

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 di kemudian 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.

Cinangka, 22 Juni 2022

NADA NUR FAZRIAH
NIM: 181520180

ABSTRAK

Nama: **Nada Nur Fazriah**, NIM: 181520180, Judul Skripsi: **“Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi Kelompok dalam Mengurangi Stres Remaja Keluarga Disharmonis”** (Studi Kasus pada siswa/siswi MTs Al-Khairiyah Kamasan), Jurusan: Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten tahun 2022 M / 1443 H.

Keluarga yang tersusun dari Ayah, Ibu, Adik, dan Kakak ini adalah orang yang paling mengetahui sifat, kebiasaan anggota keluarga, orang-orang yang selalu memberikan semangat ketika rapuh. Namun ketika tidak terdapat definisi nyaman, akan terciptanya suatu masalah yaitu keluarga yang disharmonis. Ketika seorang remaja dihadapkan dengan situasi tersebut, stres pun dapat terjadi.

Rumusan masalah berdasarkan latar belakang di atas dalam penelitian ini adalah: 1) Bagaimana tingkat stress remaja MTs Kamasan dari keluarga disharmonis? 2) Bagaimana bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok pada remaja keluarga disharmonis di MTs Kamasan? 3) Bagaimana bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok dalam mengurangi stress remaja dari keluarga disharmonis di MTs Kamasan?

Tujuan dalam penelitian ini adalah: 1) Mengetahui tingkat stress remaja dari keluarga disharmonis di MTs Kamasan. 2) Untuk mengetahui bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok pada remaja keluarga disharmonis di MTs Kamasan. 3) Untuk mengetahui bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok dalam mengurangi stress remaja dari keluarga disharmonis di MTs Kamasan.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif-deskriptif yang digunakan dalam mendeskripsikan pokok-pokok yang ditemukan secara rinci. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah; observasi dan wawancara. Penelitian dilaksanakan pada April 2022 hingga Juni 2022, dengan jumlah responden dalam penelitian ini adalah 5 orang remaja.

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah: 1) Tingkat stress remaja dari keluarga disharmonis yaitu termasuk stress ringan dan stress sedang. 2) Bimbingan kelompok merupakan layanan yang mudah diikuti oleh anggotanya, karena membahas topik yang umum, dan topik disesuaikan dengan usia anggota kelompoknya. Langkah-langkah bimbingan kelompok terdiri dari tahap pembukaan, peralihan, inti dengan teknik diskusi kelompok, dan penutup. 3) Layanan bimbingan kelompok dengan teknik diskusi kelompok dapat memberikan pengaruh terhadap penurunan stress para remaja yang berasal dari keluarga disharmonis terlihat dari lembar refleksi proses kegiatan bimbingan kelompok.

Kata Kunci: bimbingan kelompok, stress remaja, keluarga disharmonis.

ABSTRACT

Name: **Nada Nur Fazriah**, NIM: 181520180, Thesis Title: **"Group Guidance with Group Discussion Techniques in Reducing Stress in Disharmonious Adolescent Families"** (Case Study on students at MTs Al-Khairiyah Kamasan), Department: Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah, University Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten in 2022 AD / 1443 H.

This family consisting of Father, Mother, Brother, and sister is the one who knows best about nature, habits, people who always give encouragement when we are weak. However, when there is no definition of comfort, a problem will be created, namely a disharmony family. When a teenager is faced with this situation, stress can occur.

The formulation of the problem based on the background above in this study are: 1) How is the stress level of the youth at MTs Kamasan from a disharmony family? 2) How is group guidance with group discussion techniques for disharmony family teenagers at MTs Kamasan? 3) How is group guidance with group discussion techniques in reducing stress for teenagers from disharmony families at MTs Kamasan?

The objectives of this study are: 1) To determine the stress level of adolescents from disharmony families at MTs Kamasan. 2) To find out group guidance with group discussion techniques for disharmony family teenagers at MTs Kamasan. 3) To find out group guidance with group discussion techniques in reducing stress for adolescents from disharmony families at MTs Kamasan.

The research method used in this study is a qualitative-descriptive method used in describing the points found in detail. The data collection techniques used are; observations and interviews. The research was conducted from April 2022 to June 2022, with the number of respondents in this study being 5 teenagers.

The conclusions in this study are: 1) The stress level of adolescents from disharmony families includes mild stress and moderate stress. 2) Group guidance is a service that is easy for its members to follow, because it covers general topics, and the topics are adapted to the age of the group members. The group guidance steps consist of the opening, transition, core with group discussion techniques, and closing stages. 3) Group guidance services with group discussion techniques can have an effect on reducing stress for adolescents who come from disharmony families, as can be seen from the reflection sheet on the process of group guidance activities.

Keywords: group guidance, adolescent stress, disharmony family.



FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN

Nomor : Nota Dinas
Lamp :
Hal : **Ujian Skripsi**
a.n Nada Nur Fazriah
NIM : 181520180

Kepada Yth
Dekan Fakultas Dakwah
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 Nada Nur Fazriah NIM: 181520180 dengan judul **“Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Dalam Mengurangi Stress Remaja Keluarga Disharmonis”** (Studi Kasus pada siswa/siswi MTs Al-Khairiyah Kamasan) telah diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian 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, 22 Mei 2022

Pembimbing I

Dr. Yahdinil Firda Nadhirah, M. Si
NIP.19771018 200112 2 001

Pembimbing II

Dra. Eni Nur'aeni, M. Si.
NIP. 19600808 199103 2 002

**BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN TEKNIK DISKUSI
KELOMPOK
DALAM MENGURANGI STRES REMAJA KELUARGA
DISHARMONIS**

(Studi Kasus pada siswa/siswi MTs Al-Khairiyah Kamasan)

Oleh:

Nada Nur Fazriah

181520180

Menyetujui,

Pembimbing I



Dr. Yahdinil Firda Nadhirah, M. Si

NIP.19771018 200112 2 001

Pembimbing II



Dra. Eni Nur'aeni, M. Si.

NIP. 19600808 199103 2 002

Mengetahui,

Dekan
Fakultas Dakwah



Dr. Endad Musaddad, M.A

NIP. 19720626 199803 1 002

Ketua Jurusan
Bimbingan Konseling Islam



A.M. Fahrurrozi, M.A

NIP. 19750604 200604 1 001

PENGESAHAN

Skripsi a.n **Nada Nur Fazriah**, NIM: **181520180**, judul skripsi: **Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Dalam Mengurangi Stress Remaja Keluarga Disharmonis”** (Studi Kasus pada siswa/siswi MTs Al-Khairiyah Kamasan) telah diujikan dalam sidang munaqosah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 24 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 2022

Sidang Munaqosah,

Ketua Merangkap Anggota,



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

Sekretaris Merangkap Anggota,



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

Anggota

Penguji I



Tb. Nurwahyu, S.Ag., M.A.
NIP. 19711026 200003 1 002

Penguji II



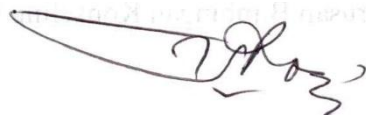
Agus Sukirno, S.Ag., M.Pd.
NIP. 19730328 201101 1 001

Pembimbing I



Dr. Yahdinil Firda Nadhirah, M. Si
NIP.19771018 200112 2 001

Pembimbing II



Dra. Eni Nur'aeni, M. Si.
NIP. 19600808 199103 2 002

PERSEMBAHAN

Atas rahmat, nikmat, dan karunia-Nya yang memberikan nikmat sehat dan nikmat iman dalam menjalankan aktivitas, dan kepada Nabi Muhammad SAW atas rahmat-Nya ku persembahkan hasil jerih payah skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tuaku, Iwan Setiawan dan Siti Unayah, yang selalu memberikan semangat dan dukungan berupa doa, nasehat, dan materinya, yang tidak pernah berhenti mendoakan hal-hal baik kepada anak-anaknya, sosok yang sangat aku sayangi tanpa henti, semoga selalu dalam lindungan dan kasih sayang Allah SWT.
2. Adik-adikku tersayang Sora Harmoni, Ziggy Assyauqi, dan Sabrina Nurfadilah, semoga menjadi inspirasi untuk melanjutkan pendidikan lebih tinggi.
3. Kupersembahkan kepada seseorang yang sangat berperan penting dalam terselesaikannya skripsi ini, *the one who pull me up, the 24/7 support system person, the one and only one, thank u for being existed in this world and being the best person that I've ever met*. Yang menjadi saksi perjuanganku, dan tidak pernah berhenti memberikan kasih sayang dan waktunya kepadaku.
4. Sahabat-sahabatku tercinta yang tidak pernah berhenti direpotkan olehku tetapi selalu mendoakan dan mensupportku, teman seperjuangan Istighfar (Aini, Mutia, Fitria, Sinta, Iim, Susy, Mutmainah), sahabat sejak SMA hingga akhirat kelak Fatma (Kartika, Munjihah, Dela), teteh terbaik dan yang kusayangi teh Yanah, Juju yang selalu memberi semangat untuk sidang bersama, adikku Hana yang selalu menyayangiku walau bukan dari darah yang sama, dan seluruh teman seperjuangan yang telah menemani perjalanan selama kuliah.
5. *Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting, for just being me at all times.*

MOTTO

“Broken family isn’t broken life”

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Nada Nur Fazriah, dilahirkan di Tasikmalaya, 24 Oktober 2001, merupakan anak pertama dari 4 bersaudara dari pasangan Bapak Iwan Setiawan dan Ibu Siti Unayah. Saat ini penulis tinggal bersama orangtua dan adik-adik di Kp. Ciparay RT/RW 001/001, Desa Sindanglaya, Kec. Cinangka, Kab. Serang, Banten.

Pendidikan yang penulis tempuh adalah RA Al-Mudzakkaroh lulus pada 2006, melanjutkan ke SD Al-Mudzakkaroh lulus pada 2012, melanjutkan ke SMPN 1 Cikande pada 2012-2014, kemudian pindah ke SMPN 1 Cinangka pada 2014 lulus tahun 2015, selanjutnya melanjutkan ke SMAN 1 Cinangka lulus pada 2018. Kemudian melanjutkan pendidikan ke Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten program studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah pada 2018.

Selama menjadi mahasiswa, penulis aktif dan bergabung dalam beberapa organisasi kampus, yaitu Himpunan Mahasiswa Jurusan Bimbingan Konseling Islam (HMJ BKI) sebagai anggota pada 2019 dan menjadi Sekretaris Umum HMJ BKI pada 2020-2021. DEMA FADA (Dewan Eksekutif Mahasiswa Fakultas Dakwah) sebagai sekretaris bidang internal. Menjadi mahasiswa Bidikmisi yang terhimpun dalam Himpunan Mahasiswa Bidikmisi (HMBM) sebagai anggota (2018-2022) dan pengurus (2020-2021). Mengikuti beberapa komunitas di jurusan yaitu Community Of Counselor (COC) sebagai anggota (2018-2019) dan ketua mendikmu (2020-2021), juga Counseling Music (Comic) sebagai anggota pada 2018. Anggota Lembaga Dakwah Kampus (LDK). Tergabung dengan Paduan Suara Fakultas dakwah. Penulis juga menjadi salah satu peserta Kukerta Kolaborasi Internasional Daring antara UIN SMH Banten dengan Universiti Tun Hussein Onn Malaysia (UTHM) pada 2020.

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

Puji syukur kepada Allah SWT. Yang telah memberikan nikmat serta kasih sayang-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan penuh perjuangan guna memenuhi persyaratan untuk dapat memperoleh gelar sarjana strata satu pada Jurusan Bimbingan Konseling Islam. Sholawat beserta salam tak lupa tucurahkan kepada Nabi Muhammad SAW. semoga kita selaku umatnya selalu memegang teguh ajaran islam sampai hari akhir.

Dengan pertolongan Allah dan dengan usaha yang sungguh-sungguh, akhirnya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Dalam Mengurangi Stres Remaja Keluarga Disharmonis** (Studi Kasus pada siswa/siswi MTs Al-Khairiyah Kamasan).

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak terlepas dari kekurangan, dan masih jauh dari kesempurnaan. Namun demikian penulis berharap semoga dengan adanya skripsi ini mudah-mudahan dapat memberikan manfaat dan berguna dalam khazanah ilmu pengetahuan khususnya bagi penulis, pembaca dan masyarakat pada umumnya.

Skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bantuan dari banyak pihak, penulis mengucapkan beribu terima kasih atas terselesaikannya skripsi ini kepada:

1. Bapak Prof. 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

yang telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.

3. Bapak A.M. Fahrurrozi, S.Psi, M.A., Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
4. Ibu Dr. Yahdinil Firda Nadhirah, M. Si., pembimbing I yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, arahan kepada penulis dengan penuh tanggung jawab, ikhlas, sabar, dan pikirannya dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Dra. Eni Nur'aeni, M. Si., pembimbing II yang telah meluangkan waktunya, memberikan bimbingan, arahan kepada penulis dengan penuh keikhlasan dan kesabaran, tenaga dan pikirannya dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten terutama yang telah mengajar dan mendidik penulis selama kuliah.
7. Bapak dan Ibu pengurus perpustakaan umum, Staf Akademik Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten
8. Seluruh keluarga, terutama kedua orang tua yang penulis sayangi Ayahanda Iwan Setiawan dan Ibunda Siti Unayah yang senantiasa memberikan segala do'anya yang tiada henti, memberikan motivasi dan nasihat, serta para keluarga yang sudah banyak mendukung dan memotivasi penulis.
9. Bapak Sahroni, S. Pd., Kepala Sekolah MTs Al-Khairiyah Kamasan dan Ibu Mulyanah Yuspitasari yang telah memberikan

izin penelitian dan bantuan informasi serta saran-saran bagi penulis.

10. Para responden yang telah bekerjasama memberikan informasi selama penyusunan skripsi ini.
11. Kepada seluruh sahabat-sahabat, teman-teman seperjuangan BKI dan semua pihak yang terlibat dalam penulisan skripsi ini, yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terimaa kasih atas semuanya.

Cinangka, 24 Juni 2022

Penulis

NADA NUR FAZRIAH
NIM: 181520180

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
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Penelitian.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Definisi Variabel.....	7
F. Sistematika Pembahasan.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. Kerangka Teori.....	9
1. Bimbingan Kelompok.....	9
a. Pengertian Bimbingan	9
b. Pengertian Bimbingan Kelompok	10

c.	Tujuan Bimbingan Kelompok	11
d.	Langkah-langkah Bimbingan Kelompok.....	13
2.	Stres	20
a.	Pengertian Stres	20
b.	Jenis Stres	21
c.	Faktor Penyebab Stres	22
d.	Stres Pada Remaja	23
3.	Keluarga Disharmonis	27
a.	Pengertian Keluarga Disharmonis	27
b.	Bentuk-bentuk Keluarga Disharmonis	29
c.	Faktor-faktor Penyebab Keluarga Disharmonis	31
B.	Kerangka Berfikir	38
C.	Penelitian Terdahulu.....	41
BAB III METODE PENELITIAN.....		45
A.	Jenis Penelitian	45
B.	Setting Penelitian.....	46
C.	Instrumen Penelitian	48
D.	Sumber Data	53
E.	Teknik Pengumpulan Data	54
F.	Teknik Analisis Data	56
G.	Teknik Keabsahan Data.....	58
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		61
A.	Tingkat Stress Remaja Mts Kamasan Dari Keluarga Disharmonis.....	61
B.	Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Kelompok Pada Remaja Keluarga Disharmonis Di Mts Kamasan.....	71

BAB V PENUTUP	89
A. Kesimpulan.....	89
B. Saran.....	91
DAFTAR PUSTAKA	93
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	96

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Definisi Operasional.....	7
Tabel 3.1 Waktu Penelitian	47
Tabel 3.2 Kisi-kisi Pedoman Wawancara.....	51
Tabel 3.3 Lembar Laiseg (Layanan Segera	52
Tabel 4.1 Waktu dan materi pelaksanaan layanan bimbingan kelompok	69

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir	40
Gambar 3.1 Triangulasi Sumber.....	60
Gambar 4.1 Susunan duduk anggota dan pemimpin kelompok	78

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 RPL Bimbingan Kelompok.....	96
Lampiran 2 kisi-kisi pedoman wawancara	105
Lampiran 3 Lembar Refleksi Kegiatan Proses Bimbingan Kelompok Pertemuan 1	108
Lampiran 3 Lembar Refleksi Kegiatan Proses Bimbingan Kelompok Pertemuan 2	113
Lampiran 3 Lembar Refleksi Kegiatan Proses Bimbingan Kelompok Pertemuan 3	118
Lampiran 4 Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian.....	123