

**IMPLEMENTASI TERAPI EKSISTENSIAL HUMANISTIK DALAM
MENGATASI SISWA DISTRESS
(Studi Kasus Siswa W Kelas VII B di Sekolah Menengah Pertama
Baitussalam Surabaya)**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan

Dalam Menyelesaikan Program Sarjana Strata Satu (S-1)

Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Oleh:

**DAINURI
NIM. D73210071**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN
JURUSAN KEPENDIDIKAN ISLAM**

2014

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Skripsi oleh :

Nama : DAINURI

Nim : D73210071

Judul : IMPLEMENTASI TERAPI EKSISTENSIAL HUMANISTIK
DALAM MENGATASI SISWA DISTRESS (Studi kasus siswa
W Kelas VII B di Sekolah Menengah Pertama Baitussalam
Surabaya)

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Surabaya, 10 januari 2014

Pembimbing,

Dr. Hj Hanun Asrohah, M. Ag

NIP. 196804101995032002

PENGESAHAN TIM PENGUJI SKRIPSI

Skripsi oleh Dainuri ini telah dipertahankan di depan
Tim Penguji Skripsi.
Surabaya, 13 Januari 2014
Mengesahkan, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

Dekan,

Prof. Dr. H. Ali Mudlofir M. Ag
NIP. 196311161989031003

Ketua,

Dr. Hj. Hanun Asrohah, M.Ag
NIP. 196804101995032002

Sekretaris,

Dr. Lilik Huriyah, M. Pd. I
NIP. 19800210211012000

Penguji I,

Dr. H. Masyhudi Ahmad, M.Pd.I
NIP. 195606221986031002

Penguji II,

Dr. Husniyatus Salamah Z, M. Ag
NIP. 19603211994032003

PERYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dainuri

Nim : D73210071

Semester : VII

Jurusan : Kependidikan Islam

Fakultas : Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Institut Agama Islam Negeri
Sunan Ampel Surabaya

Judul Skripsi : IMPLEMENTASI TERAPI EKSTENSIAL
HUMANISTIK DALAM MENGATASI SISWA DISTRESS
(Studi Kasus Siswa W Kelas VII B di Sekolah Menengah
Pertama Baitussalam Surabaya)

Menyatakan dengan sesungguhnya dan sejujurnya bahwa skripsi ini adalah asli hasil karya penelitian saya sendiri dan bukan plagiasi dari hasil karya orang lain, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 09 Januari 2014

Yang membuat pernyataan

Dainuri

MOTTO

وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ ﴿٨٠﴾

“Dan apabila aku sakit, Dia lah yang menyembuhkan aku”

(Q.S As-Syu'ara: 80)¹

“Terapi saja tanpa disertai dengan berdoa dan berzikir
Tidaklah lengkap, berdoa dan berzikir saja tanpa disertai
Dengan terapi, tidaklah efektif”

(Snyderman, 1996)²

¹ Al-qur'an Al-karim dan terjemahan bahasa Indonesia, (Kudus : Menara kudus, 2005), hal 370

² Dadang Hawari, *Dimensi religi dalam praktek psikistri dan Psikologi*, (Jakarta : FKUI, 2002), hal 111

PERSEMBAHAN

Tiada patut kuucapkan kecuali ucapan puji syukur ke hadirat Allah SWT. Atas terselesainya skripsi ini.

Skripsi ini kupersembahkan untuk:

Kedua Orang tuaku

Yang telah bekerja keras dan ikhlas membanting tulang dan tidak mengenal lelah memberikan dorongan moril dan materiil demi tercapainya cita-citaku.

Saudara-skuaudaraku

Yang tak kenal lelah untuk memberikan motivasi serta perhatian yang penuh tanpa ada batasnya sehingga terselesainya skripsi ini.

ABSTRAK

Dainuri (D73210071), 2014, Implementasi Terapi Eksistensial Humanistik Dalam Mengatasi Siswa Distress (Studi Kasus Siswa W Kelas VII B di Sekolah Menengah Pertama Baitussalam Surabaya)

Terpilihnya judul tersebut didasarkan atas asumsi bahwa manusia pada dasarnya memiliki potensi-potensi yang baik minimal lebih banyak baiknya daripada buruknya, dalam penelitian ini peneliti menemukan siswa W yang mengalami distress akibat siswa W ini banyak memikirkan keluarganya yang ada dirumah, Dari latar belakang masalah tersebut, untuk mengatasi masalah distress maka konselor memberikan terapi eksistensial humanistik.

Atas dasar permasalahan di atas, maka tujuan penulisan skripsi ini adalah ingin mengetahui bagaimana pelaksanaan terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi siswa distress di sekolah menengah pertama baitussalam Surabaya, dan bagaimana dampak dari terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi siswa distress di sekolah menengah pertama baitussalam Surabaya. Kemudian mendeskripsikan bagaimana terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi siswa distress di sekolah menengah pertama baitussalam Surabaya dan Mendeskripsikan bagaimana dampak dari terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi siswa distress di sekolah menengah pertama baitussalam Surabaya.

Metode penelitian dalam penulisan karya ilmiah ini adalah penelitian deskriptif kualitatif. Adapun jenis penelitiannya adalah penelitian studi kasus, dalam penelitian ini yang diteliti hanya satu siswa saja bukan melibatkan banyak siswa, dalam penelitian ini tidak menggunakan sampel maupun populasi. sedangkan informan penelitian ini adalah konselor (guru bimbingan konseling), konseli (seseorang yang membutuhkan bantuan) dan teman konseli. Teknik pengumpulan data meliputi observasi, wawancara dan dokumentasi, Adapun teknik analisis data meliputi: reduksi data, penyajian data dan kesimpulan.

Setelah dilakukan penelitian dalam pelaksanaan terapi eksistensial humanistik dalam mengatasi siswa W yang mengalami distress di sekolah menengah pertama baitussalam Surabaya, Setelah dilakukan terapi ternyata klien mengalami perubahan yang positif.

Keyword: Terapi Eksistensial Humanistik, dan Distress

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala Puji dan syukur hanya bagi Allah SWT, penguasa seluruh penjuru dunia semesta yang telah menciptakan keagungan dan keindahan dalam kehidupan umat manusia, karena atas segala anugrah dan hidayahnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat menyelesaikan program strata satu (S-1) dengan baik dan tepat waktu.

Shalawat dan salam semoga selalu tercurahkan kepada Rasulullah SAW, beserta keluarga, sahabat-sahabat, serta orang-orang yang mengikuti sunnahnya hingga akhir zaman. Semoga kita termasuk umat yang mendapatkan syafat beliau kelak di hari kiamat, Aminnn

Alhamdulillah, skripsi yang berjudul “IMPLEMENTASI TERAPI EKSISTENSIAL HUMANISTIK DALAM MENGATASI SISWA DISTRESS (Studi Kasus Siswa W Kelas VII B di Sekolah Menengah Pertama Baitussalam Surabaya)” telah selesai disusun. Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terwujud tanpa bantuan, bimbingan dan dorongan banyak pihak. Untuk itu, dengan ketulusan hati penulis ingin mengucapkan terimah kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Prof. Dr. H. Abd A’la, M.Ag selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

2. Bapak Prof. Dr. H. Ali Mudlofir, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
3. Ibu Dra. Mukhlisah AM, M.Pd, selaku ketua jurusan Kependidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
4. Ibu Ni'matus Sholihah, M.Pd.I selaku sekertaris jurusan Kependidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
5. Ibu Dr. Hj. Hanun Asrohah, M. Ag selaku dosen pembimbing utama yang telah memberikan banyak bantuan ide, saran, kritikan, dan dorongan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi. Terima kasih bu, atas segala kesabaran dan ketulusan ibu dalam membimbing selama ini. Budi baik ibu tidak akan pernah peneliti lupakan
6. Seluruh dosen dan Staf di Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yang senantiasa memberikan tranformasi keilmuan kepada penulis selama menjadi mahasiswa di jurusan kependidikan islam Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
7. Bapak Drs. H. Kusmiadi selaku kepala sekolah SMP Baitussalam Surabaya yang telah membantu dalam proses pengambilan data di sekolah
8. Ibu Elly Arifah, S.Psi, M.Si selaku guru bimbingan konseling SMP Baitussalam Surabaya yang sudah berkenan membantu penulis dalam proses penelitian

9. Bapak dan ibu saya, skripsi ini tidak terlepas dari dukungan orang tua saya, atas kesabarannya dalam membesarkan dan mendidik, serta tak henti-hentunya memberikan banyak bantuan moril maupun materiil selama ini
10. Teman-teman seperjuangan jurusan Kependidikan Islam angkatan 2010 yang tak pernah henti-hentunya memberikan semangat kepada penulis
11. Teman-teman di berbagai Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan seluruh Indonesia, yang telah menyumbangkan pemikiran, jurnal, literatur sampai skripsi ini selesai. Terima kasih atas bantuannya
12. Teman-teman di pergerakan mahasiswa islam indonesia yang senantiasa memberikan dukungan selama penulisan skripsi ini hingga selesai
13. Teman-teman himpunan mahasiswa jurusan jurusan Kependidikan Islam Institut Agama Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yang tak habis-habisnya memberikan dorongan semangat kepada penulis
14. Teman-teman di UPTQ dengan doa-doa kalian penulis akhirnya bisa menyelesaikan skripsi ini
15. Teman-teman JHMS yang tercinta, terima kasih atas motivasinya, penulis dengan sabar akhirnya bisa menyelesaikan skripsi ini

Semoga semua kebaikan, dukungan dan bimbingan yang telah diberikan kepada penulis dibalas oleh Allah SWT

Akhir kata penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan karena masih terdapat banyak kelemahan dan kekurangan baik dalam tata tulis maupun isinya. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik

dan saran yang membangun untuk menyempurnakan skripsi ini, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri dan bermanfaat bagi yang memerlukan untuk dijadikan bahan pertimbangan dalam pengembangan pendidikan ke depannya.

Surabaya, 09 Januari 2014

Dainuri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
PERYATAAN KEASLIAN TULISAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR TRANSLITERASI	xvii
 BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	14
C. Tujuan Penelitian	14
D. Manfaat Penelitian	14
E. Definisi Konseptual	15
F. Penelitian Terdahulu	18
G. Sistematika Pembahasan	20

BAB II : KAJIAN PUSTAKA

A. Tinjauan Tentang Terapi Eksistensial Humanistik

1. Pengertian Eksistensial Humanistik	23
2. Sejarah Eksistensial Humanistik	24
3. Konsep-Konsep Utama Eksistensial Humanistik,	28
4. Tujuan Eksistensial Humanistik	32
5. Ciri-ciri Terapi Eksistensial Humanistik	33
6. Tema-Tema Eksistensial Humanistik	35
7. Fungsi dan Peran Terapis	48
8. Proses dan Teknik Konseling Eksistensial Humanistik	49
9. Masalah-Masalah Yang diatasi Eksistensial Humanistik.	52

B. Tinjauan Tentang Distress

1. Pengertian Distress	53
2. Sumber Distress	55
3. Faktor Penyebab Distress	56
4. Gejala-Gejala Distress	58
5. Jenis-Jenis dan Tingkatan Tingkatan Distress	60
6. Reaksi-Reaksi Yang ditimbulkan Akibat Distress	64
7. Dampak dan Akibat Distress	64
8. Pemecahan Distress	66

C. Tinjauan Tentang Terapi Eksistensial Humanistik dalam Mengatasi

Distress

1. Tentang Terapi Eksistensial Humanistik Dalam Mengatasi siswa Distress 74

BAB III : METODE PENELITIAN

1. Pendekatan dan Jenis Penelitian,..... 80
2. Subyek Penelitian..... 82
3. Lokasi Penelitian 82
4. Informan Penelitian 82
5. Sumber Data..... 83
6. Teknik Pengumpulan Data..... 84
7. Teknik Analisis Data..... 87
8. Tehnik Pengabsahan Data 88

BAB IV : LAPORAN HASIL PENELITIAN

- A. Gambaran Umum Obyek Penelitian 92
 1. Letak Geografis SMP Baitussalam Surabaya..... 92
 2. Sejarah Berdirinya SMP Baitussalam Surabaya 92
 3. Profil Sekolah..... 92
 4. Visi dan Misi SMP Baitussalam Surabaya..... 93
 5. Keadaan Guru SMP Baitussalam Surabaya 94
 6. Keadaan Siswa SMP Baitussalam Surabaya 96

7. Keadaan Sarana dan Prasarana SMP Baitussalam Surabaya	97
8. Bimbingan Konseling di SMP Baitussalam Surabaya	99
B. Penyajian Data	109
C. Analisis Data	149

BAB V : PENUTUP

A. Kesimpulan.....	159
B. Saran.....	160

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Guru dan Karyawan SMP Baitussalam Surabaya.....	94
Tabel 2 Sarana dan Prasarana SMP Baitussalam Surabaya	97
Tabel 3 Daftar Guru Pembimbing SMP Baitussalam Surabaya	100
Tabel 4 Inventaris Ruang BK SMP Baitussalam Surabaya	100
Tabel 5 Hasil Peneliti Tentang Kondisi Klien Sebelum Mendapatkan Terapi	142
Tabel 6 Hasil Peneliti Tentang Kondisi Klien Setelah Mendapatkan Terapi	146
Tabel 7 Hasil Peneliti Tentang Kondisi Klien Setelah Mendapatkan Terapi	154

DAFTAR TRANSLITERASI

Di dalam naskah skripsi ini banyak dijumpai nama dan istilah teknis (*tekhnicl term*) yang berasal dari bahasa Arab ditulis dengan huruf Latin. Pedoman transliterasi yang penulis pergunakan untuk penulisan kata Arab tersebut adalah :

Huruf Arab	Nama	Huruf	Keterangan
أ	Alif	a	Tidak dilambangkan
ب	Ba	b	Be
ت	Ta	t	Te
ث	Sa	s	Es (dengan titik di atasnya)
ج	Jim	j	Je
ح	Ha	h}	Ha (dengan titik di bawahnya)
خ	Kha	kh	Ka dan Ha
د	Dal	d	De
ذ	Zal	z	Zet (dengan titik di atasnya)
ر	Ra	r	Er
ز	Za	z	Zet
س	Sin	s	Es
ش	Syin	sy	Es dan Ye
ص	Sad	s}	Es (dengan titik di bawahnya)
ض	Dad	d}	De (dengan titik di bawahnya)
ط	Ta	t}	Te (dengan titik di bawahnya)
ظ	Za	z}	Zet (dengan titik di bawahnya)
ع	'Ain	،	Koma terbalik (di atas)
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa'	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki

ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
هـ	Ha'	H	Ha
ء	Hamzah	,	Apostrof
ي	Ya	Y	Ya