

Kode>Nama Rumpun Ilmu : 803/Bimbingan dan Konseling  
Bidang Fokus : Sosial Humaniora  
Klaster Penelitian : Pemula

## **LAPORAN AKHIR**

### **PENELITIAN PROGRAM DOSEN WAJIB MENELITI**



***RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* UNTUK DALAM  
LAYANAN KONSELING KELOMPOK UNTUK MENGATASI  
KECEMASAN PASCA BENCANA BANJIR DI KECAMATAN  
HANTAKAN**

**Dibiayai oleh : DIPA Universitas Lambung Mangkurat Tahun Anggaran  
2021 Nomor : 023.17.2.677518/2021 tanggal 23 November 2020 Universitas  
Lambung Mangkurat Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset &  
Teknologi Sesuai dengan SK Rektor Universitas Lambung Mangkurat  
Nomor : 697/UN8/PG/2021 Tanggal 22 Maret 2021**

**Oleh:**

Dr. Ririanti Rachmayanie J, S.Psi., M.Pd.  
NIDN 0014027507  
Akhmad Sugianto, S.Pd., M. Pd.  
NIDN 0004058908  
Selamat Riyadi  
NIM 1710123310019

**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT  
NOVEMBER 2021**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**PENELITIAN PROGRAM DOSEN WAJIB MENELITI**

**Judul Penelitian** : *Rational Emotive Behavior Therapy* Dalam Layanan Konseling Kelompok Untuk Mengatasi Kecemasan Pasca Bencana Banjir Di Kecamatan Hantakan

**Klaster Penelitian** : Pemula

**Ketua Peneliti** :

a. Nama Lengkap : Dr. Ririanti Rachmayanie J, S.Psi., M.Pd.  
b. NIP : 197502142005012001  
c. NIDN : 0014027507  
d. Jabatan Fungsional : Lektor Kepala  
e. Jabatan Struktural : Koordinator Program Studi  
f. Fakultas/Jurusan/Prodi : FKIP/Ilmu Pendidikan/Bimbingan dan Konseling  
g. Telepon/Hp : +62 812 5016 781  
h. Alamat Surel (*e-mail*) : [ririanti.bk@ulm.ac.id](mailto:ririanti.bk@ulm.ac.id)

**Anggota Peneliti (1)** :

a. Nama Lengkap : Akhmad Sugianto, S.Pd., M.Pd.  
b. NIP/NIDN : 198905042019031017/0004058908  
c. Perguruan Tinggi : Universitas Lambung Mangkurat  
d. Alamat Surel (*e-mail*) : [Sugianto.bk@ulm.ac.id](mailto:Sugianto.bk@ulm.ac.id)

**Mahasiswa Yang Terlibat** :

a. Nama Lengkap/NIM : Selamat Riyadi/1710123310019

**Institusi Mitra** :

**Nama Institusi Mitra** : **Kecamatan Hantakan**  
**Alamat** : Kantor Camat, Hantakan, Hulu Sungai Tengah, Kabupaten HST, Kalimantan Selatan 71371

**Penanggung Jawab** :

Tahun : 2021

**Sumber Dana** : PNBP Universitas Lambung Mangkurat

**Biaya Penelitian** : Rp 20.000.000,- (Dua Puluh Juta Rupiah)

Banjarmasin, 10 November 2021

Ketua Peneliti,

  
Dr. Ririanti Rachmayanie J, S.Psi., M.Pd.  
NIP 197502142005012001

Menyetujui,  
Ketua LPPM ULM,

Dr. Ir. Danang Biyatmoko, M.Si.  
NIP 196805071993031020



## RINGKASAN

Kecemasan adalah suatu perasaan yang sifatnya umum, dimana seseorang merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun wujudnya. gejala kecemasan adalah cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri serta mudah tersinggung, merasa tegang, tidak tenang, gelisah dan mudah terkejut, takut bila sendiri atau banyak orang, mengalami gangguan pola tidur dan disertai mimpi yang menegangkan. Berdasarkan fenomena tersebut diperlukan upaya untuk menangani permasalahan melalui layanan konseling. Konseling merupakan sebuah proses bantuan yang diberikan oleh konselor kepada individu atau kelompok untuk mengatasi permasalahan yang dihadapinya. Untuk mengatasi kecemasan yang dialami oleh masyarakat diperlukan sebuah pendekatan dalam konseling yaitu *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik relaksasi membantu individu agar menyadari bahwa mereka dapat hidup dengan lebih rasional dan lebih produktif, mengajarkan individu untuk mengoreksi kesalahan berpikir untuk mereduksi emosi yang tidak diharapkan, membantu individu mengubah kebiasaan berpikir dan tingkah laku yang merusak diri, serta mendukung konseli untuk menjadi lebih toleran terhadap diri sendiri, orang lain dan lingkungannya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen bentuk *true-eksperimental design* dengan jenis *pretest posttest control group design*. Sampel dalam Penelitian ini berjumlah 5 orang yang didapatkan berdasarkan hasil analisis instrument HAM-A. Teknik analisis data menggunakan uji Mann-Whitney Test. Berdasarkan hasil uji dengan Mann-Whitney Test didapatkan angka probabilitas  $0,046 > 0,05$  artinya hasil penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif untuk mengatasi kecemasan pasca bencana banjir.

**Kata kunci:** Konseling, *Rational emotive behavior therapy*, Teknik Relaksasi, Kecemasan, Bencana Banjir

## PRAKARTA

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, atas limpahan rahmat dan hidayahnya sehingga kami dapat menyelesaikan laporan kemajuan kegiatan Penelitian Dosen Wajib Meneliti tahun 2021 yang berjudul “*Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Mengatasi Kecemasan Masyarakat Pasca Bencana Banjir Di Kecamatan Hantakan”. Laporan kemajuan kegiatan ini dapat diselesaikan dengan baik, tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankanlah kami mengucapkan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Sutarto Hadi, M.Si.,M.Sc selaku Rektor Universitas Lambung Mangkurat.
2. Dr. Ir. Danang Biyatmoko, M.Si. selaku Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Lambung Mangkurat
3. Dr. Chairil Paif Pasani, M.Si. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat
4. Pihak-pihak yang telah membantu dan mensukseskan pelaksanaan kegiatan ini.

Kami berharap kegiatan yang telah terlaksana ini dapat bermanfaat sebagai upaya pemberian bantuan kepada masyarakat untuk mengatasi kecemasan yang dialami.

Banjarmasin, 18 November 2021

Tim Peneliti

## DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
RINGKASAN .....	iii
PRAKATA .....	iv
DAFTAR ISI .....	v
DAFTAR TABEL .....	vi
DAFTAR GAMBAR .....	vii
DAFTAR LAMPIRAN .....	viii
BAB 1. PENDAHULUAN .....	1
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA .....	8
BAB 3. TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN .....	16
BAB 4. METODE PENELITIAN .....	17
BAB 5. HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI .....	26
BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN .....	37
DAFTAR PUSTAKA .....	38
LAMPIRAN	
- Instrument HAM-A	
- Personalia Tenaga Pelaksana & Kualifikasi	
- Foto Kegiatan Penelitian	
- Poster Penelitian	
- Submit Jurnal Penelitian	
- Video Penelitian di Youtube	
- Buku Panduan REBT	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Kisi-Kisi Instrument.....	22
Tabel 2. Validasi Ahli .....	23
Tabel 3. Perhitungan Interval.....	26
Tabel 4. Hasil Validitas Ahli 1.....	27
Tabel 5. Hasil Validitas Ahli 2.....	27
Tabel 6. Perhitungan Interval.....	29
Tabel 7. Hasil Kepraktisan Ahli 1.....	29
Tabel 8. Hasil Kepraktisan Ahli 2.....	30
Tabel 9. Rekapitulasi Instrument .....	31
Tabel 10. Uji Beda Mann Whitneyy .....	32
Tabel 11. Rencana Target Luaran .....	33

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Desain Penelitian.....	15
----------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen Penelitian HAM-A .....	38
Lampiran 2. Personalia Tenaga Pelaksana dan Kualifikasinya .....	40
Lampiran 3. Foto Kegiatan .....	41
Lampiran 4. Buku Panduan REBT.....	42



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Bencana merupakan peristiwa atau kejadian yang dapat menyebabkan kerugian baik secara material maupun non-material. Bencana alam merupakan setiap kejadian yang menyebabkan kerusakan, gangguan ekologis, hilangnya nyawa manusia atau memburuknya derajat kesehatan atau pelayanan kesehatan pada skala tertentu yang memerlukan respons dari luar masyarakat atau wilayah yang terkena (Purwastuty, 2019). Bencana dapat terjadi kapan saja dan dimana saja. Selain itu, akibat dari bencana tidak hanya mempengaruhi individu, tetapi juga lingkungan dan masyarakat.

Ballhorn (2009) Bencana alam merupakan peristiwa atau kejadian pada suatu daerah yang mengakibatkan kerusakan ekologi, kerugian kehidupan manusia, serta memburuknya kesehatan yang bermakna sehingga memerlukan bantuan luar biasa dari pihak luar. Menurut UU Nomor 24 tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana, bahwa bencana diartikan sebagai peristiwa atau rangkaian peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat yang disebabkan oleh faktor alam atau faktor non alam maupun faktor manusia sehingga mengakibatkan timbulnya korban jiwa manusia, kerusakan lingkungan kerugian harta benda, dan dampak psikologis.

Badan Nasional Penanggulangan Bencana mencatat total nilai kerusakan dan kerugian banjir Kalimantan Selatan sebesar Rp 1.127.561.340.000. Dengan rincian nilai kerusakan Rp 858.257.300.000 dan kerugian Rp 296.304.040.000. Data ini dihimpun BNPB per 1 Februari 2021. Sepanjang tahun 2018 - 2020, menurut Kepala Pusat Data, Informasi dan Komunikasi Kebencanaan BNPB, Raditya Jati Kalimantan Selatan telah mengalami 73 kali banjir. Jumlahnya terus meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2018, banjir melanda 15 kali, tahun 2019 sebanyak 20 kali dan tahun 2020 menjadi 38 kali. Banjir terjadi di kabupaten Balangan, Banjar, Tanah Laut, Kotabaru, Tabalong, Tanah Bumbu, Tapin, Hulu Sungai Tengah, Kota Banjarbaru, Kota

Banjarmasin, Hulu Sungai Selatan, dan Hulu Sungai Utara (Merdeka.Com, Selasa 2 Februari 2021, Rifa Yusya Adilah “Total Kerusakan dan Kerugian Banjir Kalsel mencapai Rp 1, 127 Triliun).

Desa Waki di Kecamatan Hantakan Kabupaten Hulu Sungai Tengah Provinsi Kalimantan Selatan pada bulan Januari 2021 mengalami bencana banjir bandang yang membuat masyarakat sebanyak 11.632 jiwa yang tinggal di Kecamatan Hantakan merasakan dampak psikologis berupa ketakutan atau kecemasan.

Kecamatan Hantakan merupakan salah satu kecamatan yang berada di kabupaten Hulu Sungai Tengah provinsi Kalimantan Selatan yang rawan akan bencana banjir bandang dikarenakan kecemasan tersebut merupakan daerah aliran sungai besar. Salah satu bencana alam yaitu banjir bandang yang terjadi di Kecamatan Hantakan pada bulan Januari 2021. Kecamatan Hantakan sendiri merupakan jalur dari sungai Pagat yang hulunya berada di gunung Kundan sedangkan hilir sungai berakhir di Amuntai. Sungai Pagat merupakan salah satu sungai terbesar di Kabupaten Hulu Sungai Tengah. Sungai Pagat ini sendiri juga merupakan salah satu sumber air untuk keperluan sehari-hari masyarakat Kecamatan Hantakan.

Pada saat terjadi musim kemarau yang berkepanjangan biasanya dapat menyebabkan curah hujan yang tinggi pada musim penghujan dan mengguyur kawasan gunung Kundan dan Pagat yang dapat mengakibatkan meluapnya sungai pagat sehingga berpotensi terjadinya banjir bandang dengan luapan air yang sangat besar dan membawa kayu-kayu serta batu besar yang dapat menghancurkan permukiman warga secara seketika. Pada tahun 2021 tanggal 14 Januari tepatnya di Desa Waki Kecamatan Hantakan terjadi banjir bandang yang mengakibatkan 150 unit rumah warga hilang yang hanya tersisa pekarangannya saja, 5 akses jembatan terputus, dan 15 orang meninggal. Banjir bandang juga merusak sejumlah fasilitas umum seperti gedung sekolah, tempat ibadah dan pasar.

Banjir bandang dapat dikatakan salah satu bencana alam yang relatif baru dikenal dan akhir-akhir ini muncul dengan intensitas cukup tinggi. Banjir bandang merupakan aliran air dalam jumlah besar yang mengalir dari hulu sungai (sebagai

pengirim) ke hilir (sebagai penerima) dengan kecepatan yang tinggi. Banjir bandang dibedakan dari jenis banjir lainnya karena mempunyai arus aliran yang sangat cepat, mempunyai daya rusak yang besar, genangan airnya cepat hilang dan membawa material lumpur yang banyak (viskositas tinggi) serta sering disertai dengan material batu dan pepohonan. Banjir bandang merupakan banjir yang terjadi secara tiba-tiba pada wilayah dataran rendah yang dipicu oleh curah hujan tinggi atau terdapat bendungan alam/buatan yang jebol. Kondisi ini terjadi jika tanah menjadi sangat jenuh dengan air dan volume air tersebut tidak dapat diinfiltrasikan ke dalam tanah, sehingga menyebabkan terjadinya luapan air yang cepat pada sisi tebing yang akan menyapu berbagai macam material yang terdapat sepanjang daerah aliran. Keadaan yang terjadi secara tiba-tiba tersebut menyebabkan peristiwa banjir bandang yang sangat membahayakan.

Banjir bandang yang membuat masyarakat sebanyak 11.632 jiwa yang tinggal di Kecamatan Hantakan merasakan dampak psikologis berupa rasa takut atau cemas akibat bencana banjir bandang yang terjadi. Kecemasan yang dialami masyarakat berbeda-beda, ada yang hanya mengalami kecemasan tingkat sedang dan hanya butuh menghindari sumber kekakutannya, tetapi ada yang mendapat serangan panik yang membuatnya tidak nyaman. Kecemasan atau ketakutan saat melihat air di sungai seringkali merupakan ketakutan yang juga dirasakan oleh kebanyakan individu yang normal, namun respon ketakutannya dapat membuat kehidupan yang normal menjadi sulit atau tidak mungkin. Hal ini disebabkan karena individu yang memiliki kecemasan yang berlebihan saat terjadi banjir dan mungkin akan kehilangan kendali, panik dan pingsan jika menghadapi bencana banjir bandang yang ditakuti. Ketakutan sendiri biasanya ditandai dengan meningkatnya detak jantung, berpikiran negative, berkeringat, gemeteran, merasa akan pingsan, mual, merasa tersedak dan/atau meningkatnya tekanan darah (Clark & Beck, 2009). Keadaan normal setiap orang memiliki kemampuan mengendalikan rasa takut, tetapi bila terpapar terus-menerus dengan hal yang menjadi sumber ketakutannya, maka akan terjadi fiksasi, dimana

mental seseorang terkunci pada sumber kecemasannya tersebut yang membuat kecemasannya membesar (Johnson & Jack, 2015).

Bencana alam dapat meningkatkan level kecemasan, depresi dan *post traumatic syndrome disaster*. Pada dasarnya, kecemasan merupakan hal wajar yang pernah dialami oleh setiap manusia. Kecemasan sudah dianggap sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Kecemasan adalah suatu perasaan yang sifatnya umum, dimana seseorang merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun wujudnya (Johnson & Jack, 2015).

Kecemasan adalah ketegangan, rasa tidak aman dan kekawatiran yang timbul karena dirasakan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan tetapi sumbernya sebagian besar tidak diketahui dan berasal dari dalam. Kecemasan adalah sesuatu yang menimpa hampir setiap orang pada waktu tertentu dalam kehidupannya. Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang. Kecemasan bias muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi (MacIntyre & Garder, 1991). Sementara itu, menurut Soysa, Champika, Wilcomb & Carolyn (2015) mendefinisikan kecemasan sebagai ketakutan terhadap hal-hal yang belum tentu terjadi. Perasaan cemas muncul apabila seseorang berada dalam keadaan diduga akan merugikan dan mengancam dirinya, serta merasa tidak mampu menghadapinya. Dengan demikian, rasa cemas sebenarnya suatu ketakutan yang diciptakan oleh diri sendiri, yang dapat ditandai dengan selalu merasa khawatir dan takut terhadap sesuatu yang belum terjadi.

Menurut Rijn & Wild (2013), tanda dan gejala kecemasan adalah cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri serta mudah tersinggung, merasa tegang, tidak tenang, gelisah dan mudah terkejut, mengatakan takut bila sendiri atau pada keramaian dan banyak orang, mengalami gangguan pola tidur dan disertai mimpi yang menegangkan.

Berdasarkan hasil wawancara kepada Camat Hantakan dan beberapa masyarakat setempat pada tanggal 23 Januari 2021 pada hari Sabtu bertempat di rumah Camat di dapatkan data bahwa hampir seluruh masyarakat khususnya di Kecamatan

Hantakan mengalami kecemasan yang tinggi, hal ini bisa terlihat dari penuturan masyarakat bahwa mereka mengalami perasaan cemas, tidak tenang, takut terhadap suara guntur yang menandakan akan turun hujan, takut sungai meluap dan terjadi banjir lagi, berpikiran negatif serta trauma akibat kehilangan anggota keluarga yang menjadi korban banjir. Dampak yang terjadi jika kecemasan tersebut tidak diatasi pada individu maka akan menimbulkan kecemasan realitas tinggi sehingga individu tersebut bisa mengalami gangguan stres pasca trauma dimana kerusakan mungkin melibatkan perubahan fisik di dalam otak dan kimia otak. Selain itu, kondisi tersebut akan mengubah respon seseorang terhadap stres masa depan, terutama usia anak dan remaja tidak dapat berkembang sesuai dengan potensi yang dimilikinya dan tugas perkembangan akan terhambat.

Upaya penanggulangan bencana telah dilakukan oleh Pemerintah Republik Indonesia. Laporan IFRCRCS (2005) dalam menyatakan bahwa pemerintah Indonesia telah memberikan alokasi perhatian pada kebencanaan sejak 1966 dengan pembentukan tim penanggulangan kondisi darurat yang kemudian dikukuhkan dalam Peraturan Presiden Nomor 28 tahun 1979 Tentang Pembentukan Badan Koordinasi Penanggulangan Bencana. Upaya yang diberikan lebih mengarah kepada proses bantuan ketika bencana terjadi dan pasca bencana yang lebih mengfokuskan kepada perbaikan lingkungan dan bantuan bahan pangan. Dampak yang terjadi secara psikis terkadang terabaikan oleh mereka sehingga bantuan secara psikis ini juga merupakan hal yang penting dalam pemulihan pasca bencana banjir bandang.

Berdasarkan permasalahan tersebut perlu adanya upaya untuk menangani permasalahan kecemasan realistik yang dialami oleh masyarakat setempat khususnya anak dan remaja. Salah satu kegiatan yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan konseling kepada masyarakat yang terdampak. Layanan konseling merupakan proses bantuan yang diberikan oleh seorang yang ahli dalam bantuan pemecahan masalah individu. Konseling yang akan digunakan adalah konseling kelompok. Konseling kelompok merupakan salah satu bentuk konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberikan umpan balik (*feed back*) dan pengalaman belajar.

Konseling kelompok dalam prosesnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok (Latipun, 2006: 178). Konseling kelompok merupakan kelompok terapeutik guna membantu konseli dalam mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari.

Gazda (1978) memberikan definisi bahwa konseling kelompok adalah suatu proses antara pribadi yang dinamis, yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang disadari. Proses itu mengandung ciri-ciri terapeutik seperti pengungkapan pikiran dan perasaan secara leluasa, orientasi pada kenyataan, keterbukaan diri mengenai seluruh perasaan mendalam yang dialami, saling percaya, saling perhatian, saling pengertian dan saling mendukung. Para klien dapat memanfaatkan suasana komunikasi antar-pribadi dalam kelompok untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup, serta untuk belajar dan atau menghilangkan suatu sikap dan perilaku tertentu (Lubis, 2011).

Untuk mereduksi masalah kecemasan realitas ini menggunakan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*. *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah system psikoterapi yang mengajari individu bagaimana sistem keyakinannya menentukan yang dirasakan dan dilakukannya pada berbagai peristiwa kehidupan ( Ellis, 1998).

Ellis mengusulkan tiga hipotesis yang fundamental dalam makalah yang berjudul “psikoterapi rasional”. Pertama, pikiran dan emosi saling berkaitan erat. Kedua, pikiran dan emosi saling berkaitan sehingga biasanya keduanya saling menyertai satu sama lain, dan hal-hal tertentu pada dasarnya sama, sehingga pikiran seseorang menjadi emosinya dan emosinya menjadi pikirannya. Ketiga, pikiran dan emosi cenderung berbentuk *self-talk* atau kalimat-kalimat yang diinternalisasikan dan untuk semua maksud praktis, kalimat yang selalu dikatakan orang kepada dirinya akan menjadi pikiran emosinya (Colledge, 2002). Selanjutnya menurut Ellis menegaskan bahwa berfikir irasional menjadi masalah bagi individu karena: menghambat individu dalam mencapai tujuan-tujuan, menciptakan emosi yang ekstrim yang mengakibatkan stres dan menghambat mobilitas dan mengarahkan pada tingkah laku yang menyakit

diri sendiri. Serta menyalahkan kenyataan (salah menginterpretasikan kejadian yang terjadi atau tidak didukung oleh bukti yang kuat). Mengandung cara yang tidak logis dalam mengevaluasi diri, orang lain, dan lingkungan sekitar (dalam Komalasari, 2011). Albert Ellis berpendapat “keyakinan-keyakinan yang irasional akan menghasilkan reaksi emosional pada individu. Keyakinan yang irasional akan berakibat pada reaksi emosional dan perilaku yang salah (Latipun, 2005).

Pikiran, emosi dan perilaku jarang bisa benar-benar dipisahkan. Berpikir dan emosi berinteraksi dengan perilaku individu biasanya bertindak atas dasar pemikiran dan emosi. Selain itu tindakan mereka mempengaruhi bagaimana mereka berpikir dan berperasaan. Secara umum, pandangan rasional emotif menfokuskan diri pada cara berpikir manusia. Hal inilah yang dijadikan acuan bagi konselor untuk mengubah tingkah lakunya. Tujuan utama yang ingin dicapai dalam *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah membantu individu menyadari bahwa mereka dapat hidup dengan lebih rasional dan lebih produktif, mengajarkan individu untuk mengoreksi kesalahan berfikir untuk mereduksi emosi yang tidak diharapkan, membantu individu mengubah kebiasaan berfikir dan tingkah laku yang merusak diri, serta mendukung konseli untuk menjadi lebih toleran terhadap diri sendiri, orang lain dan lingkungannya (Komalasari, 2011).

## **BAB 2**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Kecemasan**

Kecemasan adalah hal yang wajar yang pernah dialami oleh setiap manusia. Kecemasan sudah dianggap sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari dan dapat dialami oleh siapa saja. Menurut Adrian Wells (1997), kecemasan (ansietas/anxiety) adalah gangguan alam perasaan (affective) yang ditandai dengan perasaan ketakutan atau kekhawatiran yang mendalam dan berkelanjutan, tidak mengalami gangguan dalam menilai realitas (*Reality Testing Ability/RTA*, masih baik), kepribadian masih tetap utuh (tidak mengalami keretakan kepribadian/*splitting of personality*), perilaku dapat terganggu tetapi masih dalam batas-batas normal. Adrian Wells (2008) dalam buku manajemen emosi, Calhoun dan Acocella (1995) mengemukakan aspek-aspek kecemasan yang dikemukakan dalam tiga reaksi, yaitu sebagai berikut:

1. Reaksi emosional, yaitu komponen kecemasan yang berkaitan dengan persepsi individu terhadap pengaruh psikologis dari kecemasan, seperti perasaan keprihatinan, ketegangan, sedih, mencela diri sendiri atau orang lain.
2. Reaksi kognitif, yaitu ketakutan dan kekhawatiran yang berpengaruh terhadap kemampuan berpikir jernih sehingga mengganggu dalam memecahkan masalah dan mengatasi tuntutan lingkungan sekitarnya.
3. Reaksi fisiologis, yaitu reaksi yang ditampilkan oleh tubuh terhadap sumber ketakutan dan kekhawatiran. Reaksi ini berkaitan dengan system syaraf yang mengendalikan berbagai otot dan kelenjar tubuh sehingga timbul reaksi dalam bentuk jantung berdetak lebih keras, nafas bergerak lebih cepat, tekanan darah meningkat dan lain sebagainya.

Rosenberg (2017) memandang manusia didorong menuju pengurangan ketegangan, untuk mengurangi perasaan cemas. Ketika beberapa jenis kecemasan terjadi, pikiran merespons dengan dua cara: Pertama, upaya pemecahan masalah



meningkat, dan Kedua, mekanisme pertahanan diri dipicu. Tetapi ketika kecemasan menjadi luar biasa, pikiran manusia harus mempertahankan diri. Freud membagi tiga jenis kecemasan utama, yaitu :

#### 1. Kecemasan Realita

Kecemasan realitas merupakan suatu kecemasan yang bersumber dari adanya ketakutan terhadap bahaya yang mengancam di dunia nyata. Kecemasan ini menuntun kita untuk berperilaku cara menghadapi bahaya dan tidak jarang ketakutan yang bersumber pada realitas ini menjadi ekstrim.

#### 2. Kecemasan Neurotik

Kecemasan ini mempunyai dasar pada masa kecil, dan konflik antara pemuasan instingtual dan realitas.

#### 3. Kecemasan Moral

Secara dasar, kecemasan ini merupakan ketakutan akan suara hati individu sendiri. Ketika individu termotivasi untuk mengekspresikan impuls instingtual yang berlawanan dengan nilai moral, maka individu itu akan merasa malu dan bersalah. Kecemasan moral menjelaskan bagaimana berkembangnya superego, biasanya individu dengan kata hati yang kuat akan mengalami konflik yang lebih hebat daripada individu yang mempunyai kondisi toleransi moral yang lebih longgar.

Untuk mengukur tingkat kecemasan seseorang salah satunya menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A) adalah kuesioner psikologis yang digunakan oleh dokter untuk menilai tingkat keparahan kecemasan pasien ditujukan untuk orang dewasa, remaja, dan anak-anak (Clark and Donovan, 1994). Hamilton Anxiety Rating Scale diterbitkan oleh Max Hamilton pada tahun 1959, dimana kecemasan tersebut diukur melalui 14 indikator, yang meliputi:

1. Perasaan cemas. Berupa cemas, firasat buruk, takut akan pikiran sendiri, dan mudah tersinggung.
2. Ketegangan. Merasa tegang, lesu, tidak dapat beristirahat dengan tenang, mudah terkejut, mudah menangis, gemetar dan gelisah.

3. Ketakutan. Ketakutan pada gelap, ketakutan ditinggal sendiri, ketakutan pada binatang besar, ketakutan pada kerumunan orang banyak, ketakutan pada orang asing, ketakutan pada keramaian lalu lintas.
4. Gangguan tidur. Sukar memulai tidur, terbangun pada malam hari, tidak tidur nyenyak, mimpi buruk, mimpi yang menakutkan.
5. Gangguan kecerdasan. Daya ingat buruk, sulit konsentrasi, sering binggung.
6. Perasaan depresi. Kehilangan minat, sedih, bangun dini hari, kurang senang pada hobi, perasaan yang berubah sepanjang hari.
7. Gejala somatik. Nyeri pada otot, kaku, kedutan otot, gigi gemertak, suara berubah.
8. Gejala sensorik. Telinga berdengung penglihatan kabur, merasa lemah, perasaan ditusuk-tusuk, muka merah dan pucat.
9. Gejala kardiovaskuler. Berdebar-debar, nadi cepat, nyeri pada dada, denyut nadi mengerut, rasa lemah seperti mau pingsan, detak jantung hilang sekejap.
10. Gejala pernafasan. Rasa tertekan pada dada, perasaan tercekik, merasa nafas pendek atau sesak, sering menarik nafas panjang.
11. Gejala gastrointestinal. Saat menelan, mual, muntah, perut melilit, gangguan pencernaan, nyeri lambung sebelum/sesudah makan, rasa panas pada perut, berat badan turun, sukar buang air besar, berat badan menurun.
12. Gejala urogenital. Sering kencing, tidak dapat menahan kencing, anemorhea, menstruasi yang tidak teratur, frigiditas.
13. Gejala otonom. Mulut kering, mudah berkeringat, pusing/sakit kepala, bulu roma berdiri, muka kering.
14. Perilaku sewaktu wawancara, gelisah, tidak tenang, jari gemetar, kerut kening, muka tegang, tonus otot meningkat, napas pendek cepat, dan muka merah.

## **B. Konseling Kelompok**

Konseling kelompok menjadi salah satu alternatif layanan yang dapat dilaksanakan oleh konselor guna menyelesaikan berbagai permasalahan konseli melalui seting kelompok secara efektif dan efisien. Seperti pendapat Fibkins (2014: 7)

Konseling kelompok sebagai strategi yang memungkinkan konselor untuk menjangkau lebih banyak konseli dan memaksimalkan peran dalam membantu permasalahan mereka. Melalui konseling kelompok, konseli dapat mengembangkan *insight* pada dirinya sendiri, dan mencapai penyesuaian diri yang sehat (Mappiere, 2011: 164).

Adapun menurut Berg, Landreth dan Fall (2018: 1) menyatakan bahwa konseling kelompok merupakan sistem intervensi unik yang berbeda secara signifikan dari prosedur-prosedur yang tergambar dalam panduan dan proses konseling. Menurut Hartini dan Atika (2016: 71) menjelaskan bahwa konseling kelompok adalah serangkaian proses interaksi kelompok untuk mendorong agar konseli mampu memahami diri dan penerimaan dirinya. Konseling kelompok yang terfokus dalam membantu konseli untuk mampu memahami diri dengan baik dan mampu menerima dirinya. Sedangkan Menurut Latipun (2011: 151) bahwa konseling kelompok merupakan kelompok terapeutik guna membantu konseli dalam mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari. Konseling kelompok biasanya ditekankan untuk proses remedial dan dapat mencapai fungsi-fungsi agar lebih optimal.

Dalam konseling kelompok terdapat tujuan-tujuan. Adapun tujuan anggota kelompok untuk mengikuti konseling kelompok menurut Mappiare (2011: 165) bahwa konseling kelompok mempunyai tujuan pokok menciptakan suasana bantuan antar pribadi yang memungkinkan tiap individu mengembangkan *insight* pada dirinya sendiri dan mencapai penyesuaian personal yang lebih sehat, dapat pula menekankan masalah perkembangan, pelibatan pilihan dan nilai, sikap dan emosi, bersifat pencegahan dan penyembuhan masalah. Konseling kelompok dengan demikian dapat berorientasi preventif dan dapat pula berorientasi remedial.

### ***C. Rational Emotive Behavior Therapy***

Pendekatan yang digunakan dalam REBT adalah psiko-pendidikan, yang pada dasarnya berbentuk aktif-direktif (mengarah atau membimbing) serta didaktif (mengajar). Fokus terapi REBT adalah kepada pemikiran, emosi dan tindakan. la

dilihat sebagai proses pembelajaran (Mappiare, 2008). Menurut pandangan Ellis, *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* adalah system psikoterapi yang mengajari individu bagaimana sistem keyakinannya menentukan yang dirasakan dan dilakukannya pada berbagai peristiwa kehidupan ( Ellis, 1998).

Menurut Winkel (1991) dalam bukunya “Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan” mengatakan bahwa terapi rasional emotif adalah corak konseling yang menekankan kebersamaan dan interaksi antara berfikir dengan akal sehat (*Rational Thinking*), berperasaan (*Emoting*), dan berperilaku (*Acting*), sekaligus menekankan bahwa suatu perubahan yang mendalam dalam cara berfikir dan berperasaan dapat mengakibatkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku.

REBT menurut beberapa pengertian di atas adalah konselor membantu konseli mengenal secara pasti pandangan atau kepercayaan yang irasional menjadi rasional, serta mendorong konseli untuk mengubah pandangan ke arah yang lebih mendorong dan membantu diri.

*Rational Emotive Behavior Therapy* diciptakan dan dikembangkan oleh Albert Ellis (1950an), seorang psikoterapis yang terinspirasi oleh ajaran-ajaran filsuf Asia, Yunani, Romawi dan modern yang lebih mengarah pada teori belajar kognitif (Ellis,1950). Asal-usul terapi rasional-emotif dapat ditelusuri dengan filosofi dari Stoicisme di Yunani kuno yang membedakan tindakan dari interpretasinya. Epictetus dan Marcus Aurelius dalam bukunya “*The Enchiridion*”, menyatakan bahwa manusia tidak begitu banyak dipengaruhi oleh apa yang terjadi pada dirinya, melainkan bagaimana manusia memandang/menafsirkan apa yang terjadi pada dirinya (*People are not disturbed by things, but by the view they take of them*) (Komalasari, 2011).

Landasan filosofi Terapi *Rasional Emotif Behavior* tentang manusia tergambar dalam *Quotation* dari Epictetus yang dikutip oleh Ellis, yaitu “Manusia terganggu bukan karena sesuatu tapi karena pandangan tentang sesuatu”. Landasan filosofi tentang manusia terdiri dari: *Theory of Knowlegde*, yaitu individu diajak mencari cara yang reliable dan valid untuk mendapatkan pengetahuan dan menentukan bagaimana kita mengetahui bahwa sesuatu itu benar. Secara dialektik atau sistem berfikir

berasumsi bahwa logis itu tidak mudah. Kebanyakan individu cenderung ahli dalam berfikir tidak logis. Selain itu, di dalam sistem nilai, terdapat dua nilai eksplisit yang dipegang teguh oleh individu namun tidak sering diucapkan meliputi nilai untuk bertahan hidup (*survival*) dan nilai kesenangan (*enjoyment*) (Komalasari, 2011). Prinsip etik juga menjadi landasan filosofis, manusia dipandang memiliki tiga tujuan fundamental, yaitu: untuk bertahan hidup (*to survive*), untuk bebas dari kesakitan (*to be relatively free from pain*), dan untuk mencapai kepuasan (*to be reasonably satisfied or content*) (Colledge, 2002).

Untuk memahami dinamika kepribadian dalam pandangan terapi rasional emotif perlu memahami konsep-konsep dasar yang dikemukakan Ellis (1994), ada tiga hal yang terkait dengan perilaku, yaitu *Activating Event* (A), *Belief* (B), dan *Consequence* (C), yang kemudian dikenal dengan konsep A-B-C. Setelah A-B-C menyusul *Disputing* (D) dan *Effective new philosophy of life* (E) untuk memasukkan perubahan dan hasil yang diharapkan dari perubahan. Selain itu, huruf *Goal* (G) dapat diletakkan terlebih dahulu untuk memberikan konteks bagi ABC seseorang (Albert Ellis & Maurits Kwee, 1998).

## **B. Banjir Bandang**

Menurut Undang-Undang No. 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana, bahwa bencana adalah peristiwa atau rangkaian peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat yang disebabkan, baik oleh faktor alam dan atau faktor non alam maupun faktor manusia sehingga mengakibatkan timbulnya korban jiwa manusia, kerusakan lingkungan, kerugian harta benda, dan dampak psikologis. Bencana merupakan pertemuan dari tiga unsur, yaitu ancaman bencana, kerentanan, dan kemampuan yang dipicu oleh suatu kejadian. Definisi tersebut menyebutkan bahwa bencana disebabkan oleh faktor alam, non alam, dan manusia. Oleh karena itu, Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2007 tersebut juga mendefinisikan mengenai bencana alam, bencana nonalam, dan bencana sosial. Bencana alam adalah bencana yang diakibatkan oleh peristiwa atau serangkaian

peristiwa yang disebabkan oleh gejala-gejala alam yang dapat mengakibatkan kerusakan lingkungan, kerugian materi, maupun korban manusia (Kamadhis UGM, 2007).

Banjir adalah di mana sesuatu daerah dalam keadaan tergenang oleh air dalam jumlah yang cukup besar. Sedangkan yang dimaksud banjir bandang adalah banjir yang datang secara tiba-tiba yang disebabkan oleh karena tersumbatnya sungai maupun karena penggundulan hutan di sepanjang sungai sehingga merusak rumah-rumah penduduk maupun menimbulkan korban jiwa. Banjir bandang merupakan suatu proses aliran air yang deras dan pekat karena disertai dengan muatan massif bongkah-bongkah batuan dan tanah serta batang-batang kayu (debris) yang berasal dari arah hulu sungai. Banjir bandang ini dipicu oleh faktor hidrologi yaitu intensitas hujan yang tinggi, faktor klimatologis, dan juga geologis antara lain longsor dan pembendungan alamiah di daerah hulu (Meon, 2006). Selain berbeda dari segi muatan yang terangkut di dalam aliran air tersebut, banjir bandang ini juga berbeda dibandingkan banjir biasa. Sebab, dalam proses banjir ini, terjadi kenaikan debit air secara tiba-tiba dan cepat (Price, 2009).

Banjir bandang dapat dikatakan salah satu bencana alam yang relatif baru dikenal dan akhir-akhir ini muncul dengan intensitas cukup tinggi. Banjir bandang merupakan aliran air dalam jumlah besar yang mengalir dari hulu sungai (sebagai pengirim) ke hilir (sebagai penerima) dengan kecepatan yang tinggi. Banjir bandang dibedakan dari jenis banjir lainnya karena mempunyai arus aliran yang sangat cepat, mempunyai daya rusak yang besar, genangan airnya cepat hilang dan membawa material lumpur yang banyak (viskositas tinggi) serta sering disertai dengan material batu dan pepohonan. Banjir bandang merupakan banjir yang terjadi secara tiba-tiba pada wilayah dataran rendah yang dipicu oleh curah hujan tinggi atau terdapat bendungan alam/buatan yang jebol. Kondisi ini terjadi jika tanah menjadi sangat jenuh dengan air dan volume air tersebut tidak dapat diinfiltrasikan ke dalam tanah, sehingga menyebabkan terjadinya luapan air yang cepat pada sisi tebing yang akan menyapu berbagai macam material yang terdapat sepanjang daerah aliran. Keadaan yang terjadi

secara tiba-tiba tersebut menyebabkan peristiwa banjir bandang yang sangat membahayakan.

## **BAB 3**

### **TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN**

#### **A. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah:

1. Menentukan validitas dari buku pedoman pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam layanan konseling kelompok untuk mengatasi kecemasan realitas masyarakat pasca bencana banjir di kecamatan hantakan.
2. Menentukan kepraktisan dari buku pedoman pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam layanan konseling kelompok untuk mengatasi kecemasan realitas masyarakat pasca bencana banjir di kecamatan hantakan.
3. Menentukan keefektifan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam layanan konseling kelompok untuk mengatasi kecemasan realitas masyarakat pasca bencana banjir di kecamatan hantakan.

#### **B. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini adalah:

##### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini akan memberikan kontribusi temuan tentang pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* yang dapat digunakan sebagai pendekatan dalam konseling kelompok mengatasi kecemasan realitas pada masyarakat pasca bencana banjir.

##### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian yang berupa pemberian konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* ini dapat diterapkan oleh konselor untuk mengatasi kecemasan realitas masyarakat pasca bencana banjir.



## **BAB 4**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Tipe pendekatan ini merupakan jenis pendekatan kuantitatif memandang tingkah laku manusia dapat di ramal dan realitas sosial, objektif dan dapat diukur. Oleh karena itu, penggunaan penelitian kuantitatif dengan instrument yang valid dan reliable serta analisis statistik yang sesuai dan tepat menyebabkan hasil penelitian yang dicapai tidak menyimpang dari kondisi yang sesungguhnya (Yusuf, 2015:58).

Metode penelitian yang digunakan adalah jenis eksperimen, metode penelitian eksperimen merupakan metode penelitian yang paling produktif, karena jika penelitian tersebut dilakukan dengan baik dapat menjawab hipotesis yang utamanya berkaitan dengan hubungan sebab akibat (Sukardi, 2016:179)

#### **B. Desain Penelitian**

Pada penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *Pretest-Posttest Control Group Design*. Rancangan ini digunakan sekelompok subjek yang diambil populasi dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen dikenai variable perlakuan tertentu dalam jangka waktu tertentu, lalu kedua kelompok itu dikenai pengukuran yang sama. Perbedaan yang timbul dianggap bersumber pada variable perlakuan (Sugiyono, 2016: 213).

Penelitian *Pretest-Posttest Control Group Design* adalah suatu rancangan eksperimen (*true experimental design*) karena kedua kelompok dipilih sesuai dengan kriteria yang dipersyaratkan penelitian. Rancangan penelitian jenis ini digambarkan sebagai berikut:

	Pretest	Treatment	Posttest
Exper group (R)*	R*	O <sub>1</sub> X	O <sub>2</sub>
Control goup (R)	RO <sub>3</sub>	O <sub>4</sub>	

**Gambar 1. Design Penelitian**

**Prosedur:**

1. Pilih sejumlah subjek dari suatu populasi secara random
2. Kelompokan subjek tersebut menjadi dua kelompok, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol
3. Pertahankan agar kondisi-kondisi bagi kedua kelompok itu tetap sama, kecuali satu hal yaitu kelompok eksperimen dikenai variabel eksperimental X (digunakan teknik REBT)
4. Kenakan *test pretest* kepada kedua kelompok tersebut
5. Hitung mean masing-masing kelompok, mean yang dihitung ialah *meantest pretest*
6. Kedua kelompok akan diberikan perlakuan yang sama tetapi kelompok R diberikan perlakuan eksperimen
7. Kenakan *test posttest* setelah diberikan perlakuan
8. Hitung *mean* masing-masing kelompok, mean yang dihitung ialah *mean test posttest*
9. Terapkan *test statistic* tertentu untuk menguji apakah perbedaan itu signifikan, yaitu cukup besar untuk menolak hipotesis nol.

(Sugiyono. 2016:112)

**C. Tahap Pelaksanaan Penelitian**

Langkah-langkah penelitian yang dilakukan adalah

1. Studi Lapangan dan Perijinan

Tim peneliti bersama surveyor melakukan observasi lapangan dan wawancara mendalam terhadap masyarakat yang terdampak banjir bandang di kecamatan hantakan. Studi lapangan dilaksanakan dengan tujuan untuk memperdalam data awal penelitian.

2. Desain instrument dan buku panduan

Tim peneliti melakukan *focus group discussion* dalam merancang instrument yang akan digunakan sebagai alat pengumpulan data penelitian berupa skala kecemasan yang akan dibagikan kepada populasi penelitian untuk menjangkau sampel penelitian. Tim peneliti juga melakukan *focus group discussion* terkait penyusunan buku panduan yang akan digunakan oleh peneliti dalam memberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* untuk mengatasi kecemasan realita masyarakat pasca bencana banjir di Desa Waki Kecamatan Hantakan.

3. Melaksanakan uji ahli instrument dan buku panduan

Skala kecemasan dan buku panduan yang sudah dirancang bersama tim peneliti akan dilaksanakan uji ahli kepada orang yang berkompeten dalam bidang tersebut. Tim peneliti akan melakukan uji ahli skala kecemasan dan buku panduan kepada 2 orang dosen dengan latar belakang Pendidikan Bimbingan dan konseling yang memiliki gelar minimal doktor. Tujuan pelaksanaan uji ahli untuk mendapatkan kesesuaian konten dengan permasalahan penelitian dalam mereduksi kecemasan realitas dan buku panduan sehingga dapat membantu dalam mendapatkan data validitas dan kepraktisan buku panduan dan keefektifan layanan konseling kelompok dengan pendekatan REBT.

4. Pengumpulan data lapangan

Tim peneliti dibantu bersama pembantu lapangan mengumpulkan data melalui penyebaran skala kecemasan kepada populasi yaitu masyarakat yang terdampak banjir bandang di Desa Waki Kecamatan Hantakan. Data yang di dapatkan kemudian akan dilakukan analisis atau pengolahan data oleh pengolah data untuk kemudian didapatkan sampel penelitian yang akan diberikan

*treatment* layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*.

5. Pelaksanaan Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy*

Tim peneliti dibantu oleh pembantu lapangan dalam menyiapkan tempat untuk pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* untuk sampel yang sudah ditentukan. Tim sebagai konselor dalam pemberian layanan konseling. Dalam pelaksanaan layanan konseling tim peneliti melakukan tahapan *pre-test* dan *post-test* kepada sampel untuk mengetahui keefektifan layanan konseling yang diberikan.

6. Analisis data

Data yang didapatkan melalui tahapan *pre-test* dan *post-test* akan di analisis oleh pengolah data untuk kemudian menentukan keefektifan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* menggunakan teknik analisis data yang sudah ditentukan.

7. Pelaporan Hasil

Setelah selesai melaksanakan *treatment* lapangan tim peneliti melakukan proses pelaporan hasil penelitian dengan membuat laporan kemajuan dan laporan akhir yang sesuai dengan panduan program dosen wajib meneliti tahun 2021.

8. Publikasi hasil penelitian

Sebagai luaran penelitian, tim peneliti akan menghasilkan sebuah buku panduan ber-ISBN dan jurnal internasional terindeks.

#### **D. Subyek Penelitian**

Subyek penelitian adalah masyarakat yang terdiri dari anak dan remaja yang mengalami kecemasan realitas tinggi di Desa Waki Kecamatan Hantakan Kabupaten Hulu Sungai Tengah Kalimantan Selatan.

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Angket Kecemasan**

#### **a. Jenis instrument**

Untuk melakukan pengukuran ini peneliti menggunakan pengukuran terdahulu. Instrument yang digunakan adalah kuesioner (angket). Kuesioner atau angket adalah daftar pertanyaan yang digunakan Oleh peneliti untuk mengumpulkan data dari responden. Penelitian ini menggunakan kuesioner tingkat kecemasan Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A)

#### **b. Definisi konseptual**

Kecemasan sebagai ketakutan terhadap hal-hal yang belum tentu terjadi. Perasaan cemas muncul apabila seseorang berada dalam keadaan diduga akan merugikan dan mengancam dirinya, serta merasa tidak mampu menghadapinya. Dengan demikian, rasa cemas sebenarnya suatu ketakutan yang diciptakan oleh diri sendiri, yang dapat ditandai dengan selalu merasa khawatir dan takut terhadap sesuatu yang belum terjadi.

#### **c. Definisi operasional**

Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang. Kecemasan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi (MacIntyre & Garder, 1991). Menurut Rijn & Wild (2013), tanda dan gejala kecemasan adalah cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri serta mudah tersinggung, merasa tegang, tidak tenang, gelisah dan mudah terkejut, mengatakan takut bila sendiri atau pada keramaian dan banyak orang, mengalami gangguan pola tidur dan disertai mimpi yang menegangkan.

**Tabel 1. Kisi-Kisi Angket Kecemasan**

No	Variabel	Indikator	Jumlah Butir	Nomor Butir
1	Kecemasan	Perasaan Cemas	3	1,2,3
		Ketakutan	1	4,5
		Ketegangan	1	6
		Gangguan tidur	1	7
		Gejala kardiovaskuler	1	8
		Gejala otonom	1	9
		Gejala sensorik	1	10

2. Buku Panduan *Rational Emotive Behavior Therapy*

a. Definisi konseptual

REBT adalah pendekatan yang digunakan untuk merubah pemikiran irasional seseorang menjadi lebih rasional lagi. Pendekatan REBT lebih diorientasikan pada kognisi, perilaku dan aksi yang lebih mengutamakan berpikir, menilai, menentukan, menganalisis dan melakukan sesuatu. Pendekatan ini mempunyai asumsi bahwa kognisi, emosi dan perilaku berinteraksi secara signifikan dan mempunyai hubungan sebab akibat yang resiprokal (Achmad Juntika Nurihsan. 2021: 371).

b. Definisi operasional

Pendekatan REBT lebih diorientasikan pada kognisi, perilaku dan aksi yang lebih mengutamakan berpikir, menilai, menentukan, menganalisis dan melakukan sesuatu. Pendekatan ini mempunyai asumsi bahwa kognisi, emosi dan perilaku berinteraksi secara signifikan dan mempunyai hubungan sebab akibat yang resiprokal (Achmad Juntika Nurihsan. 2021: 371).

Dalam penelitian ini layanan konseling yang diberikan berupa layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*.

c. Kisi-kisi buku panduan *rational emotive behavior therapy*

Pada bahan perlakuan ini berisi panduan prosedur pelaksanaan pendekatan REBT, yang meliputi tahapan-tahapan sebagai berikut: (1) pendahuluan, (2) transisi, (3) inti, tahapan pelaksanaan konseling kelompok pendekatan REBT,

(4) penutup. Komponen pendahuluan berisi tentang kecanduan media sosial. komponen kedua dan ketiga tahapan pelaksanaan pendekatan REBT yaitu setiap komponen terdiri dari tujuan dan prosedur pelaksanaan. Penutupan yaitu tahap post-test, komponen tujuan berisi mengenai rumusan secara operasional tentang apa yang dicapai dari proses tahapan konseling. Komponen prosedur pelaksanaan mengenai langkah-langkah yang harus dilaksanakan konselor dalam proses konseling secara sistematis.

Setelah tersusun panduan konseling kelompok dengan pendekatan REBT dan sebelum digunakan dalam penelitian, terlebih dahulu akan dilakukan validasi ahli dari penilai ahli (*expert judgement*). Untuk mendapatkan data kuantitatif, maka disusun dalam bentuk skala penilaian. Skala penilaian ini terdiri dari 10 item dengan skor 1-5 yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Keterangan skor:

1 = Tidak Baik

2 = Kurang Baik

3 = Cukup Baik

4 = Baik

5 = Sangat Baik

**Tabel 2**  
**Validasi Ahli Panduan Pelaksanaan Konseling REBT dalam Layanan Konseling Kelompok**

No.	Aspek yang dinilai	Hasil penilaian	
		Nilai	Uraian
1.	Kejelasan konsep <i>REBT</i> dalam layanan konseling kelompok.		
2.	Keoperasionalan rumusan tujuan dari setiap tahapan.		
3.	Ketepatan konselor untuk membangun hubungan baik dengan konseli.		

4.	Ketepatan konselor menumbuhkan sikap kebersamaan dalam pelaksanaan kegiatan konseling kelompok.		
5.	Kejelasan langkah-langkah pelaksanaan konseling kelompok dalam setiap tahap		
6.	Kesesuaian pengaturan waktu yang tepat untuk proses konseling kelompok.		
7.	Ketepatan dan kejelasan penggunaan pendekatan <i>REBT</i> yang digunakan dalam setiap tahapan.		
8.	Kejelasan adanya peran konselor dalam proses konseling kelompok.		
9.	Kejelasan adanya peran konseli dalam proses konseling kelompok.		
10.	Kejelasan konselor mengakhiri konseling kelompok.		

#### F. Teknik Analisis Data

Data dalam penelitian ini diperoleh dari sejumlah data kuantitatif yaitu penilaian aspek variabel Y yang diperoleh dari nilai pretest dan posttes serta lembar angket respon peserta didik. Setelah data-data tersebut diperoleh, maka langkah selanjutnya adalah melakukan analisis data. Untuk dapat menganalisis data, maka peneliti menggunakan *Uji Mann-Whitney Test*. *Uji Mann-Whitney Test* digunakan untuk menguji perbedaan dua sampel bebas (*independent*) dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

##### 1. Rumus

$$U_1 = n_1 n_2 + \frac{n_1 (n_1 + 1)}{2} - K_1 \quad (\text{Hamid Darmadi, 2011: 251}).$$

Dan

$$U_2 = n_1 n_2 + \frac{n_2 (n_2 + 1)}{2} - K_2$$

Keterangan :

$n_1$  = Jumlah sampel 1



$n_2$  = Jumlah sampel 2  
 $U_1$  = Jumlah peringkat 1  
 $U_2$  = Jumlah peringkat 2  
 $K_1$  = Jumlah rangking pada sampel 1  
 $K_2$  = Jumlah rangking pada sampel

## BAB 5

### HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Validitas Buku Panduan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Buku panduan REBT yang disusun selanjutnya akan dilaksanakan uji validitas ahli kepada 2 orang dosen yang memiliki keahlian dalam bidang bimbingan dan konseling yaitu uji ahli 1 Dr Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd dan uji ahli 2 Dr Sulistiyana, S.Pd.,M.Pd. Rentang penilaian yang diberikan yaitu 5 = Sangat Baik; 4 = Baik; 3 = Cukup Baik; 2 = Tidak Baik; 1 = Sangat Tidak Baik. Selanjutnya melakukan interpersi skor dalam kategori sangat rendah, rendah, cukup/sedang, tinggi, dan sangat tinggi, dapat dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut (Fenti Hikmawati, 2017: 78)

$$\text{Skor Maksimal} : 10 \times 5 = 50$$

$$\text{Skor Minimal} : 10 \times 1 = 10$$

$$\text{Panjang Kelas Interval} : 50 : 5 = 10$$

Dengan panjang interval 10 dan skor minimal 10% maka dapat dibuat kriteria sebagai berikut :

**Tabel 3**  
**Perhitungan Kategori Interval**

No	Kategori	Interval (dalam%)	Keputusan
1	Sangat Tidak Baik	0 – 10	Tidak Valid
2	Tidak Baik	11 – 20	Tidak Valid
3	Cukup Baik	21 – 30	Tidak Valid
4	Baik	31 – 40	Valid
5	Sangat Baik	41 – 50	Valid

**Tabel 4**  
**Hasil Validitas Uji Ahli 1 Panduan Pelaksanaan Konseling *REBT* dalam Layanan Konseling Kelompok**

No.	Aspek yang dinilai	Hasil penilaian	
		Nilai	Uraian
1.	Kejelasan konsep <i>REBT</i> dalam layanan konseling kelompok.	5	
2.	Keoperasionalan rumusan tujuan dari setiap tahapan.	5	
3.	Ketepatan konselor untuk membangun hubungan baik dengan konseli.	5	
4.	Ketepatan konselor menumbuhkan sikap kebersamaan dalam pelaksanaan kegiatan konseling kelompok.	4	
5.	Kejelasan langkah-langkah pelaksanaan konseling kelompok dalam setiap tahap	5	
6.	Kesesuaian pengaturan waktu yang tepat untuk proses konseling kelompok.	4	
7.	Ketepatan dan kejelasan penggunaan pendekatan <i>REBT</i> yang digunakan dalam setiap tahapan.	5	
8.	Kejelasan adanya peran konselor dalam proses konseling kelompok.	4	
9.	Kejelasan adanya peran konseli dalam proses konseling kelompok.	4	
10.	Kejelasan konselor mengakhiri konseling kelompok.	5	
<b>Total Skor</b>		<b>46</b>	

**Tabel 5**  
**Hasil Uji Ahli 2 Panduan Pelaksanaan Konseling *REBT* dalam Layanan Konseling Kelompok**

No.	Aspek yang dinilai	Hasil penilaian	
		Nilai	Uraian
1.	Kejelasan konsep <i>REBT</i> dalam layanan konseling kelompok.	4	
2.	Keoperasionalan rumusan tujuan dari setiap tahapan.	5	
3.	Ketepatan konselor untuk membangun hubungan baik dengan konseli.	4	

4.	Ketepatan konselor menumbuhkan sikap kebersamaan dalam pelaksanaan kegiatan konseling kelompok.	5	
5.	Kejelasan langkah-langkah pelaksanaan konseling kelompok dalam setiap tahap	5	
6.	Kesesuaian pengaturan waktu yang tepat untuk proses konseling kelompok.	4	
7.	Ketepatan dan kejelasan penggunaan pendekatan <i>REBT</i> yang digunakan dalam setiap tahapan.	5	
8.	Kejelasan adanya peran konselor dalam proses konseling kelompok.	4	
9.	Kejelasan adanya peran konseli dalam proses konseling kelompok.	4	
10.	Kejelasan konselor mengakhiri konseling kelompok.	5	
<b>Total Skor</b>		<b>45</b>	

Berdasarkan hasil uji validitas buku panduan tersebut didapatkan hasil bahwa buku panduan REBT valid untuk digunakan sebagai acuan dalam pelaksanaan pemberian konseling kepada sampel penelitian.

## 2. Kepraktisan Buku Panduan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Buku panduan REBT yang disusun selanjutnya akan dilaksanakan uji kepraktisan oleh 2 orang dosen ahli yang memiliki keahlian dalam bidang bimbingan dan konseling yaitu uji ahli 1 Dr Nina Permata Sari, S.Psi., M.Pd dan uji ahli 2 Dr Sulistiyana, S.Pd.,M.Pd. Rentang penilaian yang diberikan yaitu 5 = Sangat Baik; 4 = Baik; 3 = Cukup Baik; 2 = Tidak Baik; 3 = Sangat Tidak Baik. Selanjutnya melakukan interpersi skor dalam kategori sangat rendah, rendah, cukup/sedang, tinggi, dan sangat tinggi, dapat dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut (Fenti Hikmawati, 2017: 78)

$$\text{Skor Maksimal} : 10 \times 5 = 50$$

$$\text{Skor Minimal} : 10 \times 1 = 10$$

$$\text{Panjang Kelas Interval} : 50 : 5 = 10$$

Dengan panjang interval 10 dan skor minimal 10 maka dapat dibuat kriteria sebagai berikut :

**Tabel 6**  
**Perhitungan Kategori Interval**

No	Kategori	Interval (dalam%)	Keputusan
1	Sangat Tidak Baik	0 – 10	Tidak Valid
2	Tidak Baik	11 – 20	Tidak Valid
3	Cukup Baik	21 – 30	Tidak Valid
4	Baik	31 – 40	Valid
5	Sangat Baik	41 – 50	Valid

**Tabel 7**  
**Hasil Kepraktisan Uji Ahli 1 Panduan Pelaksanaan Konseling *REBT* dalam Layanan Konseling Kelompok**

No.	Aspek yang dinilai	Hasil penilaian	
		Nilai	Uraian
1.	Konsep <i>REBT</i> dalam layanan konseling kelompok praktis.	5	
2.	Keoperasionalan rumusan tujuan dari setiap tahapan.	5	
3.	Ketepatan konselor untuk membangun hubungan baik dengan konseli.	5	
4.	Ketepatan konselor menumbuhkan sikap kebersamaan dalam pelaksanaan kegiatan konseling kelompok.	4	
5.	Kepraktisan langkah-langkah pelaksanaan konseling kelompok dalam setiap tahapan	5	
6.	Kesesuaian pengaturan waktu yang tepat untuk proses konseling kelompok.	4	
7.	Ketepatan dan kejelasan penggunaan pendekatan <i>REBT</i> yang digunakan dalam setiap tahapan.	5	
8.	Kepraktisan adanya peran konselor dalam proses konseling kelompok.	4	
9.	Kepraktisan adanya peran konseli dalam proses konseling kelompok.	4	

10.	Kepraktisan konselor mengakhiri konseling kelompok.	5	
<b>Total Skor</b>		<b>46</b>	

**Tabel 8**  
**Hasil Kepraktisan Uji Ahli 2 Panduan Pelaksanaan Konseling *REBT* dalam Layanan Konseling Kelompok**

No.	Aspek yang dinilai	Hasil penilaian	
		Nilai	Uraian
1.	Konsep <i>REBT</i> dalam layanan konseling kelompok praktis.	4	
2.	Keoperasionalan rumusan tujuan dari setiap tahapan.	5	
3.	Ketepatan konselor untuk membangun hubungan baik dengan konseli.	4	
4.	Ketepatan konselor menumbuhkan sikap kebersamaan dalam pelaksanaan kegiatan konseling kelompok.	5	
5.	Kepraktisan langkah-langkah pelaksanaan konseling kelompok dalam setiap tahapan	5	
6.	Kesesuaian pengaturan waktu yang tepat untuk proses konseling kelompok.	4	
7.	Ketepatan dan kejelasan penggunaan pendekatan <i>REBT</i> yang digunakan dalam setiap tahapan.	5	
8.	Kepraktisan adanya peran konselor dalam proses konseling kelompok.	4	
9.	Kepraktisan adanya peran konseli dalam proses konseling kelompok.	4	
10.	Kepraktisan konselor mengakhiri konseling kelompok.	5	
<b>Total Skor</b>		<b>45</b>	

Berdasarkan hasil uji kepraktisan buku panduan tersebut didapatkan hasil bahwa buku panduan *REBT* praktis untuk digunakan sebagai acuan dalam pelaksanaan pemberian konseling kepada sampel penelitian.

### 3. Efektivitas *Rational Emotive Behavior Therapy*

Untuk mengetahui efektivitas REBT dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang telah melakukan *pre-test* dan *post-test* maka harus terlebih dahulu melewati uji coba antara kedua kelompok tersebut dengan menggunakan uji *mann whitney*. Namun sebelum diuji *mann whitney* hasil *pre-test* dan *post-test* harus dianalisis terlebih dahulu dengan skor *gain* (*gain actual*) untuk mencari selisih dari skor *pre-test* dan *post-test* dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol seperti yang ada pada tabel sebagai berikut:

**Tabel 9**  
**Rekaptulasi Hasil Hitung Angket HAM-A**

No	Kelompok Eksperimen			Kelompok Kontrol		
	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>	<i>Gain Score</i>	<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>	<i>Gain Score</i>
1	42	79	37	47	48	1
2	44	87	43	45	47	2
3	40	76	36	48	50	2
4	45	80	40	45	47	2
5	43	81	39	46	47	1

Dari hasil hitung *gain score* yang dapat dilihat pada tabel 7 di atas, yang kemudian diuji dengan menggunakan teknik analisis *mann whitney*. Dalam penelitian ini teknik analisis data dihitung dengan menggunakan bantuan SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 26. Adapun hasil hitung uji beda dari nilai *gain score* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan menggunakan *mann whitney* adalah sebagai berikut :

**Tabel 10**  
**Uji Beda Nilai *Gain Score* Sampel Penelitian Menggunakan *Mann Whitney***

**Test Statistics<sup>a</sup>**

	Hasil
Mann-Whitney U	.000
Wilcoxon W	6.000
Z	-1.993
Asymp. Sig. (2-tailed)	.046
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.100 <sup>b</sup>

a. Grouping Variable: Kelas

b. Not corrected for ties.

Terlihat bahwa pada tabel *Asymp. Sig (2-tailed)/ Significance* untuk uji dua sisi adalah 0,046 atau probabilitas di atas 0,05 ( $0,046 < 0,05$ ) maka layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan REBT efektif untuk mengatasi kecemasan pasca bencana banjir.

## **B. Pembahasan**

### **1. Validitas Buku Panduan *Rational Emotive Behavior Therapy***

Berdasarkan hasil uji validitas buku panduan tersebut didapatkan hasil bahwa buku panduan REBT valid untuk digunakan sebagai acuan dalam pelaksanaan pemberian konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*. Untuk mewujudkan validitas buku panduan yang baik harus digunakan penilaian dengan beragam metode, baik secara kualitatif atau kuantitatif, untuk menilai elemen buku panduan.

Elemen buku panduan yang dirumuskan berdasarkan konstruk teoritis REBT didapatkan ada 10 elemen yaitu 1) Kejelasan konsep REBT dalam



layanan konseling kelompok; 2) Keoperasionalan rumusan tujuan dari setiap tahapan; 3) Ketepatan konselor untuk membangun hubungan baik dengan konseli; 4) Ketepatan konselor menumbuhkan sikap kebersamaan dalam pelaksanaan kegiatan konseling kelompok; 5) Kejelasan langkah-langkah pelaksanaan konseling kelompok dalam setiap tahap; 6) Kesesuaian pengaturan waktu yang tepat untuk proses konseling kelompok; 7) Ketepatan dan kejelasan penggunaan pendekatan REBT yang digunakan dalam setiap tahapan; 8) Kejelasan adanya peran konselor dalam proses konseling kelompok; 9) Kejelasan adanya peran konseli dalam proses konseling kelompok; 10) Kejelasan konselor mengakhiri konseling kelompok.

Hasil uji validitas yang diberikan oleh uji ahli dalam total skor menunjukkan kategori Baik dan sangat baik dengan keputusan valid. Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa buku panduan REBT dalam layanan konseling kelompok valid digunakan sebagai acuan dalam pemberian layanan konseling kelompok dengan pendekatan REBT. Hal ini sesuai dengan teorinya Coaley (2010) yang menyatakan bahwa instrument dan panduan yang valid dapat diukur dengan melihat skor total dari setiap uji ahli yang bertada dalam kategori sangat baik dan baik sehingga dapat diambil keputusan bahwa buku panduan tersebut valid.

Validitas adalah pertimbangan yang paling utama dalam mengevaluasi kualitas sebuah panduan. Konsep validitas mengacu kepada kelayakan, kebermaknaan, dan kebermanfaatan inferensi tertentu yang dapat dibuat berdasarkan skor hasil tes yang bersangkutan (Devellis, 2003). Hal ini sejalan dengan pendapat tersebut bahwa buku panduan REBT dalam layanan konseling kelompok dengan melihat hasil skor dari uji ahli validitas menyatakan valid.

## **2. Kepraktisan Buku Panduan *Rational Emotive Behavior Therapy***

Berdasarkan hasil uji kepraktisan buku panduan tersebut didapatkan hasil bahwa buku panduan REBT praktis untuk digunakan sebagai acuan dalam pelaksanaan pemberian konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*. Untuk mewujudkan kepraktisan buku panduan yang baik harus digunakan penilaian dengan beragam metode, baik secara kualitatif atau kuantitatif, untuk menilai elemen buku panduan.

Elemen buku panduan yang dirumuskan berdasarkan konstruk teoritis REBT didapatkan ada 10 elemen yaitu 1) Konsep REBT dalam layanan konseling kelompok praktis; 2) Keoperasionalan rumusan tujuan dari setiap tahapan; 3) Ketepatan konselor untuk membangun hubungan baik dengan konseli; 4) Ketepatan konselor menumbuhkan sikap kebersamaan dalam pelaksanaan kegiatan konseling kelompok; 5) Kepraktisan langkah-langkah pelaksanaan konseling kelompok dalam setiap tahapan; 6) Kesesuaian pengaturan waktu yang tepat untuk proses konseling kelompok; 7) Ketepatan dan kejelasan penggunaan pendekatan REBT yang digunakan dalam setiap tahapan; 8) Kepraktisan adanya peran konselor dalam proses konseling kelompok; 9) Kepraktisan adanya peran konseli dalam proses konseling kelompok; 10) Kepraktisan konselor mengakhiri konseling kelompok.

Praktis dapat diartikan bahwa perangkat pembelajaran yang dikembangkan dapat membantu dan memberikan kemudahan dalam penggunaannya. Kepraktisan dinilai dari praktisi atau ahli dapat menyatakan bahwa buku panduan yang dikembangkan dapat diterapkan dengan baik dan mudah diterapkan di lapangan. Penilaian dari praktisi atau ahli akan membantu untuk mengambil keputusan terkait kepraktisan buku panduan. Nilai total skor dengan kategori baik dan sangat baik akan mendapatkan keputusan yang praktis (Suryabrata, 2005). Sejalan hal tersebut berdasarkan nilai uji ahli buku panduan dapat dikatakan praktis dengan melihat nilai skor yang diberikan oleh uji ahli,

artinya buku panduan REBT dalam layanan konseling kelompok mudah diterapkan di lapangan.

### **3. Efektivitas *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Konseling Kelompok**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* efektif untuk mengatasi kecemasan pasca bencana banjir. Hasil penelitian tersebut sesuai dengan pendapat teoritis Latipun (2011: 151) bahwa konseling kelompok merupakan kelompok terapeutik guna membantu konseli dalam mengatasi permasalahan yang berkaitan dengan kehidupan sehari-hari. Konseling kelompok biasanya ditekankan untuk proses remedial dan dapat mencapai fungsi-fungsi agar lebih optimal. Adapun tujuan anggota kelompok untuk mengikuti konseling kelompok menurut Mappiare (2011: 165) bahwa konseling kelompok mempunyai tujuan pokok menciptakan suasana bantuan antar pribadi yang memungkinkan tiap individu mengembangkan *insight* pada dirinya sendiri dan mencapai penyesuaian personal yang lebih sehat, dapat pula menekankan masalah perkembangan, pelibatan pilihan dan nilai, sikap dan emosi, bersifat pencegahan dan penyembuhan masalah.

Dalam penelitian ini digunakan pula pendekatan *rational emotive behavior therapy* sebagai pendekatan dalam layanan konseling. Winkel (1991) dalam bukunya “Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan” mengatakan bahwa terapi rasional emotif adalah corak konseling yang menekankan kebersamaan dan interaksi antara berfikir dengan akal sehat (*Rational Thinking*), berperasaan (*Emoting*), dan berperilaku (*Acting*), sekaligus menekankan bahwa suatu perubahan yang mendalam dalam cara berfikir dan berperasaan dapat mengakibatkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku.

Berdasarkan teori Winkel sejalan dengan hasil yang didapatkan bahwa sampel yang diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan rational emotive behavior therapy dapat mengatasi kecemasan realitas yang dialaminya yang ditandai dengan adanya perubahan pikiran yang irrasional menjadi rasional sehingga tidak mengalami ketakutan berlebihan, kecemasan dan kegelisahan pada saat pemicu kecemasan datang.

### C. Luaran Yang di Capai

Penelitian eksperimen ini akan diupayakan menghasilkan sebuah produk berupa buku panduan konseling REBT. Selain itu rencana luaran target capaian pada penelitian ini adalah sebagai berikut pada tabel 11:

**Tabel 11**  
**Rencana Target Capaian**

No	Jenis Luaran			
	Katagori	Sub Katagori	Wajib	Tambahan
1	Artikel Ilmiah dimuat di Jurnal	Internasional bereputasi	Tidak ada	-
		Nasional Terakreditasi	Ada	-
2	Artikel Ilmiah dimuat di prosiding	Internasional Terindeks	Tidak ada	-
		Nasional	Tidak ada	-
3	Invited speaker dalam temu ilmiah	Internasional	Tidak ada	-
		Nasional	Tidak ada	-
4	Visiting Lecturer	Internasional	Tidak ada	
5	Hak Kekayaan Intelektual (HKI)	Paten	Tidak ada	
		Paten Sederhana	Tidak ada	
		Hak Cipta	Tidak ada	-
		Merek dagang	Tidak ada	
		Rahasia dagang	Tidak ada	
		Desain Produk Industri	Tidak ada	
		Indikasi Geografis	Tidak ada	
		Perlindungan Varietas Tanaman	Tidak ada	
	Perlindungan Topografi Sirkuit Terpadu	Tidak ada		
6	Teknologi Tepat Guna		Tidak ada	Tidak ada
7	Model/Puwarupa/Desain/Karya seni/Rekayasa social		Tidak ada	Tidak ada
8	Buku Ajar / Modul (ISBN)		Draf	
9	Tingkat Kesiapan Teknologi (TKT)		Tidak ada	Tidak ada

## **BAB 6**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil uji validitas buku panduan REBT maka dapat ditarik kesimpulan bahwa buku panduan REBT valid untuk digunakan sebagai acuan dalam layanan konseling untuk mengatasi kecemasan pasca bencana banjir. Hasil uji kepraktisan buku panduan REBT dapat ditarik kesimpulan bahwa buku panduan REBT praktis digunakan untuk mengatasi kecemasan pasca bencana banjir. Hasil uji beda nilai *gain score* sampel penelitian menggunakan Mann Whitney menunjukkan *Asymp. Sig (2-tailed)/ Significance* untuk uji dua sisi adalah 0,046 atau probabilitas di atas 0,05 ( $0,046 < 0,05$ ) maka layanan konseling dengan menggunakan pendekatan REBT efektif untuk mengatasi kecemasan pasca bencana banjir.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan ada beberapa saran yang akan menjadi perhatian dari peneliti yaitu buku panduan dengan pendekatan REBT dalam layanan konseling kelompok dapat dijadikan sebagai bahan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat.

## DAFTAR PUSTAKA

- AT, Andi Mappiare. 2011. *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Ballhorn, U., Siegert, F., Mason, M., and Limin, S. (2009). *Derivation of burn scar depths and estimation of carbon emissions with LIDAR in Indonesian peatlands. Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 106 (50), 21213–21218.
- Clark, David A & Beck, Agron T. (2009). *Cognitive Therapy of Anxiety Disorders: Science and Practice*. London: The Guilford Press
- Clark, D. B., & Donovan, J. E. (1994). Reliability and Validity of the Hamilton Anxiety Rating Scale in an Adolescent Sample. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 33(3), 354–360. doi: 10.1097/00004583-199403000-00009
- Colledge, Ray. (2002). *Mastering Counselling Theory*. Palgrave Macmillan.
- Coaley, K. (2010). *An Introduction to Psychological Assessment and Psychometrics*. London: Sage.
- Darmadi Hamid. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Devellis, R. F. (2003). *Scale Development*. London: Sage Publications.
- Ellis, Albert dan Maurits Kwee. (1998). The Interface Between Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) and Zen. *Journal Rational Emotive & Cognitif Behavior Therapy*. No. 16.
- Johnson & Jack. (2015). *Anxiety: Overcome Anxiety, Social Anxiety, Shyness, Self Esteem & Insecurities (Overcome Fear, Social Anxiety Cure, Anxiety Free, Confidence, Belief & Self Esteem )*. USA: Sage.
- Hartini, Nurul & Atika, Dian. (2016). *Psikologi Konseling*. Surabaya: Airlangga University Press.

- Hikmawati, Fenti. 2017. *Metodologi Penelitian*. Depok: Rajawali pers
- Kamadhis UGM. (2007). *Eka-Cita Bersatu dalam Dharma. Buletin Kamadhis UGM Nomor.XXVII/September/2007*. Kamadhis UGM, Yogyakarta.
- Komalasari, Gantina. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT. Indeks.
- Latipun. (2005). *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Latipun. (2006). *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Lubis, Namora Lumongga. (2011). *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- MacIntyre, Peter & Gardner, Robert C. (1991). *Methods and Results in the Study of Anxiety and Language Learning: A Review of the Literature*. 41 (1), 85-117
- Mappiare, Andi. (2008). *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Merdeka.Com, Selasa 2 Februari 2021, Rifa Yusya Adilah “Total Kerusakan dan Kerugian Banjir Kalsel mencapai Rp 1, 127 Triliun.
- Meon, G. (2006). *Past and Present chalenges in Flash Flood Forcasting, Dept. of Hydrology*. Water Management and Water Protection, LWI, Technology. University of Brounschweig, Germany.
- Nurihsan, Juntika Achmad. (2021). *Teori dan Praktik Konseling*. Bandung: Refika Aditama
- Price, C. (2009). *Early Warning System to Predict Flash Flood, Geophysics and Planetary Physics Department*, Tel Aviv University, Israel.
- Purwastuty, Ida. (2019). *Kecemasan Masyarakat Terhadap Bencana Banjir Bandang Di Desa Batuganda Kecamatan Lasusua Kabupaten Kolaka Utara*. Edisi 2, 1-10

- Rijn & Wild. (2013). *Humanistic and Integrative Therapies for Anxiety and Depression: Practice-Based Evaluation of Transactional Analysis, Gestalt, and Integrative Psychotherapies and Person-Centered Counseling*. 43 (2), 150-163
- Rosenberg, Stanley. (2017). *Accessing the Healing Power of the Vagus Nerve: Self-Help Exercises for Anxiety, Depression, Trauma, and Autism*. USA: North Atlantic Books
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidik (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sukardi. (2016). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Soysa, Champika, Wilcomb & Carolyn. (2015). *Mindfulness, Self-compassion, Self-efficacy, and Gender as Predictors of Depression, Anxiety, Stress, and Well-being*. 247 (23), 95-99
- Wells, Adrian. (2008). *Metacognitive Therapy for Anxiety and Depression*. London: The Guilford Press
- Wells, Adrian. (1997). *Cognitive Therapy of Anxiety Disorders: A Practice Manual and Conceptual Guide*. London: The Guilford Press
- Winkel, Ws. (1991). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta: Grasindo.
- Yusuf, Muri. (2015). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan Edisi Pertama*. Jakarta: Kencana.



## Lampiran 1. Instrument HAM-A

### ANGKET KECEMASAN PASCA BENCANA BANJIR

#### Identitas :

Nama :  
Jenis Kelamin :  
Usia :

#### Petunjuk :

1. Bacalah pernyataan berikut dengan seksama
  2. Berikanlah tanda (X) pada pilihan jawaban yang sesuai dengan diri Anda
  3. Berikanlah jawaban yang sesuai dengan perasaan saudara/saudari
- 
1. Saya khawatir akan terjadi bencana banjir susulan.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang setuju
    - d. Tidak setuju
  2. Pada saat bencana banjir saya takut.
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang setuju
    - d. Tidak setuju
  3. Setelah bencana banjir apabila turun hujan saya merasa gelisah
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang setuju
    - d. Tidak setuju
  4. Apabila teringat bencana banjir yang melanda, saya mudah meneteskan air mata
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang setuju
    - d. Tidak setuju
  5. Bagian tubuh gemetar saat bencana banjir terjadi
    - a. Sangat setuju
    - b. Setuju
    - c. Kurang setuju

- d. Tidak setuju
- 6. Ketika melihat air disungai saya merasa takut akan terjadi banjir
  - a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang setuju
  - d. Tidak setuju
- 7. Ketika hujan deras turun saya takut
  - a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang setuju
  - d. Tidak setuju
- 8. Saya mengalami kesulitan tidur pasca bencana banjir
  - a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang setuju
  - d. Tidak setuju
- 9. Saya mengalami mimpi buruk akibat bencana banjir
  - a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang setuju
  - d. Tidak setuju
- 10. Sulit dalam konsentrasi apabila teringat bencana banjir
  - a. Sangat setuju
  - b. Setuju
  - c. Kurang setuju
  - d. Tidak setuju

## Lampiran 2. Personalia Tenaga Pelaksana & Kualifikasinya

<b>Nama</b>	<b>Struktur Pengusul</b>	<b>Bidang Keahlian</b>	<b>Jabatan</b>	<b>Tugas</b>
<b>Ririanti Rachmayanie Jamain</b>	Ketua Tim	Konseling	Koordinator Prodi BK	1. Bertanggung jawab terhadap Tahapan Pelaksanaan Penelitian
<b>Akhmad Sugianto</b>	Anggota Tim	Konseling	Ketua ULBK FKIP	
<b>Selamat Riyadi</b>	Anggota Tim	-	Mahasiswa Prodi BK	

Lampiran 3. Foto Kegiatan



#### Lampiran 4. Poster Penelitian

**KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* UNTUK MENGATASI KECEMASAN PASCA BENCANA BANJIR DI KEC. HANTAKAN**



Kecemasan adalah ketegangan, rasa tidak aman dan kekhawatiran yang timbul karena dirasakan terjadi sesuatu yang tidak menyenangkan tetapi sumbernya sebagian besar tidak diketahui dan berasal dari dalam. Kecemasan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi (MacIntyre & Garder, 1991). Menurut Rijn & Wild (2013), tanda dan gejala kecemasan adalah cemas, khawatir, firasat buruk, takut akan pikirannya sendiri serta mudah tersinggung, merasa tegang, tidak tenang, gelisah dan mudah terkejut, mengatakan takut bila sendiri atau pada keramaian dan banyak orang, mengalami gangguan pola tidur dan disertai mimpi yang menegangkan.

Bencana banjir di kecamatan hantakan membawa dampak kerugian tidak hanya secara materiil tetapi juga secara psikologis warganya. Hal tersebut jika tidak diatasi dapat memberikan dampak taruamtis yang mendalam bagi warga tersebut. Sebagai upaya untuk mengatasi permasalahan tersebut dilakukan konseling kelompok dengan pendekatan REBT.



**POSTER PENELITIAN**



## Lampiran 05. Submit Jurnal Hasil Penelitian



SEKOLAH TINGGI AGAMA ISLAM  
KIBULWATHAN DURI

# AL-ISHLAH

JURNAL PENDIDIKAN

TERAKREDITASI

ISSN 2087-9490 (p)  
ISSN 2597-940X (e)

Accredited  
SINTA 2

---

HOME ABOUT USER HOME SEARCH CURRENT ARCHIVES ANNOUNCEMENTS

*Home > User > Author > Active Submissions*

## ACTIVE SUBMISSIONS

**ACTIVE** ARCHIVE

ID	MM-DD SUBMIT	SEC	AUTHORS	TITLE	STATUS
1343	11-18	ART	Sugianto	RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY TO OVERCOME ANXIETY...	Awaiting assignment

1 - 1 of 1 Items

### START A NEW SUBMISSION

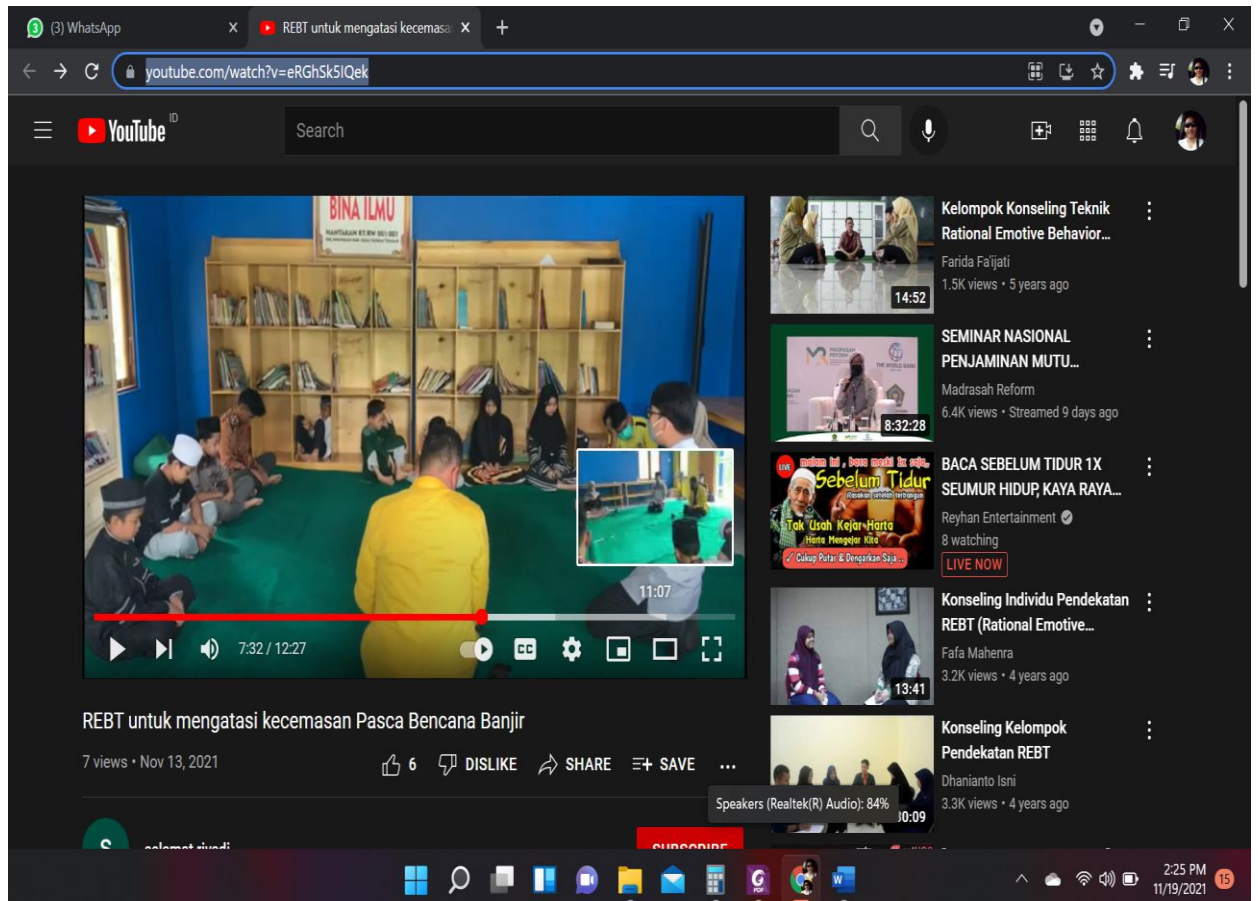
[CLICK HERE](#) to go to step one of the five-step submission process.

### RFFRACKS

- Online Submissions
- Editorial Board
- Focus and Scope
- Article Processing Charges
- Peer Review Process
- Screening Plagiarism
- Open Access Policy
- Journal License
- Publication Ethics
- Reviewer Acknowledgement
- Visitor Statistics

## Lampiran 06. Video Penelitian di Youtube

Link : <https://www.youtube.com/watch?v=eRGhSk5IQek>



The screenshot displays a YouTube video player interface. The main video is titled "REBT untuk mengatasi kecemasan Pasca Bencana Banjir" (REBT for overcoming anxiety after flood disaster) and has 7 views as of November 13, 2021. The video content shows a group of people sitting on a green mat in a room with bookshelves, engaged in a session. The video player includes standard controls like play/pause, volume, and a progress bar at 7:32 / 12:27. To the right, a list of recommended videos is visible, including "Kelompok Konseling Teknik Rational Emotive Behavior...", "SEMINAR NASIONAL PENJAMINAN MUTU...", "BACA SEBELUM TIDUR 1X SEUMUR HIDUP, KAYA RAYA...", "Konseling Individu Pendekatan REBT (Rational Emotive...", and "Konseling Kelompok Pendekatan REBT". The Windows taskbar at the bottom shows the time as 2:25 PM on 11/19/2021.



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT  
Jl. Brigjen H. Hasan Basry Banjarmasin – 70123 Telp. (0511) 3305240, 3302789 Fax. (0511) 3305240

**SURAT PENUGASAN**

**Pelaksanaan Penelitian Program Dosen Wajib Meneliti dengan Skema Pembiayaan PNBPN Universitas  
di Lingkungan Universitas Lambung Mangkurat Tahun Anggaran 2021**

**KLASTER PEMULA**

**Nomor : 008.145/UN8.2/PL/2021**

Pada hari ini **Kamis** tanggal **Satu** bulan **April** tahun **Dua Ribu Dua Puluh Satu** (01-04-2021), kami yang bertandatangan dibawah ini :

- 1. Dr. Totok Wianto, S.Si, M.Si** : Pejabat Pembuat Komitmen (PPK), dalam hal ini bertindak untuk dan atas nama Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Lambung Mangkurat untuk selanjutnya disebut **PIHAK PERTAMA**.
- 2. Dr. Ririanti Rachmayanie Jamain, S.Psi, M.Pd** : Dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat, dalam hal ini bertindak sebagai Ketua Pelaksana Penelitian Dosen Wajib Meneliti Tahun 2021 untuk selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA**.

Berdasarkan pada :

- SK Rektor Nomor : 604/UN8/KP/2019 tanggal 25 Juni 2019 tentang Pemberhentian Ketua dan Sekretaris Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Lambung Mangkurat Periode 2015 – 2019 Dan Pengangkatan Ketua dan Sekretaris Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Lambung Mangkurat Periode 2019 – 2023;
- DIPA Universitas Lambung Mangkurat Tahun Anggaran 2021 Nomor : SP DIPA – 023.17.2.677518/2021 tanggal 23 November 2020;
- SK Rektor Universitas Lambung Mangkurat Nomor : 697/UN8/PG/2021 tanggal 22 Maret 2021 Tentang Penetapan Pelaksana Penelitian Program Dosen Wajib Meneliti Dengan Skema Pembiayaan PNBPN Universitas Di Lingkungan Universitas Lambung Mangkurat Tahun Anggaran 2021;
- SK Rektor Universitas Lambung Mangkurat Nomor : 729/UN8/KP/2021 tanggal 22 Februari 2021 Tentang Pembentukan Komite Penilaian Dan Reviewer Proposal Program Dosen Wajib Meneliti (PDWM) Dengan Skema Pembiayaan PNBPN Universitas Di Lingkungan Universitas Lambung Mangkurat Tahun Anggaran 2021.
- SK Rektor Universitas Lambung Mangkurat Nomor : 1567/UN8/KU/2020 tanggal 28 Desember 2020 Tentang Penetapan Pejabat Perbendaharaan/Pengelola Keuangan di Lingkungan Universitas Lambung Mangkurat.



**PIHAK PERTAMA** dan **PIHAK KEDUA**, secara bersama-sama sepakat mengikatkan diri dalam suatu Penugasan Pelaksanaan Penelitian dengan ketentuan dan syarat-syarat sebagaimana diatur dalam pasal-pasal sebagai berikut:

### Pasal 1 Pelaksanaan Penugasan

(1) **PIHAK PERTAMA** menugaskan kepada **PIHAK KEDUA** untuk melaksanakan Penelitian sebagai berikut:

Nama	Judul	Fakultas	Jumlah Dana (Rp)
Dr Ririanti Rachmayanie Jamain, S.Psi, M.Pd	<i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> untuk Mengatasi Kecemasan Masyarakat Pasca Bencana Banjir di Kecamatan Hantakan	Keguruan dan Ilmu Pendidikan	20.000.000,-

- (2) **PIHAK PERTAMA** menyerahkan dana penelitian sebagaimana dimaksud dalam ayat 1 sebesar **Rp. 20.000.000,-** (*Dua puluh juta rupiah*) melalui Daftar Isian Pelaksanaan Anggaran (DIPA) Nomor : SP DIPA – 023.17.2.677518/2021 tanggal 23 November 2020 kepada **PIHAK KEDUA**;
- (3) **PIHAK KEDUA** bertanggungjawab penuh atas pelaksanaan Penelitian, Pengadministrasian, Pembelanjaan dan Pelaporan Keuangan pekerjaan sebagaimana dimaksud pada ayat 1 sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
- (4) Apabila **PIHAK KEDUA** tidak dapat melaksanakan Penelitian sebagaimana dimaksud pada ayat (1) maka **PIHAK KEDUA** wajib mengembalikan sisa dana yang tidak dibelanjakan kepada Kas Negara melalui **PIHAK PERTAMA**.

### Pasal 2 Cara Pembayaran dan Mekanisme Pencairan Dana

Dana Penelitian sebagaimana dimaksud dalam Pasal 1 dibayarkan oleh **PIHAK PERTAMA** kepada **PIHAK KEDUA** secara bertahap dengan ketentuan sebagai berikut:

1. Pembayaran Tahap Pertama sebesar 70% dari total dana Penelitian yaitu  $70\% \times \text{Rp. } 20.000.000,- = \text{Rp. } 14.000.000,-$  (*Empat belas juta rupiah*), setelah **PIHAK KEDUA** menandatangani kontrak dan mengumpulkan :
  - 1 (satu) eksemplar Proposal Pelaksanaan Penelitian dilengkapi dengan RAB 70% dan 30% yang dananya sesuai dengan dana yang disetujui dalam bentuk *hardcopy* dijilid Soft Cover Laminating (SCL);
  - Mengunggah softcopy Proposal dan RAB Pelaksanaan Penelitian pada link yang disediakan LPPM;
  - Mengunggah 1 (satu) bendel dokumen berupa : NPWP dan Nomer Rekening pada Bank yang ditentukan oleh **PIHAK PERTAMA**.

2. Pembayaran Tahap Kedua sebesar 30% dari total dana Penelitian yaitu 30% x **Rp. 20.000.000,- = Rp. 6.000.000,-** (*Enam juta rupiah*) setelah **PIHAK KEDUA** menyerahkan :
  - 2 (dua) eksemplar Laporan Penggunaan Dana Tahap I (70%), SPTB dan Tahap II (30%);
  - 2 (dua) eksemplar Buku Catatan Harian Penelitian;
  - 2 (dua) eksemplar Laporan Akhir dalam bentuk *hardcopy* dijilid Soft Cover Laminating (SCL);
  - Mengunggah softcopy Laporan Akhir dan Luaran lainnya (sesuai ketentuan untuk klaster penelitian yang dilaksanakan) pada link yang disediakan LPPM;
  - Kewajiban lain sesuai dengan proposal yang disetujui pendanaannya.

### **Pasal 3**

#### **Pembayaran Melalui Rekening PIHAK KEDUA**

- (1) Dana Penelitian sebagaimana dimaksud dalam Pasal 1 tersebut dibayarkan melalui rekening atas nama **PIHAK KEDUA** pada Bank yang ditunjuk oleh **PIHAK PERTAMA** sebagai berikut :

Nama : Ririanti Rachmayanie Jamain  
Nomor Rekening : 0201234191  
Nama Bank : BNI

- (2) **PIHAK KEDUA** memberikan kuasa penuh kepada **PIHAK PERTAMA** untuk melakukan blokir saldo sejumlah dana yang telah dibayarkan oleh **PIHAK PERTAMA** kepada **PIHAK KEDUA** apabila **PIHAK KEDUA** belum memenuhi segala kewajiban dan persyaratan pencairan;
- (3) **PIHAK PERTAMA** tidak bertanggungjawab atas keterlambatan dan/atau tidak terbayarnya sejumlah dana sebagaimana dimaksud dalam ayat 1 tersebut yang disebabkan karena kesalahan **PIHAK KEDUA** dalam memberikan data rekening.

### **Pasal 4**

#### **Pajak, Materai dan Biaya Lainnya**

- (1) **PIHAK KEDUA** berkewajiban membayar pajak sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
- (2) Materai dan biaya lainnya yang berkaitan dengan Surat Penugasan Pelaksanaan Penelitian ini menjadi beban **PIHAK KEDUA** sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

### **Pasal 5**

#### **Monitoring dan Evaluasi Penelitian**

- (1) **PIHAK KEDUA** wajib menyampaikan Laporan Kemajuan Pelaksanaan Kegiatan Penelitian kepada **PIHAK PERTAMA** sesuai dengan Buku Panduan Pelaksanaan Penelitian Program Dosen Wajib Meneliti LPPM ULM;
- (2) **PIHAK PERTAMA** melakukan Monitoring dan Evaluasi Pelaksanaan Penelitian kepada **PIHAK KEDUA**;
- (3) Ketentuan lebih lanjut mengenai Monitoring dan Evaluasi Penelitian ditentukan oleh **PIHAK PERTAMA**.

**Pasal 6**  
**Luaran Penelitian**

- (1) **PIHAK KEDUA** berkewajiban memenuhi Luaran Penelitian yang telah ditetapkan dalam Proposal Penelitian sesuai dengan Buku Panduan Pelaksanaan Penelitian Program Dosen Wajib Meneliti LPPM ULM Tahun 2021;
- (2) **PIHAK KEDUA** berkewajiban menyebarluaskan Hasil Penelitian dengan cara diseminarkan, minimal dipresentasikan secara oral di Seminar Hasil Penelitian LPPM ULM tahun berjalan (dibuktikan dengan undangan dan sertifikat).

**Pasal 7**  
**Pelaporan Penelitian**

- (1) **PIHAK KEDUA** wajib membuat Buku Catatan, Laporan Kemajuan dan Laporan Akhir Pelaksanaan Penelitian;
- (2) **PIHAK KEDUA** berkewajiban menyampaikan Laporan Keuangan 70% dan 30% kepada **PIHAK PERTAMA**;
- (3) Batas waktu pelaporan adalah sebagai berikut :
  - Laporan Kemajuan, Laporan Keuangan 70% dan BHP Tahap I paling lambat dikumpul pada tanggal **30 September 2021**;
  - Laporan Keuangan 30%, BHP Tahap II, SPTB dan Laporan Akhir dikumpul paling lambat tanggal **15 November 2021**.
- (4) Laporan Akhir Hasil Penelitian wajib memenuhi persyaratan sebagai berikut :
  - a) Laporan diketik dengan huruf Times New Roman Font 12, spasi 1,5;
  - b) Bentuk/ukuran kertas kwarto A4, warna Cover sesuai ketentuan;
  - c) Untuk *hard copy* dijilid Soft Cover Laminating (SCL);
  - d) Dibawah bagian cover depan ditulis :

**Dibiayai oleh :**  
**DIPA Universitas Lambung Mangkurat Tahun Anggaran 2021**  
**Nomor : SP DIPA – 023.17.2.677518/2021 tanggal 23 November 2020**  
**Universitas Lambung Mangkurat**  
**Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan**  
**Sesuai dengan SK Rektor Universitas Lambung Mangkurat Nomor : 697/UN8/PG/2021**  
**Tanggal 22 Maret 2021**

- (5) Ketentuan lebih lanjut mengenai Laporan Penelitian ditentukan oleh **PIHAK PERTAMA**.

**Pasal 8**  
**Perubahan Susunan Personalia Penelitian**

Perubahan terhadap susunan tim pelaksana dan substansi Pelaksanaan Penelitian dapat dibenarkan apabila telah mendapat persetujuan tertulis dari Rektor Universitas Lambung Mangkurat melalui **PIHAK PERTAMA**.

**Pasal 9**  
**Pelanggaran Kode Etik Ilmiah**

- (1) Pengusulan dan Pelaksanaan Penelitian harus berdasarkan kode etik ilmiah;
- (2) Apabila di kemudian hari ternyata judul Penelitian sebagaimana dimaksud pada Pasal 1 ditemukan adanya pelanggaran kode etik ilmiah, maka kegiatan Penelitian tersebut dinyatakan batal dan **PIHAK KEDUA** wajib mengembalikan dana yang telah diterima.

**Pasal 10**  
**Pemberian Sanksi**

- (1) Apabila sampai dengan batas waktu yang telah ditentukan, **PIHAK KEDUA** belum memenuhi kewajibannya maka **PIHAK KEDUA** dapat dikenakan sanksi oleh **PIHAK PERTAMA**;
- (2) Sanksi yang dimaksud pada ayat (1) ditentukan oleh **PIHAK PERTAMA**.

**Pasal 11**  
**Kepemilikan Hasil Penelitian**

- (1) Hak Kekayaan Intelektual (HKI) yang dihasilkan dari Pelaksanaan Penelitian menjadi milik Universitas Lambung Mangkurat, diatur dan dikelola sesuai dengan peraturan dan perundang-undangan;
- (2) Hasil kegiatan Penelitian berupa peralatan dan/atau alat yang dibeli dari kegiatan ini adalah milik Universitas Lambung Mangkurat, dan penyerahan dari Peneliti ke Universitas Lambung Mangkurat dinyatakan dengan Berita Acara Serah Terima.

**Pasal 12**  
**Penyelesaian Perselisihan**

- (1) Apabila terjadi perselisihan antara **PIHAK PERTAMA** dan **PIHAK KEDUA** dalam Surat Penugasan Pelaksanaan Penelitian ini akan dilakukan penyelesaian secara musyawarah dan mufakat, dan apabila tidak tercapai penyelesaian secara musyawarah dan mufakat maka penyelesaian dilakukan melalui proses hukum dengan memilih tempat di Pengadilan Negeri Banjarmasin, sebagai upaya hukum tingkat pertama dan terakhir;
- (2) Hal-hal yang belum diatur dalam Surat Penugasan Pelaksanaan Penelitian ini diatur kemudian hari antara **PIHAK PERTAMA** dan **PIHAK KEDUA**.

**Pasal 13**  
**Addendum dan Penutup**

- (1) Hal-hal yang belum diatur dalam Surat Penugasan Pelaksanaan Penelitian ini diatur kemudian antara **PIHAK PERTAMA** dan **PIHAK KEDUA** yang akan dituangkan dalam bentuk addendum dan merupakan bagian tak terpisahkan dari surat penugasan ini;
- (2) Surat Penugasan Pelaksanaan Penelitian ini dibuat rangkap 2 (dua) dan bermaterai cukup sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

**PIHAK PERTAMA**



**Dr. Totok Wianto, S.Si, M.Si**  
NIDN 0004057808

**PIHAK KEDUA**

A blue handwritten signature.

**Dr. Ririanti Rachmayanie Jamain, S.Psi, M.Pd**  
NIDN 0014027507

**MENGETAHUI**

**Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan**  
**Universitas Lambung Mangkurat**



**Dr. Chairil Fari Pasani, M.Si**  
NIDN 0608086503



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET DAN TEKNOLOGI  
**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT  
Jl. Brigjend. H. Hasan Basry - Banjarmasin Telp. (0511) 3305240 – Fak. (0511) 3305240

No : 450.1/UN8.2/PP/2021  
Lampiran :-  
Perihal : Mohon Izin Penelitian

Kepada  
Yth. Camat Kecamatan Hantakan  
Di- Tempat

Sehubungan dengan pelaksanaan kegiatan Penelitian berjudul "*Rational Emotive Behavior Therapy Untuk Mengatasi Kecemasan Masyarakat Pasca Bencana Banjir Di Kecamatan Hantakan*". Memohon kepada Bapak/Ibu agar sekiranya memberikan izin kegiatan Penelitian tersebut, Adapun tim dalam pengabdian ini adalah sebagai berikut :

No.	Nama	NIP/NIDN/NIM	Jabatan dalam Penelitian
1.	Dr. Ririanti Rachmayani e J, S.Psi., M.Pd.	197502142005012001	Ketua Peneliti
2.	Akhmad Sugianto, S.Pd., M.Pd.	198905042019031017	Anggota 1 Peneliti
3.	Selamet Riyadi	1710123310019	Anggota 2 Peneliti
4.	Muhammad Yusup	1710123210015	Pembantu Lapangan
5.	M. Rico Sampana Aji	1810123310021	Pembantu Lapangan
6.	Mubarak Al Qarni, S.Pd	-	Pengolah Data
7.	Ilham	1710123110008	Pembantu Survei
8.	Fauzi	1710123210008	Pembantu Survei
9.	Muhammad Hafi	1710123210014	Pembantu Survei

Surat tugas ini dibuat untuk dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.

Dikeluarkan di : Banjarmasin

Tanggal : 08 Juli 2021

Ketua LPPM



Prof. Dr. Ir. H. Danang Biyatmoko, M.Si

NIP. 19680507 199303 1 020



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,  
RISET DAN TEKNOLOGI  
**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT  
Jl. Brigjend. H. Hasan Basry - Banjarmasin Telp. (0511) 3305240 – Fak. (0511) 3305240

**SURAT TUGAS**

Nomor : 484 /UN8.2/PP/2021

Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin dengan ini menugaskan kepada :

No.	Nama	NIP/NIDN/NIM	Jabatan dalam Penelitian
1.	Dr. Ririanti Rachmayani e J, S.Psi., M.Pd.	197502142005012001	Ketua Peneliti
2.	Akhmad Sugianto, S.Pd., M.Pd.	198905042019031017	Anggota 1 Peneliti
3.	Selamet Riyadi	1710123310019	Anggota 2 Peneliti
4.	Muhammad Yusup	1710123210015	Pembantu Lapangan
5.	M. Rico Sampana Aji	1810123310021	Pembantu Lapangan
6.	Mubarak Al Qarni, S.Pd	-	Pengolah Data
7.	Ilham	1710123110008	Pembantu Survei
8.	Fauzi	1710123210008	Pembantu Survei
9.	Muhammad Hafi	1710123210014	Pembantu Survei

Untuk melaksanakan kegiatan Penelitian, dengan Judul "*Rational Emotive Behavior Therapy Untuk Mengatasi Kecemasan Masyarakat Pasca Bencana Banjir Di Kecamatan Hantakan*". Adapun kegiatan Penelitian dilaksanakan pada Bulan Mei - Desember 2021.

Surat tugas ini dibuat untuk dilaksanakan dengan penuh tanggung jawab.

Dikeluarkan di : Banjarmasin

Tanggal : 08 Juli 2021

Ketua LPPM



Prof. Dr. Ir. H. Danang Biyatmoko, M.Si

NIP. 19680507 199303 1 020