson to replace the teacher is actually the time 40 minutes in a class that has been determined by using language Arabic or English.

Based on the description in the above formulation of the problem in the study of this are :

- 1). How anxiety of final students in the face of teaching practice exam ?
- 2). How is REBT applied to final students anxiety in facing teaching practice exams ?
- 3). What are the results of applying REBT to final students anxiety in facing teaching practice exams ?

This study aims to :

- 1). To know the anxiety of final students in the face exam practice teaching.
- 2). To find out the application of REBT to final students anxiety in facing teaching practice exams.
- 3). To find out the results of the application of REBT to the anxiety of final students anxiety in facing teaching practice exams.

In this research , the writer uses a qualitative descriptive method , that is to describe , develop a problem based on the existing facts . While the data collection using observation , interviews , and documentation .

Based on the results of the study :

- 1) The final student's anxiety is as follows : not confident, anxious, afraid when facing teaching practice exam.
- 2). The application of the technique Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) on final students using multiple stage, namely the provision of management regarding the methods ABC.
- 3). The results of the application of the technique Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) on students end is now they are able to think rationally and more trust ourselves to do anything that suggested the researchers when action counseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT).



NOTA DINAS
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. Siti Afifah Destiarani	Di-
	NIM: 161340116	Serang

Assalamu’alaikum Wr. Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan menganalisa serta mengadakan koreksi seperlunya, kami berpendapat bahwa skripsi **Siti Afifah Destiarani**, NIM: **161340116** yang berjudul: **“Penerapan teknik REBT (Rational Emotive Behavior Therapy)** (Studi Kasus di Pondok Pesantren Modern Daarul Muttaqien), 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, 16 Juni 2021

Pembimbing I

Pembimbing II

AM. Fakhrurozi, S.Psi. M.A

NIP: 1975060420060422002

Hilda Rosida, S.S. M.Pd

NIP: 198311212011012011

PENERAPAN TEKNIK *RATIONAL EMOTIF BEHAVIOR THERAPY* (REBT) DALAM MENGATASI KECEMASAN SANTRI AKHIR YANG MENGHADAPI UJIAN PRAKTIK MENGAJAR

(Studi Kasus di Pondok Pesantren Modern Daarul Muttaqien Kabupaten Tangerang - Banten)

Oleh :

SITI AFIFAH DESTIARANI

NIM: 161340116

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

AM. Fakhrurozi, S.Psi. M.A

NIP: 1975060420060422002

Hilda Rosida, S.S. M.Pd

NIP: 198311212011012011

Mengetahui,

Dekan
Fakultas Dakwah

Ketua Jurusan Bimbingan
Konseling Islam

Dr. H. Suadi Sa'ad, M.Ag

NIP 19631115 199403 1 002

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

NIP. 19730328 201101 1 001

PENGESAHAN

Skripsi a.n.**Siti Afifah Destiarani**, NIM:161340116, Judul Skripsi: **Penerapan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* Untuk Mengatasi Kecemasan Santri Akhir dalam Menghadapi Ujian Praktik Mengajar**, telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, pada tanggal 28 Juni 2021. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Fakultas Dakwah dan Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri (UIN) Banten.

Serang, 28 Juni 2021

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota

Sekretaris Merangkap Anggota

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

NIP: 19790225 200604 1 001

Imalatul Khairat, M.Pd

NIP. 19900420 201903 2 018

Anggota

Penguji I

Penguji II

Dr. H. Suadi Sa'ad, M.Ag

NIP 19631115 199403 1 002

Dr. Syafi'in Mansyur, M.Ag

NIP: 19640108 199803 1 001

Pembimbing I

Pembimbing II

AM. Fakhrurozi. S.Psi. M.A

NIP: 1975060420060422002

Hilda Rosida, S.S. M.Pd

NIP: 198311212011012011

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua tercinta, Ayahanda Moh Asikin dan Ibunda Sudarti yang selalu mendukung, memberi motivasi, dan telah banyak memberikan kasih sayangnya serta doa yang tiada hentinya demi kelancaran penulis dalam membuat skripsi dan tidak lupa juga adik saya Azzahra Al Mardiyah yang sudah memberikan dukungan. Terima kasih banyak.

MOTTO

“Tidaklah seorang muslim tertimpa suatu kelelahan, atau penyakit, atau keawatiran (cemas), atau kesedihan, atau gangguan, bahkan duri yang melukainya melainkan Allah akan menghapus kesalahan-kesalahannya karenanya”

- H.R Bukhari-

RIWAYAT HIDUP

Penulis, Siti Afifah Destiarani lahir di Jakarta, 11 Desember 1998 dari pasangan suami istri Moh. Asikin dan Sudarti. Penulis merupakan anak pertama dari dua bersaudara. Bertempat tinggal di Kp. Bugel rt 04/ rw 01 Desa Pangadegan Kecamatan Pasarkemis Kabupaten Tangerang Banten.

Pendidikan formal yang telah ditempuh penulis diantaranya: SDN Kutabumi 4 lulus pada tahun 2010, SMPN 5 Pasarkemis lulus pada tahun 2013, MA Daarul Muttaqien lulus pada tahun 2016, dan melanjutkan pendidikan di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tahun 2016 pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrohim

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini guna memenuhi persyaratan untuk dapat memperoleh gelar sarjana strata satu pada jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah UIN “SMH” Banten. Shalawat beserta salam semoga selalu tercurah 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 Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* Untuk Mengatasi Kecemasan Santri Akhir dalam Menghadapi Ujian Praktik Mengajar** Studi di Pondok Pesantren Modern Daarul Muttaqien Tangerang.

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.

Skripsi ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Fauzul Iman, M.A, selaku Rektor UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Dr. H. Suadi Sa’ad, M.Ag, selaku 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, selaku ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan arahan, mendidik dan memberikan motivasi kepada penulis.
4. Bapak AM. Fakhrurozi. S.Psi.M.A selaku pembimbing I dan ibu Hilda Rosida, S.S. M.Pd selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, arahan, motivasinya, kepada penulis dengan penuh kesabaran, tenaga dan pikirannya, dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, terutama yang telah mengajar dan mendidik penulis selama kuliah di UIN, pengurus perpustakaan umum, Staf Akademik dan karyawan UIN yang telah memberikan bekal pengetahuann yang begitu berharga selama penulis kuliah di UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
6. Keluarga Pondok Pesantren Modern Daarul Muttaqien yang telah meluangkan waktu dan membantu dalam berbagai hal sehingga memberikan kemudahan penulis dalam pengambilan data dan penyusunan skripsi ini.

7. Seluruh keluarga penulis terutama kedua orang tua penulis yang selalu memberikan do'a dan dukungan untuk menyelesaikan studi S1 penulis.
8. Seluruh keluarga BKI D angkatan 2016 dan keluarga INADA Serang (Ikatan Alumni Daarul Muttaqien) beserta pihak yang telah membantu dalam berbagai hal dan memberi motivasi kepada penulis selama penyusunan skripsi.

Akhirnya penulis berharap, karya tulis ini turut mewarnai khazanah ilmu pengetahuan dan dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca umumnya.

Tangerang, 28 Juni 2021

Penulis

Siti Afifah Destiarani

NIM: 161340116

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
NOTA DINAS	iv
LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSAH	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xi

BAB I..... **Error! Bookmark not defined.**

PENDAHULUAN **Error! Bookmark not defined.**

A. Latar Belakang Masalah **Error! Bookmark not defined.**

B. Rumusan Masalah..... **Error! Bookmark not defined.**

C. Tujuan Penelitian **Error! Bookmark not defined.**

D. Manfaat Penelitian **Error! Bookmark not defined.**

E. Kajian Pustaka **Error! Bookmark not defined.**

F. Kajian Teoritis **Error! Bookmark not defined.**

G. Metodologi Penelitian **Error! Bookmark not defined.**

H. Sistematika Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**

BAB II **Error! Bookmark not defined.**

PROFIL PONDOK PESANTREN DAARUL MUTTAQIEN**Error! Bookmark not defined.**

TANGERANG..... **Error! Bookmark not defined.**

A. Gambaran Umum Pondok Pesantren Daarul Muttaqien Tangerang**Error! Bookmark not defined.**

B. Biografi K.H Ahmad Shonhaji Khalili **Error! Bookmark not defined.**

C. Struktur Organisasi Kepengurusan Pondok Pesantren Daarul Muttaqien**Error! Bookmark not defined.**

D. Jadwal Kegiatan Pondok Pesantren Daarul Muttaqien. **Error! Bookmark not defined.**

E. Tata Tertib dan Sanksi di Pondok Pesantren Daarul Muttaqien ..	Error! Bookmark not defined.
BAB III.....	Error! Bookmark not defined.
KECEMASAN SANTRI AKHIR.....	Error! Bookmark not defined.
DI PESANTREN MODERN DAARUL MUTTAQIEN	Error! Bookmark not defined.
A. Profil Responden.....	Error! Bookmark not defined.
B. Kecemasan Pada Santri Akhir	Error! Bookmark not defined.
BAB IV.....	Error! Bookmark not defined.
PENERAPAN TEKNIK RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT)	
UNTUK MENGURANGI KECEMASAN SANTRI AKHIR DI PESANTREN MODERN	
DAARUL MUTTAQIEN	Error! Bookmark not defined.
A. Tahap-Tahap dan Proses Konseling Dengan Teknik Rational Emotive Behavior Therapy	
Hasil Treatment	Error! Bookmark not defined.
BAB V	Error! Bookmark not defined.
PENUTUP.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran-saran.....	Error! Bookmark not defined.