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, skripsi ini sepenuhnya asli merupakan hasil karya tulisan saya pribadi.

Adapun tulisan maupun pendapat orang lain yang terdapat didalam skripsi ini, telah saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dibidang penulisan karya ilmiah.

Apabila kemudian hari terbukti bahwa sebagian atau seluruh isi skripsi ini merupakan hasil pembuatan plagiat atau mencontek karya tulis orang lain, saya bersedia untuk menerima sanksi akademik lain sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Tangerang, 11 Oktober 2022

Penulis

TYAN OCTAVIANDRYANI

NIM.181520138

ABSTRAK

Nama: Tyan Octaviandryani, NIM: 181520138, Judul Skripsi: **"Penerapan Konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) Untuk Mengatasi Stres Pada Perempuan Korban KDRT"** (Studi Kasus di Perumahan Villa Balaraja RT. 007, RW.005. Desa Saga, Kecamatan Balaraja, Kabupaten Tangerang, Banten), Jurusan: Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten tahun 2022 M/1444 H.

Kekerasan dalam rumah tangga terjadi karena beberapa faktor dan dapat menimbulkan stres, kekerasan dalam rumah tangga akan memunculkan dampak psikologis seperti sulit melupakan bekas luka yang dialaminya, hidup menjadi tidak tenang, stres, trauma, rasa sakit, cedera fisik, dan ketakutan. Penulis menerapkan konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) untuk membantu mengurangi pemikiran irasional responden seperti menyalahkan diri sendiri dengan mengurangi pemikiran irasional menjadi rasional, sehingga responden dapat hidup dengan tenang, karena menyalahkan diri sendiri merupakan salah satu bentuk kekerasan emosional yang bila dilakukan terus menerus akan menghambat diri untuk berkembang.

Penelitian ini bertujuan: 1) Untuk mengetahui kondisi stres pada perempuan korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja. 2) Untuk mengetahui hasil penerapan konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) untuk mengatasi stres pada perempuan korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja. 3) Untuk mengetahui hasil penerapan konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) untuk mengatasi stres pada perempuan korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja.

Metode yang digunakan adalah kualitatif deskriptif dengan menggunakan pendekatan studi kasus (case study). Teknik pengumpulan data yang digunakan ialah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan juni hingga september 2022, dengan responden sebanyak tiga perempuan korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja, Kecamatan Balaraja, Kabupaten Tangerang. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini ialah melakukan reduksi data,melakukan penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan: 1) Kondisi stres pada perempuan korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja mengalami tingkat stres berat, dengan indikator tertekan, bayangan masa lalu yang menyakitkan, meyalahkan diri sendiri, tidak nafsu makan, dan berfikir irrasional. 2) Proses penerapan konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) untuk mengatasi stres pada perempuan korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja, dilaksanakan selama enam kali pertemuan. 3) Hasil *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) untuk mengatasi stres pada perempuan korban KDRT di Perumahan Villa Balaraja, mengalami perubahan yang cukup baik, meskipun masih ada beberapa indikator yang belum teratasi dengan baik.

Kata Kunci : Konseling *Ratinal Emotif Behaviour Theraphy,* Stres, Kekerasan Dalam Rumah Tangga.

ABSTRACT

Name: Tyan Octaviandryani, NIM: 181520138, Thesis Title**: "Application of Rational Emotive Behaviour Theraphy (REBT) Counseling to Overcome Stress in Women as Victims of Domestic Violence"** (Case Study in Villa Balaraja Housing RT. 007, RW.005. Saga Village, Balaraja District, Tangerang Regency, Banten), Department: Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah, Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University Banten in 2022 AD / 1444 H.

Domestic violence occurs due to several factors and can cause stress, domestic violence will have psychological impacts such as difficulty forgetting the scars they experience, life becomes unsettled, stress, trauma, pain, physical injury, and fear. The author applies Rational Emotive Behaviour Theraphy (REBT) counseling to help reduce respondents' irrational thinking such as self-blame by reducing irrational thinking to rational, so that respondents can live in peace, because self-blame is a form of emotional violence that when done continuously will hinder themselves from developing.

This study aims to: 1) To determine the stressful conditions in women victims of domestic violence in Villa Balaraja Housing. 2) To find out the results of the application of Rational Emotive Behaviour Theraphy (REBT) counseling to overcome stress in women victims of domestic violence. 3) To find out the results of the application of Rational Emotive Behaviour Theraphy (REBT) counseling to overcome stress in women victims of domestic violence in Villa Balaraja Housing.

The method used is descriptive qualitative using a case study approach. The data collection techniques used are observation, interviews, and documentation. This research was conducted from June to September 2022, with respondents as many as three female victims of domestic violence in Villa Balaraja Housing, Balaraja District, Tangerang Regency. The data analysis techniques used in this study are to reduce data, present data, and draw conclusions.

Based on the research conducted, it can be concluded: 1) Stress conditions in women victims of domestic violence in Villa Balaraja Housing experience severe stress levels, with indicators of distress, painful shadows of the past, self-righteousness, no appetite, and irrational thinking. 2) The process of implementing Rational Emotive Behaviour Theraphy (REBT) counseling to overcome stress in women victims of domestic violence in Villa Balaraja Housing, was carried out during six meetings. 3) The results of the Rational Emotive Behaviour Theraphy (REBT) to deal with stress in women victims of domestic violence in Villa Balaraja Housing, have changed quite well, although there are still some indicators that have not been resolved properly.

Keywords : Ratinal Emotive Behaviour Theraphy Counseling, Stress, Domestic Violence.

FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN

Nomor	: Nota Dinas	Kepada Yth
Lamp	:	**Dekan Fakultas Dakwah**
Hal	: **Ujian Skripsi**	**UIN SMH BANTEN**
	a.n Tyan Octaviandryani	Di-
	NIM: 181520138	Serang

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan, maka kami berpendapat bahwa skripsi atas nama **Tyan Octaviandryani** dengan judul **"Penerapan Konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) Untuk Mengatasi Stres Pada Perempuan Korban KDRT"** (Studi kasus di Perumahan Villa Balaraja, RT.007, RW.005, Desa Saga, Kecamatan Balaraja, Kabupaten Tangerang, Banten) telah diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqosah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

Demikian atas segala perhatian Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Serang, 2 November 2022

Pembimbing I	Pembimbing II
Dr. Yahdinil Firda Nadhirah, M.Si	**Maya Aufa, S.Th.I., M.S.I**
NIP: 19771018 200112 2 001	NIDN: 2013068302

PENERAPAN KONSELING *RATIONAL EMOTIF BEHAVIOUR THERAPHY* (REBT) UNTUK MENGATASI STRES PADA PEREMPUAN KORBAN KDRT

(Studi kasus di Perumahan Villa Balaraja RT.007 RW.005, Desa Saga, Kecamatan Balaraja, Kabupaten Tangerang, Banten)

Oleh:

TYAN OCTAVIANDRYANI

181520138

Menyetujui,

Pembimbing I	Pembimbing II
Dr. Yahdinil Firda Nadhirah, M.Si	**Maya Aufa, S.Th.I., M.S.I**
NIP: 19771018 200112 2 001	NIDN: 2013068302

Mengetahui,

Dekan	Ketua Jurusan
Fakultas Dakwah	Bimbingan Konseling Islam
Dr. Endad Musaddad, M. A	**A.M. Fahrurrozi, S. Psi, M.A.**
NIP: 19720626 199803 1 002	NIP: 19750604 200604 1 001

PENGESAHAN

Skripsi a.n.**Tyan Octaviandryani**, NIM: **181520138**, Judul Skripsi: **"Penerapan Konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) Untuk Mengatasi Stres Pada Perempuan Korban KDRT"** (Studi kasus di Perumahan Villa Balaraja, RT.007, RW. 005, Desa Saga, Kecamatan Balaraja, Kabupaten Tangerang, Banten) telah diujikan dalam sidang munaqasyah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 2 November 2022. Skripsi ini telah diterima 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.

Serang, 2 November 2022

Sidang Munaqasyah,

Ketua Merangkap Anggota,	Sekretaris Merangkap Anggota,
Imalatul Khairat, M. Pd.	**Khairil Anam, M.Si.**
NIP: 19900420 201903 2 018	NIDN. 2023039401

Anggota,

Penguji I	Penguji II
Dr. Hj. Hunainah, M.M.	**Hilda Rosida, S.S. M.Pd.**
NIP. 19667414 199303 2 003	NIP. 19831121 201101 2 011

Pembimbing I	Pembimbing II
Dr. Yahdinil Firda Nadhirah, M.Si	**Maya Aufa, S.Th.I., M.S.I**
NIP: 19771018 200112 2 001	NIDN: 2013068302

MOTTO HIDUP

“Allah tidak membebani seorang hamba, melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

Q.S Al-Baqarah : 286

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim..

Segala puji hanya milik Allah SWT

Skripsi ini saya persembahkan hanya untuk kedua orang tua. Terimakasih untuk oarangtuaku yang selalu memberikan semangat dan nasihat ketika anak-anaknya sedang lelah menjani kehidupan, dan terimakasih karena selalu berusaha memahami kami.

Teruntuk kamu Tyan Octaviandryani, penulis dalam setiap lembar skripsi ini.Terimakasih sudah berhasil melewati setiap proses yang terjadi didalam kehidupan, proses yang manis hingga pahit bahkan terasa sesak, dan berat namun harus tetap dijalani.

Berat dan lelahnya seseorang mencari ilmu lebih baik daripada harus berakhir menangung kesengsaraan.

Allah berpesan kepada hambanya :

“Maka Sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”

(Q.S Al-Insyirah : 5)

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Tyan Octaviandryani, lahir di Serang, 15 Oktober 1999. Penulis beralamat di Perumahan Villa Balaraja, Desa Saga, Kecamatan Balaraja, Kabupaten Tangerang, Banten. Penulis merupakan anak pertama dari dua bersaudara, dari pasangan Bapak Moch Thoyyib dan Ibu Sutini.

Jenjang pendidikan formal yang pernah ditempuh penulis di MIN 7 Tangerang (2005-2011), Pondok Pesantren Al-Abqory, Serang Banten (2011-2014), MAN 2 Tangerang (2015-2018), kemudian penulis melanjutkan pendidikan di Perguruan Tinggi Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Fakultas Dakwah, Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

Selama menjadi mahasiswa di perguruan tinggi tersebut, penulis mempunyai kegiatan diluar kuliah sebagai pengajar di Yayasan Ibnu Abbas, Perumahan Villa Balaraja, dan membuka kegiatan ngaji dirumah. Demikian riwayat hidup yang pernah penulis jalani selama menempuh jenjang pendidikan Perguruan Tinggi Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Fakultas Dakwah, Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji dan syukur atas kehadirat Allah SWT yang telah memberikan karunia nikmat sehat jasmani dan rohani, serta nikmat iman dan islam sehingga sampai saat ini dapat hidup dalam lindungan-Nya. Shalawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW beserta para sahabat dan keluarga.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis mengalami beberapa hambatan dan kesulitan untuk menyelesaikan penulisan skripsi. Namun dengan adanya dukungan dari beberapa pihak yang bersedia menjadi pendorong sampai akhirnya penulis dapat menyelesaikan penulisan ini untuk mendapat gelar Sarjana Sosial (S.Sos), untuk itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Wawan Wahyudin, M. Pd. Rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten.
2. Dr. Endad Musaddad, M. A. Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah memberikan persetujuan kepada penulis dalam menyusun skripsi ini.
3. A.M. Fahrurrozi, S. Psi, M.A. Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam Universitas Islam Negeri (UIN) Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang telah memberikan pengarahan kepada penulis.
4. Ibu Dr. Yahdinil Firda Nadhirah, M.Si selaku pembimbing I dan Ibu Maya Aufa, S.Th.I., M.S.I selaku pembimbing II, yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan, motivasi kepada penulis dengan penuh kesabaran, tenaga dan pikirannya untuk membantu menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
5. Segenap Dosen dan Staff Jurusan Bimbingan Konseling Islam.

6. Kedua orang tua yang senantiasa tidak pernah berkurang memberikan do'a terbaiknya dan motivasi baik moril maupun materil sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dan skripsi ini.
7. Untuk diriku, terimakasih banyak atas kerja keras selama empat tahun menjalani proses yang teramat melelahkan hingga akhirnya berhasil mendapatkan gelar Sarjana.
8. Untuk Rijallul, Fitria, Novia yang selalu menemani dan mensupport, dan terimakasih juga untuk Riska, Dina, Silfia teman seperjuangan yang selalu membantu.
9. Untuk teman-teman BKI D 2018 yang telah mengisi masa perkuliahan dengan banyak cerita serta pengalaman berharga.
10. Dan seluruh rekan, kerabat dan teman-teman yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI ..... **i**

ABSTRAK ..... **ii**

ABSTRACT ..... **iii**

NOTA DINAS ..... **iv**

LEMBAR PENGESAHAN ..... **v**

LEMBAR UJIAN SIDANG MUNAQOSYAH ..... **vi**

MOTO HIDUP ..... **vii**

PERSEMBAHAN ..... **viii**

RIWAYAT HIDUP ..... **ix**

KATA PENGANTAR ..... **x**

DAFTAR ISI ..... **xii**

BAB I PENDAHULUAN **1**

A. Latar Belakang Masalah 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan Penelitian 4
D. Manfaat Penelitian 4
E. Penelitian Terdahulu Yang Relevan 5
F. Definisi Konseptual Dan Definisi Operasional 6

BAB II KAJIAN TEORITIS 9

A. KAJIAN PUSTAKA 9
1. *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) 9
2. Stres 13
3. Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) 20

B. KERANGKA BERFIKIR 26

BAB III METODE PENELITIAN 27

A. Jenis Penelitian 27
B. Setting Penelitian 27
1. Waktu Penelitian 27
2. Lokasi Penelitian 28
3. Gambaran Lokasi Penelitian 28

C. Intrumen Penelitian 28
D. Sumber Data 29
E. Teknik Pengumpulan Data 31
F. Teknik Analisis Data 32
G. Teknik Keabsahan Data 34

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 35

A. HASIL PENELITIAN 35
1. Gambaran Umum Subyek Penelitian 35
2. Kondisi Stres Pada Perempuan Korban KDRT 39
3. Penerapan Konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) 44
4. Hasil Penerapan Konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT)....66

B. PEMBAHASAN 68
1. Kondisi Stres Pada Perempuan Korban KDRT 68
2. Penerapan Konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) 77
3. Hasil Penerapan Konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) ...73

BAB V PENUTUP 74

A. Kesimpulan 74
B. Saran 75

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

2.1 Kerangka Berfikir …….....25

3.1 Rencana Pelaksanaan Penelitian …….....…….....27

3.2 Instrumen Lembar Penelitian …….....28

3.3 Pedoman Wawancara …….....….....….29

4.1 Profil Responden …….....…….....37

4.2 Gejala Stres Yang Dialami Oleh Responden …….....…….....38

4.3 Tahapan Konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) Untuk Mengatasi Stres Pada Perempuan Korban KDRT …….....58

4.4 Hasil Penerapan Konseling *Rational Emotif Behaviour Theraphy* (REBT) Untuk Mengatasi Stres Pada Perempuan Korban KDRT.....65