

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam pada 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 karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiat atau mencontek karya ilmiah orang lain, saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar sarjana yang saya terima ataupun sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Serang , 24 Mei 2022

NENG FEBIYANA ZUWITA
NIM: 181520073

ABSTRAK

Nama: Neng Febiyana Zuwita , NIM : 181520073, Judul Skripsi : **“Rational Emotif Behaviour Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Rasa Penerimaan Diri Pada Remaja Akhir”** (Studi di Kp. Kuparonyok, RT/RW 002/009, Desa Sukajadi, Kecamatan Cibaliung, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten), Jurusan : Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten tahun 2022 M / 1443 H.

Penerimaan diri sangat dibutuhkan untuk remaja akhir agar tetap terus menerima diri sendirinya dengan baik. dan lebih mencintai diri sendiri dibandingkan mendengarkan omongan orang lain yang membuatnya tidak menerima diri sendiri terutama bagi remaja akhir perempuan yang sangat rentan merasa tidak percaya diri dan pada akhirnya sulit untuk penerimaan diri tersebut.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : 1) Bagaimana proses penerapan konseling dan kondisi penerimaan diri pada remaja akhir dalam Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) untuk meningkatkan rasa penerimaan diri pada remaja akhir? 2) Bagaimana hasil penerapan konseling Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) untuk meningkatkan rasa penerimaan diri pada remaja akhir?

Penelitian ini bertujuan : 1) Untuk mengetahui penerapan konseling dan kondisi penerimaan diri dalam Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) untuk meningkatkan rasa penerimaan diri pada remaja akhir. 2) Untuk mengetahui hasil penerapan konseling Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) untuk meningkatkan rasa penerimaan diri pada remaja akhir.

metode yang digunakan adalah metode kualitatif deskriptif yang digunakan untuk mendapatkan informasi maupun gambaran dari permasalahan tersebut. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah; observasi, wawancara, dokumentasi dan analisis data. Penelitian dilaksanakan pada Maret 2022 hingga Mei 2022, dengan jumlah responden dalam penelitian ini adalah 5 orang remaja akhir.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan : 1) Rasa penerimaan diri kurang yang dialami oleh remaja akhir di Kp Kuparonyok, yaitu dikarenakan sering membandingkan dirinya dengan keadaan orang lain yang lebih baik darinya. 2) Memiliki rasa tidak percaya diri terhadap fisik maupun wajah yang menurutnya ada kekurangan, rasa tidak percaya diri timbul dikarenakan omongan orang lain seperti teman, keluarga, dan orang-orang di sekitarnya.

Kata Kunci: Rational Emotive Behaviour Therapy, penerimaan diri, percaya diri, remaja akhir.

ABSTRACT

Name: Neng Febiyana Zuwita , NIM : 181520073, Thesis Title : “Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) To Increase Self-Acceptance in Late Adolescents” (Study in Kp. Kuparonyok, RT/RW 002/009, Sukajadi Village, Cibaliung District, Pandeglang Regency, Banten Province), Department: Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah, Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University, Banten in 2022 M / 1443 H.

Self-acceptance is needed for late teens to continue to accept themselves well. and love yourself more than listening to other people's words that make him not accept himself, especially for late adolescent girls who are very vulnerable to feeling insecure and ultimately difficult to accept themselves.

Based on the above background, the formulation of the problem in this study are: 1) How is the process of applying counseling and conditions of self-acceptance in late adolescents in Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) to increase the sense of self-acceptance in late adolescents? 2) What are the results of implementing Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) counseling to increase a sense of self-acceptance in late teens?

This study aims: 1) To determine the application of counseling and conditions of self-acceptance in Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) to increase the sense of self-acceptance in late adolescence. 2) To find out the results of the application of Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) counseling to increase a sense of self-acceptance in late teens.

The method used is descriptive qualitative method which is used to obtain information and description of the problem. The data collection techniques used are; observation, interviews, documentation and data analysis. The research was conducted from Maret 2022 to May 2022, with the number of respondents in this study being 5 late teens.

Based on the research conducted, it can be concluded: 1) A sense of self-acceptance is lacking experienced by late teens in Kp Kuparonyok, which is because they often compare themselves with other people who are better than them. 2) Having a lack of self-confidence in physical and facial which according to him there are shortcomings, a sense of insecurity arises because of what other people such as friends, family, and people around him say.

Keywords: Rational Emotive Behavior Therapy, self-acceptance, self-confidence, late adolescence



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

Nomor	:	Nota Dinas	Kepada Yth.
Lamp	:		Dekan Fakultas Dakwah
Hal	:	Ujian Skripsi a.n Neng Febiyana Zuwita NIM: 181520073	UIN SMH Banten
			Di-
			Serang

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama Neng Febiyana Zuwita NIM: 81520073 dengan judul "**Rational Emotif Behaviour Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Rasa Penerimaan Diri Pada Remaja Akhir**" (Studi di Kp. Kuparonyok, RT/RW 002/009, Desa Sukajadi, Kecamatan Cibaliung, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten), telah diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Univrsitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

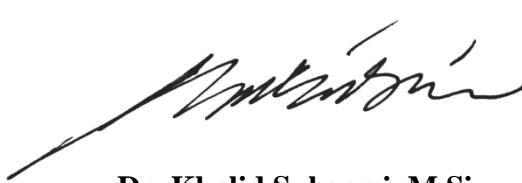
Demikian atas segala perhatian Bapak kami ucapan terimakasih

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Pandeglang 20 mei, 2022

Pembimbing I,

Pembimbing II,



Dr. Kholid Suhaemi, M.Si

NIP. 19650216 199903 1 001



Iwan Kosasih, S.Kom., M. Pd

NIP. 19790225 200604 1 001

**RATIONAL EMOTIF BEHAVIOUR THERAPY
(REBT) UNTUK MENINGKATKAN RASA
PENERIMAAN DIRI PADA REMAJA AKHIR**

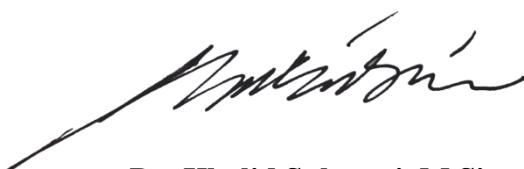
(Studi di Kp. Kuparonyok, RT/RW 002/009, Desa Sukajadi,
Kecamatan Cibaliung, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten)

Oleh:

NENG FEBIYANA ZUWITA
181520073

Menyetujui,

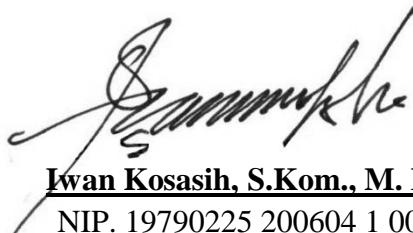
Pembimbing I,



Dr. Kholid Suhaemi, M.Si

NIP. 19650216 199903 1 001

Pembimbing II,

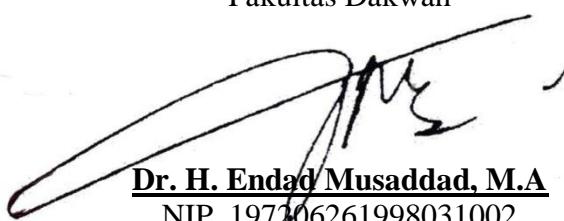


Iwan Kosasih, S.Kom., M.Pd

NIP. 19790225 200604 1 001

Mengetahui,

Dekan
Fakultas Dakwah



Dr. H. Endad Musaddad, M.A.

NIP. 197406261998031002

Ketua Jurusan
Bimbingan Konseling Islam



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

NIP. 19750604 200604 1 001

PENGESAHAN

Skripsi a.n Neng Febiyana Zuwita, NIM: 181520073, Judul Skripsi: **Rational Emotif Behaviour Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Rasa Penerimaan Diri Pada Remaja Akhir** (Studi di Kp. Kuparonyok, RT/RW 002/009, Desa Sukajadi, Kecamatan Cibaliung, Kabupaten Pandeglang, Provinsi Banten), telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal Mei 2022 . 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, 24 mei Mei 2022

Sidang Munaqosah,

Ketua Merangkap Anggota

Sekretaris Merangkap Anggota

Hj. Azizah Alawiyah, B.Ed., M.A.

NIP. 19771215 201101 2 004

Anggota-Anggota,

Pengaji I,

Pengaji II,

Wulan Fauzia, M.Pd

NIP. 19880625 201903 2 007

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

NIP. 19770813 200604 1 003

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Dr. Kholid Suhaemi, M.Si

NIP. 19650216 199903 1 001

Iwan Kosasih, S.Kom., M. Pd

NIP. 19790225 200604 1 001

PERSEMBAHAN

Atas segala nikmat dan karunia-Mu wahai Rabb-ku, ku panjatkan rasa syukur kepada Allah SWT. yang maha kuasa atas segala sesuatu. Kupersembahkan skripsi ini teruntuk Bapakku Jahar dan mamahku Neneng Arnawati yang tiada hentinya memberiku semangat, doa, dorongan, nasehat dan kasih sayangnya yang tak pernah melewatkannya tanpa mendo'akanku serta senantiasa mencurahkan seluruh waktu dan tenaganya untukku, merawat dan membesarkanku, serta mengajarkanku arti kehidupan. Kedua orang tuaku yang selalu bekerja keras hanya demi membiayai anaknya yang sedang mencari ilmu, mereka adalah sosok yang hebat dan tidak pernah mengenal kata lelah meski sedang hujan badai tetap saja bekerja tanpa henti. Terimalah bukti kecil ini sebagai kado keseriusanku untuk membalas semua pengorbanan kalian.

Untuk niniku Rodiah aku ucapkan terimakasih kepadamu karna selalu mendoakan cucu mu ini, yang selalu menyayangiku dengan tulus dan tidak pernah membedakan aku dengan cucu yang lainnya. Teruntuk kakekku Asrip, terimakasih telah memberikan doa serta dorongan untukku tanpa henti. Dan tidak lupa pula kepada kiayi Usup selaku saudaraku yang begitu sangat berarti, engkau pun selalu memberikanku semangat serta doa-doa kepada untukku. Dan tidak lupa kepada adikku tercinta Rifal Ariyansah, kau adalah permata hati teteh, penguat teteh yang membuat teteh terus semangat untuk melangkah berjuang dalam pendidikan teteh agar bisa segera lulus dengan cepat,

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Neng Febiyana Zuwita, lahir di Pandeglang, 18 April 2000. Saat ini penulis tinggal di Kampung Kuparonyok, Desa Sukajadi, Kecamatan Cibaliung, Kabupaten Pandeglang, Banten. Penulis merupakan anak pertama dari dua bersaudara dari pasangan Bapak Juhar dan Ibu Neneng Arnawati.

Pendidikan formal yang ditempuh oleh penulis adalah TK Al-Amanah, lulus pada tahun 2005, SDN Sukajadi 04 lulus tahun 2012, kemudian melanjutkan sekolah di MTsN Sukajadi Cibaliung lulus pada tahun 2015, selanjutnya melanjutkan pendidikan di MAN 4 Pandeglang dan lulus pada tahun 2018. Pada tahun yang sama, penulis diterima di Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

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

Bismillahirrohmanirrohim

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala Rahmat dan Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini guna memenuhi persyaratan untuk dapat memperoleh gelar sarjana strata satu pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam. Shalawat beserta salam semoga selalu tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat dan para pengikut ajaran Islam sampai akhir zaman. Alhamdulillah dengan pertolongan Allah dan usaha yang bersungguh-sungguh penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul: Rational Emotif Behaviour Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Rasa Penerimaan Diri Pada Remaja Akhir Studi di Kp. Kuparonyok, RT/RW 002/009, Desa Sukajadi, Kecamatan Cibaliung, Kabupaten Pandeglang, 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 sebagai bahan pertimbangan dan ilmu pengetahuan.

Dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyudin, M.Pd. Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
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 Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten..
4. Bapak Dr. Kholid Suhaemi, M.Si. dan bapak Iwan Kosasih, S.Kom., M. Pd pembimbing I dan pembimbing II yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, arahan kepada penulis dengan penuh kesabaran, tenaga dan pikirannya dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu dosen Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, terutama yang telah mengajar dan mendidik penulis selama kuliah di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, serta civitas akademik dan karyawan UIN yang telah memberikan bekal pengetahuan yang begitu berharga untuk penulis.
6. Seluruh keluarga, terutama kedua orang tua yang penulis sayangi, ayahanda Jahar dan ibunda Neneng Arnawati yang senantiasa memberikan do'a dan dukungannya yang tiada hentinya, serta para keluarga yang sudah banyak mendukung dan memotivasi penulis.
7. Kepada seluruh sahabat-sahabat, teman-teman seperjuangan BKI dan semua pihak yang terlibat dalam penulisan skripsi ini, yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terimakasih atas semuanya.

Serang, 23 Mei 2022

Penulis

NENG FEBIYANA ZUWITA
NIM: 181520073

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT.....	iii
NOTA DINAS	iv
LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSAH.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
PERSEMBERAHAN	vii
RIWAYAT HIDUP.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. Definisi Oprasional	7
F. Penelitian Terdahulu yang Relevan	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	14
A. Kajian Teoritis	14
B. Kerangka Berfikir	37
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Jenis Penelitian	39
B. Setting Penelitian	40
C. Instrumen Penelitian	40

D.	Sumber Data	42
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	44
F.	Teknik Analisis Data	45
G.	Teknik Keabsahan Data	47
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	49
A.	Hasil Penelitian	49
B.	Pembahasan.....	59
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN.....	88
A.	Kesimpulan.....	88
B.	Saran.....	89

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Pembagian Usia Remaja	20
Tabel 3.1	Daftar Pertanyaan Wawancara.....	40
Tabel 4.1	Hasil Observasi konseli remaja akhir R.M	50
Tabel 4.2	Hasil Observasi konseli remaja akhir T.R	50
Tabel 4.3	Hasil Observasi konseli remaja akhir S.N	51
Tabel 4.4	Hasil Observasi konseli remaja akhir N.R	52
Tabel 4.5	Hasil Observasi konseli remaja akhir R.N	53
Tabel 4.6	Kondisi Penerimaan Diri Pada Remaja Akhir Sebelum Melakukan Konseling	53
Tabel 4.7	Kondisi Penerimaan Diri Pada Remaja Akhir Sebelum Melakukan Konseling	59
Tabel 4.8	Kondisi Penerimaan Diri Pada Remaja Akhir Setelah Melakukan Konseling	87

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir	38
Gambar 3.1 Teknik Analisis Data.....	46