

**PENERAPAN KONSELING INDIVIDU DALAM
MENGENDALIKAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK PASCA
PERCERAIAN ORANG TUA DI SMPN 5 MENDO BARAT**



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh :

NATASYA NADHIRA JAUHARI

NIM : 2121072

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI

SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK

BANGKA BELITUNG

2025



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAIKH ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM**

Jalan Raya Petaling KM 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung 33173
E-mail: humas@iainsbbel.ac.id
Website: www.iainsbbel.ac.id

**SURAT KETERANGAN BEBAS PLAGIARISME
Nomor : B.104/FD/PP.00.9/10/2025**

Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung menerangkan bahwa Mahasiswa dengan identitas berikut:

Nama : Natasya Nadhira Jauhari
NIM : 2121072
Program : Strata 1
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Penerapan Konseling Individu dalam Mengendalikan Emosional Peserta Didik Pasca Perceraian Orang Tua di SMPN 5 Mendo Barat

Dinyatakan sudah memenuhi syarat batas maksimal Plagiasi sebesar 25% pada Skripsi yang disusunnya sesudah Munaqosyah dengan nilai cek plagiasi 08%.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bangka, 02 Oktober 2025
Pib: Dekan

M. Faldiansyah, MA
NIP. 197607202011011003

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Natasya Nadhira Jauhari

Nim : 2121072

Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul **“Penerapan Konseling Individu Dalam Mengendalikan Emosional Peserta Didik Pasca Perceraian Orang Tua Di SMPN 5 Mendo Barat.”** ini adalah hasil karya atau penelitian saya sendiri, dan merupakan karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi mana pun. Sepanjang sepengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat orang lain, kecuali yang tertulis dijadikan acuan/kutipan dalam skripsi ini.

Bangka. 03 Agustus 2025


NATASYA NADHIRA JAUHARI



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA

Institut Agama Islam Negeri (IAIN)

Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Jl. Raya Petaling KM 13, Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Babel, 33173

E-mail: humas@iainsasabel.ac.id, Gmail: humas@iainsasabel@gmail.com, Website: www.iainsasabel.ac.id

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Skripsi
Saudari Natasya Nadhira Jauhari

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung Di Bangka

Assalamu'alaikum Wr Wb

Setelah melakukan beberapa kali bimbingan dan meneliti hasil perbaikan, maka kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa :

Nama : Natasya Nadhira Jauhari
NIM : 2121072
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Penerapan Konseling Individu Dalam Mengendalikan Emosional Peserta Didik Pasca Perceraian Orang Tua Di SMPN 5 Mendo Barat.

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.). Harapan kami semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqsyahkan.

Demikian Nota Dinas pembimbing ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr Wb

Bangka, 2025

Pembimbing I

Eva Harista, M.pd

NIP. 198705152015032007

Pembimbing II

Wahyudi, M.A

NIP. 199108052023211025



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
Institut Agama Islam Negeri (IAIN)
Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung
Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Jl. Raya Petaling KM 13, Petaling, Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Babel, 33173
E-mail: humas@iainsasbabel.ac.id, Gmail: humas@iainsasbabel@gmail.com, Website: www.iainsasbabel.ac.id

NOTA DINAS KONSULTAN

Hal : Skripsi
Saudari Natasya Nadhira Jauhari

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung Di Bangka

Assalamu'alaikum Wr Wb

Setelah melakukan beberapa kali bimbingan dan meneliti hasil perbaikan, maka kami selaku Pembimbing berpendapat bahwa skripsi mahasiswa :

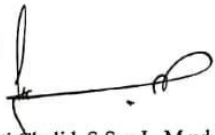
Nama : Natasya Nadhira Jauhari
NIM : 2121072
Prodi : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : Penerapan Konseling Individu Dalam Mengendalikan Emosional Peserta Didik Pasca Perceraian Orang Tua Di SMPN 5 Mendo Barat.

Telah layak diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung guna memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.). Harapan kami semoga dalam waktu dekat skripsi ini dapat dimunaqosyahkan.

Demikian Nota Dinas konsultan ini kami buat, atas segala perhatiannya diucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr Wb

Penguji I


Nurviyanti Cholid, S.Sos.I., M.pd.I

NIP. 198407312019032007

Bangka, 2025

Penguji II


Bohori M. Pd.I

NIP. 198912202025211002



KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI
SYAikh ABDURRAHMAN SIDDIK BANGKA BELITUNG
Jalan Raya Petaling Km. 13 Kec. Mendo Barat, Kab. Bangka, Prov. Kep. Bangka Belitung
E-Mail: humas@iainsasbabel.ac.id
Website: www.iainsasbabel.ac.id

PENGESAHAN

Nomor: B-464/FD/10/2025

Skripsi dengan judul: Penerapan Konseling Individu dalam Mengendalikan Emosional Peserta Didik Pasca Perceraian Orang Tua di SMPN 5 Mendo Barat

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Natasya Nadhira Jauhari
N.I.M : 2121072
Fakultas : Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

telah dimunaqsyahkan pada hari Rabu tanggal 13 Agustus 2025 dengan nilai A (87,75), dan dinyatakan sah dan diterima sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos.).

DEWAN SIDANG MUNAQSYAH

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Eva Harista, M.Pd.

NIP. 198705152015032007

Wahyudi, M.A.

NIPPPK. 199108052023211025

Penguji I,

Penguji II,

Nurviyanti Cholid, M.Pd.I.

NIP. 198407312019032007

Bohhori, M.Pd.I.

NIPPPK. 198912202025211002

Ketua Panitia

Bohhori, M.Pd.I.

NIPPPK. 198912202025211002

Bangka, 02 Oktober 2025



Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag.
NIP. 196601051997031001

HALAMAN MOTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.

Dia mendapat (pahala) dari kebajikan yang dikerjakannya dan dia mendapat

(siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya”

(Q.S Al-Baqarah:286)

Karena sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan.

(Q.S Al-Insyirah:5)

“Kejarlah diri sendiri, berjuanglah sampai menjadi versi terbaik, dan setiap

kebaikan akan menemukan jalannya”

(Ust. Hanan Attaki)

PERSEMBAHAN

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Segala puji bagi Allah SWT karena atas rahmat, taufik, dan hidayah-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir saya. Sholawat serta salam tak lupa kita hanturkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW yang telah membawakan kita dari zaman kegelapan hingga merasakan nikmat terang benderang saat ini. Dalam penulisan skripsi ini bukanlah hal yang mudah, namun setiap detik perjuangan membawa arti. Tidak mudah menjaga semangat di tengah keterbatasan, akan tetapi keyakinan untuk terus berjalan dapat membawa penulis pada titik ini.

Dengan penuh rasa syukur atas selesainya perjalanan panjang dalam menyusun skripsi ini, maka karya sederhana ini saya persembahkan kepada:

1. Diri sendiri. Yang sudah berjuang, bertahan sejauh ini, dan tidak menyerah meskipun sering merasa lelah dan putus asa.
2. Kepada kedua orang tua saya yang tercinta, yaitu mamah saya Nenden Linda Hasanah dan papah saya Ahmad Jauhari yang selalu mendoakan dan mendukungku dalam setiap langkah. Terimakasih atas kasih sayang dan pengorbanan yang tak terhingga, semoga Allah SWT selalu melimpahkan rezeki, rahmat, ridho serta kasih sayang-nya kepada mamah dan papah.
3. Kepada kedua adik saya Raudhia Safitri dan Syauqi Aditya Al-Tezza, terimakasih karena kehadiran kalian membuat semangat di tengah perjalanan ini menjadi baik, semoga nanti kalian bisa lebih sukses dengan hati yang kuat dan cita-cita yang tinggi.
4. Dan terimakasih juga kepada Bapak Dody Irawan, M.pd, selaku dosen pembimbing akademik saya yang telah membimbing saya dan juga kepada Ibu Eva Harista, M.pd, selaku dosen pembimbing pertama dan kepada Bapak Wahyudi, M.A, selaku dosen pembimbing kedua yang telah membimbing, memberi arahan, dan ilmu berharga selama proses ini berlangsung.

5. Kepada teman-teman serta sahabat kuliah yang sangat saya sayangi Junisa Aulia, Hisba Hoirina, Sessillya Hasanah, Elsa Apriani, dan Iffah Nur Zaman karena telah hadir dalam tawa, lelah, dan semangat serta terimakasih juga atas kebersamaan, dukungan, dan cerita-cerita sederhana yang membuat perjalanan ini terasa lebih bermakna, dan untuk kak Shafa terimakasih telah hadir serta memberikan dukungan dalam proses seminar prosposal kemarin. Semoga kita semua berhasil meraih impian dengan jalan terbaik kita masing-masing.
6. Dan tidak lupa juga Untuk teman-teman kelas saya BKI C yang telah memberi warna tersendiri dalam setiap langkah dan terimakasih atas semangat, dan kenangan indah yang akan selalu saya ingat sebagai bagian dari masa perjuangan ini, semoga kita semua sukses di jalan masing-masing.

**PENERAPAN KONSELING INDIVIDU DALAM
MENGENDALIKAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK PASCA
PERCERAIAN ORANG TUA DI SMPN 5 MENDO BARAT**

Natasya Nadhira Jauhari

2121072

Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik

Bangka Belitung

Abstrak

Peserta didik yang menjadi korban perceraian orang tua sehingga dapat berdampak buruk terhadap perkembangan otak dan dapat memunculkan pikiran negatif. Peneliti bertujuan untuk mengetahui penerapan konseling individu, serta hasil penerapan konseling individu khususnya dengan strategi apa, agar peserta didik dapat mengendalikan emosionalnya pasca perceraian orang tua di SMPN 5 Mendo Barat.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling individu dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu tahapan awal, tahap pertengahan, dan tahap akhir. Dalam penelitian ini terdapat 3 teori konseling individu yaitu humanistik, behaviorial, dan psikoanalisis.

Adapun faktor yang mempengaruhi penerapan konseling individu dalam mengendalikan emosional peserta didik yaitu: faktor individu, faktor keluarga, faktor pengalaman, dan faktor psikologis. Selain itu keefektifan faktor penerapan konseling individu terdapat 5 indikator dalam perubahan emosional peserta didik yaitu: mampu mengendalikan amarah secara lebih baik, mengendalikan perilaku agresif yang dapat merusak diri dan orang lain, mempunyai perasaan tentang diri sendiri dan orang lain, memiliki kemampuan untuk mengatasi stress, dan dapat mengurangi perasaan cemas.

Kata Kunci: Konseling Individu, mengendalikan emosional

KATA PENGANTAR

Assalamualikum Wr Wb.

Alhamdulillah rabbil'alamin, segala puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan berkah, rahmat dan hidayah serta petunjuk-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat dan salam senantiasa tercurah kepada baginda Nabi kita Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman jahiliyah hingga zaman yang terang benderang yang penuh ilmu pengetahuan seperti saat sekarang ini. Penulisan skripsi ini diselesaikan guna melengkapi tugas akhir program S1 Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Institut Agama Islam Negeri Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung. Adapun judul skripsi ini adalah **“Penerapan Konseling Individu Dalam Mengendalikan Emosional Peserta Didik Pasca Perceraian Orang Tua Di SMPN 5 Mendo Barat”**.

Penulis sadar bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan penulis, sehingga dalam proses penulisannya mengalami berbagai hambatan dan kesulitan. Namun, berkat bantuan, bimbingan dan dukungan dari banyak pihak, hambatan tersebut bisa diatasi dengan baik. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati pada kesempatan ini penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Dr. Irawan, M.S.I, selaku Rektor IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta jajarannya
2. Prof. Dr. Rusydi Sulaiman, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.
3. Nurviyanti Cholid, S.Sos.I, M.Pd.I, selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling Islam IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung, beserta para staf.
4. Dody Irawan, M.pd, selaku Penasehat Akademik.
5. Eva Harista, M.pd, Selaku Pembimbing I, yang telah memberi arahan lanjutan pada penulisan skripsi ini.

6. Wahyudi, M.A, Selaku Pembimbing II, yang telah memberi arahan lanjutan pada penulisan skripsi ini.
7. Nurviyanti Cholid, S.Sos.I., M.pd.I selaku penguji I
8. Bohhori, M.pd.I selaku penguji II
9. Seluruh dosen IAIN Syaikh Abdurrahman Siddik Bangka Belitung yang sudah mengajarkan selama perjalanan S1
10. Rekan-rekan seperjuangan, yang telah membantu proses penyelesaian skripsi ini. Serta kepada SMPN 5 Mendo Barat.

Demikian, dalam penulisan skripsi ini, terdapat banyak sekali kekurangan, namun dengan harapan penulis berharap karya ini dapat memberikan manfaat dan menjadi salah satu sumber pengetahuan.

Bangka, 03 Agustus 2025



Natasya Nadhira Jauhari

NIM: 2121072

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL
HALAMAN PERNYATAAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iii
NOTA DINAS KONSULTAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Kegunaan Penelitian	10
E. Telaah Pustaka	11
F. Rancangan Sistematika Penulisan	14
BAB II LANDASAN TEORITAS	
A. Konseling Individu	16
1. Pengertian Konseling Individu	17
2. Tujuan Konseling Individu	18
3. Fungsi Konseling Individu.....	20

4. Tahapan-tahapan Konseling Individu	21
a. Tahapan Awal (Pembukaan)	21
b. Tahapan Pertengahan (Tahap Kerja).....	22
c. Tahap Akhir (Tahap Tindakan dan evaluasi)	22
5. Teori Konseling Individu	24
B. Mengendalikan Emosi.....	28
1. Pengertian Emosi	28
2. Jenis-jenis Emosi	29
3. Faktor Yang Mempengaruhi Emosi	31
a. Faktor Individu	30
b. Faktor Keluarga.....	31
c. Faktor Pengalaman dan Pembelajaran	31
d. Faktor Psikologis.....	31
4. Indikator Dalam Mengontrol Emosi	32
C. Perceraian Orang Tua	34
1. Pengertian Perceraian Orang Tua	34
2. Fakto Penyebab Perceraian	35
3. Dampak Perceraian	36
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Metodologi Penelitian	39
1. Jenis Penelitian	39
2. Lokasi dan Waktu Penelitian	40
3. Sumber Data.....	42
4. Teknik Pengumpulan Data.....	46
5. Teknik Analisis Data.....	49

6. Uji Keabsahan Data	51
-----------------------------	----

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Penerapan Konseling Individu dalam Mengendalikan Emosional Peserta Didik Pasca Perceraian Orang Tua Di SMPN 5 Mendo Barat	54
B. Faktor yang Mempengaruhi Emosional Peserta Didik Pasca Perceraian Orang Tua	69

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	82
B. Saran	83

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel I.1	41
-----------------	----