

**PENERAPAN KONSELING *CLIENT CENTERED* UNTUK
MENURUNKAN KECEMASAN PADA REMAJA KORBAN
PERCERAIAN DI KELAS XII SMA AL-ULUM MEDAN**

SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)**

Oleh:

KHAIRINA QURRATA AYYUN

0303181010



**BIMBINGAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA
MEDAN**

2022



**PENERAPAN KONSELING *CLIENT CENTERED* UNTUK MENURUNKAN
KECEMASAN PADA REMAJA KORBAN PERCERAIAN DI KELAS XII
SMA AL-ULUM MEDAN**

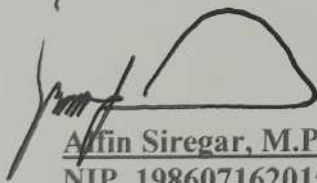
SKRIPSI

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)*


OLEH:

**Khairina Qurrata Ayyun
NIM. 0303181010**

Pembimbing I


**Affin Siregar, M.Pd.I
NIP. 198607162015031002**

Pembimbing II


**Zulkarnain, M.Pem.I
NIP. 199310222019031014**

**BIMBINGAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2022**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN

Jl. Willem Iskandar Pasar V Medan Estate 20371 Telp. 6615683- 6622925, Fax. 6615683,
Email : Fitk@uinsu.ac.id

SURAT PENGESAHAN

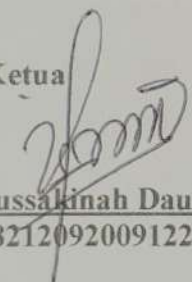
Skripsi ini yang berjudul “PENERAPAN KONSELING *CLIENT CENTERED* UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA REMAJA KORBAN PERCERAIAN DI KELAS XII SMA AL-ULUM MEDAN” yang disusun oleh Khairina Qurrata Ayyun yang telah dimunaqasyahkan dalam Sidang Munaqasyah Sarjana Strata Satu (S-1) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN SU Medan pada tanggal:

29 Agustus 2022 M
Muharram 1444 H

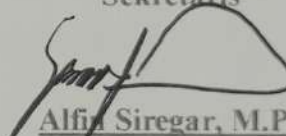
Skripsi telah diterima sebagai persyaratan untuk memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan pada Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara Medan.

Panitia Sidang Munaqasyah Skripsi
Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN-SU Medan


Ketua



Dr. Nurussakinah Daulay, M.Psi
NIP. 198212092009122002

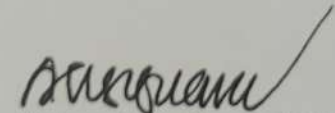
Sekretaris

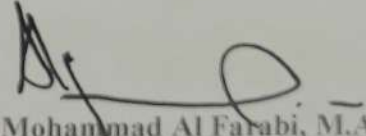

Alfin Siregar, M.Pd.I
NIP. 198607162015031002

Anggota Penguji


1. Alfin Siregar, M.Pd.I
NIP. 198607162015031002


2. Zulkarnain, M.Pem.I
NIP. 199310222019031014


3. Ali Daud Hasibuan, M.Pd
NIP. 198811182019031007


4. Dr. Mohammad Al Farabi, M.Ag
NIP. 197609152003121003

Mengerahai
Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN SU Medan




H. Mardianto, M.Pd
NIP. 196712121994031004

Nomor : Istimewa

Lamp : -

Hal : Skripsi

Ilmu

A.n. Khairina Qurrata Ayyun

Medan, 29 Agustus 2022

Kepada Yth:

Bapak Dekan Fakultas

Tarbiyah dan Keguruan

UIN Sumatera Utara

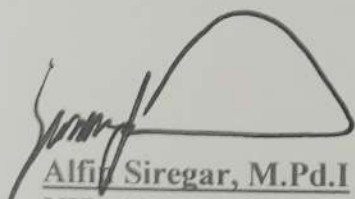
Di Medan

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti dan memberi saran-saran perbaikan sepenuhnya terhadap skripsi A.n. Khairina Qurrata Ayyun yang berjudul "**Penerapan Konseling Client Centered Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Remaja Korban Perceraian Di Kelas XII SMA Al-Ulum Medan**", maka kami berpendapat bahwa skripsi ini sudah dapat diterima untuk di Munaqasyahkan pada sidang Munaqasyah Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara.

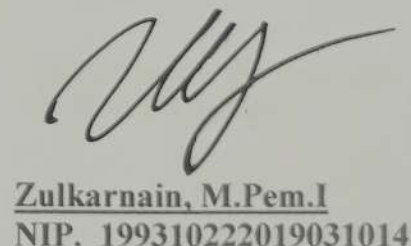
Wassalamualaikum Wr. Wb.

Pembimbing I



Alfi Siregar, M.Pd.I
NIP. 198607162015031002

Pembimbing II



Zulkarnain, M.Pem.I
NIP. 199310222019031014

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khairina Qurrata Ayyun

NIM : 0303181010

Tempat/ Tgl. Lahir : Medan/ 27 Juni 2000

Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang berjudul **“PENERAPAN KONSELING *CLIENT CENTERED* UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PADA REMAJA KORBAN PERCERAIAN DI KELAS XII SMA AL-ULUM MEDAN”** benar-benar karya asli saya, kecuali kutipan-kutipan yang disebutkan sumbernya. Apabila terdapat kesalahan dan kekeliruan di dalamnya, maka sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Medan, 29 Agustus 2022
Yang Membuat Pernyataan



Khairina Qurrata Ayyun
NIM. 0303181010

ABSTRAK



Nama : Khairina Qurrata Ayyun
NIM : 0303181010
Fakultas/ Jurusan : Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan/ Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Judul : Penerapan Konseling *Client Centered* Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Remaja Korban Perceraian Di Kelas XII SMA Al-Ulum Medan

Kata Kunci : Konseling *Client Centered*, Kecemasan Remaja Korban Perceraian

Penelitian yang berjudul, “Penerapan Konseling *Client Centered* Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Remaja Korban Perceraian Di Kelas XII SMA Al-Ulum Medan”, dilaksanakan sebagai upaya dalam membantu siswa menurunkan kecemasan akibat perceraian orang tua melalui penerapan konseling individu dengan pendekatan *client centered*. Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian kuantitatif. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan penelitian eksperimen dengan menggunakan desain pretes-postes satu kelompok (*one group pre-test post-test design*). Populasi penelitian adalah siswa kelas XII SMA Al-Ulum Medan yang berjumlah 211 siswa dengan sampel berjumlah 10 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner *Zung Self Rating Anxiety Scale*. Alat pengolah data yang digunakan yaitu aplikasi IBM SPSS *Statistic 21* dengan teknik analisis data menggunakan rumus Uji *Wilcoxon*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan siswa korban perceraian sebelum diberikan konseling *client centered* berada pada kategori kecemasan ringan dengan rentan skor 45-59, dan setelah diberikan konseling *client centered* yang bertujuan untuk menurunkan kecemasan siswa korban perceraian mengalami penurunan ke kategori normal dengan rentan skor 20-44. Dari hasil penurunan kategori kecemasan dapat dikatakan bahwa terjadi penurunan pada hasil *pre-test* dan *post-test*. Maka dapat disimpulkan bahwa melalui konseling *client centered* efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan remaja korban perceraian yang dapat dilihat dari hasil analisis data bahwa nilai *p value Asymp Sig (2-tailed)* sebesar $0,005 < 0,05$ maka **H₀ ditolak**.

Mengetahui,
Pembimbing Skripsi I

Alfin Siregar, M. Pd.I
NIP. 19860716 201503 1 002

ABSTRACT

The research that has been carried out is entitled, "**The Implementation of Counseling Client Centered to Reduce Anxiety for Adolescent Victims of Divorce at Twelfth Grade Al-Ulum High School Medan**". Implemented as an effort to help students reduce anxiety due to parental divorce through the implementation of individual counseling with a client-centered approach.

The type of research used was quantitative. In this study, researcher used a one-group pre-test post-test design experimental research. The study population were class XII students of Al-Ulum High School Medan, which amounted to 211 students with a sample of 10 students, the sampling technique used was purposive sampling. Researcher used was Zung Self Rating Anxiety Scale questionnaire as the data collection technique. For data processing, researcher used was the IBM SPSS Statistic 21 application using the Wilcoxon Test formula.

The results of this study showed that the anxiety of divorce victims before being given counseling client centered was in the category of mild anxiety with a score of 45-59, and after being given counseling client centered which aimed to reduce the anxiety in students victim of divorce, decreased to the normal category with a score of 20-44. From the results of the decrease in the anxiety category, there is a decrease in the the pre-test and post-test results. So it can concluded that counseling with client-centered approach effectively reduces the anxiety level of adolescent victims of divorce, which can be seen from the results of data analysis that the p value of Asymp Sig (2-tailed) of $0.005 < 0.05$ then **H₀ is rejected**.

Keyword : Counseling Client Centered, Anxiety in Adolescent Victims of Divorce

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT karena atas ridho dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul, **“Penerapan Konseling *Client Centered* Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Remaja Korban Perceraian Di Kelas XII SMA Al-Ulum Medan”** yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd). tidak lupa pula sholawat kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW, semoga kelak kita mendapatkan safaat Beliau.

Penulis menyadari karya tulis ilmiah yang berupa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, baik yang berkaitan dengan substansinya ataupun tata penulisannya. Oleh karena itu, penulis memohon maaf apabila terdapat kesalahan yang tidak disengaja dalam penulisan skripsi ini. Dan penulis berharap semoga dengan adanya skripsi ini dapat bermanfaat serta dapat menjadi amal bail bagi penulis.

Penyusunan skripsi ini merupakan hasil kerja keras, kesabaran, kegigihan, dukungan, bantuan dan doa dari berbagai pihak. Sudah sepantasnya, apabila penulis mengucapkan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada semua pihak yang telah berjasa kepada penulis. Ucapan terimakasih yang tulus dan penghargaan setinggi-tingginya, penulis sampaikan kepada yang terhormat :

1. Bapak Prof. Dr. Syahrin Harahap M.A, Selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Bapak Dr. Mardianto, M.Pd, Selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
3. Ketua dan Sekretaris Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara yaitu Ibu Dr. Nurussakinah Daulay, M.Psi, dan Bapak Alfin Siregar, M.Pd.I.
4. Bapak Alfin Siregar, M.Pd.I, dan Bapak Zulkarnain, M.Pem.I, selaku Pembimbing Skripsi I dan II yang telah mengarahkan, membimbing, dan memberikan motivasi kepada penulis untuk melaksanakan penelitian dan menyelesaikan penyusunan penulisan skripsi, mulai dari awal sampai selesai.
5. Bapak Ali Daud Hasibuan, M.Pd, selaku Narasumber yang telah mengarahkan, membimbing, dan memberikan saran/ masukan untuk melaksanakan penelitian dan menyelesaikan penyusunan skripsi, mulai dari ujian seminar proposal skripsi sampai selesai.
6. Bapak dan Ibu Dosen, seluruh Staff Administrasi di Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan serta seluruh Staff di Prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam.
7. Kepala Sekolah, Guru-guru dan Staff di SMA Al-Ulum Medan, saya ucapkan terimakasih, terutama kepada **Ibu Hadijah Gultom, S.Pd, Kons** selaku Guru BK di SMA Al-Ulum yang senantiasa membantu saya dalam proses penyelesaian skripsi ini.

8. Saya mengucapkan terimakasih kepada **Para Om, Tante, dan Sepupu** saya yang telah memberikan dukungan kepada saya agar dapat menyelesaikan skripsi saya.
9. Saya mengucapkan terimakasih kepada para sahabat yang paling saya sayangi yaitu **Vina Andini, Dinda Rizki Salsabila, Nabila Rija Sephia, Kartatiawarman, Vidia Mikha Siagian, dan Nahda Fajrina Hrp** yang secara langsung dan tidak langsung memberikan dukungan dan selalu menemani saya selama ini. Saya berharap semoga pertemanan ini dapat terjalin sampai ajal memisahkan kita.

Pada keberkahan yang baik ini, secara khusus saya mengucapkan terimakasih yang tulus, ikhlas dan setinggi-tingginya kepada orang tua saya Mama dan Papa yaitu Ibu Minda, S.E dan Bapak Amal, S.E, atas segala yang telah diberikan kepada saya baik secara langsung ataupun tidak langsung berupa doa, kasih sayang, dukungan, semangat dan motivasi, sehingga saya berhasil menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan penuh kemudahan dan kelancaran. Ina selalu sayang Mama dan Papa.

Semoga atas segala doa, dukungan, semangat, bimbingan dan bantuan yang telah diberikan semua pihak yang disebutkan di atas mendapatkan pahala yang berlimpah dari Allah SWT. Aamiin ya Rabbal alamin.

Medan, 19 Juni 2022

Penulis,

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

Khairina Qurrata Ayyun
NIM. 0303181010

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TELAAH KEPUSTAKAAN	8
A. Kerangka Teori.....	8
1. Kecemasan Remaja Korban Perceraian.....	8
a. Pengertian Kecemasan.....	8
b. Teori-Teori Penyebab Kecemasan.....	9
c. Jenis-Jenis Kecemasan.....	10
d. Ciri-Ciri Kecemasan.....	11
e. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan.....	12
f. Tingkat Kecemasan.....	13
g. Pengukuran Tingkat Kecemasan.....	14
h. Upaya Menurunkan Kecemasan.....	15
i. Remaja Korban Perceraian.....	16
2. Konseling <i>Client Centered</i>	20
a. Hakikat Konseling <i>Client Centered</i>	20
b. Teori Kepribadian Konseling <i>Client Centered</i>	21
c. Hakikat Manusia dalam Konseling <i>Client Centered</i>	23
d. Perilaku Bermasalah dalam Konseling <i>Client Centered</i>	24
e. Prinsip-Prinsip Konseling <i>Client Centered</i>	27
f. Tujuan Konseling <i>Client Centered</i>	27
g. Tahapan Konseling <i>Client Centered</i>	29
h. Teknik-Teknik Konseling <i>Client Centered</i>	33
B. Penelitian Terdahulu.....	35
C. Kerangka Pikir.....	37

BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	38
A. Metode dan Prosedur Penelitian.....	38
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	39
C. Populasi dan Sampel.....	40
D. Instrumen Penelitian.....	41
E. Teknik Analisis Data.....	45
F. Hipotesis Statistik.....	46
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	48
A. Hasil Penelitian.....	48
1. Temuan Umum Penelitian.....	48
a. Gambaran Umum SMA Al-Ulum Medan.....	48
b. Gambaran Umum Penelitian.....	53
2. Temuan Khusus Penelitian.....	54
a. Data Hasil <i>Pre-Test</i> Sebelum <i>Treatment</i> (Perlakuan).....	54
b. Data Hasil <i>Post-Test</i> Setelah <i>Treatment</i> (Perlakuan).....	55
c. Penerapan Konseling <i>Client Centered</i> Untuk Menurunkan Kecemasan Remaja Korban Perceraian.....	56
B. Pembahasan.....	58
C. Keterbatasan Dalam Penelitian.....	71
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	73
A. Kesimpulan.....	73
B. Saran.....	73
DAFTAR PUSTAKA.....	75
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	75
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	75

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Desain <i>Pre-Test Pos-Test</i> Satu Kelompok	39
Tabel 2. Populasi Kelas XII di SMA AI-Ulum Medan	40
Tabel 3. Kuesioner <i>Zung Self Rating Anxiety Scale</i>	42
Tabel 4. Definisi Operasional.....	43
Tabel 5. Kisi-Kisi Variabel Kecemasan.....	44
Tabel 6. Penilaian <i>Zung Self Rating Anxiety Scale</i>	45
Tabel 7. Visi dan Misi SMA AI-Ulum Medan.....	49
Tabel 8. Tenaga Pendidik SMA AI-Ulum Medan.....	50
Tabel 9. Tenaga Kependidikan SMA AI-Ulum Medan.....	51
Tabel 10. Data Siswa SMA AI-Ulum Medan.....	52
Tabel 11. Sarana dan Prasarana SMA AI-Ulum Medan.....	52
Tabel 12. Skor Penilaian Kuesioner Kecemasan (<i>Pre-Test</i>).....	55
Tabel 13. Skor Penilaian Kuesioner Kecemasan (<i>Post-Test</i>).....	56
Tabel 14. Skor Penilaian <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i>	56
Tabel 15. Hasil <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> dengan Uji <i>Wilcoxon</i>	57
Tabel 16. Hasil Evaluasi Tingkat Kecemasan Remaja Korban Perceraian dengan Kuesioner <i>Zung Self Rating Anxiety Scale</i>	69



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Pikir.....	37
Gambar 2. Waktu Penelitian Menggunakan Ms. Excel.....	40



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Rencana Pelaksanaan Layanan Konseling Individu
- Lampiran 2. Foto dengan Siswa saat *Post-test*, Konseling Individu dan *Pre-test*
- Lampiran 3. Hasil Kuesioner *Zung Self Rating Anxiety Disorder Pre-Test* dan *Post-Test*
- Lampiran 4. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 5. Surat Balasan Setelah Penelitian

