

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan uraian pada bab-bab sebelumnya, peneliti membuat beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Frustrasi yang dialami oleh para petani yang gagal panen di Desa Teras Bendung Kecamatan Lebak Wangi meliputi : cemas, 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, peneliti berusaha menjelaskan kepada klien bahwa masalah yang dihadapinya berkaitan dengan keyakinan yang irasional, peneliti membimbing responden bagaimana cara berpikir rasional dan mampu memisahkan antara rasional dan irasional. Tahap kedua, peneliti menunjukkan pemikiran responden yang irasional dan berusaha mengubah keyakinannya menjadi rasional. Tahap ketiga, peneliti meyakinkan agar responden menghindarkan diri dari pemikiran yang irasional. Tahap keempat, peneliti menantang responden 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 dan kurang bersemangat. Responden E juga mampu menghilangkan semua bentuk gejala frustrasi yang dialaminya, yakni mudah marah, tidak fokus, kurang bersemangat dan pasrah. Responden NS mampu menghilangkan cemas dan pasrahnya. Responden RM

masih kesal, tetapi ia sedikit bersemangat dalam bekerja. Responden HM mampu menghilangkan tidak fokus, sedih, mudah marah dan kesal.

## **B. SARAN**

Setelah melakukan proses penelitian di Desa Teras Bendug Kecamatan Lebak wangi, penulis memberikan saran-saran sebagai berikut :

1. Sebaiknya untuk para petani harus berfikir positif sesama petani lainnya dan harus saling memahami satu sama lain agar tidak terjadi kekesalah fahaman. Semoga untuk para petani yang sering kali mengalami berbagai macam ujian setiap menggarap sawahnya agar lebih berhati-hati dan tetap semangat dalam bekerja.
2. khususnya untuk bentuk perhatian pemerintah terhadap petani agar lebih memperhatikan lagi fasilitas yang ada di desa, seperti masalah irigasi atau selokan untuk di tingkatkan kembali. Tidak hanya irigasi saja akan tetapi harus memperhatikan dan mendukung para petani padi sawah dalam hal kebijakan pupuk bersubsidi dan melakukan pengawasan yang intensif terhadap oknum yang melakukan kecurangan terhadap penyaluran pupuk bersubsidi.