

## **PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Komunikasi Islam (BKI) dan diajukan pada jurusan Bimbingan Dan Konseling Islam Fakultas Ushuluddin Dakwah Dan Adab Institut Agama Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis 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, 04 Mei 2016

**EKA WAHYUNINGSIH**  
**NIM : 123400205**

## ABSTRAK

Nama : Eka Wahyuningsih, NIM : 123400205, judul skripsi : ***Konseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Dalam Mengatasi Problem Adaptasi Ibu Muda Dalam Rumah Tangga.*** (Studi Kasus Di Desa Pakuncen, Kecamatan Bojonegara, Kabupaten Serang, Provinsi Banten). Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin, Dakwah dan Adab, IAIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Dalam menjalani kehidupan rumah tangga banyak tantangan serta cobaan ditemui, terlepas dari pada masalah yang dialami oleh remaja dalam proses transisinya mereka dihadapkan oleh tanggung jawab mereka sebagai seorang istri, ibu sekaligus menantu yang tidak jarang seseorang mengalami problem adaptasi dalam rumah tangga. Ketidakmampuan dalam beradaptasi tercermin pada sikap dan tingkahlaku seseorang ketika dihadapkan oleh suatu hal atau keadaan baru yang cenderung merasa takut dan berhati-hati dalam menentukan langkah yang harus dilakukan dan tidak boleh dilakukan, kebingungan terjadi disaat diri seseorang mengalami ketidakmampuan dalam beradaptasi mengarah kepada persepsi-persepsi yang salah dalam memandang suatu hal.

Dari uraian di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1). Bagaimana bentuk-bentuk problem adaptasi ibu muda dalam rumah tangga ? 2). Bagaimana penerapan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam mengatasi problem adaptasi ibu muda dalam rumah tangga ? 3). Bagaimana dampak penerapan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam mengatasi problem adaptasi ibu muda dalam rumah tangga ?

Tujuan dari penelitian ini adalah : 1). Untuk mengetahui bentuk-bentuk problem adaptasi ibu muda dalam rumah tangga. 2). Untuk mengetahui penerapan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam mengatasi problem adaptasi ibu muda dalam rumah tangga. 3). Untuk mengetahui dampak penerapan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam mengatasi problem adaptasi ibu muda dalam rumah tangga.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan adanya tindakan konseling REBT yang dilakukan. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara dan dokumentasi.

Adapun hasil dari penelitian ini adalah 1). Ibu muda yang berada di Desa Pakuncen mengalami bentuk-bentuk problem adaptasi ibu muda di dalam rumah tangga diantaranya adalah sebagai berikut : adaptasi terhadap keluarga suami, adaptasi dengan pasangan, adaptasi keuangan pasangan dan adaptasi terhadap peran baru. 2). Penerapan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yang dilakukan pada ibu muda di Desa Pakuncen menggunakan teknik-teknik bimbingan konseling diantaranya adalah *attending* dan *asesmen. Treatment* yang dilakukan dalam proses konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) menggunakan teknik kongnitif berupa *home work assignments*, dengan menggunakan pendekatan logika, realisme dan kemanfaatan. Kemudian menggunakan teknik perilaku berupa *social modeling* dan *reinforcement* serta teknik emotif 3). Dampak yang ditimbulkan dari layanan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) ini adalah semula klien mengalami penurunan rasa kepercayaan diri, menarik diri dari lingkungan, mudah putus asa, merasa tidak mempunyai harga diri, merasa tertekan dan pesimis dan sekarang klien merasa rasa kepercayaan dirinya sudah mulai tumbuh, mempunyai motivasi kembali untuk menjalankan kehidupannya, dan tidak berusaha menarik diri dari lingkungan, rasa putus asa, tertekan sudah sudah dapat diminimalisir oleh klien.

## ABSTRACT

Name: Eka Wahyuningsih, NIM: 123400205, thesis title: Counseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) in Solving the Problem of Adaptation of Young Domestic Capital. (Case Study In the village Pakuncen, Bojonegara subdistrict, Serang district, Banten province). Department of Islamic Guidance and Counselling, Faculty of Islamic Theology, Preaching and Adab IAIN Banten Sultan Maulana Hasanuddin.

In life household encountered many challenges and trials, regardless of the problems experienced by young people in their transition process faced by their responsibilities as a wife, mother and daughter were not uncommon person experiencing adaptation problems in the household. The inability to adapt is reflected in the attitudes and behavior of a person when confronted by something or new circumstances that tend to feel fearful and cautious in deciding what to do and not to do, confusion occurs when a person experiencing an inability to adapt led to perceptions wrong in looking at things.

From the above description, the formulation of the problem in this research are: 1). How forms of adaptation problems of young mothers in the household? 2). How counseling application of Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) in addressing the problems of adaptation of young mothers in the household? 3). How can the impact of counseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) in addressing the problems of adaptation of young mothers in the household?

The purpose of this study were: 1). To know the forms of adaptation problems of young mothers in the household. 2). Counseling to determine the application of Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) in addressing the problems of adaptation of young mothers in the household. 3). To determine the impact of counseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) in addressing the problems of adaptation of young mothers in the household.

This study used qualitative methods with their actions undertaken REBT counseling. Data collection techniques used were observation, interviews and documentation.

The results of this study are 1). Young mother in the village Pakuncen experienced forms of the problem of adaptation of young mothers in the home are as follows: adaptation to the husband's family, adaptation to the couple, the couple finance adaptation and adaptation to the new role. 2). Application of counseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) are performed on young mothers in the village Pakuncen using techniques which are attending counseling and assessment. Treatment is carried out in the counseling process Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) using techniques kongnitif form of home work assignments, using a logical approach, realism and expediency. Then using behavioral techniques such as modeling and reinforcement of social and emotive technique 3). The impact of counseling services Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) is originally a client decreased sense of self-confidence, withdrew from the environment, easily discouraged, feeling not to have self-esteem, feeling depressed and pessimistic, and now clients feel a sense of confidence in himself already began to grow, motivation back to running their lives, and not trying to pull away from the environment, a sense of despair, depressed already own can be minimized by the client.

**FAKULTAS USHULUDDIN, DAKWAH DAN ADAB  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
“SULTAN MAULANA HASANUDDIN” BANTEN**

---

Nomor : Nota Dinas

Lamp : Skripsi

Hal : Pengajuan Ujian Munaqasyah

Kepada Yth :

Dekan Fakultas Ushuluddin,

Dakwah dan Adab IAIN

“SMH” Banten

Di

Serang

Asslamu’alaikum Wr. Wb.

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan menganalisa serta mengadakan koreksi seperlunya, kami berpendapat bahwa skripsi saudara Eka wahyuningsih, NIM : 123400205 yang berjudul : **Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* Dalam Mengatasi Problem Adaptasi Ibu Muda Dalam Rumah Tangga**, (Studi kasus di Desa Pakuncen, Kecamatan Bojonegara, Kabupaten Serang, Provinsi Banten), telah dapat diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Fakultas Ushuluddin, Dakwah Dan Adab, Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Institut Agama Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten.

Demikian atas segala perhatian bapak, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu’alaikum Wr. Wb.

Serang, 04 Mei 2016

Pembimbing I

Pembimbing II

**Dr. H. Masrukhin Muhsin, Lc., MA.**

NIP : 19720202 199903 1 004

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

NIP : 19750604 200604 1 001

**KONSELING *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR***  
***THERAPY* (REBT) DALAM MENGATASI PROBLEM**  
**ADAPTASI IBU MUDA DALAM RUMAH TANGGA**  
(Studi kasus di Desa Pakuncen, Kecamatan Bojonegara, Kabupaten  
Serang, Provinsi Banten)

Oleh :

**EKA WAHYUNINGSIH**  
**NIM : 123400205**

Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

**Dr. H. Masrukhin Muhsin, Lc., MA.**  
NIP : 19720202 199903 1 004

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

Mengetahui,

Dekan  
Fakultas Ushuluddin, Dakwah  
dan Adab

Ketua  
Jurusan Bimbingan dan  
Konseling Islam

**Prof. Dr. H. Udi Mufrodi Mawardi, Lc., M.Ag**  
NIP: 19610209 199403 1 001

**Ahmad Fadhil, Lc.,M.Hum.**  
NIP : 19760704 200003 1 002

## PENGESAHAN

Skripsi ini a.n Eka Wahyuningsih, NIM : 123400205, Judul Skripsi : *Konseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Dalam Mengatasi Problem Adaptasi Ibu Muda Dalam Rumah Tangga (Studi kasus di Desa Pakuncen, Kecamatan Bojonegara, Kabupaten Serang, Provinsi Banten)*, telah diajukan dalam sidang munaqasyah Istitut Agama Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten pada tanggal 04 Mei 2016 skripsi ini telah diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh Gelar Sarjana Komunikasi Islam (S.Kom.I) pada Fakultas Ushuluddin Dakwah Dan Adab Jurusan Bimbingan, Konseling Dan Islam Istitut Agama Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten.

Serang, 04 Mei 2016

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota,

Sekretaris Merangkap Anggota,

**Dr. H. Masrukhin Muhsin, Lc., MA.**

NIP : 19720202 199903 1 004

Penguji I

**Hilda Rosida, S.S.,M.Pd**

NIP : 19831121 201101 2 011

Penguji II

Anggota

**Dr. Hunainah, M.M.**

NIP : 19670414 1993032 003

Pembimbing I

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

NIP : 19780512 200314 1 001

Pembimbing II

**Dr. H. Masrukhin Muhsin, Lc., MA.**

NIP : 19720202 199903 1 004

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

NIP : 19750604 200604 1 001

## **PERSEMBAHAN**

**Skripsi ini saya persembahkan untuk kalian sang  
inspirasi Ayah dan Ibu tercinta yaitu Bapak Suhandi  
dan Ibu Sarminah serta adikku tercinta Fajar Rizkillah.  
Terimakasih untuk do'a, kasih sayang serta pengorbanan  
tulus kalian.**

## MOTTO

*Tidak ada masalah yang tidak dapat diselesaikan,  
bersabarlah semua indah pada waktunya.*



## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis bernama lengkap Eka Wahyuningsih, dilahirka di Serang, 10 Desember 1994, merupakan anak pertama dari dua bersaudara berasal dari pasangan Suhandi dan Sarminah.

Jenjang pendidikan yang peneliti tempuh ialah SDN Kalilanang I, di Desa Pakuncen, Kecamatan Bojonegara, Kabupaten Serang, lulus pada tahun 2004. Melanjutkan ke Madrasah Tsanawiyah Pakuncen, lulus pada tahun 2010. Setelah itu lanjut ke SMA 1 Bojonegara, lulus pada tahun 2012. Kemudian melanjutkan kuliah di IAIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten dengan mengambil jurusan Bimbingan, Konseling Islam pada Fakultas Ushuluddin Dakwah dan Adab.

Selama masa perkuliahan, penulis pernah menjadi anggota Himpunan Mahasiswa Jurusan (HMJ) dua tahun berturut-turut pada periode 2012-2013 dan 2013-2014 dan pernah menjuarai lomba Unit Pengembangan Tilawatil Qur’an (UPTQ) pada tahun 2015.

Serang, 04 Mei 2016

Penulis

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran 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 dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin, Dakwah dan adab IAIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten.

Dengan pertolongan Allah dan usaha yang sungguh-sungguh penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : *Konseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Dalam Mengatasi Problem Adaptasi Ibu Muda Dalam Rumah Tangga (Studi Kasus Di Desa Pakuncen, Kecamatan Bojonegara, Kabupaten Serang, Provinsi Banten)*.

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 yang besar dan berguna khususnya bagi diri penulis, pembaca dan masyarakat pada umumnya sebagai bahan pertimbangan dan khazanah ilmu pengetahuan islam.

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

1. Bapak Prof. Dr. H. Fauzul Iman, Ma sebagai Rektor Institut Agama Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten yang telah mengelola dan mengembangkan IAIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten.

2. Bapak Prof. Dr. H. Udi Mufrodi Mawardi, Lc. M.Ag. sebagai Dekan Fakultas Ushuluddin, Dakwah dan Adab Institut Agama Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten, yang telah mendorong penyelesaian studi dan skripsi penulis.
3. Bapak Ahmad Fadhil, Lc. M.Hum sebagai ketua jurusan Bimbingan dan Konseling Islam dan Bapak H. Agus Sukirno. S.Ag., M.Pd. Sebagai sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Institut Agama Islam Negeri “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten, yang telah memberikan arahan, mendidik dan memberikan motivasi kepada penulis.
4. Bapak Dr. H. Masrukhin Muhsin, Lc., MA. Sebagai pembimbing I dan Bapak A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A. sebagai pembimbing II yang telah memberikan arahan, bimbingan dan saran-saran kepada penulis selama proses penyusunan skripsi.
5. Bapak Ibu Dosen IAIN “SMH” Banten, yang telah mengajar dan mendidik serta membimbing penulis selama kuliah di IAIN “SMH” Banten, Pengurus Pustaka Umum. Iran Corner serta Staf akademik serta karyawan IAIN “Sultan Maulana Hasanuddin” Banten, yang telah memberikan bekal pengetahuan yang begitu berharga selama penulis kuliah di IAIN “SMH” Banten.
6. Kepala Kantor Urusan Agama (KUA) Kecamatan Bojonegara beserta staff yang telah memberikan informasi.
7. Kepala Desa Pakuncen beserta staff yang telah mengizinkan penulis untuk penelitian di Desa Pakuncen.
8. Seluruh keluarga terutama, Ayahanda Suhandi, ibunda Sarminah, dan adik semata wayang Fajar Rizkillah yang telah member dukungan dan motivasi dan do’a selama penyusunan skripsi.

9. Seluruh responden yang telah memberikan informasi dan memberikan dukungan agar skripsi ini segera terselesaikan.
10. Keluarga, sahabat-sahabat BKI dan semua pihak yang telah membantu dalam berbagai hal sehingga memudahkan penulis menyusun skripsi ini.

Serang, 04 Mei 2016

**Eka Wahyuningsih**  
NIM : 123400205

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>ABSTRACT</b> .....	iii
<b>NOTA DINAS</b> .....	iv
<b>LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSAH</b> .....	v
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	vi
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	vii
<b>MOTTO</b> .....	viii
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	ix
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	x
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xiii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xv
<b>BAB I    PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Kajian Pustaka .....	7
F. Kerangka Teoritis .....	10
G. Metode Penelitian .....	23
H. Sistematika Penelitian .....	27

<b>BAB II</b>	<b>GAMBARAN UMUM DESA PAKUNCEN</b>	
	<b>KECAMATAN BOJONEGARA</b>	
	<b>KABUPATEN SERANG</b>	
	A. Letak Geografis Desa Pakuncen.....	28
	B. Kondisi Demografis Dan Sosial Ekonomi	
	Desa Pakuncen.....	29
	C. Kondisi Sosiologis Desa Pakuncen .....	33
<b>BAB III</b>	<b>PROBLEM ADAPTASI IBU MUDA DALAM</b>	
	<b>RUMAH TANGGA</b>	
	A. Profil Responden .....	41
	B. Bentuk-Bentuk Problem Adaptasi Ibu Muda	
	Dalam Rumah Tangga.....	44
	C. Ide-Ide Irrasional Responden Dalam Proses	
	Adaptasi Ibu Muda Dalam Rumah Tangga.....	50
<b>BAB IV</b>	<b>PENERAPAN KONSELING <i>RATIONAL EMOTIVE</i></b>	
	<b><i>BEHAVIOR THERAPY (REBT) DALAM</i></b>	
	<b>MENGATASI PROBLEM ADAPTASI IBU MUDA</b>	
	<b>DALAM RUMAH TANGGA</b>	
	A. Langkah-Langkah Konseling <i>Rational Emotive</i>	
	<i>Behavior Therapy (REBT)</i> .....	57
	B. Perubahan Perilaku Setelah Layanan Konseling	
	<i>Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)</i> .....	82
<b>BAB V</b>	<b>PENUTUP</b>	
	A. Kesimpulan .....	85
	B. Saran .....	86
	<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>87</b>
	<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel II.I	Komposisi Penduduk Berdasarkan Umur Dan Jenis Kelamin .....	29
Tabel II.II	Komposisi Penduduk Menurut Pekerjaan .....	32
Tabel II.III	Komposisi Penduduk Menurut Agama .....	34
Tabel II.IV	Tingkat Pendidikan Masyarakat .....	35
Tabel II.V	Sarana Kesehatan Masyarakat .....	37
Tabel II.VI	Tenaga Kesehatan Masyarakat .....	38
Tabel III.I	Bentuk-Bentuk Problem Adaptasi Ibu Muda Di Dalam Rumah Tangga .....	49
Tabel IV.I	Proses Dialog Antara Konselor Dan Klien .....	59
Tabel IV.II	Proses Dialog Antara Konselor Dan Klien .....	68
Tabel IV.III	Proses Dialog Antara Konselor Dan Klien .....	76