

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial Islam (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 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, 01 November 2021

Penulis

**YULIA NISCAYA LESTARI**

NIM :171340022

## ABSTRAK

Nama: **Yulia Niscaya Lestari**, NIM: **171340022**, Judul Skripsi: **Penerapan Konseling Realitas Untuk Mengatasi Stres Pada Istri Pertama Yang Dipoligami (Studi di Desa Kadubera, Kecamatan Picung, Kabupaten Pandeglang)**, Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah.

Perkawinan poligami memang bukan menjadi hal baru di masyarakat tidak sedikit yang melakukan perkawinan poligami, namun kebanyakan diantara mereka yang melakukan perkawinan poligami hanya sebatas perkawinan dibawah tangan tanpa dicatat akta perkawinan sehingga sulit untuk mencari data perkawinan poligami. Namun dalam realitanya tidak semua pasangan dari perkawinan itu mengalami kebahagiaan. Adapun penerapan yang dilakukan dalam mengatasi stres pada istri pertama yang dipoligami oleh suaminya, yaitu Terapi Realitas yang dilakukan langsung oleh peneliti kepada responden. Dalam penerapan Konseling Realitas merupakan bentuk bantuan yang diberikan kepada responden agar responden bisa menerima nasib yang telah Allah SWT tentukan dan untuk bisa lebih bersyukur dalam hidup, juga menjalankan hidupnya dengan keikhlasan.

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1) Bagaimana kondisi psikologis terhadap istri pertama yang dipoligami?, 2) Bagaimana penerapan konseling Realitas terhadap istri pertama yang dipoligami?, 3) Bagaimana hasil penerapan terapi realitas dalam mengatasi stres pada istri pertama yang di poligami di desa Kadubera?

Peneliti ini bertujuan untuk menjelaskan: 1) Untuk mengetahui kondisi psikologi pada istri pertama yang dipoligami. 2) Untuk mengetahui penerapan konseling realitas dalam mengatasi stres pada istri pertama yang dipoligami.

Dalam penelitian ini dilakukan di desa Kadubera Kecamatan Picung Kabupaten Pandeglang, pada 4 responden yaitu RY,MM,WT dan SH. Peneliti menggunakan pendekatan dengan jenis penelitian tindakan, dengan metode kualitatif. Untuk mengumpulkan data dilakukan dengan observasi, wawancara, pengamatan dan dokumentasi. Penerapan konseling realitas dalam mengatasi stres pada istri pertama yang dipoligami yaitu: *Attending*, mengidentifikasi masalah, memfasilitasi perubahan terapeutis, evaluasi.

Setelah peneliti melakukan penerapan Terapi realitas pada istri pertama yang mengalami stres. responden sudah merasa lebih tenang, pikiran dan perasaannya jauh lebih baik, sudah tidak terlalu menyalahkan diri sendiri, dan bisa menerima kenyataan dalam permasalahan dengan ikhlas dan pasrah pada Allah SWT. Responden juga setelah di lakukan konseling realitas responden bisa menerima dengan kondisinya yang sekarang, lebih sabar dan juga lebih tenang.

**Kata kunci:** Konseling Individual, Penerapan Konseling Realitas.

## ABSTRACT

Name: **Yulia Niscaya Lestari**, NIM: **171340022**, Thesis Title: **Application of the Reality of Counseling to Overcome Stress in the Polygamous First Wife** (Study in Kadubera Village, Picung District, Pandeglang Regency), Department of Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah.

Polygamous marriages are indeed not a new thing in society, not a few who carry out polygamous marriages, but most of them carry out polygamous marriages only to the extent of underhand marriages without a marriage certificate recorded, so it is difficult to find data on polygamous marriages. But in reality, not all couples from that marriage experience happiness. As for the application carried out in dealing with stress on the first wife who was polygamous by her husband, namely Reality Counseling, which was carried out directly by the researcher to the respondent. In the application of Reality Counseling, it is a form of assistance given to respondents so that they can accept the fate that has been determined by Allah SWT and to be more grateful in life, as well as to live their lives with sincerity.

Based on the above background, the formulation of the problem in this study are: 1) What is the psychological condition of the polygamous first wife?, 2) How is Reality counseling applied to the polygamous first wife?, 3) How is the application of reality therapy in dealing with stress in the first wife? who is polygamous in Kadubera village?

This researcher aims to explain: 1) To find out the psychological condition of the first wife who is polygamous. 2) To find out the application of reality applications in dealing with stress in the polygamous first wife.

This research was conducted in the village of Kadubera, Picung District, Pandeglang Regency, on 4 respondents namely RY, MM, WT and SH. The researcher uses a Jemis approach in action research, with qualitative methods. To collect data is done by observation, interviews, observations and documentation. The application of reality in dealing with stress in the polygamous first wife, namely: Attending, Identification of problems, facilitating therapeutic change, evaluation.

After the researchers applied reality therapy to the first wife who experienced stress. respondents feel calmer, their thoughts and feelings are much better, they are no longer blaming themselves, and can accept the reality of problems with sincerity and surrender to Allah SWT. Respondents also after doing reality counseling respondents can accept with their current condition, more patient and also calmer.

Keywords: Individual Counseling, Application of Reality Counseling.



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

---

Nomor	: Nota Dinas	Kepada Yth.
Lampiran	: Skripsi	Dekan Fakultas Dakwah
Hal	: <b>Pengajuan Sidang Munaqosah</b>	UIN SMH Banten
	<b>a.n. Yulia Niscaya</b>	<b>Di_</b>
	<b>Lestari</b>	<b>Serang</b>
	<b>NIM : 171340022</b>	

*Assalamu'alaikum Wr. Wb*

Diperkenalkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan menganalisa serta mengadakan koreksi seperlunya, kami berpendapat bahwa skripsi saudara Yulia Niscaya Lestari, NIM: 171340022 yang berjudul: "**Penerapan Konseling Realitas Untuk Mengatasi Stres Pada Istri Pertama Yang DiPoligami**" (Studi di Desa Kadubera Kecamatan Picung Kabupaten Pandeglang), telah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi sidang munaqosah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas segala perhatian Bapak, kami ucapkan terima kasih.

**Wassalamu'alaikum Wr. Wb**

Serang, 01 November 2021

Pembimbing I

**H. Ahmad Fadhil, L.c., M.Hum**  
**NIP: 19760704200003 1 002**

Pembimbing II

**Asep Furqonuddin, S. Ag., M.M.Pd**  
**NIP: 19780512200312 1 001**

**PENERAPAN KONSELING REALITAS UNTUK  
MENGATASI STRES PADA ISTRI PERTAMA YANG  
DIPOLIGAMI**

(Studi di Desa Kadubera, Kecamatan Picung Kabupaten Pandeglang Banten)

Oleh:

**YULIA NISCAYA LESTARI**

**NIM: 171340022**

Pembimbing I

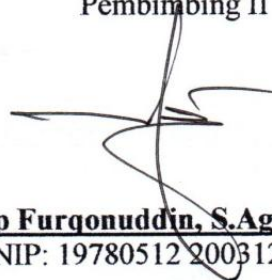


**H. Ahmad Fadhil, L.c., M.Hum**

**NIP: 19760704 200003 1 002**

Menyetujui,

Pembimbing II

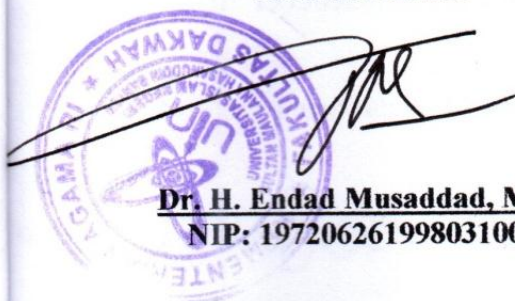


**Asep Furqonuddin, S.Ag., M.M.Pd**

**NIP: 19780512 200312 1 001**

Mengetahui,

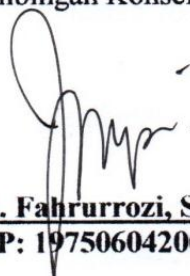
Dekan  
Fakultas Dakwah



**Dr. H. Endad Musaddad, M.A.**

**NIP: 197206261998031002**

Ketua Jurusan  
Bimbingan Konseling Islam



**A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A.**

**NIP: 197506042006041001**

## PENGESAHAN

Skripsi a.n Yulia Niscaya Lestari, NIM: 171340022, Judul Skripsi: **Penerapan Konseling Realitas Untuk Mengatasi Stres Pada Istri Pertama Yang diPoligami Studi di Desa Kadubera Kecamatan Picung Kabupaten Pandeglang Banten**, telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 15 Desember 2021. Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 15 Desember 2021

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota



**Dr. H. Endad Musaddad, M.A.**

NIP: 19720626 199803 1 002

Sekretaris Merangkap Anggota



**Gian Nova Sudrajat Nur, M.Hum**

NIP: 19911106 201903 1 011

Penguji I

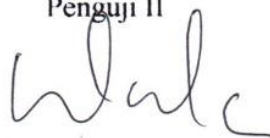


**H. Agus Sukirno, M.Pd**

NIP: 19730328201101 1 001

Anggota,

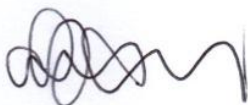
Penguji II



**Wulan Fauzia, M.Pd**

NIP: 19880625 201903 7 007

Pembimbing I



**H. Ahmad Fadhil, L.c., M.Hum**

NIP: 19760704 200003 1 002

Pembimbing II



**Asep Furqonuddin, S.Ag., M.M.Pd**

NIP: 19780512 200312 1 001

## **PERSEMBAHAN**

Ku Panjatkan Rasa Syukur kepada-Mu, Allah SWT Yang Maha Pengasih Lagi Maha Penyayang.

Kupersembahkan skripsi ini kepada kedua permata hatiku yang sangat kucintai, Bapak Jaelani dan Ibu Darwati yang selalu menjadi sumber kekuatan dan penyemangatku dalam segala hal. Yang telah merelakan ribuan keringat dan tak bosan membimbingku sedari kecil sampai saat ini.

Dan teruntuk diri sendiri, AKU HEBAT, AKU KEREN.

## **MOTTO**

**وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا**

**“Dan janganlah kamu (merasa) lemah, dan  
jangan (pula) bersedih hati”**

**(Qs. Ali-Imran; Ayat 139)**



## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis bernama Yulia Niscaya Lestari, lahir di Pandeglang, 24 Februari 2000, Saat ini Penulis Tinggal di Lingkungan Kp. Kadu Gajah 04/08, Kelurahan Pandeglang Kecamatan Pandeglang Kabupaten Pandeglang Banten. Penulis merupakan Anak kedua dari pasangan Bapak Jaelani dan Ibu Darwati.

Pendidikan formal yang ditempuh oleh penulis adalah SDN Kadubera 1 lulus tahun 2011, kemudian melanjutkan Sekolah MTS Ar-Rohman Pandeglang lulus tahun 2014, selanjutnya melanjutkan pendidikan di MAN 1 Pandeglang, dan lulus pada tahun 2017. Dan kemudian melanjutkan kuliah perguruan tinggi Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Pada jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah.

Selama menjadi Mahasiswa UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Penulis pernah mengikuti salah satu UKM (Unit Kegiatan Mahasiswa) yang ada di Kampus, salah satunya yaitu UKM Pramuka.

Demikian catatan singkat mengenai riwayat hidup penulis selama menempuh pendidikan di Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

## KATA PENGANTAR

### *Bissmilahirrohmanirrahim.*

Puji Syukur Kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan karuniaNya. Sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul Penerapan Terapi Realitas Untuk Mengatasi Stres Pada Istri Pertama Yang Di Poligami, (Studi di Desa Kadubera, Kecamatan Picung, Kabupaten Pandeglang-Banten). Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Sosial, kepada Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, UIN Sultan Maulana Hasanuddin banten. Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari kekurangan, kelemahan, dan masih jauh dari kesempurnaan. Namun demikian peneliti, berharap semoga dengan adanya skripsi ini mudah-mudahan dapat membawa manfaat yang besar dan berguna khususnya bagi diri peneliti, pembaca dan masyarakat Islam pada umumnya sebagai bahan pertimbangan dan kasanah ilmu pengetahuan. Skripsi ini kemungkinan besar tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H.Wawan Wahyudin,M.Pd. Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah mengelola dan mengembangkan UIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten lebih maju.

2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, M.A. Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
3. Bapak A.M. Fahrurrozi, S.Psi, M.A. Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam, yang telah memberikan arahan, mendidik dan memberikan motivasi kepada peneliti.
4. Imalatul Khairat, M.Pd. Sekertaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
5. Bapak A.Fadhil, Lc., M.Hum. Pembimbing I yang telah memberikan nasehat, bimbingan dan saran-saran kepada peneliti selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Asep Furqonuddin, M.M.Pd. Pembimbing II yang telah memberikan nasehat, bimbingan dan saran-saran kepada peneliti selama proses penyusunan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen UIN SMH BANTEN, terutama yang telah mengajar dan mendidik peneliti selama kuliah di UIN, serta staf akademik dan karyawan UIN, yang telah memberikan bekal pengetahuan yang begitu berharga selama kuliah di UIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten.
8. Responden RY, MM, WT dan SH yang senantiasa membantu penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
9. Orang tua yang saya cintai dan keluarga yang selalu mendo'akan untuk menyelesaikan skripsi ini.

10. Sahabat dan teman-teman BKI A dan semua pihak yang telah membantu penulis dalam berbagai hal sehingga memudahkan menyelesaikan skripsi ini.

Akhirnya, hanya kepada Allah SWT penulis memohon agar seluruh kebaikan dan semua pihak yang membantu selesainya skripsi ini, semoga diberikan balasan yang berlipat ganda.

Serang, 01 November 2021

Penulis

**YULIA NISCAYA LESTARI**  
**NIM : 171340022**

## 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>iii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSAH.....</b>	<b>Error! Bookmark no</b>
<b>PENGESAHAN .....</b>	<b>Error! Bookmark no</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>MOTTO.....</b>	<b>viii</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
<b>A. Latar Belakang.....</b>	<b>Error! Bookmark n</b>
<b>B. Rumusan Masalah .....</b>	<b>8</b>
<b>C. Tujuan Penelitian.....</b>	<b>8</b>
<b>D. Manfaat Penelitian.....</b>	<b>9</b>
<b>E. Kajian Pustaka .....</b>	<b>10</b>
<b>F. Kerangka Teori.....</b>	<b>12</b>
<b>G. Metode Penelitian.....</b>	<b>18</b>
<b>H. Sistematika Pembahasan .....</b>	<b>24</b>

## **BAB II KERANGKA TEORI**

A. Poligami.....	25
B. Stres .....	31
C. Terapi Realitas .....	39

## **BAB III GAMBARAN RESPONDEN**

A. Profil Responden .....	43
B. Kondisi Psikologis Istri Pertama Yang Dipoligami .....	49
C. Gejala Stres Yang Dialami Istri Dipoligami .....	53

## **BAB IV PENERAPAN TERAPI REALITAS UNTUK MENGATASI STRES PADA ISTRI PERTAMA YANG DIPOLIGAMI**

A. Penerapan Terapi Realitas terhadap Istri Pertama Yang di Poligami.....	57
B. Hasil Penerapan Terapi Realitas Terhadap Istri Pertama Yang DiPoligami .....	76

## **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan.....	83
B. Saran .....	85

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**