

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis yang berjudul: “Penerapan Teori Behavioral dengan Teknik *Reinforcement* untuk Mengatasi Kecemasan pada Remaja Akhir” (Studi di lingkungan masyarakat Gondrong Petir, Cipondoh-Kota Tangerang) sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana sosial (S.Sos) dan diajukan pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, ini sepenuhnya asli hasil karya tulis ilmiah saya pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang 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 plagiat atau mencontek karya tulis orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar ke sarjanaan yang saya terima atau sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang, 16 Desember 2021

**RAISA MALAON**  
NIM: 171340057

## ABSTRAK

Nama: **Raisa Malaon**, NIM: **171340057**, Judul Skripsi: ***Penerapan Teori Behavioral dengan Teknik Reinforcement untuk Mengatasi Kecemasan pada Remaja Akhir*** (Studi dilingkungan Gondrong Petir, Cipondoh-Kota Tangerang).

Keberadaan keluarga yang harusnya menjadi penyemangat dalam menjalani kehidupan, malah sebaliknya menjadi salah satu penyebab terjadinya rasa kecemasan itu timbul. Kejadian-kejadian yang terjadi dimasa lalu dan belum terobati yang pada akhirnya menjadi bekas luka yaitu rasa cemas. Tak jarang hal tersebut bisa memicu rasa sakit trauma yang menjadikan adanya beban psikologis seperti rasa cemas.

Rumusan Masalah dari penelitian ini yaitu: 1) Bagaimana kondisi kecemasan remaja akhir dilingkungan masyarakat Gondrong Petir, Cipondoh-Kota Tangerang. 2) Bagaimana penerapan Teori Behavioral dengan Teknik Reinforcement kepada remaja akhir. 3) Untuk mengetahui dan mendeksripsikan penerapan teori behavioral kepada remaja akhir yang memiliki rasa kecemasan.

Jenis penelitian yang digunakan dalam skripsi ini yaitu menggunakan metode penelitian kualitatif yakni pengumpulan data yang digunakan dengan metode observasi, wawancara dan pengamatan sebagaimana umumnya penelitian kualitatif yang lebih melihat proses dari pada objek penelitian.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian ini menunjukkan bahwa rasa kecemasan sangat berpengaruh untuk psikologis remaja akhir. Rasa cemas, rasa takut yang disebabkan oleh trauma dimasa lalu yang tidak diobati menjadi masalah yang memperburuk aktivitas bahkan tingkah laku dari remaja akhir. Setelah melakukan proses terapi, setiap remaja akhir mengalami perubahan yang signifikan seperti: mulai bisa mengelola emosi dan perilaku mereka saat menghadapi kondisi yang tidak menyenangkan atau yang membuat rasa kecemasan itu timbul, setiap responden juga menjadi lebih sabar akan menjalani hidup mereka.

**Kata Kunci: Terapi Behavioral, Kecemasan, Remaja Akhir.**

## ABSTRACT

Name: **Raisa Malaon**, NIM: **171340057**, Thesis Title: ***The application of Behavioral Theory with Reinforcement Techniques to Overcome Anxiety in Late Adolescents*** (Study at Gondrong Petir, Cipondoh-Kota Tangerang).

The existence of a family that should be an encouragement in living life, on the contrary, it becomes one of the causes of anxiety that arises. Events that occurred in the past and have not been treated which in the end become a scar, namely anxiety. Not infrequently this can trigger trauma pain that causes a psychological burden such as anxiety.

The formulation of the problem from this research are: 1) How is the anxiety condition of late adolescents in the Gondrong Petir community, Cipondoh-Tangerang City. 2) How to apply Behavioral Theory with Reinforcement Technique to late teens. 3) To find out and describe the application of behavioral theory to late adolescents who have a sense of anxiety.

The type of research used in this thesis is using qualitative research methods, namely data collection used by observation, interview and observation methods as generally qualitative research that looks at the process rather than the object of research.

Based on the results obtained from this study, it shows that anxiety is very influential for late adolescent psychology. Anxiety, fear caused by untreated past trauma becomes a problem that worsens the activities and even behavior of late teens. After undergoing the therapy process, each late teenager experienced significant changes such as: starting to be able to manage their emotions and behavior when faced with unpleasant or anxiety-producing conditions, each respondent also became more patient in living their lives.

**Keywords: Behavioral Therapy, Anxiety, Late Adolescents**



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

Nomor : Nota Dinas  
Lamp : -  
Hal : **Pengajuan Munaqasah**  
**a.n Raisa Malaon**  
**NIM: 171340057**

Kepada Yth  
**Dekan Fakultas Dakwah**  
**UIN SMH Banten**  
Di -  
Serang

*Assalamualaikum Wr. Wb*

Dipermauklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami berpendapat bahwa skripsi saudari Raisa Malaon NIM: 171340057 yang **Penerapan Teori Behavioral dengan Teknik Reinforcement untuk Mengatasi Kecemasan pada Remaja Akhir** (Studi di Gondrong Petir, Cipondoh Kota-Tangerang) telah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada jurusan Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Maka kami ajukan skripsi ini dengan harapan dapat segera dimunaqasahkan.

Demikian atas perhatian Bapak kami ucapkan terimakasih.  
Wassalamualaikum Wr. Wb

Serang, 16 Desember 2021

Pembimbing I

Pembimbing II

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

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

**PENERAPAN TEORI BEHAVIORAL DENGAN  
TEKNIK *REINFORCEMENT* UNTUK MENGATASI  
KECEMASAN PADA REMAJA AKHIR**

(Studi di Lingkungan Gondrong Petir, Cipondoh- Kota Tangerang)

Oleh:

**RAISA MALAON**

NIM: 171340057

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II



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



**Iwan Kosasih S.Kom., M. M.Pd**  
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 **Raisa Malaon, NIM:171340057**, Judul Skripsi ***Penerapan Teori Behavioral dengan Teknik Reinforcment untuk Mengatasi Kecemasan pada Remaja Akhir*** (Studi di Gondrong Petir, Cipondoh Kota Tangerang). Telah diajukan dalam siding munaqasah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S. Sos) Program Strata Satu (S1) pada Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 16 Desember 2021

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota,

Sekretaris Merangkap Anggota



**Dr. H. Helmy Faizi Bahrul Ulumi, M Hum**

NIP.19770813 200604 1 003

Anggota

Penguji I



**Dr. Yogi Damai Syaputra, M Pd**

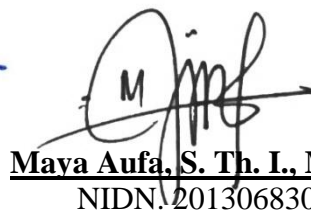
NIP.19900314 202012 1 005

Penguji II



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

Pembimbing I

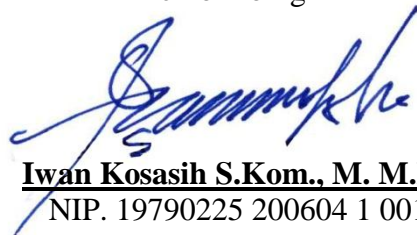


**Maya Afa, S. Th. I., M. S.I**  
NIDN.2013068302

Pembimbing II



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



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

## **PERSEMBAHAN**

Puji syukur selalu kita panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan beribu-ribu nikmat kepada kita semua. Skripsi ini saya persembahkan untuk Ayah dan Mamah tercinta Parlaonan Lubis dan Siti Sahro Rangkuti yang telah mengisi kehidupan saya dengan begitu banyak kebahagiaan sehingga seumur hidup tidak cukup untuk menikmati semuanya. Terimakasih karena selalu memberikan doa terbaik untukku. Kasih sayang dan pengorbananya yang tak terhitung sehingga anaknya bisa menyelesaikan studi ini dengan baik. Tidak lupa juga untuk adik saya tercinta Rini Malaon yang selalu menjadi teman bicara sekaligus penghibur di sela-sela pembuatan skripsi ini.

Juga untuk sahabat terdekat saya serta rekan-rekan seperjuangan yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu terimakasih karena kalian hari-hari saya makin menyenangkan.

Terimakasih untuk kalian semua atas segala doa dan dukungan, serta pengorbanan yang sangat tulus.

## MOTTO

وَهُوَ الَّذِي يُنَزِّلُ الْغَيْثَ مِنْ بَعْدِ مَا قَنَطُوا وَيَنْشُرُ رَحْمَتَهُ  
وَهُوَ الْوَلِيُّ الْحَمِيدُ

*“Dan Dialah yang menurunkan hujan setelah mereka berputus asa  
dan menyebarkan rahmat-Nya. Dialah Maha Pelindung, Maha  
Terpuji.”*

**(Qs. Asy-Syura: 28)**



## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis bernama lengkap Raisa Malaon lahir di Jakarta pada tanggal 23 Juli 1999, merupakan anak kedua dari tiga bersaudara dari orang tua yang bernama Ayah Parlaonan Lubis dan Mamah Siti Sahro Rangkuti. Bertempat tinggal di kota Tangerang provinsi Banten.

Jenjang pendidikan yang penulis tempuh adalah SDN Petir 02 di Cipondoh, dan Mts Daarul Muttaqien 2 di Pasar Kemis, setelah itu melanjutkan ke MA Annida Al-Islamy Cengkareng-Jakarta Barat, kemudian melanjutkan kuliah di Universitas Sultan Maulana Hasanuddin Banten Jurusan Bimbingan Konseling Islam Pada Fakultas Dakwah.

## **KATA PENGANTAR**

*Bismillahirrahmanirrahim*

Puji syukur selalu kita panjatkan kehadiran Allah SWT, yang mana telah memberikan beribu-ribu nikmat kepada kita semua, diantaranya nikmat iman, Islam dan ikhsan. Dan juga, shalawat serta salamnya semoga tetap tercurah limpahkan kepada baginda alam yakni Nabi Muhammad SAW, kepada para keluarganya, sahabat-sahabatnya hingga kita pengikutnya sampai akhir zaman.

Dengan mengucap rasa syukur “Alhamdulillah” atas pertolongan Allah dan ikhtiar yang sungguh-sungguh, penulis telah menyelesaikan skripsi berjudul Penerapan Teori Behavioral dengan Teknik Reinforcement untuk Mengatasi Kecemasan pada Remaja Akhir

Penulis menyadari betul bahwa skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan, kelemahan dan masih jauh dari kata kesempurnaan. Namun, Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi dirinya maupun bagi para pembaca.

Mengingat itu semua, penulis tidak mungkin dapat menyelesaikan skripsi ini tanpap bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

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

yang telah memberikan kesempatan penulis untuk belajar dan mengembangkan potensinya di Universitas ini.

2. Bapak Dr.H Endad Musaddad, M.A, Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan persetujuan dan mendorong kepada penulis dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak AM. Fahrurrozi, S. Psi., M.A, Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negri Sultan Maulana Hasanuddin Bnaten yang selalu memberikan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Dr. H Suadi Sa'ad, M. Ag, Pembimbing I dan Bapak Iwan Kosasih, S. Kom., Mpd, Pembimbing II, yang selalu memberikan arahan, saran serta motivasi dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Islam Negri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Yang telah memberikan penulis begitu banyak pembelajaran, pengetahuan serat ilmu yang sangat berharga maupun informasi- informasi yang penulis butuhkan, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
6. Teman- teman responden saya yang telah bersedia membantu menjadi klien sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Teman-teman UKM GESBICA terimakasih atas pengalaman berharga selama masa perkuliahan.

8. Teman-teman bu ros squad, terimakasih karena selama perkuliahan menjadi obat dari lelah saat kuliah.
9. Keluarga, Sahabat, dan semua pihak yang telah membantu baik dalam segi pikiran maupun tenaga serta materi sehingga memudahkan penulis dalam penyusunan skripsi ini.
10. Semua pihak yang terlibat dalam penulisan skripsi ini, yang tidak bisa disebutkan satu persatu, Terimakasih atas semuanya. Hanya kepada Allah SWT penulis panjatkan doa semoga kebaikan yang telah diberikan kepada penulis dari berbagai pihak yang berupa moral maupun material mendapatkan balasan berlipat ganda.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena keterbatasan yang penulis miliki oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran pembaca sebagai rekomendasi perbaikan selanjutnya.

Akhirnya, penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis khususnya, umumnya bagi pembaca.

Serang, 16 Desember 2021

Penulis

**Raisa Malaon**

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>NOTA DINAS</b> .....	iv
<b>PENGESAHAN</b> .....	vi
<b>MOTTO</b> .....	vii
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	ix
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Masalah.....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Kajian Pustaka .....	6
F. Kerangka Teori .....	8
G. Metodologi Penelitian.....	33
H. Lokasi Penelitian.....	35
I. Teknik Pengumpulan Data.....	35
J. Sistematika Penulisan .....	36
<b>BAB II GAMBARAN UMUM LOKASI PENELITIAN</b>	
A. Profil Desa Gondrong Petir.....	38
B. Visi dan Misi Desa Gondrong Petir .....	40
C. Data Geografis Desa Gondrong Petir .....	40
D. Pendidikan Warga Gondrong Petir .....	42

	E. Sarana dan Prasarana desa Gondrong Petir .....	43
<b>BAB III</b>	<b>GAMBARAN PSIKOLOGIS REMAJA AKHIR</b>	
	A. Profil Remaja Akhir.....	46
	B. Penyebab Timbulnya Kecemasan Pada Remaja Akhir .....	48
	C. Upaya dari orang sekitar Remaja Akhir .....	50
	D. Tingkat Kecemasan.....	53
	E. Dampak Kecemasan .....	55
<b>BAB IV</b>	<b>DESKRIPSI CARA MENGATASI KECEMASAN PADA REMAJA AKHIR</b>	
	A. Penerapan Terapi Behavioristik Pada Remaja Akhir .....	60
	B. Hasil Penerapan Teori Behavioral pada Remaja Akhir .....	82
<b>BAB V</b>	<b>PENUTUP</b>	
	A. Kesimpulan .....	86
	B. Saran .....	88
	<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
	<b>LAMPIRAN</b>	