



**PENERAPAN LAYANAN KONSELING INDIVIDU UNTUK
MEMINIMALISASI KECEMASAN SISWA BELAJAR DARING
DI SMA NEGERI 1 BANGUN PURBA**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Memenuhi Syarat-Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
(S. Pd) dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*

OLEH:

INKA KHAIRIYAH SINAGA
NIM. 33.17.2.158

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

SUMATERA UTARA

MEDAN

2021



**PENERAPAN LAYANAN KONSELING INDIVIDU UNTUK
MEMINIMALISASI KECEMASAN SISWA BELAJAR DARING
DI SMA NEGERI 1 BANGUN PURBA
SKRIPSI**

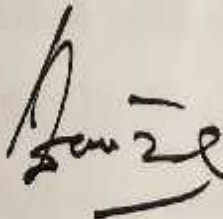
*Diajukan untuk Salah Satu Syarat Penyusunan Skripsi dan Memenuhi Syarat-syarat
untuk Mencapai Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*

OLEH:


INKA KHAIRIYAH SINAGA
NIM. 33.17.2.158

Menyetujui:

Pembimbing I


Fauziah Nasution, S.Psi., M.Psi
NIP.197509032005012004

Pembimbing II


Dr. Nurussakriyah Daulav, M.Psi
NIP. 198212092009122002

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

Nomor : **Istimewa**

Lamp : -

Hal : Skripsi

A.n. Inka Khairiyah Sinaga

Kepada Yth,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan
Keguruan
UIN Sumatera Utara
di
Tempat

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah membaca, meneliti, mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya terhadap skripsi saudara:

Nama : Inka Khairiyah Sinaga

NIM : 33.17.2.158

Jurusan : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

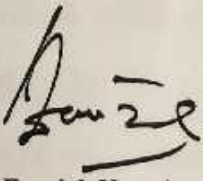
Judul : Penerapan Layanan Konseling Individu untuk Meminimalisasi Kecemasan Siswa Belajar Daring di SMA Negeri 1 Bangun Purba

Dengan ini menilai bahwa skripsi tersebut dapat disetujui untuk diajukan dalam Sidang Munaqasah Skripsi pada Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara.

Waalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

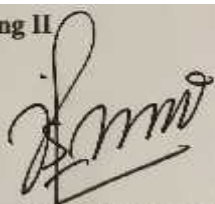
Medan, September 2021

Pembimbing I



Fauziah Nasution, S.Psi., M.Psi
NIP.197509032005012004

Pembimbing II



Dr. Nurussakriyah Daulay, M.Psi
NIP. 198212092009122002

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Inka Khairiyah Sinaga

NIM : 33.17.2.158

Jurusan : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Judul : Penerapan Layanan Konseling Individu untuk Meminimalisasi
Kecemasan Siswa Belajar Daring di SMA Negeri 1 Bangun Purba

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya serahkan dengan judul diatas benar-benar merupakan hasil karya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dari ringkasan-ringkasan yang semuanya telah saya jelaskan sumbernya. Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, maka gelar dan ijazah yang diberikan oleh Universitas batal saya terima.



Medan, September 2021
Yang Menyatakan

Inka Khairiyah Sinaga
NIM. 33.17.2.158

ABSTRAK



Nama : Inka Khairiyah Sinaga
NIM : 33.17.2.158
Fak/Jurusan : FITK/ Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Pembimbing : Fauziah Nasution, S.Psi., M.Psi
Dr. Nurussakinah Daulay, M.Psi
Judul Skripsi : Penerapan Layanan Konseling Individu untuk Meminimalisasi Kecemasan Siswa Belajar Daring SMA Negeri 1 Bangun Purba

Kata Kunci: Belajar Daring, Layanan Konseling Individu, Kecemasan

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Bangun Purba. Adapun tujuan penelitiannya yaitu untuk mengetahui, 1) Kondisi kecemasan siswa belajar daring SMA Negeri Bangun Purba, 2) Tahapan layanan konseling individu yang diberikan guru BK untuk meminimalisasi kecemasan siswa belajar daring SMA Negeri Bangun Purba. Subjek dalam penelitian ini adalah guru BK, siswa, dan kepala sekolah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi terhadap penerapan layanan konseling individu untuk meminimalisasi kecemasan siswa belajar daring di SMA Negeri 1 Bangun Purba. Adapun analisis data menggunakan tiga tahapan yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, diperoleh hasil bahwa, 1) Kondisi kecemasan siswa belajar daring di SMA Negeri 1 Bangun Purba yaitu siswa mengalami rasa takut yang berlebihan saat terlambat mengisi absensi pembelajaran daring, 2) Tahapan layanan konseling individu yang diberikan guru BK untuk meminimalisasi kecemasan siswa belajar daring di SMA Negeri 1 Bangun Purba yaitu dengan tahap awal bahwa memulai pendekatan dengan siswa agar siswa merasa nyaman saat konseling individu berlangsung, memberikan tahapan inti bahwa rasa takut yang berlebihan harus bisa dilawan dengan diri sendiri dan tahapan akhir bahwa tampak sudah penurunan rasa cemas siswa dari segi perilaku yang lebih positif, siswa sudah mampu memmanagement sisa waktu untuk ke jenjang berikutnya. Proses konseling individu sedikit terhambat karena kondisi pembelajaran daring.

Mengetahui

Pembimbing I

Fauziah Nasution, S.Psi., M.Psi
NIP.197509032005012004

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr. Wb

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan nikmat kesehatan dan kesempatan penulis untuk menyelesaikan skripsi yang berjudul “Penerapan Layanan Konseling Individu untuk Meminimalisasi Kecemasan Siswa Belajar Daring di SMA Negeri 1 Bangun Purba” guna memenuhi salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan pada program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini juga tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak yang membantu dan membimbing penulis baik secara moril maupun materil. Oleh karena itu di dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih pada:

1. Bapak **Prof. Dr. Syahrin Harahap, MA** selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
2. Bapak **Dr. Mardianto, M.Pd** selaku Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN SU Medan, dan seluruh Wakil Dekan I, II dan III beserta Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan yang telah membekali penulis dengan berbagai pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di lembaga ini.
3. Ibu **Dr. Nurussakinah Daulay, M.Psi** selaku ketua jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan.
4. Ibunda **Fauziah Nasution, S.Psi., M.Psi** selaku dosen pembimbing skripsi 1 yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, dan saran serta perbaikan-perbaikan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibunda **Dr. Nurussakinah Daulay, M.Psi** selaku dosen pembimbing skripsi 2 yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan, dan saran serta perbaikan-perbaikan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Bapak **Drs. Khairuddin, M.Pd** selaku dosen penasehat akademik yang telah memberikan nasehat dan arahan kepada penulis.

7. Terima kasih yang teristimewa kepada kedua orang tua penulis, Ayahanda tercinta **Burhanuddin Sinaga** dan Ibunda tercinta **Noni Rosila Barus** yang telah memberikan kasih sayang kepada anaknya, serta memberikan motivasi dan dukungan secara moril maupun material bahkan do'a yang tak pernah hentinya sampai penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
8. Bapak **Dekson, S.Pd** selaku kepala sekolah SMA Negeri 1 Bangun Purba, Ibunda **Rizka Mianti, S.Pd** selaku guru bimbingan konseling, serta adik-adik kelas XII IPA-1 dan XII IPA-2 SMA Negeri 1 Bangun Purba yang telah bersedia membantu penyelesaian penelitian skripsi ini.
9. Seluruh Bapak/Ibu dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan khususnya prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat bagi penulis.
10. Abangda **Serda Purtra Akbar Sinaga**, dan Adik **Ahmad Rusdi Sinaga** berkat do'a dan dukungannya penulis dapat menyelesaikan pendidikan di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
11. Sepupu **Putri Mawaddah Tarigan, SKM** dan **Diny Amalia Hutri Barus** berkat dukungan dan selalu menemani penulis dalam proses penyelesaian penelitian skripsi ini.
12. Teman **VAIFAN** berkat do'a dan support yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini **Vio, Ajeng, Fathin, Annisa, Nisha**.
13. Sahabat dekat **Peggy Amalia** dan **Fadia Nurul Azmi** memberikan dukungan dan membantu penyelesaian skripsi ini.
14. Teman-teman seperjuangan jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam stambuk 2017 khususnya BKPI-1 dan lebih terkhususnya lagi buat sahabat seperjuangan **Eka Kartika Yanti, Rapida Sari Asnianti Harahap, Jihan Afifah Lubis, Wanda Shallya Ba'an, Feny Melinda Yani, Tri Rama Sari, dan Nurahvina Tasya Sitorus, Maulida Rahma, Salsabilla Ningsih, Mega Putri**.

15. **Ari Aswari Purba, S.T.** berkat do'a serta support sehingga skripsi ini selesai.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan maupun pembahasan skripsi ini, oleh sebab itu kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat penulis harapkan. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas semua dukungan dan kerja samanya. Semoga Allah membalas kebaikan kalian semua dengan surga-Nya dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Medan, November 2021

Inka Khairiyah Sinaga
NIM. 33.17.2.158



DAFTAR ISI

SURAT PENGESAHAN	
SURAT ISTIMEWA.....	
SURAT KEASLIAN SKRIPSI	
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Rumusan Masalah.....	6
D. Tujuan Penelitian	6
E. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN TEORI.....	8
A. Kajian Teoritis	8
1. Belajar Daring.....	8
a. Pengertian Belajar Daring.....	8
b. Sumber Belajar dalam Pembelajaran Daring.....	12
c. Manfaat Pembelajaran Daring	13
d. Prinsip Pembelajaran Daring	14
e. Kelebihan dan Kekurangan Pembelajaran Daring.....	15
2. Kecemasan	18
a. Pengertian Kecemasan	18
b. Bentuk-Bentuk Kecemasan.....	21
c. Proses Terjadinya Kecemasan	23
d. Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan	24
e. Reaksi yang Ditimbulkan oleh Kecemasan	25
3. Layanan Bimbingan Konseling Individu	26
a. Pengertian Bimbingan Konseling	26
b. Pengertian Konseling Individu	26
c. Tujuan dan Fungsi Layanan Konseling Individu.....	29
d. Asas-Asas Layanan Konseling Individu	30
e. Proses Layanan Konseling Individu	33

f. Kegiatan Layanan Pendukung Konseling Individu	36
B. Penelitian Yang Relevan.....	37
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Jenis Penelitian.....	39
B. Subjek Penelitian	40
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	41
D. Teknik Pengumpulan Data.....	41
E. Analisis Data.....	43
F. Teknik Penjamin Keabsahan Data	44
BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN	45
A. Observasi.....	45
B. Temuan Khusus Penelitian	47
C. Hasil Pembahasan Penelitian	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	63
A. Kesimpulan	63
B. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA.....	65



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pedoman Observasi	68
Lampiran 2 Daftar Wawancara dnegan Kepala Sekolah	69
Lampiran 3 Daftar Wawanacara dengan Guru BK.....	70
Lampiran 4 Daftar Wawancara dengan Siswa.....	71
Lampiran 5 Rekapitulasi Wawancara dengan Kepala Sekolah	72
Lampiran 6 Rekapitulasi Wawancara dengan Guru BK.....	74
Lampiran 7 Rekapitulasi Wawancara dengan Siswa AA	76
Lampiran 8 Rekapitulasi Wawancara dengan Siswa DS	78
Lampiran 9 Rekapitulasi Wawancara dengan Siswa LPS	80
Lampiran 10 Data Wawancara dengan Guru BK	82
Lampiran 11 Data Wawancara dengan Siswa AA.....	86
Lampiran 12 Data Wawancara dengan Siswa DS	89
Lampiran 13 Data Wawancara dengan Siswa LPS.....	92
Lampiran 14 Daftar Riwayat Hidup	94
Dokumentasi	96