

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial dan diajukan pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Universitas Islam Negeri (UIN) 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 saya sebutkan kutipannya secara jelas sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku di bidang penulisan karya ilmiah.

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

Serang, 23 Mei 2022
Penulis

CUT NIA KURNIAWATI
NIM.181520095

ABSTRAK

Nama: Cut Nia Kurniawati, NIM: 181520095, Judul Skripsi: **PENERAPAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT) DALAM MENGURANGI KECEMASAN VAKSINASI COVID-19 PADA IBU RUMAH TANGGA** (Studi di Kecamatan Warunggunung Kabupaten Lebak - Banten) Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Vaksinasi covid-19 menjadi salah satu upaya pencegahan terhadap virus covid-19. Pelaksanaan vaksinasi secara menyeluruh sesuai anjuran pemerintah menyebabkan kondisi kecemasan di masyarakat, tidak terkecuali pada ibu rumah tangga. Kecemasan adalah reaksi normal dalam kondisi yang sangat menekan di dalam kehidupan seseorang. Terjadinya kecemasan vaksinasi covid-19 adalah bentuk reaksi-reaksi ketegangan pada tubuh. Gejala kecemasan yang dirasakan tiap individu berbeda-beda, sehingga masih perlu dilakukan penelitian untuk menggali data bagaimana kondisi kecemasan yang dialami ibu rumah tangga terhadap vaksinasi covid-19. Dari uraian di atas maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah: 1). Bagaimana kondisi kecemasan yang dialami ibu rumah tangga terhadap vaksinasi covid-19? 2). Bagaimana penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam mengurangi kecemasan yang dialami ibu rumah tangga pada vaksinasi covid-19? 3). Bagaimana hasil penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam mengurangi kecemasan yang dialami ibu rumah tangga pada vaksinasi covid-19?. Tujuan dari penelitian ini adalah: 1). Untuk mengetahui kondisi kecemasan yang dialami ibu rumah tangga terhadap vaksinasi covid-19 2). Untuk menjelaskan penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam mengurangi kecemasan yang dialami ibu rumah tangga pada vaksinasi covid-19. 3). Untuk mengetahui hasil dari *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam mengurangi kecemasan yang dialami ibu rumah tangga pada vaksinasi covid-19. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan kualitatif deskriptif, dengan menggambarkan subjek dan objek penelitian berdasarkan fakta yang ada. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Yang menjadi responden adalah Ibu rumah tangga Kecamatan Warunggunung yang berjumlah 3 orang. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa: 1). Kondisi kecemasan yang dialami ibu rumah tangga terhadap vaksinasi covid-19 adalah panik, merasa khawatir, rasa gelisah, rasa pusing, sulit tidur, dugaan-dugaan negative, dan hilangnya konsentrasi 2). Penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* dilakukan dengan empat tahapan: (a) Tahap Pertama (Attending), (b). Tahap Kedua (Asesmen), (c) Tahap Ketiga (Tahap Inti), (d). Tahap Keempat (Evaluasi dan Hasil). 3). Hasil dari penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam mengurangi kecemasan vaksinasi covid-19 pada ibu rumah tangga ini, ketiga responden sudah menyadari bahwa perilaku tersebut adalah perilaku irasional dan responden dapat mengurangi dugaan-dugaan negatif sehingga gejala kecemasan yang dialami responden dapat berkurang.

Kata kunci: *Rational Emotive Behavior Therapy*, Kecemasan, Vaksinasi Covid-19, Ibu rumah tangga.

ABSTRACT

Name: **Cut Nia Kurniawati**, NIM: **181520095**, Thesis Title: **APPLICATION OF RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT) TO REDUCE COVID-19 VACCINATION ANXIETY IN HOUSEWARE** (Study in Warunggunung District, Lebak Regency - Banten) Department of Islamic Counseling Guidance, Faculty of Da'wah, Sultan Maulana Hasanuddin State Islamic University, Banten.

The Covid-19 vaccination is one of the preventive measures against the Covid-19 virus. The comprehensive implementation of vaccination according to government recommendations has caused anxiety in the community, including housewives. Anxiety is a normal reaction to very stressful conditions in a person's life. The occurrence of COVID-19 vaccination anxiety is a form of tension reactions in the body. Symptoms of anxiety experienced by each individual are different, so research is still needed to explore data on how the anxiety conditions experienced by housewives regarding the covid-19 vaccination are still needed.

From the description above, the formulation of the problem in this study are: 1). What are the conditions of anxiety experienced by housewives regarding the covid-19 vaccination? 2). How is the application of Rational Emotive Behavior Therapy in reducing the anxiety experienced by housewives during the covid-19 vaccination? 3). What are the results of implementing Rational Emotive Behavior Therapy in reducing anxiety experienced by housewives during the covid-19 vaccination? The aims of this research are: 1). To find out the condition of anxiety experienced by housewives against covid-19 vaccination 2). To explain the application of Rational Emotive Behavior Therapy in reducing anxiety experienced by housewives during the covid-19 vaccination. 3). To find out the results of Rational Emotive Behavior Therapy in reducing the anxiety experienced by housewives during the covid-19 vaccination. In this study, researchers used descriptive qualitative, by describing the subject and object of research based on the existing facts. Data collection techniques using observation, interviews, and documentation. The respondents were housewives in Warunggunung District, totaling 3 people.

Based on the research that has been done, it can be concluded that: 1). The anxiety conditions experienced by housewives regarding the covid-19 vaccination are panic, feeling worried, feeling restless, feeling dizzy, having trouble sleeping, negative assumptions, and loss of concentration 2). The application of Rational Emotive Behavior Therapy is carried out in four stages: (a) First Stage (Attending), (b). Second Stage (Assessment), (c) Third Stage (Core Stage), (d). Fourth Stage (Evaluation and Results). 3). The results of the application of Rational Emotive Behavior Therapy in reducing the anxiety of covid-19 vaccination in housewives, the three respondents have realized that this behavior is irrational behavior and respondents can reduce negative assumptions so that the symptoms of anxiety experienced by respondents can be reduced.

Keywords: Rational Emotive Behavior Therapy, Anxiety, Covid-19 Vaccination, Housewives.



FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
SULTAN MAULANA HASANUDDIN BANTEN

Jl. Jendral Sudirman No. 30 Serang 42118 Telp.(0254) 2003323 Fax. (0254) 200022

Nomor :Nota Dinas	Kepada Yth
Lamp :	Dekan Fakultas Dakwah
Hal : Ujian Skripsi	UIN SMH Banten
a.n. Cut Nia Kurniawati	Di -
NIM: 181520095	Serang

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dipermaklumkan dengan hormat, bahwa setelah membaca dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami berpendapat bahwa skripsi Saudari Cut Nia Kurniawati, NIM: 181520095 yang berjudul: **Penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* dalam Mengurangi Kecemasan Vaksinasi Covid-19 Pada Ibu Rumah Tangga (Studi di Kecamatan Warunggunung Kabupaten Lebak)** diajukan sebagai salah satu syarat untuk melengkapi ujian munaqasyah pada Fakultas Dakwah Jurusan Bimbingan Konseling Islam UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Maka kami ajukan skripsi ini dengan harapan dapat segera dimunaqasyahkan.

Demikian, atas perhatian Bapak, kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Serang, 10 Mei 2022

Pembimbing I

Dr. Kholid Suhaemi, M. S. I.
NIP. 19650216 199903 1 001

Pembimbing II

Iwan Kosasih, S. Kom., M. Pd.
NIP. 19790225 200604 1 00

**PENERAPAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR*
THERAPY (REBT) DALAM MENGURANGI KECEMASAN
VAKSINASI COVID-19 PADA IBU RUMAH TANGGA**
(Studi di Kecamatan Warunggunung Kabupaten Lebak - Banten)

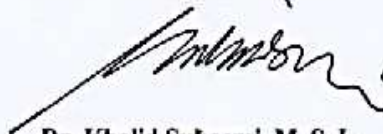
Oleh :

CUT NIA KURNIAWATI

NIM : 181520095

Menyetujui,

Pembimbing I



Dr. Kholid Suhaemi, M. S. I.
NIP. 19650216 199903 1 001

Pembimbing II



Iwan Kosasih, S. Kom., M. Pd.
NIP. 19790225 200604 1 001

Mengetahui,

Dekan

Fakultas Dakwah



Dr. H. Endad Musaddad, M. A.
NIP. 19720626 199803 1 002

Ketua

Jurusan Bimbingan Konseling Islam



A.M. Fahrurozi, S. Psi, M. A.
NIP. 19750604 200604 1 001

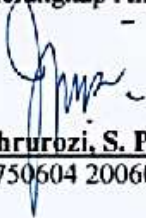
PENGESAHAN

Skripsi a.n Cut Nia Kurniawati, NIM: 181520095, Judul Skripsi Penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* Dalam Mengurangi Kecemasan Vaksinasi Covid-19 Pada Ibu Rumah Tangga (Studi Kasus Di Kecamatan Warunggunung Kabupaten Lebak). Jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten pada tanggal 19 Mei 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, 19 Mei 2022

Sidang Munaqasyah

Ketua Merangkap Anggota



A.M. Fahrurrozi, S. Psi, M. A.
NIP. 19750604 200604 1 001

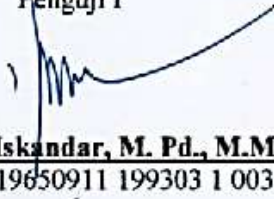
Sekretaris Merangkap Anggota



Pupa Nur Afifah, M. Si.
NIP. 49931127 202012 2 007

Anggota,

Penguji I



Dr. H. Isak Iskandar, M. Pd., M.M.
NIP. 19650911 199303 1 003

Penguji II



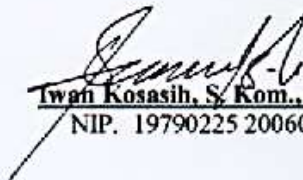
Gian Nova Sudrajat Nur, M. Hum
NIP. 19911106 201903 1 011

Pembimbing I



Dr. Kholid Suhaemi, M. S. I.
NIP. 19650216 199903 1 001

Pembimbing II



Iwan Kosasih, S. Kom., M. M. Pd.
NIP. 19790225 200604 1 001

MOTTO

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenteram.”(QS. Ar- Ra’d : 28)

PERSEMBAHAN

Pertama-tama terimakasih kepada Allah SWT.

Skripsi ini saya persembahkan untuk

Kedua orang tua saya tercinta (Bapak Darmawan dan Ibu Yoyoh Sunayah)

Yang tiada hentinya mendoakan, dan memperjuangkanku sekuat tenaga
serta memberikan kasih sayang yang tulus.

Adik saya (Farhan Pebriansyah)

Yang selalu mendukung serta memberikan semangat dalam hal apapun.

Dan juga keluarga besar semuanya.

Terimakasih kepada sahabat-sahabatku tercinta

Yang senantiasa menemani dan memberikan dukungan
serta keceriaan saat mengerjakan skripsi ini.

*Last but not least, i wanna thank me, i wanna thank me for believing in me,
for doing all this hard work, for having no days off, for never quitting, I
wanna thank me for just being me at all times.*

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Cut Nia Kurniawati, lahir di Lebak, pada tanggal 26 Juli 2000, dan merupakan anak pertama dari dua bersaudara dari pasangan bapak Darmawan dan Ibu Yoyoh Sunayah. Penulis berasal dari Kampung Jalupang Desa Padasuka Kecamatan Warunggunung Kabupaten Lebak-Banten.

Jenjang pendidikan yang penulis tempuh ialah SDN 02 Padasuka, lulus pada tahun 2012. Dan melanjutkan ke SMPN 01 Warunggunung dan lulus pada tahun 2015. Selanjutnya melanjutkan ke SMAN 01 Warunggunung, dan lulus pada tahun 2018. Dan melanjutkan keperguruan tinggi Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten dengan mengambil jurusan Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah.

Demikian riwayat penulis.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur Alhamdulillah, kita panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kesehatan kepada penulis sehingga penulis masih mempunyai kesempatan untuk menyelesaikan skripsi ini guna memenuhi persyaratan untuk dapat memperoleh gelar sarjana strata satu pada jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Shalawat beserta salam semoga tetap tercurah limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa kita dari zaman jahiliyah sampai zaman sekarang ini. Dan telah memberikan pedoman dalam kehidupan yakni Al-Quran dan Sunnah untuk kemaslahatan umat Islam di dunia dan di akhirat.

Dengan pertolongan Allah dan usaha yang sungguh-sungguh penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul: **Penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Mengurangi Kecemasan Vaksinasi Covid-19 Pada Ibu Rumah Tangga** (Studi Kasus Di Kecamatan Warunggunung Kabupaten Lebak).

Skripsi ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Wawan Wahyuddin, M. Pd Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang banyak memberikan pembinaan baik terhadap dosen maupun mahasiswa.

2. Bapak Dr. H. Endad Musaddad, M. A. Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, yang selalu memberikan motivasi dan dukungan kepada penulis.
3. Bapak A.M. Fahrurrozi, S. Psi, M. A. Selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Islam yang telah memberikan nasihat, dan motivasi serta arahan kepada penulis.
4. Bapak Dr. Kholid Suhaemi, M. S.I. Pembimbing I yang telah memberikan nasihat, bimbingan, kritik dan sarannya kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Iwan Kosasih, S. Kom., M. Pd. Pembimbing II yang senantiasa sabar dalam membimbing dan mengarahkan hingga terselesaikannya skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, terutama yang telah mengajar dan mendidik penulis selama kuliah di Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Pengurus Perpustakaan Umum, Iran Corner, seta para staf Akademik dan Karyawan Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten yang telah memberikan bekal pengetahuan yang begitu berharga selama penulis kuliah.
7. Kedua orang tua Bapak Darmawan dan Ibu Yoyoh Sunayah yang telah memberikan do'a, semangat, dan kasih sayang. Kepada adik Farhan Pebriansyah, dan Cahya Sumirat yang selalu menjadi sumber keceriaan. Kepada sepupu Wanda Ahilyah Raspani yang selalu menemani dan membantu saya. Tak lupa kepada Ibu, uwa, bibi yang telah memberikan dukungan serta motivasi dan do'a selama ini sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhirnya membuat skripsi.

8. Teman-teman sholehah yang berjuang bersama terimakasih Syifa Nurhalizah, Safira Aulia Rosya, Laila Maghfira, Lilah Muhlisoh yang Alhamdulillah selalu *support* dan menjadi sumber keceriaan.
9. Teman-teman sepermainan yang selalu mendukung saya, Silvi Dina Lorenza dan Vivi Nur Nadiya yang tidak hentinya mendukung saya.
10. Teman-teman kelas BKI C yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terimakasih telah menjadi teman kelas yang mengagumkan.
11. Semua pihak yang telah membantu dalam segala hal sehingga memudahkan penulis dalam menyusun skripsi.
12. *Last but not least, i wanna thank me, i wanna thank me for believing in me, for doing all this hard work, for having no days off, for never quitting, I wanna thank me for just being me at all times.*

Harapan penulis semoga seluruh bantuan berupa moril maupun materil kepada penulis dapat menjadi amal shaleh serta mendapatkan balasan yang berlipat ganda dari Allah SWT.

Serang, 10 Mei 2022

Penulis

Cut Nia Kurniawati
NIM. 181520095

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
NOTA DINAS	iv
LEMBAR PERSETUJUAN MUNAQOSAH	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Definisi Operasional.....	10
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	13
B. Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....	34
C. Kerangka Berfikir.....	39
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	40
B. Setting Penelitian.....	41
C. Instrumen Penelitian.....	42
D. Sumber Data.....	44
E. Teknik Pengumpulan Data.....	45

F. Teknik Analisis Data	48
G. Teknik Keabsahan Data	49
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum Responden	52
B. Kondisi Kecemasan Vaksinasi Covid-19 Pada Ibu Rumah Tangga.....	54
C. Faktor-faktor Penyebab Terjadinya Kecemasan Vaksinasi Covid-19 Pada Ibu Rumah Tangga	62
D. Proses Penerapan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT) Untuk Mengurangi Kecemasan Vaksinasi Covid- 19 Pada Ibu Rumah Tangga	68
E. Hasil Proses Penerapan <i>Rational Emotive Behavior</i> <i>Therapy</i> (REBT) Dalam Mengurangi Kecemasan Vaksinasi Covid-19 Pada Ibu Rumah Tangga.....	84
F. Unsur Teori A-B-C-D-E-F Terhadap Kecemasan Vaksinasi Covid-19 Pada Ibu Rumah Tangga.....	88
G. Faktor Pendukung dan Penghambat Penerapan <i>Rational Emotive</i> <i>Behavior Therapy</i> (REBT) Pada Ibu Rumah Tangga Yang Mengalami Kecemasan Vaksinasi Covid-19	94
H. BAB IV PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	97
B. Saran	98

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

TABEL 4.1 Gejala Gangguan Kecemasan Vaksinasi Covid-19 pada Ibu Rumah Tangga Kecamatan Warunggunung Kabupaten Lebak	61
TABEL 4.2 Gejala Kecemasan Yang Dialami Responden Ibu Rumah Tangga Yang mengalami Kecemasan Vaksinasi Covid-19 Sebelum dan Sesudah Penerapan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT).....	87