

**PENERAPAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR*
THERAPY (REBT) UNTUK MENGURANGI
FRUSTRASI PETANI GAGAL PANEN**

(Studi Kasus di Desa Teras Bendung, Kec. Lebak Wangi, Kab.
Serang, Banten)

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)
Pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam
Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten



Diajukan Oleh:

GEMIA TRI LESTARI

NIM : 153400467

**JURUSAN BIMBINGAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN
2022 M/1443 H**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dan diajukan pada jurusan Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulis ilmiah saya pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat dalam skripsi ini telah sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang penulisan karya tulis ilmiah.

Apabila dikemudian hari terbukti sebagai atau seluruh skripsi ini merupakan hasil perbuatan plagiatisme atau mencontek karya tulis orang lain. Saya bersedia untuk menerima sanksi berupa pencabutan gelar ke sarjanaan yang saya terima atau sanksi akademik lain sesuai peraturan yang

Serang, 13 Mei 2022

GEMIA TRI LESTARI

NIM: 153400467

ABSTRAK

Nama : **Gemia Tri Lestari**, Nim : **153400467**, Judul Skripsi: **Penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Mengurangi Frustrasi Petani Gagal Panen** (Studi Kasus di Desa Teras Bendung, Kec. Lebak Wangi, Kab. Serang, Banten) jurusan : Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah tahun 1443/2022 M.

Frustrasi menurut kesehatan ilmu mental, jiwa seseorang yang mengalami suatu keadaan, di mana satu kebutuhan tidak bisa terpenuhi, dan tujuan tidak bisa tercapai, sehingga orang kecewa dan mengalami satu halangan dalam usahanya mencapai satu tujuan. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1) Bagaimana frustrasi yang dialami petani gagal panen ? 2) Bagaimana penerapan teknik REBT untuk mengatasi frustrasi petani yang gagal panen ? 3) Bagaimana hasil dari penerapan REBT untuk mengatasi frustrasi petani gagal panen ? Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian kualitatif. Teknik pengumpulan datanya adalah dengan observasi, wawancara, daftar cek masalah. Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah: 1) Frustrasi yang dialami oleh para petani yang gagal panen di Desa Teras Bendung Kecamatan Lebak Wangi meliputi : cemas, mudah marah, sedih, putus asa, tidak fokus, kesal, kurang bersemangat. 2) Ada empat tahapan saat penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) pada petani yang mengalami gagal panen. Tahap pertama, masalah yang dihadapinya berkaitan dengan keyakinan yang irasional, peneliti membimbing klien bagaimana cara berpikir rasional dan mampu memisahkan antara rasional dan irasional. Tahap kedua, berusaha mengubah keyakinannya menjadi rasional. Tahap ketiga, menghindarkan diri dari pemikiran yang irasional. Tahap keempat, peneliti menantang klien agar lebih berpikir rasional dan membuang jauh-jauh pemikiran yang irasional. 3) Hasil dari penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terhadap kelima responden adalah sebagai berikut: Responden SW mampu menghilangkan semua bentuk gejala frustrasi yang dialaminya, yakni putus asa, kesal. Responden E juga mampu menghilangkan semua bentuk gejala frustrasi yang dialaminya, yakni mudah marah, tidak fokus. Responden NS mampu menghilangkan cemas. Responden RM masih kesal, tetapi ia sedikit bersemangat dalam bekerja. Responden HM mampu menghilangkan tidak fokus, sedih, mudah marah dan kesal.

Kata Kunci : REBT, Frustrasi, Petani Gagal Panen

ABSTRACT

Name : **Gemia Tri Lestari**, Nim : **153400467**, Thesis Title: **Application of *Rational Emotive Behavior Therapy* to Reduce Farmers' Frustration with Crop Failure** (Case Study in Desa Teras Bendung, Kec. Fragrant Lebak, Kab. Serang, Banten) major: Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah in 1443/2022 AD.

Frustration is about the health of mental sciences, the psyche of a person who experiences a state, in which one need cannot be met, and the goal cannot be achieved, so that the person is disappointed and experiences one obstacle in his efforts to achieve one goal. The formulation of the problems in this study is: 1) How is the frustration experienced by farmers with crop failure ? 2) How is the application of the REBT technique to overcome the frustration of farmers who fail to harvest ? 3) What is the result of implementing REBT to overcome the frustration of farmers who fail to harvest? The type of research used in this study is a qualitative type of research. The data collection technique is by observation, interview, problem checklist. The conclusions that can be drawn from this study are: 1) The frustration experienced by farmers who failed to harvest in Teras Bendung Village, Lebak Wangi District, includes: anxious, irritable, sad, hopeless, unfocused, upset, lack of enthusiasm. 2) There are four stages when applying *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) to farmers who experience crop failure. The first stage, the problem it faces has to do with irrational beliefs, the researcher guides the client how to think rationally and is able to separate between rational and irrational. The second stage, trying to change his beliefs to rational. The third stage, avoiding irrational thinking. In the fourth stage, researchers challenge the client to think more rationally and throw away irrational thinking. 3) The results of the application of *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) to respondents are as follows: SW respondents are able to eliminate all forms of frustration symptoms they experience, namely despair, resentment. Respondent E was also able to eliminate all forms of frustration symptoms he experienced, namely irritability, unfocusedness. NS respondents were able to eliminate anxiety. RM's respondents are still upset, but he is a little excited about work. Respondent HM was able to eliminate unfocusedness, sadness, irritability and kecal.

Keywords : REBT, Frustration, Farmers Fail to Harvest