

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis dengan judul “Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Mengatasi Perilaku Menarik Diri Pada Remaja Akhir Yang Mengalami Bipolar”, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.) dan di ajukan pada jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah saya pribadi.

Adapun tulisan ini 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 dikemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiatisme atau mencontek karya tulisan orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar kesarjanaan yang telah saya terima dan sanksi akademik lain sesuai peraturan yang berlaku.

Serang, 02 Oktober



Nopus Sholehah

ABSTRAK

Nama: **Nupus Sholehah**, NIM: **171340085**, Judul Skripsi: **Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Mengatasi Perilaku Menarik Diri Pada Remaja Akhir Yang Mengalami Bipolar** (Studi Kasus di Kecamatan Cipocok Jaya). Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanudin Banten, Tahun 1443/2021.

Bipolar adalah kondisi suasana perasaan atau *mood* yang berubah-ubah dari meninggi hingga depresi yang di hadapi remaja pada psikologisnya, bipolar berdampak tidak percaya diri, *negative thinking*, cemas, marah dan merasa terganggu.

Berdasarkan uraian tersebut maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1. Bagaimana perilaku menarik diri pada remaja yang mengalami bipolar ?, 2. Bagaimana penerapan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam mengatasi penarikan diri dari sosial ?, dan 3. Bagaimana hasil penerapan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terhadap penarikan diri dari sosial ?. Peneliti menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* sebagai metode terapi.

Adapun tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah: 1. untuk mengetahui bagaimana perilaku menarik diri pada remaja yang mengalami bipolar. 2. Untuk menerapkan teknik konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam mengatasi penarikan diri dari sosial 3. Untuk mendeskripsikan hasil penerapan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terhadap penarikan diri dari sosial.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif deskriptif. Adapun data yang diperoleh melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Peneliti melakukan *Treatment* konseling melalui pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan: 1) Perilaku menarik diri pada responden SK, ZF dan SF yang mengalami bipolar memiliki perilaku/gejala masalah seperti dampak mudah marah, tidak percaya diri, cemburu, merasa terganggu dan enggan untuk berbaur. 2) Penerapan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) menggunakan teknik kognitif seperti *reality testing*, *dispute logis* dan *pragmatic disputation* dalam mengatasi perilaku menarik diri dari sosial. 3). Hasil dari penelitian ini, dapat diinterpretasikan berupa terjadinya perubahan secara bertahap dimana responden mampu mengurangi perilaku menarik diri dan mengendalikan pikiran-pikiran irasional di antaranya sudah mulai berkomunikasi dengan keluarga dan berinteraksi dengan masyarakat sekitar.

Kata kunci : *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), perilaku bipolar, remaja.

ABSTRACT

Name: **Nopus Sholehah**, Nim **171340085**, tittel of minithesis is **Rational Emotive Behavior Therapy Conseling For Overcam Behavior Withdraw Of Adolescent With Bipolar Experience**. (Study case in Cipocok Jaya subdistrict). Department Of Islamic Guidance And Counseling, Facualty Of Religious Proselytizing, Sultan Maulana Hasanudin Banten General Islamic University, year 1443/2021.

Bipolar is a condition of feeling or mood that changes from height to depression that adolescents face psychologically, bipolar has an impact on self-confidence, negative thinking, anxiety, anger and feeling disturbed.

Based on this description, the formulation of the problem in this study are: 1. How is withdrawal behavior in adolescents with bipolar disorder?, 2. How is the application of Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) counseling in overcoming social withdrawal?, and 3. What are the results of the application Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) counseling on social withdrawal?. Researchers used the Rational Emotive Behavior Therapy technique as a therapeutic method.

The research objectives to be achieved are: 1. to find out how withdrawn behavior in adolescents with bipolar disorder. 2. To apply Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) counseling techniques in overcoming social withdrawal 3. To describe the results of implementing Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) counseling on social withdrawal.

The method used in this research is descriptive qualitative method. The data obtained through observation, interviews, and documentation. Researchers conducted counseling treatment through the Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) approach.

Based on the results of this study, it can be concluded: 1) Withdrawal behavior in respondents SK, ZF and SF who have bipolar disorder has behavior/symptoms of problems such as the impact of irritability, lack of confidence, jealousy, feeling disturbed and reluctant to mingle. 2) Application of Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) counseling using cognitive techniques such as reality testing, logical dispute and pragmatic disputation in overcoming social withdrawal behavior. 3). The results of this study can be interpreted in the form of gradual changes where respondents are able to reduce withdrawal behavior and control irrational thoughts, including those who have started communicating with their families and interacting with the surrounding community.

Keywords: Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), bipolar behavior, adolescents.



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

Nomor : Nota Dinas	Kepada Yth
Lamp : Skripsi	Dekan Fakultas Dakwah
Perihal : Ujian Skripsi	UIN SMH Banten
a.n Nopus Sholehah	di
NIM: 171340085	Serang

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami berpendapat bahwa skripsi Saudari **Nopus Sholehah**, NIM: **171340085**, Judul Skripsi: **Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Mengatasi Perilaku Menarik Diri Pada Remaja Akhir Yang Mengalami Bipolar** (Studi di Kecamatan Cipocok Jaya) diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Maka kami ajukan skripsi ini dengan harapan dapat segera dimunaqosahkan.

Demikian, atas perhatian Bapak kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Serang, 02 Oktober 2021
Pembimbing II

Pembimbing I

Drs. Muzayan, M.Si. **A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A.**
NIP. 19630308 199402 1 001 NIP. 19750604 200604 1 001

**KONSELING *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR*
THERAPHY (REBT) UNTUK MENGATASI
PERILAKU MENARIK DIRI PADA REMAJA
AKHIR YANG MENGALAMI BIPOLAR
(Studi Di Kecamatan Cipocok Jaya)**

Oleh:

Nupus Sholehah
NIM : 171340085

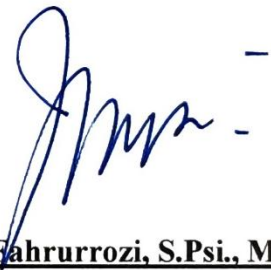
Menyetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II



Drs. Muzayan, M.Si.
NIP. 19630308 199402 1 001



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

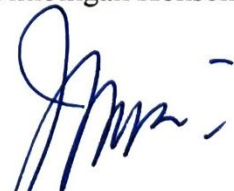
Mengetahui,

Dekan
Fakultas Dakwah

Ketua
Jurusan Bimbingan Konseling Islam



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



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

PENGESAHAN

Skripsi a.n **Nopus Sholehah**, NIM: **171340085**, judul Skripsi: ***Konseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk Mengatasi Perilaku Menarik Diri Pada Remaja Akhir Yang Mengalami Bipolar*** (Studi di Kecamatan Cipocok Jaya) telah diujikan dalam sidang munaqosah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 16 Desember 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 Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Serang, 16 Desember 2021


Sidang Munaqosah

Ketua Merangkap Anggota,



Dr. H. Ayatullah Humaeni, S.Pd.I., M.A.
NIP. 19780325 200604 1 001

Penguji I



Hj. Azizah Alawiyah, B.Ed., M.A.
NIP. 19771215 201101 2 004

Pembimbing I




Sekretaris Merangkap Anggota,



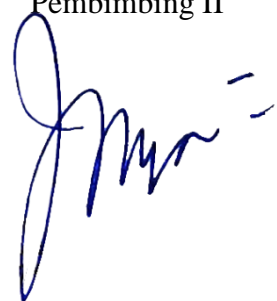
Nur Asia T., M.Si.
NIP. 19920316 201903 2 017

Penguji II



Wulan Fauzia, M.Pd.
NIP. 19880625 201903 2 007

Pembimbing II



Drs. Muzayan, M.Si.
NIP. 19630308 199402 1 001

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

PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirohim

Segala wujud syukur terhadap Allah SWT yang telah memudahkan penulis dalam penyusunan skripsi ini. Trimakasih kepada orang tua (Bapak Habibi dan Ibu Robihah) yang banyak mengorbankan waktunya serta materi untuk keberlangsungan Pendidikan saat ini, semoga Rahman dan Rahim selalu Allah berkati.

Serta suami (Luqman Amrullah Shidiq) yang sudah mensupport dari segala aspek hingga terselesaikannya skripsi ini dan kakak (Munawar Azis) yang sudah banyak membantu masa-masa saya menjadi mahasiswa hingga terselesaikannya pendidikan ini. Teman saya (Ainun septiani dan alit sutrisnawati) yang sudah banyak sekali membantu kesulitan saya dalam penyusunan skripsi ini.

Untuk semua yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu sudah mendukung dan mendoakan kemudahan dalam penyusunan skripsi ini saya ucapkan Jazakallah Khairan Katsir semoga Allah membalas segala kebaikan dan doa yang kalian berikan kepada saya.

Semoga dengan adanya tulisan karya ilmiah ini memberikan manfaat bagi pembaca.

Walhamdulillahillobilalamin.

MOTTO

**Setiap Orang Punya Jatah Gagal,
Habiskan Jatah Gagalmu Saat Muda.**

(Dahlan Iskan)

Penulis bernama lengkap Nopus Sholehah. Penulis lahir di kampung Tegal Duren RT 01 RW 03, Kecamatan Cipocok Jaya, Serang Banten. Penulis kelahiran 12 Juli 1998 merupakan anak kedua dari tiga bersaudara dari pasangan Bapak Habibi dan Ibu Robihah.

Jejang Pendidikan yang penulis tempuh ialah SDN Cipocok Jaya 4, lulus pada tahun 2010, penulis melanjutkan kejenjang SMP di Pondok Pesantren Modern Al-Islam lulus tahun 2013 dan melanjutkan SMA di Pondok Pesantren Modern Al-Islam lulus di tahun 2016. Kemudian melanjutkan kuliah tahun 2017 di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten di Jurusan Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat dan hidayah-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini guna memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana sastra satu pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Alhamdulillah dengan pertolongan Allah dan usaha yang sungguh-sungguh penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Mengatasi Perilaku Menarik Diri Pada Remaja Akhir Yang Mengalami Bipolar”** (Studi di Kecamatan Cipocok Jaya) hal ini merupakan langkah awal untuk menapaki perjuangan selanjutnya. 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 sendiri penulis, dan umumnya bagi para pembaca.

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

1. Bapak Prof Dr. H. Wawan Wahyudin, M.Pd., Rektor UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah mengelola dan mengembangkan UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Bapak Prof. Dr. H. Endad Musaddad, M.A., Dekan Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang

telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.

3. Bapak A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A., Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
4. Ibu Imalatul Khairat, M.Pd., selaku Sekertaris Jurusan Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
5. Bapak Drs. Muzayan, M.Si., pembimbing I dan Bapak A.M. Fahrurrozi, S.Psi., M.A., pembimbing II yang telah memberikan arahan, bimbingan dan saran-saran kepada penulis selama proses penyusunan skripsi.
6. Bapak dan Ibu Dosen UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah mengajar dan mendidik serta membimbing penulis selama kuliah di UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, pengurus perpustakaan umum, Staff Akademik serta karyawan UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
7. Seluruh responden yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk diwawancarai dan mengikuti kegiatan konseling REBT yang penulis laksanakan.
8. Kepada orang tua yang penulis sangat dicintai Bapak Habibi dan Ibu Robihah, yang senantiasa dengan sabar mendidik membesarkan dan memberikan kasih sayang yang tak terhingga.
9. Terimakasih untuk suami tercinta Luqman Amrullah Shidiq yang sudah menjadi support sistem bagi saya dan kakak saya Munawar Aziz yang telah membimbing saya sejak saya memulai Pendidikan di UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

10. Terimakasih teman serta sahabat saya Ainun Septiani yang sudah membantu saya dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.

11. Seluruh kawan-kawan yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang semuanya telah turut banyak memberikan do'a, dan motivasi.

Atas segala bantuan yang telah diberikan, penulis berharap semoga Allah SWT membalasnya dengan pahala yang berlimpah, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, baik dari segi isi maupun metodologi penulisannya. Oleh karena itu, kritik dan saran dari pembaca sangat penulis harapkan guna perbaikan selanjutnya.

Besar harapan penulis bahwa skripsi ini dapat bermanfaat dan dapat menjadi sumbangsih karya untuk perkembangan ilmu Bimbingan dan Konseling Islam khususnya dan dunia pada umumnya.

Akhirnya kepada Allah Semesta Alam penulis pasrahkan semoga mendapatkan Ridho Allah dan menjadi amal Soleh, amin yaa Robbal Alamin

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarokaatuh.

Serang, 2 oktober 2021

Nupus Sholehah

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	I
ABSTRAK	II
ABSTRACT	III
NOTA DINAS.....	IV
LEMBAR PERSETUJUAN	V
LEMBAR PENGESAHAN	VI
PERSEMBAHAN	VII
MOTTO	VIII
RIWAYAT HIDUP	IX
KATA PENGANTAR.....	X
DAFTAR ISI	XIII

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
E. Kajian Pustaka	8
F. Kerangka Teori	12
G. Metodologi Penelitian	31
H. Teknik Analisis Data	33
I. Sistematika Penulisan	34

BAB II GAMBAR OBJEKTIF LOKASI PENELITIAN

- A. Sejarah Kecamatan Cipocok Jaya 35
- B. Visi-Misi Kecamatan Cipocok Jaya 35
- C. Letak Georafis Kecamatan Cipocok Jaya 36

BAB III PERILAKU MENARIK DIRI PADA ANAK REMAJA AKHIR YANG MENGALAMI BIPOLAR

- A. Gambar Subjek Penelitian 41
- B. Permasalahan Responden..... 43

BAB IV PENERAPAN DAN DAMPAK REBT UNTUK MENGATASI PERILAKU MENARIK DIRI PADA REMAJA AKHIR YANG MENGALAMI BIPOLAR

- A. Teknik *Rational Emotive Behavior Therapi* (REBT)
Pada Remaja Akhir Yang Mengalami Bipolar 50
- B. Hasil Kegiatan *Rational Emotive Behavior Therapi*
(REBT) Untuk Meminimalisir Penarikan Diri Pada
Remaja Akhir Yang Mengalami Bipolar..... 61

BAB V Penutup

- A. Kesimpulan 67
- B. Saran – Saran 68

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Deskripsi Luas Wilayah Kecamatan Cipocok Jaya	37
Tabel 2.2 Klasifikasi Pendidikan Kecamatan Cipocok Jaya	39
Tabel 3.1 Faktor Penyebab Prilaku Menarik Diri Pada Bipolar	48
Tabel 4.1 Perubahan Prilaku Menarik Diri Pada Bipolar	65