



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

Konseling Islam Menggunakan *Client Centered Therapy* Dalam Mengatasi *Stress* Pada Seorang Istri Korban *Infidelity* di Desa Sumberejo, Grogol, Kediri

Skripsi

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, Guna Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Sosial (S.Sos).

Oleh:

Zeta Evryma Adiestrya

NIM. 04010320015

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
ISLAM FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA 2023**

PERNYATAAN OTENTISITAS SKRIPSI

Bismillahirrahmanirrahim

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zeta Evryma Adiestyra
NIM : 04010320015
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi
Alamat : Desa Sumberejo, Kec. Grogol, Kab. Kediri

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa:

1. Skripsi ini tidak pernah diserahkan ke institusi perguruan tinggi manapun untuk memperoleh gelar akademik.
2. Skripsi ini sepenuhnya merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain.
3. Saya bersedia menanggung segala konsekuensi hukum jika di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini merupakan bentuk plagiasi.

Kediri, 26 Desember 2023

Yang Menyatakan,



Zeta Evryma Adiestyra
NIM. 04010320015

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Zeta Evryma Adiestrya

NIM : 04010320015

Program Studi : Bimbingan dan Konseeling Islam

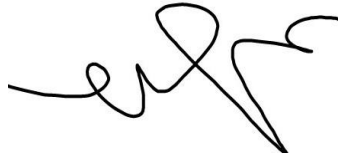
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi

Alamat : Desa Sumberejo, Kecamatan Grogol,
Kabupaten Kediri

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Surabaya, 26 Desember 2023

Dosen Pembimbing



Dr. Arif Ainur Rofiq, S.Sos.I., S.Pd., M.Pd., Kons.
(NIP. 197708082007101004)

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Konseling Islam Menggunakan *Client Centered Therapy*
Dalam Mengatasi *Stress* Pada Seorang Istri Korban *Infidelity* di
Desa Sumberejo, Grogol, Kediri

SKRIPSI


Disusun Oleh:

Zeta Evryma Adiestrya (04010320015)


Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam ujian Sarjana Strata
Satu (S1) pada tanggal

Tim Penguji

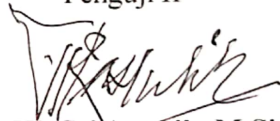
Penguji I


Dr. Arif Ainur Rofiq,
S.Sos.I., S.Pd., M.Pd., Kons.
NIP. 1977080820071010004


Penguji III


Dr. H. Abd.Svakur, M.Ag
NIP. 196607042003021001

Penguji II


Dr. Hj. Sri Astutik, M.Si.
NIP. 195902051986032004

Penguji IV


Amriana, S.Sos.I., M.Pd.
NIP. 198904112020122019

Surabaya, ...

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi



Dr. Moch Chqirul Arif, S.Ag, M.Fill
NIP. 1971101719980310001



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpustakaan@umsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : ZETA EVRYMA ADIESTEYA
NIM : 09010320015
Fakultas/Jurusan : DA'WAH DAN KOMUNIKASI / Bimbingan dan Konseling Islam
E-mail address : zetaevryma@gmail.com

Demikian pengembalian ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

"Konseling Islam menggunakan Client Centered Therapy
dalam mengatasi Stress Pada Seorang Istri Korban Infidelity
di Desa Sumberjo, Grogol, Kediri".

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 22 Februari 2024

Penulis

(ZETA EVRYMA A.)
nama lengkap dan sesuai KTP

ABSTRAK

Zeta Evryma Adiestrya, NIM 04010320015, 2020.
Konseling Islam Menggunakan *Client Centered Therapy*
Dalam Mengatasi *Stress* Pada Seorang Istri Korban *Infidelity* di
Desa Sumberejo, Grogol, Kediri

Fokus penelitian ini adalah bagaimana proses pelaksanaan konseling islam menggunakan *client centered therapy* dalam mengatasi *stress* pada seorang istri korban *infidelity*? serta bagaimana hasil dari implementasi konseling islam menggunakan *client centered therapy* dalam mengatasi *stress* pada seorang istri korban *infidelity*?

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Validitas data dilakukan melalui perpanjangan waktu penelitian dan triangulasi data. Analisis data dilakukan dengan metode *descriptive comparative*, mencakup analisis proses maupun hasil penelitian.

Berdasarkan proses pelaksanaan konseling, terdapat beberapa tahapan, yaitu identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, *treatment* (mengamati perilaku konseli, membuat kesepakatan tentang perubahan tingkah laku, dan menetapkan jenis penguatan), dan evaluasi serta *follow up*. Hasil konseling menunjukkan adanya perubahan pada konseli setelah menjalani sesi konseling. Perubahan ini mencakup kemampuan konseli yang tegas dalam mengambil keputusan terkait permasalahan, mampu menetralkan pikiran negatif, dan kembali beraktivitas seperti sebelum terjadinya permasalahan.

Kata Kunci: *Client Centered Therapy, Stress, Infidelity.*

ABSTRACT

Zeta Evryma Adiestrya, NIM 04010320015, 2020.
Islamic Counseling Using Client Centered Therapy to
Overcome Stress in the Wife of a Victim of Infidelity in
Sumberejo Village, Grogol, Kediri

The focus of this research is how is the process of implementing Islamic counseling using client centered therapy in dealing with stress in a wife who is a victim of infidelity? and what are the results of the implementation of Islamic counseling using client centered therapy in dealing with stress in a wife who is a victim of infidelity?

This research uses a qualitative method with a case study approach. Data collection was carried out through observation, interviews and documentation. The validity of the data was guaranteed through the extension of the triangulation research time. Data analysis was carried out using the Descriptive Comparative method, including analysis of the research process and results.

Based on the process of implementing counseling, there are several stages, namely problem identification, diagnosis, prognosis, treatment (observing the client's behavior, making an agreement about changing behavior, and determining the type of reinforcement), and evaluation. The results of the counseling showed changes in the counselee after undergoing the counseling session. This change includes the counselee's ability to be firm in making decisions regarding problems, being able to neutralize negative thoughts, and returning to activities as before the problem occurred.

Keywords: *Client Centered Therapy, Stress, Infidelity.*

خلاصة

زيتا إيفريما أديستيربا، رقم التسجيل 04010320015 الإرشاد الإسلامي باستخدام العلاج المرتكز على العميل للتغلب على التوتر لدى زوجة ضحية الخيانة الزوجية في قرية سومبيريجو، جروجول، كديري

محور هذا البحث هو: ما هي عملية تنفيذ العلاج المرتكز على العميل للتغلب على التوتر لدى الزوجة ضحية الخيانة الزوجية؟، وما هي نتائج التركيز في هذا البحث، وهي ما هي نتائج تنفيذ العلاج المرتكز على العميل المركزي في التغلب على التوتر لدى الزوجة ضحية الخيانة الزوجية؟

يطبق هذا البحث الأساليب النوعية مع منهج دراسة الحالة. تم جمع البيانات من خلال الملاحظة والمقابلات والتوثيق. تم ضمان صحة البيانات من خلال تمديد وقت المشاركة والتثليث. ويستخدم تحليل البيانات المنهج الوصفي المقارن، بما في ذلك تحليل عمليات البحث ونتائجه

بناءً على عملية الاستشارة، هناك العديد من الخطوات بما في ذلك تحديد المشكلة، والتشخيص، والتشخيص، والعلاج، (مراقبة السلوك الإرشادي، والاتفاق على التغييرات السلوكية، وتحديد نوع التعزيز)، وإجراء التقييمات. أظهرت نتائج الدراسات التي أجريت أن هناك تغييرات تحدث في الإرشاد الذاتي بعد حضور جلسات الإرشاد. ينعكس هذا التغيير في جوانب مختلفة، أي أن المستشار قادر على اتخاذ قرار حاسم بشأن مشكلته وقادر على تحييد أفكاره السلبية والعودة إلى الأنشطة كما كان قبل حدوث المشكلة

كاتا كونسي: العلاج المتمركز حول العميل، الإجهاد، الخيانة الزوجية
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

Persetujuan Dosen Pembimbing	I
Pengesahan Tim Penguji	II
Motto dan Persembahan	III
Pernyataan Otentisitas Skripsi	IV
Pernyataan Publikasi	V
Abstrak	VI
Kata Pengantar	IX
Daftar Isi	XI
Daftar Tabel	XV
Daftar Gambar	XVI
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat Penelitian	11
E. Definisi Konsep	12
F. Sistematika Pembahasan	15
BAB II: KONSELING ISLAM MENGGUNAKAN <i>CLIENT CENTERED THERAPY</i> DALAM MENGATASI <i>STRESS</i> PADA SEORANG ISTRI KORBAN <i>INFIDELITY</i>	17
A. Penelitian Terdahulu	17
B. Konseling Islam	20
1. Pengertian Konseling Islam	20

2. Tujuan Konseling Islam	21
3. Macam-Macam Konseling Islam	22
C. <i>Client Centered Therapy</i>	29
1. Definisi <i>Client Centered Therapy</i>	29
2. Tujuan <i>Client Centered Therapy</i>	28
3. Langkah-Langkah Pelaksanaan <i>Client Centered Therapy</i>	30
D. <i>Stress</i>	32
1. Pengertian <i>Stress</i>	32
2. Gejala <i>Stress</i>	33
3. Faktor yang Menyebabkan <i>Stress</i>	34
4. Dampak <i>Stress</i>	36
E. <i>Infidelity</i>	37
1. Pengertian <i>Infidelity</i>	37
2. Faktor-Faktor <i>Infidelity</i>	38
3. Larangan <i>Infidelity</i>	41
BAB III : METODE PENELITIAN	43
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	43
B. Lokasi Penelitian	44
C. Jenis Data dan Sumber Data	44
D. Tahap-Tahap Penelitian	46
E. Teknik Pengumpulan Data	47
F. Teknik Validitas Data	49
G. Teknik Analisis Data	50

BAB IV: KONSELING ISLAM MENGGUNAKAN <i>CLIENT CENTERED THERAPY</i> DALAM MENGATASI <i>STRESS</i> PADA SEORANG ISTRI KORBAN <i>INFIDELITY</i>	52
A. Gambaran Umum Subyek Penelitian	52
1. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	52
2. Deskripsi Konselor dan Konseli.....	53
3. Deskripsi Masalah Konseli.....	55
B. Penyajian Data	57
1. Deskripsi Pelaksanaan Konseling Islam Menggunakan <i>Client Centered Therapy</i> Dalam Mengatasi <i>Stress</i> Pada Seorang Istri Korban <i>Infidelity</i>	57
a. Identifikasi Masalah.....	57
b. Diagnosis	62
c. Prognosis.....	63
d. <i>Treatment</i>	64
e. Evaluasi dan <i>Follow Up</i>	75
2. Deskripsi Hasil Pelaksanaan Konseling Islam Menggunakan <i>Client Centered Therapy</i> Dalam Mengatasi <i>Stress</i> Pada Seorang Istri Korban <i>Infidelity</i>	76
C. Pembahasan Hasil Penelitian	77
1. Perspektif Teori	77
a. Analisis Proses.....	77
b. Analisis Hasil	86
2. Perspektif Islam.....	90
BAB V : PENUTUP	92

A. Kesimpulan	92
B. Rekomendasi	93
C. Keterbatasan Penelitian.....	94
DAFTAR PUSTAKA	95
LAMPIRAN.....	96



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1.1	Gejala <i>Stress</i>	57
1.2	Percakapan Permasalahan Konseli	65
1.3	Perilaku/Kebiasaan yang Ingin Diubah	71
1.4	Evaluasi Perubahan	75
1.5	Data Teori dan Data Lapangan	78
1.6	Perbedaan Perilaku Koseli	87



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1	50
Peta Kabupaten Kediri	



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Adam, Adiyana. “Dampak Perselingkuhan Suami Terhadap Kesehatan Mental dan Fisik Istri”. *Al-Wardah: Jurnal Kajian Perempuan, Gender dan Agama*, vol. 14. no. 2. 2020.
- Akbar, Zulkifli. 1987. *Dasar-Dasar Konseptual Penanganan Masalah Bimbingan dan Konseling Islami di Bidang Pernikahan, Kemasyarakatan dan Keagamaan*, (Yogyakarta: UII).
- Al-Amili, Ali Husain MM. 2001. “Perceraian Salah Siapa?” *Bimbingan Islam Mengatasi Problematika Rumah Tangga*. (Jakarta: Lentera).
- Al-Qur’an
- Anggreani, Kholifatun. ‘Larangan Perselingkuhan Dalam Rumah Tangga. (Kajian Al- Qur’an: Tafsir Maq Āṣ Id ī). *Skripsi*. 2023.
- Ariyanto, M. Darajat. 2006. ”Psikoterapi dengan Doa”, *Suhuf*, vol. 18, no. 1.
- Azmar, S. 2001. *Metode Penelitian*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar).
- Az-Zahrani, Musfir bin Said. 2005. *Konseling Terapi*. (Jakarta: Gema Insani Press).
- Bakhry, SN. Tth. *Kunci Keutuhan Rumah Tangga, Keluarga Sakinah*. (Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, Cet 1).

- Bastian, Anwar. "Perselingkuhan Sebagai Kenikmatan Menyesatkan", *Jurnal Psikologi Perkembangan*. vol. 8. no. 2, 2012.
- Bungin, B. 2006. *Metodologi Penelitian Kualitatif: Komunikatif, Ekonomi, Kebijakan Publik dan Ilmu Sosial Lainnya*. (Jakarta: Kencana).
- Chisyti, Syaikh Hakim Muinuddin. 1999. *Penyembuhan Cara Sufi*. (Jakarta: Lentera).
- Cindani, TK. "Client Centered Therapy Untuk Subjek Dewasa Dengan Gangguan Depresi Berat". *Jurnal Psikologi Malahayati*. vol. 2, no. 1. 2020.
- Corey, Gerald. 2013. *Konseling & Psikoterapi Teori Dan Praktek*. (Bandung: Pt Refika Aditama).
- Departemen Agama RI. 2005. *Al-Quran dan Terjemahnya*. (Jakarta: Yayasan Penerjemah Al Quran).
- Depdiknas. 2002. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. (Jakarta: Balai Pustaka).
- Fahmi, Nashir. 2009. *Spiritual Excellence Kekuatan Ikhlas Menciptakan Keajaiban Hidup*. (Jakarta: Gema Insani).
- Goliszek, Andrew. 2005. *60 Second Manajemen Stres*, (Jakarta: PT Buana Ilmu Populer).
- Hamka. 2008. *Tafsir Al Azhar*. (Jakarta: Pustaka Panjimas).
- Hardiansyah, H. 2011. *Metode Penelitian Kualitatif untuk Ilmu-ilmu Sosial*. (Jakarta: Salemba Humanika).

- Hasan, MI. 2002. *Pokok-pokok Materi Metode Penelitian dan Aplikasinya*. (Jakarta: Ghalia Indonesia).
- Hikmawati, Fenti. 2008. *Bimbingan Dan Konseling Perspektif Islam*, The Online Books Page, Viewed 2016, <http://onlinebooks.etheses.uinsgd.ac.id>
- Huda, Nuril. 2017. *Memahami Islam Lewat Perguruan Tinggi*, (Jakarta: Amzah).
- Kurniawati, Rahmaditta Zulkipli Lessy, dan Arif Widodo. "Mengatasi Stress Dengan Hipnoterapi Bagi Korban Perselingkuhan". *Al-Tazkiah: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*. vol. 11, no. 1. 2022.
- Kusuma, V S Wikarta. "Pelaksanaan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Person-Centered Therapy* Dalam Menangani Regulasi Diri Rendah Empat Mahasiswa Angkatan 2014". *Psiko Edukasi*. 2016.
- Lestari, Tri Diyah & Nurjannah, "Pendekatan *Client Centered* dalam Mengatasi Kecemasan Menghadapi Perceraian". *Al-Ittizaan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*. vol. 5, no. 2. 2022.
- Lubis, NL. 2011. *Memahami Dasar-Dasar Konseling*, (Jakarta: Kencana).
- Lubis, Saiful A. 2007. *Konseling Islami: Kyai Dan Pesantren*. (Yogyakarta: eLSAQ Press).
- Manab, A. 2015. *Penelitian Pendidikan Pendekatan Kualitatif*, (Yogyakarta: Kalimedia).
- Misbakhuddin, Alfian Dhany, dan Siti Arofah, "Zikir Sebagai

Terapi Penderita Skizofrenia (Living Alquran Di Unit Pelaksana Teknis Rehabilitasi Sosial Eks-Psikotik Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur).” *Spiritualita*, 2018. vol.2, no.1.

Moleong, Lexy J. 2014. *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya).

Munandir. 1987. *Beberapa Pikiran Mengenai Bimbingan dan Konseling Islami*. (Yogyakarta: UII).

Musnamar, Thohari. *Dasar-Dasar Konseptual Bimbingan dan Konseling Islam*. (Yogyakarta: UII Pres).

Naan. Model Terapi Ibadah dalam Mengatasi Kegersangan Spiritual, *Jurnal Syifa Al-Qulub*. vol. 2, no. 2. 2018.

Nasir, A & Muhith, A. 2011. *Dasar-Dasar Keperawatan Jiwa*. (Jakarta: Penerbit Salemba Medika).

Nurjannah. “Psikologi Spiritual Zakat dan Sedekah”, *Jurnal of Islamic Law*. vol. 17, no. 1. 2018. 4 (2021).

Wulan, Ratna. “Model-Model Terapi Mental Dalam Islam”, *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*. vol. 18, no. 01. 2021.

Rofiq, Arif Ainur. 2017. *Teori dan Praktik Konseling*. (Surabaya: Raviez Jaya).

Rosaliza, M. “Wawancara Sebuah Interaksi Komunikasi Dalam Penelitian Kualitatif”. *Jurnal Ilmu Budaya*. vol. 11, no. 2. 2015.

- Saputro. Iswan 7 *Dampak Buruk Selingkuh Bagi Kesehatan*, <https://www.klikdokter.com/psikologi/relationship/a-was-ini-dampak-buruk-selingkuh-bagi-kesehatan>. Diakses pada tanggal 28 September 2023 pukul 21.07 WIB.
- Satiadarma, MP. 2001. *Menyikapi Perselingkuhan*. (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia).
- Schimmel, Annemarie. 2013. *Mystical Dimensions of Islam*, (Jakarta Selatan: Mizan).
- Semiun. 2010. *Kesehatan Mental*. (Yogyakarta: Kanisius).
- Yunita Setiyaningsih, *130 Quotes Andrie Wongso, Pebisnis & Motivator Indonesia*, diakses pada tanggal 07 Januari 2024 dari <https://dianisa.com/kata-kata-andrie-wongso/>.
- Soenarjo, RHA dkk. 1998. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. (Jakarta: Departemen Agama RI).
- Sudaryono. 2012. *Dasar-dasar Evaluasi Pembelajaran*. (Yogyakarta: Graha Ilmu).
- Sugiyono. 2006. *Metodologi Penelitian Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta).
- Sukardi. 2002. *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: Bulan Bintang).
- Surya, M. 2009. *Bina Keluarga*. (Bandung: Graha Ilmu).
- Sutardjo, W. 2007. *Pengantar Psikologi Abnormal*, (Bandung: PT. Refika Aditama).

- Tamama, Rofiqah. “Konseling Religius: Mengatasi Rasa Kecemasan Dengan Mengadopsi Terapi Zikir Berbasis Religiopsikoneuroimunologi”. *Jurnal KOPASTA*. vol. 3, no. 2. 2016.
- Tim Penerjemah Al-Qur’an UII. 2018. *Al-Qur’an Dan Tafsir*. (Yogyakarta: UII Pers).
- Walia. 2005. *Hidup Tanpa Stress*. (Jakarta: Bina Ilmu Populer).
- Widyastuti. 2009. *Kesehatan Reproduksi*. (Yogyakarta: Fitramaya).
- Willis. 2009. *Konseling Keluarga*. (Bandung: Alfabeta).
- Yunus. 2004. *Tafsir Qur’an Karim*, (Jakarta:Hidakarya Agung).
- Zeky, Asri Atuz, and Susant Meli, “Anyak Manusia Yang Lupa Dengan Allah”. *Jurnal Islami*.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A