

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK
PENDEKATAN *RASIONAL- EMOTIVE BEHAVIOR
THERAPY(REBT)* UNTUK MENINGKATKAN
MINAT BELAJAR PESERTA DIDIK DI SMK
MUHAMMADIYAH 2 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2022/ 2023**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan(S. Pd)
dalam Bidang Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

Oleh:

**ADITYA MIA ENGGALIA PUTRI
NPM 1811080421**

Jurusan: Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H./ 2023 M.**

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK
PENDEKATAN *RASIONAL- EMOTIVE BEHAVIOR
THERAPY(REBT)* UNTUK MENINGKATKAN
MINAT BELAJAR PESERTA DIDIK DI SMK
MUHAMMADIYAH 2 BANDAR LAMPUNG
TAHUN PELAJARAN 2022/ 2023**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-
Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan(S. Pd)
dalam Bidang Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

Oleh:

**ADITYA MIA ENGGALIA PUTRI
NPM 1811080421**

Jurusan: Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I : Dr. H. Yahya AD, M. Pd

Pembimbing II : H. Andi Thahir, S. Psi., MA. Ed. D

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1444 H./ 2023 M**

ABSTRAK

Konseling kelompok merupakan suatu proses pemberian bantuan kepada seseorang dalam bentuk kelompok baik bersifat pencegahan maupun penyembuhan. Minat adalah ketertarikan seseorang terhadap sesuatu sehingga memberikan rasa senang dan juga perhatian yang konsisten Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* merupakan sebuah pendekatan yang bertujuan untuk merubah pikiran irasional individu menjadi lebih rasional baik secara kognitif, emosi, ataupun perilakunya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok pendekatan *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan minat belajar peserta didik SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif eksperimen dengan desain penelitian *one group pretest-post-test* dengan populasi 23 peserta didik dan sampel 8 peserta didik. Data penelitian diperoleh langsung dari responden melalui observasi, wawancara, kuisioner/ angket, dan dokumentasi.

Berdasarkan hasil angket dengan uji wilcoxon diperoleh skor negative rank sebesar 0^a nilai ini menunjukkan bahwa tidak ada satupun nilai post-test responden yang lebih rendah dari nilai pre-test responden. Selanjutnya skor positive rank sebesar 8^b menunjukkan bahwa seluruh nilai post-test responden lebih besar dari nilai pre-test responden. Sedangkan ties 0^c menunjukkan bahwa antara skor pre-test dan post-test tidak ada yang sama dan output test statistic diketahui *asympt.sig.(2-tailed)* bernilai 0.012. Karena nilai $0.012 < 0.05$ maka terdapat perbedaan antara skor minat belajar setelah diberikan layanan konseling kelompok pendekatan *rational-emotive behavior therapy* dengan skor sebelum diberikan layanan.

Kata kunci: Konseling Kelompok, *Rational-Emotive Behavior Therapy*, Minat Belajar

ABSTRACT

Group counseling is a process of providing assistance to someone in the form of a group, both preventive and curative. Interest is a person's interest in something so as to provide a sense of pleasure and consistent attention. Rational-Emotive Behavior Therapy approach is an approach that aims to change an individual's irrational thoughts to become more rational both cognitively, emotionally, or behaviorally. The purpose of this study was to determine the effect of group counseling with the Rational-Emotive Behavior Therapy (REBT) approach to increase student interest in learning at SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

This thesis uses experimental quantitative methods with a one group pretest-post-test research design with a population of 23 students and a sample of 8 students. The research data was obtained directly from the respondents through observation, interviews, questionnaires, and documentation.

Based on the results of the questionnaire with the Wilcoxon test, a negative rank score of 0a was obtained. This value indicates that none of the respondents' post-test scores are lower than the respondents' pre-test scores. Furthermore, a positive rank score of 8b indicates that all of the respondents' post-test scores are greater than the respondents' pre-test scores. Meanwhile, ties 0c indicates that the pre-test and post-test scores are not the same and the statistical test output is known to be asymp.sig.(2-tailed) with a value of 0.012. Because the value is $0.012 < 0.05$, there is a difference between the scores of interest in learning after being given group counseling services with the rationalemotive behavior therapy approach and scores before being given services.

Keywords: *Group Counseling, Rational-Emotive Behavior Therapy, Interest in Learning*



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

Alamat : Jl. Let. Kol. H. Endro Suratmin Sukarame 1Bandar Lampung 35131 Telp(0721)703260

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aditya Mia Enggalia Putri
NPM : 1811080421
Jurusan/ Prodi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul, **“PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN RASIONAL- EMOTIVE BEHAVIOR THERAPHY(REBT) UNTUK MENINGKATKAN MINAT BELAJAR PESERTA DIDIK DI SMK MUHAMMADIYAH 2 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2022/ 2023”** adalah benar hasil karya sendiri, bukan duplikasi ataupun saduran dari karya orang lain kecuali bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam footnote atau daftar pustaka. Apabila di lain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya pada penyusun. Demikian surat pernyataan ini dibuat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung , 06 Oktober 2022

Yang membuat pernyataan,

membuat pernyataan,

METERAI
TEMPER
13BAJX883458477
Aditya Mia Enggalia Putri
1811080421



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBİYAH DAN KEGURUAN

Alamat: Jl. Letkol H. EndroSuratno, Salarame 1 Bandar Lampung, ccip. (0771) 709260

PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan
SKripsi *Rational-Emotive Behavior Therapy(REBT)* untuk
Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik di SMK
Muhammadiyah 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran
2022/ 2023
Nama : Aditya Mia Enggalia Putri
NPM : 1811080421
Jurusan : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

Untuk diuraqasyahkan dan dipertahankan
dalam sidang munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Dr. H. Yahya AD, M. Pd
NIP. 19590920 198703 1003

Pembimbing II

Dr. H. Andi Thahir, MA., Ed.D
NIP. 19760427 200701 1015

Mengetahui,

Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Dr. Ali Murtadha, M. S. I
NIP. 197907012009011014



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat : Jl. Letkol H. EndroSuroso, Sukarame 1 Bandar Lampung, telp. (0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul "PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK PENDEKATAN *RATIONAL-EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY*(REBT) UNTUK MENINGKATKAN MINAT BELAJAR PESERTA DIDIK DI SMK MUHAMMADIYAH 2 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2022/ 2023 " Disusun oleh ADITYA MIA ENGGALIA PUTRI, NPM : 1811080421, Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Telah diujikan dalam Sidang Munaqasyah di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung pada hari/tanggal : Selasa, Tanggal 06 Desember 2022 pukul 10.00-12.00 WIB.

TIM MUNAQASYAH

Ketua : Prof. Dr. H. Deden Makbuloh, S.Ag., M.Ag (.....)
Sekertaris : Mega Aria Monica, M. Pd (.....)
Penguji Utama : Dr. Laila Maharani, M.Pd (.....)
Penguji Pendamping I : Dr. H. yahya AD, M. Pd (.....)
Penguji Pendamping II : DR. H. Andi Thahir, M. A., Ed. D (.....)

Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan



MOTTO

الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُمُ اللَّهُ وَأُولَئِكَ هُمْ أُولُوا الْأَلْبَابِ
“Yang mendengarkan perkataan lalu mengikuti apa yang paling baik diantaranya. Mereka itulah orang-orang yang telah diberi Allah petunjuk dan mereka itulah orang-orang yang mempunyai akal” (QS. Az-Zumar:18).

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَاثْرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ
“Wahai orang-orang yang beriman! Apabila dikatakan kepadamu, “Berilah kelapangan di dalam majelis-majelis,” maka lapangkanlah, niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan, “berdirilah kamu”, maka berdirilah, niscaya Allah akan mengangkat(derajat) orang-orang beriman di antara kamu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat. Dan Allah Maha teliti apa yang kamu kerjakan”
(Qs. Al-Mujadilah(58): 11)

Mempercayai bahwa manusia ini hidup di dunia bukan untuk dunia. Dia ke dunia hanya singgah, di dunia ini dia menyiapkan diri untuk mencapai budi pekerti utama, sebab dia akan menempuh suatu alam yang lain yang lebih luas dari alam sekarang dan lebih tinggi. Dia akan pindah dari negeri sempit ke negeri lapang, dari negeri tipu daya kepada pembalasan yang kekal, yang kebahagiaannya tidak luntur-luntur dan keberuntungannya tidak habis-habis.

Buya Hamka, Ketika Hamka Bicara Akhlak.

Inteligensia bukanlah kecendekiaan yang dapat diperoleh dari pendidikan. Inteligensi adalah kemanusiaan di dalam diri manusia, kebijakannya, nuraninya— sesuatu yang sesungguhnya melekat pada diri setiap anak manusia— itulah inteligensi. Dan puncak tertinggi dari inteligensi adalah budi pekerti yang berarti “Buddhi”
Hang Dimas, dalam Materinya *The Relevance of Intelligence, Mengembangkan Inteligensi Manusia di Era Artificial Intelligence*

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin, dengan mengucapkan segala puji dan syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya. Penulis mampu menyelesaikan skripsi ini, dengan segala syukur dan bangga penulis persembahkan skripsi ini kepada:

1. Kedua orangtuaku tercinta, Bapak Mulyadi dan Ibu Satiyah yang selalu menyayangi, mendoakan, selalu berusaha untuk memberikan yang terbaik untuk anak-anaknya dan memberikan dukungan moril maupun materil yang tiada henti untuk kebaikan-kebaikanku dan juga kesuksesanku, mereka melantunkan bait doa pada setiap sujud di sepertiga malam agar dipermudah setiap langkah yang diambil, memiliki keberkahan dan kebermanfaatn, dan juga sagar selalu di bersamai Allah SWT dalam segala hal yang diniatkan dengan tujuan baik. Semoga Allah SWT selalu menjaga, melindungi, dan memberikan keberkahan dalam setiap langkah mereka.
2. Adik kandungku Adiya Atha Naila Alifah yang selalu mendoakan dan memberikan motivasi untuk menjadi contoh yang baik, sehingga membuat penulis termotivasi untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Almamaterku tercinta, Universitas Islam Negeri(UIN) Raden Intan Lampung tempatku menimba ilmu, semoga selalu dapat menjadi tempat menimba ilmu, pengetahuan, dan adab bagi para musafir ilmu di generasi selanjutnya.

RIWAYAT HIDUP

Penulis skripsi ini memiliki nama lengkap Aditya Mia Enggalia Putri, memiliki sapaan Mia/ Amep. Penulis lahir di Pugung Raharjo pada 01 Juni 1999 yang merupakan anak pertama dari satu bersaudara. Penulis merupakan putri dari pasangan dari Bapak Mulyadi dan Ibu Satiyah.

Pendidikan yang ditempuh penulis dimulai dari TK Aisyiyah Busthanul Athfal Pugung Raharjo pada tahun 2005-2006. Kemudian melanjutkan pendidikan ke Sekolah Dasar Negeri 1 Pugung Raharjo pada 2006-2012. Penulis melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 1 Sekampung Udik Pugung Raharjo dari 2012-2015. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan di SMA Negeri 1 Way Jepara Lampung Timur pada tahun 2015-2018.

Pada tahun 2018 penulis diterima di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Program Strata I (S1) melalui jalur UM-PTKIN. Penulis melaksanakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata Dari Rumah(KKN-DR) di Desa Pugung Raharjo selama 40 hari. Selanjutnya di tahun yang sama penulis melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan(PPL) di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. Pada tahun 2022 penulis mengikuti kegiatan yang diadakan oleh Future Skills Batch 5 yang bermitra dengan Asosiasi Meditasi Ausadh Yoga Indonesia(AMAYI) dan juga Universitas Gadjah Mada(UGM) Yogyakarta selama satu semester yaitu dari 01 April- 01 Juli 2022. Di tahun yang sama, penulis juga mengikuti kegiatan berlanjut yang diadakan oleh Futureskills Batch 6 dengan dua kelas yakni Asosiasi Meditasi Ausadh Yoga Indonesia(AMAYI) dan juga kelas *Public Policy Consulting* dengan mitra Asia's Group Advisor selama satu semester dimulai sejak 26 September 2022 sampai dengan 16 Desember 2022. Penulis juga mengikuti kelas untuk mengisi waktu luang dengan mengikuti kegiatan DBS Berpijar yang merupakan hasil kerjasama antara Pijar Foundation dan Bank DBS Indonesia dimulai dari 16 November-16 Desember 2022. Penulis berkesempatan menjadi volunteer pada kegiatan milad Sadila(Sahabat Difabel Lampung) pada 04 Desember 2022.

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan sebuah karya ilmiah ini. Sholawat beriring salam selalu turunkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah kita nantikan syafa'atnya di *yauumul akhir* kelak.

Skripsi dengan judul “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan *REBT(Rasional- Emotive Behavior Theraphy)* Untuk Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik Di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2022/ 2023” adalah salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan (S. Pd) program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam(BKPI) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

Dengan rendah hati disadari bahwa dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mengalami kesulitan dan hambatan, namun penulis tidak akan berhasil tanpa adanya bantuan, dorongan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Maka pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M. Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri(UIN) Raden Intan Lampung.
2. Dr. Ali Murtadho M. Si selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri(UIN) Raden Intan Lampung
3. Indah Fajriani, M. Psi selaku sekretaris jurusan, Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri(UIN) Raden Intan Lampung.
4. Dr. H. Yahya AD., M. Pd selaku pembimbing 1 yang telah memberikan motivasi, dan arahan serta motivasi, juga bimbingannya dalam menyusun skripsi penulis.
5. H. Andi Thahir,S. Psi., MA., Ed. D selaku Pembimbing II, yang telah memberikan arahan, motivasi, serta bimbingan dalam penyusunan skripsi penulis.
6. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri

Raden Intan Lampung yang telah berbagi ilmu dan pengetahuan selama penulis duduk di bangku perkuliahan.

7. Ibu Rekta Herwina M. Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.
8. Sahabat-sahabat yang memotivasi untuk segera menyelesaikan skripsi ini, Dellania Eka Rindiani, Aqila Pradita Hutami Efendi, Rizki Nur Azizah, Kak Sandra Pragitna, Andini Sulistiyowati, Umi Maghfiroh, Friska Allyani, Ilvi Fitriani, sahabat-sahabat BKPI 18A, sahabat-sahabat dari kelas yang lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu, rekan-rekan PPL SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung, dan juga rekan-rekan KKN Desa Pugung Raharjo.

Bandar Lampung, 06 Desember 2022

Aditya Mia Enggalia Putri
1811080421



DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
ABSTRAK	iii
ABSTRAC	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS	v
PERSETUJUAN	vi
PENGESAHAN	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv

BAB I PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul	1
B. Latar Belakang Masalah	2
C. Identifikasi Masalah dan Batasan Masalah	13
D. Rumusan Masalah	13
E. Tujuan Penelitian	13
F. Manfaat Penelitian	14
G. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan	15
H. Sistematika Penulisan	17

BAB II LANDASAN TEORI DAN PENGAJUAN HIPOTESIS

A. Teori Yang Digunakan	19
1. Konseling Kelompok	19
a. Pengertian Konseling Kelompok	19
b. Tujuan Konseling Kelompok	22
c. Manfaat Konseling Kelompok	24
d. Struktur dalam Konseling Kelompok	25
e. Komponen Konseling Kelompok	26
f. Tahapan Konseling Kelompok	29
g. Peran Konselor, Pendamping Konselor, dan	

Klien.....	31
h. Dinamika Kelompok	33
2. Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy</i> (<i>REBT</i>)	35
a. Pengertian <i>Rational-Emotive Behavior Therapy(REBT)</i>	36
b. Konsep Dasar <i>Rational-Emotive Behavior Therapy(REBT)</i>	37
c. Fungsi dan Peran Pendekatan Konselor dalam Pendekatan <i>Rational-Emotive BehaviorTherapy(REBT)</i>	41
d. Teknik-Teknik dalam Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy(REBT)</i>	42
e. Tujuan Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy(REBT)</i>	45
f. Langkah-Langkah Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy(REBT)</i>	46
g. Proses Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy(REBT)</i>	47
h. Kelemahan dan Kelebihan Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy(REBT)</i>	49
i. Aplikasi untuk Konseling Kelompok	49
3. Minat Belajar	51
a. Pengertian Minat	51
b. Pengertian Belajar	53
c. Prinsip-Prinsip Belajar	55
d. Pengertian Minat Belajar	57
e. Ciri-Ciri Minat Belajar	58
f. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Minat Belajar ..	59
g. Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik	62
h. Indikator Minat Belajar	63
B. Pengajuan Hipotesis	66

BAB III METODE PENELITIAN

A. Waktu dan Tempat Penelitian	69
B. Pendekatan dan Jenis Penelitian	69
C. Populasi, Sampel, dan Teknik pengumpulan Data	69

D. Definisi Operasional Variabel	73
E. Instrumen Penelitian	77
F. Uji Validitas dan Reliabilitas Data	82
G. Uji Prasarat Analisis	83
h. Uji Hipotesis	84

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data.....	87
B. Pembahasan Hasil Penelitian dan Analisis	98

BAB V PENUTUP

A. Simpulan	103
B. Rekomendasi	103

DAFTAR RUJUKAN	105
-----------------------------	------------

LAMPIRAN	109
-----------------------	------------



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Data Awal Minat Belajar Peserta Didik XI Akuntansi di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung	8
Tabel 2 Jumlah Populasi Penelitian	8
Tabel 3 Skor Alternatif Jawaban.....	70
Tabel 4 Kriteria Minat Belajar	71
Tabel 5 Definisi Operasional Variabel.....	73
Tabel 6 Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen.....	77
Tabel 7 Hasil Pre-Test dan Post-Test.....	88
Tabel 8 Uji Wilcoxon Signed Ranks Test.....	98
Tabel 9 Output Statistic	99



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

Judul merupakan suatu gambaran dalam karya ilmiah. Untuk memperjelas pokok pembahasan, maka penulis memberikan penjelasan judul dengan makna atau definisi yang terkandung di dalamnya, dengan judul skripsi: “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* Untuk Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik Di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2022/ 2023”¹

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam memahami maksud dan tujuan maka perlu adanya penegasan judul, judul ini memiliki beberapa istilah sebagai berikut:

1. Pengaruh merupakan suatu kekuatan pada satu hal (daya) yang ada atau muncul dari sesuatu (orang dan benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan, atau perilaku seseorang.²
2. Konseling kelompok merupakan suatu proses pemberian bantuan kepada orang atau individu yang berada dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, juga pengarahan untuk memberikan kemudahan dalam mengoptimalkan perkembangan serta pertumbuhannya.³
3. Pendekatan *Rasional-Emotif Behavior Therapy (REBT)* adalah pendekatan behavior- kognitif yang menekankan pada setiap karakteristik, ukuran maupun ciri yang dapat

² KBBI Online, <https://kbbi.web.id/pengaruh>

³ Eka Nur Septiana, Alfi Rahmi, Rahmawati Wae, “Efektivitas Konseling Kelompok dengan Analisis Transaksional Untuk Mereduksi Kecemasan Berbicara di Depan Kelas di SMPN 8 Bukit Tinggi,” *Educational Guidance and Counselling Development Journal* 3, no. 2(2020): 69-75.

4. menunjukkan sekaligus menandakan adanya perubahan yang merujuk pada perasaan, pikiran, dan tingkah laku⁴.
5. Minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Kegiatan yang diminati seseorang, akan diperhatikan konsisten yang disertai rasa senang.⁵ Sedangkan definisi belajar adalah suatu proses mental yang mengarah pada suatu penguasaan pengetahuan, kecakapan, kebiasaan atau sikap yang semuanya diperoleh, disimpan dan dilaksanakan sehingga menimbulkan perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik dan fleksibel⁶⁷ Dapat disimpulkan bahwa minat belajar merupakan kecenderungan seseorang dan kesenangan atau ketertarikan seseorang terhadap sesuatu sehingga menimbulkan perubahan tingkah laku yang berbeda antara sesudah belajar dan sebelum belajar.
6. Peserta Didik dalam pengertian umum adalah setiap individu yang menerima adanya daya timbul atas perlakuan dari seseorang atau sekelompok orang yang menjalankan kegiatan pendidikan. Sedangkan dalam arti sempit adalah anak(pribadi yang belum dewasa) yang diserahkan kepada tanggung jawab pendidik untuk memperoleh suatu pengetahuan, pengalaman, dan pembelajaran⁶.

B. Latar Belakang Masalah

Akhir tahun 2019 adalah tahun yang cukup memberikan kejutan untuk berbagai negara di berbagai belahan dunia dengan munculnya wabah penyakit yang oleh WHO (*World Health*

⁴ Sela Pebriyanti, "Implementasi Rational Emotive Behavior Therapy pada Orangtua dalam Mendampingi Anak Belajar Masa Covid-19", *Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*.: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta 5, no. 2(2020), hal. 63-70.

⁵ Suswanti, "Model Pembelajaran Course Review Horay Dalam Meningkatkan Minat Dan Prestasi Belajar Matematika Peserta didik Kelas VIII B Mts Ma"arif NUI Sokaraja. (Online) Tersedia: [Http://Digilib.Ump.Ac.Id/Files/Disk1/17/Jhptump-A-Herawahyus-817-2-Babii.Pdf](http://Digilib.Ump.Ac.Id/Files/Disk1/17/Jhptump-A-Herawahyus-817-2-Babii.Pdf) (Diakses 25 Januari 2022)

⁶ Tirmidzi, 2018, *Bimbingan Konseling Islami*(Medan: Perdana Publishing Kelompok Penerbit Perdana Mulya Sarana), hal.

7 .

Organization) dinyatakan sebagai pandemi, wabah penyakit itu diberi nama *Corona Virus Diseases* atau kita lebih mengenalnya dengan sebutan *covid-19*. *Covid-19* berawal dan berkembang di Wuhan, China.. Indonesia, merupakan salah satu negara yang tidak luput dari serangan virus tersebut, dimana pada Maret 2020 yang dimulai dengan adanya pernyataan pemerintah yang mengumumkan dua pasien *corona visus diseases(covid-19)*. Hal ini membuat pemerintah menerapkan berbagai upaya untuk mengurangi penyebaran virus tersebut. Salah satu upaya yang dilakukan adalah adanya penerapan *physical distancing* dengan pemberlakuan *Work From Home(WFH)* dan juga pembelajaran secara *online* atau belajar dari rumah masing-masing yang tentu saja memiliki dampak dan pengaruh di berbagai lingkar kegiatan sehari-hari masyarakat Indonesia, termasuk lingkup pembelajaran. Melalui surat edaran Mendikbud RI No. 3 Tahun 2020 tentang Pencegahan Covid-19 pada satuan pendidikan dan kebudayaan yang berisi tentang pelaksanaan pembelajaran jarak jauh sesuai dengan Perguruan Tinggi Masing-masing dan hal ini merupakan pembatasan berkala dengan pembelajaran jarak jauh yang juga diterapkan pada sekolah-sekolah serta perguruan Tinggi di Bandar Lampung⁸.

Perkiraan UNESCO menunjukkan bahwa lebih dari 1,5 miliar peserta didik dan 63 juta tenaga pendidik terkena dampak penutupan sekolah di 188 negara per-tanggal 27 Maret 2020 yang disebabkan adanya ketidakpastian jadwal untuk sebagian program ditunda hingga waktu tertentu bahkan dibatalkan diseluruh dunia. Pada tahap awal pandemi, diperkirakan sebagai masalah kesehatan masyarakat, akan tetapi dengan cepat berkembangnya penularan dan dihadapkan dengan kondisi fisik objek yang beragam membuat masalah covid-19 ini menjadi kritis. Larangan perjalanan ke berbagai dunia dan jaga jarak sosial merupakan langkah paling awal diberbagai belahan negara untuk mencegah penularan virus ini. Dalam keadaan ini, pendidikan sangat terpengaruh sebagai

⁸ Syarifah Hikmah dan Ivony Dwi, “*Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap minat belajar mahapeserta didik pada masa pandemi covid-19*” Jurnal: BAJ(Behavioral Accounting Journal), vol 3, no. 1, 2020: 37- 46, e-ISSN: 2615-7004

salah satu aktivitas harian utama jutaan peserta didik, guru, dan orang tua di seluruh dunia. Di sebagian besar negara, sekolah ditutup dan pendidikan disediakan melalui platform pendidikan jarak jauh⁹.

Pembelajaran tidak luput terkena dampak atas keputusan yang telah diambil oleh pemerintah.. Dalam Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sisdiknas Pasal 1 Ayat 20 bahwa pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Dengan kata lain, pembelajaran merupakan upaya menciptakan kondisi agar terjadi suatu kegiatan belajar. Berdasarkan kebijakan pemerintah dalam surat edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran *Corona Virus Disease* (COVID19), pembelajaran dilaksanakan secara daring atau online.⁹ Hal ini dilakukan guna mencegah dan menghindari penyebaran COVID-19 yang tengah melanda di berbagai negara termasuk Indonesia. Sistem pembelajaran daring yang dilakukan adalah sistem kegiatan belajar mengajar tanpa tatap muka secara langsung antara guru dan peserta didik tetapi dilakukan secara *online* menggunakan jaringan internet. Oleh karena itu pada masa pandemi COVID-19 saat ini pendidikan menjadi aspek yang penting untuk dilihat bagaimana perkembangannya demi meningkatkan taraf pendidikan.

Belajar dalam jaringan(daring) memiliki kelebihan dan kekurangan yang dimana salah satu kelebihanannya adalah jadwal belajar yang lebih fleksibel serta bisa dimana saja jika tidak dalam ruang *google zoom* atau *google meet*. Sedangkan salah satu kekurangannya adalah kurang efektif dalam penyampaian materi terhadap peserta didik. Hal ini dapat berdampak pada minat belajar peserta didik tersebut terhadap materi pelajaran tersebut. Yang

⁹ Mahmud ZER, “*Educational Policy Actions By The Ministry Of National Education In The Times Of COVID-19 Pandemic In Turkey*”, *Kastamonu Education Journal*, vol. 28, no. 3(2020), hal. 1124-1129, doi: 10.24106/kefdergi.722280. ⁹ Irinna Aulia Naftrin,, Hudaidah, “*Perkembangan Pendidikan Indonesia di Masa Pandemi Covid-19*”, *Jurnal Ilmu Pendidikan: Universitas Sriwijaya Indonesia*, vol. 3, no. 2(2021), hal. 456-462, DOI: <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i2.324>

berakibat nilai dan prestasi peserta didik tidak maksimal dan juga kurang dapat mengembangkan potensinya. Berangkat dari keresahan ini peneliti melakukan penelitian guna memperoleh faktor-faktor peserta didik memiliki minat rendah terhadap belajar serta untuk mengetahui bagaimana pengaruh dari layanan yang akan diberikan bahkan setelah pandemi mereda. Bahwa bukan hal baru, jika rendahnya minat belajar dalam kegiatan belajar adalah masalah yang sudah ada dari beberapa dekade pendidikan. Berangkat dari hal tersebut, jika seorang peserta didik kehilangan minat terhadap sesuatu, maka untuk mencapai keberhasilan dari sebuah tujuan belajar tidak akan tercapai dengan maksimal. Karena minat memiliki pengaruh yang kuat dalam peserta didik menyelesaikan tugas-tugasnya baik dalam belajar dan bersosialisasi di sekolah maupun di masyarakat. Belajar merupakan proses manusia untuk mencapai berbagai macam kompetensi, keterampilan, dan sikap. Belajar dimulai sejak manusia lahir sampai akhir hayat. Kemampuan untuk belajar merupakan karakteristik penting yang membedakan manusia dengan makhluk hidup lainnya. Belajar mempunyai keuntungan, baik bagi peserta didik maupun bagi masyarakat. Bagi peserta didik, kemampuan untuk belajar secara terus-menerus akan memberikan kontribusi terhadap pengembangan kualitas hidupnya. Sedangkan bagi masyarakat, belajar mempunyai peran yang penting dalam mentransmisi budaya dan pengetahuan dari generasi ke generasi. Belajar merupakan aktivitas yang dilakukan seseorang untuk mendapatkan perubahan dalam dirinya melalui pelatihan-pelatihan atau pengalaman-pengalaman.

Dalam literatur minat, hubungan antara minat dan pembelajaran telah difokuskan pada tiga jenis minat: individu, situasional, dan topik. Bagaimana ketiga jenis minat berinteraksi dan melalui proses apa mereka mempengaruhi pembelajaran belum ditetapkan dengan baik. Diperlukan cara baru untuk mengakses proses yang menghubungkan minat dan pembelajaran.¹⁰ Minat dalam belajar

¹⁰ Mary Anley dan Suzanne Hidi, dan Dagmar Berndoff, “*Minat, Pembelajaran, dan Proses Psikologis yang memediasi Hubungan Mereka*”, Jurnal Psikologi

ditentukan beberapa faktor yaitu dari individu(intern), situasional dan topik yang merupakan faktor ekstern. Faktor-faktor tersebut perlu diperhatikan serta diperlukan cara baru dalam pembelajaran agar akses tujuan meningkatkan minat belajar dapat dengan mudah dicapai.

Dalam hal tersebut minat belajar sangatlah penting tertanam dalam diri setiap anak, minat sebagai pendorong peserta didik untuk belajar. Peserta didik dengan sikap minat belajar yang baik akan terdorong untuk terus tekun belajar akan memperoleh apa yang dicita-citakan, diusahakan, dan didoakan, sesuai yang tertuang dalam QS. AN-Najm ayat 39-40:

وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَىٰ ۚ وَأَنَّ سَعْيَهُ سَوْفَ يُرَىٰ

“Dan bahwasanya seorang manusia tiada memperoleh selain apa yang telah di usahakannya, dan bahwasanya usaha itu kelak akan diperlihatkan (kepadanya).” (Qs. An-Najm: 39-40)

Melalui ayat tersebut Allah menjanjikan hasil yang sesuai dari apa yang kita kerjakan. Dengan demikian, hendaknya kita sebagai umat Allah SWT untuk dapat menumbuhkan minat yang dapat mendorong kita berusaha lebih semangat, dan belajar dengan semangat yang tinggi sehingga mendapatkan hasil yang maksimal pula terutama dalam mencari ilmu khususnya pada peserta didik.

Sedangkan menurut Slameto, belajar merupakan kegiatan manusia yang berakal, pengetahuan, sikap dan keterampilan akan terbentuk, termodifikasi serta berkembang melalui proses belajar. Belajar adalah perubahan tingkah laku pada diri individu sebagai akibat dari pengalaman. Oleh karena itu seseorang dikatakan belajar bila didalam dirinya terjadi suatu proses kegiatan yang mengakibatkan perubahan tingkah laku. Perubahan tingkah laku ini disertai usaha, karena tanpa usaha tidak dapat dikatakan belajar.¹¹

Pendidikan: American Physocology(2021), 545-561, Doi: 10. 1037//0022-0663.94.3.545.

¹¹ Christ Sarah, Nyoman Karma, Awal Nur Kholifatur Rosyidah, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Belajar Peserta didik Pada Mata Pelajaran Matematika Di Gugus III Cakranegara", Jurnal Progress Pendidikan: Mataram 2, no. 1(2021), hal. 13-19

Minat belajar sangat erat hubungannya dengan dorongan motif dan reaksi emosional contohnya: minat dalam belajar bisa muncul dari tindakan atau kegiatan yang dilakukan oleh keinginannya dalam memenuhi rasa ingin tahu seseorang terhadap kegiatan tersebut¹². Minat yang telah dipahami peserta didik mungkin sekali akan menjaga pikiran peserta didik sehingga peserta didik dapat menguasai semua pembelajaran.

Sekilas akan muncul banyak pertanyaan mengenai minat dan motivasi, tentang apa yang membedakan antara minat dan motivasi. Motivasi sendiri berasal dari kata „motif“ yang secara etimologi, berasal dari kata bahasa latin *movere* yang berarti bergerak atau dalam bahasa inggris *motive*, berasal dari *motion*, yang berarti “gerakan” atau “sesuatu yang bergerak”, yang menunjuk pada gerakan manusia sebagai “tingkah laku”. Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa motivasi adalah energi aktif yang menyebabkan terjadinya suatu perubahan pada diri seseorang yang nampak pada gejala kejiwaan, perasaan, dan juga emosi, sehingga mendorong individu untuk bertindak atau melakukan sesuatu dikarenakan adanya tujuan, kebutuhan, atau keinginan yang harus terpenuhi.¹² Sedangkan minat sendiri Menurut Djali “minat adalah rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktifitas, tanpa ada rasa yang menyuruh”¹³. Minat belajar juga dapat diartikan sebagai suatu keinginan peserta didik dalam memperoleh pengetahuan dalam proses belajar. Seorang peserta didik yang sangat besar memperhatikan suatu pelajaran akan lebih intensif lagi terhadap pelajaran tersebut yang kemudian akan menumbuhkan semangat belajar peserta didik. Peserta didik dengan minat belajar yang baik menurut pendapat Djamarah memiliki indikator minat belajar diantaranya rasa suka/senang, pernyataan lebih menyukai, adanya rasa ketertarikan, adanya kesadaran untuk belajar tanpa diminta, berpartisipasi dalam aktivitas belajar,serta memberikan perhatian dalam belajar. Peserta

¹² Andi Thahir, Psikologi Belajar Buku Pengantar dalam Memahami Psikologi Belajar hal. 84

¹³ Djali, Psikologi Pendidikan(Jakarta:PT Bumi Aksara, 2012), hal.121

didik yang memiliki minat belajar yang baik dapat di lihat dari indicator sebagai berikut:

- 1) Perasaan senang: apabila peserta didik memiliki perasaan senang terhadap pelajaran tertentu maka mereka tidak akan merasa terpaksa untuk belajar.
- 2) Perasaan tertarik: yang berhubungan dengan daya dorong peserta didik terhadap ketertarikan peserta didik pada suatu benda, orang, kegiatan atau pengalaman efektif yang dirangsang oleh kegiatan itu sendiri.
- 3) Penuh perhatian: minat dan juga perhatian merupakan dua hal yang dianggap sama, perhatian peserta didik merupakan konsentrasi peserta didik terhadap pengamatan dan pemahaman, peserta didik memiliki minat pada obyek yang tertentu maka dengan sendirinya akan memperhatikan obyek tersebut.
- 4) Bersikap positif: yang berarti peserta didik memiliki perilaku baik yang sesuai dengan nilai-nilai dan norma kehidupan yang berlaku dalam masyarakat.

Dengan demikian menjadi tanggung jawab lembaga-lembaga pendidikan untuk menyediakan lingkungan yang dipercayai anak-anak dan remaja. Berdasarkan hasil pra- penelitian di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung masih terdapat minat belajar peserta didik yang rendah, diketahui dari dokumentasi guru BK di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung. Dari hasil dokumentasi dan wawancara dengan guru BK diperoleh data tentang peserta didik yang mengalami minat belajar yang rendah diperoleh data sebagai berikut:

Tabel. 1
Data Awal Minat Belajar Peserta Didik XI Akuntansi di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung

No.	Peserta Didik	Deskripsi Minat Belajar	Keterangan
1.	AM, MRA, GF	Tidak memiliki rasa suka atau senang saat mengikuti pembelajaran	3 dari 23 peserta didik

2.	SS	Tidak tertarik dalam mengikuti pembelajaran sering datang terlambat	1 dari 23 peserta didik
3.	KZJ, RNA	Tidak memperhatikan secara seksama selama proses pembelajaran	2 dari 23 peserta didik
4.	VLA, M	Tidak pernah bertanya saat pembelajaran berlangsung	2 dari 23 peserta didik
		Jumlah	8 dari 23 peserta didik

Sumber: Dokumentasi Guru BK di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung

Berdasarkan table di atas dan pra-penelitian yang telah dilakukan, penulis mendapatkan bahwa selama pandemi minat belajar yang ada di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung cenderung mengalami penurunan yang berbuntut hingga pada pasca pandemi. Untuk menumbuhkan kembali minat belajar yang dimiliki peserta didik, maka diperlukan adanya penanganan berlanjut. Peneliti juga mengamati hal tersebut saat kegiatan Praktik Pengalaman Lapangan yang dilakukan selama 40 hari yang bertempat di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung dan juga wawancara bersama guru BK di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung saat melakukan pra-penelitian. Dalam wawancara bersama guru BK di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung pada saat Pra-Penelitian, diperoleh bahwa selama pandemi minat belajar peserta didik rata-rata menurun. Dampak dari pandemi terhadap minat belajar masih terasa pengaruhnya sampai setelah pasca pandemi dan mulai memasuki pertemuan tatap muka terbatas seperti biasanya, hal ini tentunya menjadi tugas bagi guru BK dan guru mata pelajaran untuk kembali meningkatkan minat belajar yang selama pandemi sempat menurun. Hal ini ditunjukkan dengan adanya terdapat 8 dari 23 peserta didik dari kelas XI Akuntansi di

SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung mengalami minat yang rendah, yang dimana penurunan tersebut dalam peserta didik tidak senang dalam belajar yang ditunjukkan dengan sering keluar kelas dengan sering izin ke kamar mandi. Pada indikator perasaan tidak tertarik, ditunjukkan dengan adanya telat saat masuk ke dalam kelas. Tidak memperhatikan penjelasan dari guru pada peserta didik, dan kurang berpartisipasi aktif dalam belajar yang ditunjukkan dengan tidak aktif bertanya di dalam kelas pada peserta didik.¹⁴

Upaya yang dilakukan guru Bimbingan dan Konseling di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung dalam meningkatkan minat belajar peserta didik yaitu dengan memberikan layanan konseling individu bagi peserta didik dengan minat belajar rendah. Teknik yang diberikan berupa pemberian motivasi dan *modelling* bagi peserta didik agar mereka memiliki motivasi belajar untuk meningkatkan minat belajar peserta didik tersebut. Hal tersebut dapat dikatakan cukup berhasil hanya untuk beberapa waktu saja. Dalam kegiatan pra- penelitian tersebut peneliti mendapatkan fakta bahwa beberapa diantara peserta didik yang memiliki minat belajar rendah adalah karena malas, suka menunda waktu belajar, kurang memperhatikan belajar, ada yang bekerja paruh waktu, tidak percaya diri untuk bertanya ketika sulit memahami mata pelajaran yang diberikan, tidak minat dalam belajar, guru mata pelajaran yang membosankan, serta permasalahan kondisi *mood* yang tidak menentu, kondisi ruang kelas yang panas, dan cepat bosan¹⁵.

Peneliti mengambil subjek penelitian kelas XI SMK disebabkan adanya kaitan dalam psikologi perkembangan yang peserta didik yang merupakan usia 15-20 tahun yang dalam proses perkembangan manusia pada berada di tahap remaja (*Adolescence*). Jiwa anak-anak pada masa perkembangan ini dimana struktur pencapaian identitas pribadi dan menghindari peran ganda, merupakan bagian tugas dari yang harus dilakukan. Menurut Erikson, masa ini adalah masa yang memiliki peranan

¹⁴ Wawancara Guru BK SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung

¹⁵ Peserta Didik SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung

penting, karena setiap orang harus mencapai tingkat identitas ego, yang di dalamnya merupakan mengerti bagaimana dia mengetahui siapa dirinya, potensinya, cara menembangkannya serta bagaimana cara mereka terjun ke masyarakat untuk berbaur.¹⁶

Berangkat dari hal ini, peneliti menggunakan pendekatan REBT (*Rasional Emotive Behavior Therapy*), pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Pandangan dasar pendekatan ini tentang manusia adalah bahwa individu memiliki tendensi untuk berpikir irasional yang salah satunya didapat melalui belajar sosial. Di samping itu, individu juga memiliki kapasitas untuk belajar kembali untuk berpikir rasional. Pendekatan ini bertujuan untuk mengajak individu mengubah pikiran irasionalnya ke pikiran yang rasional¹⁷. Pemikiran irasional yang muncul pada peserta didik yang menyebabkan mereka memiliki minat yang rendah pada belajar yaitu bahwa pelajaran yang sulit, tidak memiliki minat pada mata pelajaran, serta kurang tertarik dengan mata pelajarannya karena sudah merasa sulit untuk memahami materinya, dan merasa sering bosan di dalam kelas.

Keterlibatan kognitif didefinisikan dalam hal upaya mental peserta didik untuk menyelesaikan tugas menggunakan pendekatan pembelajaran yang mendalam, pengaturan diri, dan strategi. Peserta didik dengan keterlibatan kognitif yang lebih besar, tertarik untuk mempelajari dan mengeksplorasi tugas-tugas yang diajarkan dan melihat tujuan dari kegiatan pembelajaran. Keterlibatan agen mengacu pada upaya proaktif untuk berkontribusi secara konstruktif pada pembelajaran dan pengajaran digital. Dukungan guru memainkan peran penting dalam memotivasi keterlibatan peserta didik di sekolah. Guru dapat mencapai hal ini dengan mendukung perilaku belajar yang positif, menyediakan sumber daya yang sesuai untuk belajar, dan menjadi terlibat secara interpersonal. Guru yang mendukung otonomi memfasilitasi hubungan dengan mengidentifikasi dan memelihara kebutuhan, minat, dan preferensi peserta didik dan

¹⁶ Andi Thahir, "Psikologi Perkembangan", hal. 42

¹⁷ Gantina Komalasari, dkk, Teori dan Pendekatan Konseling (Jakarta, PT. Indeks 2011), hal. 201.

menciptakan peluang belajar di mana kebutuhan, minat, dan preferensi ini memandu perilaku peserta didik. Dengan dukungan otonomi guru, peserta didik lebih perhatian dan menunjukkan manajemen waktu yang lebih baik (keterlibatan perilaku) lebih menikmati pelajaran mereka (keterlibatan emosional) dan mengkomunikasikan agenda pembelajaran mereka dengan lebih baik kepada guru. Di bawah dukungan keterkaitan guru, peserta didik merasa kompeten dan tertantang selama pembelajaran keterlibatan kognitif yang mendorong mereka untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan pembelajaran, keterlibatan perilaku dengan merasa positif tentang pelajaran, lalu keterlibatan emosional. Dengan menciptakan pengalaman yang menyenangkan, desain emosional dapat memotivasi peserta didik untuk mengerahkan lebih banyak upaya dalam memproses informasi.¹⁸

Al-Qur'an sebagai pedoman umat muslim lebih dulu menerangkan tentang berpikir rasional dalam surah Az-Zumar Ayat 18 yang berbunyi:

الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ أُولَئِكَ الَّذِينَ هَدَاهُ اللَّهُ وَأُولَئِكَ هُمْ أُولُوا
الْأَلْبَابِ

Artinya: "Yang mendengarkan perkataan lalu mengikuti apa yang paling baik diantaranya. Mereka itulah orang-orang yang telah diberi Allah petunjuk dan mereka itulah orang-orang yang mempunyai akal (QS. Az-Zumar:18)."

Ellis berpandangan bahwa penyebab munculnya gangguan emosional didasari oleh pemikiran irrasional. Kesalahan serta kemarahan merupakan tanda ketidakberfungsiannya pemikiran rasional.¹⁹ Peserta didik yang memiliki minat belajar rendah dapat diberikan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy*, hal ini bertujuan untuk mengubah pemikiran irrasional dengan pemikiran

¹⁸ (Thomas K. F. Chiu, 'Digital Support for Student Engagement in Blended Learning Based On Self-Determination Theory', Journal: Computers in Human Behavior(2021), 106909, Doi: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106909>)

¹⁹ Kusno Efendi, "Proses dan Keterampilan Konseling", (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2019), h.149-150

rasional sehingga dapat menumbuhkan pandangan positif terhadap diri, mereka mau berusaha dan mencoba, dan secara tidak langsung meningkatkan minat belajar peserta didik. Ellis mengungkapkan formula yang ditawarkan untuk mengubah pemikiran irrasional yakni dengan cara melawannya (*disputting*), yang digambarkan dalam teori ABCDEF yaitu A (*activating event*), B (*believe*), C (*consequences*), D (*disputing*), E (*effective*), F (*new feeling*). Hal tersebut menerangkan bahwa *Rational Emotive Behavior Therapy* mampu mengatasi masalah rendahnya minat belajar pada peserta didik.

C. Identifikasi dan Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka identifikasi masalah yang terdapat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Dari 23 peserta didik terdapat 3 peserta didik tidak tertarik dalam mengikuti pembelajaran
2. Dari 23 peserta didik terdapat 1 peserta didik tidak memiliki rasa suka atau senang saat mengikuti pembelajaran.
3. Dari 23 peserta didik terdapat 2 peserta didik tidak berpartisipasi aktif saat pembelajaran berlangsung.
4. Dari 23 peserta didik terdapat 2 peserta didik kurang atau bahkan tidak memperhatikan secara seksama selama proses pembelajaran.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah tersebut terdapat rumusan permasalahan sebagai berikut:

“Apakah terdapat pengaruh konseling kelompok Pendekatan *Rasional Emotive Behavior Therapy*(REBT) untuk meningkatkan minat belajar peserta didik di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah di uraikan, adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok Pendekatan *Rasional Emotive Behavior Therapy*(REBT) untuk meningkatkan minat belajar peserta didik di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2022/2023.

F. Manfaat Penelitian

1) Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dalam memberikan konseling kelompok Pendekatan *Rasional-Emotive Behavior Therapy*(REBT) untuk meningkatkan minat belajar peserta didik di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

2) Manfaat Praktis

a. Peserta Didik

Dengan menggunakan layanan konseling kelompok pendekatan REBT ini untuk meningkatkan minat belajar peserta didik di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

b. Pendidik

Layanan konseling kelompok pendekatan REBT dapat digunakan oleh pendidik atau guru BK untuk meningkatkan minat belajar peserta didik sehingga peserta didik tersebut mampu meningkatkan minat belajarnya.

c. Kepala Sekolah

Bagi kepala sekolah, penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk meningkatkan minat belajar di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung.

d. Peneliti

Peneliti dapat menambah ilmu pengetahuan untuk terus belajar menambah wawasan serta meningkatkan kemampuan dengan menambah pengalaman yang nyata bagi peneliti sehingga peneliti dapat menjadi konselor yang kompeten di abad-21.

e. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini dapat dijadikan referensi serta bacaan untuk melaksanakan penelitian selanjutnya dalam meningkatkan minat belajar peserta didik dengan menggunakan layanan konseling kelompok pendekatan REBT.

G. Kajian Penelitian Dahulu yang Relevan

1. Penelitian sebelumnya oleh Yohanes Eka Puspawan dan Tritjahyo Danny Soesilo dalam jurnalnya dimana penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan minat belajar peserta didik kelas IX melalui layanan bimbingan kelompok di SMP Kristen 1 Salatiga. Hasil penelitian ialah terdapat peningkatan minat belajar peserta didik melalui 3 tahap siklus pemberian bimbingan kelompok dan berdasar observasi selama proses pembelajaran. Hasil penelitian terbukti bahwa bimbingan kelompok sudah meningkatkan minat belajar keseluruhan peserta didik.
2. Penelitian sebelumnya oleh Ahmad Ghazali, Titin Swastinah, Arifin Nur Budiono dalam jurnalnya dimana peserta didik dengan minat belajar yang rendah dikarenakan beberapa faktor seperti, kejenuhan, pergaulan, motivasi belajar rendah dan kesehatan fisik. Berdasarkan hasil studi awal menunjukkan bahwa minat belajar peserta didik tergolong rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok efektif untuk meningkatkan minat belajar peserta didik.
3. Penelitian sebelumnya oleh Nurfadilla Nasution dalam skripsinya dimana layanan konseling individu dengan pendekatan behavioristik dengan objek penelitian sebanyak 6 orang peserta didik yang memiliki masalah minat belajar. Hal ini terbukti pada perubahan sikap peserta didik yang sudah melihatkan meningkatkan prestasi belajarnya. Adapun tingkat keberhasilan dari hasil penelitian ini sebesar 95%.

4. Penelitian sebelumnya oleh Nur Azizah dalam skripsinya yang ditandai dengan kurang antusiasnya peserta didik pada saat proses belajar, sering datang terlambat pada saat pelajaran matematika, dan tidak mengerjakan tugas. Hasil perhitungan rata-rata skor minat belajar sebelum mengikuti layanan konseling behaviorial dengan teknik modeling adalah 43,1 dan setelah mengikuti layanan konseling behaviorial dengan teknik modeling meningkat menjadi 78,2. Dari hasil uji-t dengan $df = 18$ dengan taraf signifikan 0,05 sebesar 2.596, dan diperoleh $t_{hitung} = 7.058$. Karena $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($7.058 > 2.596$) Maka, H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti konseling behaviorial dengan teknik modeling dapat meningkatkan minat belajar peserta didik
5. Penelitian sebelumnya oleh Dina Rahmawati Hapsyah dkk, dalam jurnalnya dimana salah satu bagian penting dalam proses pembelajaran adalah motivasi. Beberapa pertanyaan pengantar juga dinilai mampu menumbuhkan rasa ingin tahu peserta didik terhadap materi pembelajaran berkaitan, tujuannya adalah supaya peserta didik lebih aktif, lebih berani dan mampu belajar lebih baik lagi. Salah satu pendekatan dalam bimbingan dan konseling yang dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik ialah REBT yang dapat membantu peserta didik membuka wawasan dan memiliki pemikiran yang rasional dalam tindakan yang berhubungan dengan tujuan belajar.
6. Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Siti Mardiyati dalam dimana terdapat pengaruh pemberian bimbingan kelompok dengan teknik diskusi untuk meningkatkan minat belajar dengan ditunjukkannya uji hipotesis menggunakan wilcoxon diperoleh signifikansi $0,0002 < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima.
7. Penelitian sebelumnya oleh Nurmarisyah Luciana dan Syahrinan dalam jurnalnya dimana minat belajar peserta didik meningkat setelah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik REBT yang dilihat dari hasil pre-test dan post-testnya yaitu $p = .027$ maka $p < 0.05$ sehingga

disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan minat belajar peserta didik setelah diberikan layanan.

H. Sistematika Penulisan

1. BAB 1 PENDAHULUAN

Dalam bab ini memuat antara lain yaitu penegasan judul, latar belakang, identifikasi masalah dan batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian penelitian terdahulu yang relevan dan sistematika penulisan.

2. BAB II LANDASAN TEORI

Landasan teori memuat secara rinci landasan-landasan teori yang digunakan sebagai pedoman dalam melakukan penelitian.

3. BAB III METODE PENELITIAN

Didalam metode penelitian terdapat tempat, waktu penelitian dan setting penelitian, metode penelitian, desain penelitian, pemilihan subjek penelitian, pemilihan partisipan, metode pengumpulan data, variabel penelitian, definisi operasional dan analisis data.

4. BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dan pembahasan berisi tentang deskripsi data, analisis data pembahasan penelitian dan keterbatasan penelitian.

5. BAB V PENUTUP

Dalam bab penutup memuat secara rinci simpulan dan rekomendasi.

BAB II

LANDASAN TEORI DAN PENGAJUAN HIPOTESIS

A. Teori yang Digunakan

1. Konseling Kelompok

a. Pengertian Konseling Kelompok

Melalui kegiatan berkelompok peserta didik mendapat pengalaman bagaimana membahas suatu permasalahan secara bersama-sama. Hal ini sesuai dengan pendapat Rasimin dimana konseling kelompok merupakan suatu sistem layanan bantuan yang amat baik untuk mengatasi sikap atau perilaku anak seperti mengetahui sebab dan perasaan peserta didik yang mengalami agresif, mencegah berkembangnya masalah, membantu pengembangan kemampuan pribadi peserta didik, atau membantu masalah kesulitan pada diri peserta didik, dan menangani konflik-antar pribadi serta pemecahan masalah. Sedangkan menurut Nanang Martono menyatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu proses antarpribadi yang dinamis, terpusat pada pemikiran, serta perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi terapi seperti sifat permisif, orientasi pada kenyataan, katarsis, saling mempercayai, saling memperlakukan dengan mesra, saling pengertian, saling menerima, dan saling mendukung. Fungsi-fungsi terapi itu diciptakan dan dikembangkan dalam suatu kelompok kecil melalui cara saling mempedulikan diantara para konseling kelompok.²⁰ Kegiatan konseling kelompok sangat berperan penting dalam membantu peserta didik untuk mengembangkan kemampuan bersosialisasi dan mampu mengembangkan atau memecahkan masalah yang dialami peserta didik.

Konseling kelompok menurut Pauline Harrison adalah konseling yang terdiri dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor. Dalam prosesnya konseling kelompok dapat

²⁰ I Gunawan, A. Hartati, & F. Mulachela, 'Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Agresif Peserta didik di SMKN 4 Mataram' *Jurnal Paedagogy*, 7(4)(2020), 385, <https://doi.org/10.33394/jp.v7i4.2881>

membicarakan beberapa masalah, seperti kemampuan dalam membangun hubungan dan komunikasi, pengembangan harga diri, dan keterampilan-keterampilan dalam mengatasi masalah. Pengertian tersebut sejalan dengan pendapat Nurihsan bahwa konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Sedangkan pengertian konseling kelompok menurut Gazda menjelaskan konseling kelompok merupakan suatu proses interpersonal yang dinamis yang memutuskan pada usaha dalam berfikir dan tingkah laku, serta melibatkan pada fungsi-fungsi terapi yang dimungkinkan berorientasi pada kenyataan-kenyataan, membersihkan jiwa, saling percaya mempercayai, pemeliharaan, pengertian, penerimaan dan bantuan. Fungsi-fungsi dari terapi itu diciptakan dan dipelihara dalam wadah kelompok kecil melalui sumbangan perorangan dalam anggota kelompok dan konselor. Konseli-konseli dalam anggota kelompok adalah individu-individu yang normal yang mempunyai berbagai masalah yang tidak memerlukan penanganan perubahan kepribadian lebih lanjut. Konseli-konseli konseling kelompok menggunakan interaksi kelompok untuk meningkatkan pengertian dan penerimaan terhadap nilai-nilai dan tujuan-tujuan tertentu dan untuk mempelajari atau menghilangkan sikap-sikap serta perilaku tertentu. Dari pernyataan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa layanan konseling kelompok pada hakikatnya adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pikiran dan perilaku yang disadari, dibina dalam suatu kelompok kecil mengungkapkan diri kepada sesama anggota dan konselor, dimana komunikasi antar pribadi tersebut dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup serta untuk

belajar perilaku tertentu ke arah yang lebih baik dari sebelumnya.”²¹

Pada terapi kelompok, sekelompok konseli bertemu dengan seorang terapis atau sepasang terapis. Terapi kelompok memiliki beberapa keunggulan dibandingkan dengan penanganan individual. Salah satunya, terapi kelompok lebih ekonomis daripada terapi individual karena beberapa konseli ditangani secara bersamaan. Banyak klinisi yang juga percaya bahwa terapi kelompok lebih efektif untuk menangani kelompok konseli yang memiliki permasalahan serupa. Konseli belajar bagaimana orang-orang dengan permasalahan serupa dapat mengatasi masalahnya dan menerima dukungan sosial dari kelompok serta terapis. Terapi kelompok juga memungkinkan anggotanya untuk menyelesaikan masalah dalam berhubungan dengan orang lain. Terlepas dari keunggulan tersebut, konseli mungkin lebih menyukai terapi individu karena berbagai alasan. Beberapa konseli lebih memilih perhatian khusus dari terapis. Konseli yang lain sangat terhambat secara sosial (*socially inhibited*) untuk merasa nyaman dalam situasi kelompok. Oleh karena pertimbangan-pertimbangan tersebut terapis kelompok mengharuskan diskusi kelompok dirahasiakan, anggota kelompok membina hubungan yang supportif dan tidak destruktif, serta anggota kelompok mendapatkan perhatian yang mereka butuhkan.²²

Konseling kelompok bersifat memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti bahwa konseling kelompok memberikan dorongan dan motivasi kepada individu untuk membuat perubahan-perubahan dengan memanfaatkan potensi secara maksimal sehingga dapat mewujudkan diri. Dengan memperhatikan dua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konseling

²¹ M. Edi Kurnanto, “*Konseling Kelompok*” (Bandung: Alfabeta, 2013), hal. 8.

²² Jeffrey S Nevid, Spencer A Rathus, Beverly Greene “*Psikologi Abnormal di Dunia yang Terus Berubah Edisi ke-sembilan Jilid I*” (Jakarta: Erlangga, 2014), hal. 89.

kelompok adalah proses konseling yang dilakukan dalam situasi kelompok, dimana konselor berinteraksi dengan konseli dalam bentuk kelompok yang dinamis untuk memfasilitasi perkembangan individu dan atau membantu individu dalam mengatasi masalah yang dihadapinya secara bersama-sama.

b. Tujuan Konseling Kelompok

Tujuan konseling kelompok pada dasarnya dibedakan menjadi dua, yaitu tujuan teoritis dan tujuan operasional. Tujuan teoritis berkaitan dengan tujuan yang secara umum dicapai melalui proses konseling, sedangkan tujuan operasional disesuaikan dengan harapan konseli dan masalah yang dihadapi konseli. Tujuan teoritis konseling kelompok secara lengkap dikemukakan Corey sebagai berikut.

- 1) *to learn to trust oneself and others*
- 2) *to achieve self-knowledge and develop a sense of one's unique identity*
- 3) *to recognize the commonality of the participants' needs and problems and develop a sense of universality*
- 4) *to increase self-acceptance, self confidence, and self-respect in order to achieve a new view of one self*
- 5) *to find alternative way so dealing with normal developmental issues and of resolving certain conflict*
- 6) *to increase self-direction, autonomy, and responsibility toward oneself and others*
- 7) *to become aware of one's choices and to make choices wisely*
- 8) *to make specific plan for changing certain behavior and to commit oneself to follow through with these plans*
- 9) *to learn more effective social skills*
- 10) *to become more sensitive to the needs and feeling of others*
- 11) *to learn how to confront others with care, concern, honesty, and directness*

12) *to move away from me rely meeting others, expectation and to learn to live by one's own expectation*

13) *to clarify one's values and decide whether and how to modify them*²³

Tujuan-tujuan ini yang dimaksud yaitu masing-masing konseli mampu menemukan dirinya dan memahami dirinya sendiri dengan lebih baik. Berdasarkan pemahaman diri tersebut, konseli rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek-aspek positif kepribadiannya; Para konseli mengembangkan kemampuan berkomunikasi antara satu individu dengan individu yang lain, sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas pada setiap fase-fase perkembangannya; Para konseli memperoleh kemampuan mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, dimulai dari hubungan antarpribadi di dalam kelompok dan dilanjutkan kemudian dalam kehidupan sehari-hari di luar lingkungan kelompoknya; Para konseli menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati/ memahami perasaan orang lain. Kepekaan dan pemahaman ini akan membuat para konseli lebih sensitif terhadap kebutuhan psikologis diri sendiri dan orang lain; Masing-masing konseli menetapkan suatu sasaran/target yang ingin dicapai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif; Para anggota kelompok lebih berani melangkah maju dan menerima resiko yang wajar dalam bertindak daripada diam tidak melakukan apa-apa; Para konseli lebih menyadari dan menghayati makna dari kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang

²³ Latipun, "Konseling Kelompok dan Perilaku Antisosial: Pengaruh Konseling Kelompok terhadap Penurunan Perilaku Antisosial pada Remaja di Lembaga Pemasyarakatan Anak"(Malang: psychology forum, 2020), hal. 17.

²⁶Budidan Astutti, „Modul Konseling Individual“(Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan,2012), hal. 5

mengandung tuntutan menerima orang lain dan harapan akan diterima oleh orang lain; Masing-masing konseli semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya kerap menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain. Dengan demikian, konseli tidak akan merasa terisolir lagi, seolah-olah hanya dirinyalah yang mengalami masalah tersebut; Para konseli belajar berkomunikasi dengan seluruh anggota kelompok secara terbuka, dengan saling menghargai dan saling menaruh perhatian.²⁶ Tujuan-tujuan itu diupayakan melalui proses dalam konseling kelompok. Pemberian dorongan (*support*) dan pemahaman melalui reedukatif (*insight-reeducative*) sebagai pendekatan yang digunakan dalam konseling, diharapkan konseli dapat mencapai tujuan-tujuan itu. Tujuan operasionalnya disesuaikan dengan masalah konseli, dan dirumuskan secara bersama-sama antara konseli dengan konselor.

Pengalaman berkomunikasi menjadi peranan penting disini. Yang dimana hal tersebut akan membawa dampak positif dalam kehidupannya dengan orang lain di sekitarnya. Beberapa tujuan dari layanan konseling kelompok ialah membantu konseli agar menjadi lebih terbuka dan jujur terhadap diri sendiri dan orang lain, belajar mempercayai diri sendiri dan orang lain, berkembang untuk lebih menerima diri sendiri, belajar berkomunikasi dengan orang lain, belajar untuk bersosialisasi, belajar untuk memberi dan menerima, menjadi peka terhadap perasaan dan kebutuhan orang lain, dan meningkatkan kesadaran diri sehingga akan merasa lebih bebas dan tegas dalam memilih.

c. Manfaat Konseling Kelompok

Pendekatan kelompok dikembangkan dalam proses konseling didasarkan atas pertimbangan bahwa pada dasarnya kelompok dapat pula membantu memecahkan individu atau sejumlah individu yang bermasalah. Berbagai keuntungan memanfaatkan kelompok sebagai proses belajar

dan upaya membantu konseli dalam pemecahan masalahnya dikemukakan George dan Cristiani adalah sebagai berikut:

- 1) *It is efficient. Counselor can provide service to many more clients*
- 2) *Group counseling provides a social interpersonal context in which to work on interpersonal problem.*
- 3) *Clients have the opportunity to practice new behavior.*
- 4) *It enables client to put their problems in perspective and to understanding how they are similar to and different from others.*
- 5) *Clients form a support system for each others.*
- 6) *Clients learn interpersonal communication skill.*
- 7) *Clients are given the opportunity to give as well as to receive help.*²⁴

Namun demikian berbagai keuntungan itu tidak selalu diperolehnya, bergantung pada ketepatan pemberian respon, kemampuan konselor mengelola kelompok, kesediaan konseli mengikuti proses kelompok, kepercayaan konseli kepada seluruh pihak yang terlibat dalam proses konseling.

d. Struktur dalam Konseling Kelompok

Konseling kelompok memiliki struktur yang sama dengan terapi kelompok pada umumnya. Struktur kelompok yang dimaksud menyangkut orang yang terlibat dalam kelompok, jumlah orang yang menjadi partisipan, banyak waktu yang diperlukan bagi suatu terapi kelompok, dan sifat kelompok. Berikut penjelasannya:

1) Partisipan

Pihak yang terlibat dalam konseling kelompok adalah seorang konselor dan sejumlah konseli yang memiliki masalah yang serupa. Konselor yang menyelenggarakan konseling kelompok dapat seorang atau lebih atau dibantu oleh pendamping konselor. Sedangkan konseli, sebagaimana terapi kelompok interaktif, beranggota berkisar antara 4 sampai 12 orang. Jumlah konseli ini

²⁴ Latipun, 2020, hal. 18.

disesuaikan dengan kemampuan konselor dan pertimbangan efektivitas proses konseling.

2) Sifat Kelompok

Sifat kelompok dapat terbuka dan tertutup. Terbuka jika pada suatu saat dapat menerima anggota baru, dan dikatakan tertutup jika keanggotannya tidak memungkinkan adanya anggota baru. Pertimbangan penggunaan keanggotaan terbuka dan tertutup bergantung kepada keperluan.

3) Waktu Pelaksanaan

Lama waktu penyelenggaraan konseling kelompok sangat bergantung kepada kompleksitas permasalahan yang dihadapi kelompok. Secara umum konseling kelompok yang bersifat jangka pendek (*short-term group counseling*) membutuhkan waktu pertemuan antara 8 sampai 20 pertemuan, dengan frekwensi pertemuan antara 1 - 3 kali dalam seminggunya, dan durasinya antara 60 sampai 90 menit setiap pertemuan.²⁵

e. Komponen Konseling Kelompok

Adapun komponen- komponen yang terdapat pada layanan konseling kelompok adalah pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

1) Pemimpin Kelompok

Menurut Prayitno, pemimpin kelompok dapat disebut pembimbing kelompok. Dalam hal ini pemimpin kelompok bertindak sebagai pemimpin atau pembimbing kelompok. Keterampilan dasar yang harus dimiliki oleh seorang pemimpin kelompok, menurut Jacob et.al diantaranya:

- a) *Active listening*(Mendengar Aktif), hal ini melibatkan mendengarkan isi, suara, dan bahasa tubuh orang yang berbicara. Teknik utama yang digunakan untuk ini adalah dengan mengamati

²⁵ Latipun, 2020, hal. 19.

- bahawa nonverbal yang tampak dari gerak tubuh, ekspresi wajah, dan khususnya pergeseran tubuh.
- b) Refleksi, dalam hal ini pemimpin kelompok adalah bagaimana mencerminkan komentar untuk menyampaikan bahwa anda memahami isi, perasaan, dan apa yang ada di balik keduanya
 - c) Klarifikasi dan Bertanya, dilakukan dengan tujuan membantu anggota kelompok agar lebih sadar dengan apa yang dikatakannya.
 - d) Meringkas, dilakukan guna memperoleh pokok atau pesan sementara dari proses konseling tersebut.
 - e) Menghubungi(Linking), merupakan proses menghubungkan antar anggota secara bersama-sama untuk memfasilitasi ikatan.
 - f) Ceramah Singkat dan Pemberian Informasi, pemberian informasi kepada kelompok bahwa pemimpin kelompok merupakan orang yang memberikan keahlian kepada subyek, seperti diet, kesehatan dan lain sebagainya.
 - g) Mendorong dan Pendukung, dilakukan guna membantu menangani anggota dengan situasi kecemasan baru dan berbagi ide-ide mereka atau perasaan mereka kepada anggota lain.
 - h) Pengaturan Nada, dilakukan dengan tujuan suara terkesan “sejuk” dan dapat menyampaikan pesan dengan baik.
 - i) Pemodelan dan *Self-Disclosure*, keterampilan ini berguna untuk mendapatkan anggota untuk berbagi pikiran dan perasaan.
 - j) Penggunaan Mata, hal ini berguna dalam mengumpulkan informasi berharga, mendorong anggota untuk berbicara, dan mungkin mencegah anggota lain berbicara dengan menggunakan empat cara sebagai berikut, yakni: mengamati isyarat nonverbal, mendapatkan anggota untuk melihat

anggota lain, menarik keluar anggota, dan memotong ketergantungan anggota.

- k) Penggunaan Suara, hal ini dapat digunakan untuk mempengaruhi suasana kelompok, yaitu dengan ketinggian suara, kecepatan, dan kontennya.
 - l) Penggunaan Energi Pemimpin, pemimpin harus memiliki antusiasme dalam melakukan kegiatan kelompok.
 - m) Mengidentifikasi Pengikut, dilaksanakan untuk menemukan siapa-siapa yang aktif dalam kegiatan kelompok, guna memancing keaktifan anggota kelompok yang lain.
 - n) Pemahaman Multikultural, pemimpin kelompok tidak hanya menyadari perbedaan latar belakang budaya anggota kelompok tetapi juga beragam budaya yang mampu mempengaruhi jalannya sesi kelompok.
 - o) *Focusing*, peran pemimpin kelompok yaitu dengan bagaimana membangun fokus, bertahan fokus, bergeser dari fokus, dan memperdalam fokus masalah dalam sesi layanan kelompok tersebut.
 - p) *Cutting Of dan Drawing Out*, pemimpin harus mengetahui bagaimana dan kapan harus menarik keluar dan memotong anggota yang dapat meningkatkan kualitas kelompok karena pemimpin kelompok mampu mendapatkan lebih banyak keterlibatan dari anggota.
 - q) *Rounds and Dyads*, *rounds* adalah suatu kegiatan dimana setiap anggota diminta untuk menanggapi stimulus tertentu yang diajukan oleh pemimpin dengan sistem memutar.
- 2) Anggota Kelompok
- Anggota kelompok juga sangat menentukan keberhasilan tujuan proses bimbingan konseling. Tanpa anggota para anggota kelompok dan bahkan lebih dari itu dalam batas-batas tertentu suatu

kelompok dapat melakukan kegiatan tanpa kehadiran gerakan pemimpin kelompok. Jadi peranan anggota kelompok sangatlah menentukan yang bahkan anggota kelompok adalah badan dan jiwa dari kelompok itu sendiri²⁶

f. Tahapan Konseling Kelompok

Konseling kelompok dilaksanakan secara bertahap. Corey mengemukakan terdapat enam tahap dalam konseling kelompok. Berikut tahap-tahap konseling kelompok dijelaskan secara singkat.

a. Prakonseling: Pembentukan Kelompok

Tahap ini merupakan tahap persiapan pelaksanaan konseling kelompok. Pada tahap ini terutama pembentukan kelompok, yang dilakukan dengan seleksi anggota dan menawarkan program kepada calon peserta konseling, sekaligus membangun hubungan kepada calon peserta.

b. Tahap I: Tahap permulaan (orientasi dan eksplorasi)

Pada tahap ini mulai menentukan struktur kelompok, mengeksplorasi harapan anggota, anggota mulai belajar fungsi kelompok, sekaligus mulai menegaskan tujuan kelompok. Setiap anggota kelompok mulai mengenalkan dirinya dan menjelaskan tujuan atau harapannya. Pada tahap ini diskripsi tentang dirinya masih bersifat superfisial (permukaan saja), sedangkan persoalan yang lebih tersembunyi belum diungkapkan pada fase ini. Kelompok mulai membangun norma untuk mengontrol aturan-aturan kelompok dan menyadari makna kelompok untuk mencapai tujuan. Peran konselor pada tahap ini membantu menegaskan tujuan untuk kelompok dan makna kelompok untuk mencapai tujuan. Pada tahap ini menurut Prawitasari, anggota kelompok diajak untuk: bertanggung jawab

²⁶ M. Edi, 2013, hal. 9.

terhadap kelompok, terlibat dalam proses kelompok, mendorong konseli agar berpartisipasi sehingga keuntungan akan diperoleh.

Secara sistematis, pada tahap ini langkah yang dilakukan adalah pengenalan, agenda (tujuan yang ingin dicapai) norma kelompok dan penggalian ide dan perasaan.

c. Tahap II: Tahap Tansisi

Tahap ini anggota kelompok mulai terbuka, tetapi sering terjadi pada fase ini justru terjadi kecemasan, resistensi, konflik dan bahkan ambivalensi tentang keanggotannya dalam kelompok, atau enggan jika harus membuka diri. Tugas pemimpin kelompok adalah mempersiapkan mereka bekerja untuk dapat merasa memiliki kelompoknya.

d. Tahap III: Tahap Kerja – Kohesi dan Produktivitas

Kegiatan konseling kelompok terjadi yang ditandai oleh: membuka diri lebih besar, menghilangkan defensifnya, terjadinya konfrontasi antar anggota kelompok, modeling, belajar perilaku baru, terjadi transferensi. Kohesivitas mulai terbentuk, mulai belajar bertanggung jawab, tidak lagi mengalami kebingungan. Anggota merasa berada dalam kelompok, mendengar yang lain dan terpuaskan dengan kegiatan kelompok.

e. Tahap IV: Tahap Akhir (Konsolidasi dan Terminasi)

Terjadi mentransfer pengalaman dalam kelompok dalam kehidupan yang lebih luas. Jika ada konseli yang memiliki masalah dan belum terselesaikan pada fase sebelumnya, pada fase ini harus diselesaikan. Jika semua peserta merasa puas dengan proses konseling kelompok, maka konseling kelompok dapat diakhiri.

f. Setelah konseling: Tindak lanjut dan Evaluasi

Setelah berselang beberapa waktu, konseling kelompok perlu dievaluasi. Tindak lanjut dilakukan jika ternyata ada kendala-kendala dalam pelaksanaan

di lapangan. Mungkin diperlukan upaya perbaikan terhadap rencanarencana semula, atau perbaikan terhadap cara pelaksanaanya.²⁷

g. Peran Konselor, Pendamping Konselor, dan Konseli

Dalam proses konseling kelompok ada beberapa pihak yang terlibat, yaitu konselor, pendamping konselor dan konseli. Mereka memiliki peran tertentu dalam proses konseling kelompok. Berikut akan dijelaskan secara singkat peran konselor, pendamping konselor, dan konseli.

1) Konselor

Konselor dalam konseling kelompok berperan sebagai pemimpin kelompok. Tugas konselor dalam pemimpin kelompok adalah melakukan pemeliharaan, pemrosesan, pengubahan, dan arahan. Berikut di bawah ini penjelasan:

- a) Peran pemeliharaan (*providing*), berarti konselor berperan sebagai pemelihara hubungan dan iklim, yang dilakukan sesuai dengan keterampilannya dalam memberikan: dorongan, semangat, perlindungan, kehangatan, penerimaan, ketulusan, dan perhatian.
- b) Peran pemrosesan (*processing*) adalah peran konselor sebagai pihak yang memberikan penjelasan makna proses, yang dilakukan sesuai dengan keterampilannya dalam memberikan : eksplanasi, klarifikasi, interpretasi, dan memberikan kerangka kerja untuk perubahan atau mewujudkan perasaan dan pengalamannya ke dalam gagasannya.
- c) Peran penyaluran(*catalizing*)adalah peran konselor sebagai pihak mendorong interaksi dan mengekspresikan emosi melalui keterampilannya dalam: menggali perasaan, menantang,

²⁷ Latipun, 2020, hal. 20.

mengkonfrontasi, menggunakan program kegiatan seperti pengalaman terstruktur, dan pemberian model.

- d) Peran pengarahan (*directing*) adalah peran konselor dalam hal mengarahkan proses konseling dengan keterampilannya: membatasi topik, peran, norma dan tujuan, pengaturan waktu, langkah, menghentikan proses, menengahi, dan menegaskan prosedur.

2) Pendamping Konselor

Pendamping konselor atau *co-therapist* adalah orang yang membantu konselor menjalankan perannya sebagai pimpinan kelompok. Konseling kelompok dalam situasi tertentu membutuhkan pendamping konselor ini, yang menurut Vannicelli berperan dalam hal-hal berikut:

- a) Membantu konselor untuk mengamati dan mencatat dinamika yang terjadi di kelompok, sehingga lebih dimengerti keadaan kelompok dan anggota-anggotanya.
- b) Sebagai model interaksi yang sehat, termasuk model dalam memberikan tanggapan, kritik, atau pengungkapan diri secara tepat.
- c) Membantu memperjelas pertanyaan yang dikemukakan oleh konselor.
- d) Sebagai model bagi konseli, terutama dalam hal penolakan atau ketidaksetujuannya terhadap perilaku destruktif. Pendamping konselor ini jika ada harus berperan secara tepat. Kesalahan peran dapat menghambat proses konseling. Pendamping konselor harus dapat bekerjasama dengan konselor untuk kepentingan konseli.

3) Konseli

Konseli adalah anggota kelompok. Anggota kelompok pada dasarnya sebagai agen penolong bagi anggota yang lain. Peran anggota kelompok menurut Prayitno

- adalah sebagai berikut.
- a) Membantu terbinanya suasana keakraban dalam hubungan antar anggota kelompok.
 - b) Berusaha agar apa yang dilakukannya itu membantu tercapainya tujuan bersama.
 - c) Membantu tersusunnya aturan kelompok dan berusaha mematuhi.
 - d) Berusaha secara aktif ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok.
 - e) Berkomunikasi secara terbuka.
 - f) Berusaha membantu anggota lain.
 - g) Memberi kesempatan kepada anggota lain untuk menjalankan perannya.
 - h) Menyadari pentingnya kegiatan kelompok.

Kelangsungan masing-masing pihak dapat menjalankan perannya dengan baik, sangat dipengaruhi oleh kemampuan pemimpin kelompok dalam mengelola kegiatan konseling.²⁸

h. Dinamika Kelompok

Dalam literatur konseling kelompok ada tiga hal yang hampir selalu dibicarakan, yaitu dinamika kelompok, proses kelompok, dan dorongan terapeutik. Berikut penjelasan dari ke-tiganya:

1) Dinamika Kelompok

Dinamika kelompok adalah suasana kelompok yang hidup, yang ditandai oleh semangat bekerjasama antar anggota kelompok untuk mencapai tujuan kelompok. Dalam suasana seperti ini, seluruh anggota kelompok menampilkan dan membuka diri serta memberikan sumbangan bagi suksesnya kegiatan kelompok, Prayitno dalam bukunya mengemukakan: bahwa secara khusus, dinamika kelompok dapat dimanfaatkan untuk pemecahan masalah pribadi para anggota kelompok, yaitu apabila interaksi dalam

²⁸ Latipun, 2020, hal. 24.

kelompok tersebut difokuskan pada pemecahan masalah pribadi yang dimaksudkan. Dalam suasana seperti ini melalui media dinamika kelompok yang berkembang, masing-masing anggota kelompok akan menyumbang baik langsung maupun tidak langsung dalam pemecahan masalah pribadi tersebut.²⁹

Dinamika kelompok akan terwujud dengan baik apabila kelompok tersebut benar-benar hidup, mengarah pada tujuan yang ingin dicapai dan membuahkan manfaat bagi masing-masing anggota kelompok serta sangat ditentukan oleh peranan anggota kelompok. Menurut Prayitno peranan anggota kelompok yang hendaknya dimainkan oleh anggota kelompok agar dinamika kelompok benar-benar dapat diwujudkan seperti yang diharapkan adalah sebagai berikut:

- a) membantu terbinanya suasana keakraban dalam hubungan antar anggota kelompok;
- b) mencurahkan segenap perasaan dalam melibatkan diri dalam kegiatan kelompok;
- c) berusaha agar yang dilakukannya itu membantu tercapainya tujuan bersama;
- d) membantu tersusunnya aturan kelompok dan berusaha untuk mematuhi dengan baik;
- e) benar-benar berusaha untuk secara efektif ikut serta dalam seluruh kegiatan kelompok;
- f) mampu mengkomunikasikan secara terbuka;
- g) berusaha membantu anggota lain;
- h) memberikan kesempatan kepada anggota lain untuk juga menjalankan perannya;
- i) menyadari pentingnya kegiatan kelompok tersebut.³⁰

²⁹ M. Edi, 2013, hal. 123.

³⁰ M. Edi, 2013, hal. 124

2) Proses Kelompok

Menurut Corey ; Glassing dalam Natawijaya studi tentang proses kelompok merujuk pada studi tentang tahapan kegiatan yang terjadi dalam kelompok.³¹ a)

Dorongan Terapeutik dan Dinamika Kelompok

Berkenaan dengan terapi kelompok, Yalom mengemukakan sebelas faktor terapeutik, yaitu:

- 1) penumbuhan harapan(*instillation of hope*);
- 2) universalitas(*universality*)
- 3) pemberian informasi(*importing of information*)
- 4) kecenderngan untuk memperhatikan kepentingan orang lain(*altruism*)
- 5) rekapitulasi kolektif terhadap kelompok keluarga primer(*the corrective recapitulation of the primary family group*)
- 6) pengembangan teknik-teknik pensosialisasian(*development of socializing*)
- 7) perilaku imitatif(*imitative behavior*)
- 8) belajar interpersonal(*interpersonal learning*)
- 9) kekohesifan kelompok(*group cohesiveness*)
- 10) katarsis(*catharsis*)
- 11) faktor-faktor eksistensial(*existensial factor*)

Sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Yalom di atas, Jacobs mengemukakan 15 faktor yang perlu diperhatikan dalam dinamika kelompok:

- 1) kejelasan tujuan baik bagi pemimpin maupun anggota kelompok;
- 2) relevansi tujuan bagi anggota kelompok
- 3) ukuran kelompok
- 4) lamanya waktu setiap sesi;
- 5) frekuensi pertemuan;
- 6) kecukupan tatanan;

³¹ M. Edi, 2013, hal. 127

- 7) ketepatan waktu pertemuan baik bagi para pemimpin maupun anggota kelompok;
- 8) sikap pemimpin kelompok;
- 9) kelompok terbuka atau tertutup;
- 10) keanggotaan secara sukarela atau terpaksa;
- 11) niat baik anggota kelompok;
- 12) tingkat kepercayaan di antara anggota;
- 13) sikap anggota terhadap pemimpin kelompok;
- 14) sikap pemimpin kelompok terhadap anggota;
- 15) pengalaman pemimpin kelompok dan kesiapan untuk berhubungan kelompok.³²

2. Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy

a. Pengertian *Rasional-Emotive Behavior*

***Therapy*(REBT)**

Menurut pendapat Ellis, *Rational Emotive Behavior Therapy* berusaha membelajarkan kembali konseli untuk memahami input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional, mengubah pikiran konseli agar membiarkan pikiran irasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat maupun konsekuensi dari tingkah laku.

Pendekatan REBT merupakan pendekatan behavior kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran. Pendekatan REBT dapat dilakukan untuk membantu peserta didik yang mengalami minat belajar rendah, karena minat belajar yang rendah bermula pada pola pikir negatif yang muncul dari individu, kemudian memunculkan persepsi yang akan merubah sikap atau tingkah laku seseorang. Anak-anak yang memiliki minat belajar rendah selalu melihat diri mereka dengan sudut pandang yang negatif. Mereka lebih melihat kepada kelemahan-kelemahan yang mereka miliki. Mereka tidak yakin akan kemampuannya sendiri. Kebanyakan dari mereka memberikan pendapat untuk

³² M. Edi, 2013, hal. 130

diri mereka sendiri bahwa mereka tidak mampu. Secara khusus pendekatan REBT berasumsi bahwa individu memiliki pemahaman sebagai berikut:

- 1) Individu memiliki potensi yang unik untuk berpikir irasional dan rasional
- 2) Pikiran irasional berasal dari proses belajar yang didapat dari orang tua dan budayanya
- 3) Manusia adalah makhluk verbal dan berpikir melalui simbol dan bahasa
- 4) Gangguan emosional yang disebabkan oleh verbalisasi diri yang terus menerus dan prestasi serta sikap terhadap kejadian merupakan akar permasalahan, bukan karena kejadian itu sendiri
- 5) Individu memiliki potensi untuk mengubah arah hidup personal dan sosialnya³³.

b. Konsep Dasar *Rasional-Emotive Behavior Therapy*(REBT)

Asumsi dasar REBT adalah bahwa orang berkontribusi pada masalah psikologis mereka sendiri, serta gejala spesifik, dengan keyakinan kaku dan ekstrem yang mereka pegang tentang peristiwa dan situasi. REBT didasarkan pada asumsi bahwa kognisi, emosi, dan perilaku berinteraksi secara signifikan dan memiliki hubungan sebab-akibat timbal balik. Hipotesis dasar REBT adalah bahwa emosi kita sebagian besar berasal dari keyakinan kita, yang memengaruhi evaluasi dan interpretasi yang kita buat atas reaksi yang kita miliki terhadap situasi kehidupan. Melalui proses terapeutik, konseli mempelajari keterampilan yang memberi mereka alat untuk mengidentifikasi dan membantah keyakinan irasional yang telah diperoleh dan dibangun sendiri dan sekarang dipertahankan oleh indoktrinasi diri. Mereka belajar bagaimana mengganti cara berpikir yang tidak efektif dengan kognisi yang efektif dan rasional, dan

³³ Gerald Corey, "*Teori dan Praktek Konseling dan Psikotrapi*", (Bandung: Refikan Aditama 2013), Hal.241

sebagai hasilnya mereka mengubah reaksi emosional mereka terhadap situasi. Konsep dasar REBT mengukur pola yang didasarkan pada teori A-B-C-D-E-F.³⁴ Dalam REBT konselor profesional perlu agar tetap sedikit terlepas dari konseli agar memiliki pandangan objektif tentang keyakinankeyakinan irasional konseli. Salah satu konsep REBT Ellis ini adalah model ABCDE. Corey & Corey memperluas model ABCDE dengan menambahkan F. F merupakan singkatan untuk *Feeling*(perasaan) baru yang dirasakan konseli jika mempertentangkan pada kenyataannya yang efektif).³⁵ Teori ABCDEF adalah teori tentang kepribadian individu dari sudut pandang pendekatan REBT. *Activating event*(kejadian pengaktif) adalah situasi yang memicu konseli, ini bisa saja kejadian yang memang terjadi, internal atau eksternal, atau mengacu pada masa lalu, masa kini, atau masa mendatang. Penting bagi konselor profesional perlu membantu konseli untuk memberikan detail dengan jumlah yang tepat tentang A, sebagian konseli ingin memberikan lebih banyak detail daripada yang diperlukan dan yang lain mungkin justru terlalu kabur.

Menurut REBT ada 2 tipe keyakinan *believe*(B), rasional dan irasional. Keyakinan seseorang mempengaruhi pikiran dan tindakannya. Keyakinan rasional dapat didukung oleh bukti-bukti. keyakinan itu fleksibel dan logis, serta dapat membantu konseli meraih tujuan. Untuk mengidentifikasi sistem keyakinan irasional konseli, konselor profesional perlu memeriksa halhal yang diyakini konseli sebagai sesuatu yang seharusnya, yang harus menyebalkan dan tidak dapat diterima, perasaan tidak berharga, dan overgeneralisasi. Biasanya, keyakinan irasional seseorang konseli

³⁴ Gerald Corey, "*Teori dan Praktek atau Penyuluhan dan Psikoterapi*", Callifornia: Brooks/Cole CENGAGE Learning, Edition Ninth(2013), hal. 244.

³⁵ Bradley T. Effort, "*40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor*"(Yogyakarta:Pustaka Pelajar, 2020), hal. 267.

berkaitan dengan sikap merendahkan diri sendiri atau menyalahkan atau mengutuk orang lain yang lain yang tidak mau menoleransi frustrasi. Biasanya, keyakinan irasional seorang konseli dapat digolongkan ke dalam salah satu 11 pernyataan di bawah ini:

- 1) saya percaya bahwa saya harus dicintai atau disetujui oleh hampir semua orang yang memiliki hubungan dengan saya.
- 2) Saya percaya bahwa saya seharusnya betul-betul kompeten, kuat, dan berprestasi agar dianggap berharga.
- 3) Sebagian orang tidak baik, jahat, dan kejam, oleh sebab itu seharusnya dipersalahkan dan dihukum.
- 4) Benar-benar bencana ketika segala sesuatunya tidak berjalan tidak sesuai dengan keinginan saya.
- 5) Ketidakhahagiaan disebabkan oleh adanya keadaan yang berjalan di luar kendali saya.
- 6) Hal yang berbahaya atau menakutkan adalah sumber masalah besar dan kemungkinan kerugian yang memungkinkan ditimbulkannya selalu menjadi ketakutan saya.
- 7) Lebih mudah untuk menghindari kesulitan dan tanggung jawab tertentu dibanding dengan menghadapinya.
- 8) Sampai tingkat tertentu saya mestinya bergantung pada orang lain dan seharusnya memiliki seseorang yang dapat saya andalkan sebagai tempat bergantung.
- 9) Pengalaman dan kejadian di masa silam menentukan perilakunya sekarang, sebagai pengaruh masa lalu tidak akan pernah bisa dihapus.
- 10) Saya mestinya cukup kesal atas masalah dan gangguan orang lain
- 11) Selalu ada solusi yang tepat atau sempurna untuk setiap masalah, dan solusi itu harus ditemukan, kalau tidak maka hasilnya adalah bencana.

Konsekuensi(*Consequence*[C]) seharusnya di ases setelah A, tetapi sebelum B. C adalah respon emosional atau perilaku konseli terhadap keyakinan yang dimiliki konseli tentang kejadian pengaktif. Biasanya inilah yang awalnya mendorong konseli untuk mencari konseling. Emosi-emosi negatif seperti kekhawatiran , kesedihan, penyesalan, dan kesusahan adalah respons yang tidak sehat, sementara itu, kecemasan, depresi, rasa bersalah, dan merasa terluka adalah respons yang tidak sehat

Setelah A, B, C, diidentifikasi dan diases, konselor profesional memfasilitasi sebuah penentangan(*dispute*[D]) terhadap keyakinan irasional konseli “dengan menanyakan pertanyaan-pertanyaan yang mendorong orang tersebut untuk mempertanyakan keempirisan, kelogisan, dan kepragmatisan suatu status „keyakinan irasional“. Ada tiga langkah untuk D: *debating*(memperdebatkan),*discriminating*(diskriminasi),dan *defining*(mendefinisikan). Konselor profesional memperdebatkan sistem keyakinan konseli di seputar A, membantu konseli mendefinisikan pertanyaan-pertanyaan secara lebih rasional. D dapat dicapai melalui teknik kognitif, emotif, dan perlakuan(*behavioral*). Konselor memilih untuk menggunakan penentangan logis dimana mereka menyerang keakuratan argumen konseli, penentangan empiris dimana mereka memusatkan pada kebenaran keyakinan irasional konseli, atau penentangan fungsional dimana mereka memfokuskan pada mengubah keyakinan untuk mengurangi banyaknya ketidaknyamanan yang dialami di C. Analisis rasional tentang diri sendiri juga dapat digunakan untuk menentang. Setelah menentang, konselor profesional dan konseli mengevaluasi efek-efek(*Effects*[E]). Jika D berhasil maka konseli akan mengubah perasaan dan tindakan karena ia telah mengubah keyakinannya. F merupakan singkatan untuk *Feeling*(perasaan) baru yang

dirasakan konseli jika mempertentangkan pada kenyataannya yang efektif).

c. Fungsi dan Peran Pendekatan Konselor dalam Pendekatan *Rasional-Emotive Behavior Therapy*(REBT)

Konselor pendekatan ini berperan sangat penting dalam pelaksanaan konseling, yaitu:

- a. Mengedukasi konseli dengan banyak bercerita dan menjelaskan apa yang sedang dialami oleh konseli.
- b. Menentang kepercayaan-kepercayaan konseli yang irasional secara jelas dan langsung.
- c. Menantang konseli menggunakan pemikiran rasionalnya.
- d. Secara terus-menerus meyakinkan bahwa keyakinan irasional itulah yang menyebabkan konseli mendapatkan masalah.
- e. Memberi semangat konseli dengan pendekatan yang dapat memperbaiki cara berfikirnya.³⁶

Karena REBT pada dasarnya adalah proses perilaku kognitif dan direktif, hubungan yang hangat antara terapis dan konseli tidak diperlukan. Seperti yang berpusat pada orang. Dalam terapi Rogers, praktisi REBT berusaha untuk menerima semua konseli tanpa syarat dan mengajari mereka untuk menerima orang lain dan diri mereka sendiri tanpa syarat. Namun, Ellis percaya bahwa terlalu banyak kehangatan dan pengertian dapat menjadi kontraproduktif dan menumbuhkan rasa ketergantungan untuk persetujuan dari terapis. Praktisi REBT menerima konseli mereka sebagai makhluk yang tidak sempurna yang dapat dibantu melalui berbagai teknik seperti pengajaran, biblioterapi, dan modifikasi perilaku. Terapis perilaku emotif rasional sering terbuka dan langsung dalam mengungkapkan keyakinan dan nilai-nilai mereka sendiri. Beberapa bersedia untuk berbagi

³⁶ Sela Pebriyanti

ketidaksempurnaan mereka sendiri sebagai cara untuk memperdebatkan gagasan konseli yang tidak realistis bahwa terapis adalah orang-orang yang "sepenuhnya disatukan". Pada titik ini, Wolfe mengklaim "penting untuk membangun sebanyak mungkin hubungan egaliter, sebagai lawan menampilkan diri Anda sebagai figur otoritas yang tidak mengungkapkan"³⁷.

d. Teknik-Teknik dalam Pendekatan *Rasional-Emotive Behavior Therapy*(REBT)

Teknik konseling REBT menggunakan beraneka ragam teknik yaitu kognitif, imageri, dan behavioral. Beberapa teknik konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* sebagai berikut:

- 1) Teknik Kognitif
 - a) *Dispute* kognitif, adalah usaha untuk mengubah keyakinan peserta didik melalui teknik bertanya (*questioning*) meliputi pertanyaan untuk melakukan *dispute logis*, pertanyaan untuk *reality testing*, pertanyaan untuk *pragmatic disputation*.
 - b) Analisis rasional, teknik untuk mengajarkan peserta didik bagaimana membuka dan mendebat keyakinan irasional.
 - c) *Dispute* standard ganda, mengajarkan konseli untuk melihat dirinya memiliki standard ganda tentang diri, orang lain dan lingkungan sekitar.
 - d) Skala kasotropi, membuat proporsi 100% buatlah presentase peristiwa yang menyakitkan, urutkan dari yang paling tinggi presentasinya sampai yang paling rendah.
 - e) *Devil's advocate* atau *rational role reversal*, yaitu meminta peserta didik untuk memainkan peran menjadi peserta didik yang rasional.

³⁷ Gerald Corey, 2013, hal. 297

- f) Peserta didik melawan keyakinan irasional konselor dengan keyakinan rasional yang diverbalisasikan.
 - g) Membuat frame ulang, mengevaluasi kembali hal-hal yang mengecewakan dan tidak menyenangkan dengan mengubah frame berpikir peserta didik.
- 2) Teknik *Emotive*
- a) *Disbute* Imajinasi, konselor meminta peserta didik untuk membayangkan dirinya kembali pada situasi yang menjadi masalah dan melihat apakah emosinya telah berubah.
 - b) Kartu kontrol emosional, berisi dua kategori perasaan yang paralel yaitu perasaan yang tidak seharusnya atau merusak diri atau perasaan.
 - c) Proyeksi waktu, meminta peserta didik memvisualisasikan kejadian yang tidak menyenangkan ketika kejadian itu terjadi, setelah itu membayangkan seminggu kemudian, sebulan kemudian, enam bulan kemudian, dan seterusnya agar peserta didik dapat melihat bahwa hidupnya berjalan terus dan membutuhkan penyesuaian.
 - d) Teknik melebih-lebihkan, meminta peserta didik membayangkan kejadian yang menyakitkan atau kejadian yang paling menakutkan, kemudian melebih-lebihkan sampai pada taraf yang paling tinggi dengan tujuan agar peserta didik dapat mengontrol kekuatannya.
- 3) Teknik *Behavioral*
- a) *Dispute* tingkah laku, member kesempatan kepada peserta didik untuk mengalami kejadian yang menyebabkan berpikir irasional dan melawan keyakinan tersebut.
 - b) Bermain peran, peserta didik melakukan *role play* tingkah laku baru yang sesuai dengan keyakinan rang rasional.

- c) Peran rasional terbalik, yaitu meminta konseli untuk memainkan peran yang memiliki keyakinan rasional sementara konselor memainkan peran menjadi peserta didik yang irasional. Konseli melawan keyakinan irasional konselor dengan keyakinan yang diverbalisasikan.
- d) Pengalaman langsung, peserta didik secara sengaja memasuki situasi yang menakutkan. Proses ini dilakukan melalui perencanaan dan penerapan keterampilan mengatasi masalah (*coping skill*) yang telah dipelajari sebelumnya.
- e) Menyerang rasa malu, melakukan konformitas terhadap kekuatan dan mendukung ketidaksetujuan lingkungan sekitar.
- f) Teknik *homework assesment*, teknik yang dilaksanakan dalam bentuk tugas-tugas rumah untuk melatih, membiasakan diri, dan menginternalisasikan system nilai tertentu yang menuntut pola tingkah laku yang diharapkan. Dengan tugas rumah yang diberikan, peserta didik diharapkan dapat mengurangi atau menghilangkan ide ide dan perasaan-perasaan yang tidak logis, mempelajari bahan-bahan tertentu yang ditugaskan untuk mengubah aspek-aspek kognisinya yang keliru, mengadakan latihan-latihan tertentu berdasarkan tugas yang diberikan.

Pada dasarnya seluruh teknik yang dimiliki konseling *rational emotive behavior therapy* dapat digunakan dalam pemecahan masalah, akan tetapi dapat dipilih beberapa teknik yang dirasa lebih cocok dan efektif digunakan untuk memecahkan masalah tertentu yang dialami peserta didik.³⁸

³⁸ Puji Rahayu, "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Dalam Meningkatkan Self Esteem Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Budaya Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020" (Skripsi Program Sarjana Bimbingan dan

e. Tujuan Pendekatan *Rasional-Emotive Behavior Therapy*(REBT)

Ellis menyatakan bahwa dua tujuan utama REBT adalah membantu konseli dalam proses pencapaiannya penerimaan diri tanpa syarat dan penerimaan lainnya tanpa syarat dan untuk melihat bagaimana ini saling terkait. Sebagai konseli menjadi lebih mampu menerima diri mereka sendiri, mereka lebih mungkin untuk menerima orang lain tanpa syarat.³⁹ Adapun tujuan REBT menurut Ellis dan Benard yaitu :

- 1) Agar memiliki *self interest* (minat diri),
- 2) Memiliki *social interest* (minat sosial),
- 3) Memiliki *self directions* (pengarahan diri),
- 4) Mampu bertoleransi (*tolerance*),
- 5) *Flexibility* (fleksibel),
- 6) Memiliki *acceptance* (penerimaan),
- 7) Dapat bertoleransi pada frustrasi yang tinggi (*high frustation tolerance*),
- 8) Memiliki *realistic expectation* (harapan yang realistis),
- 9) Mampu mengambil risiko (*risk taking*),
- 10) Mampu menerima ketidakpastian (*acceptance of uncertainty*),
- 11) Dapat menerima diri sendiri (*self acceptance*).⁴⁰

Dalam pendekatan ini, aliansi terapeutik diharapkan namun bukan aspek yang diperlukan dalam penanganan. REBT memiliki tiga tujuan:

- 1) membantu konseli mencapai *insight* tentang *self-talk* nya sendiri;

Konseling Pendidikan Islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Lampung, 2020), h. 10

³⁹ Gerald Corey, 2013, hal. 295

⁴⁰ Sela Pebriyanti, "*Implementasi Rational- Emotive Behavior Therapy pada Orangtua dalam mendampingi Anak Belajar Masa Covid-19, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*", Jurnal Ilmiah Tumbuh kembang Anak Usia Dini 5, no. 2, hal. 63-70, DOI: <https://doi.org/10.14421/jga.2020.52-03> ⁴⁴ Bradley T. Effort, 2020, hal. 270.

- 2) membantu konseli mengakses pikiran, perasaan, dan perilakunya;
- 3) melatih konseli tentang prinsip-prinsip REBT sehingga mereka akan dapat berfungsi secara lebih efektif di masa mendatang tanpa bantuan konselor.⁴⁴

Sehingga dari beberapa pendapat di atas REBT bertujuan membantu individu memahami bahwa hidup harus dengan pikiran rasional dan lebih produktif dan mengajarkan untuk mengoreksi kesalahan pikiran dan mereduksi emosi yang salah, membantu individu mengubah kebiasaan berpikir dan bertindak laku irasional. Lebih spesifiknya REBT bertujuan agar individu dapat menikmati hidup dalam hal memiliki minat diri, dinas sosial, pengetahuan diri, toleransi, fleksibel, memiliki penerimaan, dapat menerima ketidakpastian, dapat menerima diri sendiri, dapat mengambil resiko, dan mampu memilih harapan yang realistis.

f. Langkah- Langkah Pendekatan *Rasional-Emotive Behavior Therapy*(REBT)

Langkah-langkah dari konseling rational emotive behavior therapy sebagai berikut:

- 1) Konselor berusaha menunjukan kepada konseli bahwa masalah yang dihadapinya berkaitan dengan keyakinan yang tidak rasional. Konseli harus belajar untuk memisahkan keyakinan rasional dari yang tidak rasional. Konselor berperan ganda yang berusaha mendorong, membujuk, menyakinkan, bahkan sampai kepada mengendalikan konseli untuk menerima gagasan yang logis dan rasional.
- 2) Konselor menyadarkan konseli bahwa pemecahan masalah yang dihadapinya merupakan tanggung jawab sendiri. Maka dari itu dalam konseling rasional-emosif ini konselor berperan untuk menunjukkan dan menyadarkan konseli, bahwa gagasan emosional yang

selama ini dirasakannya akan terus menghantuinya apabila dirinya akan tetap berpikir secara tidak logis.

- 3) Konselor berperan mengajak konseli menghilangkan cara berpikir dan gagasan yang tidak rasional. Konselor tidaklah cukup menunjukkan kepada konseli bagaimana proses ketidak logisan berpikir ini, tetapi lebih jauh dari itu konselor harus berusaha mengajak konseli mengubah cara berpikirnya dengan cara menghilangkan gagasan-gagasan yang tidak rasional.
- 4) Konselor mengembangkan pandangan-pandangan yang realitas dan menghindarkan diri dari keyakinan yang tidak rasional. Konselor berperan untuk menyerang inti cara berpikir yang tidak rasional dari konseli dan mengajarkan bagaimana caranya mengganti cara berpikir yang tidak rasional dengan rasional.⁴¹

g. Proses Pendekatan *Rasional-Emotive Behavior Therapy*(REBT)

Berikut ini adalah tahap-tahap dalam pendekatan rational emotive behaviour therapy (REBT)

- 1) Bekerjasama dengan peserta didik (*engage with student*)
 - a) Membangun hubungan dengan peserta didik yang dapat dicapai dengan mengembangkan empati, kehangatan dan penghargaan.
 - b) Memperhatikan tentang “*secondary distrurnabces*” atau hal mengganggu peserta didik yang mendorong peserta didik mencari bantuan.
 - c) Memperlihatkan kepada peserta didik tentang kemungkinan perubahan yang bisa dicapai dan kemampuan konselor untuk membantu peserta didik mencapai tujuan hidupnya.
- 2) Melakukan assemen terhadap masalah, orang dan situasi (*ases the problem, person, and situation*)

⁴¹ Dewa Ketut Sukardi, “*Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*”, Jakarta Rineka Cipta, 2008, hal.96

- a) Memulai dengan mengidentifikasi pandangan-pandangan tentang apa yang menurut peserta didik salah
 - b) Perhatikan bagaimana perasaan peserta didik mengalami masalah ini.
 - c) Laksanakan asesmen secara umum dengan mengidentifikasi latar belakang personal dan sosial, keadaan masalah, hubungan dengan kepribadian individu.
- 3) Memberitahukan peserta didik untuk terapi (prepare the student for therapy)
- a) Mengklarifikasi dan menyetujui tujuan konseling dan memotivikasi peserta didik untuk berubah
 - b) Mendiskusikan pendekatan yang akan digunakan dan yang akan diimplementasinya.
- 4) Mengimplementasikan proses penanganan (implement the treatment program)
- a) Menganalisis episode spesifik dimana inti masalah itu terjadi, menemukan keyakinan-keyakinan yang akan terlibat dalam masalah, dan mengembangkan kognitif.
 - b) Mengembangkan tugas-tugas tingkah laku untuk mengurangi ketakutan atau memodifikasi tingkah laku
 - c) Menggunakan teknik-teknik tambahan yang diperlukan
- 5) Mengevaluasi kemajuan (evaluate progress) Pada menjelang akhir intervensi konselor memastikan apakah konseli mencapai perubahan yang signifikan dalam berfikir tersebut disebabkan oleh faktor lain.
- 6) Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling (prepare the client for termination) Mempersiapkan peserta didik untuk mengakhiri proses konseling dengan menguatkan kembali hal yang sudah dicapai. Selain itu, mempersiapkan peserta didik untuk dapat menerima adanya kemungkinan kemunduran dari hasil

yang sudah dicapai atau kemungkinan mengalami masalah kembali kemudian hari⁴²

h. Kelemahan dan Kelebihan Pendekatan *Rasional-Emotive Behavior Therapy*

- 1) Kelebihan REBT
 - a) Pendekatan ini cepat sampai kepada masalah yang dihadapi oleh konseli. Dengan demikian, perawatan juga dapat dilakukan dengan cepat.
 - b) Keadaan berpikir logis yang diajarkan kepada konseli dapat digunakan dalam menghadapi masalah yang lain.
 - c) Konseli merasa dirinya mempunyai kemampuan intelektual dan kemajuan dari cara berpikir.
- 2) Kelemahan REBT
 - a) Ada konseli yang lebih ditolong melalui analisa logis dan falsafah, tetapi ada pula yang tidak begitu cerdas otaknya untuk dibantu dengan cara yang sedemikian yang berasaskan kepada logika.
 - b) Ada sebagian konseli yang begitu terpisah dari realitas sehingga usaha untuk membawanya ke alam nyata sulit 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.

i. Aplikasi untuk Konseling Kelompok

Mereka memandang apa yang terjadi selama kelompok sebagai sesuatu yang berharga, namun mereka tahu bahwa kerja yang konsisten antara sesi kelompok dan setelah kelompok berakhir bahkan lebih penting. Konteks kelompok memberi anggota alat yang dapat

⁴² Puji Rahayu, “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior*

Therapy (REBT) Dalam meningkatkan Self Esteem Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Budaya Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020” (Skripsi Program Sarjana Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Lampung, 2020), h. 10

mereka gunakan untuk menjadi mandiri dan menerima diri mereka sendiri tanpa syarat saat mereka menghadapi masalah baru dalam kehidupan sehari-hari. REBT juga cocok untuk terapi kelompok karena para anggota diajarkan untuk menerapkan prinsip-prinsipnya satu sama lain dalam pengaturan kelompok. Ellis merekomendasikan bahwa sebagian besar konseli mengalami terapi kelompok serta terapi individu di beberapa titik. Bentuk terapi kelompok ini berfokus pada teknik khusus untuk mengubah pikiran konseli yang mengalahkan diri sendiri dalam berbagai situasi konkret. Selain memodifikasi keyakinan, pendekatan ini membantu anggota kelompok melihat bagaimana keyakinan mereka memengaruhi apa yang mereka rasakan dan apa yang mereka lakukan. Model ini bertujuan untuk meminimalkan gejala dengan membawa perubahan besar dalam filosofi. Ellis berpendapat bahwa REBT terutama berlaku untuk terapi kelompok dan seringkali merupakan pengobatan pilihan. Kerja kelompok memberikan banyak kesempatan untuk menyepakati tugas pekerjaan rumah, untuk melatih keterampilan ketegasan, untuk mengambil risiko dengan mempraktikkan perilaku yang berbeda, untuk menantang pemikiran yang mengalahkan diri sendiri, untuk belajar dari pengalaman orang lain, dan untuk berinteraksi secara terapeutik dan sosial satu sama lain setelahnya -sesi kelompok.

Kekuatan utama REBT dan kelompok perilaku kognitif adalah penekanan pada pendidikan dan pencegahan. Karena REBT didasarkan pada prinsip-prinsip pembelajaran yang luas, pendekatan ini dapat digunakan untuk memenuhi persyaratan berbagai kelompok dengan berbagai tujuan yang berbeda. Berdasarkan survei hasil studi terapi kelompok perilaku kognitif Petrocelli menyimpulkan bahwa pendekatan

kelompok ini efektif untuk mengobati berbagai masalah emosional dan perilaku.⁴³

3. Minat Belajar

a. Pengertian Minat

Minat merupakan salah satu aspek psikis yang dapat mendorong manusia mencapai tujuan. Seseorang yang memiliki minat terhadap suatu objek, cenderung memberikan perhatian secara lebih besar kepada objek tersebut. Namun, apabila objek tersebut tidak menimbulkan rasa senang, maka orang itu tidak akan memiliki minat atas objek tersebut. Oleh karena itu, tingginya rendahnya perhatian minat seseorang tersebut dapat dilihat dari rasa senang seseorang atau ketertarikan seseorang terhadap objek tersebut. Dengan demikian, minat belajar merupakan kecenderungan individu untuk memiliki rasa senang tanpa ada paksaan sehingga dapat menyebabkan perubahan pengetahuan, keterampilan, dan tingkah laku. Menurut Eti Roheti, dalam membangkitkan minat peserta didik akan terdorong untuk belajar manakala mereka memiliki minat untuk belajar.⁴⁴

Slameto menyatakan minat merupakan kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Ketika seseorang memiliki minat terhadap sesuatu maka ia akan menunjukkan rasa tertarik yang tinggi dengan memperhatikan secara terus-menerus dan disertai dengan perasaan senang⁴⁵. Dimana perasaan senang yang ada, bermuara pada kepuasan. Rasa kecenderungan ini nampak pada perhatian yang lebih banyak pada sesuatu itu, sehingga memungkinkan individu lebih giat mempelajarinya. Menurut Ahmadi minat adalah sikap jiwa orang seorang termasuk ketiga

⁴³ Gerald Corey, 2013, 301.

⁴⁴ Effiyati Prihatini, "Pengaruh Metode Pembelajaran dan Minat BELajar terhadap Hasil Belajar IPA", Jakarta Selatan: Jurnal Formatf 7, no. 2(2017), hal. 171-179

⁴⁵ Leo Charli, Tri Ariani, and Lusi Asmara..

fungsi jiwanya, kognisi, konasi, dan emosi), yang tertuju pada sesuatu dan dalam hubungan itu unsur perasaan yang kuat. Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu hubungan antara diri sendiri dengan sesuatu di luar diri. Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, semakin besar minat.⁴⁶ Minat yang ada pada manusia memberikan kemudahan dalam mendapatkan yang diinginkan, sesuai dengan Firman Allah SWT dalam surat An-Najm ayat 39 yang berbunyi:

وَأَنْ لَّيْسَ لِلْإِنْسَانِ إِلَّا مَا سَعَىٰ

Artinya: “dan bahwa manusia hanya memperoleh apa yang telah diusahakannya” (QS. An-Najm(53): 39)

Minat adalah komponen penting dari motivasi intrinsik, lingkungan seperti itu dapat dilihat sebagai langkah pertama dalam meningkatkan motivasi untuk belajar lebih banyak estetika antarmuka memainkan peran penting dalam menumbuhkan minat, emosi positif, keterlibatan, dan antusiasme. Tiga meta-analisis yang baru-baru ini diterbitkan memberikan bukti empiris bahwa antarmuka estetika yang menarik dari lingkungan belajar dapat berdampak pada faktor-faktor yang berhubungan dengan emosi dan minat dan memfasilitasi efek pada pembelajaran⁴⁷.

Minat merupakan suatu kasukaan, kegemaran atau kesenangan akan sesuatu. Sadirman menambahkan bahwa minat merupakan suatu kondisi yang terjadi apabila seseorang melihat ciri-ciri atau arti sementara situasi yang dihubungkan dengan keinginan-keinginan

⁴⁶ Robiatul Adawiyah, “Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam Mahapeserta Didik Melalui Kompetensi Profesional Dosen Dan Minat Belajar Mahapeserta Didik”, Jurnal Pendidikan Islam 1, no. (2019)1, Institut PTIQ Jakarta, hal. 131-147

⁴⁷ Alessia Ruf, Carmen Zahn, Doris Agotai, Glenna Iten, & Klaus Opwis, 'Aesthetic Design Of App Interfaces And Their Impact On Secondary Students' Interest And Learning' Computers and Education Open, 3(2022), 100075. <https://doi.org/10.1016/j.caeo.2022.100075>

atau kebutuhan-kebutuhan sendiri⁴⁸. Minat besar pengaruhnya terhadap belajar, karena bila bahan pelajaran yang dipelajari tidak sesuai dengan minat peserta didik, peserta didik tidak akan belajar dengan sebaik-baiknya, karena tidak ada daya tarik baginya. Peserta didik segan-segan untuk belajar, peserta didik tidak memperoleh kepuasan dari pelajaran itu sehingga akan berdampak bagi hasil belajar peserta didik.⁴⁹

b. Pengertian Belajar

Belajar dapat didefinisikan sebagai suatu proses dimana suatu organisme berubah perilakunya sebagai akibat pengalaman. Bagi Gagne, belajar dimaknai sebagai suatu proses untuk memperoleh motivasi dalam pengetahuan, keterampilan, kebiasaan, dan tingkah laku⁵⁰. Menurut Slameto, belajar merupakan kegiatan manusia yang berakal, pengetahuan, sikap dan keterampilan akan terbentuk, termodifikasi serta berkembang melalui proses belajar. Belajar adalah perubahan tingkah laku pada diri individu sebagai akibat dari pengalaman. Oleh karena itu seseorang dikatakan belajar bila didalam dirinya terjadi suatu proses kegiatan yang mengakibatkan perubahan tingkah laku. Perubahan tingkah laku ini disertai usaha, karena tanpa usaha tidak dapat dikatakan belajar.⁵¹

Schunk mendefinsikan bahwa belajar merupakan sebagai perubahan perilaku yang bertahan lama atau

⁴⁸ A. Nursyam, "Peningkatan Minat Belajar Peserta didik Melalui Media Pembelajaran BERbasis Teknologi Informasi", Jurnal: Jurnal Penelitian Hukum dan Pendidikan 18, no 1(2019), hal. 811-819,DOI: 10.30863/ekspose.v18i1.371)

⁴⁹ Christ Sarah, Nyoman Karma, Awal Nur Kholifatur Rosyidah, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Belajar Peserta didik Pada Mata Pelajaran Matematika Di Gugus III Cakranegara", Jurnal Progress Pendidikan: Mataram 2, no. 1(2021), hal. 13-19, DOI: 10.29303/prospek.v2i1.60

⁵⁰ A. Nursyam, "Peningkatan Minat Belajar Peserta didik Melalui Media Pembelajaran BERbasis Teknologi Informasi", Jurnal: Jurnal Penelitian Hukum dan Pendidikan 18, no 1(2019), hal. 811-819,DOI: 10.30863/ekspose.v18i1.371)

⁵¹ Christ Sarah, Nyoman Karma, Awal Nur Kholifatur Rosyidah, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Belajar Peserta didik Pada Mata Pelajaran Matematika Di Gugus III Cakranegara", Jurnal Progress Pendidikan: Mataram 2, no. 1(2021), hal. 13-19, DOI: 10.29303/prospek.v2i1.60.

dalam kapasitas untuk berperilaku dengan cara tertentu yang dihasilkan dengan cara tertentu, yang dihasilkan dari praktik atau bentuk lain dari pengalaman.⁵²

Keutamaan dalam menuntut ilmu dan mengajarkannya serta belajar adalah sangat penting dalam Islam sebagaimana termaktub dalam Al-Qur'an QS. Mujadilah(58):11:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ
انشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا
تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

Artinya: "Wahai orang-orang yang beriman! Apabila dikatakan kepadamu, "Berilah kelapangan di dalam majelis-majelis," maka lapangkanlah, niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan, "Berdirilah kamu," maka berdirilah, niscaya Allah akan mengangkat (derajat) orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat. Dan Allah Mahateliti apa yang kamu kerjakan."(QS. AlMujadilah(58:11)

Dan dengan kita belajar, maka kita akan pul memperoleh banyak kenikmatan dari Allah SWT, yang dengan mensyukurinya adalah jika kita mempelajari banyak sesuatu, belajar banyak sesuatu, dan juga mengetahui banyak sesuatu dari berbagai majelis ta'lim, sekolah, dan tempattempat menuntut ilmu yang baik, sebagaimana hal ini termaktub dalam QS. Al-Mulk(67): 10: dan juga Al- Alaq:1-5:

وَقَالُوا لَوْ كُنَّا نَسْمَعُ أَوْ نَعْقِلُ مَا كُنَّا فِي أَصْحَابِ السَّعِيرِ

⁵² Erik Meij, Anneke Smith, Martijn Meeter, 'How And Why Learning Theories Are Taught in Current Dutch Teacher Education Programs. Identifying a Gap Between Paradigm and Reality in Teacher Education', Netherlands; Journal Teaching and Teacher Education 109(2022), DOI: <https://doi.org/10.1016/j.tate.2021.103537>

Artinya:

"Dan mereka berkata: "Sekiranya kami mendengarkan atau memikirkan (peringatan itu) niscaya tidaklah kami termasuk penghuni-penghuni neraka yang menyala-nyala". (QS. AlMulk(67) : 10).

اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ الْإِنْسَانَ مِنْ عَلَقٍ اقْرَأْ وَرَبُّكَ الْأَكْرَمُ الَّذِي عَلَّمَ بِالْقَلَمِ لَا يَعْلَمَ الْإِنْسَانَ مَا لَمْ يَعْلَمْ

Artinya:

"Bacalah dengan (menyebut) nama Tuhanmu yang menciptakan; Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah; Bacalah, dan Tuhanmulah Yang Maha Mulia, Yang mengajar (manusia) dengan pena; Dia mengajarkan apa yang tidak diketahuinya."(QS. Al-Alaq(96): 1-5) c. c.

Prinsip-Prinsip Belajar

Menurut Suhana prinsip-prinsip belajar sebagai kegiatan yang sistematis dan kontinyu memiliki prinsip-prinsip dasar sebagai berikut:

- 1) Belajar berlangsung seumur hidup
- 2) Proses belajar adalah kompleks namun terorganisir
- 3) Belajar berlangsung dari yang sederhana menuju yang kompleks
- 4) Belajar dari mulai yang factual menuju konseptual
- 5) Belajar mulai dari yang konkrit menuju abstrak
- 6) Belajar merupakan bagian dari perkembangan
- 7) Keberhasilan belajar dipengaruhi beberapa faktor
- 8) Belajar mencakup semua aspek kehidupan yang penuh makna
- 9) Kegiatan belajar berlangsung pada setiap tempat dan waktu
- 10) Belajar berlangsung dengan guru ataupun tanpa guru
- 11) Belajar yang berencana
- 12) Dalam belajar dapat terjadi hambatan-hambatan lingkungan internal

13) Kegiatan-kegiatan belajar tertentu diperlukan adanya bimbingan dari orang lain⁵³

Prinsip belajar dalam Al-Qur'an sebagai berikut:

1) Motivasi

Dalam belajar motivasi sangatlah penting bagi kita yang sedang menuntut ilmu, karena motivasi yang kuat untuk mencapai tujuan tertentu dan didukung dengan sarana yang ada, maka ia akan mencurahkan segenap upaya yang diperlukan untuk mempelajari metodemetode yang tepat dan baik.

2) Perhatian

Perhatian merupakan faktor penting dalam belajar, memperoleh pengertian dari ilmu pengetahuan dalam hal nasihat menasehati dalam kebenaran. Terdapat dalam QS. Qaf(50):37

إِنَّ فِي ذَلِكَ لَذِكْرَى لِمَنْ كَانَ لَهُ قَلْبٌ أَوْ أَلْقَى السَّمْعَ وَهُوَ شَهِيدٌ

Artinya: "Sesungguhnya pada yang demikian itu pasti terdapat peringatan bagi orang-orang yang mempunyai hati atau yang menggunakan pendengarannya dan dia menyaksikan."

3) Partisipasi Aktif

Dalam al-qur'an kita menemukan penerapan prinsip partisipasif ini dapat dilihat dari metode yang digunakan dalam al-qur'an dalam mengajarkan sifatsifat terpuji, akhlak, dan kebiasaan perilaku yang baik di setiap kehidupan sehari-hari.

4) Pembagian Waktu Belajar

Prinsip ini diterapkan dalam al-qur'an dimana ia turunkan dalam jarak waktu yang berjauhan, selama 22 tahun 2 bulan 22 hari, sehingga manusia dapat mempelajari dan memahami kandungan ayat didalamnya dengan cara menghafal dan mengamalkannya.

⁵³ Suhana, Konsep Strategi Pembelajaran. (Bandung: Refika Aditama, 2014), hal 1

- 5) Mengubah Tingkah Laku Secara Bertahap
Bangsa Arab pada pra Islam mempunyai kebiasaan-kebiasan yang buruk setelah datang nya Islam yang telah mengajarkan kepada kita bagaimana bertingkah laku yang sesuai dengan tuntunan agama yang dibawa oleh nabi Muhammad saw
- 6) Konsentrasi
Membangkitkan konsentrasi murid melalui berbagai cara, diantaranya dengan menggunakan perumpamaan fakta yang mengandung makna, mengajukan pertanyaan, dan melakukan dialog maupun diskusi.

d. Pengertian Minat Belajar

Minat belajar adalah rasa ketertarikan pada suatu hal dan aktivitas pembelajaran tanpa ada suruhan atau paksaan dalam belajar. Rasa ketertarikan dan senang untuk belajar, partisipasi yang aktif, adanya perhatian dan konsentrasi yang besar, rasa nyaman dalam proses pembelajaran, serta kemauan belajar yang terus menanjak merupakan indikator-indikator yang terdapat dalam minat belajar. Minat belajar juga merupakan faktor pendorong atas keberhasilan para peserta didik dalam kegiatan pembelajaran, dimana minat tersebut muncul dengan sendirinya dari dalam diri peserta didik yang berfungsi untuk mendorong ketekunan belajar para peserta didik. Minat timbul jika peserta didik merasa sesuatu yang akan dipelajarinya sesuai dengan kebutuhannya dan bermakna bagi dirinya.⁵⁴

Sedangkan minat belajar menurut Guilford dorongan-dorongan dari dalam diri peserta didik secara psikis dalam mempelajari sesuatu dengan penuh kesadaran, ketenangan, dan kedisiplinan sehingga menyebabkan individu secara aktif dan senang untuk melakukannya. Menurut Hidayat dan Djamilah minat belajar peserta

⁵⁴ Andi Thahir, “*Pengantar Psikologi Belajar*”, hal. 202

didik dapat diartikan sebagai suatu keadaan peserta didik yang dapat menumbuhkan rasa suka dan dapat membangkitkan semangat diri dalam melakukan suatu kegiatan yang dapat diukur melalui rasa suka, tertarik, memiliki perhatian dan keterlibatan dalam mengikuti proses pembelajaran.⁵⁵ Sedangkan Djamarah dalam Flora Siagian, menyebutkan bahwa minat belajar cenderung menghasilkan prestasi yang tinggi, sebaliknya minat belajar yang kurang akan menghasilkan prestasi belajar yang rendah⁵⁶. Sehingga dapat disimpulkan bahwa minat belajar merupakan sesuatu kemauan dalam diri yang dimiliki peserta didik untuk mencapai hasil belajar yang optimal yang dapat ditunjukkan dengan kegiatan belajar seperti mempunyai perasaan senang dalam belajar, mempunyai perhatian dalam belajar, mempunyai ketertarikan dalam belajar dan partisipasi peserta didik dalam belajar.

e. Ciri-Ciri Minat Belajar

Dalam minat belajar memiliki beberapa ciri-ciri. Menurut Susanto menyebutkan ada tujuh ciri minat belajar sebagai berikut:

- 1) Minat tumbuh bersamaan dengan perkembangan fisik dan mental
- 2) Minat tergantung pada kegiatan belajar
- 3) Perkembangan minat mungkin terbatas
- 4) Minat tergantung pada kesempatan belajar
- 5) Minat dipengaruhi oleh budaya

⁵⁵ Silvia Febrianti, Hani Nursafwa, Bustanul Arifin, Israq Hayati, Zalami, “Analisis Faktor -Faktor yang mempengaruhi Minat Belajar Mahapeserta didik di Masa Pandemi Pada Mata Kuliah Penulisan Karya Ilmiah di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara”, Jurnal Pendidikan Islam: Sumatera UTara 2, no. 1(2021), hal. 48-57.

⁵⁶ Christ Sarah, Nyoman Karma, Awal Nur Kholifatur Rosyidah, “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Belajar Peserta didik Pada Mata Pelajaran Matematika Di Gugus III Cakranegara”, Jurnal Progress Pendidikan: Mataram 2, no. 1(2021), hal. 13-19, DOI: 10.29303/prospek.v2i1.60.

6) Minat berbobot emosional.⁵⁷

Menurut Slameto peserta didik yang berminat dalam belajar adalah sebagai berikut:

- 1) Memiliki kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang sesuatu yang dipelajari secara terus-menerus
- 2) Ada rasa suka dan senang terhadap sesuatu yang diminatinya. Memperoleh sesuatu kebanggaan dan kepuasan pada suatu yang diminati.
- 3) Lebih menyukai hal yang lebih menjadi minatnya daripada hal yang lainnya
- 4) Dimanifestasikan melalui partisipasi pada aktivitas dan kegiatan.⁵⁸

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri minat belajar adalah memiliki kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang sesuatu secara terus menerus, memperoleh kebanggaan dan kepuasan terhadap hal yang diminati, berpartisipasi pada pembelajaran, dan minat belajar dipengaruhi oleh budaya.

f. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Minat Belajar

Minat belajar seseorang tidaklah selalu stabil, melainkan selalu berubah. Olehnya itu perlu diarahkan dan dikembangkan kepada sesuatu pilihan yang telah ditentukan melalui faktor-faktor yang mempengaruhi minat itu, yaitu:

- 1) Faktor intern adalah sama yang ada pada diri seseorang baik jasmani maupun rohani fisik maupun psikhis.

Faktor internal lain yang mempengaruhi minat belajar adalah faktor psikis, yaitu kondisi kejiwaan yang berkaitan dengan perasaan atau emosi, motivasi,

⁵⁷ Susanto, *“Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar”*, (Jakarta: Kencana Prenada media group, 2013), hal.62

⁵⁸ Slameto, *“Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi”*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2003), hal.57

bakat, inteligensi, dan kemampuan dasar dalam suatu bidang yang akan dipelajari. a) Rasa Ingin Tahu

Rasa ingin tahu merupakan perasaan yang timbul dalam diri peserta didik untuk mengetahui lebih jauh suatu objek sehingga peserta didik dapat memfokuskan perhatiannya terhadap objek tersebut.

b) Motivasi

Motivasi merupakan dorongan yang terdapat di dalam diri untuk melakukan sesuatu sehingga dapat mencapai hasil yang diharapkan.

c) Jasmani

Peserta didik yang berada dalam keadaan sehat tentu dapat melakukan berbagai aktivitas dengan baik termasuk aktivitas belajar, seperti dapat berkonsentrasi dengan baik, mengerjakan tugas pelajaran yang diberikan guru, membaca buku pelajaran serta mencatat pelajaran. Kondisi tersebut tentu memberikan dampak yang positif terhadap minat belajar yang kemudian berkontribusi pada ketercapaian hasil belajar.⁵⁹⁶⁰

2) Faktor ekstern adalah semua faktor yang ada diluar individu: keluarga, masyarakat dan sekolah⁶¹.

Adapun faktor eksternal adalah segala sesuatu yang mempengaruhi tumbuhnya minat belajar peserta didik yang berada diluar diri peserta didik. Faktor eksternal terbagi atas lingkungan sosial dan lingkungan nonsosial. Lingkungan sosial yang dimaksud adalah meliputi lingkungan keluarga,

⁵⁹ Christ Sarah, Nyoman Karma, Awal Nur Kholifatur Rosyidah, “*Faktor-Faktor yang mempengaruhi minat belajar peserta didik pada mata pelajaran matematika di gugus III Cakranegara*”, Jurnal Progress Pendidikan: Mataram 2, no. 1(2021), hal. 13-19

⁶¹ Syardiansah, “*Hubungan Motivasi Belajar Dan Minat Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mahapeserta didik Mata Kuliah*

Pengaturan Manajemen” Jurnal Manajemen Dan
Keuangan, Vol. 5(1), 440-448(2016)

lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat. Adapun lingkungan nonsosial adalah gedung sekolah dan letaknya, rumah tempat tinggal pendidik dan letaknya, alat-alat belajar, keadaan cuaca dan waktu yang digunakan peserta didik. Faktor internal dan faktor eksternal keduanya sama-sama mempengaruhi minat belajar peserta didik seperti yang dikemukakan oleh hukum konvergensi. Perbandingan kontribusi masing-masing faktor terhadap minat peserta didik berbanding lurus dengan kuat lemahnya dari pengaruh keduanya. Oleh karena itu, untuk mencapai minat belajar yang optimal maka diperlukan peran serta dari keduanya.

a) Keluarga

Bentuk pengaruh yang diberikan dari lingkup keluarga yang dapat mempengaruhi minat belajar peserta didik dalam belajar yaitu perhatian orang tua seperti melengkapi fasilitas belajar dan menanyakan apakah peserta didik mempunyai tugas atau PR sepulang sekolah. Selain itu relasi antar anggota keluarga dapat mendorong peserta didik agar semangat untuk belajar, orang tua yang meluangkan waktu untuk membantu peserta didik ketika peserta didik mengalami kesulitan mengerjakan PR membuat hubungan peserta didik dan orang tua menjadi baik. Berdasarkan hal tersebut peserta didik ingin membuktikan bahwa dirinya mampu berprestasi. Faktor yang terakhir adalah keadaan ekonomi keluarga yang memungkinkan untuk melengkapi fasilitas belajar peserta didik. Hubungan kekeluargaan mempengaruhi dalam kegiatan belajar peserta didik. Suasana yang baik di rumah dan nyaman juga membantu peserta didik berminat dalam belajar, seperti tempat belajar yang mendukung. Suasana rumah juga harus mendukung anak dalam belajar, kerapian dan ketenangan di dalam rumah perlu dijaga.

b) Sekolah

Sekolah menjadi tempat bagi peserta didik dalam proses pembelajaran formal berlangsung. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi minat peserta didik dalam belajar adalah strategi mengajar guru. Beberapa peserta didik yang takut atau mengeluarkan pendapat karena takut dimarahi. Hubungan antar peserta didik juga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi minat belajar. Faktor selanjutnya yaitu kondisi sekolah mengenai sarana dan prasarana di sekolah, media pembelajaran sangat berpengaruh dalam kegiatan belajar peserta didik.

c) Faktor Lingkungan Masyarakat

Faktor lingkungan masyarakat juga menjadi faktor yang mempengaruhi minat peserta didik dalam belajar seperti faktor media masa, seperti: TV, handphone, surat kabar, bukubuku dan sebagainya semua itu beredar dalam masyarakat. Media massa juga dapat berguna dalam membantu dan meningkatkan minat peserta didik dalam belajar seperti mencari bahan ajar yang menarik terlebih jika pembelajaran dilakukan secara daring maka tentu media seperti handphone sangat dibutuhkan oleh peserta didik dalam belajar⁶².

Kemudian menurut Singers faktor-faktor yang mempengaruhi timbulnya minat belajar adalah: pelajaran akan menarik peserta didik jika terlihat adanya hubungan antara pelajaran dan kehidupan nyata; bantuan yang diberikan guru terhadap anak didiknya dalam mencapai tujuan tertentu; adanya kesempatan yang diberikan guru terhadap peserta didik untuk berperan aktif dalam proses belajar mengajar; sikap yang diperlihatkan guru dalam usaha meningkatkan minat peserta didik, sikap seorang guru yang tidak disukai oleh anak didik tertentu akan mengurangi minat dan perhatian peserta didik terhadap

⁶² Christ Sarah, Nyoman Karma, Awal Nur Kholifatur Rosyidah

mata pelajaran yang diajarkan oleh guru yang bersangkutan.⁶³

g. Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik

Beberapa ahli pendidikan berpendapat bahwa cara yang paling efektif untuk membangkitkan minat pada suatu subjek yang baru adalah dengan menggunakan minat-minat peserta didik yang telah ada. Menurut Tanner and Tanner menyarankan agar para pengajar berusaha membentuk minat-minat baru pada peserta didik. Hal ini bisa dicapai melalui jalan memberi informasi pada peserta didik tentang bahan yg disampaikan dengan menghubungkan bahan pelajaran yang lalu, kemudian diuraikan kegunaannya dimasa yang akan datang. Roijakters berpendapat dalam hal ini dapat dicapai dengan cara menghubungkan bahan pelajaran dengan berita-berita yang sensasional, yang sudah diketahui peserta didik.⁶⁴

h. Indikator Minat Belajar

Dalam minat belajar memiliki beberapa ciri-ciri. Menurut Elizabeth Hurlock, ada tujuh ciri minat belajar sebagai berikut:

- 1) Minat tumbuh bersamaan dengan perkembangan fisik dan mental
- 2) Minat tergantung pada kegiatan belajar
- 3) Perkembangan minat mungkin terbatas
- 4) Minat tergantung pada kesempatan belajar
- 5) Minat dipengaruhi oleh budaya
- 6) Minat berbobot emosional.
- 7) Minat berbobot egoisentris, artinya jika seseorang senang terhadap sesuatu, maka akan timbul hasrat untuk memilikinya⁶⁵.

⁶³ Rizki Nurhana Friantini & Rahmat Winata, "Analisis Minat Belajar Pada Pembelajaran Matematika" Ngabang: Jurnal Pendidikan Matematika Indonesia 4, no. 1(2019), hal. 6-11

⁶⁴ Slameto, 2013, hal. 180

⁶⁵ Syardiyansyah

Indikator minat belajar Slameto menyatakan bahwa minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas, tanpa ada yang menyuruh. Slameto menyebutkan indikator dari minat belajar sebagai berikut:

a) Rasa Tertarik

Tertarik adalah merupakan awal dari individu menaruh minat, sehingga seseorang yang menaruh minat akan tertarik terlebih dahulu terhadap sesuatu. Ketertarikan yang dimaksud adalah ketertarikan terhadap pelajaran di kelas.

b) Perasaan senang

Perasaan merupakan unsur yang tak kalah penting bagi anak didik terhadap pelajaran yang diajarkan oleh gurunya. Seorang peserta didik yang memiliki perasaan senang atau suka terhadap suatu mata pelajaran, maka peserta didik tersebut akan terus mempelajari ilmu yang disenanginya. Tidak ada perasaan terpaksa pada peserta didik untuk mempelajari bidang tersebut.

c) Perhatian

Menurut Gazali dalam Slameto perhatian adalah keaktifan jiwa yang dipertinggi, jiwa itu pun sematamata tertuju kepada suatu obyek (benda/ hal) atau sekumpulan objek. Untuk dapat menjamin hasil belajar yang baik, maka peserta didik harus mempunyai perhatian terhadap bahan yang dipelajarinya, jika bahan pelajaran tidak menjadi perhatian peserta didik maka timbullah kebosanan, sehingga ia tidak lagi suka belajar. Aktivitas yang disertai dengan perhatian intensif akan lebih sukses dan prestasinya pun akan lebih tinggi. Maka dari itu sebagai seorang guru harus selalu berusaha untuk menarik perhatian anak didiknya sehingga mereka mempunyai minat terhadap pelajaran yang diajarkan. Peserta didik yang menaruh minat pada suatu mata

pelajaran akan memberikan perhatian yang besar. Ia akan menghabiskan banyak waktu dan tenaga untuk belajar mata pelajaran yang diminatinya. Peserta didik tersebut pasti akan berusaha keras untuk memperoleh nilai yang bagus yaitu dengan belajar.

d) Partisipasi

Partisipasi adalah merupakan keikutsertaan peserta didik dalam proses pembelajaran. Peserta didik yang mempunyai minat terhadap suatu pelajaran akan melibatkan dirinya dan berpartisipasi aktif dalam hal-hal yang berkaitan dengan kegiatan pembelajaran yang diminatinya. Partisipasi peserta didik dalam proses pembelajaran bisa dilihat dari sikap peserta didik yang partisipatif. Peserta didik rajin bertanya dan mengemukakan pendapatnya. Selain itu peserta didik selalu berusaha terlibat atau mengambil andil dalam setiap kegiatan⁶⁶.

Menurut Uno indikator minat sebagai berikut: memiliki rasa ingin tahu yang besar, sering mengajukan pertanyaan yang berbobot, memberikan banyak gagasan dan usul terhadap suatu masalah, mampu menyatakan pendapat secara spontan dan tidak malu-malu, mempunyai atau menghargai keindahan, mempunyai pendapat sendiri dan dapat mengungkapkannya, tidak mudah terpengaruh orang lain, memiliki rasa humor tinggi, mempunyai daya imajinasi yang kuat; mampu mengajukan pemikiran, gagasan pemecahan masalah yang berbeda dari orang lain (orisinil); dapat bekerja sendiri; senang mencoba hal-hal baru; mampu mengembangkan atau merinci suatu gagasan (kemampuan elaborasi).⁶⁷

⁶⁶Leo Charli, Tri Ariani, & Lusi Asmara, 'Hubungan Minat Belajar terhadap Prestasi Belajar Fisika' *Science and Physics Education Journal (SPEJ)* 2, no. 2(2019), 52–60

⁶⁷Effiyati Prihartini, 2017, "Pengaruh Metode Pembelajaran dan Minat Belajar terhadap hasil belajar IPA", Jakarta: *Jurnal Formatif* 7, no. 2(2017), hal. 171-179

Keterlibatan peserta didik mengacu pada tingkat perhatian, usaha, partisipasi, rasa ingin tahu, minat, dan gairah yang ditunjukkan oleh peserta didik ketika mereka belajar atau diajar. Hal ini berkaitan dengan investasi peserta didik dalam belajar dan komitmen untuk mencapai tujuan pembelajaran dan ketekunan mereka dalam dan kepuasan dengan belajar. Ini memprediksi seberapa baik peserta didik akan belajar dalam hal prestasi akademik dan kesejahteraan dan memberi guru kesempatan untuk menerima umpan balik reguler untuk merancang instruksi yang lebih efektif. Keterlibatan peserta didik adalah konsep multi-dimensi yang umumnya dianggap mencakup komponen perilaku, emosional, kognitif, dan agen.⁶⁸ Dari definisi operasional terdapat beberapa kisi-kisi tersusun sebagai berikut:

- 1) perasaan senang(disiplin dan memperhatikan pelajaran)
- 2) perasaan tertarik (senang berdiskusi di kelas, berusaha menjawab pertanyaan dari guru, dan keingiinan untuk menambah sumber bacaan)
- 3) penuh perhatian(melengkapi buku catatan, selalu mengerjakan latihan yang diberikan, dan juga bersemangat dalam mengikuti pembelajaran)
- 4) bersikap positif
 - a) optimis dalam tujuan

Tidak ada minat peserta didik terhadap suatu pembelajaran akan menimbulkan kesulitan dalam pembelajaran. Belajar yang tidak ada minatnya mungkin disebabkan karena tidak sesuai dengan potensi yang dimiliki peserta didik. Ada tidaknya minat dalam suatu pembelajaran dapat dilihat dari cara anak mengikuti pembelajaran dan

⁶⁸ Thomas KF Chiu, 2021.

memperhatikan garis miring tidaknya pelajaran itu.⁶⁹

B. Pengajuan Hipotesis

Menurut Sugiyono menyatakan bahwa hipotesis merupakan jawaban ementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan. Dikatakan sementara, karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data.⁷⁰

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa hipotesis adalah jawaban yang bersifat sementara terhadap masalah penelitian yang kebenarannya harus diuji secara empiris melalui data-data yang terkumpul. Dari uraian yang telah dijelaskan di atas, dapat ditarik suatu hipotesis penelitian, yaitu:

Ho	:	layanan konseling kelompok dengan pendekatan Rational Emotive Behavior Theraphy belum memiliki pengaruh untuk meningkatkan minat belajar pada peserta didik kelas XI Akuntansi di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung tahun pelajaran 2022/2023
H _a	:	layanan konseling kelompok dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Theraphy memiliki pengaruh untuk meningkatkan minat belajar pada peserta didik kelas XI Akuntansi di SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung tahun pelajaran 2022/2023
Ho	:	$\mu_1 = \mu_2$

Ha : $\mu_1 \neq \mu_2$

Dimana:

μ_1 = minat belajar peserta didik sebelum pemberian konseling kelompok dengan pendekatan REBT

⁶⁹ Abu Ahmadi, Widodo Supriyono, "*Psikologi Belajar*"r (Jakarta: PT Rineka Cipta,2004), hal.83

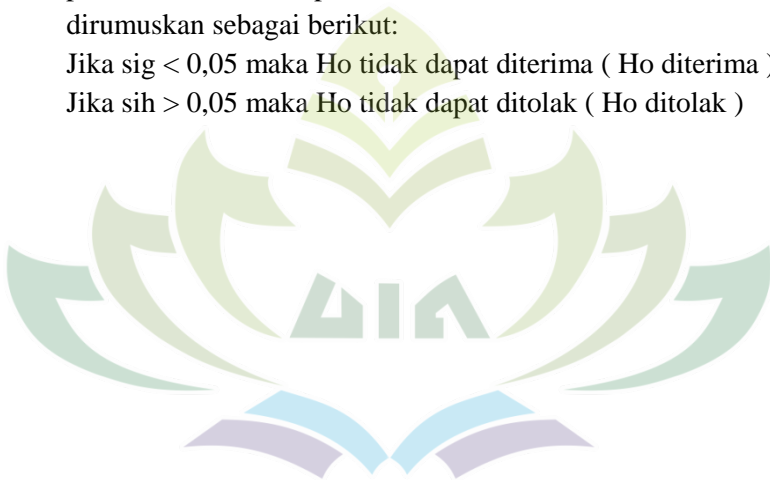
⁷⁰ Sugiyono, "*Metode Penelitian Pendidikan*" (Bandung: Alfabeta, 2010), hal. 64.

μ_2 = minat belajar peserta didik sesudah pemberian layanan konseling kelompok dengan pendekatan REBT

Hipotesis yang akan di uji adalah hipotesis nol (H_0), statistic inferensial pada prinsipny hanya menguji apakah H_0 diterima atau seberapa besar hasil penelitian dapat digeneralisasikan, menolak H_0 artinya menerima H_a . Cara mengetahui apakah menerima atau tidaknya H_0 adalah dengan berpedoman pada beberapa besar tingkat signifikansi yang kita tentukan (5% atau 1%), nilai signifikansi ini sering disebut *p value*. Setelah menentukan batas signifikansi maka kaidah penerimaan atau penolakann H_0 secara umum dapat dirumuskan sebagai berikut:

Jika $\text{sig} < 0,05$ maka H_0 tidak dapat diterima (H_0 diterima)

Jika $\text{sig} > 0,05$ maka H_0 tidak dapat ditolak (H_0 ditolak)



DAFTAR RUJUKAN

- A. Nursyam, "Peningkatan Minat Belajar Peserta didik Melalui Media Pembelajaran BERbasis Teknologi Informasi', Jurnal: Jurnal Penelitian Hukum dan Pendidikan 18, no 1(2019):811-819,DOI: 10.30863/ekspose.v18i1.371.
- A. Ruf, Z. Carmen, dkk, '*Aesthetic Design Of App Interfaces And Their Impact On Secondary Students" Interest And Learning' Computers and Education Open*, 3(2022), 100075.
<https://doi.org/10.1016/j.caeo.2022.100075>
- Abu Ahmadi, Widodo Supriyono. Psikologi Belajar. Jakarta: PT Rineka Cipta.2004.
- Adawiyah Robiatul Adawiyah. "Peningkatan Hasil Belajar Pendidikan Agama Islam Mahapeserta Didik Melalui Kompetensi Profesional Dosen Dan Minat Belajar Mahapeserta Didik". Jurnal Pendidikan Islam 1, no. 1.2019. Institut PTIQ Jakarta. 131-147.
- Astuti dan Budi. Modul Konseling Individua. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan. 2012.
- Charli, L., Ariani, T., & Asmara, L. Hubungan Minat Belajar terhadap Prestasi Belajar Fisika. *Science and Physics Education Journal (SPEJ)*. 2(2). 2019. 52–60.
<https://doi.org/10.31539/spej.v2i2.727>.) Corey Grald Corey. Teori dan Praktek Konseling dan Psikotrapi. Bandung; Refikan Aditama 2013.
- Dewa Ketut Sukardi. Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah. Jakarta Rineka Cipta. 2008.
- Djali. Psikologi Pendidikan. Jakarta:PT Bumi Aksara. 2012.
- Efendi Kusno. Proses dan Keterampilan Konseling. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2019.
- Erik Meij, Anneke Smith, Martijn Meeter. '*How And Why Learning Theories Are Taught in Current Dutch Teacher Education Programs. Identifying a Gap Between Paradigm and Reality in Teacher Education*'. Netherlands; Journal Teaching and Teacher Education 109(2022), DOI: <https://doi.org/10.1016/j.tate.2021.103537>).

- Febrianti Silvia dkk. „Analisis Faktor-Faktor yang mempengaruhi Minat Belajar Mahapeserta didik di Masa Pandemi Pada Mata Kuliah Penulisan Karya Ilmiah di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara“. *Jurnal Pendidikan Islam: Sumatera UTara* 2, no. 1. 2021. 48-57
- Friantini Rizki & Rahmat Winata. „Analisis Minat Belajar Pada Pembelajaran Matematika“. *Ngabang: Jurnal Pendidikan Matematika Indonesia*. 4, no. 1.2019.
- I Gunawan, A. Hartati, & F. Mulachela. 'Pengaruh Konseling Kelompok Terhadap Perilaku Agresif Peserta didik di SMKN 4 Mataram' *Jurnal Paedagogy*. 7(4)(2020). 385, <https://doi.org/10.33394/jp.v7i4.288>
- Jefr S, N, Jeffrey., R, A, Spencer., G, Beverly. „Psikologi Abnormal di Dunia yang Terus Berubah Edisi kesembilan Jild I“. Jakarta: Erlangga. 2014. KBBi Online. <https://kbbi.web.id/pengaruh>.
- Komalasari G., dk., Teori dan Pendekatan Konseling. Jakarta, PT. Indeks 2011. M. Edi Kurnanto. „Konseling Kelompok“. Bandung:Alfabeta: 2013.
- Mary Anley dan Suzanne Hidi, dan Dagmar Berndoff. “Minat, Pembelajaran, dan Proses Psikologis yang memediasi Hubungan Mereka”. *Jurnal Psikologi Pendidikan: American Physocology*. 2021., 545-561. Doi: 10. 1037//0022-0663.94.3.545.
- Mufidah Latifatul, NursalimMohammad Nursalim. “Penggunaan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Diskusi Kelompok Untuk Meningkatkan Minat Belajar Peserta didik”.(On-Line), Tersedia di:[https://www.Scribd.Com/Doc/189875894/Penggunaan-Bimbingan-Peserta didik](https://www.Scribd.Com/Doc/189875894/Penggunaan-Bimbingan-Peserta-didik), diunduh pada Tanggal 09 Agustus 2022
- Nafrin Aulia Irinna Nafrin, Hudaidah. „Perkembangan Pendidikan Indonesia di Masa Pandemi Covid-19“, *Jurnal Ilmu Pendidikan: Universitas Sriwijaya Indonesia*. vol. 3, no. 2(2021). 456-462, DOI: <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i2.324>.
- Pebriyanti Sel. “Implementasi *Rational Emotive Behavior Therapy* pada Orangtua dalam Mendampingi

- Anak Belajar Masa Covid-19". Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini,: UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta 5. no. 2.2020. 63-70.
- Peserta Didik SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung
Prihartini Effiyati. „Pengaruh Metode Pembelajaran dan Minat Belajar terhadap hasil belajar IPA“, Jakarta:Jurnal Formatif 7.no. 2(2017).171-179.
- Rahayu Puji. “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Dalam meningkatkan Self Esteem Peserta Didik Kelas VIII Di SMP Budaya Bandar Lampung Tahun Ajaran 2019/2020” (Skripsi Program Sarjana Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Lampung, 2020).
- Septiana Eka, Rahmi Alfi, Rahmawati. “Efektivitas Konseling Kelompok dengan Analisis Transaksional Untuk Mereduksi Kecemasan Berbicara di Depan Kelas di SMPN 8 Bukit Tinggi,” *Educational Guidance and Counselling Development Journal* 3, no. 2(2020): 69-75.
- Skripsi Noveriansyah Pengaruh Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Diskusi Untuk Meningkatkan Minat Belajar Peserta Didik Di Smp Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2017/2018.
- Sarah C, Karma N , Rosyidah A. „Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Belajar Peserta didik Pada Mata Pelajaran Matematika Di Gugus III Cakranegara“, Jurnal Progress Pendidikan: Mataram 2, no. 1(2021).13-19, DOI: 10.29303/prospek.v2i1.60.
- Slameto. Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi. Jakarta: Rineka Cipta. 2003.
- Suhana. Konsep Strategi Pembelajaran. Bandung: Refika Aditama,2014.
- Susanto. Teori Belajar dan Pembelajaran di Sekolah Dasar. Jakarta: Kencana prenada media group. 2013.
- Suswanti. Model Pembelajaran Course Review Horay Dalam Meningkatkan Minat Dan Prestasi Belajar
Matematika Peserta didik Kelas VIII B Mts Ma“arif NU1
Sokaraja. (Online) Tersedia:
[Http://Digilib.Ump.Ac.Id/Files/Disk1/17/Jhptump-A-Herawahyus-](http://Digilib.Ump.Ac.Id/Files/Disk1/17/Jhptump-A-Herawahyus-)

817-2-Babii.Pdf (Diakses 25 Januari 2022) Syardiansah. „Hubungan Motivasi Belajar Dan Minat Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mahapeserta didik Mata Kuliah Pengaturan Manajemen“. Jurnal Manajemen Dan Keuangan,.Vol. 5(1). 440–448.2016. <https://jurnal.unsam.ac.id/index.php/jmk/article/view/50>

T. Effort, B. 40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor. Yogyakarta:Pustaka Pelajar. 2020. Thahir, Andi. Psikologi Perkembangan.

Thahir, Andi. Psikologi Belajar Buku Pengantar dalam Memahami Psikologi Belajar .

Thomas K. F. Chiu. 'Digital Support for Student Engagement in Belnded Learning Based On SelfDetermination Theory', Journal: Computers in Human Behavior(2021). 106909. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106909>

Tirmidzi.Bimbingan Konseling Islami. Medan: Perdana Publishing Kelompok Penerbit Perdana Mulya Sarana.2018.

Wawancara Guru BK SMK Muhammadiyah 2 Bandar Lampung

