

## ABSTRAK

**M Zaris Nur Imami. 2018.** Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Berbasis Islam Terhadap Kecemasan Mantan Anak PUNK (Studi Kasus di Desa Jeblog, Kecamatan Talun). Skripsi. Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah, Jurusan Tasawuf Psikoterapi, IAIN Tulungagung. Pembimbing Hj Uswah wardiana, M. Si.

**Kata Kunci:** Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Berbasis Islam, Kecemasan.

Penelitian ini di latarbelakangi oleh adanya kasus bahwa menjadi seorang yang berstatus sebagai anak PUNK memunculkan stigma negatif dari masyarakat atas dirinya. Adanya stigma negatif masyarakat terhadap mantan PUNK memunculkan pikiran-pikiran irasional sebagai pemicu kecemasan yang dialaminya. Dalam mengatasi kecemasannya mantan PUNK cenderung berperilaku negatif.

Fokus penelitian dalam skripsi ini adalah: 1) Apa penyebab kecemasan mantan PUNK. 2) Bagaimana ciri-ciri kecemasan yang dialami mantan PUNK. 3) Bagaimana mantan PUNK dalam mengatasi kecemasannya. 4) Bagaimana Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) berbasis Islam dalam mengatasi kecemasan mantan anak PUNK.

Dalam menjawab permasalahan tersebut, Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis pendekatan studi kasus yang kemudian dianalisis menggunakan deskriptif komparatif. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik observasi partisipan, wawancara secara mendalam, dan dokumentasi.

Dalam menganalisa kecemasan, ciri-ciri, serta penyebabnya yang digunakan adalah berupa hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi. Adapun temuan penelitian adalah sebagai berikut: 1. kecemasan yang dialami mantan PUNK disebabkan adanya citra negatif dirinya di masyarakat yang memunculkan pikiran-pikiran irasional, pikiran tersebut yakni, dikucilkan di masyarakat, masa depan, serta pekerjaanya 2. Ciri-ciri kecemasan yang dialami oleh mantan PUNK meliputi fisik, behaviour dan kognitif. 3. Dalam mengatasi kecemasan mantan PUNK mempunyai kecenderungan perilaku yang negatif.

Sedangkan proses Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) berbasis Islam dilakukan beberapa tahapan sebagai berikut: 1. Mengajak subjek berpikir tentang pikiran-pikiran irasional, menunjukkan ketidak logisan, serta melawannya. 2. Menguatkan pikiran rasional dengan materi keIslamam, mengembangkan potensi fitrahnya, bersikap sesuai dengan kepribadian Islam. 3. Penemuan pemahaman baru, menerima masukan bahkan kritikan orang lain serta meneladani orang-orang yang baik. Selanjutnya hasil akhir yang diperoleh dari proses terapi ini cukup efektif dengan persentase subjek 1 (AB) sekitar 75%, sedangkan pada subjek 2 SW adalah 65%. Hal ini disandarkan pada adanya perubahan dalam indikator yang telah ditentukan sebagai berikut: Adanya pikiran yang irasional menjadi rasional, aktivitas kehidupan yang lebih bermakna, pola tidur dan penurunan kecemasan.

## ABSTRACT

**M. Zaris Nur Imami. 2018.** Counselling Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Islamic Based on the Anxiety of ex-PUNK Child (Case Study in Jeblog Village, Sub-districts Talun). Thesis. Faculty of Ushuluddin, Adab, and Da'wah. Department of Sufism and Psychotherapy. State Islamic Institute (IAIN) of Tulungagung. Advisor by Hj Uswah wardiana, M. Si.

**Keywords:** Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) **Islamic** Based and Anxiety.

This research is based on the existence of the case that being a status as a PUNK child raises a negative stigma from society on him. The existence of the negative stigma of the public against the ex-PUNK raises irrational thoughts as a trigger of anxiety experienced. In overcoming the anxiety ex-PUNK tend to behave negatively.

The focus of research in this thesis is: 1) what causes the anxiety of ex-PUNK. 2) How the characteristics of anxiety experienced by ex-PUNK. 3) How the ex-PUNK in overcoming his anxiety. 4) How is Counselling Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Islamic Based on the Anxiety of ex-PUNK Child?

In answering these problems, this research uses a qualitative approach with a type of case study approach which is then analysed using a comparative descriptive. Data collection techniques used participant observation techniques, in-depth interviews, and documentation.

In analysing anxiety, characteristics, and the causes used are in the form of observations, interviews, and documentation. The research findings are as follows: 1. the anxiety experienced by ex-PUNK is caused by a negative image of himself in the community that raises irrational thoughts, the mind is, ostracized in the community, the future, and his work 2. The characteristics of anxiety experienced by ex-PUNK includes physical, behavioural and cognitive. 3. In overcoming anxiety ex-PUNK has a negative behaviour tendency.

While the process of Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) is based on several steps as follows: 1. Invite the subject to think about irrational thoughts, show the lack of logic, and to take it. 2. Strengthen the rational mind with Islamic material, develop the potential of his nature, and behave in accordance with the personality of Islam. 3. Discovery of new understanding, accept input and even criticize others and emulate good people. Furthermore, the end result obtained from the treatment process is quite effective with the percentage of subject 1 (AB) about 75%, while the subject 2 (SW) is 65%. This is based on a change in the indicator that has been determined as follows: The existence of irrational thoughts to be rational, more meaningful life activities, sleep patterns and decreased anxiety.

## الملخص

محمد زارس نور إمام، 2018. "استشارة العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني (REBT) على أساسى الإسلام ضد الفلق لدى الطفل السابق فاسق (دراسة الحالة في القرية جبيلوك منطقة تالون)". البحث العلمي. كلية أصول الدين الأدب والدعوة. قسم التصوف والعلاج الطبيعي. جامعة الإسلامية الحكومية تولونج أجونج. المشرفة: الحاجة أسوة وردية الماجستير.

**كلمة الإرشادية :** استشارة العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني (REBT)، على أساسى الإسلام، الفلق. كانت خلفية هذا البحث عن موجد الحالة أن يكون الشخص فاسقا منه تظهر رأى السبلي عن المجتمع على نفسه. رأى السبلي عن المجتمع على الفاسق سيأتي الفكر غير المنطق ويكون الفاسق الفلق القائم. في إغلاب الفلق لدى الطفل السابق فاسق يميل على أخلاقيات السلبي.

وأما مسائل هذا البحث (1) ما عوامل الفلق لدى الطفل السابق فاسق؟ (2) كيف عالمة الفلق لدى الطفل السابق فاسق؟ (3) كيف الطفل السابق فاسق في تغلب الفلق منه؟ (4) كيف استشارة العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني (REBT) على أساسى الإسلام في تغلب الفلق لدى الطفل السابق فاسق؟.

في إجابة مسائل هذا البحث، يستخدم الباحث مدخل الكيفي بنوع دراسة الحالة ثم تحليلها باستخدام الكيفي المقارن. طريقة جمع البيانات تستخدم طريقة الملاحظة المشاركة والمقابلة المعمقة و الوثيقة.

في التحليل المستخدم على الفلق والعالمة و العوامل نتائج الملاحظة المشاركة والمقابلة المعمقة و الوثيقة. وأما نتيجة البحث كما يلي: 1. عوامل الفلق لدى الطفل السابق فاسق لقد ظهرت رأى السبلي من نفسه عن المجتمع على الفاسق سيأتي الفكر غير المنطق ويكون الفاسق الفلق القائم و تلك التفكيرة النبذ في المجتمع والمستقبل والعمل أو المهنة. 2. عالمة الفلق لدى الطفل السابق فاسق منها الجسد والسلوك والمعرفة.

3. الطفل السابق فاسق في تغلب الفلق فيه يميل على أعمال السلبي.

وأما استشارة العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني (REBT) على أساسى الإسلام في تغلب الفلق لدى الطفل السابق فاسق منها : 1. تدعى الموضوع على إفكار غير المنطقي و غير المنطق و تغلبها. 2. قوي الفكر المنطقي الإسلامي و تطوير كفاعة الفطرة و الأخلاق مناسبا بلا إسلام. 3. وجد الفهم الجديد و قبل المدخل والهجة من الآخرين و أسوة الآخرين الخير. فقد نالت نتائج العملية من استشارة العلاج السلوكي الانفعالي العقلاني (REBT) فعاليةً مع مؤدية الموضوع الأول (AB) على الأقل 75% و أما الموضوع الثاني (SW) 65%. هذه النتيجة من موجدة المغيرات في تحديد المؤشر كما يلي: غير المنطقي يكون المنطقي و أعمال الحياة المعانية الكثيرة و شكل النوم و انخفاض الفلق.