

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK *RATIONAL
EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* UNTUK
MENINGKATKAN REGULASI EMOSI SANTRI BARU
PONDOK PESANTREN QUDSIYYAH PUTRI KUDUS**



SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Penyelesaian Tugas Akhir
dalam Bidang Bimbingan Konseling Islam (BKI)**

Oleh:

**KANA TAQIYYA
NIM 1840110093**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING ISLAM
TAHUN 2022**



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Jl. Conge Ngembalrejo Kotak Pos 51 Telp. (0291) 438818 Fax. 441613 Kudus 59322
E-mail : fdki@iainkudus.ac.id, Website : www.iainkudus.ac.id

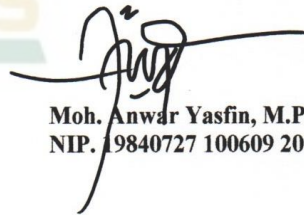
PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi saudara :

Nama : Kana Taqiyya
NIM : 1840110093
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Bimbingan Konseling Islam
Judul : **Pengaruh Konseling Kelompok Rasional Emotif Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Santri Baru Pondok Pesantren Qudsiyyah Putri Kudus.**

Benar-benar telah melalui proses pembimbingan dengan pembimbing sejak 7 Juli 2022 sampai dengan 28 November 2022 dan disetujui untuk dapat dilanjutkan ke proses munaqosyah.

Kudus, 29 November 2022
Pembimbing,



Moh. Anwar Yasfin, M.Pd
NIP. 19840727 100609 2018



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Jl. Conge Ngembalrejo PO Box 51, Kudus 59322, Telp (0291) 432677
Email : fdki@iainkudus.ac.id; Website : www.iainkudus.ac.id

PENGESAHAN MUNAQOSYAH

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi sudara:

Nama/NIM : Kana Taqiyya / 1840110093
 Fakultas/Prodi : Dakwah dan Komunikasi Islam/Bimbingan Konseling Islam
 Judul : **Pengaruh Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Santri Baru Pondok Pesantren Qudsiyyah Putri Kudus**

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

NAMA	TANGGAL	TANDA TANGAN
<u>Dr. H. Ahmad Atabik, Lc., M.S.I.</u> NIP. 197802252009121001 Ketua/Penguji I	21-12-2022	
<u>Suciati, M.Pd.</u> NIP. 1986609242015032007 Penguji II	21-12-2022	
<u>Mualamatul Musawamah, M.S.I.</u> NID. 198511062006012020 Sekretaris/Penguji III	22-12-2022	
<u>Moh. Anwar Yasfin, M.Pd.</u> NID. 198407271006092018 Dosen Pembimbing	21-12-2022	
<u>Dr. Siti Malaiha Dewi, S.Sos, M.Si.</u> NIP. 197706262005012005 Dekan	21-12-2022	



PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab, saya **Kana Taqiyya, NIM. 1840110093** menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini :

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

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

Kudus, 29 November 2022

Yang menyatakan,



Kana Taqiyya
NIM. 1840110093

MOTTO

شرف الإنسان بالعلم والأدب

“Kemuliaan manusia itu timbul dari ilmu dan akhlaqnya”



PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil'alamin atas segala ridho Allah SWT yang senantiasa memberikan kenikmatan, keberkahan, dan kebahagiaan dalam hidup ini, serta sholawat bertangkai kan salam kita panjatkan kepada junjungan kita yang sangat mulia baginda Nabi Muhammad SAW dan para sahabatnya. Dengan segala rasa syukur yang Allah berikan penulis dapat menyelesaikan kewajibannya. Di dunia ini tak ada yang sempurna karena sempurna hanya milik Allah semata. Begitu pun dalam penulisan Skripsi ini tak sempurna dan tak indah, sederhana saja namun bisa dibaca. Dengan setulus hati skripsi ini saya persembahkan sebagai bukti semangat usaha serta cinta kasih kepada orang-orang yang sangat luar biasa dalam hidup saya. Dengan ini saya mempersembahkan untuk :

1. Bapak Ahmad Asyuro Syarifuddin dan Ibu Neneng Cherniawati, sebagai kedua orang tua yang senantiasa memberikan kasih sayang, doa' yang tidak ada hentinya serta dukungannya mengantarkan anaknya berhasil menyelesaikan tugas akhir dengan baik dan lancar. Semoga beliau selalu dalam lindungan Allah SWT.
2. Bapak Junaidi dan Ibu Juriyah sebagai nenek dan kakek yang selalu mendoakan setiap saat dan selalu memberikan semangat untuk penulis. Semoga beliau selalu dalam lindungan Allah SWT.
3. Abang Awfa Nia'amillah Mabror dan Keempat adik-adik Awtsaq, Awdad, Hisni dan Nawwaf yang saling mendoakan saudara-saudaranya, yang kompak dalam memberikan semangat. kebahagiaan yang sangat indah tanpa kalian saya kesepian.
4. Orang baik yang dengan ketulusan hatinya menemani, medoakan serta memberikan semangat di setiap proses perjalanan hidup penulis.

Semoga Allah SWT selalu memberikan kebaikan, keberkahan, keselamatan serta kebahagiaan untuk kita semua dan selalu dalam lindungan, rahmat, serta hidayah-Nya. Aamiin Ya Rabbal 'Alamin.

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Konsonan Tunggal						Vocal	
ب	<i>B/b</i>	ش	<i>Sy/sy</i>	ل	<i>L/l</i>	ا	Tanpa Tand a
ت	<i>T/t</i>	ص	<i>Ṣ/ṣ</i>	م	<i>M/m</i>	...o	<i>A/a</i>
ث	<i>Ṣ/ṣ</i>	ض	<i>Ḍ/ḍ</i>	ن	<i>N/n</i>	...o	<i>I/i</i>
ج	<i>J/j</i>	ط	<i>Ṭ/ṭ</i>	و	<i>W/w</i>	...o	<i>U/u</i>
ح	<i>H/h</i>	ظ	<i>Z/z</i>	هـ	<i>H/h</i>	<i>Mādd</i>	
خ	<i>KH/kh</i>	ع awal	'A/ 'a	ء		يا	<i>Bā</i>
د	<i>D/d</i>	ع akhir	A'/a'	ء	<i>A/a</i>	بي	<i>B</i>
ذ	<i>Z/z</i>	غ	<i>G/g</i>	ي	<i>Y/y</i>	فؤ	<i>Bā</i>
ر	<i>R/r</i>	ف	<i>F/f</i>	<i>Tasydi>d</i>		<i>Yā' nisbah</i>	
ز	<i>Z/z</i>	ق	<i>Q/q</i>	أب	<i>Abb</i>	فلكي	<i>Falakiy</i>
س	<i>S/s</i>	ك	<i>K/k</i>	رب	<i>Rabb</i>	عا لمي	' <i>ālamiy</i>
'Ain/Hamzah di belakang		'Ain/Hamzah di <i>waqf</i>		ان		Vocal Rangkap	
قرع	<i>qara'a</i>	القرع	<i>Al-furū'</i>	القرع	<i>al-</i> <i>qamar</i>	غيري	<i>Gair></i>
قراء	<i>qara'a</i>	القراء	<i>Al-qadā'</i>	الشند سن	<i>al-</i> <i>syams</i>	شنيق	<i>Syai'un</i>
Kata majemukdirangkai			Kata majemuk dipisah			Ta' Marbūṭah	
جمال الدين		<i>Jamāluddi>n</i>	جمال الدين		<i>Jamāl al-</i> <i>di>n</i>	ساعة	<i>Sā'ah</i>

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'amin, Puji serta syukur kehadiran Allah SWT atas nikmat, rahmat dan hidayah, serta kasih sayang-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan, Sholawat dan salam tak lupa selalu tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW yang membawa umatnya dari zaman kegelapan ke zaman yang terang benderang seperti saat ini. Skripsi yang berjudul “ Pengaruh Konseling Kelompok Rasional Emotif Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Santri Baru Qudsiyyah Putri Kudus” ini dibuat untuk melengkapi tugas dalam memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) pada jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Institut Agama Islam Negeri Kudus. Dalam Penyelesaian tugas ini, penulis banyak mengalami rintangan dan hambatan, namun berkat bantuan berbagai pihak yang telah memberikan bantuan langsung maupun tidak langsung, memberikan bimbingan dan arahan sehingga penelitian ini dapat diselesaikan. Sehubungan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Abdurrohman Kasdi, Lc., M.Si., selaku Rektor IAIN Kudus.
2. Dr. Siti Malaiha Dewi, S.Sos. M.Si., selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam pada IAIN Kudus.
3. Dr. Fatma Laili Khoirun Nida, S.Ag., M.SI., sebagai Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Islam pada IAIN Kudus.
4. Moh. Anwar Yasfin, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing yang sudah bersedia menyisihkan waktu, tenaga, dan pikiran guna memberikan bimbingan serta pengarahan dalam menyusun skripsi.
5. H. Nur Said, S.Ag., M.A., M.Ag. sebagai Kepala Perpustakaan IAIN Kudus yang sudah mengasihkan persetujuan beserta layanan perpustakaan yang diperlukan saat penyusunan skripsi.
6. Para dosen dan seluruh staff IAIN Kudus yang sudah membekali banyak pengetahuan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Terima kasih yang sebesar-besarnya untuk Ibu, Ayah, Kakek, Nenek serta Abang dan Adik- adik saya yang selalu

- mencurahkan kasih sayang, doa dan dukungan selama penyusunan skripsi berlangsung.
8. Orang Baik yang selalu memberikan semangat dan do'a bahkan siap sedia mendengar segala keluhan saya dan berbagi kisah kasih dalam penulisan skripsi ini.
 9. Siti Maryam dan Fathur Rahman motivator yang memiliki andil besar dalam penyusunan skripsi ini.
 10. Teman-teman BKI C Angkatan 2018, terima kasih sudah menjadi partner berjuang selama perkuliahan dan menjadi penutup masa perkuliahan.
 11. Serta pihak yang diteliti pada skripsi ini yakni Pondok Pesantren Qudsiyyah Putri Kudus, yang telah bersedia membantu hingga akhirnya penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan sempurna.

Kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi, baik secara langsung ataupun tidak. Saya ucapkan banyak-banyak terima kasih juga mohon maaf yang sebesar-besarnya. Semoga segala kebaikan Anda semua mendapatkan balasan.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu segala kritik dan saran sangat dibutuhkan. Dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat baik bagi peneliti ataupun pembaca.

Kudus, 29 November 2022
Peneliti

Kana Taqiyya
1840110093