



KOMUNIKASI KONSELING ANTARA KONSELOR DENGAN PASIEEN DALAM MENGATASI *ANXIETY DISORDER*

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh
Gelar Sarjana dalam Bidang Ilmu Komunikasi

Disusun oleh
Shoimah Ainaul Mardliyyah
41182037210020

**PROGRAM STUDI ILMU KOMUNIKASI
FAKULTAS KOMUNIKASI, SASTRA, DAN BAHASA
UNIVERSITAS ISLAM 45 BEKASI**

2025 M/1447 H

LEMBAR ORISINILITAS

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dan hasil karya orang lain telah dituliskan sumber-sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah. Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Bekasi, 19 Juni 2025

0638CAMX442053915

Shoimah Ainaul Mardliyyah

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Komunikasi Konseling Antara Konselor Dengan
Pasien Dalam Mengatasi Anxiety Disorder

Nama : Shoimah Ainaul Mardliyyah

NPM : 41182037210020

Konsentrasi : Public Relation

Program Studi : Ilmu Komunikasi

Fakultas : Fakultas Komunikasi Sastra dan Bahasa

Telah memenuhi syarat dan mendapat persetujuan dosen pembimbing untuk mengikuti ujian sidang skripsi sebagai bagian prasyarat yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Ilmu Komunikasi Pada Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Komunikasi, Sastra dan Bahasa, Universitas Islam 45 Bekasi.

Bekasi, 18 Juni 2025

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Ilmu Komunikasi

A blue ink signature of Winda Primasari, written over a blue circular official stamp of the Faculty of Communication, Literature and Language, Islamic University of 45 Bekasi.

Winda Primasari. S.Hum, M.Si
NRP 45.1.01.02.2012.016

Menyetujui,

Dosen Pembimbing

Skripsi

A blue ink signature of Winda Primasari, written over a blue circular official stamp of the Faculty of Communication, Literature and Language, Islamic University of 45 Bekasi.

Winda Primasari. S.Hum, M.Si
NRP. 45.1.01.02.2012.016

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi yang berjudul:

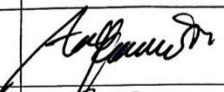
Komunikasi Konseling antara Konselor dengan Pasien dalam Mengatasi *Anxiety Disorder*. Telah dipertahankan di hadapan sidang dewan penguji skripsi pada:

Hari : Kamis
Tanggal : 26 Juni 2025
Waktu : 10.00-11.00

Oleh

Nama : Shoimah Ainaul Mardiyah
NPM : 41182037210020
Program Studi : Ilmu Komunikasi

DEWAN PENGUJI

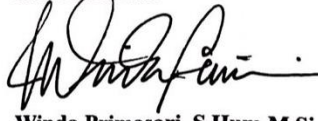
Jabatan	Nama Penguji	Tanda Tangan
Ketua Sidang	Saepudin, S.S.,M.Soc.Sc	
Penguji 1	Rido Budiman,M.Hum	
Penguji 2	Winda Primasari S.Hum,M.Si	

Bekasi, 10 juli 2025

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Komunikasi,
Sastra, dan Bahasa


Saepudin, S.S., M.Soc, Sc
NRP 45.1.01.11.2011.031

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Ilmu Komunikasi


Winda Primasari, S.Hum M.Si
NRP 45.1.01.02.2012.016

ABSTRAK

Universitas Islam 45 Islam
Program Studi Ilmu
Komunikasi Fakultas
Komunikasi, Sastra dan Bahasa

Shoimah Ainaul Mardliyyah/41182037210020

Komunikasi konseling antara konselor dengan pasien dalam mengatasi pasien anxiety disorder dibawah bimbingan ibu winda primasari, M.Si

Dalam konteks konseling, komunikasi menjadi elemen kunci yang mendukung pendekatan konselor terhadap pasien. Penelitian ini berfokus pada peran komunikasi yang dilakukan oleh konselor dalam menangani pasien dengan gangguan kecemasan (*anxiety disorder*). Gangguan kecemasan merupakan salah satu permasalahan kesehatan mental yang sering terjadi di masyarakat dan berdampak pada berbagai aspek kehidupan individu. Komunikasi dalam proses konseling memegang peran penting dalam membangun kepercayaan, menciptakan rasa aman, dan membantu pasien mengekspresikan perasaannya secara terbuka. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana Teknik konseling verbal dan nonverbal diterapkan oleh konselor dalam proses konseling terhadap pasien yang mengalami *anxiety disorder*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode pengumpulan data berupa wawancara, observasi, dan dokumentasi terhadap konselor, psikolog, dan pasien. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konselor menggunakan Teknik konseling verbal seperti refleksi perasaan, klarifikasi perasaan, dan dukungan emosional, serta Teknik konseling nonverbal seperti kontak mata, Bahasa tubuh, dan ekspresi wajah untuk menciptakan kedekatan emosional dengan pasien. Teknik-teknik tersebut terbukti mampu meningkatkan kenyamanan dan keterbukaan pasien dalam sesi konseling, serta mempercepat proses pemulihan kondisi mental. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam pengembangan strategi komunikasi konseling yang efektif untuk menangani gangguan kecemasan secara lebih optimal.

Kata kunci: komunikasi konseling, konselor, kecemasan pasien.

ABSTRACT

Universitas Islam 45 Islam

*Study Of Communications Science
Faculty Of Communications
Literature, And Language*

Shoimah Ainaul Mardliyyah/41182037210020

Komunikasi konseling antara konselor dengan pasien dalam mengatasi pasien anxiety disorder dibawah bimbingan ibu winda primasari, M.Si

In the context of counseling, communication is a key element that supports the counselor's approach to patients. This research focuses on the role of communication by counselors in dealing with patients with anxiety disorder. Anxiety disorders are one of the mental health problems that often occur in society and have an impact on various aspects of an individual's life. Communication in the counseling process plays an important role in building trust, creating a sense of security, and helping patients express their feelings openly. The purpose of this study is to determine how verbal and nonverbal counseling techniques are applied by counselors in the counseling process for patients who experience anxiety disorder. This research uses a descriptive qualitative approach with data collection methods in the form of interviews, observations, and documentation of counselors, psychologists, and patients. The results showed that counselors used verbal counseling techniques such as reflection of feelings, clarification of feelings, and emotional support, as well as nonverbal counseling techniques such as eye contact, body language, and facial expressions to create emotional closeness with patients. These techniques are proven to be able to increase patient comfort and openness in counseling sessions, as well as accelerate the process of recovering mental conditions. This research is expected to be a reference in developing effective counseling communication strategies to handle anxiety disorders more optimally.

Keywords: Counseling Communication, Counselor, Patient Anxiety

PRAKATA

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT karena telah menyelesaikan skripsi. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana Ilmu Komunikasi pada Fakultas Komunikasi, Sastra dan Bahasa. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini, oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Tuhan yang Maha Esa, yang telah memberi Nikmat kepada kita semua.
2. Cinta pertama dan panutanku, ayahanda Sukirno dan pintu surgaku ibunda Tatik Suhartini. Terima kasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang diberikan. Beliau memang tidak sempat merasakan Pendidikan dibangku perkuliahan, namun mereka mampu senan tiasa memberikan yang terbaik, tak kenal Lelah mendo'akan serta memberikan perhatian dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai meraih gelar sarjana. Semoga baba dan umi sehat, Panjang umur dan bahagia selalu.
3. Kepada kakak penulis Farihatis Sa'adah dan Dewi Amalia Ulfa dan juga kakak-kakak ipar penulis terima kasih banyak atas dukungan secara moril maupun materil, terima kasih juga atas segala motivasi dan dukungannya yang diberikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studi sarjanya.
4. Seorang yang pernah Bersama penulis, Terima kasih untuk patah hatinya yang diberikan pada saat proses penyusunan penelitian skripsi dan telah menjadikan motivasi bagi saya untuk membuktikan bahwa saya akan menjadi pribadi yang lebih baik. Terimakasih atas segala janji yang belum bisa kau tepati. Terimakasih telah menjadi bagian yang menyenangkan dan menyakitkan dari proses pendewasaan penulis. Sampai jumpa diSurga. Terimakasih Alm. Nico Dwi Saputra telah menemani penulis selama menjalani kuliah pada semester akhir ini sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Terimakasih kepada sahabat penulis Hidayatun Nasikah, Salwa Fadilah Putri Cahyani, Fianah Dan Almh Sarah Latifah Ummah yang selalu ingat kepada peneliti dan selalu kebersamai penulis sampai detik ini. Terimakasih sudah menjadi sahabat yang baik yang selalu memberi motivasi, arahan dan semangat disaat penulis tidak percaya akan dirinya sendiri dan sempat hilang arah sehingga saat ini penulis dapat menyelesaikan skripsi ini secara tepat waktu Semoga Allah SWT membalas kebaikan kalian.

6. Terimakasih kepada Ananda sultan fatah yang telah memberikan masukan tentang skripsi, dukungan dan selalu mendengarkan keluh kesah penulis, motivasi, pengingat dan menemani penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik Teman teman terdekat yang telah memberikan dukungan.
7. Terimakasih kepada Ibu Winda Primasari M. Si. selaku Ketua Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Komunikasi, Sastra dan Bahasa Universitas Islam 45 Bekasi, sekaligus Dosen Pembimbing skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pemikirannya untuk membimbing penulis saat penyusunan hingga skripsi selesai.
8. Terimakasih kepada bapak Saepudin S.S., M. Soc.Sc. selaku Dekan Fakultas Komunikasi, Sastra dan Bahasa Universitas Islam 45 Bekasi
9. Dosen-dosen Program Ilmu Komunikasi Fakultas Komunikasi, Sastra dan Bahasa Universitas Islam 45 Bekasi yang telah memberikan ilmu bermanfaat kepada peneliti sebagai bekal pelaksanaan skripsi
10. Terimakasih kepada teman- teman Program Ilmu Komunikasi Universitas Islam 45 Bekasi yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu yang selalu memberikan masukan dan dukungan ke peneliti dalam menyelesaikan skripsi
11. Shoimah ainal mardliyyah, ya! Diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya yang telah berjuang untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Sulit bisa bertahan sampai titik ini, terimakasih untuk tetap hidup dan merayakan dirimu sendiri, walaupun sering kali putus asa atas apa yang sedang diusahakan. Tetaplah jadi manusia yang mau berusaha dan tidak Lelah untuk mencoba. *God thank you for being me independent women, I know there are more great ones but i'm proud of this achievement*

Dalam penyusunannya skripsi ini, peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Maka dari itu, peneliti membuka lebar jika terdapat saran dan kritik yang membangun. Akhir kata, peneliti berharap tuhan yang maha esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga proposal skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Bekasi, 19 Juni 2025
Penulis

Shoimah Ainal Mardliyyah

DAFTAR ISI

LEMBAR ORISINILITAS	i
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
PRAKATA.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Masalah	6
1.4.1 Manfaat Akademik	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Rujukan Penelitian Terdahulu	8
2.1.1 Penelitian Salman, Angga Prayuda, M. Darul Amin Sitorus, Ahmad Tamrin Sikumbang, Komunikasi Interpersonal Konselor dalam Mengatasi Anxiety Problem (2024)	8
2.1.2 Penelitian Firyal Athiyah Maulida, Rangga Galura Gumelar, Pola Komunikasi Interpersonal Psikolog dengan Pasien Bipolar (2024)	8
2.1.3 Penelitian Alin Diana, Peran Konselor Dalam Menangani Penderita Gangguan Jiwa Obsesif Kompulsif Di Yayasan Aulia Rahma Kemiling Bandar Lampung (2023)	9
2.1.4 Penelitian Tasya Aurellia Maddina Suseno, Pola Komunikasi Konselor Komunitas ‘Omahjiwa’ Dalam Membantu Konseli Yang Mengalami Gangguan Kecemasan (2022)	10
2.2 Persamaan Dan Perbedaan Penelitian Terdahulu	11
2.3 Kerangka Teori Dan Konseptual	15
2.3.1 Komunikasi Konseling	15

2.3.2 Konselor.....	22
2.3.3 Pasien.....	26
2.3.4 Komunikasi Interpersonal.....	28
2.3.5 Anxiety Disorder.....	31
BAB III METODE PENELITIAN	37
3.1 Jenis Penelitian.....	37
3.2 Unit Analisis.....	37
3.2.1 Key Informan.....	37
3.2.2 Informan.....	38
3.3 Pengumpulan Data.....	38
A. Wawancara.....	38
B. Observasi.....	38
C. Dokumentasi	39
3.4 Definisi Konseptual.....	39
1. Komunikasi konseling.....	39
2. Konselor	39
3. Pasien	40
4. Komunikasi interpersonal	40
5. Anxiety disorder.....	40
3.5 Teknik Analisis Data	40
3.5.1 Reduksi	41
3.5.2 Penyajian.....	41
3.5.3 Penarikan Kesimpulan	41
3.6 Keabsahan Data	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
4.1 Profil Informan Dan Key Informan	43
4.1.1 Profil Informan	43
4.1.2 Profil Key-Informan	43
4.2 Hasil Penelitian	45
4.2.1 Proses Komunikasi Konseling <i>Generalized Anxiety Disorder</i> (GAD).....	46
4.2.1 Teknik Konseling Verbal.....	47
4.2.2 Teknik konseling Non-Verbal.....	52

4.3 Pembahasan Penelitian	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	62
5.1 Kesimpulan.....	62
5.2 Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN.....	68

DAFTAR TABEL

Tabel 2 1 Persamaan Dan Perbedaan Penelitian Terdahulu	11
--	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran.....	36
Gambar 3.1 Triangulasi Sumber	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Catatan Bimbingan.....	68
Lampiran 2 Lembar CV	70
Lampiran 3 Lembar Cek Turnitine	71
Lampiran 4 Hasil Wawancara Informan.....	72
Lampiran 5 Hasil wawancara Informan Utama	80
Lampiran 6 Dokumentasi.....	91

Lampiran Hasil Turnitine

cek turnitine.docx

ORIGINALITY REPORT

12%	11%	3%	6%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	jurnaltarbiyah.uinsu.ac.id Internet Source	2%
2	repository.radenintan.ac.id Internet Source	1%
3	www.warta-iski.or.id Internet Source	1%
4	pdfs.semanticscholar.org Internet Source	1%
5	journal.laaroiba.ac.id Internet Source	1%
6	repository.iaincurup.ac.id Internet Source	1%
7	text-id.123dok.com Internet Source	1%
8	repository.unpas.ac.id Internet Source	1%
9	repository.unismabekasi.ac.id Internet Source	1%
10	Submitted to Trisakti University Student Paper	1%
11	Submitted to Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Student Paper	1%