

**PENERAPAN TERAPI GESTALT DALAM MENGURANGI  
TEKANAN EMOSIONAL PADA YATIM PIATU USIA  
REMAJA DI YAYASAN JAUHARATUSSALAM CIPOCOK**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)  
Pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam



Oleh:

**SITY ALIMATUROSIDAH**  
**NIM : 171340071**

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM  
FAKULTAS DAKWAH  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
BANTEN 2021 M/1443 H**

## **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 Banten ini sepenuhnya asli hasil karya tulis ilmiah pribadi.

Adapun tulisan 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 dikemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiat atau mencontek karya tulis orang lain, saya bersedia untuk menerima pencabutan gelar sarjana atau sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 21 Oktober 2021

**Sity Alimaturosidah**  
NIM. 171340071

## ABSTRAK

Nama : **Sity Alimaturosidah**, NIM : **171340071**, Judul Skripsi : **Penerapan Terapi Gestalt Dalam Mengurangi Tekanan Emosional Pada Yatim Piatu Usia Remaja Di Yayasan Jauharatussalam Cipocok**. Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Tahun 2021 M / 1443 H.

Anak yatim piatu adalah anak-anak yang merasa kesenyapan hidup dalam ramainya kebersamaan. Mereka adalah anak-anak yang merasakan kesendirian di tengah banyaknya orang-orang yang hadir di sekeliling mereka, anak-anak yang mempunyai perasaan lembut karena hilangnya kasih sayang dari orang tua yang sangat mereka cintai, dan untuk mengurangi tekanan emosional yang saat ini mereka alami dengan menggunakan terapi Gestalt

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1) Bagaimana keadaan emosional pada yatim piatu usia remaja? 2) Bagaimana proses penerapan terapi Gestalt dalam mengurangi tekanan emosional pada yatim piatu usia remaja? 3) Bagaimana hasil penerapan terapi Gestalt dalam mengurangi tekanan emosional pada yatim piatu usia remaja?.

Penelitian ini bertujuan: 1) Untuk mengetahui keadaan emosional pada yatim piatu usia remaja. 2) Untuk mengetahui proses penerapan terapi Gestalt dalam mengurangi tekanan emosional pada yatim piatu usia remaja. 3) Untuk mengetahui hasil penerapan terapi Gestalt dalam mengurangi tekanan emosional pada yatim piatu usia remaja. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif tindakan konseling dengan terapi Gestalt.

Berdasarkan penelitian dapat disimpulkan bahwa: 1) Keadaan emosional yang dialami oleh yatim piatu usia remaja seperti: Marah, Sedih, Iri. 2) Dalam proses penerapan terapi Gestalt ini dengan menggunakan teknik bangku kosong yang dilaksanakan dalam kurun waktu kurang lebih 2 bulan, dalam proses konselingnya pun melalui beberapa tahap. 3) Hasil penerapan terapi Gestalt dengan menggunakan teknik bangku kosong dalam mengurangi tekanan emosional pada yatim piatu usia remaja dapat dilihat dari ketiga responden yang sudah melangsungkan proses konseling secara individual mulai menunjukkan perubahan positif terkait mengurangi tekanan emosional yang sebelumnya dirasakan oleh konseli.

**Kata kunci: Terapi Gestalt, Tekanan Emosional, Yatim Piatu, Remaja**

## ABSTRACT

Name : **Sity Alimaturosidah**, NIM : **171340071**, Thesis Title : **Application of Gestalt Therapy in Reducing Emotional Pressure in Adolescent Orphans at the Cipocok Jauharatussalam Foundation.**  
Department of Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah, State Islamic University of Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Year 2021 AD / 1443 H.

Orphans are children who feel lonely living in the hectic togetherness. They are children who feel alone in the midst of the many people who are present around them, children who have tender feelings because of the loss of love from their parents they love very much, and to reduce the emotional stress they are currently experiencing by using Gestalt therapy.

Based on the above background, the formulation of the problem in this study are: 1) What is the emotional state of adolescent orphans? 2) What is the process of applying Gestalt therapy in reducing emotional stress in adolescent orphans? 3) What are the results of the application of Gestalt therapy in reducing emotional stress in adolescent orphans?.

This study aims: 1) To determine the emotional state of adolescent orphans. 2) To find out the process of applying Gestalt therapy in reducing emotional stress in adolescent orphans. 3) To find out the results of the application of Gestalt therapy in reducing emotional stress in adolescent orphans. This study uses a qualitative method of counseling action with Gestalt therapy.

Based on the research, it can be concluded that: 1) The emotional state experienced by adolescent orphans such as: Angry, Sad, Envy. 2) In the process of applying Gestalt therapy using the empty bench technique which is carried out in a period of approximately 2 months, the counseling process also goes through several stages. 3) The results of the application of Gestalt therapy using the empty bench technique in reducing emotional pressure on adolescent orphans can be seen from the three respondents who have carried out the counseling process individually starting to show positive changes related to reducing emotional pressure previously felt by the counselee.

**Keywords: Gestalt Therapy, Emotional Pressure, Orphans, Adolescents.**



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

---

---

Nomor : Nota Dinas Kepada Yth,  
Lamp : - Dekan Fakultas Dakwah  
Hal : **Ujian Munaqasyah** UIN’SMH” BANTEN  
**a.n. Sity Alimatusidah** Di-  
**NIM: 171340071** Serang

*Assalamu’alaikum Wr. Wb*

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama **Sity Alimatusidah NIM: 171340071** dengan Judul: **“Penerapan Terapi Gestalt Dalam Mengurangi Tekanan Emosional Pada Yatim Piatu Usia Remaja Di Yayasan Jauharatussalam Cipocok.”** Diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqasyah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Maka kami ajukan skripsi ini dengan harapan agar segera dimunaqosyahkan.

Demikian, atas segala perhatian Bapak dan ibu kami ucapkan terimakasih.

*Wassalamu’alaikum Wr.Wb*

Serang, 21 Oktober 2021

Pembimbing I

Pembimbing II

**Asep Furqonuddin, S. Ag., M.M.Pd.**  
NIP. 19780512 200312 1 001

**Iwan Kosasih, S.Kom., M.MPd.**  
NIP. 19790225 200604 1 001

**PENERAPAN TERAPI GESTALT DALAM MENGURANGI  
TEKANAN EMOSIONAL PADA YATIM PIATU USIA  
REMAJA DI YAYASAN JAUHARATUSSALAM CIPOCOK**

Oleh:

**SITY ALIMATUROSIDAH**  
**NIM. 171340071**

**Menyetujui,**

Pembimbing I

Pembimbing II

**Asep Furqonuddin, S. Ag., M.M.Pd.**  
NIP. 19780512 200312 1 001

**Iwan Kosasih, S.Kom., M.MPd.**  
NIP. 19790225 200604 1 001

**Mengetahui,**

Dekan  
Fakultas Dakwah

Ketua Jurusan  
Bimbingan konseling islam

**Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A.**  
NIP. 19720626 199803 1 002

**A.M. Fahrurrozi, S. Psi, M.A.**  
NIP. 19750604 200604 1 001

## PENGESAHAN

Skripsi a.n. **Sity Alimatusidah**, NIM: **171340071**, yang berjudul: **“Penerapan Terapi Gestalt Dalam Mengurangi Tekanan Emosional Pada Yatim Piatu Usia Remaja Di Yayasan Jauharatussalam Cipocok.”** Telah diuji dalam sidang Munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 21 Oktober 2021. 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 Banten Sultan Maulana Hasanuddin Banten

Serang, 21 Oktober 2021

### Sidang Munaqasyah

Ketua Merangkap Anggota

Sekretaris Merangkap Anggota

**Dr. Kholid Suhaemi, M.S.I.**  
NIP. 19650216 199903 1 001

**Desty Prawatiningsih, M.Si.**  
NIP. 19851215 201903 2 000

### Anggota

Penguji I

Penguji II

**Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A.**  
NIP. 19720626 199803 1 002

**Dr. H. Ayatullah Humaeni, S.Pdi.,M.A.**  
NIP. 19780325 200604 1 001

Pembimbing I

Pembimbing II

**Asep Furqonuddin, S. Ag., M.M.Pd.**  
NIP. 19780512 200312 1 001

**Iwan Kosasih, S.Kom., M.MPd.**  
NIP. 19790225 200604 1 001

## **PERSEMBAHAN**

Skripsi ini penulis persembahkan untuk keluarga terutama kepada kedua orang tua tercinta Bapak Fathullah dan Ibu Tibsiah, yang senantiasa mendukung dan selalu mendo'akan segala kegiatan penulis.

Penulis ucapkan terima kasih kepada adik dan saudara penulis serta para sahabat yang telah memberikan dukungan serta memberi motivasi kepada penulis, semoga kebaikan kembali kepada kalian semua.



MOTTO

*“BERBUAT BAIKLAH  
TANPA PERLU  
ALASAN”*

## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis bernama Sity Alimatusidah, lahir di Cilegon, 14 September 1998. Penulis adalah anak pertama dari dua bersaudara dari pasangan Bapak Fathullah dan Ibu Tibsiah.

Jenjang pendidikan formal yang ditempuh TK Sabilul Huda Lulus pada tahun 2005, SDN Cilegon IV lulus tahun 2011, SMP Babus Salam lulus tahun 2014, SMA Babus Salam lulus tahun 2017. 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 Organisasi Pergerakan Mahasiswa Islam Indonesia (PMII), Himpunan Mahasiswa Jurusan (HMJ) BKI, Forum Silaturahmi Keluarga Besar Babus Salam (FOSKAL). Demikian riwayat hidup yang pernah penulis jalani selama menempuh jenjang Perguruan Tinggi Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

## KATA PENGANTAR

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 sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Dengan pertolongan Allah SWT serta usaha yang sungguh-sungguh penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul *“Penerapan Terapi Gestalt Dalam Mengurangi Tekanan Emosional Pada Yatim Piatu Usia Remaja Di Yayasan Jauharatussalam Cipocok”*

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak lepas dari kekurangan, kelemahan, dan masih jauh dari kata sempurna. Penulis berharap dengan adanya skripsi ini semoga dapat bermanfaat dan berguna khususnya bagi diri penulis, pembaca, serta masyarakat sekitar. Skripsi ini kemungkinan besar tidak dapat terselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyudin, M.Pd. Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, S.Ag., M.A. Selaku Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
3. Bapak A.M. Fahrurrozi, S. Psi, M.A. Selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
4. Ibu Imalatul Khairat, M.Pd. Selaku Sekretaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
5. Bapak Asep Furqonuddin, M.M.Pd dan Iwan Kosasih, S.Kom., M.MPd. Selaku pembimbing I dan pembimbing II yang telah memberikan nasehat, bimbingan dan arahan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan ibu dosen UIN “SMH” Banten, terutama yang telah mengajar dan mendidik penulis selama perkuliahan, serta seluruh Civitas Akademik UIN “SMH” Banten yang telah membantu penulis selama perkuliahan.
7. Kedua orang tua tercinta bapak Fathullah dan ibu Tibsiah yang senantiasa bersabar mendidik dan selalu mendoakan tanpa henti.
8. Ketiga responden yang sangat membantu dan merupakan bagian terpenting dalam proses penyelesaian skripsi ini.

9. Segenap jajaran pengasuh yayasan jauharatussalam yang turut memberikan informasi dalam proses penyelesaian skripsi ini.
10. Sahabat penulis Angga Fachrul Roji, Intan Islamiyati, Latifatul Muniroh, Citra Dewi Septia Kholipah, Anggita Rahmawati, Siti Mufidah Rachman, Novia Dwi Putri serta keluarga Barbar yang selalu membantu dan memberikan motivasi serta dorongan dalam penyelesaian skripsi ini.  
Dan hanya kepada sang penciptalah penulis memohon agar seluruh kebaikan dari semua pihak yang telah berperan dalam proses penyelesaian skripsi ini di berikan balasan yang berlipat ganda.

Serang, 21 Oktober 2021

**Sity Alimaturosidah**  
NIM. 171340071

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>iii</b>
<b>NOTA DINAS .....</b>	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN MUNAQASYAH .....</b>	<b>v</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>viii</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>xi</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	

A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	4
E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan .....	5
F. Kerangka Teori .....	7
G. Metodologi Penelitian.....	10
H. Sistematika Pembahasan.....	13

## **BAB II KAJIAN TEORI**

A. Remaja .....	15
B. Yatim Piatu .....	19
C. Tekanan Emosional.....	21
D. Terapi Gestalt.....	25

## **BAB III GAMBARAN UMUM RESPONDEN**

A. Profil Konseli .....	33
B. Keadaan Emosional Responden.....	34
C. Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Emosional .....	39

## **BAB IV HASIL PENELITIAN**

A. Proses Penerapan Terapi Gestlt Pada Tekanan Emosional Yatim Piatu Usia Remaja.....	41
B. Hasil Penerapan Terapi Gestalt .....	55

## **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	60
B. Saran .....	6

## **LAMPIRAN**

