

**IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDU DENGAN PENDEKATAN  
*RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* TERHADAP DAMPAK  
MINAT BELAJAR PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII M  
SMPN 11 BANDAR LAMPUNG TA. 2016/2017**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Dalam Ilmu Bimbingan Konseling



Disusun Oleh :  
**PUTRI WULANDARI**

NPM : 1211080130

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**RADEN INTAN**

LAMPUNG

**Jurusan**

**: Bimbingan dan Konseling**



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**RADEN INTAN**  
LAMPUNG

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1438 H / 2017 M**

**IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDU DENGAN PENDEKATAN  
*RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* TERHADAP DAMPAK  
MINAT BELAJAR PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII M  
SMPN 11 BANDAR LAMPUNG TA. 2016/2017**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Dalam Ilmu Bimbingan Konseling



Disusun Oleh :  
**PUTRI WULANDARI**  
NPM : 1211080130

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**RADEN INTAN**

**Jurusan** : **Bimbingan dan Konseling**

**Pembimbing I** : **Dr. Hj. Nilawati Tajuddin, M. Si**

**Pembimbing II** : **Nova Erlina, S.IQ., M.ED**



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**RADEN INTAN**  
LAMPUNG

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1438 H / 2017 M**

## ABSTRAK

### IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDU DENGAN PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY TERHADAP DAMPAK MINAT BELAJAR PADA PESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMPN 11 TA.2016/2017 BANDAR LAMPUNG

Oleh

**PUTRI WULANDARI**

Dalam proses memajukan mutu pada sebuah sekolah, kedisiplinan dalam belajar merupakan salah satu yang paling penting. Peningkatan dalam minat belajar pada peserta didik SMPN 11 Bandar Lampung masih rendah. JK adalah peserta didik yang tercatat sering tidak memiliki keinginan untuk belajar saat KBM berlangsung seperti: bermain dikelas, mengobrol dengan teman sebangku saat KBM berlangsung, jarang mengerjakan PR, sangat malas belajar. Peserta didik tersebut dibimbing oleh guru Bimbingan Konseling dalam meningkatkan minat belajar pada peserta didik dengan menggunakan prosedur konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peningkatan minat belajar peserta didik dan untuk mengetahui pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* terhadap dampak minat belajar peserta didik di SMPN 11 Bandar Lampung. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Single Case Design*. Sampel dalam penelitian berjumlah 1 peserta didik kelas VIII M di SMPN 11 Bandar Lampung yang memiliki minat belajar yang rendah. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi sebagai teknik pendukung.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa: guru perlu membangkitkan minat peserta didik agar pelajaran yang diberikan mudah dipahami oleh peserta didik. Untuk itu guru harus bisa memanfaatkan minat belajar siswa dengan menyediakan kondisi yang mendukungnya. Dengan cara menciptakan suasana belajar yang menyenangkan diantaranya dengan menggunakan metode bervariasi, optimalisasi media pembelajaran serta memberi *reward* dan *punishment* serta selalu memberikan motivasi kepada peserta didik. Pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* terhadap dampak minat belajar pada peserta didik yang dilakukan oleh guru BK SMPN 11 Bandar Lampung dapat dikatakan efektif dalam rangka membina, mengembangkan dan meningkatkan minat belajar pada peserta didik.

**Kata kunci : Konseling Individu, Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*, Minat Belajar**

## MOTTO

وَهُوَ اللَّهُ فِي السَّمَوَاتِ وَفِي الْأَرْضِ يَعْلَمُ سِرَّكُمْ وَجَهْرَكُمْ وَيَعْلَمُ مَا تَكْسِبُونَ ۝۳

Artinya :

“ Dan Dia Allah (yang disembah), baik dilangi maupun di bumi; Dia mengetahui apa yang kamurahasiakan dan apa yang kamu lahirkan dan mengetahui (pula) apa yang kamu usahakan “. (Q.S. Al-An’



---

<sup>1</sup> Kementerian Agama RI, *Al- Qur'an Tajwid Dan Terjemah Dilengkapi Dengan Asbabun Nuzul Dan Hadist Shohih*, SYM, Jakarta 2010

## PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah SWT, saya ucapkan banyak terimakasih dan skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Kedua orang tua saya tercinta, yaitu ayahanda Hariyanto dan Ibunda Istiqomah yang telah menyayangi, mengasihi dan mendidik saya, serta selalu mendo'akan saya meraih kesuksesan.
2. Kakak dan adik yang saya cintai, Samsul Arifin dan Nurul Lusi Fitri Astusi yang selalu menemani dalam canda tawa, serta menjadi salah satu motivasi dalam meraih kesuksesan.
3. Almamaterku Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Lampung yang telah banyak mengajarkan saya untuk bersikap, berfikir dan bertindak.



## RIWAYAT HIDUP

Penulis lahir tanggal 26 oktober 1993 di Bogor, penulis merupakan anak ke-3 dari 4 bersaudara dari pasangan Bapak Hariyanto dan Ibu Istiqomah. Penulis menempuh pendidikan formal pertama di TK Al-Qur'an Pesisir Barat pada tahun 1999 dan selesai pada tahun 2000, selanjutnya penulis meneruskan ke Sekolah Dasar Negeri 3 Pesisir Barat dan lulus pada tahun 2006, kemudian penulis melanjutkan di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMP) 1 Pesisir Barat dari tahun 2006 dan lulus pada tahun 2009, kemudian penulis melanjutkan di Sekolah Menengah Atas (MAN) 1 Krui, Pesisir Barat dari tahun 2009 dan lulus pada tahun 2012.

Pada tahun yang sama yaitu pada tahun 2012 penulis melanjutkan ke perguruan tinggi, penulis diterima di Universitas Islam Negeri (UIN) Lampung pada Fakultas Tarbiyah program studi Bimbingan dan Konseling program Sastra Satu (S.1), melalui jalur seleksi penerimaan mahasiswa baru (SPMB) UIN Lampung tahun ajaran 2012/2013. Hingga menjadi Mahasiswa Jurusan Bimbingan Dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Lampung .

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Sholawat serta salam senantiasa tercurah kepada sang pelita kehidupan, seiring berjalan menuju ilahi, Nabi Muhammad SAW. Serta kepada keluarga, para sahabat dan para pengikutnya.

Skripsi dengan judul **“Implementasi Konseling Individu Dengan Pendekatan *Rational emotive behavior Therapy* Terhadap Dampak Minat Belajar Pada Peserta Didik Kelas RADEEN SYARIF 11 Bandar Lampung”**. adalah salah satu syarat untuk mendapat gelar sarjana pendidikan pada program studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

Dengan kerendahan hati disadari bahwa dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mengalami kesulitan dan hambatan namun berkat bimbingan serta motivasi dari berbagai pihak akhirnya penulisan skripsi ini dapat terselesaikan. Maka pada kesempatan ini penulis ucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada :

1. Bapak Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung beserta jajarannya.
2. Bapak Andi Thahir, M.A.,Ed. D selaku Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

3. Bapak Dr. Ahmad Fauzan, M.Pd selaku Sekertaris Jurusan Bimbingan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Bunda Dr. Hj. Nilawati Tajuddin, M.Si. sebagai pembimbing I, terimakasih atas petunjuk serta arahan dalam menyelesaikan skripsi dan tuntutannya selama penulis menempuh studi di UIN Raden Intan Lampung.
5. Bunda Nova Erlina, SIQ., M.Pd, sebagai pembimbing II yang telah memberikan perhatian, bimbingan, arahan dan masukan yang berarti selama proses penulisan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis elama menuntut ilmu di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
7. Ibu Hj. Siti Robiyah, M.Pd, selaku kepala sekolah SMP Negeri 11 Bandar Lampung yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melaksanakan penelitian.
8. Ibu Rusma Triyani, S.pd selaku guru Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 11 Bandar Lampung yang telah berkenan memberikan kemudahan serta membantu dalam penelitian.
9. Bapak dan ibu Dewan guru beserta staf TU SMP Negeri 11 Bandar Lampung yang telah berkenan membantu dalam penelitian.
10. Peserta didik SMP Negeri 11 Bandar Lampung tahun ajaran 2016/2017 yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.



11. Kedua orang tuaku yang telah memberikan dukungan, doa dan motivasi baik secara moril dan materil.

12. Kepada sahabat sahabatku tercinta, KKN, PPL, Novita, Evi, Heni, Meyza, Wiwinda, Bulan, Tri utami, Malik, Laila, Weni, “Semuanya” Dan rekan-rekan Bimbingan Konseling angkatan 2012 yang menemaniku dari awal menjadi mahasiswa hingga sekarang, terimakasih untuk semua hal yang telah kita lalui dan kital akukan bersama-sama selama 4 tahun ini.

13. Semua pihak yang telah membantu yang tidak bias peneliti sebutkan satu persatu, terimakasih banyak atas semuanya.



Semoga segala bimbingan dan bantuan serta perhatian yang telah diberikan mendapat balasan dari Allah SWT. Aamiin. Peneliti menyadari dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan kesalahan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat peneliti harapkan dan akhir kata peneliti berharap semoga karya yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua. Aamiin.

Bandar Lampung, Februari 2017

Penulis

**PUTRI WULANDARI**  
**NPM: 1211080130**

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>RIWAYAT HIDUP</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvi</b>



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**RADEN INTAN**  
LAMPUNG

<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	10
C. Pembatasan Masalah.....	11
D. Rumusan Masalah .....	11
E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	11

<b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Konseling Individu .....	13
1. Pengertian Konseling Individu.....	13
2. Tujuan Konseling Individu .....	15
3. Fungsi Konseling individu .....	18
4. Tahap-tahap Konseling Individu .....	19
B. <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	22
1. Pengertian <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	22
2. Konsep-konsep Dasar <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	23
3. Tujuan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	24
4. Teknik-teknik <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	25
5. Langkah-langkah <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	28
6. Peran dan Fungsi Konselor .....	29
7. Kelebihan dan Kelemahan <i>Rasional Emotive Behavior Therapy</i> .....	31
C. Minat Belajar .....	33
1. Pengertian Minat Belajar .....	33
2. Macam-macam Minat Belajar .....	36
3. Faktor Yang Mempengaruhi Minat Belajar .....	37

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	41
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	44
C. Variabel Penelitian .....	45
D. Subyek dan Objek Penelitian .....	46
E. Teknik Pengumpulan Data .....	46
F. Sumber Data .....	51
G. Teknik Analisa Data .....	52
H. Pelaksanaan Studi Kasus .....	55

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Hasil Penelitian .....	57
B. Pelaksanaan Konseling Individu dengan Teknik <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> Terhadap Dampak Minat Belajar Siswa Peserta Didik .....	59
1. Membina Hubungan Baik .....	62
2. Identifikasi Masalah .....	62
3. Merencanakan Tujuan Konseling .....	62
4. Prinsip ABCDE .....	63
5. Mengajarkan Cara Berpikir Logis .....	64
6. Pengakhiran .....	65
C. Pembahasan .....	66

### **BAB V PENUTUP**

A. Simpulan .....	67
B. Saran .....	68

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Klasifikasi Permasalahan Dalam Minat Belajar Yang Rendah Pada Peserta Didik Di SMPN 11 Kelas VIII M Bandar Lampung .....	8
2. Nilai Hasil Ulangan Semester Ganjil Peserta Didik .....	9
3. Konsep-Konsep <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	23
4. Teori ABCDE Konseli .....	64
5. Hasil Evaluasi Konseling.....	65



## DATA LAMPIRAN

### Lampiran :

1. Transkrip wawancara dengan guru BK .....	3
2. Transkrip wawancara dengan wali kelas .....	6
3. Transkrip wawancara dengan peserta didik .....	9
4. Satlan .....	29
5. Institut terapi <i>Rasional Emotive Behavior Therapy</i> .....	38
6. Kartu konsultasi .....	
7. Surat izin penelitian dari fakultas tarbiyah .....	
8. Surat keterangan penelitian dari SMPN 11 Bandar Lampung .....	
9. Lambar Persetujuan Wawancara .....	



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN  
LAMPUNG

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang penting dalam kelangsungan hidup manusia. Dengan kata lain, wadah yang tepat untuk peningkatan sumber daya manusia adalah pendidikan. Tidak dapat diragukan lagi, bahwa sejak anak manusia lahir ke dunia, telah dilakukan usaha-usaha pendidikan. Manusia telah berusaha mendidik anak-anaknya kendatipun dengan cara yang sederhana. Demikian pula semenjak manusia saling bergaul, telah ada usaha-usaha dari orang-orang yang lebih mampu dalam hal-hal tertentu untuk mempengaruhi orang-orang lain teman bergaul mereka, untuk kepentingan dan kemajuan bersama.<sup>2</sup> Demikian halnya dizaman sekarang, pendidikan ada dimana saja, baik disekolah maupun luar sekolah.

Pendidikan dapat mengembangkan berbagai potensi yang dimilikinya secara optimal, yaitu pembangan potensi individu yang setinggi-tingginya dalam aspek fisik, intelektual, emosional, social dan spiritual, sesuai dengan tahap perkembangan serta karakteristik lingkungan *social* budaya, hal ini ditegaskan dalam Undang-undang RI No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 1 ayat 1 dinyatakan bahwa “ Pendidikan adalah usaha sadar dan terancam untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan

---

<sup>2</sup> Suryabrata sumadi, *Psikologi Pendidikan*, PT. Grafindo, Jakarta 2004, h.1

potensi dirinya untuk memiliki sikap spritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara”.<sup>3</sup>

Dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah, kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok, ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh peserta didik.<sup>4</sup> Secara umum, peserta didik merupakan individu yang sedang dalam proses perkembangan, maka tujuan bimbingan adalah membantu peserta didik agar mencapai perkembangan yang optimal, sehingga tidak menghambat perkembangan belajar peserta didik, karena peserta didik yang perkembangannya terhambat atau terganggu akan berpengaruh terhadap perkembangan belajarnya.<sup>5</sup>

Menurut Rachman Natawidjaja menyatakan, Bimbingan adalah suatu proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara kesinambungan, individu dapat memahami dirinya, sehingga dia sanggup mengarahkan dirinya dan dapat bertindak secara wajar, sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat, serta kehidupan umumnya. Dengan demikian ia dapat mengecap kebahagiaan hidup dan dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi kehidupan masyarakat umumnya. Bimbingan membantu individu mencapai perkembangan diri secara optimal sebagai makhluk sosial.<sup>6</sup>

---

<sup>3</sup> Undang-undang Sisdiknas No. 20 Tahun 2003, Sinar Grafika, Jakarta , h.3

<sup>4</sup>Slameto, *Belajar dan Faktor yang Mempengaruhinya*, Rineka Cipta, Jakarta,2010, h.1

<sup>5</sup>Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, Rajawali Pers, Jakarta, 2009, h.131

<sup>6</sup>Hallen, *Bimbingan dan Konseling*, PT. Quantum Teaching, ciputat,2005,h.5

Menurut Rogers mengemukakan, konseling adalah serangkaian hubungan langsung dengan individu yang bertujuan untuk membantu dia dalam merubah sikap dan tingkah lakunya.<sup>7</sup>

Seperti yang dikemukakan juga oleh Wrenn dalam proses konseling terlihat adanya suatu masalah yang dialami konseli, yaitu orang yang mempunyai masalah dalam proses konseling. Konseli perlu mendapatkan pemecahan dan cara pemecahannya harus sesuai dengan keadaan konseli. Jadi dalam proses konseling ada tujuan langsung yang tertentu, yaitu pemecahan masalah yang dihadapi oleh konseli.<sup>8</sup>

Proses konseling pada dasarnya dilakukan secara individual, yaitu antara konseli dan konselor, walaupun dalam perkembangan kemudian ada konseling kelompok (*group counseling*). Pemecahan masalah dalam proses konseling itu dijalankan dengan wawancara atau diskusi antara konseli dengan konselor, dan wawancara itu dijalankan secara *face to face*.

Konseling adalah bantuan yang diberikan kepada individual dalam memecahkan masalah kehidupannya dengan wawancara dan dengan cara yang sesuai dengan keadaan yang dihadapi individu untuk mencapai kesejahteraan hidupnya. Dalam hal ini harus selalu diingat agar individu pada akhirnya dapat memecahkan masalahnya dengan kemampuan sendiri. Dengan demikian maka konseli tetap dalam keadaan aktif, memupuk dengan kesanggupannya, didalam memecahkan setiap masalah yang mungkin akan dihadapi dalam kehidupannya.<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup>Ibid, h9

<sup>8</sup>Walgito Bimo, *Bimbingan dan Konseling (Studi&Karir)* PT. Andi, Yogyakarta, 2005, h. 6

<sup>9</sup>Ibid, h. 7



Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling memiliki peran penting dalam mengarahkan, atau membimbing seseorang atau kelompok dalam mengambil keputusan hidup baik dalam kemandirian maupun dalam pemecahan masalah. Dengan kata lain, bimbigan konseling sangat diperlukan dalam berbagai latar kehidupan, seperti halnya dunia pendidikan.

Belajar merupakan suatu proses perubahan yaitu perubahan tingkah laku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya dalam memenuhi kebutuhan hidupnya. Belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.<sup>10</sup>

Belajar itu sendiri adalah proses dalam rangka menuntut ilmu pengetahuan. Seorang muslim akan selalu memiliki kecenderungan untuk menuntut ilmu dan mengetahui berbagai hal. Allah SWT menganggap orang yang menuntut ilmu ini termasuk golongan yang berjihad dijalanNya (*fisabillilah*). Firman Allah SWT:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجْلِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحَ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ۝ ١١

Artinya:

*"Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", Maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-*

---

<sup>10</sup> Slameto, *Belajar & Faktor-faktor Yang Mempengaruhi*, PT. Rineka Cipta, Jakarta , Cetakan ke VI, 2013, h.2

*orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan.” (QS. Al-Mujadilah:11).<sup>11</sup>*

Dari penjelasan ayat tersebut dapat disimpulkan bahwa menuntut ilmu pengetahuan merupakan suatu kewajiban seorang muslim. Dimana dengan demikian pengetahuan akan dapat membawa perubahan sikap kearah yang lebih baik. Selanjutnya keberhasilan dalam menuntut ilmu sangat dipengaruhi motivasi belajar ada pada diri seseorang yang belajar. Dimana meningkatkan belajar adalah keseluruhan daya penggerak yang ada dalam diri peserta didik yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu sehingga tujuan yang diinginkan dapat tercapai.

Dalam proses pembelajaran yang harus diperhatikan adalah adanya berbagai macam faktor yang dapat menghambat tujuan pembelajaran, satu diantaranya adalah adanya minat belajar pada peserta didik dalam mengikuti pembelajaran yang sedang dipelajari. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Bimo Walgito:

“Apabila peserta didik telah mempunyai minat belajar, maka akan mendorong individu untuk berbuat sesuai dengan minatnya dan minat ini memperbesar motif yang ada pada individu, berhubungan dengan itu maka perlu dibangkitkan adanya minat dari peserta didiknya”.<sup>12</sup>

Berdasarkan pendapat diatas, bahwa dengan adanya minat belajar dapat mempermudah diri peserta didik dalam mempelajari suatu materi pembelajaran termasuk seluruh pelajaran. Belajar merupakan hal yang sangat erat hubungan dengan prinsip ekonomi. Makin cepat seseorang belajar dengan prestasi yang sama maka makin baik juga dengan keadaan tersebut. Dengan demikian para peserta didik makin

---

<sup>11</sup>Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemah Dilengkapi Dengan Asbabun Nuzul Dan Hadist Shohih*, SYM, Jakarta 2010.

<sup>12</sup> Bimo Walgito, *Bimbingan dan Penyuluhan Disekolah*, Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi UGM, Yogyakarta , Cetakan Ke VIII, 2005, h. 126

cepat seseorang belajar dengan hasil yang sama maka akan semakin baik dalam proses belajar. Cara belajar yang baik dan efisien adalah pada tempat orang mengatakan bahwa belajar adalah *time consuming job*.

Minat belajar adalah kecintaan individu pada suatu obyek untuk dapat memperoleh perubahan perilaku baru secara keseluruhan, sebagai hasil dari pengalaman individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya, sehingga dia akan tekun untuk melaksanakannya karena dilakukan atas kesadaran dari dalam dirinya tanpa paksaan dari pihak lain.<sup>13</sup>

Minat besar berpengaruh terhadap aktivitas belajar. Siswa yang berminat terhadap suatu pelajaran akan mempelajari dengan sungguh-sungguh, karena adanya daya tarik baginya. Proses belajar akan berjalan lancar bila disertai dengan minat. Oleh karena itu, guru perlu membangkitkan minat peserta didik agar pelajaran yang diberikan mudah dipahami oleh peserta didik.

Untuk itu guru harus bisa memanfaatkan minat belajar siswa dengan menyediakan kondisi yang mendukungnya. Minat siswa untuk belajar merupakan kekuatan yang bersumber dari diri peserta didik. Minat ini memang berhubungan dengan kebutuhan siswa untuk mengetahui sesuatu dari objek yang dipelajarinya.<sup>14</sup>

---

<sup>13</sup>M. Sukayasa, K. Suranata, K. Dharsana, "Penerapan Teori Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Minat Belajar". *Jurnal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling*, Vol.2 No.(Tahun 2014).

<sup>14</sup>Irfan fauzan, 2011, *minat belajar (online)*: tersedia:<http://irfan-irfanfauzan.blogspot.co.id/2011/09/skripsi-bab-ii.html>, download hari sabtu, 18 feb 2017, pukul 14.33

Belajar merupakan tugas pokok dan utama bagi seorang guru, karena seorang guru mempunyai pengaruh yang besar dalam menentukan keberhasilan belajar anak. Peserta didik harus memiliki minat belajar yang besar agar dapat menghasilkan peserta didik prestasi yang tinggi. Sebaliknya minat belajar yang tinggi akan menghasilkan peserta didik prestasi yang lebih tinggi. Dan sebaliknya minat belajar yang rendah akan menghasilkan peserta didik prestasi belajar yang rendah. Disamping itu seluruh guru mata pelajaran harus membuat peserta didik bersemangat ketika menerima mata pelajaran, dan menciptakan suasana yang tenang ketika proses belajar mengajar berlangsung sehingga materi pembelajaran dapat mudah diterima.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN  
LAMPUNG

Dengan demikian untuk meningkatkan minat belajar pada peserta didik. Salah satu dengan cara menggunakan konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dilakukan untuk lebih mengamati peserta didik yang menunjukkan perhatian dalam belajar, memiliki dorongan atau motivasi untuk belajar, untuk memiliki ketekunan dalam belajar, dan memiliki keinginan untuk mendapatkan nilai-nilai yang lebih bagus.<sup>15</sup>

Berdasarkan survey pra penelitian di SMPN 11 Bandar Lampung pada hari Selasa, tanggal 12 April 2016, diperoleh informasi melalui interview dengan guru BK dan wali kelas khususnya kelas VIII M. Bahwa peserta didik yang memiliki gejala kurangnya minat belajar. Penulis memperoleh data peserta didik berdasarkan hasil penyebaran angket yang sebelumnya sudah dilakukan oleh guru BK. Terdapat peserta didik yang memiliki masalah-masalah kurangnya minat belajar.

---

<sup>15</sup>M. Sukayasa, K. Suranata, K. Dharsana, "Penerapan Teori Konseling Behavioral Dengan Tehnik Self Management Untuk Meningkatkan Minat Belajar". *Jurnal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling*, Vol.2 No.(Tahun 2014).

Berikut klasifikasi permasalahan yang dialami oleh peserta didik pada kelas

VIII M adalah sebagai berikut:

**Tabel 1**  
**Klasifikasi Permasalahan dalam Minat Belajar yang Rendah**  
**pada Peserta Didik SMPN 11 Kelas VIII M**  
**Bandar Lampung**

No	Indikator	Sub Indikator
1	a. Inteligensi IQ yang kurang baik b. Aktivitas belajar yang kurang c. Penyesuaian sosial yang sulit d. Latar belakang yang pahit e. Cita-cita yang tidak relevan f. Seks atau pernikahan yang tidak terkendali g. Pengetahuan atau keterampilan dasar yang kurang memadai (kurang mendukung) h. Peserta didik cenderung lebih senang mengobrol dengan teman sebangkunya i. Tidak ada motivasi atau dukungan dalam belajar.	a. Pembawaan ditentukan oleh sifat dan ciri-ciri yang dibawa sejak lahir, bisa disebut juga dengan genetik b. Bermalas-malas saat belajar c. Kurangnya bergaul terhadap teman sebaya d. Bersekolah sambil bekerja akan menyita waktu dalam belajar e. Tidak sesuai yang di ambil, misalnya bakat peserta didik di jurusan IPS tetapi orang tuanya menginginkan untuk mengambil jurusan IPA f. Terlalu banyak pertemanan dengan beda lawan jenis dan berpacaran g. Kurangnya pengetahuan dalam belajar h. Kurangnya memperhatikan guru saat KBM i. Kurangnya dorongan atau kurangnya perhatian dari orang tua.

Sumber : *Dokumentasi Guru Bimbingan dan Konseling Dengan Masalah Minat Belajar Yang Rendah Peserta Didik di SMPN 11 Bandar Lampung.*

Dari tabel diatas peserta didik yang memiliki masalah dalam dampak minat belajar yang kurang dapat dilihat dari preserta didik yang sangat rendah didalam kelas seperti kurangnya memiliki tanggung jawab pribadi dalam mengerjakan suatu

aktivitas dan penyesuaian sosial juga yang sulit. Cepatnya penyerapan bahan pelajaran oleh peserta didik tertentu menyebabkan peserta didik susah menyesuaikan diri untuk mengimbanginya dalam belajar.

Berikut ini hasil Ulangan Semester Ganjil pada peserta didik kelas VIII M di SMPN 11 Bandar Lampung yang mengalami penurunan hasil belajar pada peserta didik, sebagai mana tabel dibawah ini:

**Tabel 2**  
**Nilai Hasil Ulangan Semester Ganjil Peserta didik (JK)**

UTS semester I	79,39	873	14
UAS semester I	52,18	574	30

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
**RADENI INTAN**  
LAMPUNG

Dan dari hasil observasi dan nilai-nilai ulangan semester ganjil JK. Oleh karena itu, perlu diberikan motivasi untuk peningkatan minat belajar peserta didik. Dalam peningkatan minat belajar terkandung adanya motivasi untuk mencapai cita-cita yang di inginkan atau apresiasi peserta didik, ini diharapkan peserta didik mendapatkan minat belajar dengan keinginannya, sehingga mengerti dengan apa yang menjadi tujuannya dalam belajar, disamping itu keadaan siswa yang baik dalam belajar akan menyebabkan peserta didik tersebut semangat dalam belajar dan mampu menyelesaikan tugas dengan baik.

Jika hal ini dibiarkan terus menerus tentu saja akan berdampak buruk terhadap masa depannya. Jika hal ini terjadi maka tujuan pendidikan nasional tidak akan tercapai. Berdasarkan fenomena tersebut, maka penulis tertarik untuk meneliti lebih dalam dengan judul “Implementasi konseling individual dengan pendekatan *Rational*

*Emotive Behavior Therapy* terhadap dampak minat belajar peserta didik di SMPN 11 Bandar Lampung”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Identifikasi masalah adalah suatu tahap permulaan dari penguasaan masalah dimana suatu objek tertentu dalam situasi tertentu dapat kita kenali sebagai suatu masalah. Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kurang memiliki tanggung jawab pribadi dalam meningkatkan minat belajar.
2. Tidak adanya motivasi belajar peserta didik dikarenakan kurang adanya minat belajar.
3. Kurangnya memperhatikan guru pada saat KBM
4. Peserta didik tidak ada antusias dalam mengikuti pelajaran.



## **C. Pembatasan Masalah**

Untuk menghindari terlalu meluasnya pembahasan masalah dan pembahasan lebih terarah, maka dalam penulisan ini hanya terfokus pada “Implementasi konseling individual dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* terhadap dampak minat belajar peserta didik di SMPN 11 Bandar Lampung”.

## **D. Rumusan Masalah**

Dalam suatu penelitian perumusan masalah adalah langkah yang sangat penting. Dengan perumusan masalah diharapkan dapat mengarahkan peneliti untuk mengumpulkan data dan memilih metodologi yang tepat untuk penelitian. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Bagaimanakah pelaksanaan konseling individu

dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* terhadap minat belajar peserta didik di SMPN 11 Bandar Lampung “ ?

### **E. Tujuan Dan Manfaat Penelitian**

Pada dasarnya setiap tindakan baik itu bersekala besar mau pun kecil akan berhasil apabila disertai tujuan yang jelas dan telah direncanakan sebelumnya, dengan demikian *planning* yang tepat sasaran yang akurat pasti akan menghasilkan suatu maksimal.

#### 1. Tujuan penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui pelaksanaan konseling individu dengan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* pada peserta didik kelas VIII M SMPN 11 Bandar Lampung.

#### 2. Kegunaan penelitian

Dalam apa pun kegunaan dari penelitian ini yaitu :

- a. Sebagai kontribusi pemikiran bagi lembaga pendidikan (sekolah) dan guru bimbingan dan konseling atau calon guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan perannya membantu peserta didik dalam meningkatkan minat belajarnya.
- b. Sebagai pertimbangan dalam rangka meningkatkan minat belajar peserta didik.
- c. Sebagai tambahan pengetahuan dalam meningkatkan minat belajar pada peserta didik.
- d. Sebagai calon guru bimbingan dan konseling. Penelitian ini dilakukan agar penelitian dapat mengetahui pendekatan dan tehnik yang tepat yang dapat



dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling dalam meningkatkan disiplin belajar peserta didik.

- e. Penelitian ini nantinya dapat memberikan informasi bagi peneliti tentang seberapa besar pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dilakukan dapat merubah proses belajar pada peserta didik dan dapat mengembangkan penelitian ini di SMP Negeri 11 Bandar Lampung.



## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Konseling Individu

##### 1. Pengertian Konseling Individu

Konseling adalah usaha untuk membantu orang yang sedang mengalami gangguan kejiwaan agar mereka bisa memutuskan sendiri apa yang terbaik bagi mereka. Secara historis asal mula pengertian konseling adalah untuk memberi nasehat, seperti: penasehat hukum, penasehat perkawinan; dan penasehat *camping* anak-anak pramuka.<sup>16</sup>



Kemudian konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami suatu masalah yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh konseli.<sup>17</sup> Konseling berarti kontak atau hubungan timbal balik antara dua orang (konselor dan konseli) untuk menangani masalah konseli, yang didukung oleh keahlian dan dalam suasana yang laras dan integrasi, berdasarkan norma-norma yang berlaku untuk bertujuan yang berguna bagi konseli.<sup>18</sup> Selain itu menurut Melton E. Hahn mengatakan bahwa konseling adalah proses yang terjadi dalam hubungan seorang dengan seorang yaitu

---

<sup>16</sup> Sofian S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, Alfabeta, Bandung, 2004, hlm.17

<sup>17</sup> Prayitno Dan Amti Erma, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, Rineka Cipta, Jakarta, 2008, hlm.105

<sup>18</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Sekolah dan Madrasah (Berbasis Inegrasi)*, Raja Grafindo, Jakarta, 2011, hlm.25

individu mengalami masalah yang tak dapat diatasinya, dengan seorang petugas profesional yang memperoleh latihan dan pengalaman untuk membantu agar konseling mampu memecahkan kesulitannya.<sup>19</sup>

Menurut Prayitno dan Erman Amti konseling individu adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (disebut konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (disebut klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien. Sejalan dengan itu, Winkel mendefinisikan konseling sebagai serangkaian kegiatan paling pokok dari bimbingan dalam usaha membantu konseling/klien secara tatap muka dengan tujuan agar klien dapat mengambil tanggung jawab sendiri terhadap berbagai persoalan atau masalah khusus.<sup>20</sup>

Maka berdasarkan pengertian konseling individual dapat disimpulkan oleh peneliti yakni proses belajar melalui hubungan khusus pribadi dalam wawancara antara seorang guru pembimbing dan konseli atau peserta didik. Dalam konseling dapat hubungan yang dinamis dan khusus, karena dalam interaksi tersebut, konseli merasa diterima dan dimengerti oleh konselor atau guru pembimbing. Dalam hubungan ini, guru pembimbing dapat menerima peserta didik secara pribadi dan tidak membiarkan penilaian. Peserta didik merasa ada orang lain yang dapat mengerti masalah pribadinya dan mau membantu memecahkannya. Guru pembimbing dan peserta didik saling belajar dalam pengalaman hubungan yang bersifat khusus dan pribadi.

## **2. Tujuan Konseling Individual**

Konseling bertujuan membantu untuk memecahkan masalah-masalah pribadi, baik sosial maupun emosional, yang dialami saat sekarang dan yang


---

<sup>19</sup>Sofian S. Willis, *Op. Cit.*, hlm. 18

<sup>20</sup>Prayitno dan Amti Erma, *Opcit*, hlm. 105

akan datang. Konseling bertujuan membantu konseling bertujuan membantu individu untuk mengadakan interpretasi fakta-fakta, mendalami arti nilai hidup pribadi, kini dan mendatang. Konseling member bantuan kepada individu untuk mengembangkan kesehatan mental, perubahan sikap, dan tingkah laku. Konseling menjadi strategi utama dalam proses bimbingan dan merupakan tehnik standar serta merupakan tugas pokok seorang konselor/guru pembimbing dipusat pendidikan.<sup>21</sup>

Menurut Adz-Dzaky tujuan konseling dalam islam adalah sebagai berikut:

- 
- a. Untuk menghasilkan Raden Intan, perbaikan, kesehatan dan kebersihan jiwa dan mental. Jiwa menjadi tenang, jinak dan damai (*muthmainnah*), bersikap lapang dada (*radhiyah*) dan mendapatkan pencerahan taufik dan hidayah tuhan (*mardhiyah*);
- b. Untuk menghasilkan suatu perubahan, perbaikan dan kesopatan tingkah laku yang dapat memberikan manfaat baik pada diri sendiri, lingkungan keluarga, lingkungan kerja maupun lingkungan sosial dan alam sekitarnya;
- c. Untuk menghasilkan kecerdasan rasa (emosi) pada individu sehingga muncul dan berkembang rasa toleransi, kesetiaan kawan, tolong menolong dan rasa kasih sayang.

---

<sup>21</sup> Achmad Juntika Nurihsan, *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*, Refika Aditama, 2007, hlm. 11 (dalam Skripsi Tri Dewantara, *Efektifitas Assertive Traning Dalam Meningkatkan Disiplin Belajar*, IAIN)

- d. Untuk menghasilkan kecerdasan spiritual pada diri individu sehingga muncul dan berkembang rasa keinginan untuk berbuat taat kepada tuhan, ketulusan mematuhi segala perintahnya serta ketabahannya menerima ujiannya; dan
- e. Untuk mneghasilkan potensi individu dapat melakukan tugasnya sebagai khalifah dengan baik dan benar.

Hal ini diungkapkan Allah SWT dalam surah Al-alaq ayat 1-5 yaitu:



أَقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ ١ خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ ٢ اقْرَأْ  
 وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ ٣ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ ٤ عَلَّمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ  
 يَعْلَمْ ٥

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
 RADEN INTAN  
 LAMPUNG

*Artinya :*

*“Bacalah dengan (menyebut) nama tuhanmu yang menciptakan, dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah, bacalah, dan tuhan mullah yang maha pemurah, yang mengajar (manusia) dengan perantara kalam, dia mengajar manusia apa yang tidak diketahuinya”. (QS. Al-Alaq :1-5)<sup>22</sup>*

Selain itu tujuan konseling individu adalah agar konseli memahami kondisi dirinya sendiri, lingkungannya, permasalahannya yang dialami, kekuatan dan kelemahan dirinya sehingga konseli mampu mengatasinya. Dengan kata lain, konseling individu bertujuan untuk mengentaskan masalah yang dialami konseli.<sup>23</sup>

<sup>22</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemah*, Jakarta. h.602

<sup>23</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling Disekolah dan Madrasah Berbasis Integrasi*. Raja Grafindo, 2009.h.164

Menurut Mcleod beliau mengemukakan “bahwa beberapa tujuan konseling yang didukung secara ekspilisit dan implicit oleh para konselor adalah:

- a. Pemahaman yaitu adanya pemahaman terhadap akar dan perkembangan kesulitan emosional, mengarah pada peningkatan kapasitas untuk lebih memilih *control rasional* kertilimbang persaan dan tindakan;
- b. Berhubungan orang lain yaitu menjadi lebih mampu membentuk dan mempertahankan hubungan yang bermakna dan memuaskan dengan orang lain, misalnya dalam keluarga atau didunia pendidikan;
- c. Kesadaran diri yaitu menjadi lebih peka terhadap pemikiran dan perasaan yang selama ini diarah atau ditolak, atau mengembangkan perasaan yang lebih akurat berkenaan dengan penerimaan orang lain terhadap dirinya;
- d. Penerimaan diri yaitu pengembangan sikap positif terhadap diri, yang ditandai oleh kemampuan menjelaskan pengalaman yang selalu menjadi subyek kritik dan penolakan;
- e. Aktualisasi diri atau individu yaitu pergerakan kearah pemenuhan potensi atau penerimaan integrasi bagi diri yang sebelumnya saling bertentangan;
- f. Pencerahan yaitu membantu konseli mencapai kondisi kesadaran spritual yang lebih tinggi;
- g. Pemecahan masalah yaitu menentukan pemecahan problem tertentu yang tidak bisa dipecahkan oleh konseli seorang diri. Dengan kata lain, menurut kopetensi umum dalam pemecahan masalah;
- h. Pendidikan psikologi yaitu membuat konseli mampu menangkap ide dan tehnik untuk memahami dan mengontrol tingkah laku;
- i. Memiliki keterampilan sosial yaitu mempelajari dan menguasai keterampilan sosial dan interpersonal seperti mempertahankan kontak mata, tidak menyela pembicaraan dan pengendalian marah;

- j. Perubahan tingkah laku yaitu memodifikasi atau mengganti kepercayaan yaitu rasional atau pola pikiran yang tidak dapat diadaptasi, yang diasosiasikan dengan tingkah laku yang merusak diri sendiri;
- k. Perubahan sistem yaitu memperkenalkan perubahan dengan cara beroprasinya sistem sosial seperti keluarga dan masyarakat.<sup>24</sup>

Jadi tujuan dalam kegiatan konseling, ditetapkan berdasarkan permasalahan yang dialami oleh konseli serta pendekatan konseling yang digunakan oleh konselor.

### 3. Fungsi Konseling Individu

Layanan konseling individual memungkinkan peserta didik mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan dan penguasaan permasalahannya. Fungsi utama yang didukung oleh layanan konseling individual ialah fungsi pengentasan, dalam layanan konseling individual, masalah konseli (peserta didik) dicermati dan diupayakan pengentasannya, sepadat- padanya dengan kekuatan peserta didik sendiri. Konseling dianggap sebagai upaya layanan yang paling utama dalam pelaksanaan fungsi pengentasan masalah peserta didik.<sup>25</sup>

### 4. Tahap-tahap Konseling Individu

- a. Tahap Awal Konseling (Mendefinisikan Masalah)

---

<sup>24</sup>Gantina. K, Eka. W, dan Karsih, *Teori Dan Tehnik Konseling*, PT. Indeks, Jakarta, 211, hlm. 18-20

<sup>25</sup>Prayitno, *Pelayanan Bimbingan dan Konseling*, Rineka Cipta, Jakarta, 2007, hlm. 77

Tahap ini terjadi sejak konseli menemukan konselor sampai konselor dan konseli menemukan masalah konseli. Pada tahap ini, ada beberapa hal yang harus dilakukan. Diantaranya adalah sebagai berikut:


- 1) Membangun hubungan konseling yang melibatkan konseli (*Rapport*). Kunci keberhasilan membangun hubungan ini terletak pada terpenuhinya asas-asas bimbingan dan konseling, terutama asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan dan kegiatan;
- 2) Memperjelas dan mendefinisikan masalah. Jika hubungan konseling sudah terjalin dengan baik dan konseli telah melibatkan diri, maka konselor harus mampu memperjelaskan masalah konseli;
- 3) Membuat penafsiran dan penajakan. Konselor berusaha menjajaki kemungkinan masalah dan merancang bantuan yang mungkin dilakukan. Caranya, dengan membangkitkan semua potensi konseli dan menentukan berbagai alternatif yang sesuai dengan antisipasi masalah; dan
- 4) Menegosiasikan kontrak. Membangun perjanjian antara konselor dengan konseli yang berisi tiga hal :
  - a) Pertama, kontrak waktu, yaitu lamanya waktu pertemuan yang diinginkan oleh konseli dan konselor;
  - b) Kedua, kontrak tugas, yaitu berbagi tugas antara konselor dan konseli; dan



c) Ketiga, kontrak kerja sama dalam proses konseling, yaitu terbitnya peran dan tanggung jawab bersama antara konselor dan konseling dalam seluruh rangkaian kegiatan konseling.<sup>26</sup>

b. Tahap Inti (Tahap Kerja)

Setelah tahap awal dilaksanakan dengan baik, proses konseling selanjutnya adalah memasuki tahap ini atau tahap kerja. Pada tahap ini, terdapat beberapa hal yang harus dilakukan. Diantaranya adalah sebagai berikut:

- 
- 1) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah konseli secara lebih dalam. Penjelajahan masalah ini dilakukan agar konseli mempunyai perspektif dan alternatif baru terhadap masalah yang sedang dialami;
  - 2) Konselor melakukan *reassessment* (penilaian kembali), bersama-sama konseli meninjau kembali permasalahan yang dihadapi oleh konseli; dan
  - 3) Menjaga agar hubungan konseling tetap terpelihara. Hal ini terjadi dalam beberapa hal berikut:
    - a) Konseli merasa senang terlibat dalam pembicaraan atau wawancara konseling. Serta, menampakkan kebutuhan untuk mengembangkan diri dan memecahkan masalah yang dihadapi;
    - b) Konselor berupaya kreatif dengan mengembangkan teknik-teknik konseling yang bervariasi, serta dapat menunjukkan pribadi yang jujur, ikhlas dan benar-benar peduli terhadap konseli; dan

---

<sup>26</sup>Sofian S. Willis, *Op. Cit.*, hlm.50-51

c) Proses konseling berjalan sesuai kontrak. Kesepakatan yang telah dibangun saat kontrak hendaknya tetap dijaga, baik oleh pihak konselor maupun pihak konseli.<sup>27</sup>

c. Tahap Akhir (tahap tindakan)

Pada tahap ini, terdapat beberapa hal yang perlu dilakukan.

Diantaranya adalah sebagai berikut:

- 1) konselor membuat kesimpulan bersama konseli mengenai hasil proses konseling;
- 2) menyusun rencana tindakan yang akan dilakukan berdasarkan kesepakatan yang telah terbangun pada proses konseling sebelumnya;
- 3) mengevaluasi jalannya proses dan hasil konseling; dan
- 4) membuat perjanjian untuk pertemuan berikutnya.

Pada tahap akhir, biasanya ditandai oleh beberapa hal. Pertama, menurunkan kecemasan pada diri konseli; kedua, perubahan perilaku konseli kearah yang lebih positif; ketiga, konseli memiliki pemahaman baru tentang masalah yang dihadapi; dan keempat, adanya rencana hidup dimasa yang akan datang dengan program yang jelas.<sup>28</sup>

---

<sup>27</sup>*Ibid*, hlm.52-53

<sup>28</sup>*Ibid*, hlm.53-54

## B. Rational Emotive Behavior Therapy

### 1. Pengertian *Rational Emotive Behavior Therapy*

*Rational emotive behavior* dikembangkan oleh Albert Ellis yaitu aliran psikoterapi yang berdasarkan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berfikir *rasional* maupun berfikir *irasional*. Ellis menekankan bahwa manusia berfikir, beremosi dan bertindak secara simulasi. Jarang manusia beremosi tanpa berfikir. bagaimana ditanyakan kan oleh Ellis “ketika beremosi tanpa berfikir dan bertindak, ketika mereka bertindak mereka juga berfikir dan beremosi. Ketika mereka berfikir, mereka juga beremosi dan bertindak”.<sup>29</sup>

Menurut Gerald “*Rational emotive behavior* adalah pemecahan masalah yang berfokus pada aspek berfikir, menilai, memutuskan, direktif tanpa banyak berurusan dengan dimensi-dimensi pikiran ketimbang dengan dimensi-dimensi perasaan”.<sup>30</sup> Selain itu menurut W.S. Winkel “*Rational emotive behavior* adalah pendekatan yang menekankan kebersamaan dan interaksi antara berfikir dengan akal sehat, berperasaan dan berperilaku serta menekankan pada perubahan yang mendalam pada cara berfikir dan berperasaan yang berakibat pada perubahan perasaan dan perilaku”.<sup>31</sup>

Dari beberapa definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa, *Rational emotive behavior* merupakan pendekatan yang berupaya menghilangkan cara berfikir konseli yang tidak logis, tidak rasional dengan cara mengkonfrontasikan konseli dengan keyakinan-keyakinan irasionalnya serta menyerang, menentang, mempertanyakan dan membahas keyakinan-keyakinan pemikiran irasionalnya.

---

<sup>29</sup> Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Refika Anita, 2010, h. 238

<sup>30</sup> *Op. Cit*

<sup>31</sup> W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, PT Gramedia, Jakarta,

## 2. Konsep-Konsep *Rational Emotive Behavior Therapy*

Konsep dasar terapi *Rational Emotive Behavior Therapy* ini mengikuti pola yang didasarkan pada teori A-B-C-D-E, yaitu:

**Tabel 3**  
**Konsep- konsep *Rational Emotive Behavior Therapy***

<p>A = <i>Activating Experience Antecedent Event</i> (pengalaman aktif)</p>	<p>Segenap peristiwa luar yang dialami atau memapar individu. Peristiwa pendahulu yang berupa fakta, kejadian, tingkah laku, atau sikap yang dialami individu.</p>
<p>B = <i>Belief System</i> (cara individu memandang satu hal)</p>	<p>Keyakinan, pandangan, nilai, atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa. Keyakinan seseorang ada dua macam, yaitu keyakinan yang rasional dan keyakinan yang tidak rasional.</p>
<p>C = <i>Emotional Consequence</i> (akibat emosional)</p>	<p>Merupakan konsekuensi emosional sebagai akibat atau reaksi individu dalam bentuk perasaan senang atau hambatan fungsi dalam hubungannya dengan <i>antecedent event (A)</i>.</p>
<p>D = <i>Disputing</i></p>	<p>Merupakan konfrontasi secara langsung terhadap keyakinan irasional konseli. Konselor berusaha menarik perhatian irasional konseli dan mengkonfrontir secara kritis dengan nilai-nilai dirinya yang paling dasar, kemudian mendorong konseli untuk mengubah pikiran irasional tersebut dengan berfikir secara rasional, dan melakukan penilaian yang lebih realitis dan adaptif dari situasi masalah yang dihadapi.</p>
<p>E = <i>Effect</i></p>	<p>Adalah efek yang diharapkan terjadi setelah dilakukan intervensi oleh konselor melalui D (<i>disputing</i>). Jika pelaksanaan konseling rebt berjalan efektif, gejala-gejala kecemasan yang dialami konseli akan hilang. Konseli akan melintas situasi yang berbeda terhadap masalah yang dihadapinya. Konseli menjadi lebih realitis, berfikir rasional dan logis, fleksibel, toleran, dan mampu menerima, mengarahkan dan menghargai dirinya, sendiri. Kondisi inilah yang akan mendorong konseli untuk memperbaiki diri dan merubah cara berfikir, persepsi, sikap, dan keyakinan yang rasional, sehingga konseli dapat mengembangkan diri dan meningkatkan dirinya.</p>

Menurut pandangan Ellis, mengembangkan format ABCDE untuk mengajarkan orang-orang tentang bagaimana kepercayaan (*belief*) mereka mempengaruhi respon emosional dan perilaku mereka. A (*activating event*). B (*irrational belief*) adalah tentang A (*activating event*). *Belief* itu kemudian akan mengarahkan ke C (*emotional and behavioral consequences*). D (*disputes*) yang melawan B (*irrational belief*). E (*effect*) sebuah emosi dan perilaku baru yang muncul setelah ada pemikiran yang rasional tentang kejadian. C (*emotional and behavioral consequences*) bukan hasil dari A (*activating event*) melainkan merupakan hasil dari B (*irrational belief*) yaitu, bagaimana cara seseorang memandang atau menghayati sesuatu yang irasional, sedangkan konselor harus berperan sebagai pendidik, pengarah, mempengaruhi, sehingga dapat mengubah pola pikir yang irasional atau keliru menjadi pola pikir yang irasional”.<sup>32</sup>

Dari uraian diatas, disimpulkan bahwa pengalaman aktif (A) tidak langsung menyebabkan timbulnya akibat emosional (C), namun bergantung pada cara individu memandang suatu hal (B). karena saran utamanya adalah aspek B. yaitu, bagaimana cara seseorang memandang atau menghayati sesuatu yang irasional, sedangkan konselor harus berperan sebagai pendidik, pengarah, mempengaruhi, sehingga dapat mengubah pola pikir yang irasional atau keliru menjadi pola pikir yang rasional.

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

Tujuan *Rational Emotive Behavior Therapy* menurut Ellis “membantu konseli untuk memperoleh filsafat hidup yang lebih realistik yang berarti menunjukkan kepada konseli bahwa gangguan-gangguan emosional yang dialami oleh mereka itu merupakan dari diri sendiri. Dapat membantu individu mencapai nilai untuk hidup (*to servive*) dan untuk menikmati hidup (*to enjoy*)”. Sedangkan

---

<sup>32</sup>Gerald Corey, *Op,Cit*, hlm. 139

tujuan dari *Rational Emotive Behavior Therapy* menurut Mohammad Surya sebagai berikut:

- a. Memperbaiki dan mengubah segala perilaku dan pola pikir yang irasional dan tidak logis menjadi rasional dan lebih logis agar konseli dapat mengembangkan dirinya;
- b. Menhilangkan gangguan emosional yang merusak;
- c. Untuk membangun *self interest, self direction, self acceptance* konseli.<sup>33</sup>

#### 4. Teknik-teknik *Rational Emotive Behavior Therapy*

*Rational Emotive Behavior Therapy* menggunakan berbagai teknik yang bersifat kognitif, afektif, *behavioral*, yang disesuaikan dengan kondisi konseli.

Teknik-teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* sebagai berikut:

- a. Teknik- teknik kognitif

Dewa Ketut Sukardi menerangkan ada empat tahap dalam kognitif, yaitu:

- 1) Tahap Pengajaran

Dalam *Rational Emotive Behavior Therapy*, konselor mengambil peran lebih aktif dari pelajaran. tahap ini member keluasaan kepada konselor untuk berbicara serta menunjukan suatu kepada konseli, terutama menunjukan bagaimana ketidak logik itu secara langsung menimbulkan gangguan emosi kepada konseli tersebut;

- 2) Tahap *persuasive*

Meyakinkan konseli untuk merubah pandangannya karena pandangan yang ia kemukakan itu tidak benar, dan konselor juga meyakinkan

---

<sup>33</sup> Muhammad Surya, *Dasar-dasar Konseling Pendidikan (Konsep dan Teori)*, Jakarta: Grafindo, 2001, Hlm 78

berbagai argumentasi untuk menunjukkan apa yang dianggap oleh konseli itu adalah tidak benar;

3) Tahap Konfrotansi

Konselor mengubah ketidak logikaan berfikir konseli dan membawa konseli kearah berfikir yang lebih logika;

4) Tahap Pemberian Tugas

Konselor memberi tugas kepada konseli untuk mencoba memberi tindakan tertentu dalam situasi nyata. Misalnya, menugaskan konseli agar belajar kelompok dengan teman sebayanya, dan mengulas ulang materi yang dipelajari disekolah.<sup>34</sup>

b. Teknik-teknik Emotif

Teknik emotif adalah teknik yang digunakan untuk mengubah emosi konseli. Teknik yang sering dilakukan antara lain:

1) Teknik sosiodrama

Member peluang untuk mengekspresikan bagi perasan yang menekankan konseli melalui suasana yang didramatisasikan sehingga konseli dapat secara bebas mengungkapkan dirinya sendiri secara lisan, tulisan atau melalui gerakan dramats;

2) Teknik *self modeling*

Digunakan dengan meminta konseli berjanji dengan konselor untuk menghlangkan perasaa yang menyimpannya. Konseli diminta untuk menepati apa yang sudah disepakati;

---

<sup>34</sup> Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Teori Konseling* , Jakarta: Ghalia Indonesia, 1985, hlm. 91

3) Teknik *asertive traning*

Digunakan untuk melatih, mendorong dan membiasakan konseli dengan pola prilaku tertentu yang diinginkan.

c. Teknik-teknik *behavioristik*

Beberapa teknik yang tergolong *behavioristik* adalah:

1) Teknik *reinforcement* (pengutan)

Yaitu untuk mendorong konseli kearah tingkah laku yang lebih rasional dan logis dengan jalan memberikan pujian verbal (*reward*) ataupun hukuman. Teknik ini dimaksudkan untuk membakar sistem nilai-nilai dan keyakinan tradisional pada konseli dan menggantikan dengan sistem nilai yang rasional; 

2) Teknik *social modeling* (pemodelan sosial)

Teknik untuk membentuk prilaku-prilaku baru pada konseli. Teknik ini dilakukan agar konseli dapat hidup dalam suatu model sosial yang diharapkan dengan cara mutasi (meniru), mengobservasi, menyesuaikan dirinya dan menginteranalisasikan norma-norma dalam sistem model sosial dengan masalah tertentu yang telah disiapkan konselor;

3) Teknik *live models* (model kehidupan nyata)

Yaitu teknik yang digunakan untuk menggambar prilaku-prilaku tertent, khususnya situasi-situasi interpersonal yang kompleks dalam bentuk percakapan-percakapan sosial, interaksi dengan memecahkan masalah-masalah.<sup>35</sup>

---

<sup>35</sup> Mohammad Surya, *Op.Cit*, hlm. 18



## 5. Langkah-langkah *Rational Emotive Behavior Therapy*

Untuk mencapai tujuan teknik konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* terhadap langkah- langkah yang harus dilakukan:

### a. Langkah Pertama

Menunjukkan pada konseli bahwa masalah yang dihadapinya berkaitan dengan keyakinan-keyakinan rasionalnya, menunjukkan bagaimana konseli mengembangkan nilai-nilai sikapnya yang menunjukan secara kognitif bahwa konseli telah memisahkan banyak keharusan, sebaiknya dan semestinya konseli harus belajar memisahkan keyakinan-keyakinan yang rasional dan keyakinan irasional, agar konseli mencapai kesadaran;

### b. Langkah kedua

Membawa konseli ketahap kesadaran dengan mewujudkan bahwa dia sekarang mempertahankan gangguan-gangguan emosionalnya untuk tetap aktif dengan terus menerus berfikir dengan tidak logis dan mengulang-ulang dengan kalimat mengalahkan diri, tetapi tidak cukup hanya menunjukkannya pada konseli bahwa konseli memiliki proses-proses yang logis;

### c. Langkah ketiga

Berusaha agar konseli memperbaiki pikiran-pikirannya dan meninggalkan gagasan-gagasan irasional. Maksudnya adalah agar konseli dapat merubah fikiran yang jelek atau negatif dan tidak masuk akal menjadi yang masuk akal;

### d. Langkah keempat

Menentang konseli untuk mengembangkan filosofis kehidupan yang irasional. Masudnya adalah mencoba menolak fikiran-fikiran yang tidak logis untuk masuk dalam dirinya.

## 6. Peran dan fungsi konselor

Pembinaan peserta didik disekolah dilaksanakan oleh seluruh unsur pendidikan disekolah, orang tua, masyarakat, dan pemerintah. Pola tindakan peserta didik yang memiliki masalah disekolah adalah peserta didik memiliki masalah tentang kesulitan belajar disekolah. Hal ini diketahui oleh guru kelasnya, kemudian guru kelas tersebut memberikan informasi kepada kepada guru BK. Disinilah guru pembimbing berperan dalam mengetahui sebab-sebab yang melatar belakangi permasalahan peserta didik tersebut. Guru pembimbing meneliti latar belakang permasalahan peserta didik melalui serangkaian wawancara dan informasi dari sumber data. Jadi, konselor disini fungsinya adalah fasilitator, pembimbing dan pendamping konseli. Dalam perannya membantu konseli mengatasi masalah-masalah yang sedang dihadapinya, sehingga konseli dapat secara sadar dan mandiri mengembangkan atau meningkatkan potensi-potensi yang dimilikinya:

- a. Oprasionalisasi tugas konselor:
  - 1) Lebih edukatif dan direktif kepada konseli, dengan cara banyak memberikan cerita dan penjelasan, khususnya pada tahap awal mengkonfrontasikan masalah konseli secara langsung;
  - 2) Menggunakan pendekatan yang dapat memberi semangat dan memeperbaiki cara berfikir konseli, kemudian memeperbaiki mereka untuk dapat mendidik dirinya sendiri dengan gigih dan berulang-ulang

menekankan bahwa ide irasional itulah yang menyebabkan hambatan emosional pada konseli;

- 3) Mendorong konseli menggunakan kemampuan rasional dari pada emosinya;
- 4) Menggunakan pendekatan didaktif dan filosofis menggunakan humor dan “menekankan” sebagai jalan mengkonfrontasikan.

b. Peran konselor dalam pelaksanaan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* dapat diuraikan sebagai berikut:

- 1) Dalam menelusuri masalah konseli yang dibantunya, konselor berperan lebih aktif dalam membantu konseli. Maksudnya adalah bahwasannya berperan konselor disini harus bersikap efektif dan memiliki kapasitas untuk memecahkan masalah yang dihadapi konseli dan bersungguh- sungguh dalam mengatasi masalah yang dihadapi, artinya konselor harus melibatkan diri dan berusaha menolong konselinya supaya dapat berkembang sesuai dengan keinginan dan disesuaikan dengan potensi yang dimilikinya;
- 2) Dalam proses hubungan konseling harus tetap diciptakan dan dipelihara hubungan baik dengan konseli dengan sikap yang ramah dan hangat dari konselor akan mempunyai pengaruh yang penting demi suksesnya proses konseling sehingga dapat terciptanya proses yang akrab dan rasa nyaman ketika berhadapan dengan konseli;

- 3) Tercipta dan terpeliharanya hubungan baik ini dipergunakan oleh konselor untuk membantu konseli mengubah cara berfikirnya yang tidak rasional menjadi rasional;
- 4) Dalam proses hubungan konseling, konselor tidak banyak menelusuri masa lampau konseli.

#### 7. Kelebihan dan Kelemahan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Kelebihan dalam penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah sebagai berikut:

- a. Pendekatan ini cepat sampai kepada masalah yang dihadapi oleh konseli, dengan demikian perawatan yang dilakukan dengan cepat.
- b. Kaedah berfikir logis yang diajarkan kepada konseli dapat digunakan dalam menghadapi masalah yang lain.
- c. Konseli merasa mempunyai keupayaan intelektual dan kemajuan dari cara berfikir.<sup>36</sup>

Kelemahan dalam penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah sebagai berikut:

- a. Ada konseli yang boleh ditolong melalui analisis logis dan falsafat, tetapi ada pula yang tidak begitu cerdas otaknya untuk dibantu dengan cara yang sedemikian yang berdasarkan kepada logika.

---

<sup>36</sup> Winkel & Sr Hastuti, *Bimbingan dan Konseling Diinstitut Pendidikan*, (Yogyakarta: Media Abadi, 2004), h. 152

- b. Ada sebagian konseli yang begitu terpisah dari realitas sehingga usaha untuk membawanya ke alam nyata sukar sekali dicapai.
- c. Ada juga sebagian konseli yang memang suka mengalami gangguan emosi dan bergantung kepadanya dalam hidupnya, dan tidak mau berbuat apa-apa perubahan lagi dalam hidup mereka.<sup>37</sup>

Sedangkan menurut Nilazima mengemukakan kelebihan *Rational*

*Emotive Behavior Therapy* :

- a. Kerangka A-B-C-D-E sederhana dan jelas menggambarkan bagaimana terjadinya gangguan pada manusia dan cara-cara dimana perilaku bermasalah dapat diubah.
- b. Menempatkan pada penekanan pada wawasan baru diperoleh kedalam tindakan.
- c. Fokus pada pengajaran cara konseli melanjutkan terapi mereka sendiri tanpa intervensi langsung dari terapis.
- d. Penekanan pada praktek terapi yang komferensif dan integratif.
- e. Teknik kognitif, emotif, dan perilaku banyak dapat digunakan dalam perubahan emosi dan perilaku seseorang dengan merubah struktur kognisi seseorang.<sup>38</sup>

---

<sup>37</sup> *Ibid*, h. 153

<sup>38</sup> Nilazima, *Pendekatan Prilaku Emotive Rasional*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008, h.

Kelemahan dalam penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah sebagai berikut :

- a. Penggunaan efektif terhadap intervensi terapi perilaku kognitif memerlukan studi ekstensif, pelatihan dan praktek
- b. Eksplorasi masa lalu tidak efektif dalam membantu konseli mengubah pemikiran yang salah dan perilaku
- c. Karena sifat aktif dan direktif dari pendekatan ini terkadang terdapat penyalahgunaan kekuasaan terapis dengan memaksakan ide-ide tentang apa yang merupakan pemikiran rasional
- d. *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah terapi yang kuat dan konfrontasi, terkadang konseli akan mengalami kesulitan dengan gaya konfrontasi tersebut.<sup>39</sup>

## C. Minat Belajar

### 1. Pengertian Minat Belajar

Belajar merupakan proses dari perkembangan hidup manusia. Dengan belajar, manusia melakukan perubahan-perubahan kualitatif individu sehingga tingkah lakunya berkembang. Semua aktivitas dan prestasi hidup tidak lain adalah hasil belajar. Kita pun hidup menurut dan berkembang menurut apa yang telah kita pelajari, belajar bukan sekedar pengalaman. Belajar adalah suatu proses dan bukan suatu hasil. Karena itu belajar berlangsung secara efektif dan

---

<sup>39</sup>*Ibid*, h. 202

integrative dengan menggunakan berbagai bentuk perbuatan untuk mencapai suatu tujuan.<sup>40</sup>

Menurut James O. Whittaker, belajar merupakan sebagai proses diaman tingkah laku ditimbulkan atau diubah melalui latihan. Sedangkan, menurut Drs. Slameto, belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalaman individu itu sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.<sup>41</sup>

Suatu kegiatan akan berjalan dengan baik dan lancar apabila ada minat yang timbul karena adanya kebutuhan. Dengan adanya kebutuhan, maka timbullah motivasi yang disebabkan oleh minat yang besar terhadap sesuatu yang mengandung arti, bernilai tinggi bagi orang itu atau karena ia akan memenuhi kebutuhan dirinya sehingga dengan terpenuhinya kebutuhan dia akan merasa senang.

Adapun minat belajar peserta didik itu sendiri, menurut S. Nasution dapat ditingkatkan dengan cara :

- a. Meningkatkan suatu kebutuhan (kebutuhan untuk mendapatkan penghargaan);
- b. Memberikan kesempatan untuk mendapatkan hasil belajar yang lebih baik;
- c. Menggunakan berbagai macam metode mengajar; dan
- d. Menghubungkan dengan persoalan pengalaman yang lampau.<sup>42</sup>

---

<sup>40</sup> Abu Amadi dan Widodo Supriyono, *Psikologi Belajar*, Rineka Cipta, Jakarta, 2004, h. 127

<sup>41</sup> Djamarah Bahri Syaiful, *Psikologi Belajar*, PT. Rineka Cipta, Jakarta, 2011, h. 13

<sup>42</sup> S.Nasution, *Didaktif Azas-azas Mengajar*, Jammers, Bandung, Edisi Revisi, 2002,h. 85

Menurut Agus Sujanta menjelaskan bahwa minat adalah suatu pemusatan perhatian yang tidak disengaja yang terlahir dengan penuh kemauannya dan yang tergantung dari bakat dan lingkungannya.<sup>43</sup>

Menurut Ahmad D. Marimba menyatakan minat adalah, kecenderungan jiwa kearah sesuatu karena sesuatu itu mengandung arti bagi kita, sesuatu itu memenuhi kebutuhan dan dapat menyenangkan kita, jadi minat bukanlah kecenderungan yang dipaksa.<sup>44</sup> Menurut Sukardi, minat dapat diartikan sebagai suatu kesukaan, kegembiraan atau kesenangan akan sesuatu.

Menurut Hilgard, mengatakan, minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengingat beberapa kegiatan yang diminati seseorang, diperhatikan terus menerus yang disertai dengan rasa senang dan diperoleh suatu kepuasan.<sup>45</sup>

Minat belajar adalah kecenderungan hati yang tinggi terhadap sesuatu, gairah atau keinginan. Serta minat belajar juga suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktifitas, tanpa ada yang menyuruh. Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan suatu dari luar. Semakin kuat atau dekat dengan hubungan tersebut, semakin besar minatnya.

---

<sup>43</sup> Agus Sujanta, *Bimbingan Kearah Yang Sukses*, Bulan Bintang, Jakarta Cetakan ke V, 2002, h.92

<sup>44</sup> Ahmad D. Marimba, *Pengantar Filsafat Pendidikan Islam*, Al Maarif, Bandung, Edisi Revisi, 2005, h. 88

<sup>45</sup> <http://hijaujaya.blogspot.com/2014/12/contoh-makalah-minat-belajar.html>. (12 febuari 2017, pukul 19.27)



Dari definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa minat adalah suatu proses kejiwaan yang bersifat abstrak yang dinyatakan oleh seluruh keadaan aktivitas, ada objek yang beranggapan bernilai sehingga diketahui dan diinginkan. Sehingga proses jiwa menimbulkan kecenderungan perasaan terhadap sesuatu, gairah atau keinginan terhadap sesuatu. Biasa dikatakan pula bahwa minat menimbulkan keinginan yang kuat terhadap sesuatu.

## 2. Macam-macam Minat Belajar

Menurut Rosyidah, timbulnya minat pada diri seseorang pada prinsipnya dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu: minat yang berasal dari pembawaan dan minat yang timbul karena adanya pengaruh dari luar. *Pertama*, minat yang berasal dari pembawaan, timbul dengan sendirinya dari setiap individu, hal ini biasanya dipengaruhi oleh faktor keturunan atau bakat alamiah. *Kedua*, minat yang timbul karena adanya pengaruh dari luar diri individu, timbul seiring dengan proses perkembangan individu bersangkutan. Minat ini sangat dipengaruhi oleh lingkungan, dorongan orang tua, dan kebiasaan atau adat. Menurut Gagne juga membedakan sebab timbulnya minat pada diri seseorang kepada dua macam, yaitu minat spontan dan minat terpola. Minat spontan, yaitu minat yang timbul secara spontan dari dalam diri seseorang tanpa dipengaruhi oleh pihak luar. Adapun minat terpola adalah minat yang timbul sebagai akibat adanya pengaruh dari kegiatan-kegiatan yang terencana dan terpola, misalnya

dalam kegiatan belajar mengajar, baik dilembaga sekolah maupun di luar sekolah.<sup>46</sup>

### 3. Faktor yang Mempengaruhi Minat Belajar

Minat termasuk salah satu faktor belajar yang lepas dari pengaruh baik dari dalam (*internal*) maupun dari luar (*eksternal*). Minat ada dalam diri individu atau dengan kata lain timbul dari dalam diri individu dengan sendirinya karena naluri manusia itu sendiri, terlepas dari keinginan yang mendorong manusia untuk bertingkah laku.

Menurut Muhibbin Syah, dapat digambarkan faktor-faktor yang dapat menjadi penyebab kurangnya minat belajar pada peserta didik, maka akan dikemukakan sebagai berikut:

- a. Inteligensi (IQ) yang kurang baik.
- b. Aktivitas belajar yang kurang. Lebih banyak malas dari pada melakukan kegiatan belajar. Menjelang ulangan baru belajar.
- c. Penyesuaian sosial yang sulit. Cepatnya penyerapan bahan pelajaran oleh peserta didik untuk mengimbanginya dalam belajar.
- d. Latar belakang yang pahit. Misalnya, peserta didik sekolah sambil belajar. Kemiskinan ekonomi orang tua memaksa anaknya untuk harus bekerja demi membiayai diri sendiri uang sekolah. Waktu yang seharusnya dipakai untuk belajar dengan sangat terpaksa digunakan untuk bekerja;
- e. Cita-cita yang tidak relevan (tidak sesuai dengan bahan pembelajaran yang dipelajari).
- f. Seks atau pernikahan yang tak terkendali. Misalnya, terlalu intim dengan lawan jenis, berpacaran, dan sebagainya.
- g. Pengetahuan dan keterampilan dasar yang kurang memadai (kurang mendukung) atas bahan yang dipelajari. Kemiskinan penguasaan atau bahan dasar pengetahuan dan keterampilan yang pernah dipelajari akan menjadi kendala menerima dan mengerti sekaligus menyerap materi pembelajaran yang baru.
- h. Peserta didik cenderung lebih senang mengobrol bersama teman sebangku atau teman yang duduk dibelakang siswa.

---

<sup>46</sup> Susanto Ahmad, *Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar*, Kencana, Jakarta 2013, hlm. 60-61

- i. Tidak ada motivasi atau dukungan dalam belajar. Materi pembelajaran sukar diterima dan diserap bila peserta didik tidak memiliki motivasi untuk belajar.<sup>47</sup>

Proses belajar mengajar merupakan hal yang sangat membosankan jika kita menjalaninya tanpa adanya minat belajar, motivasi belajar atau dorongan. Artinya jika minat belajar kita tinggi maka kemungkinan keberhasilan juga akan sangat dekat.

Minat juga dapat timbul karena adanya faktor luar yang mendorong seseorang untuk bertingkah laku, baik rangsangan itu berupa benda-benda yang mempunyai hubungan dengan dirinya maupun nilai-nilai bermakna. Minat tidak berdiri sendiri, melainkan timbul dengan adanya kebutuhan fisik. Hal ini sejalan dengan yang dikatakan oleh WA Gernimo bahwa, "minat perhatian tidak berdiri sendiri, melainkan timbul oleh kebutuhan kita, baik pada waktu senggang maupun pada waktu tertentu".

Menurut Nasution dalam bukunya asas-asas mengajar, mengatakan bahwa mengatakan minat dapat dibangkitkan dengan cara-cara sebagai berikut:

- a. Membangkitkan suatu kebutuhan (kebutuhan untuk mendapatkan penghargaan).
- b. Memberi kesempatan untuk mendapatkan hasil yang baik
- c. Menggunakan berbagai bentuk mengajar diskusi, kerja kelompok, membaca demonstrasi dan lain sebagainya.<sup>48</sup>

Pendapat diatas menjelaskan bahwa minat timbul dengan sendirinya karena ada semacam reaksi yang menuntut terpenuhinya kebutuhan seseorang.

---

<sup>47</sup> Djamarah Bahri Syaiful, *Psikologi Belajar*, PT. Rineka Cipta, Jakarta, 2011, h. 237-238

<sup>48</sup> S. Nasution, *Asas- asas Mengajar*, Jemmars, Bandung, Cetakan Ke VII, 2003, hlm. 85

Disamping itu adakalanya minat timbul karena faktor-faktor eksternal yaitu situasi yang diciptakan oleh lingkungan, baik lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat.

a. Lingkungan keluarga

Lingkungan keluarga merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi timbulnya minat seseorang terhadap sesuatu, karena keluarga merupakan lingkungan pertama manusia menerima pendidikan. Keluarga yang patuh dan taat terhadap perintah agama dan terbiasa hidup dalam bimbingan yang baik, maka memberi kemungkinan seseorang yang ada dalam keluarga tersebut berminat untuk belajar agama lebih baik dan mendalam.

b. Lingkungan sekolah

Lingkungan sekolah merupakan lingkungan kedua manusia menerima pendidikan dan merupakan lembaga ilmu pengetahuan yang mengajarkan berbagai pelajaran yang tidak didapat dalam keluarga. Berdasarkan pelajaran yang pernah didapat menjadi sejumlah pengalaman yang besar pengaruhnya terhadap proses belajar selanjutnya. Minat dan sikap seseorang, yang pernah mengalami pendidikan akan berada untuk meningkatkan minat belajar yang tinggi. Guru pelajaran harus mampu melakukan berbagai upaya secara maksimal mungkin. Disamping itu juga terdapat guru mata pelajaran yang harus membuat peserta didik bersemangat ketika menerima pelajaran, dan menciptakan suasana yang tenang ketika proses belajar mengajar berlangsung sehingga materi pelajaran dapat mudah diterima, hal ini sesuai dengan pendapat sumardi suryabrata “ guru harus mengatasi peserta didik yang malas, dan tidak semangat untuk menerima pelajaran serta tidak



memelihara ketenangan kelas, supaya tidak menemukan kesulitan saat penyajian materi”.<sup>49</sup>



---

<sup>49</sup> Sumardi Suryabrata, *Metodelogi Pengajaran*, Rajawali, Jakarta, 2001, hlm. 18

## BAB III METODE PENELITIAN

### A. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian *case study research* (studi kasus) dan bersifat deskriptif. Menurut Denzin dan Lincoln penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menggunakan latar alamiah, dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada.<sup>50</sup> Pendekatan kualitatif adalah pendekatan yang penting untuk memahami fenomena sosial dan persepektif individu yang diteliti. Pendekatan kualitatif juga merupakan pendekatan yang mana prosedur penelitiannya menghasilkan data deskriptif yang berupa kata-kata yang secara tertulis ataupun lisan dari perilaku orang-orang yang diamati.<sup>51</sup>

Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian *case study research* (*studi kasus*). Menurut Suharsimi Arikunto *studi kasus* adalah pendekatan yang dilakukan secara intensif, terperinci dan mendalam terhadap suatu organisasi, lembaga atau gejala-gejala tertentu.<sup>52</sup> Pengertian studi kasus menurut Basuki definisi studi kasus adalah suatu bentuk penelitian atau studi tentang suatu masalah yang memiliki sifat

---

<sup>50</sup>Djam'an satori, Aan Komariah. *Op.cit.* hlm 23

<sup>51</sup> Wahyuni, *Pengembangan Koleksi Jurnal Studi Kasus di Perpustakaan UIN Sunan Kalijaga.* <http://digilib.uin-suka.ac.id/12295/2/BAB%20I,%20V,%20DAFTAR%20PUSTAKA.pdf> Yogyakarta. 2013. Hlm. 20

<sup>52</sup>Wahyuni. <http://digilib.uinsuka.ac.id/12295/2/BAB%20I,%20V,%20DAFTAR%20PUSTAKA.pdf>. *Op.cit.* Hlm 21

khusus, dapat dilakukan baik dengan pendekatan kualitatif maupun kuantitatif, dengan sasaran perorangan maupun kelompok, bahkan masyarakat luas.<sup>53</sup>

Sedangkan Stake menambahkan bahwa penekanan studi kasus adalah memaksimalkan pemahaman tentang kasus yang dipelajari dan bukan untuk mendapatkan generalisasi, kasusnya dapat bersifat kompleks maupun sederhana dan waktu untuk mempelajari dapat pendek atau panjang, tergantung waktu untuk berkonsentrasi.<sup>54</sup>

Desain yang digunakan adalah *Single case design* adalah suatu penelitian studi kasus yang menekankan penelitian hanya pada sebuah unit kasus saja.<sup>55</sup> Jadi peneliti berfokus pada satu subyek. Penelitian ini menekankan diri secara intensif pada satu obyek tertentu yang mempelajarinya sebagai suatu kasus. Data studi kasus dapat diperoleh dari semua pihak yang bersangkutan, dengan kata lain dalam studi ini dikumpulkan dari berbagai sumber.

Tujuan penelitian yang utama tidak terletak pada generalisasi hasil, melainkan pada keberhasilan suatu treatment pada suatu waktu tertentu. Keuntungan menggunakan desain penelitian ini adalah dapat digunakannya perubahan ditengah penelitian atau intervensi terhadap individu, dengan demikian desain ini memberikan penangan individual demi memenuhi kebutuhan subyek.<sup>56</sup>

---

<sup>53</sup> Dini Pramitha Susanti dan Siti Mufattahah, *Penerimaan Diri Pada Istri Pertama Poligami Yang Tinggal Dalam Satu Rumah*.

[http://www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/2008/Artikel\\_10502073.pdf](http://www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/2008/Artikel_10502073.pdf).Hlm. 8

<sup>54</sup>Dini Pramitha Susanti dan Siti Mufattahah.*Ibid* hlm 9.

<sup>55</sup>S.Yona. *Penyesuaian Studi kasus*.Jki.ui.ac.id/index.php/jki/article/download/177/pdf\_85. 2006.h 77

<sup>56</sup>Wikan Putri Larasati. *Meningkatkan Selff sisteem melalui metode Self instruction*. Jakarta. 2012.h.29.[http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20314601-T%2031219-Meningkatkan%20self full%20text.pdf](http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20314601-T%2031219-Meningkatkan%20self%20full%20text.pdf)

Secara umum metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Sedangkan menurut Kerlinger penelitian merupakan proses penemuan yang mempunyai karakteristik sistematis, terkontrol, empiris, dan berdasarkan pada teori dan hipotesis atau jawaban sementara.<sup>57</sup> Sudjana dan Ibrahim menjelaskan pengertian penelitian sebagai suatu kegiatan yang dilakukan secara sistematis untuk mengumpulkan, mengolah, dan menyimpulkan data dengan menggunakan teknik tertentu dalam rangka mencari jawaban atas permasalahan yang dihadapi.<sup>58</sup>

“Menurut Suharsimi Arikunto studi kasus adalah pendekatan yang dilakukan secara intensif, terperinci dan mendalam terhadap suatu organisasi, lembaga atau gejala-gejala tertentu.<sup>59</sup> Pengertian *studi kasus* menurut Basuki definisi studi kasus adalah suatu bentuk penelitian atau studi tentang suatu masalah yang memiliki sifat kekhususan, dapat dilakukan baik dengan pendekatan kualitatif maupun kuantitatif, dengan sasaran perorangan maupun kelompok, bahkan masyarakat luas.<sup>60</sup>”

Sedangkan Stake menambahkan bahwa penekanan *studi kasus* adalah memaksimalkan pemahaman tentang kasus yang dipelajari dan bukan untuk mendapatkan generalisasi, kasusnya dapat bersifat kompleks maupun sederhana dan waktu untuk mempelajari dapat pendek atau panjang, tergantung waktu untuk berkonsentrasi.<sup>61</sup>

---

<sup>57</sup> Sukardi, *Metodelogi Penelitian Pendidikan*, Yogyakarta, 2003. H. 4

<sup>58</sup> Djam'an Satori dan Aan Komariah. *Metode Penelitian Kualitatif*, Alfabeta, Bandung, 2014, h.21

<sup>59</sup> Wahyuni. <http://digilib.uinsuka.ac.id/12295/2/BAB%20I,%20V,%20DAFTAR%20PUSTAKA.pdf>. *Op.cit.* H. 21

<sup>60</sup> Dini Pramitha Susanti dan Siti Mufattahah, *Penerimaan Diri Pada Istri Pertama Poligami Yang Tinggal Dalam Satu Rumah*. [http://www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/2008/Artikel\\_10502073.pdf](http://www.gunadarma.ac.id/library/articles/graduate/psychology/2008/Artikel_10502073.pdf). h.8

<sup>61</sup> Dini Pramitha Susanti dan Siti Mufattahah. *Ibid* h. 9.



Studi kasus yang baik harus dilakukan secara langsung dalam kehidupan sebenarnya dari kasus yang diselidiki. Walaupun demikian, data studi kasus dapat diperoleh tidak saja dari kasus yang diteliti, juga dapat diperoleh dari semua pihak yang mengetahui dan mengenal kasus tersebut dengan baik. Menurut Bungin yang menarik dari studi kasus adalah kebebasan peneliti dalam menganalisis objek penelitiannya serta kebebasan menentukan domain yang ingin dikembangkan.<sup>62</sup>

Sedangkan sifat penelitiannya adalah prosedur yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa penelitian kualitatif yang dapat diartikan sebagai penelitian **RADEN INYAT** berusaha untuk mengungkapkan gejala atau fenomena suatu objek tertentu dengan kata-kata sekaligus untuk mengembangkan atau mendeskripsikan fenomena tertentu sesuai apa adanya yang ditemukan dilapangan.

## **B. Temat Penelitian**

Penelitian ini telah dilakukan di SMPN 11 Bandar Lampung waktu penelitian ini adalah semester ganjil tahun ajaran 2015/2016

## **C. Variabel Penelitian**

Variabel adalah gejala yang bervariasi, yang menjadi objek penelitian.<sup>63</sup> Sedangkan variabel penelitian adalah suatu atribut atau nilai dari orang, obyek atau

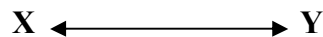
---

<sup>62</sup>Djama'an Satori dan Aan Komariah. *Op.cit.* h. 207

<sup>63</sup> Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Rineka Cipta, Jakarta, 2010, h.169

kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya.<sup>64</sup> Dalam penelitian ini ada dua variabel yang akan penulis teliti, yaitu (a) variabel independen merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel independen (terikat); dan (b) variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.<sup>65</sup>

Dalam penelitian ini konseling individual dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* variabel bebas yang diberi simbol X, sementara dampak minat belajar peserta didik merupakan variabel terikat yang diberi simbol Y. Variabel Independen/bebas (X) adalah variabel yang mempengaruhi atau penyebab. Variabel Dependen/terikat (Y) Variabel dependen/terikat adalah variabel yang keberadaannya bergantung pada variabel bebas.



*Gambar Skema keterkaitan variabel penelitian*

#### **D. Subjek dan Objek Penelitian**

Subjek penelitian adalah seorang yang terlibat dalam penelitian dan keberadaannya menjadi sumber data penelitian.<sup>66</sup> Dalam menentukan subyek untuk penelitian kualitatif yang bersifat subyektif yaitu informan yang dapat memberikan

---

<sup>64</sup> Sugiono, *Op. Cit.*, hlm 60

<sup>65</sup> *Ibid*, hlm 39

<sup>66</sup> *Ibid*, hlm 97

informasi tentang masalah yang diteliti. Oleh karena itu, penulis perlu memiliki sumber informasi tentang siapa yang pantas dan layak menjadi subyek penelitian. Subyek penelitian disini yaitu guru BK, wali kelas VIII M dan peserta didik yang kurang dalam minat belajar. Sedangkan objek penelitian ini adalah masalah yang diteliti, yaitu bagaimana penggunaan konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk peningkatan minat belajar peserta didik di SMPN 11 Bandar Lampung.

#### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Untuk mengumpulkan data-data yang diperlukan, penulis menggunakan metode-metode sebagai berikut:

##### **1. Metode Observasi**

Observasi merupakan suatu penelitian yang dijalankan secara sistematis dan sengaja diadakan dengan menggunakan alat indera (terutama mata) atas kejadian-kejadian itu berlangsung.<sup>67</sup>

Menurut Bimo Walgito membagi observasi dalam dua bagian, yaitu:

- a. Observasi psrtisipan-non partisipan
- b. Observasi sistematik-non sistematik

Dari kedua observasi di atas, maka dalam penelitian ini peneliti menggunakan observasi non partisipan, yaitu pengamatan yang dilakukan dengan tidak ikut mengambil bagian terhadap aktivitas konseling, akan tetapi hanya melihat dan mengamati dari dekat aktivitas dan proses bimbingan oleh guru BK tanpa terlibat langsung menjadi bagian dari pembimbing.

---

<sup>67</sup> Bimo Walgito, *Bimbingan & Konseling (Studi Karir)*, Andi, Ypgyakarta, 2010, h.61



Adapun data yang akan diobservasi meliputi data proses konseling individu terhadap peserta didik yang kurangnya minat belajar yang dilakukan oleh guru BK. Selain itu, data- data sekunder juga akan diamati seperti suasana bimbingan pribadi, gambaran sekolah serta aktifitas lain yang dibutuhkan dalam proposal ini.

1. Kisi-kisi observasi

- a) Peserta didik tidak antusias dalam belajar
- b) Peserta didik selalu mengobrol didalam kelas
- c) Peserta didik tidak memperhatikan guru saat menjelaskan pelajaran

2. wawancara

Teknik wawancara dalam penelitian ini dimaksudkan agar peneliti dapat mengkonstruksi pemikiran, kejadian, motivasi, persepsi, kepedulian, pengalaman, serta opini mendalam tentang masalah peneliti. Dengan demikian peneliti dapat melakukan reduksi dan analisis berdasarkan data yang didapatkan.

Sugiyono membagi interview menjadi dua macam, yaitu:

- a. Wawancara terstruktur
- b. Wawancara tidak terstruktur.<sup>68</sup>

Penulis menggunakan interview/wawancara terstruktur. Wawancara terstruktur adalah wawancara yang menggunakan pedoman atau daftar pertanyaan wawancara yang telah tersusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya.


Wawancara ditunjukkan kepada guru bimbingan dan konseling kelas VIII M SMPN 11 Bandar Lampung, peserta didik kelas VIII M dan kepala sekolah yang

---

<sup>68</sup> Sugiono, *Op. Cit*, h.194

berhubungan dengan profil sekolah. Wawancara akan dibuat secara tertulis dengan menyiapkan terlebih dahulu serangkaian pertanyaan sebelum penelitian dilakukan. Tujuannya untuk melengkapi data yang tidak diperoleh dari obeservasi, yaitu data-data tentang upaya dan langkah-langkah yang dilakukan oleh guru BK dalam kaitannya dengan bimbingan pribadi dalam meningkatkan minat belajar.

1) Instrumen wawancara guru BK di SMPN 11 Bandar Lampung

- 
- a) Sebagai guru BK apakah ibu sering memberikan pemahaman tentang kurangnya minat belajar dan dampak minat belajar yang kurang seperti apa?
- b) Sejauh manakah kerja sama antara guru BK dengan pihak sekolah dalam memberikan pemahaman tentang peningkatan minat belajar kepada peserta didik ?
- c) Menurut ibu peran apa yang seharusnya dilakukan guru bimbingan konseling agar peserta didik dapat meningkatkan minat belajar yang tinggi?
- d) Sebagai guru BK ibu sering memberikan pemahaman tentang peningkatan minat belajar pada peserta didik melalui konseling individu dengan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* ?
- e) Langkah –langkah seperti apa saja yang ditempuh oleh guru BK dalam memberikan pemahaman dalam meningkatkan minat belajar kepada peserta didik melalui konseling individu dengan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy*?

- f) Apakah ibu melakukan evaluasi kembali setelah layanan konseling individu dilaksanakan, dalam peningkatan minat belajar khususnya, untuk mengembangkan kemampuan belajar kepada peserta didik ?
- g) Adakah sejauh ini perkembangan dan peningkatan peserta didik yang ibu lihat setelah peserta didik tersebut diberikan pemahaman tentang minat belajar yang kurang melalui konseling individu melalui teknik *Rational Emotive Behavior Therapy*?

2) Instrumen wawancara pada wali kelas di SMPN 11 Bandar Lampung

- a) Menurut ibu, apakah program BK di sekolah ini sudah berjalan sebagaimana mestinya ?
- b) Apakah salah satu contoh program yang dijalankan oleh guru BK yang ibu ketahui ?
- c) Bagaimana peran ibu secara khusus selaku guru mata pelajaran dan wali kelas JK dalam membimbing dan memantau JK, saat KBM berlangsung apakah sangat antusias dalam belajarnya ?
- d) Menurut ibu, bagaimanakah perkembangan peserta didik setelah diberikan layanan tersebut ?
- e) Hambatan apa saja yang ibu hadapi, selama ibu ikut membantu program guru BK, serta bagaimana solusinya ?

3) Instrumen wawancara peserta didik SMPN 11 Bandar Lampung

- a) Apakah adik memiliki kemampuan untuk mengerjakan soal oleh guru mata pelajaran ?

- b) Apakah adik suka bermalas-malasan saat belajar ?
- c) Apakah benar adik bekerja sambil bersekolah untuk membantu orang tua ?
- d) Apakah adik sesampai dirumah tidak mempelajari kembali, sehingga adik kurang memahami/ kurang mengetahui tentang pelajaran tersebut ?
- e) Apakah adik lebih senang mengobrol dengan teman sebangkunya ?
- f) Apakah adik tidak memiliki motivasi atau perhatian dari orang tua ?

### 3. Dokumentasi

Dokumen merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen bisa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Studi dokumen merupakan pelengkap dari penggunaan metode observasi dan wawancara dalam penelitian kualitatif. Dokumentasi disini penulis gunakan untuk mengambil data tentang profil sekolah dan beberapa data tentang diri yang diambil dari guru bimbingan dan konseling.<sup>69</sup>

Dalam penelitian ini peneliti akan mengamati perilaku siswa yang menunjukkan indikator kurangnya minat belajar dengan mengikuti aktivitas anak saat belajar maupun bermain di dalam dan di luar kelas. Guna mengetahui penyebab rendahnya minat belajar peserta didik. Berdasarkan pengamatan tersebut, dapat disimpulkan bahwa secara umum peserta didik yang memiliki minat belajar yang rendah.

#### a. Kisi- kisi dokumentasi

1. foto saat pelaksanaan konseling individu bersama peserta didik SMPN 11

Bandar Lampung

---

<sup>69</sup>*Ibid*, h.329

2. pengambilan data data peserta didik

## F. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian kualitatif merupakan “Nara sumber, atau partisipan, informan, teman dan pendidik dalam penelitian.”<sup>70</sup> Sementara sumber data dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Menurut Sugiono, *purposive sampling* adalah pengambilan sumber data dengan pertimbangan tertentu, seperti orang tersebut dianggap paling tahu tentang persoalan yang akan diteliti.<sup>71</sup>

Adapun sumber data dalam penelitian ini dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling* karena sumber data jenis ini umumnya digunakan dalam penelitian kualitatif. Menurut Sugiono, *purposive sampling* adalah “Pengambilan sumber data dengan pertimbangan tertentu, seperti orang tersebut dianggap paling tahu tentang persoalan yang akan diteliti.”<sup>72</sup>

Sumber data dengan teknik *purposive sampling* adalah orang yang terlibat langsung dalam penelitian ini, yaitu guru bimbingan dan konseling kelas VIII M, peserta didik kelas VIII M, teman sebaya/tokoh *life model*, serta guru matematika (wali kelas). Adapun data yang diperoleh dari beberapa sumber tersebut, akan menjadi acuan atau pertimbangan apakah peserta didik mengalami peningkatan dalam belajar yang lebih baik.

---

<sup>70</sup>*Ibid*, h. 3

<sup>71</sup>*Ibid*, h. 3

<sup>72</sup>*Ibid*, h. 3



## G. Teknik Analisa Data

Dari sejumlah data yang peneliti peroleh baik melalui observasi, maupun dokumentasi semuanya memerlukan pengolahan, pembahasan, dan penganalisaan, agar nampak manfaatnya terutama dalam memecahkan masalah penelitian dan mencapai tujuan akhir dari penelitian.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode kualitatif, yaitu metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat postpositivisme, digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrument kunci, teknik pengumpulan data dilakukan dengan triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/kualitatif yaitu berangkat dari faktor-faktor khusus, peristiwa-peristiwa kongkrit kemudian dari faktor-faktor yang bersifat umum, dan hasil penelitian lebih menekankan makna dari pada generalisasi.<sup>73</sup>

Triangulasi sendiri diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber data yang telah ada. Teknik triangulasi berarti peneliti menggunakan teknik pengumpulan data yang berbeda-beda untuk mendapatkan data dari sumber yang sama.<sup>74</sup> Adapun metode wawancara yang dilakukan, menggunakan triangulasi sumber, yang artinya peneliti mendapatkan data dari sumber yang berbeda-beda dengan teknik yang sama.<sup>75</sup>

---

<sup>73</sup>Sugiono, *Op. Cit*, h.9

<sup>74</sup>*Ibid*, h. 330

<sup>75</sup>*Ibid*, h. 330

Studi kasus ini merupakan metode untuk menyelidiki atau mempelajari suatu kejadian mengenai perseorangan (riwayat hidup).<sup>76</sup> Dengan adanya studi kasus ini dapat membantu konselor untuk memperoleh tinjauan data sebelum melakukan konseling. Misalnya, metode ini digunakan untuk mengetahui data identitas diri, dan data-data sekitar konseli seperti latar belakang keluarga dan minat konseli.

Untuk menganalisis data yang diperoleh dalam penelitian, peneliti menggunakan teknis analisis kualitatif sebelum memasuki lapangan, yang salah satu modelnya adalah analisis interaktif yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman. Analisis tersebut atas tiga tahapan yang saling terkait satu sama lain, yaitu :

1. Reduksi Data (*Data Reduction*)

“Menurut Sugiyono, mereduksi data dapat diartikan merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang terpenting dicari tema dan polanya membuang yang tidak perlu.”<sup>77</sup>

Dalam proses ini dilakukan penajaman, fokus, penyisihan data yang kurang bermakna dan menatanya sedemikian rupa sehingga kesimpulan akhir dapat ditarik dan diverifikasi. Dengan demikian data yang telah direduksi akan memberikan gambaran yang lebih jelas dan mempermudah peneliti untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya, dan mencarinya bila diperlukan.

2. Penyajian Data (*Data Display*)

Setelah data direduksi, maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan berbagai macam data yang telah direduksi. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data dilakukan dalam bentuk uraian atau teks yang bersifat narasi, dan disarankan juga

---


<sup>76</sup> Bimo Walgito, *Op. Cit*, h.92

<sup>77</sup> Sugiono, *Op. Cit*, h. 338

dengan menggunakan tabel, grafik atau diagram. Melalui penyajian data yang sistematis akan mempermudah pemahaman terhadap apa yang telah terjadi sehingga memudahkan penarikan kesimpulan atau menentukan tindakan yang akan dilakukan selanjutnya.

### 3. Penarikan kesimpulan / verifikasi

Langkah ketiga dalam analisis data kualitatif menurut Miles dan Huberman, sebagaimana dikutip oleh Sugiyono adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi.

Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan dan berikutnya.”<sup>78</sup>  Kesimpulan dalam penelitian kualitatif mungkin dapat menjawab rumusan masalah yang dirumuskan sejak awal, tetapi mungkin juga tidak, karena seperti telah dikemukakan bahwa masalah dan rumusan masalah dalam penelitian kualitatif masih bersifat sementara dan akan berkembang setelah penelitian berada di lapangan. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif adalah merupakan temuan baru yang sebelumnya belum pernah ada. Temuan berupa deskripsi atau gambaran suatu objek yang sebelumnya masih belum jelas kemudian setelah diteliti menjadi jelas.

## H. Pelaksanaan Studi Kasus

1. *Perencanaan* : dalam perencanaan terdapat langkah-langkah sebagai berikut, yaitu: Mengenali gejala. Pertama-tama mengamati adanya suatu gejala, gejala itu mungkin ditemukan atau diperoleh dengan beberapa cara yaitu guru pembimbing menemui sendiri gejala pada siswa yang memiliki

---

<sup>78</sup>*Ibid*, h. 345

masalah, guru mata pelajaran memberikan informasi, adanya siswa yang bermasalah kepada guru pembimbing, wali kelas meminta bantuan guru pembimbing untuk menangani seorang siswa yang bermasalah berdasarkan informasi yang diterimanya dari pihak lain, seperti siswa, para guru, ataupun pihak tata usaha.

2. Membuat deskripsi kasus. Setelah gejala itu dipahami oleh guru pembimbing, kemudian dibuatkan suatu deskripsi kasusnya secara objektif, sederhana, tetapi cukup jelas.
3. Setelah deskripsinya dibuat, dipelajari lebih lanjut aspek ataupun bidang-bidang masalah yang mungkin dapat ditemukan dalam deskripsi itu. Kemudian ditentukan jenis masalahnya, apakah menyangkut masalah pribadi, sosial, belajar atau karir.
4. Jenis masalah yang telah ditentukan itu dijabarkan dengan cara mengembangkan ide-ide atau konsep-konsep menjadi lebih rinci, agar lebih mudah memahami permasalahannya.
5. Adanya jabaran masalah yang lebih terinci dapat membantu guru pembimbing untuk membuat perkiraan kemungkinan sumber penyebab masalah.
6. Perkiraan kemungkinan sumber penyebab membantu mengetahui jenis informasi yang dikumpulkan, sumber informasi yang perlu dikumpulkan, dan teknik atau alat yang digunakan dalam mengumpulkan informasi.
7. Pengumpulan data. Terdapat beberapa teknik dalam pengumpulan data, tetapi yang lebih sering digunakan dalam studi kasus adalah observasi, wawancara, dan analisis dokumentasi. Setelah data terkumpul konselor dapat mulai mengorganisasi dan mengklasifikasi data menjadi bagian-bagian yang dapat dikelola.
8. Penggunaan dan pengolahan data. Penggunaan dan pengolahan data merupakan usaha pengolahan data untuk merangkum, menggolongkan, dan



menghubungkan data yang diperoleh dalam tahap pengumpulan data. Dengan demikian dapat menunjukkan keseluruhan gambaran tentang diri anak, rumusan ini bersifat ringkas dan padat.

9. Sintesa dan interpretasi data Setelah mengolah data selanjutnya data studi kasus diinterpretasikan dengan *case conference* antara petugas yang melakukan studi kasus, dalam *case conference* terlibat beberapa petugas khusus yang mempelajari setiap kasus dari individu yang bermasalah. Rumusan ini dilakukan melalui pengambilan atau pengambilan kesimpulan yang logis.
10. Membuat perencanaan pelaksanaan pertolongan (*treatment*) Merupakan langkah yang ditempuh untuk menetapkan teknik atau bantuan yang diberikan kepada siswa yang bermasalah serta memprediksi kemungkinan yang akan timbul oleh siswa sehubungan dengan masalah yang sedang dialami. Berdasarkan hasil *case conference* disusun suatu rekomendasi yang berwujud saran-saran, *treatment* (perlakuan) yang perlu dilakukan dan selanjutnya secara terus menerus diikuti dan dicatat setiap perubahan atau perkembangan yang terjadi pada siswa yang bersangkutan.
11. Evaluasi dan tindak lanjut (*follow up*) Kegiatan ini dilakukan setelah melakukan *treatment* atau membuat perencanaan pelaksanaan pertolongan. Untuk tindak lanjut bisa dilakukan oleh pengajar sendiri, guru BK, atau pun dirujuk dan dialih tangankan kepada pihak lain yang lebih berkompeten maupun dari oarang tua siswa itu sendiri<sup>79</sup>

---

<sup>79</sup> Nanik Sariyani. *Studi Kasus dalam BK*. <http://naniksariyani.blogspot.com/2012/04/studi-kasus-dalam-bk.html>.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Hasil Penelitian

Dari hasil wawancara dan dokumentasi yang penulis dapatkan, peserta didik yang menjadi subyek penelitian ini adalah peserta didik yang kurang memiliki ketertarikan dalam minat belajar di SMPN 11 Bandar Lampung adalah peserta didik berinisial JK, selain itu terdapat peserta didik yang kurang tertarik dalam belajar minyalnya: sangat malas belajar, jarang mengerjakan PR, suka mengobrol didalam kelas, setelah pulang tidak diulang kembali pelajaran yang diberikan oleh guru mata pelajaran.

Dalam masalah yang dialami oleh peserta didik tersebut dapat dimaknai sebagai prilaku atau kebiasaan-kebiasaan negatif atau prilaku maladatif, yaitu prilaku yang tidak sesuai dengan diharapkan, karena pada dasarnya, proses konseling merupakan suatu penatan proses atau pengalaman belajar untuk membantu individu atau peserta didik mengubah prilakunya agar memecahkan masalahnya. Berdasarkan masalah yang dialami peserta didik tersebut, maka guru BK berperan untuk mengatasi kurangnya minat belajar. Oleh sebab itu, dalam penelitian ini penulis didampingi oleh guru BK SMPN 11 Bandar Lampung yaitu ibu Rusma Triyani dengan wawancara tentang program guru BK dalam mengatasi masalah ini dengan konseling individu dengan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy*.

Menurut hasil penelusuran data lapangan, diperoleh suatu data bahwa faktor penyebab kurangnya minat belajar pada peserta didik kelas VIII M SMPN 11 Bandar Lampung disebabkan karena beberapa faktor membantu orang tua, malas belajar ialah sebagai berikut :

1. Membantu orang tua

JK adalah peserta didik kelas VIII SMPN 11 Bandar Lampung yang menceritakan masalahnya, mengapa dirinya sering malas belajar, jarang sekali mendapatkan nilai yang bagus kembali, suka menyontek, asik mengobrol dengan teman sebangkunya. JK menjelaskan, bahwa apa yang dilakukan itu sebenarnya salah satu pelanggaran tata tertib disekolah, karena dia mengerjakan mata pelajaran, malas untuk belajar, suka mengobrol. Karena saya membantu orang tua saya yaitu berjualan koran saat pulang sekolah di lampu merah.

2. Malas belajar

Malas belajar adalah suatu keadaan dimana seseorang enggan melakukan proses belajar yang baik berupa keengganan untuk aktif dalam proses pembelajaran maupun untuk memahami pelajaran yang diberikan oleh mata pelajaran. JK selalu menunda waktu, menyontek jawaban teman sudah menunjukkan kalau dia adalah orang yang pemalas dalam belajar, karena malas belajar siswa akhirnya mencontek demi mendapatkan nilai yang bagus.

Pentingnya peran seorang guru dalam meningkatkan minat belajar peserta didik saat disekolah, karena guru merupakan orang tua kedua bagi peserta didik saat disekolah. Motivasi guru yang diberikan kepada peserta didik itu mampu mendorong

peserta didik untuk meningkatkan belajarnya lebih giat lagi agar dapat memperoleh prestasi akademik yang bagus disekolahnya. Selain motivasi yang baik dari guru, metode yang digunakan guru saat belajar mengajar juga sangat berpengaruh terhadap keinginan peserta didik saat menerima materi pelajaran disekolah. Metode yang digunakan guru berbeda-beda, karena sifat yang dimiliki antara guru yang satu dengan yang lainnya adalah berbeda cara memberikan materi kepada peserta didik.

**B. Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* Terhadap Dampak Minat Belajar Siswa Peserta Didik**

Pada proses konseling ini akan digambarkan secara singkat pertemuan dengan konseli.



Nama : JK  
Kelas : VIII  
Tgl pertemuan : 02, 06, 08, 15  
Waktu dan tempat : disesuaikan dengan keadaan pembelajaran dan persetujuan dari konseli.

Hasil ini diperkuat dengan contoh petikan-petikan respon peserta didik yang diberikan sebagai berikut :

*“Pelajarannya bu, makin kesini pelajarannya makin susah bu, dan saya semakin malas untuk belajar dan pelajarannya sekarang susah di pahami bu.”*



*“Selepas pulang sekolah, saya berjualan koran di lampu merah bu saya jarang main bu kalo dirumah. Sorenya saya mengaji, saya main saat saya disekolah dan mengobrol didalam kelas.”*

*“Saya sangat ingin untuk merubahnya. Tetapi saya belum mencobanya sama sekali bu.”*

*“Semalam saya sudah mulai mengerjakan PR matematika dan bahasa indonesia. Biasanya saya menyontek dengan teman saya bu, kadang saya jarang sekali mengerjakannya. Saya sekarang berusaha untuk mengerjakan sendiri, tanpa harus menyontek keteman sebangku saya bu.”*

Dari kutipan diatas, diketahui bahwa konseling sebenarnya tidak nyaman dengan keberadaannya di dalam kelas dikarenakan pelajaran semakin payah untuk dipahami oleh peserta didik tersebut. Begitu pun juga peserta didik sekolah sambil berjualan koran di lampu merah. Dan juga kutipan diatas mengatakan bahwa peserta didik berusaha untuk merubah cara belajar dan membagi waktu untuk bekerja dan belajar. Setelah konselor mengetahui alasan yang diungkapkan konseli dan konselor memberikan sentuhan agar konseli bisa keluar dari masalah tersebut.

*“Ibu diberi tahu oleh ibu yani (guru bk), kalo kamu sering tidak mengerjakan pr, sering ditegur guru karena kamu asik mengobrol dan ribut dikelas, malas sekali untuk belajar, nilainya mulai turun. Kenapa kamu seperti itu nak?(pernyataan yang mengaskan tentang A (activating event ))”*

*“Pelajarannya bu makin kesini pelajarannya makin susah bu, dan saya semakin malas untuk belajar bu, karena pelajarannya semakin susah.(pernyataan yang mengatakan A (Ativating Event))”*

*iya sih bu, ya saya tidak mau kalau saya tidak lulus, tetapi bu saya tidak suka dengan pelajaran yang sekarang membuat saya pusing bu dan juga susah untuk di pahami bu. ( pernyataan yang mengatakan B (Believe Irrational) )*

*“Iya bu saya sempet mendapatkan peringkat ke 14, dan menurunnya nilai saya kemarin diakibatkan, karna saya jarang sekali membuka buku, mengulas kembali pelajaran yang diberikan guru, dan juga setiap pulang sekolah saya bekerja jualan koran, malanya saya mengaji, karna pulang malam dan saya langsung tidur tanpa mengerjakan PR dan mengulas kembali pelajarannya makanya dari situ nilai saya turun bu. (pernyataan yang mengatakan C (Consequence))”*

*“Semalam saya sudah mengerjakan PR matematika dan bahasa indonesia bu, biasanya saya menyontek dengan teman saya bu, kadang saya jarang sekali mengerjakannya. Saya sekarang berusaha untuk mengerjakan sendiri, meski saya kurang tau jawabanya itu pas atau tidak.(pernyataan yang mengatakan D (Disputing))”*

*“Hari ini ulangnya bisa saya jawab semua bu (sambil tersenyum). Iya bu saya sekarang sudah rajin belajarnya, apalagi saya pulang dari mengaji saya sempatkan untuk belajar setelah itu saya istirahat. (pernyataan yang mengatakan E (effect))”*

### **1. Membina Hubungan Baik**

Tahap ini adalah tahap awal sebelum memulai konseling. Pada tahapan ini peneliti mengawali komunikasi dengan konseli, dimulai dengan perkenalan dari diri peneliti maupun konseli. Tahap rapport ini merupakan tahap yang sangat penting,

karena akan mengawali dari proses konseling selanjutnya. Oleh karena itu peneliti membuka dengan pertanyaan netral seperti bagaimana kondisi kesehatan konseli saat ini, dan seterusnya.

Selanjutnya peneliti berupaya agar subyek dapat lebih terbuka dalam mengutarakan apa yang ia rasakan. Setelah subyek mulai terbuka maka pada pertemuan ini diupayakan agar subyek mau mengungkapkan segala keluhan atas permasalahannya.

## **2. Identifikasi Masalah**

Tahap ini peneliti mulai mengidentifikasi adanya penyebab masalah yang dihadapi oleh konseli. Sebelumnya, peneliti terlebih dahulu menanyakan kondisi konseli hari ini, bagaimana pembelajarannya, dan sudah siapkah untuk mengungkapkan masalahnya. Dari penjelasan konseli diperoleh data bahwa konseli merasakan sangat malas belajar, jarang mengerjakan PR, suka mengobrol didalam kelas, setelah pulang tidak diulang kembali pelajaran yang diberikan oleh guru mata pelajaran.

## **3. Merencanakan Tujuan Konseling**

Selanjutnya peneliti membimbing konseli untuk mengungkapkan apa yang menjadi harapan atau tujuan dari konseli dalam mengikuti kegiatan konseling kali ini. Adapun yang menjadi tujuan konseling yang diharapkan oleh konseli adalah merubah pola pikir peserta didik yang malas belajar akan berubah sangat senang dalam belajar, mengtur waktu untuk belajar.

#### 4. Prinsip ABCDE

Konseling REBT bertujuan untuk membentuk pribadi yang rasional, dengan jalan mengganti cara-cara berpikir irasional. Pada konseling ini peneliti mengajak konseli bersama-sama menelaah permasalahan yang sedang dihadapi konseli kedalam teori ABCDE agar diketahui penyebab timbulnya permasalahan. Adapun permasalahan siswa JK yaitu, A (*activating event*) atau perilaku yang mengawali, dimana konseli merasakan kemalasan belajar, kurang mengatur waktu belajar, disibukan berjualan koran, nilai menurun, asik mengobrol dengan teman-temannya. Lalu B (*Belief*) yaitu keyakinan, pandangan, nilai, atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa, dimana konseli meyakini bahwa dengan malas belajar dan tidak dapat mengatur waktu dapat membuat dia mengalami penurunan dalam nilai. Setelah itu C (*consequency*) yang berupa C-perilaku. Dimana perilaku yang ditunjukkan X yaitu dengan tidak memperhatikan guru saat memberikan materi pelajaran dan peserta didik asik mengobrol dengan teman sebangkunya. Lalu D (*dispute*). Dapat dirubah dengan cara membagi waktu untuk belajar dan membantu orang tua. Dan akhirnya E (*effect*) Peserta didik mulai mengubah pikiran irasional bahwa belajar itu sangat penting bagi seorang pelajar, dan juga peserta didik tersebut merencanakan untuk berubah cara belajarnya, mengatur waktu/ membagi waktu untuk belajarnya.

**Tabel 4**  
**Teori ABCDE Konseli**

<b>Penerapan Teori ABCDE dalam REBT pada Konseli</b>	
A ( <i>Activating Event</i> )	Merasakan kemalasan dalam belajar, kurang mengatur waktu belajar, asik mengobrol dengan teman-temannya dan membantu orang tua.
Bir ( <i>Believe Irrational</i> )	Dimana konseli meyakini bahwa dengan malas belajar dan tidak dapat mengatur waktu dapat membuat dia mengalami penurunan dalam nilai.
C ( <i>Consequence</i> )	C pada emosi = sedih, dikarenakan nilainya menurun. C pada perilaku = tidak memperhatikan guru saat memberikan materi pelajaran dan peserta didik asik mengobrol dengan teman sebangkunya.
D ( <i>dispute</i> )	Dapat dirubah dengan cara membagi waktu untuk belajar dan membantu orang tua.
E ( <i>Effect</i> )	Peserta didik mulai mengubah pikiran irasional bahwa belajar itu sangat penting bagi seorang pelajar, dan juga peserta didi tersebut merencanakan untuk berubah cara belajarnya, mengatur waktu/ membagi waktu untuk belajarnya.

### 5. Mengajarkan Cara Berpikir Logis

Pada pertemuan kali ini diharapkan konseli mampu menerapkan cara berpikir logis dan empiris dalam menyikapi setiap masalah yang dihadapinya. Oleh karena itu pada awal-awal pertemuan peneliti kembali mengevaluasi pertemuan sebelumnya

bersama dengan konseli. Peneliti mengajarkan cara berpikir logis dan empiris ini dengan membandingkan pada contoh orang-orang yang sukses atau orang terkenal dengan maksud agar konseli dapat mengambil sisi positif dari masalah yang dihadapi orang-orang tersebut.

## 6. Pengakhiran

Tahap ini merupakan tahap terakhir proses konseling. Sebelum memulai konseling peneliti menanyakan kabar konseli terlebih dahulu, menanyakan bagaimana pelajarannya tadi. Memasuki kegiatan konseling peneliti mengevaluasi kegiatan sebelumnya yang sudah dilakukan konseli apakah sudah membawa perubahan yang lebih baik pada diri konseli. Setelah mendengar pemaparan konseli bahwa sudah banyak perilaku konseli yang berubah, peneliti mengajak konseli bersama-sama mendiskusikan keyakinan-keyakinan irasional yang ada. Berikut ini dapat dilihat hasil evaluasi yang meliputi evaluasi pemahaman (*understanding*), perasaan (*comfort*), dan tindakan (*action*) :

**Tabel 5**  
**Hasil Evaluasi Konseli**

Aspek penilaian	Hasil Evaluasi
Pemahaman ( <i>Understanding</i> )	Konseli memahami bahwa akar dari semua permasalahannya adalah pemikiran irasional dan itu harus dirubah
Perasaan ( <i>Comfort</i> )	Konseli merasa senang dan nyaman karena konseling ini dapat membuatnya mengerti hal baru
Tindakan ( <i>acting</i> )	Konseli akan berusaha merubah cara belajarnya, dengan cara membagi waktu anata belajar dan membantu orang tua.

### C. Pembahasan

Setelah dilakukan konseling individu menggunakan teknik *Rasional Emotive Behavior Therapy* sebanyak empat kali pertemuan dapat diperoleh hasil yang cukup memuaskan karena tujuan dari konseling individu yang diinginkan dapat berjalan dengan baik. Setelah dilaksanakan sesi konseling dengan JK kini sudah mulai mau mengerjakan PR, selalu sering bertanya jika pelajarannya susah, nilai ulangnya meningkat, sudah bisa membagi waktu untuk belajar, belajar kelompok dengan teman-teman dan mulai berani mencoba untuk menjawab pertanyaan yang ditujukan kepadanya oleh guru mata pelajaran. Padahal sebelumnya data menunjukkan bahwa JK memiliki rasa kurang nyaman saat melaksanakan pelajaran semakin lama semakin susah dipahami oleh JK itu sendiri, susah mencerna apa yang diberikan oleh mata pelajaran diakibatkan kurangnya mengulas pelajaran kembali.

Melalui pelaksanaan konseling individu menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* dapat meningkatkan minat belajar peserta didik, dimana peserta didik mulai berani terbuka, berani untuk mengungkapkan pendapat, perasaan yang sedang dirasakan, lalu peserta didik juga dapat mengambil keputusan yang tepat sesuai dengan permasalahannya sehingga dapat berdampak positif terhadap dirinya, seperti mulai mampu membagi waktu untuk belajar, peserta didik juga mencoba untuk menjawab apabila diberikan kesempatan oleh guru untuk bertanya dan sudah mau berubah untuk menjadi yang lebih baik lagi.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam skripsi ini maka penulis mengambil kesimpulan sebagai berikut: Implementasi konseling individual dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* terhadap dampak minat belajar peserta didik sangat berpengaruh terhadap aktivitas belajar. Peserta didik yang berminat terhadap suatu pelajaran akan mempelajari dengan sungguh-sungguh, karena adanya daya tarik baginya. Dimana konselor menggunakan teknik ABCD untuk merubah pola pikir peserta didik dari irasional menjadi rasional agar dapat memahami proses perubahan dalam belajar dan dapat meningkatkan minat belajar yang tinggi. Oleh karena itu konseli merasa senang dan nyaman karena sesi konseling ini membuatnya mengerti hal baru akan proses pelajarannya. Konseli akan merubah cara belajarnya, dengan cara membagi waktu antara belajar dan membantu orang tua. Minat ini memang berhubungan dengan kebutuhan siswa untuk mengetahui sesuatu dari objek yang dipelajarinya dan peserta didik bersemangat ketika menerima mata pelajaran, dan menciptakan suasana yang tenang ketika proses belajar mengajar berlangsung sehingga materi pembelajaran dapat mudah diterima.

#### B. Saran

Setelah penulis menyimpulkan pembahasan dalam isi skripsi ini maupun dari hasil penelitian dan hasil dari analisis data maka penulis menyampaikan saran-saran sebagai berikut :



1. Pihak SMPN 11 Bandar Lampung (khususnya kepala sekolah) hendaknya dapat menambahkan kembali jam kepada guru bimbingan dan konseling untuk masuk kedalam kelas, untuk lebih mengoptimalkan pengaplikasian kinerja guru bimbingan dan konseling dalam pelaksanaannya untuk memberikan pemahaman tentang kurangnya minat belajar pada peserta didik.
2. Untuk guru bimbingan dan konseling hendaknya terus meningkatkan kinerjanya dalam memberikan pemahaman tentang kurangnya minat belajar pada peserta didik melalui proses konseling dalam pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* agar tercapainya minat belajar yang baik pada peserta didik.
3. Bagi peserta didik, hendaknya slalu meningkatkan minat belajar melalui proses belajar yang rajin.
4. Penelitian hendaknya meningkatkan lagi minat belajar pada peserta didik melalui layanan konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abu AmadidanWidodoSupriyono.*PsikologiBelajar*.RinekaCipta. Jakarta. 2004.
- AchmadJuntikaNurihsan.*StrategiLayananBimbinganandanKonseling*.Refika  
Aditama.2007.hlm. 11 (dalamSkripsi Tri Dewantara.*Efektifitas Assertive  
TraningDalamMeningkatkanDisiplinBelajar*. IAIN)
- AgusSujanta.*BimbinganKearah Yang Sukses*.BulanBintang. Jakarta Cetakanke V.  
2002
- Ahmad D. Marimba.*PengantarFilsafatPendidikanIslam*. Al Maarif.Bandung  
.EdisiRevisi. 2005.
- Ahmad Muhammad Diponegoro.*Konseling Islam PanduanLengkapMenjadi Muslim  
Yang Bahagia*.GalallmuSemesta. 2011
- BimoWalgito.*BimbinganandanPenyuluhan* YayasanPenerbitFakultasPsikologi  
UGM.Yogyakarta.CetakanKe V.II. 2005.
- Burhan, Bungin, Analisis Data  
*PenelitianKualitatifPemahamanFilosofidanMetodelogisKearahPenguasa  
Model Aflikasi*, RajaGrafindoPrasada, Jakarta, 2003
- Departemen Agama RI.*Al-Qur'an danTerjemah*. Jakarta.
- DewaKetutSukardi.*PengantarTeoriKonseling*. Jakarta: Ghalia Indonesia. 1985.
- DjamarahBahriSyaiful.*PsikologiBelajar*.PT.RinekaCipta. Jakarta. 2011.
- Gantina.K.Eka. W.danKarsih.*TeoridanTehnikKonseling*. PT. Indeks.Jakarta. 211.
- Gerald Corey.*TeoridanPraktekKonselingdanPsikoterapi*.RefikaAnitama. 2010.
- Hallen.*BimbinganandanKonseling*.PT. Quantum Teaching.ciputat.2005.
- MamangSangadji, Sopiah, *MetodelogiPenelitianPendekatanPraktisDalamPenelitian*,  
Andi, Yogyakarta, 2010.
- M. Sukayasa. K. Suranata. K. Dharsana."PenerapanTeoriKonseling Behavioral  
DenganTeknikSelf

*Management Untuk Meningkatkan Minat Belajar” .Jurnal Undiksa Jurusan Bimbingan dan Konseling. Vol.2 No.(Tahun 2014).*

Mohammad Surya.*Dasar-dasar Konseling Pendidikan (Konsep dan Teori).* Jakarta: Grafindo. 2001. hlm 78

Prayitno Dan Amti Erma.*Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling.* Rineka Cipta. Jakarta. 2008.

Prayitno.*Pelayanan Bimbingan dan Konseling.* Rineka Cipta. Jakarta. 2007.

Richard Nelson-Jones.*Teori dan Praktek Konseling dan Terapi.* Putaka Pelajar. Yogyakarta.

S. Nasution.*Asas-asas Mengajar.* Jemmars. Bandung. Cetakan Ke VII. 2003.

\_\_\_\_\_.*Didaktif Asas-asas Mengajar.* Jammers. Bandung. Edisi Revisi. 2002.

Slameto.*Belajar & Faktor-faktor yang Mempengaruhinya.* PT. Rineka Cipta. Jakarta. Cetakan ke VI. 2013.

\_\_\_\_\_.*Belajar dan Faktor yang Mempengaruhinya.* Rineka Cipta. Jakarta. 2010.

Sofian S. Willis.*Konseling Individual Teori dan Praktek.* Alfabeta. Bandung. 2004.

\_\_\_\_\_.*Konseling Individual Teori dan Praktek.* Bandung. Alfabeta. 2011.

Sumardi Suryabrata.*Metodologi Pengajaran.* Rajawali. Jakarta. 2001.

\_\_\_\_\_.*Psikologi Pendidikan.* PT. Grafindo. Jakarta 2004.

Susanto Ahmad.*Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar.* Kencana. Jakarta 2013.

Tohirin.*Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi).* Rajawali Pers. Jakarta. 2009.

\_\_\_\_\_.*Bimbingan dan Konseling Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi).* Raja Grafindo. Jakarta. 2011.

Undang-undang Sisdiknas No. 20 Tahun 2003, Sinar Grafika, Jakarta.

W.S. Winkel.*Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan.* PT Gramedia. Jakarta.

Walgito Bimo.*Bimbingan dan Konseling (Studi & Karir)* PT. Andi. Yogyakarta. 2005