

**IMPLEMENTASI PENDEKATAN *RATIONAL  
EMOTIVE BEHAVIOR THERAPI* (REBT) DALAM  
MEMBANGUN KONSEP DIRI POSITIF PESERTA  
DIDIK DI MTs NURUL ISLAM KRIYAN  
KALINYAMATAN JEPARA**



**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah satu Syarat  
Memperoleh Gelar Sarjana (S.1)  
Dalam Ilmu Tarbiyah  
Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

*Oleh:*

**UMI FATIMAH**  
**NIM. 1811010072**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN) KUDUS  
FAKULTAS TARBIYAH  
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
PENDIDIKAN ISLAM  
TAHUN 2022**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS  
FAKULTAS TARBIYAH

Alamat: Jalan Conge Ngembalrejo Bae Kotak Pos 51 Kudus 59322 Telp. (0291) 432677 Fax. 441613, 438818

email: [fakultas.tarbiyah@iainkudus.ac.id](mailto:fakultas.tarbiyah@iainkudus.ac.id), [tarbiyahiainkudus@gmail.com](mailto:tarbiyahiainkudus@gmail.com),

website: [www.iainkudus.ac.id](http://www.iainkudus.ac.id)

---

## PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Yang bertandatangan dibawah ini menyatakan bahwa Skripsi saudara:

**Nama** : **Umi Fatimah**  
**Fakultas** : **Tarbiyah**  
**Program Studi** : **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**  
**Judul** : **Implementasi Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Membangun Konsep Diri Positif Peserta Didik di MTs Nurul Islam Kriyan Kalinyamatan Jepara**

Benar-benar telah melalui proses pembimbingan dengan pembimbing sejak tanggal **27 Oktober 2021** sampai **31 Maret 2022** dan di setujui untuk dapat dilanjutkan ke proses munaqosah.

Kudus, 31 Maret 2022

Dosen Pembimbing.

Moh. Anwar Yasfin, M.Pd.  
NID. 198407271006092018



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS**  
**FAKULTAS TARBİYAH**

Alamat: Jalan Conge Ngembalrejo Bae Kotak Pos 51 Kudus 59322 Telp. (0291) 432677 Fax. 441613, 438818  
 email: [fakultas.tarbiyah@iainkudus.ac.id](mailto:fakultas.tarbiyah@iainkudus.ac.id), [tarbiyahiainkudus@gmail.com](mailto:tarbiyahiainkudus@gmail.com),  
 website: [www.iainkudus.ac.id](http://www.iainkudus.ac.id)

### PENGESAHAN MUNAQASAH

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa skripsi  
 sudari:

**Nama/NIM** : Umi Fatimah/ 1811010072  
**Fakultas/Prodi** : **Tarbiyah/ Bimbingan dan Konseling**  
**Pendidikan Islam**  
**Judul Skripsi** : **“Implementasi Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Membangun Konsep Diri Positif Peserta Didik di MTs Nurul Islam Kriyan Kalinyamatan Jepara”**

Telah diujikan pada **Selasa, 12 Juli 2022** dan dinyatakan **LULUS** dalam Ujian Majelis Munaqosyah Skripsi, sehingga dapat dilakukan Yudisium Sarjana.

NAMA	TANGGAL	TANDA TANGAN
<b><u>Dr. M. Nur Ghufron, S.Ag., M.Si.</u></b> NIP. 197811012005011002 Ketua/Penguji I	2, Agustus 2022	
<b><u>Khilman Rofi' Azmi, M.Pd.</u></b> NIP. 199304242018011001 Penguji II	28, Juli 2022	
<b><u>Dzulfikar Sauqy Shidqi, M.Pd.</u></b> NIP. 199403052020121012 Sekretaris/Penguji III	29 Agustus 2022	
<b><u>Moh. Anwar Yasfin, M.Pd.</u></b> NIP. 198607031007092018 Dosen Pembimbing		
<b><u>Dr. M. Nur Ghufron, S.Ag., M.Si.</u></b> NIP. 197811012005011002 Dekan Fakultas Tarbiyah		



## PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab, saya **Umi Fatimah, NIM. 1811010072** menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini:

1. Seluruhnya merupakan karya saya sendiri dan belum pernah diterbitkan dalam bentuk dan untuk keperluan apapun.
2. Tidakberisi material yang pernah ditulis orang lain kecuali informasi yang terdapat dalam referensi yang dijadikan rujukan dalam penulisan skripsi ini.

Saya bersedia menerima sanksi apabila di kemudian hari ditemukan ketidakbenaran pernyataan saya ini.

Kudus, 31 Maret 2022

Yang membuat pernyataan



**Umi Fatimah**  
**NIM 1811010072**

## MOTTO

Ketika seseorang mampu menerima diri apa adanya secara realistis dan optimis, maka orang tersebut akan mampu mengevaluasi kelebihan dan kekurangan diri secara positif, dan perilakunya akan tertuju pada keberhasilan serta tidak mudah putus asa.<sup>1</sup>

~Anindya Phalita Padma



---

<sup>1</sup>Anindya Pahalita Padma, “Mengembangkan Konsep Diri Positif Pada Anak” Anindya (blogspot), 11 Februari, 2019, <https://anindyaphalita.blogspot.com/?m=1>

## PERSEMBAHAN

Ucapan Alhamdulillah kepada Allah SWT. Tugas akhir ini terselesaikan juga. Ini menjadi wawasan juga pengalaman yang sangat berharga dalam hidup saya. Dengan mengajarkan kesabaran, ketelitian serta ketekunan dalam menjalani sesuatu pilihan. Skripsi ini, saya persembahkan sebagai bentuk tanggung jawab, pengabdian, dan ungkapan rasa syukur. Teristimewa kepada:

Alm. Bapak H. Shodiq Machmud dan ibu Machmudah beserta keluarga tercinta yang tak kenal waktu untuk mendoakan, memberikan motivasi, kasih sayang, kesabaran, dukungan, perhatian dan semangat. Semoga Allah SWT memberikan balasan kebaikan yang telah kalian berikan kepada putrimu ini.

Sahabat-sahabatku yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah menemani dalam suka dan duka, serta telah memberikan semangat kepada saya.

Guru dan Dosen yang telah memberikan begitu banyak ilmu yang sangat berharga. Tanpa kalian, saya mungkin tidak mengerti apa-apa.

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Berdasarkan Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (Nomor 158/1987)

No	Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
1.	ا	Alif	Tidak Dilambangkan	Tidak Dilambangkan
2.	ب	Ba'	B	Be
3.	ت	Ta'	T	Te
4.	ث	Tsa'	Sl	Es (dengan titik di atas)
5.	ج	Jim	J	Je
6.	ح	Kha'	H{	Ha (dengan titik di bawah)
7.	خ	Kho'	Kh	Ka dan Ha
8.	د	Dal	D	De
9.	ذ	Dzal	Z	Zet
10.	ر	Ra'	R	Er
11.	ز	Za'	Z	Zet
12.	س	Sin	S	Es
13.	ش	Syin	Sy	Es dan Ye
14.	ص	Shad	S}	Es (dengan titik di bawah)
15.	ض	Dhad	D}	De (dengan titik di bawah)
16.	ط	Tha'	T}	Te (dengan titik di bawah)
17.	ظ	Zho'	Z}	Ze (dengan titik di bawah)
18.	ع	'Ain	'	Koma terbalik di atas
19.	غ	Ghain	G	Ge
20.	ف	Fa'	F	Ef
21.	ق	Qaf	Q	Qi
22.	ك	Kaf	K	Ka
23.	ل	Lam	L	'El
24.	م	Mim	M	'Em
25.	ن	Nun	N	'En
26.	و	Waw	W	We
27.	ه	Ha'	H	Ha
28.	ء	Hamzah	,	Apotrof
29.	ي	Ya'	Y	Ye

## KATA PENGANTAR

### *Bismillahirrahmanirrahim*

Puji syukur kehadirat Allah SWT, dengan segala kelimpahan rahmat, hidayah dan juga inayah-Nya, sehingga peneliti mampu menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Implementasi Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Membangun Konsep Diri Positif Peserta Didik di MTs Nurul Islam Kriyan Kalinyamatan Jepara” yang disusun guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S.1) pada Fakultas Tarbiyah IAIN Kudus.

Shalawat dan salam semoga senantiasa tertuju kepada beliau baginda Rosulullah Muhammad SAW, yang menjadijunjungkan bagi semua umat Islam. Semoga kelak kita semua tergolong orang-orang yang mendapat syafaatnya. Amiin. terselesaikannya Skripsi ini tentu di dalamnya terdapat peran serta dari berbagai pihak yang telah memberikan bantuan dengan tulus dan ikhlas sehingga peneliti memberikan penghargaan dari lubuk hatiterdalam yang terimplementasikan dalam ucapan terima kasih, kepada beliau:

1. Prof. Dr. H. Abdurrohman Kasdi, Lc.M.Si., selaku Rektor IAIN kudus.
2. Dr. M. Nur Ghufroon, S.Ag.,M.Si, selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Kudus.
3. Moh. Anwar Yasfin M.Pd selaku Dosen Pembimbing Proposal Skripsi Sekaligus Dosen Pembimbing Skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga serta pikiran untuk memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Segenap Dosen IAIN Kudus, dengan bimbingan beliau-beliau, peneliti memiliki bekal keilmuan yang dapat digunakan untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Abdul Rohman, S.HI, selaku Kepala Madrasah Tsanawiyah Nurul Islam Kriyan yang telah mengizinkan dan memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian di Madrasah, serta telah bersedia sebagai narasumberdalam penyusunan skripsi.



6. Bapak Abdul Ghofur S.Ag, dan ibu Hj.Siti Faiqoh, S. Ag. M.Pd, yang telah bersedia sebagai narasumber dalam penyusunan skripsi.
  7. Bapak dan Ibu guru Madrasah Bapak dan Ibu guru Madrasah Tsanawiyah Nurul Islam Kriyan yang telah memberikan arahan dan bantuan dalam penyusunan skripsi ini.
  8. Alm. Bapak H. Shodiq Machmud dan ibu Machmudah yang sangat peneliti cintai dan sayangi, serta seluruh keluarga tercinta yang senantiasa mendoakan dan memberikan dukungan, baik secaramoril, materiil, maupun spiritual, sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
  9. Seluruh sahabat dari angkatan 2018, khususnya kelas B BKPI yang telah menemani dalam bangku perkuliahan. Banyak pengalaman dan berbagai macam suka duka yang telah kitalalui semoga dapat dipertemukan di lain waktu.
  10. Teman-teman seperjuangan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di MA NU Banat Kudus yang telah memberikan motivasi dan saling berbagi ilmu selama kegiatan PPL.
  11. Teman-teman seperjuangan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Wanusobo yang telah memberikan ilmu baru arti pentingnya kebersamaan.
  12. Almamater Kampus IAIN Kudus, yang telah memberikan ilmu, wawasan tentang dunia dan mempertemukan dengan keluarga baru.
  13. Kepada semua pihak yang dengan tulus membantu dan mendoakan keberhasilan bagi peneliti yang tidak bisa disebutkan satu persatu, peneliti berterima kasih yang sebesar besarnya semoga Allah SWT melimpahkan rahmat, petunjuk, dan bimbingan-Nya kepada kita semua, amin.
- Akhirnya peneliti dengan penuh kesadaran mengakui bahwaskrripsi ini bukanlah karya yang sempurna. Sehingga membutuhkan kritik dan saran yang membentuk dapat menjadi motivasi bagi karya ini agar lebih baik dan menuju kesempurnaan.

Namun, peneliti berharap semoga sekecil apapun makna yang terkandung dalam karya ini mampu memberikan manfaat dan menjadi amal pengabdian peneliti terhadap agama, bangsa dan negara. Amin.

Kudus, 31 Maret 2022

Peneliti



**Umi Fatimah**

**NIM 1811010072**

