

**PENERAPAN KONSELING INDIVIDU PENDEKATAN RATIONAL  
EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY UNTUK MENGATASI  
KESULITAN BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS XI  
DI SMK NEGERI 7 BANDAR LAMPUNG  
TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi Syarat-Syarat dalam  
menyusun Skripsi guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri  
Raden Intan Lampung

**Oleh**

**EMI SUSANTI**

**NPM : (1311080087)**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1439 H / 2017 M**

**PENERAPAN KONSELING INDIVIDU PENDEKATAN RATIONAL  
EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY UNTUK MENGATASI  
KESULITAN BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS XI  
DI SMK NEGERI 7 BANDAR LAMPUNG  
TAHUN PELAJARAN 2017/2018**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi Syarat-Syarat dalam  
menyusun Skripsi guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri  
Raden Intan Lampung



**Pembimbing I : Nova Erlina, S.IQ., M. Ed**  
**Pembimbing II : Busmayaril, S.Ag., M. Ed**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1439 H / 2017 M**

## ABSTRAK

### **PENERAPAN KONSELING INDIVIDU PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY UNTUK MENGATASI KESULITAN BELAJAR PESERTA DIDIK DI SMK NEGERI 7 BANDAR LAMPUNG**

OLEH :

**EMI SUSANTI**  
**NPM :1311080087**

Konseling individu merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang pembimbing (konselor) terhadap seorang konseli dalam rangka pengentasan masalah. Kesulitan belajar juga merupakan suatu kondisi yang tidak dapat disembuhkan, namun apabila mendapat pelayanan intervensi yang tepat maka individu yang mengalami kesulitan belajar akan mengalami kesuksesan dalam belajar dan berkarier. Adapun bentuk kesulitan belajar terbagi atas menghindari dalam mengutarakan pendapat ketika berdiskusi, tidak menyukai ketika diskusi berlangsung di mata pelajaran karena kurang memahami, tidak teratur dalam kegiatan belajar, malas dalam mencatat pelajaran, masih merasa bingung pada waktu diskusi, masih diam dan malu mengutarakan pendapat ketika proses belajar mengajar berlangsung sehingga membuat prestasinya rendah. Sehubungan dengan hal di atas penulis tertarik meneliti tentang Penerapan konseling individu Pendekatan *Rasional Emotive Behavior Therapy* untuk mengatasi kesulitan belajar peserta didik di SMK Negeri 7 Bandar Lampung adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : Bagaimanakah Penerapan konseling individu Pendekatan *Rasional Emotive Behavior Therapy* untuk mengatasi kesulitan belajar pada peserta didik kelas XI SMK Negeri 7 Bandar Lampung

Jenis penelitian ini adalah studi kasus Subyek dalam penelitian ini adalah seorang peserta didik SMK Negeri 7 Bandar Lampung Metode pengumpulan data yang digunakan Observasi, Wawancara, Dokumentasi, sedangkan analisis data menggunakan analisis kualitatif.

Hasil penelitian menunjukkan penerapan konseling individu Pendekatan *Rasional Emotive Behavior Therapy* untuk mengatasi kesulitan belajar pada peserta didik. dengan memodifikasi pikiran irasional menjadi rasional, maka akan terbentuk konsekuensi emosi dan tingkah laku yang lebih rasional. Pada kasus ini, peserta didik kesulitan belajar di bantu untuk membentah bahkan membuang pikiran terhadap diri sendiri.



**KEMENTERIAN AGAMA**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

*Alamat : Jl. Let. Kol. H. Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp.(0721) 703289*

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi : PENERAPAN KONSELING INDIVIDU PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY UNTUK MENGATASI KESULITAN BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS XI SMK NEGERI 7 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2017/2018.**

**Nama : EMI SUSANTI**  
**NPM : 1311080087**  
**Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**  
**Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan**

**MENYETUJUI**

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

**Pembimbing I**

**NOVA ERLINA, S.IQ., M.Ed.**  
**NIP. 19781114 200912 2003**

**Pembimbing II**

**BUSMAYARIL, S. Ag., M.Ed.**  
**NIP.197508102009011013**

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**Andi Thahir, M.A., Ed.D**

**NIP. 19760427 200701 1 015**



**KEMENTERIAN AGAMA**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN**

**Alamat : Jl. Let. Kol. H. Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp.(0721) 703289**

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul: **“Penerapan Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk Mengatasi Kesulitan Belajar Peserta Didik Kelas XI di SMK Negeri 7 Bandar Lampung”**, disusun oleh **EMI SUSANTI, NPM. 1311080087**, Jurusan **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**. Telah diujikan dalam sidang Munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada hari/tanggal : **Kamis/11 Januari 2018**.

**TIM PENGUJI**

Ketua Sidang : Andi Thahir, M.A., Ed.D (.....)

Sekretaris : Iip Sugiharta, M. Si (.....)

Penguji Utama : Dr. Rifda El Fiah, M.Pd (.....)

Penguji Pendamping I : Nova Erlina, SIQ., M.Ed (.....)

Penguji Pendamping II : Busmayaril, S.Ag., M.Ed (.....)

**Dekan**

**Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**



**Dr. I. Hairul Anwar, M.Pd**

**N. 195608101987031001**

## MOTTO

يَأْتِيهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ  
وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ ﴿٥٧﴾

*Artinya : Sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.(Q.S Yunus 57.)<sup>1</sup>*



---

<sup>1</sup> Al-Qur'an dan Terjemahan, (Semarang : PT Kusmudasmoro Grafindo Semarang, 2013), h 315

## PERSEMBAHAN

Skripsi ini ku persembahkan kepada :

1. Ayahku Damri (alm) dan Ibuku Roai'ni yang sangat ku sayangi dan kubanggakan yang telah mencurahkan kasih sayang dan senantiasa mendo'akan disetiap langkahku serta memberi dukungan semangat dan motivasi dalam meraih segala cita-citaku mudah-mudahan kelak putrimu ini dapat membahagiakan kalian.
2. Saudara-saudaraku beserta keluarga besar yang senantiasa berdo'a juga untuk menanti keberhasilan penulis. Penulis akan berusaha menjadi kakak'adik dan cucu yang terbaik buat kalian.



## **RIWAYAT HIDUP**

Emi Susanti lahir di sebuah desa yang bernama desa Banjar Agung, tepatnya di Kecamatan Way Krui, Kabupaten Krui Pesisir Barat, pada tanggal 11 Juni 1995. Anak tunggal, dari pasangan Bapak Damri dan Ibu Roai'ni.

Selama Perjalanan hidupnya, penulis pernah mengenyam pendidikan formal dimulai dari Sekolah Dasar (SD) Negeri 7 Karya Penggawa, 2001 Sampai dengan 2006 penulis melanjutkan di sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 2 Krui Pesisir Barat 2007 sampai dengan 2010 dan kemudian berlanjut lagi di sekolah Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Krui 2011 sampai dengan 2013.





## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kehadiran Allah SWT yang senantiasa memberi Rahmat dan hidayah serta karunianya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dalam rangka memenuhi syarat untuk meraih gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) UIN Raden Intan Lampung dengan judul skripsi : “ Penerapan Konseling Individu Pendekatan *Rational Behavior Therapy* Untuk Mengatasi Kesulitan Belajar Peserta didik Kelas XI di SMK Negeri 7 Bandar Lampung”.

Penulis menyadari bahwa sebagai manusia biasa tidak lepas dari kesalahan dan khilafan, kenyataan ini menyadarkan penulis bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak niscaya skripsi ini tidak akan terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis akan menyampaikan ucapan rasa terimakasih dan penghargaan yang tulus kepada :

1. Bapak Dr. H. Chairul Anwar, M.PD. Dekat Fakultas Tarbiyah UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan kemudahan kepada penulis, sehingga dapat menempuh ujian sarjana Bimbingan dan Konseling.
2. Bapak Dr. Andi Thahir, M.A., Ed.D selaku ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling (BK) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung,
3. Bapak Dr. Ahmad Fauzan, M.Pd selaku sekretaris jurusan bimbingan dan konseling (BK) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.

4. Ibu Nova Erlina, S.IQ.,M. Ed selaku pembimbing I yang telah banyak membantu dan membimbing serta mengarahkan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Busmayaril, S.Ag.,M.Ed selaku pembimbing II yang telah membantu dan membimbing serta mengarahkan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah memberikan ilmu dan bimbingan kepada penulis, semoga bermanfaat di dunia dan akhirat.
7. Bapak Drs. Oton Hidayat selaku kepala sekolah SMK Negeri 7 Bandar Lampung.
8. Guru Bimbingan dan Konseling SMK Negeri 7 Bandar Lampung.
9. Seluruh dewan guru dan staf SMK Negeri 7 Bandar Lampung.
10. Seluruh peserta didik SMK Negeri 7 Bandar Lampung
11. Teman-teman dan sahabat yang sudah banyak memberikan motivasi dalam penulisan Skripsi ini.
12. Rekan-rekan mahasiswa yang telah membantu dan memotivasi penulis.

Semoga Allah SWT selalu melimpahkan Rahmat-Nya kepada kita semua dan semoga amal kebaikan dan keikhlasan yang telah diberikan mendapat berkah dari Allah SWT. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua, serta mohon maaf segala kekurangan dan kekhilafannya.

**Bandar Lampung, Januari 2018**

**Penulis**

**EMI SUSANTI**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>

### **BAB I PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	10
C. Batasan Masalah.....	10
D. Rumusan Masalah.....	10
E. Tujuan Penelitian.....	10
F. Manfaat Penelitian.....	11
G. Ruang Lingkup Penelitian.....	11

### **BAB II LANDASAN TEORI**

A. Konseling Individu.....	12
1. Pengertian Konseling Individu.....	12
2. Tujuan konseling Individu .....	12
3. Langkah-langkah Konseling Individu .....	14
4. Proses Konseling Individu .....	16
5. Asas-asas Konseling Individu .....	17
6. Kelemahan dan kelebihan Konseling Individu .....	19
7. Keterampilan dasar Konseling Individu.....	20
B. Rational Emotif Behavior Therapy .....	22
1. Pengertian Rational Emotive Behavior Therapy.....	22
2. Pandangan REBT terhadap manusia .....	23
3. Konsep-konsep Dasar <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	25

4. Teknik <i>Rational Emotif Behaviour Therapy</i> .....	27
5. Tujuan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> .....	30
6. Langkah-langkah <i>Rational Emotif Behavior Therapy</i> .....	30
7. Kelebihan dan Kelemahan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> ..	32
C. Kesulitan Belajar .....	33
1. Pengertian Kesulitan Belajar .....	33
2. Kriteria Kesulitan Belajar.....	36
3. Faktor yang mempengaruhi Belajar .....	37
a. Faktor-Faktor yang bersumber dari diri individu .....	37
b. Faktor- Faktor yang bersumber dari lingkungan .....	39
4. Faktor internal dan Eksternal .....	40
5. Gejala-gejala Kesulitan Belajar.....	41
6. Diagnosis kesulitan belajar.....	42
7. Langkah ditempuh mengatasi kesulitan belajar Peserta didik.....	43
8. Cara mengatasi kesulitan belajar .....	47

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Metode dan Jenis Penelitian.....	50
B. Informasi Penelitian .....	53
C. Sumber Data.....	54
D. Metode pengumpulan data.....	55
E. Analisis Data .....	57
F. Pengecekan Keabsahan data.....	58
G. Pelaksanaan Stadi Kasus .....	61

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

A. Gambaran Umum Objek Penelitian .....	64
B. Hasil Penelitian .....	70
C. Pembahasan.....	102

### **BAB V KESIMPULAN, DAN SARAN**

A. Simpulan .....	106
B. Saran.....	109

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>111</b>
-----------------------------	------------

### **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Data Peserta didik Kesulitan Belajar .....	7
Tabel 2	Daftar Nama Tenaga Pendidikan dan Kependidikan .....	68
Tabel 3	Sarana dan Prasarana Bimbingan dan Konseling .....	70
Tabel 4	Perubahan Pola pikir Peserta didik setelah dilaksanakan.....	104
Tabel 5	Perubahan Tingkah Laku Kehadiran.....	104



## DAFTAR LAMPIRAN

1. Kisi-kisi Observasi .....	113
2. Kisi-kisi Wawancara .....	114
3. Kisi-kisi Dokumentasi.....	115
4. Trankipsi Konseling.....	116
5. Rencana Pelaksanaan Konseling Individu .....	131
6. Laporan Pelaksanaan Layanan Konseling Individu .....	135
7. Daftar Nama Tenaga Pendidik dan Kependidik.....	140
8. Surat Keterangan Sudah Melakukan Penelitian.....	150



# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan pada hakikatnya merupakan usaha sadar untuk mengembangkan kepribadian yang berlansung seumur hidup baik di sekolah dan madrasah. Pendidikan juga bermakna proses membantu individu baik jasmani dan rohani ke arah terbentuknya pribadi yang berkualitas. Dalam konteks Islam, pendidikan bermakna bimbingan terhadap pertumbuhan rohani menurut ajaran Islam dengan mengarah, mengajarkan, melatih, mengasuh dan mengawasi berlakunya sebuah ajaran Islam.<sup>1</sup>

Secara detail, dalam undang-undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional bab 1 Pasal 1 (1) Pendidikan didefinisikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses belajar agar peserta didik secara aktif dapat mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spritual keagamaannya, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, ahklak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.<sup>2</sup>

Pendidikan bertujuan menghasilkan perubahan-perubahan positif (tingkah laku dan sikap) dalam diri peserta didik yang sedang berkembang menuju kedewasaan, bimbingan adalah merupakan bantuan kepada individu dalam

---

<sup>1</sup>Tohirin, *Bimbingan Dan Konseling disekolah Dan Madrasah Berbasis Integrasi* (Jakarta :Raja Gafindo Persada, 2007), h. 5.

<sup>2</sup>Muhibbin Syah, *Psikologi belajar* (jakarta:Raja Grafindo Persada, 2010),h.1.

menghadapi persoalan-persoalan yang timbul pada diri peserta didik di kehidupannya bantuan ini sangat perlu diberikan di sekolah agar setiap peserta didik dapat mencapai perkembangan sebaik mungkin. Seperti tertuang dalam surat Al-Ashar ayat : 1-3 :

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ

وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

*Artinya: “Demi masa, Sesungguhnya manusia dalam kerugian, kecuali mereka yang beriman dan melakukan amal kebaikan, saling menasehati supaya mengikuti kebenaran dan saling menasehati supaya mengamalkan kesabaran”. (QS. Al-Ashar : 1-3)<sup>3</sup>*

Penjelasan ayat tersebut dapat disimpulkan bahwa manusia yang beriman dan beramal shaleh mampu memecahkan dan menenangkan permasalahan jiwa manusia. Adapun yang dimaksud dengan bimbingan adalah membantu setiap individu atau kelompok untuk lebih mengenali berbagai informasi tentang dirinya sendiri. Jika ditelaah berbagai sumber akan dijumpai pengertian-pengertian yang berbeda mengenai bimbingan, tergantung dari jenis dan sumbernya beberapa para ahli merumuskan bimbingan sebagai berikut :

Bimbingan adalah sebagai bagian dari keseluruhan pendidikan yang membantu menyediakan kesempatan-kesempatan pribadi dan layanan setaf ahli dengan cara dimana setiap individu dapat mengembangkan kemampuan-

---

<sup>3</sup>Al-Qur'an dan Terjemahan, (Dapertemen Agama Republik Indonesia)



kemampuan dan kesanggupannya sepenuh-penuhnya sesuai dengan ide-ide demokrasi.<sup>4</sup>

Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa bimbingan adalah bantuan yang diberikan kepada individu dalam membuat pilihan-pilihan dan penyesuaian-penyesuaian yang bijaksana. Bantuan itu berdasarkan atas prinsip demokrasi yang merupakan tugas dan hak setiap individu untuk memilih jalan hidupnya sendiri sejauh tidak mencampuri hak orang lain. Bimbingan bisa dilakukan dengan cara perorangan baik dilakukan dengan cara berkelompok maupun individu.

Adapun menurut Prayitno bahwa konseling individu adalah jantung hati dari bimbingan dan konseling karena merupakan layanan inti yang pelaksanaannya menuntut persyaratan dan mutu usaha yang benar-benar tinggi, dan konseling dianggap sebagai upaya layanan yang paling utama dalam pelaksanaan fungsi pengentasan masalah klien.

Keberadaan bimbingan dan konseling di sekolah sangat penting sekali, karena bimbingan ini berfungsi sebagai pembantu dalam usaha pencapaian pendidikan. Bimbingan dan konseling merupakan proses pemberian bantuan kepada orang lain dalam menghadapi berbagai masalah persoalan yang dihadapi.

Seperti yang telah dikemukakan oleh Dewa Ketut Sukardi bahwa bidang bimbingan dapat mencakup seluruh upaya bantuan meliputi bimbingan pribadi, bimbingan sosial, bimbingan belajar, dan bimbingan karier. Oleh

---

<sup>4</sup>Prayitno, *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta : PT Reneka Cipta, 2004), h.91

karena itu, sesuai dengan pendapat tersebut maka dalam penelitian ini pemberian bantuan akan diberikan kepada peserta didik yang mempunyai masalah tentang belajar, salah satunya yaitu kesulitan belajar.<sup>5</sup>

Proses konseling individual adalah relasi antara konselor dengan klien dengan tujuan agar dapat mencapai tujuan klien. Dengan kata lain tujuan konseling tidak lain adalah tujuan klien itu sendiri. Hal ini amat perlu ditekankan sebab sering kejadian terutama pada konselor pemula atau yang kurang profesional, bahwa subjektivitas amat menonjol di dalam proses konseling. Seolah-olah mengutamakan tujuan konselor sementara tujuan klien baik.

Berdasarkan masalah ini pemberian bantuan dapat dilakukan melalui konseling individu, dimana pemberian bantuan ini diberikan oleh seorang yang ahli (guru Pembimbing) guna mencapai suatu tujuan tertentu, yang dimaksud tujuan tertentu di sini yaitu mengatasi kesulitan belajar peserta didik. Peserta didik dalam kenyataan proses belajar mengajar untuk mencapai hasil yang optimal sering mengalami bermacam kendala atau kesulitan di dalam belajar. Masalah yang dihadapi peserta didik dalam hal belajar adalah suatu kondisi proses belajar yang ditandai hambatan-hambatan tertentu untuk mencapai hasil belajar

---

<sup>5</sup>*Ibid*, h. 53.

Menurut Moh. Surya yang dikutip oleh Hallen dalam bukunya yang berjudul *Bimbingan dan Konseling* menyatakan bahwa ada beberapa ciri tingkah laku yang merupakan indikator dari gejala kesulitan belajar antara lain.

- 1) Menunjukkan hasil belajar yang rendah di bawah rata-rata nilai yang dicapai oleh kelompoknya atau dibawah potensi yang dimilikinya.
- 2) Hasil yang dicapai tidak seimbang dengan usaha yang telah dilakukan, mungkin ada peserta didik yang selalu berusaha untuk belajar dengan giat tapi nilai yang dicapai selalu rendah.
- 3) Lambat dalam melakukan tugas-tugas kegiatan belajar. Ia selalu tertinggal dari kawan-kawannya dalam menyelesaikan tugas-tugas sesuai dengan waktu yang tersedia. Misalnya rata-rata anak dapat menyelesaikan suatu tugas dalam waktu 40 menit, maka peserta didik yang menghadapi kesulitan belajar akan waktu yang lebih lama.
- 4) Menunjukkan sikap-sikap yang kurang wajar, seperti acuh tak acuh, menentang dan sebagainya.
- 5) Menunjukkan tingkah laku yang kurang wajar, seperti membolos, datang terlambat, tidak mengerjakan pekerjaan rumah, mengganggu di dalam atau di luar kelas, tidak mau mencatat pelajaran, tidak teratur dalam kegiatan belajar, mengasingkan diri, tersisih, tidak mau berkerja sama dan sebagainya.
- 6) Menunjukkan gejala emosional yang kurang wajar, seperti pemurung, mudah tersinggung, pemarah, tidak atau kurang gembira dalam menghadapi situasi tertentu, misalnya dalam menghadapi nilai rendah tidak menunjukkan adanya perasaan sedih atau menyesal, dan sebagainya.<sup>6</sup>

Adapun menurut Taylor, & Barusch, Individu yang mengalami kesulitan belajar mungkin saja mengisolasi dirinya karena berbagai tekanan emosi, seperti berikut.

- 1) Rasa malu karena kemampuan membaca yang jelek atau karena sulitnya memusatkan perhatian dan sulit mengiat informasi itu.
- 2) Takut akan kegagalan yang ditampilkan dalam bentuk perilaku dalam mengkeritik, menyebalkan dalam penolakan.
- 3) Takut untuk mendapatkan perlakuan yang berbeda dalam ketidakpastian

---

<sup>6</sup>Makmun Khuirani, *Psikologi Belajar*, (Yogyakarta : Aswaja Pressindo, 2013), h. 201.

- 4) Takut akan dikatakan orang lain kalau mereka bodoh dan tidak mampu atas retasdasi mental.
- 5) Takut disuruh membaca karena kemampuan membaca yang jelek atau tulisan yang jelek.
- 6) Menghindari dari diskusi karena tidak mengerti
- 7) Defresi dan merasa kesepian
- 8) Merasa tidak ada yang dapat membantu mengatasi kesulitannya.<sup>7</sup>

Sesuai dengan pengertian di atas maka untuk mengatasi berbagai masalah kesulitan belajar yang dihadapi peserta didik di SMK Negeri 7 Bandar Lampung, penelitian melakukan observasi dan wawancara kepada guru mata pelajaran, guru BK, dan peserta didik di sekolah tersebut. Adapun hasil dari penelitian dan wawancara ini peneliti mendapatkan keterangan dari guru wali kelas, guru mata pelajaran dan guru BK, peserta didik di sekolah tersebut. Peserta didik yang mengalami kesulitan belajar. Sesuai dengan ciri-ciri di atas maka permasalahan kesulitan belajar di sini yaitu peserta didik yang mengalami lambat dalam melakukan tugas-tugas kegiatan belajar.

Berdasarkan keterangan dari guru BK bahwa untuk mengetahui data peserta didik yang mengalami kesulitan belajar tersebut maka dapat kita lihat dari tabel dibawah ini.

---

<sup>7</sup>Martini Jamaris, *Kesulitan Belajar Perspektif Asasmen, dan Penanggulangannya bagi anak usia dini dan usia sekolah.* (Ghalia Indonesia.. Bogor, 2014) h.12-13.

**Tabel 1.**  
**Data Peserta didik Kesulitan Belajar**  
**di SMK Negeri 7 Bandar Lampung**

NO	NAMA	Kelas	Permasalahan yang dihadapi
1	A	XI AK 1	kesulitan dalam mengutarakan pendapat ketika berdiskusi.
2	B	XI AK 1	tidak menyukai ketika diskusi berlangsung di mata pelajaran karena kurang memahami
3	Y	XI AK 1	Tidak teratur dalam kegiatan belajar, malas dalam mencatat pelajaran.
4	X	XI AK 1	masih diam dan malu mengutarakan pendapat ketika proses belajar mengajar berlangsung, lambat dalam melakukan tugas-tugas sehingga membuat prestasi X nilai rendah.

*Hasil Wawancara peserta didik SMK Negeri 7 Bandar Lampung.*

Berdasarkan dari hasil, observasi, wawancara, dan dokumentasi dalam studi kasus, survey penelitian di atas maka terlihat dengan jelas bahwa masih ada peserta didik yang mengalami kesulitan belajar terutama kelas XI AK 1 yang paling mendominasi dari kelas tersebut, maka dari itu sangatlah penting adanya konseling Individu terhadap peserta didik tersebut, guna untuk memberi suatu pencerahan, motivasi, dan wawasan agar ke depannya bisa lebih baik dan membuat peserta didik tidak mengalami kesulitan belajar. dan berdasarkan dari

hasil penerapan konseling individu yang telah dilakukan maka terdapat 4 peserta didik yang mengalami kesulitan belajar.

Berdasarkan masalah ini konselor SMK Negeri 7 Bandar Lampung telah menangani dengan menggunakan konseling individu menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* tersebut, tetapi hasilnya belum terlihat maksimal, di sinilah dirasakan perlu karena setelah diberi konseling individu masih saja ada yang melakukan masalah yang pernah dilakukan. Tujuan utama Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah membantu individu menyadari bahwa mereka dapat hidup dengan lebih rasional dan lebih produktif. Secara lebih gampailang, Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* mengajarkan individu untuk mengoreksi kesalahan berfikir dan tingkah laku yang merusak diri. Secara umum, Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* mendukung konseli untuk menjadi lebih toleran terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungan.<sup>8</sup>

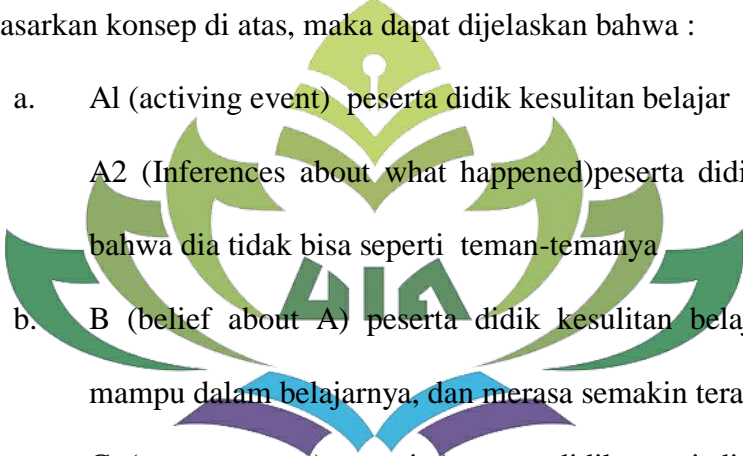
Teori ABCDEF menduduki posisi sentral dalam teori dan praktek REBT. A (Peristiwa yang mengaktifkan atau menggerakkan individu) tidak menjadi penyebab C (konsekuensi emosi dan perilaku), melainkan B (keyakinan si pribadi pada A) banyak menjadi menyebabkan C (konsekuensi emosi dan perilaku). Reaksi emosi yang terganggu seperti ketakutan dimulai dan dilanggengkan oleh sistem keyakinan yang didasarkan pada ide-ide irasional yang telah ditemukan dan dikembangkan sendiri.

---

<sup>8</sup>Muhammad Surya, *Teori-teori Konseling*, (Bandung: Putaka Bani Quraisi, 2003) h. 17

Setelah A, B, dan C maka munculah D yang meragukan/membantah yang dapat menolong klien menantang keyakinan irasional mereka, meliputi 3 komponen yaitu mendeteksi keyakinan irasional, memperdebatkan keyakinan, dan mendiskriminasi keyakinan irasional dan rasional. Kemudian sampailah pada E (falsafah efektif) yang terdiri dari menggantikan pikiran yang tidak pada tempatnya dengan yang cocok. Apakah berhasil melakukan ini, terciptalah F (Perangkat perasa yang baru).<sup>9</sup> Irasional menjadi pola pikir yang lebih rasional.

Berdasarkan konsep di atas, maka dapat dijelaskan bahwa :

- 
- a. A1 (activating event) peserta didik kesulitan belajar  
A2 (Inferences about what happened) peserta didik berkesimpulan bahwa dia tidak bisa seperti teman-temannya
  - b. B (belief about A) peserta didik kesulitan belajar merasa tidak mampu dalam belajarnya, dan merasa semakin terancam.
  - c. C (consequences) emosi (peserta didik menjadi malu, takut) dan perilaku (Peserta didik tidak masuk sekolah).

Berdasarkan data di atas maka penulis mendeskripsikan “Bagaimanakah Penerapan Konseling individu Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk mengatasi kesulitan belajar Peserta didik di SMK Negeri 7 Bandar Lampung”?

---

<sup>9</sup>*Ibid*, h. 211

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, maka dapat diidentifikasi masalah yaitu sebagai berikut :

1. Terdapat 4 peserta didik yang masih saja mengalami kesulitan belajar.
2. Penerapan konseling individu Pendekatan *Rasional Emotive Behavior Therapy* mengatasi kesulitan sudah pernah dilaksanakan tetapi hasilnya belum maksimal

## **C. Batasan Masalah.**

Dalam penelitian ini penulis memberi suatu batasan-batasan masalah yaitu dalam penerapan konseling individu teknik ABCDEF ini hanya diberikan kepada peserta didik SMK Negeri 7 Bandar Lampung kelas XI AK 1 yang telah mengalami kesulitan belajar, salah satunya yaitu peserta didik yang memiliki masalah lambat dalam melakukan tugas-tugas kegiatan belajar.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka pertanyaan dalam penelitian ini sebagai berikut : Bagaimanakah Penerapan konseling individu Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk mengatasi kesulitan belajar pada peserta didik kelas XI SMK Negeri 7 Bandar Lampung ?

## **E. Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui bagaimanakah Penerapan konseling individu Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk mengatasi kesulitan belajar pada peserta didik di SMK Negeri 7 Bandar Lampung ?



## **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan dapat diperoleh dari penelitian ini yaitu :

1. Bagi guru yaitu hasil penelitian ini memberikan gambaran bagi guru khususnya guru bimbingan konseling dalam mengatasi kesulitan belajar peserta didik.
2. Bagi peserta didik yaitu hasil penelitian ini dapat menjadi jawaban dari masalah yang dirumuskan. Selain itu, proposal ini diharapkan dapat menjadi sumbangan pemikiran di dalam mengatasi kesulitan belajar peserta didik.
3. Bagi orang tua yaitu hasil penelitian ini dapat berguna bagi orang tua peserta didik di dalam mengatasi kesulitan anak dalam belajar.

## **G. Ruang lingkup penelitian.**

Ruang lingkup penelitian ini yaitu :

1. Waktu penelitian dilakukan kurang lebih 1 bulan pada tahun ajaran 2017/2018 di kelas XI SMK Negeri 7 Bandar Lampung.
2. Tempat penelitian dilakukan di XI SMK Negeri 7 Bandar Lampung.
3. Responden dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI di SMK Negeri 7 Bandar Lampung.
4. Objek penelitian yang menitik berat pada tingkat penggunaan konseling kelompok dalam mengatasi kesulitan belajar secara mendalam peserta didik kelas XI di SMK Negeri 7 Bandar Lampung.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Layanan Konseling Individu**

##### **1. Pengertian Konseling individu**

Konseling individu merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang pembimbing (konselor) terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah.<sup>1</sup>

Dewa Ketut Sukardi menyatakan konseling individu merupakan layanan bimbingan konseling yang memungkinkan yang mendapatkan layanan langsung secara tepat muka dengan guru pembimbing/konselor dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahannya.<sup>2</sup>

Menurut Sofyan S. Willis konseling individu adalah bantuan yang diberikan oleh konselor kepada seorang dengan tujuan berkembangnya potensi peserta didik, mampu mengatasi masalah sendiri, dan dapat menyesuaikan diri secara positif.<sup>3</sup>

##### **2. Tujuan Konseling Individu**

Tujuan Konseling individu adalah agar klien memahami kondisi dirinya sendiri, lingkungannya, permasalahan yang dialaminya, kekuatan dan

---

<sup>1</sup> Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*, (Jakarta : PT Raja Grafindo Persada, 2013), h. 157-158

<sup>2</sup>Dewa Ketut Sukardi, *Pengantar Bimbingan dan Konseling di Sekolah* , ( Jakarta : Rineka Cipta, 2000), h 29.

<sup>3</sup>Sofyan S. Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek*, (Bandung: Alfabeta, 2004), h.13.

kelemahan dirinya sehingga klien mampu mengatasinya. Dengan perkataan lain, konseling bertujuan untuk mengentaskan masalah dialami klien.

Selanjutnya menurut Tohirin secara khusus, tujuan konseling individual adalah merujuk kepada fungsi-fungsi bimbingan dan konseling sebagaimana telah dikemukakan yaitu :

- 1) Merujuk kepada fungsi pemahaman, maka tujuan konseling individu adalah agar klien memahami seluk beluk yang dialami secara mendalam dan komprehensif, positif, dan dinamis.
- 2) Merujuk kepada fungsi pengentasan, maka konseling individu bertujuan untuk mengentaskan klien dari masalah yang dihadapinya.
- 3) Dilihat dari fungsi pengembangan dan pemeliharaan, tujuan layanan konseling individu adalah untuk mengembangkan potensi-potensi individu dan memelihara unsur-unsur positif yang ada pada diri klien.<sup>4</sup>

Sedangkan menurut Prayitno tujuan konseling individual memungkinkan mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan guru pembimbing dalam rangka pembahasan dan pengentasan masalahnya<sup>5</sup> Adapun tujuan khusus konseling individual terkait dengan fungsi-fungsi konseling yaitu :

- 1) Fungsi pemahaman, melalui konseling individual konseli memahami seluk beluk masalah yang dialami secara mendalam dan komprehensif, serta positif dan dinamis.
- 2) Fungsi pengentasan, pemahaman itu mengarah kepada dikembangkan persepsi dan sikap serta kegiatan demi teratasnya secara spesifik masalah yang dialami konseli itu.

---

<sup>4</sup>Tohirin, *Op.Cit*, h. 158-159.

<sup>5</sup>Prayitno, *Pelayanan Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta : PT. Ikrar Mandiri Abadi, 2000), h 77.

- 3) Fungsi pengembangan dan pemeliharaan, pengembangan dan pemeliharaan potensi konseli dan berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang pemahaman dan pengentasan masalah konseli dapat dicapai.
- 4) Fungsi pencegahan pengembangan atau pemeliharaan potensi dan unsur-unsur yang ada pada diri konseli, diperkuat oleh trataskannya masalah, merupakan kekuatan bagi tercegahnya menjalarnya masalah yang sekarang sedang dialami itu, serta (harapkan) tercegah pula masalah-maslah baru yang mungkin timbul.
- 5) Fungsi advokasi. Apabila masalah yang dialami konseli menyangkutkan dilanggarnya hak-hak konseli sehingga konseli teraniaya dalam kadar tertentu, konseling individual dapat menangani sasaran yang bersifat advokasi.<sup>6</sup>

### 3. Langkah-langkah Konseling Individual.

Menurut Dewa Ketut Sukardi pelaksanaan usaha pengentasan permasalahan peserta didik, dapat mengikuti langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Pengenalan dan pemahaman masalah
- 2) Analisis yang tepat
- 3) Aplikasi dan pemecahan permasalahan.
- 4) Evaluasi, baik evaluasi awal, proses, ataupun evaluasi akhir.
- 5) Tindak lanjut.<sup>7</sup>

Kegiatan pengenalan dan pemahaman masalah dalam konseling, klaen dan konselor harus benar-benar memahami masalah yang dihadapi klaen, sedapat-dapatnya secara lengkap dan rinci. Pemahaman konselornya dan objektif sebagaimana adanya masalah itu. Hal itu perlu untuk menjamin ketetapan efektivitas, dan efisiensi proses konseling.

Usaha pemahaman masalah klien biasanya terkait langsung dengan kajian tentang sumber penyebab masalah itu. Meskipun upaya pemahaman masalah

---

<sup>6</sup>Citra Abriani, *Paduan Praktikum Bimbingan dan Konseling Pribadi –Sosial*, (Bandar Lampung, 2013), h, 49.

<sup>7</sup>Dewa Ketut Sukardi, *Op.Cit*, h, 47.

dan mengkaji tentang sumber-sumber penyebab dapat dipilih, namun pembahasan keduanya sering kali sukar dipisahkan. Dengan mengkaji sebab-sebab timbulnya masalah, klien dan konselor memperoleh pemahaman yang lebih lengkap dan mendalam tentang klien. Dalam hal ini proses konseling masih perlu dilanjutkan dengan penerapan metode khusus sesuai dengan rincian masalah dan sumber-sumber penyebabnya.

Kegiatan evaluasi ditunjukkan untuk menilai proses konseling pada umumnya, dan khususnya untuk melihat sampai berapa jauh masalah klien terentaskan, dan lebih khususnya lagi untuk mengetahui keefektifan metode-metode khusus yang dipakai. Dua pendekatan penilaian dapat ditempuh, yaitu penilaian dalam berproses dilakukan ketika proses konseling masih sedang berjalan. Penilaian ini sangat memerlukan keterampilan konseling, konselor dituntut secara simulasi melancarkan dialog dengan klien.

Upaya evaluasi dalam proses diakhiri dengan evaluasi akhir proses. konselor dapat meminta klien menyampaikan kesan-kesan dan perasaannya terhadap konseling dapat meminta klien menyampaikan kesan-kesan atau perasaannya. Terhadap konseling yang baru saja dijalaninya, hal-hal apa yang sudah dan belum ia peroleh, dan harapan-harapan, hasil evaluasi akhir ini dapat pula dikaitkan dengan rencana lebih lanjut klien.

#### 4. Proses Konseling Individu

Seperti halnya layanan-layanan yang lain, pelaksanaan konseling individu juga menempuh beberapa tahapan kegiatan, yaitu:

- a. Tahap perencanaan yang meliputi kegiatan:
  - 1) Mengidentifikasi klien
  - 2) Mengatur waktu pertemuan
  - 3) Mempersiapkan tempat dan perangkat teknis penyelenggaraan layanan
  - 4) Menetapkan fasilitas layanan
  - 5) Menyiapkan kelengkapan administrasi.
- b. Tahap pelaksanaan yang meliputi kegiatan:
  - 1) Menerima klien
  - 2) Menyelenggarakan penstrukturan
  - 3) Membahas masalah klien dengan menggunakan teknik-teknik.
  - 4) Mendorong pengentasan masalah klien (biasa digunakan teknik-teknik khusus)
  - 5) Memantapkan komitmen klien dalam pengentasan masalahnya.
  - 6) Melakukan penilaian segera
- c. Tahap melakukan evaluasi jangka pendek
- d. Tahap penganalisis hasil evaluasi (penafsiran hasil konseling individu yang telah dilaksanakan).
- e. Tahap tindak lanjut yang meliputi kegiatan:
  - 1) Menetapkan jenis arah tindak lanjut
  - 2) Mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak-pihak terkait.
  - 3) Melaksanakan tindak lanjut.

- f. Laporan yang meliputi kegiatan:
- 1) Menyusun laporan konseling perorangan
  - 2) Menyampaikan laporan kepada kepala sekolah atau madrasah pihak lain yang terkait.
  - 3) Mendokumentasikan laporan.<sup>8</sup>

Sedangkan menurutnya Dewa Ketut Sukardi tahap-tahap dalam konseling individu yaitu :

- a) Tahap pembukaan
- b) Tahap penjelasan
- c) Tahap perubahan tingkah laku
- d) Tahap penilaian/tindak lanjut.<sup>9</sup>

#### **5. Asas-asas Layanan Konseling Individual.**

Dalam konseling individual seorang konselor harus mempunyai asas-asas.

Adapun asas-asas dalam konseling individu adalah :

- 1) Asas kerahasiaan, yaitu segala sesuatu yang bicarakan klien kepada konselor tidak boleh disampaikan kepada orang lain, atau lebih-lebih hal atau keterangan yang tidak boleh atau tidak layak diketahui orang lain. Asas kerahasiaan ini merupakan asas kunci dalam usaha bimbingan dan konseling. Jika asas ini benar-benar dilaksanakan, maka peyelenggara atau pemberi bimbingan akan mendapat kepercayaan semua pihak.
- 2) Asas kesukarelaan, yaitu proses bimbingan dan konseling harus berlansung atas dasar kesukarelaan, baik dari pihak si terbimbing atau klien, maupun dari pihak konselor.
- 3) Asas keterbukaan, yaitu dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling sangat diperlukan suasana keterbukaan dari konselor maupun keterbukaan dari klien.
- 4) Asas kekinian, yaitu masalah-masalah yang sedang dirasakan bukan masalah yang sudah lampau, dan juga bukan masalah yang mungkin akan dialami dimasa yang akan datang.

---

<sup>8</sup>Tohirin, *Op. Cit*, h. 163

<sup>9</sup>Dewa Ketut Sukardi, *Op. Cit*, h. 47

- 5) Asas kegiatan, yaitu usaha bimbingan dan konseling tidak akan memberikan buah yang berarti bila klien tidak melakukan sendiri kegiatan dalam mencapai tujuan bimbingan dan konseling.
- 6) Asas keahlian, yaitu usaha bimbingan dan konseling perlu dilakukan oleh ahli secara teratur dan sistematis dengan menggunakan prosedur, teknik dan alat yang memadai.<sup>10</sup>

Dalam asas kerahasiaan konselor harus bisa menjaga rahasia atau informasi seseorang. Sebagaimana firman Allah SWT dalam Q.S An-Nur ayat 19:

إِنَّ الَّذِينَ يُحِبُّونَ أَنْ تَشِيعَ الْفَاحِشَةُ فِي الَّذِينَ ءَامَنُوا لَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ  
فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

Artinya :*Sesungguhnya orang-orang yang ingin agar (berita) perbuatan yang amat keji itu tersiar di kalangan orang-orang yang beriman, bagi mereka azab yang pedih di dunia dan di akhirat. dan Allah mengetahui, sedang, kamu tidak mengetahui. (Q.S An-Nur:19)*

Berdasarkan ayat al-Qur'an di atas dapat disimpulkan bahwa kita harus menjaga asas kerahasiaan, tidak menyampaikan masalah atau aib seseorang kepada siapapun, karena itu adalah salah satu amanah yang harus dirahasiakan, maka jika kita membongkar aib seseorang kepada orang lain akan menanggung sendiri akibatnya dan mendapatkan siksa yang pedih diakhirat nanti.

<sup>10</sup>Citra Abriani, *Op.Cit*, h. 50



Menurut kode etik dan standar mengenai praktik konseling dari *American*

*Counseling Association (ACA)*, telah digariskan beberapa hal yaitu:

- 1) Hubungan konseling
- 2) Kerahasiaan.
- 3) Tanggung jawab profesional
- 4) Hubungan dengan profesi lain.
- 5) Evaluasi, penilaian, dan interpretasi.
- 6) Teaching training dan supervise.
- 7) Riset dan publikasi
- 8) Memecahkan isu-isu etika.<sup>11</sup>

## 6. Kelemahan dan Kelebihan Konseling Individu

### a. Kelemahan

- 1) Terlalu banyak menekankan pada tilikan intelektual dalam upaya perubahan
- 2) Penekanan yang berlebihan pada pengalaman, nilai, minat subjektif sebagai penentu perilaku.
- 3) Meminimalkan faktor biologis dan riwayat masa lalu
- 4) Terlalu banyak menekankan tanggung jawab pada keterampilan diagnostic konselor.

### b. Kelebihan

- 1) Keyakinan yang optimistic bahwa setiap orang dapat berubah, dapat mencapai sesuatu, arah evaluasi manusia bersifat positif.
- 2) Penekanan hubungan konseling sebagai suatu media untuk mengubah klien.
- 3) Menekan bahwa masyarakat tidak sakit atau salah, akan tetapi manusianya yang sakit atau salah.

---

<sup>11</sup>Sopyan S. Willis, *Op.Cit*, h. 228

## 7. Keterampilan dasar konseling individu

Sebuah keterampilan mikro paling baik dipelajari dalam suatu rangkaian yang dapat dipelajari dan di peraktikan. Sehingga keterampilan yang sebelumnya dapat terbangun dari keterampilan-keterampilan sebelumnya. Salah satu yang harus dimiliki oleh konselor dalam keterampilan-keterampilan konseling baik individu maupun kelompok :

### a. Melibatkan diri dan mendengar.

Pelibatan diri adalah proses yang berkelanjutan. Fungsi utama seorang konselor adalah berniat dan bersungguh-sungguh mendengarkan, mendengarkan dengan sikap menunjukkan ketertarikan meliputi penggunaan respon minimal, permintaan-permintaan singkat untuk melanjutkan pembicaraan, prilaku non-Verbal, Suara, dan sikap diam.

Respon-respon minimal bisa dalam bentuk verbal maupun non-verbal. Sikap melibatkan diri dengan klien dapat ditingkatkan dengan penyesuaian prilaku non-verbal seperti tubuh, penyesuaian nada, dan kecepatan ekspresi verbal dan penyesuaian kontak mata yang wajar. Gerakan-gerakan cepat dari seorang konselor dapat mengganggu konsentrasi klien.

Sikap diam penting untuk memberi klien waktu berpikir dan merenungi apa yang telah dikatakannya.

### b. Memparafrasakan Isi

Parafrasa adalah cara mereflaksikan kembali pada klien isi pembicaraan klien yang penting tetapi secara lebih jelas dan menggunakan kata-kata konselor sendiri. Membeo adalah tindakan

pengulangan kata-kata, pem-beo-ayang hanya dilakukan sekali bila dimanfaatkan untuk menekankan arti penting dari hal-hal yang telah dikatakan klien atau untuk membantu klien melengkapi pernyataan yang belum ia selesaikan. Parafrase seiring dengan penggunaan respon-respon minimal membantu klien berjalan mengikuti aliran pemikiran dan melanjutkan pembicaraan.

c. Refleksi Perasaan

Perasaan adalah emosi, bukan pikiran. Perasaan dialami pada batas level perut bukan batas level kepala. Perasaan biasanya diungkapkan dengan satu kata misalnya sedih, senang, kesepian dan sebagainya. Mengekskiskan perasaan-perasaan klien kepada klien sendiri adalah cara yang bermanfaat untuk membantu pelepasan beban emosional dengan efek penyembuhan.

d. Parafrasa isi dan Refleksi perasaan

Refleksi isi dan perasaan digabungkan dalam satu kalimat pernyataan. Ada saat-saat ketika situasi lebih efektif bagi anda untuk memrefleksikan perasaan saja, atau isi saja, bukan kedua-duanya.

e. Penggunaan dan Penyalahgunaan Pertanyaan –Pertanyaan

1. Problema-problema yang dapat timbul karena terlalu banyak memberikan pertanyaan berkait dengan sejumlah faktor yang meliputi: (a)Sesi konseling akan menjadi sesi interogasi. (b) Konselor dapat mengalihkan klien dari persoalan yang sebenarnya jika mengendalikan arah jalannya sesi. (c) Klien bisa jadi akan berhenti mengeksplorasikan dunia mereka sendiri
2. Pertanyaan-pertanyaan tertutup: (a) Menuntut pada jawaban spesifik. (b) Membatasi klien dalam memberikan respons. (c)

Membantu klien untuk lebih detail. (d) Berguna untuk menarik informasi-informasi tertentu

3. Pertanyaan terbuka mendorong klien untuk: (a) Menyampaikan informasi-informasi baru. (b) Berbicara bebas dan terbuka. (c) Menyampaikan hal-hal yang paling penting.

- f. Membuat rangkuman/merangkuman berfungsi untuk : (a). Menarik poin-poin penting., (b) melihat keterkaitan antara poin-poin tersebut, (c) menyajikan pada klien dengan cara yang jelas dan tepat.

- g. Menciptakan Akhir yang Menenangkan<sup>12</sup>

## **B. *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)***

### **1. *Pengertian Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)***

*Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* adalah pendekatan yang dikembangkan oleh Albert Ellis yang menekankan pada pentingnya peran pikiran pada tingkah laku. *Therapy REBT* adalah pendekatan yang bersifat direktif, yaitu pendekatan yang membelajarkan kembali konseli untuk memahami input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional, mencoba mengubah pikiran konseli agar membiarkan pikiran-pikiran irasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat atau konsekuensi dari tingkah laku yang sering muncul.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup>Kathryn Geldard, David Geldard, *Keterampilan Praktik Konseling Pendekatan Integratif* (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2011), h 41-139

<sup>13</sup>Gantiana K, Eka. W, dan Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*. (Jakarta Barat : PT Indeks, 2011) h, 201-202.

Adapun menurut W.S Winkel dalam bukunya *Bimbingan dan Konseling di Intansi Pendidikan* adalah pendekatan konseling yang menekankan kebersamaan dan intraksi antar berpikir dengan akal sehat, berperasaan dan bertingkah laku, serta menekankan pada perubahan yang mendalam dalam cara berfikir dan berperasaan yang berakibat pada perubahan perasaan dan perilaku.<sup>14</sup>

Beberapa definisi di atas dapat disimpulkan, bahwa terapi rasional emotif behavior therapy merupakan terapi yang berusaha menghilangkan cara berfikir klien yang tidak logis, tidak rasional dan menggantinya dengan sesuatu yang logis dan rasional dengan mengonfrontasikan konseli dengan keyakinan irasionalnya serta menyerang, menantang, mempertanyakan, dan membahas keyakinan-keyakinan yang irasional.

## 2. Pandangan *Rational Emotive Behavior Therapy* Terhadap Manusia

Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) memandang manusia sebagai individu yang didominasi oleh sistem berfikir dan sistem perasaan yang berkait dalam sistem psikis individu. Keberfungsian individu secara psikologis ditentukan oleh pikiran, perasaan, dan tingkah laku. Secara khusus pendekatan *Rasional Emotive Behavior Therapy* berasumsi bahwa individu memiliki karakteristik sebagai berikut :

1. Individu memiliki potensi yang unik untuk berfikir rasional dan irasional
2. Pikiran irasional berasal dari proses belajar yang irasional yang dapat dari orang tua dan budayanya.
3. Manusia adalah makhluk verbal dan berpikir melalui simbol dan bahasa dengan demikian gangguan emosi yang dialami individu disebabkan oleh verbalisasi ide dan pemikiran irasional.

---

<sup>14</sup>W.S Winkel, *Bimbingan dan Konseing di Intansi Pendidikan*, (Jakarta : PT. Gramedia, 2007), h. 364.

4. Gangguan emosional yang disebabkan oleh verbalisasi diri (self verbalising) yang terus menerus dan persepsi serta sikap terhadap kejadian merupakan akar permasalahan bukan karena kejadian itu sendiri.
5. Individu memiliki potensi untuk mengubah arah hidup personal dan soalnya.
6. Pikiran dan perasaan yang negatif dan merusak diri dapat diserang dengan mengorganisasikan kembali persepsi dan pemikiran, sehingga menjadi logis dan rasional (George & Cristiani)

Contoh berpikir tidak logis yang biasanya banyak menguasai individu adalah :

1. Saya harus sempurna
2. Saya baru saja melakukan kesalahan, bodoh sekali !
3. Ini adalah bukti bahwa saya tidak sempurna, maka saya tidak berguna.

Ellis Mengidentifikasi sebelas keyakinan irasional individu yang dapat mengakibatkan masalah, yaitu :

1. Dicintai dan disetujui oleh orang lain adalah sesuatu yang sangat esensial.
2. Untuk menjadi orang yang berharga, individu harus kompeten dan mencapai setiap usahanya.
3. Orang yang tidak bermoral, kriminal dan nakal merupakan pihak yang harus disalahkan.
4. Hal yang sangat buruk dan menyebalkan adalah bila segala sesuatu tidak terjadi seperti yang saya harapkan.
5. Ketidak bahagiaan merupakan hasil dari peristiwa eksternal yang tidak dapat dikontrol oleh diri sendiri.
6. Sesuatu yang membahayakan harus menjadi perhatian dan harus selalu diingat dalam pikiran.
7. Lari dari kesulitan dan tanggung jawab lebih mudah dari pada menghadapinya
8. Seseorang harus memiliki orang lain sebagai tempat bergantung dan harus memiliki seseorang yang lebih kuat yang dapat menjadi tempat bersandar.

9. Masa lalu menentukan tingkah laku saat ini dan tidak bisa diubah.
10. Individu beranggung jawab atas masalah dan kesulitan yang dialami oleh orang lain.
11. Selalu ada jawaban yang benar untuk setiap masalah. Dengan demikian, kegagalan mendapatkan jawaban yang benar merupakan bencana <sup>15</sup>

### 3. Konsep-konsep Dasar *Rational Emotive Behavior Therapy*

Konsep dasar REBT mengikuti pola yang didasarkan pada teori A-B-C, teori ABC adalah teori tentang keperibadian individu dari sudut pandang pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Diagram dibawah ini akan menjelaskan interaksi dari berbagai komponen yang sedang dibahas.



Keterangan: A (Activity) Peristiwa yang mengaktifkan atau menggerakkan individu.

B (*Beliefs*) Keyakinan

C (*Consequences*) konsekuensi emosi dan perilaku

D (*Dispute irrational beliefs*) intervensi yang meragukan/membantah

E (*Effect*) efek

F (*Further action/new feeling*) perasaan baru.

<sup>15</sup> Gantina K, Eka W, karsih, *Op.Cit.* h 205

Teori ABCDEF menduduki posisi sentral dalam teori dan praktek REBT. A (Peristiwa yang mengaktifkan atau menggerakkan individu) tidak menjadi penyebab C (konsekuensi emosi dan perilaku), melainkan B (keyakinan si pribadi pada A) banyak menjadi penyebab C (konsekuensi emosi dan perilaku). Reaksi emosi yang terganggu seperti ketakutan dimulai dan dilanggengkan oleh sistem keyakinan yang didasarkan pada ide-ide irasional yang telah ditemukan dan dikembangkan sendiri.

Setelah A, B, dan C maka munculah D yang meragukan/membantah yang dapat menolong klien menantang keyakinan irasional mereka, meliputi 3 komponen yaitu mendeteksi keyakinan irasional, memperdebatkan keyakinan, dan mendiskriminasi keyakinan irasional dan rasional. Kemudian sampailah pada E (falsafah efektif) yang terdiri dari menggantikan pikiran yang tidak pada tempatnya dengan yang cocok. Apakah berhasil melakukan ini, terciptalah F (Perangkat perasa yang baru).<sup>16</sup>

Irasional menjadi pola pikir yang lebih rasional. Berdasarkan konsep di atas, maka dapat dijelaskan bahwa :

- a. A1 (*activing event*) = peserta didik kesulitan belajar  
A2= (*Inferences about what happened*) = peserta didik berkesimpulan bahwa dia tidak bisa seperti teman-temanya
- b. B (*belief about A*)= peserta didik kesulitan belajar merasa tidak mampu dalam belajarnya, dan merasa semakin terancam.

---

<sup>16</sup>Gerald Corey, *Op.Cit*, h. 466.



- c. C (*consequences*)= emosi (peserta didik menjadi malu) dan perilaku (Peserta didik tidak masuk sekolah).

Berdasarkan uraian di atas, penulis dapat menyimpulkan bahwa kesulitan belajar merupakan akibat dari keyakinan irasionalnya yang berasal dari pandangan dia terhadap peristiwa yang dihadapinya.

#### 4. Teknik *Rational Emotif Behaviour Therapy*

*Rational Emotif Behaviour Therapy* menggunakan berbagai teknik yang bersifat kognitif, afektif, behavioral yang disesuaikan dengan kondisi klien. Teknik-teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* sebagai berikut :

a. Kognitif, meliputi :

- 1) *Dispute kognitif*, adalah usaha untuk mengubah keyakinan irasional konseli melalui teknik bertanya (*questioning*) meliputi pertanyaan untuk melakukan *dispute* logis, pertanyaan untuk *reality testing*, pertanyaan untuk *pragmatic disputation*.
- 2) Analisis rasional, teknik untuk mengajarkan konseli bagaimana membuka dan mendebat keyakinan irasional.
- 3) *Dispute* standard ganda, mengajarkan konseli melihat dirinya memiliki standard ganda tentang dirinya, orang lain, dan lingkungan sekitar.
- 4) Skala katas tropi, membuat proposal tentang peristiwa-peristiwa yang menyakitkan. Misalnya dari 100 % buatlah prosentase peristiwa yang menyakitkan, urutkan dari yang paling tinggi prosentasenya sampai yang paling rendah.

- 5) *Devil's advocate* atau *rational role reversal*, yaitu meminta konseli untuk memainkan peran menjadi konseli yang irasional yang diverbalisasikan.
  - 6) Membuat *Frame* ulang, mengevaluasi kembali hal-hal yang mengecewakan dan tidak menyenangkan dengan mengubah *frame* berfikir konseli.
- b. Teknik Emotif, meliputi :
- 1) Dispute imajinasi, konselor meminta konseli untuk membayangkan dirinya kembali pada situasi yang menjadi masalah dan melihat apakah emosinya telah berubah. Bila ya, maka konselor meminta konseli untuk mengatakan pada dirinya sebagai individu yang berfikir lebih rasional dan mengulang kembali proses di atas.
  - 2) Kartu kontrol emosional, berisi dua katagori perasaan yang paralel yaitu perasaan yang tidak seharusnya atau merusak diri dan perasaan yang sesuai atau tidak merusak diri.
  - 3) Proyeksi waktu, meminta konseli mevisualisasikan kejadian yang tidak menyenangkan ketika kejadian itu terjadi, setelah itu membayangkan seminggu kemudian, sebulan kemudian, enam bulan kemudian, dan seterusnya agar konseli dapat melihat bahwa hidup berjalan dan membutuhkan penyesuaian.
  - 4) Teknik melebih-lebihkan, meminta konseli membayangkan kejadian yang menyakitkan atau kejadian yang menakutkan, kemudian melebih-lebihkan sampai pada taraf yang paling tinggi dengan tujuan agar konseli dapat mengontrol ketakutannya.

c. Teknik Behavioral, meliputi :

- 1) *Dispute* tingkah laku, memberi kesempatan kepada konseli untuk mengalami kejadian yang menyebabkannya berfikir irasional dan melawan keyakinan tersebut.
- 2) Bermain peran, konseli melakukan role play tingkah laku baru yang sesuai dengan keyakinan yang rasional.
- 3) Peran rasional terbaik, yaitu meminta konseli untuk memainkan peran yang memiliki keyakinan rasional sementara konselor memainkan peran menjadi konseli yang irasional. Konseli melawan keyakinan irasional konselor dengan keyakinan rasional yang diverbalisasikan.
- 4) Pengalaman langsung, konseli secara sengaja memasuki situasi yang menakutkan. Proses ini dilakukan melalui perencanaan dan penerapan keterampilan mengatasi masalah (*coping skills*) yang telah dipelajari sebelumnya.
- 5) Menyerang rasa malu, melakukan konfrontasi terhadap kekuatan untuk malu dengan secara sengaja bertingkah laku yang melakukan dan mengundang ketidaksetujuan lingkungan sekitar. Dalam hal ini konseli diajarkan mengelola dan mengantisipasi perasaan malunya.<sup>17</sup>

---

<sup>17</sup> Gantina. K Eka. W, dan Karsih, *Op. Cit*, h .220.

## 5. Tujuan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Tujuan utama teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah membantu individu menyadari bahwa mereka dapat hidup dengan lebih rasional dan lebih produktif. Secara lebih gampai, REBT mengajarkan individu untuk mengoreksi kesalahan berfikir dan tingkah laku yang merusak diri. Secara umum, REBT mendukung konseli untuk menjadi lebih toleran terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungan.<sup>18</sup>

## 6. Langkah-langkah *Rational Emotif Behaviour Therapy*

Untuk mencapai tujuan *Rational Emotif Behavior Therapy* (REBT) konselor melakukan langkah-langkah konseling antara lainnya :

- a. Berkerjasama dengan konseli (*engage with client*)
  - 1) Membangun hubungan dengan konseli yang dapat dicapai dengan mengembangkan empati, kehangatan, dan penghargaan.
  - 2) Memperhatikan tentang “*secondary disturbances*” atau hal mengganggu konseli yang mendorong konseli mencari bantuan.
  - 3) Memperlihatkan kepada konseli tentang kemungkinan perubahan yang bisa dicapai dan kemampuan konselor untuk membantu konseli mencapai tujuan konseling.
  
- b. Melakukan asesmen terhadap masalah, orang, dan situasi.
  - 1) Mulai dengan mengidentifikasi pandangan-pandangan tentang apa yang menurut konseli salah.
  - 2) Perhatikan bagaimana perasaan konseli mengalami masalah ini.

---

<sup>18</sup>Muhammad Surya, *Teori-teori Konseling*, (Bandung: Putaka Bani Quraisi, 2003), h. 17

- 3) Laksanakan asesmen secara umum dengan mengidentifikasi latar belakang personal dan sosial, kedalam masalah, hubungan dengan keperibadian individu, dan sebab-sebab non-psikis.
- c. Mempersiapkan konseli untuk terapi (*prepare the client for therapy*)
- 1) Mengklarifikasi dan menyetujui tujuan konseling dan motivasi konseli untuk berubah.
  - 2) Mendiskusikan pendekatan yang akan digunakan dan implementasinya.
- d. Mengimplementasikan program penenangan (*implement the tretmen program*)
- 1) Menganalisis episode spesifik dimana inti masalah itu terjadi, menemukan keyakinan-keyakinan yang terlibat dalam masalah, dan mengembangkan *homework*.
  - 2) Mengembangkan tugas-tugas tingkah laku untuk mengurangi ketakutan atau memodifikasi tingkah laku.
  - 3) Menggunakan teknik-teknik tambahan yang diperlukan.
- e. Mengevaluasi kemajuan (*evaluate progress*)
- Pada menjelang akhir intervensi konselor memastikan apakah konseli mencapai perubahan yang signifikan dalam berfikir atau perubahan tersebut disebabkan oleh faktor lain.
- f. Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling (*prepare the client for termination*)
- Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri proses konseling dengan menguatkan kembali hasil yang sudah dicapai. Selain itu,

mempersiapkan konseli untuk dapat menerima adanya kemungkinan mengalami masalah kembali dikemudian hari.<sup>19</sup>

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

1. Kelebihan.
  - a. Pendekatan ini jelas, mudah dipelajari dan efektif. Kebanyakan konseli hanya mengalami sedikit kesulitan dalam mengalami perinsif ataupun terminologi *Rational Emotive Behavior Therapy*.
  - b. Pendekatan ini dapat dengan mudah dikombinasikan dengan teknik tingkah laku lainnya untuk membantu klien untuk mengalami apa yang mereka pelajari lebih jauh.
  - c. Pendekatan ini relatif singkat dan konseli dapat melanjutkan penggunaan pendekatan ini secara sesungguhnya.
  - d. Pendekatan ini telah menghasilkan banyak literatur untuk konseli dan konselor. Hanya sedikit teori yang dapat mengembangkan billiotrapi seperti ini.
  - e. Pendekatan ini terus menerus berevolusi selama bertahun-tahun dan teknik-tekniknya telah diperbaiki.
  - f. Pendekatan ini telah dibuktikan efektif dalam mengatasi gangguan kesehatan mental parah seperti defresi atau kecemasan.
2. Kelemahan.
  - a. Pendekatan ini tidak dapat digunakan secara efektif pada individu yang mempunyai gangguan atau keterbatasan mental, seperti schizophrenia, dan mereka yang mempunyai kelainan pemikiran yang berat.

---

<sup>19</sup> Gantina. K, Eka. W, dan Karsih, *Op.Cit*, h. 217,

- b. Pendekatan ini terlalu diasosiasikan dengan penemuan Albert Ellis banyak individu yang mengalami kesulitan dalam memisahkan teori dari koeksentrikan Ellis.
- c. Pendekatan ini langsung dan berpotensi membuat konselor terlalu fanatik dan ada kemungkinan tidak memperlakukan konseli dengan seideal mungkin.
- d. Pendekatan yang menekankan pada perubahan pikiran bukanlah cara yang paling sederhana dalam membantu konseli mengubah emosinya.

## C. Kesulitan Belajar

### 1. Pengertian Kesulitan belajar,

Kesulitan belajar merupakan terjemahan dari bahasa inggris *learning disability*. Terjemahan tersebut sesungguhnya kurang tepat karena *learning* artinya *belajar* dan *disability* artinya *ketidak mampuan*, sehingga terjemahan yang benar seharusnya adalah *ketidak mampuan belajar*.<sup>20</sup> Kesulitan belajar juga merupakan suatu kondisi yang tidak dapat disembuhkan, namun apabila mendapat pelayanan intervensi yang tepat maka individu yang mengalami kesulitan belajar akan mengalami kesuksesan dalam belajar dan berkarier.

Kesulitan belajar dapat diklasifikasikan dalam kesulitan dalam mendengar, kesulitan melakukan ekspresi secara lisan, kesulitan membaca dan mengarang, kesulitan dalam matematika yaitu dalam kalkulasi hitungan soal. Dalam pengembangan kesulitan belajar, para ahli yang berkecimpung dalam

---

<sup>20</sup>Mulyono Abdurrahman, *anak berkesulitan belajar*, (Jakarta : Reneka Cipta, 2012), h. 1

bidang ini antara lain Mayer & Hammil, Brutton, Richardson & Mangel, Learner, reid, dan herisko, Reid, Kirk dan Gallagher mengemukakan bahwa kesulitan belajar mencakup rentang yang luas, yang meliputi : kesulitan dalam perkembangan motorik, kesulitan dalam perhatian, kesulitan persepsi, kesulitan dalam mengiat, mendengar, membaca, berbicara, aritmatik, konsep diri dan keterampilan sosial.

Adapun Menurut Kirk dan Gallagher mengklasifikasikan kesulitan belajar dalam dua klasifikasi. Klasifikasi pertama berkaitan dengan aspek-aspek yang menyangkut kesulitan dalam mempelajari tugas-tugas perkembangan (*deflopmental learning disabilities*) yang mencakup kesulitan merumuskan perhatian, kesulitan dalam mengiat informasi, kesulitan dalam persepsi dan perseptual motorik, kesulitan dalam proses berpikir dan kesulitan dalam perkembangan bahasa. Klasifikasi kedua mencakup aspek pengelolaan informasi.

Menurut Lee, Haris Graham) kesulitan belajar di klasifikasikan kesulitan belajar akademik (*akademic disabilities*), yang mencakup kesulitan membaca, kesulitan menulis, dan kesulitan matematika dan kesulitan akademik lainnya serta kesulitan berperilaku.<sup>21</sup> di dalam kesulitan belajar ini mempunyai pengertian yang luas dan kedalamannya termasuk pengertian-pengertian sebagai berikut :

a. *Learning Disorder* (Ketergangguan Belajar)

Adalah keadaan dimana proses belajar seseorang terganggu karena timbulnya respon yang bertentangan. Pada dasarnya orang yang mengalami gangguan belajar, prestasi belajarnya tidak terganggu atau terlambat oleh adanya respon-respon yang bertentangan.

---

<sup>21</sup> Martini Jamaris, *Kesulitan Belajar Perspektif, Asasmen, dan Penanggulangannya bagi anak usia dini dan usia sekolah*, ( bogor : Ghalia Indonesia, 2014), 32-33



b. *Learning Disabilities* (Ketidak mampuan Belajar)

Adalah ketidak mampuan seorang murid yang mengacu kepada gejala dimana murid tidak mampu belajarnya dibawah potensi intelektualnya.

c. *Learning Dysfunction* (Ketidak fungsian belajar )

Menunjukkan gejala dimana proses belajar tidak berfungsi dengan baik meskipun pada dasarnya tidak ada tanda-tanda subnormalitas mental, gangguan alat indra atau gangguan-psikologis lainnya.

d. *Under Achiever* (Pencapaian rendah )

Adalah mengacu kepada murid-murid yang memiliki tingkat potensi intelektual di atas norma, tetapi belajarnya tergolong rendah.

e. *Slow Learner* (Lambat belajar )

Adalah peserta didik yang lambat dalam proses belajarnya sehingga membutuhkan waktu dibandingkan dengan murid-murid lain yang memiliki taraf potensi intelektual yang sama.

Adapun yang tergolong seperti yang telah disebutkan di atas, maka mereka akan mengalami kesulitan belajar yang ditandai dengan adanya hambatan-hambatan dalam peroses belajar.<sup>22</sup>

Beberapa devinisi pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa kesulitan belajar adalah keadaan peserta didik tidak dapat belajar secara wajar, disebabkan adanya ancaman, hambatan ataupun gangguan dalam belajar dan kondisi ini tidak dapat disembuhkan, namun apabila mendapat pelayanan intervensi yang tepat maka individu yang mengalami kesulitan belajar akan mengalami kesuksesan belajar dan berkarier. Berdasarkan hal tersebut untuk

---

<sup>22</sup>Mulyadi, *Diagnosis Kesulitan Belajar dan Terhadap Kesulitan Belajar Khusus*, ( Yogyakarta : Nuha Litera 2010) h. 6-7

mencapai hal tertentu maka sangatlah penting adanya bantuan atau bimbingan terhadap anak didik tersebut guna membantu mengatasi kesulitan belajar, sesuai dengan pendapat di atas maka kesulitan belajar di sini yaitu hambatan-hambatan dalam proses belajar seperti lambat dalam mengerjakan tugas-tugas kegiatan belajar (tidak tepat dengan waktu yang ditentukan dari sekolah).

## 2. Kriteria Kesulitan Belajar

Kesulitan belajar dapat dipahami melalui berbagai definisi yang dikemukakan oleh berbagai ahli dan asosiasi ahli kesulitan belajar.

Menurut Moh. Surya yang dikutip oleh Hallen dalam bukunya yang berjudul *Bimbingan dan Konseling* menyatakan bahwa ada beberapa ciri tingkah laku yang merupakan indikator dari gejala kesulitan belajar antara lain :

- a. Menunjukkan hasil belajar yang rendah di bawah rata-rata nilai yang dicapai oleh kelompoknya atau dibawah potensi yang dimilikinya.
- b. Hasil yang dicapai tidak seimbang dengan usaha yang telah dilakukan, mungkin ada peserta didik yang selalu berusaha untuk belajar dengan giat tapi nilai yang dicapai selalu rendah.
- c. Lambat dalam melakukan tugas-tugas kegiatan belajar. Ia selalu tertinggal dari kawan-kawannya dalam menyelesaikan tugas-tugas sesuai dengan waktu yang tersedia. Misalnya rata-rata anak dapat menyelesaikan suatu tugas dalam waktu 40 menit, maka peserta didik yang menghadapi kesulitan belajar akan waktu yang lebih lama.
- d. Menunjukkan sikap-sikap yang kurang wajar, seperti acuh tak acuh, menentang dan sebagainya.
- e. Menunjukkan tingkah laku yang kurang wajar, seperti membolos, datang terlambat, tidak mengerjakan pekerjaan rumah, mengganggu di dalam atau di luar kelas, tidak mau mencatat pelajaran, tidak teratur dalam kegiatan belajar, mengasingkan diri, tersisih, tidak mau berkerja sama dan sebagainya.

- f. Menunjukkan gejala emosional yang kurang wajar, seperti pemurung, mudah tersinggung, pemarah, tidak atau kurang gembira dalam menghadapi situasi tertentu, misalnya dalam menghadapi nilai rendah tidak menunjukkan adanya perasaan sedih atau menyesal, dan sebagainya.<sup>23</sup>

Adanya pendapat di atas maka penulis mengambil kesimpulan bahwa seseorang dapat diduga mengalami kesulitan belajar jika tersebut tidak dapat atau tidak mampu mencapai hasil belajar tertentu yang telah ditentukan.

### **3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesulitan belajar.**

- a. Faktor-faktor yang bersumber dari diri Individu.

Banyak faktor yang ada dalam diri individu atau pelajar yang mempengaruhi usaha dan keberhasilan belajarnya. Faktor-faktor tersebut menyangkut aspek jasmani maupun rohaniah dari individu.

Aspek jasmani mencakup kondisi fisik yang berbeda, ada yang tahan belajar selama lima atau enam jam terus-menerus, tetapi ada juga yang hanya tahan satu dua jam saja.

Kondisi fisik menyangkut pula kelengkapan dan kesehatan indra penglihatan, pendengaran, perabaan, penciuman dan pengecapan. Indra yang paling penting dalam belajar adalah penglihatan dan pendengaran. Seseorang yang penglihatan dan pendengarannya kurang baik pula

---

<sup>23</sup>Makmun Khairani, *Psikologi Belajar*, (Yogyakarta : Aswaja Pressindo, 2013), h. 201.

terhadap usaha dan hasil belajarnya. Kesehatan merupakan syarat mutlak bagi keberhasilan belajar.<sup>24</sup>

Aspek Psikis atau Rohani tidak kalah pentingnya dalam belajar dengan aspek jasmani. Aspek psikis menyangkut kondisi kesehatan psikis, kemampuan-kemampuan intelektual, sosial, psikomotor, serta kondisi afektif dan kognitif dari individu. Untuk kelancaran belajar bukan hanya dituntut kesehatan jasmani tetapi juga kesehatan rohaniah. Seseorang yang sehat rohaninya adalah orang yang terbebas dari tekanan-tekanan batin yang mendalam, gangguan-gangguan perasaan, kebiasaan-kebiasaan buruk yang mengganggu, frustrasi, konflik-konflik psikis.<sup>25</sup>

Kondisi Intelektual juga berpengaruh terhadap keberhasilan belajar. Kondisi intelektual ini menyangkut tingkat kecerdasan, bakat-bakat, baik bakat sekolah maupun bakat pekerjaan. Juga termasuk kondisi intelektual adalah penguasaan peserta didik akan pengetahuan atau pelajaran-pelajaran yang lalu.<sup>26</sup> Kondisi sosial menyangkut hubungan peserta didik dengan orang lain, baik guru, teman, orang tua maupun orang-orang yang lainnya. Hal lain yang ada pada diri individu yang juga berpengaruh

---

<sup>24</sup>Nana Syaodih Sukmadinata, *landasan psikologi proses pendidikan proses pendidikan*, (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2003), h.162.

<sup>25</sup>*Ibid*,

<sup>26</sup>*Ibid*

terhadap kondisi belajar adalah situasi afektif, selain ketenangan dan ketentraman psikis juga motivasi untuk belajar.<sup>27</sup>

b. Faktor-faktor bersumber dari lingkungan.

Keberhasilan belajar juga sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor di luar diri peserta didik, baik faktor fisik maupun sosial-psikologis yang berada pada lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Keluarga, merupakan lingkungan pertama dan utama dalam pendidikan, memberi landasan dasar bagi proses belajar pada lingkungan sekolah dan masyarakat. Faktor-faktor fisik dan sosial psikologis yang ada dalam keluarga sangat berpengaruh terhadap perkembangan belajar anak.

Termasuk faktor fisik dalam lingkungan keluarga adalah : keadaan rumah dan ruangan tempat belajar, sarana dan prasarana belajar yang ada, suasana dalam rumah apakah tenang atau banyak kegaduhan, juga suasana lingkungan di sekitar rumah.<sup>28</sup>

Lingkungan sekolah juga memegang peran penting bagi perkembangan belajar para peserta didiknya. Lingkungan ini meliputi lingkungan fisik sekolah seperti lingkungan kampus, sarana dan prasarana belajar yang ada, sumber-sumber belajar, media belajar dan sebagainya lingkungan sosial yang menyangkut hubungan peserta didik dengan teman-temannya, guru-gurunya serta staf sekolah yang lain. Lingkungan

---

<sup>27</sup>*Ibid*, h.163

<sup>28</sup>*Ibid*

sekolah juga menyangkut lingkungan akademis, yaitu suasana dan pelaksanaan kegiatan belajar-mengajar, berbagai kegiatan kurikuler dan sebagainya. Lingkungan masyarakat di mana peserta didik atau individu berada juga berpengaruh terhadap semangat aktivitas belajarnya.<sup>29</sup>

#### 4. Faktor Internal dan Eksternal.

Banyak sudah para ahli yang mengemukakan faktor-faktor penyebab kesulitan belajar dengan sudut pandang mereka masing-masing. Ada yang meninjau dari sudut intern anak didik dan ektran anak didik. Muhibbin Syah, misalnya, melihatnya dari kedua aspek.

Menurut faktor-faktor anak didik meliputi gangguan atau kekurangmampuan psiko-fisik anak didik, yakni berikut ini.

1. Yang bersifat kognitif (ranah cifta), antara lain seperti rendahnya kapasitas intelektual/intelegensi anak didik.
2. Yang bersifat afektif (ranah rasa), antara lain seperti labilnya emosi dan sikap.
3. Yang bersifat psikomotor (ranah karsa), antara lain seperti terganggunya alat-alat indra penglihatan dan pendengaran (mata dan telinga).<sup>30</sup>

Sedangkan faktor eksternal anak didik meliputi semua situasi dan kondisi lingkungan sekitar yang tidak mendukung aktivitas belajar anak didik. Faktor lingkungan ini meliputi :

---

<sup>29</sup>*Ibid*, h. 164,165.

<sup>30</sup>Syaiful Bahri Djamarah, *Op.Cit* .h. 235.

1. Lingkungan keluarga, contohnya; ketidakharmonisan hubungan antara ayah dengan ibu, dan rendahnya kehidupan ekonomi keluarga.
2. Lingkungan perkampungan/masyarakat, contohnya: wilayah perkampungan kumuh (*slum area*) dan teman sepermainan (*peer group*) yang nakal.
3. Lingkungan sekolah, contohnya: kondisi dan letak gedung sekolah yang buruk seperti dekat pasar, kondisi guru serta alat-alat belajar yang berkualitas rendah.<sup>31</sup>

## 5. Gejala-gejala Kesulitan Belajar.

Beberapa gejala kesulitan belajar peserta didik memiliki :

- a. Menunjukkan prestasi yang rendah
- b. Hasil yang dicapai tidak seimbang dengan usaha yang dilakukan
- c. Lambat dalam melaksanakan tugas-tugas belajar
- d. Menunjukkan sikap yang kurang wajar
- e. Menunjukkan tingkah laku yang berlainan
- f. Menunjukkan gejala emosional.<sup>32</sup>

Berdasarkan pendapat di atas gejala yang tampak pada peserta didik yang mengalami kesulitan dalam belajar yaitu dapat dilihat dari prestasi belajar peserta didik yang rendah, lambat, dalam melaksanakan tugas belajar, menunjukkan sikap dan perilaku yang tidak wajar, dan tingkat emosional yang tinggi.

---

<sup>31</sup>*Ibid* , h. 236.

<sup>32</sup>Abu Ahmadi dan Widodo Supriyono, *Psikologi Belajar*, (Jakarta: PT Rinika Cifta, 2013)

## 6 Diagnosis Kesulitan Belajar

Berdasarkan gejala-gejala di atas, guru pembimbingan dapat melakukan penyelidikan untuk mentahuai kesulitan peserta didik dalam belajar, yaitu dengan cara:

a. Observasi

Memperoleh data dengan pengamatan langsung terhadap peserta didik yang bersangkutan.

b. Interview

Memperoleh data dengan wawancara langsung kepada yang bersangkutan dan kepada orang lain yang dapat memberikan informasi tentang siswa tersebut.

c. Test Diagnostik

Mengumpulkan data dengan memberikan tes kepada.

d. Dokumentasi

Mengumpulkan data dengan melihat catatan-catatan, arsip-arsip, dan dokumen-dokumen yang berhubungan dengan siswa yang diselidiki.<sup>33</sup>

Sedangkan menurut pendapat Samuel A. Kirk, prosedur diagnosis mencakup lima langkah : a) Menentukan potensi atau kapasitas anak, b) Menentukan taraf kemampuan dalam suatu bidang studi yang memerlukan pengajaran remedial, c) Menentukan gejala kegagalan dalam suatu bidang studi, d) Menganalisis faktor-faktor yang terkait, e) Menyusun rekomendasi untuk

---

<sup>33</sup>*Ibid*, h. 95.



pengajaran remedial. dalam konteks anak belajar di sekolah, disamakan mengikuti pedoman yang mencangkup tujuan langkah yaitu :

1. Identifikasi
2. Menentukan prioritas
3. Menentukan potensi
4. Menentukan taraf kemampuan dalam bidang yang perlu diremediasi.
5. Menentukan gejala kesulitan belajar.
6. Menganalisis faktor-faktor yang terkait
7. Menyusun rekomendasi untuk pengajaran remedial.<sup>34</sup>

### **7 Langkah yang ditempuh untuk mengatasi kesulitan belajar .**

Mengatasi kesulitan belajar, tidak dapat dipisahkan dari faktor-faktor kesulitan belajar sebagaimana diuraikan di atas. Karena itu mencari sumber penyebab utama dan sumber-sumber penyebab peserta lainnya, adalah menjadi mutlak adanya dalam rangka mengatasi kesulitan belajar.<sup>35</sup> Secara garis besar, langkah-langkah yang diperlukan ditempuh dalam mengatasi kesulitan belajar, dapat dilakukan melalui enam tahap yaitu :

1. Pengumpulan data.

Untuk menemukan sumber penyebab kesulitan belajar, diperlukan banyak informasi. Untuk memperoleh informasi tersebut, maka perlu diadakan suatu pengamatan langsung yang disebut dengan pengumpulan data: a) Observasi, b) Kunjungan rumah, c) Case study, d) Case history, e) Daftar pribadi, e) Meneliti

<sup>34</sup>Mulyono Abdurrahman, *Op.Cit.* h. 13.

<sup>35</sup>Abu ahmadi, widodo supriyono, *paikologi belajar* , (jakarta: Pt Rineka Cifta, 2013), h.

pekerjaan anak, f) Tugas kelompok, g) Melaksanakan tes (baik tes IQ maupun ter prestasi/*achievement test* ).<sup>36</sup>

Dalam pelaksanaannya, metode-metode tersebut tidak harus semuanya digunakan secara bersama-sama akan tetapi tergantung pada masalahnya, komplit atau tidak. Semakin masalahnya rumit, maka semakin banyak kemungkinan metode yang dapat digunakan, sebaliknya semakin masalah itu sederhana, mungkin gunakan, akan sangat bermanfaat dalam rangka kegiatan pada langkah berikutnya. dengan satu metode observasi saja sudah dapat ditemukan faktor apa yang menyebabkan kesulitan belajar anak. Data yang terkumpul dari berbagai metode yang kita

## 2. Pengolahan data.

Data yang telah terkumpul dari kegiatan tahap pertama tersebut, tidak ada artinya jika tidak diadakan pengelolaan secara cermat. Semua data harus diolah dan dikaji untuk mengetahui secara pasti sebab-sebab kesulitan belajar yang dialami oleh anak. Dalam pengolahan data, langkah yang dapat ditempuh antara lain adalah : a) Identifikasi kasus, b) Membandingkan antar-kasus, c) Membandingkan dengan hasil tes, dan d) Menarik kesimpulan.<sup>37</sup>

## 3. Dianosis

Dianosis adalah keputusan (penentuan) mengenai hasil dari pengolahan data. diagnosis ini dapat berupa hal-hal sebagai berikut :

---

<sup>36</sup>*Ibid*

<sup>37</sup>*Ibid*

- a. Keputusan mengenai jenis kesulitan belajar anak (berat dan ringannya)
- b. Keputusan mengenai faktor-faktor yang dikot menjadi sumber penyebab kesulitan belajar.
- c. Keputusan mengenai faktor utama penyebab kesulitan belajar dan sebagainya.

Dalam rangka diagnosis ini biasanya diperlukan berbagai bantuan tenaga ahli, misalnya :

- a. Dokter, untuk mengetahui kesehatan anak.
- b. Psikolog, untuk mengetahui tingkat IQ anak.
- c. Psikiater, untuk mengetahui kejiwaan anak.
- d. Social worker, untuk mengetahui kelainan sosial yang mungkin dialami anak.
- e. Ortopedagogik, untuk mengetahui kelainan-kelainan yang ada pada anak.
- f. Guru kelas, untuk mengetahui perkembangan belajar anak selama disekolah.
- g. Orang tua anak, untuk mengetahui kebiasaan anak di rumah. Dan sebagainya, tergantung pada kebutuhan.<sup>38</sup>

#### 4. Pronosis.

Prognosis merupakan aktivitas penyusunan rencana/program yang diharapkan dapat membantu mengatasi masalah kesulitan belajar anak didik.<sup>39</sup>

Prognosis artinya “ramalan” apa yang telah ditetapkan dalam tahap diagnosis, akan menjadi dasar utama dalam menyusun dan menetapkan ramalan mengenai bantuan apa yang harus diberikan kepadanya untuk membantu mengatasi

---

<sup>38</sup>*Ibid.* h.99.

<sup>39</sup>*Ibid*

masalahnya. Dalam “prognosis” ini antara lain akan ditetapkan mengenai bentuk *treatment* (pelakuan) sebagai *follow up* dari diagnosis. Dalam hal ini dapat berupa : a) Bentuk treatment yang harus diberikan, b) Bahan/materi yang diperlukan, c) Metode yang akan digunakan, d) Alat-alat bantu belajar mengajar yang diperlukan, e) Waktu (kapan kegiatan itu dilaksanakan

#### 1. Treatment (perlakuan)

Perlakuan di sini maksudnya adalah pemberian bantuan kepada anak yang bersangkutan (yang mengalami kesulitan belajar) sesuai dengan program yang telah disusun pada tahap prognosis tersebut. Bentuk treatment yang mungkin dapat diberikan adalah : a) Memulai bimbingan belajar kelompok, b) Memulai bimbingan belajar individual, c) Memulai pengajaran remedial dan beberapa bidang studi tertentu, d) Pemberian bimbingan pribadi untuk mengatasi masalah-masalah psikologis, d) Melalui bimbingan orang tua, dan pengantasan kasus sampingan yang mungkin ada.<sup>40</sup>

#### 2. Evaluasi

Evaluasi di sini dimaksudkan untuk mengetahui, apakah treatment yang telah diberikan tersebut berhasil dengan baik, artinya ada kemajuan, atau bahkan gagal sama sekali. Kalau ternyata treatment yang diterapkan tersebut tidak berhasil maka perlu ada pengecekan ke belakang faktor-faktor apa yang mungkin menjadi penyebab kegagalan treatment tersebut.

---

<sup>40</sup>*Ibid*, h.100

Mungkin program yang disusun tidak tepat, sehingga treatmentnya juga tidak tepat, atau mungkin diagnosisnya yang keliru, dan sebagainya. Alat yang digunakan untuk evaluasi ini dapat berupa tes prestasi belajar (*achievement test*).<sup>41</sup> Untuk mengadakan pengecekan kembali atas hasil treatment yang kurang berhasil, maka secara teoretis langkah-langkah yang perlu ditempuh, adalah sebagai berikut: a) Re-ceking data (baik itu pengumpulan maupun pengolahan data), b) Re-diagnosis, c) Re-prognosis, d) Re-treatment, e) Re-evaluasi. Begitupun seharusnya sampai benar-benar dapat berhasil mengatasi kesulitan belajar anak yang bersangkutan.

#### 8. Cara Mengatasi Kesulitan Belajar.

Dalam mengatasi kesulitan belajar, guru pembimbing dapat memberikan konseling individu yaitu dengan membantu dalam menghadapi dan memecahkan masalah antara lain : pengenalan kurikulum, pemilihan jurusan, perencanaan pendidikan lanjutan, mengembangkan suasana belajar yang kondusif sehingga mencapai hasil belajar yang optimal. Guru pembimbing dapat mengatasi kesulitan belajar dalam belajar jika ia mau berkerja sama dengan semua pihak, baik personil sekolah yang meliputi guru mata pelajaran, wali kelas, dan kepala sekolah, maupun personel sekolah memiliki tugas yang berbeda-beda. Hal ini dijelaskan sebagai berikut :

---

<sup>41</sup>*Ibid*

1. Guru mata pelajaran.

Memberikan informasi data peserta didik yang meliputi : daftar nilai , observasi, dan catatan onekdot.

2. Wali kelas

Mengkordinasikan informasi dan melengkapi data meliputi : daftar nilai angket, angket orang tua, catatan onekdot, laporan observasi peserta didik, catatan home visit, catatan wawancara.

3. Guru pembimbing

Melayani bimbingan dan memberi layanan informasi kepada peserta didiknya, ia juga sebagai sumber data yang meliputi : kartu akademis, catatan konseling, dan psikotes, catatan konfrensi kasus.

4. Kepala sekolah

Sebagai penanggung jawab pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah perlu mengetahui dan memeriksa semua kegiatan yang dilakukan guru mata pelajaran, wali kelas, dan guru pembimbing.

Kegiatan guru pembimbing perlu diketahui oleh kepala sekolah yaitu :

- a. Melaporkan kegiatan bimbingan dan konseling sebulan sekali.
- b. Laporan tentang kelengkapan data.

Berdasarkan dari uraian di atas penulis dapat menyimpulkan bahwa penanganan kesulitan belajar dalam belajar dapat dilihat dari tugas dan peranannya yang dituntut untuk memiliki kemampuan dan keahlian sesuai dengan profesi dan latar belakang pendidikannya. Guru pembimbing hendaknya selalu dapat berperan sebagai fasilitator dan membangkitkan semangat belajar, mengidentifikasi penyebab kesulitan belajar, menumbuhkan minat belajar dan memberikan layanan bimbingan dan konseling akademik.



### **BAB III**

## **METODELOGI PENELITIAN**

#### **A. Metode dan jenis penelitian**

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian *Case Study Research* (Studi kasus), Menurut Denzin dan Lincoln penelitian kualitatif merupakan penelitian yang menggunakan latar alamiah, dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dan dilakukan dengan jalan melibatkan berbagai metode yang ada.<sup>1</sup>

Pendekatan kualitatif adalah pendekatan yang penting dalam memahami suatu fenomena social dan persepektif individu yang diteliti. Pendekatan kualitatif juga merupakan pendekatan yang mana prosedur penelitiannya menghasilkan data deskriptif yang berupa kata-kata yang secara tertulis ataupun lisan dari perilaku orang-orang yang diamati.<sup>2</sup>

Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian *case study research* (studi kasus). Menurut Suharsimi Arikunto studi kasus adalah pendekatan yang dilakukan secara intensif, terperinci dan mendalam terhadap suatu organisasi, lembaga atau gejala-gejala tertentu.<sup>3</sup> Pengertian studi kasus menurut basuki definisi studi kasus adalah suatu bentuk penelitian atau studi tentang suatu

---

<sup>1</sup> Djam'an satori, Aa Komariah *Metode penelitian kualitatif*, (Bandung, Alfabeta, 2014), h.21.

<sup>2</sup> Wahyu, *pengembangan Koleksi Jurnal Studi Kasus di Perpustakaan UIN Sunan Kalijaga*.<http://digilib.uin-sika.ac.id/12295/2/BAB%201,%20V,%20DAFTAR%20PUSTAKA.pdf> Yogyakarta.2013.hlm.20

<sup>3</sup> Wahyu.<http://digilib.UIN.suka.ac.id/12295/2/2/BAB%201%20V,%20Daftar%20Pustaka.pdf>.at h, 21



masalah yang memiliki sifat kekhususan, dapat dilakukan baik dengan pensekatan kualitatif maupun kuantitatif, dengan sasaran perorangan maupun kelompok, bahkan masyarakat luas.<sup>4</sup>

Sedangkan stake menambahkan bahwa penekanan studi kasus adalah memaksimalkan pemahaman tentang kasus yang dipelajari dan bukan untuk mendapatkan generalisasi, kasusnya dapat bersifat kompleks maupun sederhana dan waktu untuk mempelajari dapat pendek atau panjang tergantung waktu untuk berkonsentrasi.<sup>5</sup>

Tujuan penelitian yang utama tidak terletak pada generalisasi hasil, melainkan pada keberhasilan suatu treatment pada suatu waktu tertentu. Keuntungan menggunakan desain penelitian ini adalah dapat digunakannya perubahan ditengah penelitian atau intervensi terhadap konseli. Desain ini memberi penanganan konseli demi memenuhi kebutuhan subyek.<sup>6</sup>

Secara umum metodologi penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Menurut Suharsimi Arikunto studi kasus adalah pendekatan yang dilakukan secara intensif, terperinci dan mendalam terhadap suatu organisasi, lembaga dan gejala-gejala tertentu.<sup>7</sup> Pengertian penelitian kasus (Studi kasus) menurut Basuki definisi

---

<sup>4</sup> Dini Pramita Susanti dan Siti Mufattahah, *Penerimaan diri pada isteri pertama poligami yang tertinggal Dalam satu Rumah*.

<sup>5</sup> Dini Pramitha dan Siti Mufattahah, *Ibid*, h. 9

<sup>6</sup> Wikan Putri Larasati. *Meningkatkan Self Esteem melalui metode Self Instruction*. Jakarta. 2012h.29.<http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/201314601-T%2031219-Meningkatkam%20self-full%20text.pdf>

<sup>7</sup> Djam'an Satori dan Aan Komariah, *Metode penelitian kualitatif*, *Op.Cit*, h.21.

studi kasus (*Study Kasus*) adalah suatu bentuk penelitian atau studi tentang suatu masalah yang memiliki sifat kekhususan, dapat dilakukan baik dengan pendekatan kualitatif maupun kuantitatif, dengan sasaran perorangan maupun kelompok, bahkan masyarakat luas.<sup>8</sup> Sedangkan stake menambahkan bahwa pendekatan Studi kasus adalah memaksimalkan pemahaman kasus yang dipelajari dan bukan untuk mendapatkan generalisasi, kasusnya dapat bersifat kompleks maupun sederhana dan waktu untuk mempelajari dapat pendek atau panjang, tergantung waktu untuk berkonsentrasi.<sup>9</sup>

Studi kasus yang baik harus dilakukan dalam kehidupan yang sebenarnya dari kasus yang diselidiki. Data studi kasus dapat diperoleh tidak saja dari kasus yang diteliti tetapi, juga dapat diperoleh dari pihak yang mengetahui dan mengenal kasus dengan baik menurut bagian yang menarik dari studi kasus adalah kebebasan peneliti dalam menganalisis objek penelitiannya serta kebebasan menentukan domain yang ingin dikembangkan.<sup>10</sup>

Sedangkan berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati. Dapat dikatakan bahwa penelitian kualitatif yang dapat diartikan sebagai penelitian lapangan yang berusaha untuk mengungkapkan gejala atau fenomena suatu objek tertentu.

---

<sup>8</sup> Dini Pramitha Susanti dan Siti Mufattahah, *Op.Cit*, h. 8

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

<sup>10</sup> Djama'an Satori dan Aan Komatiah, *Op.Cit*. h.207

## B. Informasi Penelitian

Informasi atau fakta-fakta tentang keadaan masa lampau, keadaan sekarang dan lingkungan subjek penelitian, maka penelitian membutuhkan informasi. Dalam hal ini ada beberapa informasi yang dibutuhkan, antara lain:

1. Wali kelas dan guru mata pelajaran, informasi yang diperoleh adalah
  - a. Kebiasaan-kebiasaan belajar konseli di dalam kelas
  - b. Bagaimana intraksi konseli di dalam kelas dan di lingkungan sekolah
  - c. Tingkah laku dan cara pandang konseli di sekolah
2. Teman, Informasi yang diperoleh adalah :
  - a. Hubungan konseli dengan teman-teman
  - b. Tingkah laku konseli di dalam kelas
  - c. Kebiasaan-kebiasaan belajar konseli di dalam kelas
3. Orang tua atau keluarga konseli, informasi yang diperoleh adalah :
  - a. Data-data pribadi dan riwayat konseli
  - b. Kebiasaan-kebiasaan konseli di rumah
  - c. cara belajar konseli di rumah
  - d. Tingkah laku dan cara pandang konseli di rumah
4. Peserta didik, adalah individu yang mempunyai masalah dan memerlukan bantuan bimbingan dan konseling.<sup>11</sup> Informasi yang diperbolehkan dari klien antara lain adalah :

---

<sup>11</sup> Nana Sudjana, *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*, (PT Rinika Cipta, 20014) h. 20

- a. Tentang masalah yang dialami konseli
- b. Kebiasaan yang sering dilakukan konseli

Beberapa juga dijelaskan fungsi penelitian dari guru BK yang ada, adapun fungsi dari penelitian adalah seseorang yang melakukan penelitian yang dibantu oleh guru BK atau Konselor yang bersangkutan. sedangkan guru BK atau Konselor di sini fungsinya adalah sebagai fasilitator, pembimbing, dan pendamping konseli. Dalam perannya membantu konseli mengatasi masalah-masalah yang sedang dihadapinya, sehingga konseli dapat secara sadar dan mandiri mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya tanpa mempengaruhi prestasi-prestasi klien.

### C. Sumber Data

Dalam penelitian ini dikaji dan pembahasan berdasarkan pada dua sumber, yaitu:

1. Sumber data primer, yaitu data-data yang diperoleh langsung dari informasi yang terdiri dari wali kelas, guru mata pelajaran, teman di sekolah dan orang tua atau keluarga klien.
2. Sumber data sekunder, yaitu data-data yang diperoleh dari kepustakaan yang digunakan untuk mendukung dan melengkapi data primer.<sup>12</sup>

Dalam hal ini juga dapat meliputi data dokumentasi, wawancara, serta observasi yang berkaitan dengan penelitian.

---

<sup>12</sup> Nana Sudjana, *Ibid*, h 23.

#### D. Metode pengumpulan Data.

Untuk memperoleh data-data dalam penelitian ini menulis menggunakan metode sebagai berikut

##### a. Interview (wawancara)

Metode Interview adalah metode pengumpulan data dengan tanya jawab yang dilakukan dengan narasumber. Menggunakan metode interview(wawancara) karena penulis ingin memperoleh data yang langsung dari subjek yang diteliti sehingga penulis memperoleh data yang objektif dari data primer.

Dalam penelitian ini digunakan metode interview *bebas terpimpin* yaitu bebas mengadakan wawancara namun tidak terlepas dari masalah yang diteliti yaitu untuk mengetahui bagaimana dan usaha apa saja yang telah dilakukan oleh guru bimbingan dan konseling terhadap peserta didik yang mengalami kesulitan belajar, dalam hal ini juga penelitian berpegang pada kerangka pertanyaan wawancara sebagai alat yang sudah dipersiapkan sesuai dengan permasalahan. Metode ini ditunjukkan kepada guru bimbingan dan konseling, wali kelas, guna memperoleh data bagaimanakah peran yang dilakukan oleh guru bimbingan konseling dalam mengatasi kesulitan belajar di SMK Negeri 7 Bandar Lampung.

b. Observasi

Merupakan suatu pengamatan fenomena-fenomena yang tampak. Dalam rangka usaha bimbingan observasi merupakan teknik untuk mengamati secara langsung atau tidak langsung terhadap tindakan atau kegiatan-kegiatan individu yang di bimbing baik di sekolah ataupun di luar sekolah.<sup>13</sup> Teknik ini merupakan suatu teknik yang sederhana dan mudah dilakukan. Untuk mengadakan suatu identifikasi kasus, ataupun dalam pengumpulan data untuk suatu diagnosa. Observasi pada penelitian ini di lakukan kepada guru bimbingan konseling, orang tua peserta didik, teman kelas, serta peserta didik kelas XI.

d. Dokumentasi.

Suharimi Arikunto berpendapat bahwa metode dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal yang variabel. Berupa catatan, transkrip buku, surat kabar, majalah, prasi, metode ceps, legenda dan sebagainya.<sup>14</sup> Teknik mempelajari data yang sudah didokumentasikan ini disebut teknik study dokumenter. Untuk menjamin kebenaran data didokumenter itu perlu sekali dicek dengan teknik-teknik lain seperti absensi, daftar nilai, tes SPM, wawancara, dan observasi. Dengan studi dokumenter kita dapat membandingkan data yang telah ada dengan data

---

<sup>13</sup> Moh. Surya dan Djumhur, Bimbingan dan Penyuluhan di Sekolah (Guidance & Counseling), (Bandung: CV. ILMU,2001),h. 51

<sup>14</sup> Suharsimi Arikunto, Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek: edisi V), (Jakarta: Reneka Cipta,2002), h. 135

yang akan dikumpulkan<sup>15</sup> data dokumentasi yang diperoleh dari SMK N 7 yang digunakan pada penelitian ini berupa hasil tes psikologi, data Riwayat hidup peserta didik, dan *anecdotal record*

### E. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kualitatif, dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu. Pada saat wawancara, penelitian sudah melakukan analisis terhadap jawaban yang akan diwawancarai. Bila jawaban yang di wawancara setelah dianalisis secara belum memuaskan, maka penelitian akan melanjutkan pertanyaan lagi. Proses ini menggunakan teknik yang dilakukan oleh Miles dan Huberman dengan melalui 3 tahap yaitu :<sup>16</sup>

#### 1. Reduksi data

Data yang diperoleh dari lapangan jumlahnya cukup banyak maka data dianalisis melalui reduksi data. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memokuskan pada hal-hal yang penting, di cari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu.<sup>17</sup> Dengan kata lain proses reduksi data ini dilakukan oleh peneliti secara terus menerus saat melakukan penelitian untuk menghasilkan data sebanyak mungkin. Dalam reduksi data ini peneliti memilih data-data yang telah diperoleh selama

---

<sup>15</sup> *Ibid*, h. 64

<sup>16</sup> Sugiona, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif Dan R & D*, ( Bandung : Alfabeta, 2009), h. 338

<sup>17</sup> *Ibid.*, h. 338

melakukan proses penelitian. Hal ini dilakukan dengan menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang data yang tidak perlu dan mengorganisasikan data sehingga kesimpulan akhirnya dapat diverifikasi.

## 2. Penyajian data

Menurut Miles dan Huberman yang dikutip oleh Muhammad Idrus bahwa : “penyajian data adalah sekumpul informasi tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan.”<sup>18</sup> Langkah ini dilakukan dengan menyajikan sekumpul informasi yang tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan. Hal ini dilakukan dengan alasan data-data yang diperoleh selama proses penelitian kualitatif biasanya berbentuk neratif, sehingga memerlukan penyederhanaan tanpa mengurangi isinya.

## 3. Kesimpulan atau Verifikasi

Kesimpulan atau Verifikasi adalah tahap akhir dalam proses analisa data. Pada bagian ini peneliti mengutarakan kesimpulan dari data-data yang diperoleh.

## F. Pengecekan Keabsahan Data

Pengecekan keabsahan data dalam penelitian kualitatif itu mutlak diperlukan, hal tersebut dimaksudkan agar data yang diperoleh dapat dipertanggung jawabkan kebenarannya dengan melakukan verifikasi terhadap

---

<sup>18</sup> Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*, (Jakarta: Erlangga, 2009), h. 151



data. Menurut Moleong ada empat kriteria yang digunakan dalam pengecekan keabsahan data, yaitu derajat kepercayaan (*credibility*), keteralihan (*transferability*), kebergunaan (*dependability*), dan kepastian (*confirmability*).<sup>19</sup>

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan kriteria kredibilitas. Kredibilitas data digunakan untuk membuktikan kesesuaian antara hasil pengamatan dengan kenyataan yang ada dilapangan. Apakah data atau informasi yang diperoleh sudah sesuai dengan kenyataan yang terjadi dilapangan. Dalam pencapaian kredibilitas ini penelitian menggunakan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Ketekunan pengamatan, dalam hal ini peneliti mengadakan pengamatan atau observasi secara terus menerus terhadap subjek yang diteliti guna memahami gejala dengan lebih mendalam. Sehingga mengetahui aspek yang penting. Terfokus dan relevan dengan topic penelitian.
2. Triangulasi adalah teknik pemeriksaan keabsahan data dengan manfaat berbagai sumber diluar data sebagai bahan perbandingan kemudian dilakukan *cross check* agar hasil penelitian ini dapat dipertanggung jawabkan. Triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah :
  - a. Triangulasi sumber

Dilakukan dengan cara membandingkan data hasil pengamatan, wawancara, dan dokumen, membandingkan apa yang dikatakan orang didepan umum dengan apa yang dikatakan secara

---

<sup>19</sup>*Ibid*, h. 151

pribadi, dan membandingkan prespektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan orang lain.

b. Trigulasi metode

Peneliti melakukan dengan cara membandingkan data yang diperoleh melalui teknik pengumpulan data yang berbeda dan pengecekan kepercayaan beberapa sumber data dengan metode yang sama. triangulasi metode tertuju pada kesesuaian antara data yang diperoleh dengan teknik yang digunakan.

c. Trigulasi teori

Pengecekan data dilakukan dengan membandingkan teori-teori yang dihasilkan pata ahli yang dianggap sesuai dengan sepadan melalui penjelasan banding. Kemudian hasil penelitian dikonsultasikan dengan subyek penelitian sebelum dianggap mencukupi.

d. Pengecekan sejawat melalui diskusi,

Teknik ini dilakukan dengan cara mengskspos hasil sementara atau hasil akhir yang diperoleh dalam bentuk diskusi denga rekan-rekan sejawat. Dalam tahap ini peneliti dapatkan dilapangan. Tujuannya agar peneliti tetap mempertahankan sikap terbuka dan kejujuran terhadap hasil penelitian.

Adapun dalam penelitian ini, penelitian menggunakan trigulasi, yaitu trigulasi sumber dan trigulasi data sebagai keabsahan penelitian.

## G. Pelaksanaan Studi kasus

1. Perencanaan : dalam perencanaan terdapat langkah-langkah sebagai berikut, yaitu : mengenali gejala. Pertama-tama mengamati adanya suatu gejala, gejala itu mungkin ditemukan atau diperoleh dengan beberapa cara yaitu guru pembimbing menemui sendiri gejala pada peserta didik yang memiliki masalah, guru mata pelajaran memberi informasi, adanya peserta didik bermasalah kepada guru pembimbing, wali kelas meminta bantuan guru pembimbing untuk menangani seseorang siswa yang bermasalah berdasarkan informasi yang diterima dari pihak lain, seperti siswa, para guru, ataupun pihak tata usaha.
2. Membuat deskripsi kasus. Setelah gejala itu dipahami oleh guru pembimbing, kemudian dibuatkan suatu deskripsi kasusnya secara objektif, sederhana, tetapi cukup jelas.
3. Setelah deskripsikannya dibuat, dipelajari lebih lanjut aspek ataupun bidang-bidang masalah yang mungkin dapat ditemukan dalam deskripsi itu. Kemudian ditentukan jenis maslahnya. Apakah menyangkut masalah pribadi, social, belajar atau karir.
4. Jenis masalah yang telah dikelompokkan itu dijabarkan dengan cara mengembangkan ide-ide atau konsep-konsep menjadi lebih rinci, agar lebih mudah memahami permasalahannya.

5. Adanya jabaran masalah yang lebih terinci dapat membantu guru pembimbing untuk membuat perkiraan kemungkinan sumber penyebab masalah.
6. Perkiraan kemungkinan sumber penyebab membantu mengetahui jenis informasi yang dikumpulkan, sumber informasi yang perlu dikumpulkan, data dan teknik atau alat yang digunakan dalam mengumpulkan informasi.
7. Pengumpulan data. Terdapat beberapa teknik dalam pengumpulan data, tetapi yang lebih sering digunakan dalam studi kasus adalah observasi, wawancara, dan analisis dokumentasi. Setelah data terkumpul konselor dapat memulai mengorganisasi dan mengklasifikasikan data menjadi bagian-bagian yang dapat dikelola.
8. Penggunaan dan pengolahan data. Penggunaan dan pengolahan data merupakan usaha pengelolaan data untuk merangkum, menggolongkan, dan menghubungkan data yang diperoleh dalam tahap pengumpulan data. Dapat menunjukkan keseluruhan gambaran tentang diri anak, rumusan ini bersifat ringkas dan padat.
9. Sintesa dan interpretasi dan setelah mengolah data selanjutnya data studi kasus diinterpretasikan dengan *case conference* antara petugas yang melakukan studi kasus, dalam *case conference* terlibat beberapa petugas khusus, yang mempelajari setiap kasus dari individu yang

bermasalah. Rumusan ini dilakukan melalui pengambilan atau pengambilan yang logis.

10. Membuat perencanaan pelaksana pertolongan (*treatment*) merupakan langkah yang ditempuh untuk menetapkan teknik atau bantuan yang diberikan kepada siswa sehubungan dengan masalah yang sedang dialami. Berdasarkan hasil *case conference* disusun suatu rekomendasi yang berwujud saran-saran, *treatment* (perlakuan) yang perlu dilakukan dengan selanjutnya secara terus-menerus diikuti dan dicatat setiap perubahan atau perkembangan yang terjadi kepada siswa yang bersangkutan.
11. Evaluasi dan tindak lanjut (*Follow up*) kegiatan ini dilakukan setelah melakukan *treatment* atau membuat pertolongan. Untuk tindak lanjut bisa dilakukan oleh pengajar sendiri, guru BK, ataupun dirujuk dan dialih tangan kepada pihak lain yang berkompeten, maupun orang tua sendiri.<sup>20</sup>

---

<sup>20</sup> Nanik Sariyani. *Studi kasus dalam BK*. <http://naniksariyani.blogspot.com/2012/04/studi-kasus-dalam-bk-.html>.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambar Umum Objek Penelitian**

##### **1. Sejarah Singkat Berdirinya SMK Negeri 7 Bandar Lampung**

SMK Negeri 7 Bandar Lampung merupakan sekolah menengah kejuruan negeri (Terpadu) di Bandar Lampung, didirikan sesuai dengan nota kesepahaman (MoU) antara Direktorat Pembinaan SMK Ditjen. Pendidikan Menengah Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dengan wali kota Bandar Lampung Nomor : 8354/D3.4/KU/2012 dan Nomor 18.I/PK/HK/2012 tanggal 23 Mei 2012 Prihal kerja sama mendirikan unit sekolah Baru (USB) SMK dengan bidang study Keahlian : (1) Teknologi informasi dan komunikasi. (2) Teknologi dan rekayasa, (3) Kesehatan, (4) Agrobisnis dan Agroteknologi.

Dalam rangka terujutnya SMK baru, Dinas Pendidikan kota Bandar Lampung mengangkat tim pendiri dan Tim perencana dengan surat keputusan kepala dinas pendidikan kota Bandar Lampung Nomor : 420/3165/08/2012 tanggal 28 september 2012, dengan susunan sebagai berikut :

1. Drs SUKARMA WIJAYA : Kepala dinas pendidikan/  
Penanggung jawab
2. RIYUZEN PRAJATUALA, S.Pd,M.Pd : Kabid Dikman// Pengarah
3. MARGIONO, S.Pd : Kasi SMK// Pengarah.
4. Drs OTONG HIDAYAT. M.Pd : Ka SMK PGRI 2 Bandar  
Lampung/Ketua Tim

5. KUSNADI, ST. : Gr. SMK 2/ Sekretaris 1
6. M. MAKMUN, S Pd : Gr SMK 5/ Sekretaris 2
7. Drs. MUNZIR SURO : Gr SMK 4/ Bendahara
8. DIDIK PERMANA, S. Pd : Gr SMK 2/ Ka Unit Pendidikan.
9. Drs. NURHASAN, M.Pd : Gr. SMK PGRI 2/ Ka Unit Sarana dan Prasarana.

Berdasarkan surat keputusan kepala dari pendidikan SMK Negeri 7 Bandar Lampung dimaksudkan dalam rangka memberikan kesempatan kepada lulusan SMP/MTs. Yang ingin melanjutkan studinya ke SMK Negeri 7 Bandar Lampung dengan mendayagunakan potensi sumber daya pemerintahan dan masyarakat.

Sesuai surat perjanjian kerjasama antara kasi sarana dan prasarana sebagai pejabat pembuat komitmen kegiatan penyediaan dan peningkatan layanan pendidikan Subdit Sarana dan Prasarana Ditjen Pembinaan SMK Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dengan Ketua tim pendiri USB\_SMK Negeri 7 Bandar Lampung Nomor : 837/D3.4/Kep/KU/2012 tanggal 19 November 2012, disepakati pemberian Bantuan Pembangunan USB- SMK Negeri 7 Bandar Lampung dan Peletakan batu Pertama dilaksanakan pada tanggal 11 januari 2013. Oleh walikota Bandar Lampung yang diwakili oleh bapak bupati Sekeretaris daerah kota Bandar Lampung dan peresmian dilaksanakan pada tanggal 28 Agustus 2013 oleh Bapak Wali kota Bandar Lampung Drs. H. HERMAN HN.

## 2. Visi, Misi, Motto dan Tujuan SMK 7 Bandar Lampung

### a. Visi

Taat berreligi, unggul dalam prestasi, terampil dan kompeten dalam perestasi.

### b. Misi

- 1) Mempersiapkan peserta didik yang memiliki pengetahuan, keterampilan dan kemampuan kerja sesuai tuntutan lapangan pekerjaan dan dapat memperoleh pendidikan lebih baik.
- 2) Meningkatkan keimanan dan ketakwaan siswa
- 3) Mempersiapkan Peserta didik menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi
- 4) Mempersiapkan Peserta didik bersaing di era globalisasi
- 5) Meningkatkan keterampilan/kopetensi Peserta didik sesuai dengan keahliannya

### c. Sasaran

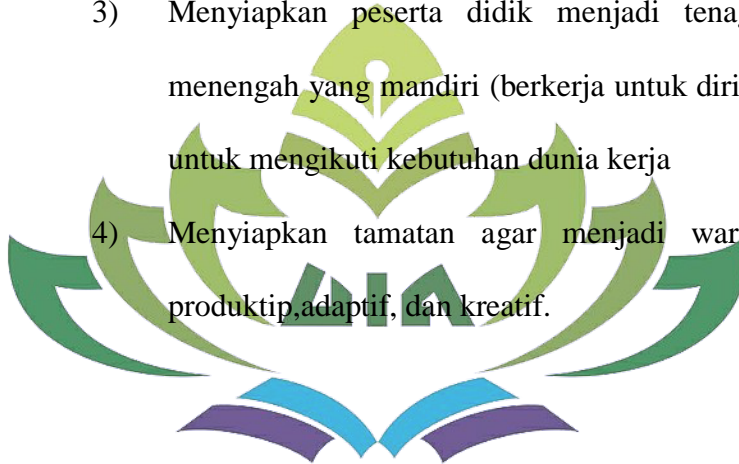
- 1) Meningkatnya mutu proses pembelajaran
- 2) Menciptakan suasana akademik yang kondusif
- 3) Menyelenggarakan kurikulum SMK Negeri 7 Bandar Lampung yang sesuai kebutuhan pasar global
- 4) Meningkatkan kualitas sumber daya manusia, fasilitas, sarana dan prasarana pembelajaran.
- 5) Menjalinkan kerja samakemitraan yang strategis dengan pihak lain dalam segi pengembangan SMK Negeri 7 Bandar Lampung.



**d. Tujuan sekolah menengah kejuruan.**

Sekolah menengah kejuruan sebagai bagian dari pendidikan menengah dalam pendidikan nasional bertujuan :

- 1) Menyiapkan Peserta didik untuk memasuki lapangan kerja serta dapat mengembangkan sikap profesional.
- 2) Menyiapkan peserta didik agar mampu memilih karir, mampu berkompetisi dan mampu mengembangkan diri.
- 3) Menyiapkan peserta didik menjadi tenaga kerja tingkat menengah yang mandiri (berkerja untuk dirinya sendiri) dan / untuk mengikuti kebutuhan dunia kerja
- 4) Menyiapkan tamatan agar menjadi warga negara yang produktif, adaptif, dan kreatif.



**3. Pendidikan dan Tenaga Kependidikan di SMK Negeri 7 Bandar Lampung**

**Tabel 2**  
**Daftar Nama Tenaga Pendidikan dan Kependidikan SMK Negeri 7**  
**Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2017/2018**

Nomor		Identitas Kepegawaian		Jabatan	Pendidikan
kode kpeg		Nama	NIP	Jabatan	Jurusan
1	1001	Drs. OTONG Hidayat, M.Pd	19590918 198503 1006	Kepsek	PPs TP.
2	1026	Dra. LAILY RASUNA, M.Pd.	19610726 199003 2001	Guru	Bim & Konseling
3	1036	Dra. Hj. MIKE ELLY ROSE	19630624 198803 2004	Guru	KWU
4	1002	SUDARMI, S.Pd	19640824 198703 2024	Waka Kes	BhS & Sas Ind.
5	1003	Dra. EMA AGUSTINA, M.Pd	19670819 199403 2007	Waka Humas	PPs TP.
6	1005	DWI ARTINI, SE., M.Pd	19690831 200312 2002	Waka Sapras	Ekonomi
7	1035	IBNU MAYAH, S.Ag.	19730612 200312 1006	Guru	Agama Islam
8	1020	VIKTORIA SUSILAWATI, S.Kom	19781214 200502 2002	Guru	Teknik Informatika
9	1032	NOVITA SARI, S.Pd.	19801122 200502 2002	Guru	Ekonomi
10	1006	SRI WIDAYATI, SE., M.Pd	19720930 200604 2003	Guru	Ekonomi
11	1019	NURAIIDA, S.Pd	19781125 200501 2008	Guru	Biologi
12	1015	NOVIYANTI PARDINAH, S.Pd	19811128 200604 2011	Guru	Matematika
13	1032	IIN SAPTARINA, S.Pd.	19750810 200604 2018	Guru	Bahasa Inggris
14	1018	SRI LESTARI, S.Pd	19750102 200604 2015	Guru	PPKn
15	1021	MELY OCTAVIANI, S.Kom	19821013 200804 2001	Guru	Teknik Informatika

16	1022	ARIS ASRORI, S.Pd.	19760509 200902 1 001	Guru	Bahasa Inggris
17	1016	NANANG WINANTO, S.Pd	19770620 200902 1 002	Guru	Bahasa Inggris
18	1025	TIWUK MARIANA, ST	19810430 200902 2 001	Guru	Teknik Elektro
18	1017	DEDE DWI ASTUTI, S.Pd	19830731 200902 2 006	Guru	Biologi
20	1014	ARI INDRIANI, S.Pd	19830321 200902 2 004	Guru	Bahasa Inggris
21	1027	ENDAH SUKAPTI, S.Pd.	19750323 200902 2 002	Guru	BhS & Sas Ind.
22	1006	LAIDIYAWATI,S.Pd	19760916 200804 2 001	Guru	PPKn
23	1012	NURAINI, S.Pd	19741011 200902 2 004	Guru	Kewirausahaan
24	1009	SUHERNI,S.Pd	19750530 200902 2 001	Guru	PPKn
25	1029	NANDA RIHARJA, S.Pd.	19800104 200902 1 002	Guru	Produktif Otomotif
26	1007	DWI ARYANTI,S.Pd	19850128 200902 2 003	Guru	Kimia
27	1028	YULIANA, S.Pd. Ekop.	19770711 200903 2 005	Guru	Ekonomi \$ Kop.
28	1036	AHYANA SALIMAH, S.Pd.	19840210 200904 2 033	Guru	Penjasorkes
28	1012	ARINI, S.Pd	19870919 201001 2 014	Guru	BhS & Sas Ind.
30	1023	YENI TRIANITA,S.Pd.	19820621 201001 2 011	Guru	BhS & Sas Ind.
31	1034	FITRIA YUNITA, S.Si.	19850608 201001 2 023	Guru	Fisika
32	1030	RHINA PUTRIANA, S.Pd., M.Pd.	19870719 201001 2 015	Guru	Matematika
33	1033	SITI ASIA, S.Pd.	19810601 201001 2 013	Guru	Fisika
34	1008	WAHYUDI,S.Pd.I., M.Pd.I	19811025 201001 1 008	Guru	Agama Islam
35	1013	DIANA VIVIANA,S.Pd	19830303 201101 2 011	Guru	Kimia
36	1024	ENY SETYAWATI, ST.	19810826 201101 2 002	Guru	Teknik Kimia

37	2001	R. DADY HERMAWAN, SE	19701208 199802 1 001	Ka.TU	Ekonomi/S DM
38	2002	SUKAMTO.S	19640425 198602 1 002	Staf TU	IPS

**Tabel 3**  
**Sarana dan Prasarana Bimbingan dan Konseling**  
**di SMK Negeri 7 Bandar LampungT.A. 2017/2018**

NO	Nama Barang	Jumlah Barang	Keadaan Barang
1	Komputer	1 Buah	Baik
2	Lemari	1 Buah	Baik
3	Ruang BK	1 Buah	Baik
4	Map/File	1 Buah	Baik
5	Kursi	4 Buah	Baik
6	Meja	3 Buah	Baik
7	Struktur Pengurusan	1 Buah	Baik
8	Buku Kasus	1 Buah	Baik
9	Buku Pribadi	Sesuai Jumlah peserta didik	Baik
10	Papan photo peserta didik	1 Buah	Baik

## B. Hasil Penelitian

Pada bab ini peneliti akan melaporkan hasil penelitian mengenai penerapan konseling individu Pendekatan *Rational emotive behavior therapy* dalam mengatasi kesulitan belajar pada peserta didik di SMK Negeri 7 Bandar Lampung. Dalam penyajian ini, peneliti menggunakan data dari hasil observasi, wawancara, dokumentasi.

Secara khusus pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) berkonsumsi bahwa individu memiliki karakter yang berpotensi untuk berfikir

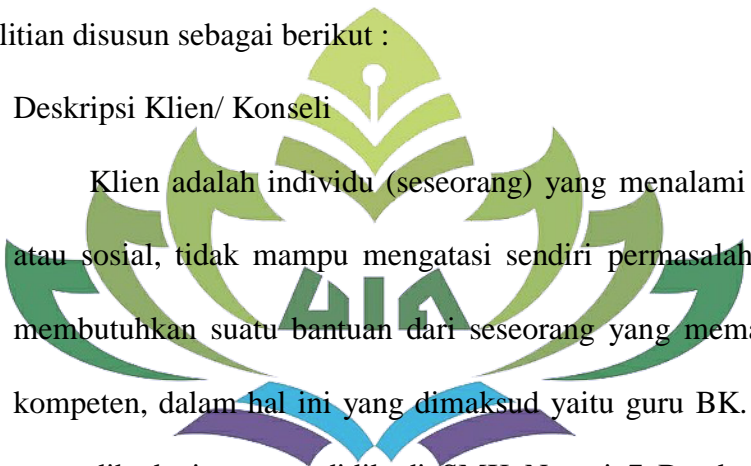
secara rasional dan juga irasional. Tetapi dibalik itu semua, manusia juga memiliki potensi bagi aktualisasi dirinya dan untuk mengubah arah pemikirannya. Seperti halnya masalah yang dihadapi oleh peserta didik yang mengalami kesulitan belajar maka munculah pikiran-pikiran irasional yang dalam hal ini peserta didik cenderung menganggap dirinya tidak mempunyai kemampuan seperti teman-temannya, dan menyalahkan dirinya sendiri. Ini berakibat akan timbulnya kesulitan belajar yang membuatnya menghindari lingkungannya. Berakibat pada munculnya, rasa takut, malu, tertekan, bahkan secara prestasinya terancam.

Berdasarkan teori Albert Ellis yang menganggap bahwa manusia lahir dengan potensi yang unik untuk berfikir rasional dan irasional, pikiran irasional berasal dari proses belajar yang didapat dari orang tua dan budayanya. Manusia memiliki potensi bagi aktualisasi dirinya dan untuk mengubah arah hidup personal dan sosialnya. Pendekatan ini mempelajari kembali kepada konseli untuk memahami input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional, mencoba mengubah pikiran konseli agar membiarkan fikiran irasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat atau konsekuensi dari tingkah laku. Dalam hal ini peneliti akan menyajikan data yang diperoleh dari lapangan ketika melakukan penelitian.

## 1. Mengidentifikasi Kasus Peserta didik “X” yang mengalami Kesulitan Belajar di SMK Negeri 7 Bandar Lampung.

Cara Mengidentifikasi kasus peserta didik “X” yang mengalami Kesulitan Belajar, dilakukan untuk mengetahui kasus dan gejala-gejala yang muncul pada klien. Data-data dikumpulkan dari informasi untuk mengetahui gejala-gejala dan bentuk permasalahan konseli dengan jelas lagi. Data penelitian ini diperoleh dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Dimana data hasil penelitian disusun sebagai berikut :

### a) Deskripsi Klien/ Konseli



Klien adalah individu (seseorang) yang menalami masalah pribadi atau sosial, tidak mampu mengatasi sendiri permasalahannya, sehingga membutuhkan suatu bantuan dari seseorang yang memang mampu dan kompeten, dalam hal ini yang dimaksud yaitu guru BK. Seperti masalah yang dihadapi peserta didik di SMK Negeri 7 Bandar Lampung yang berkaitan tentang kesulitan belajar adapun identitas konseli dijadikan objek adalah sebagai berikut :“X” adalah anak ke dua dari dua bersaudara. Ayah “X” berkerja sebagai Pegawai negeri sipil, dan ibunya berkerja sebagai Pegawai swasta di salah satu perusahaan di bandar lampung. Secara materil X tidaklah serba kekurangan. Beberapa teman X menganggap memiliki tingkat pengetahuan rendah dan selalu mendapat nilai yang rendah di bawah rata-rata kopetensi dasar (KD), yang ditentukan oleh guru mata pelajar/pihak sekolah yang bersangkutan, X di

jauhi oleh teman-temannya, X juga Lambat dalam melakukan tugas-tugas kegiatan belajar. Ia selalu tertinggal dari kawan-kawannya dalam menyelesaikan tugas-tugas sesuai dengan waktu yang tersedia. Misalnya rata-rata anak dapat menyelesaikan suatu tugas dalam waktu 40 menit, maka X akan membutuhkan waktu yang lebih lama.

Berdasarkan absensi kelas, dan jurnal guru piket, didapat ia 8 kali, tidak masuk sekolah. Dan dari data nilai keseluruhan nilai semsester 1 dan semester II peserta didik kelas XI AK 1, X termasuk yang paling rendah di bawah rata-rata. dan untuk mengetahui kondisi konseli dengan jelas maka peneliti menunjukan data-data tentang klien secara berurutan yaitu dari beberapa kondisi :

1) Kondisi Keluarga

Keluarga konseli berjumlah enam anggota keluarga, terdiri dari ayah, ibu, kakek, konseli sendiri dan kakak. Ayahnya berkerja sebagai Pegawai Negeri Sipil dan ibunya sebagai pegawai swasta, sedangkan kakak konseli sudah menikah.

2) Kondisi Perekonomian

Kondisi perekonomian dari keluarga konseli lumayan cukup. Untuk memenuhi Kebutuhan Sehari-hari mengandalkan dari gaji pokok ayahnya.

### 3) Kondisi Lingkungan

Kondisi lingkungan disekitar rumah cukup baik. Konseli bertempat tinggal dekat sekolah yang ia tempati untuk bersekolah saat ini. Kondisi lingkungan sekolah konseli juga baik karena sarana dan prasarana sekolah sudah terpenuhi dengan tenaga pengajar yang berkompeten dibidangnya.<sup>1</sup>

Berdasarkan data dan hasil yang diperoleh dari observasi penelitian di atas masalah kesulitan belajar X dari beberapa Kondisi Keluarga, kondisi perekonomian dan Lingkungan cukup baik, kemungkinan ada kesulitan peserta didik dari kompetensi dasar (KD) sehingga X selalu dalam mengerjakan tugas-tugas tertinggal oleh kawan-kawannya. Dari hasil Observasi kepada guru BK nya telah melakukan Prites terdapat satu individu yang dibawah rata-rata.

## **2. Konseling Individu Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy dalam Menangani peserta didik yang mengalami Kesulitan belajar di SMK Negeri 7 Bandar Lampung.**

Untuk menangani peserta didik dalam mengatasi kesulitan belajar di sekolah ini, guru BK menggunakan berbagai strategi agar konseli dapat berubah secara perlahan. Salah satu cara yang digunakan oleh guru BK adalah dengan menggunakan Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotive Behavior*

---

<sup>1</sup> Hasil Wawancara dengan Konseli pada tanggal 5 september 2017



*Therapy* pada konseli. Berikut akan penulis paparkan bagaimanakah guru BK menggunakan konseling individu Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam menangani peserta didik dalam kesulitan belajar:

a. Pengenalan dan Pemahaman Masalah.

Guru BK mengumpulkan informasi tentang diri konseli beserta latar belakangnya dalam langkah analisis ini, Guru BK menggunakan teknik non testing yaitu melalui observasi dan wawancara.

Dilihat dari hasil wawancara peneliti dengan konseli, konseli merasa tertekan dengan keadaan ia sekarang. Ia merasa kalau dirinya kurang mampu dibanding dengan teman-teman yang lain, terlebih konseli sering mendapatkan nilai yang dibawah rata-rata berbeda dari temannya yang lain.

b. Analisis yang tepat

Analisis merupakan langkah yang dilakukan untuk mengidentifikasi penyebab permasalahan konseli. dalam hal ini diagnosis dilakukan untuk mengetahui latar belakang penyebab dari kesulitan belajar klien dalam hal lambat dalam melaksanakan tugas-tugas .dan menemukan alternative solusi-solusi yang dapat menggunakan untuk membantu mengatasi permasalahan konseli.

ini akan menjabarkan kemungkinan penyebab timbulnya permasalahan.

Berdasarkan data yang diperoleh melalui observasi dan wawancara X mengalami masalah kesulitan belajar. Masalah yang dialaminya ini bisa jadi berakibat kurang baik untuk prestasinya dan sering tidak masuk sekolah. Akibat dari permasalahan ini, X cenderung menjadikan pribadi yang pendiam dan suka menyendiri, malu ketika di hadap teman-temannya dikarenakan kesulitan belajar yang ia alami. Untuk membantunya dapat menggunakan terapi-terapi yang didalamnya terdapat teknik yang dapat digunakan untuk mengatasi kesulitan-kesulitan belajar terutama dalam melaksanakan tugas-tugas belajar supaya peserta didik tersebut aktif dalam kelas dan bisa mendapatnya nilai paling tidak di atas rata-rata.

c. Aplikasi dan Pemecahan Masalah

Setelah memahami permasalahan yang dialami oleh konseli, maka dibutuhkan alternative bantuan yang diberikan untuk membantu konseli dalam mengatasi permasalahan yang dihadapinya. Menurut guru yang pernah menjadi wali kelasnya, peserta didik X sudah pernah melakukan sesi konseling individu oleh guru BK nya namun hasilnya belum maksimal. Dalam menentukan terapi yang tepat yang akan diberi kepada X, peneliti

berdiskusi dengan gurunya dalam membahas beberapa penyebab permasalahan yang dialami oleh X.

Kemudian peneliti berkerjasama dengan guru wali kelas dan guru BK, X untuk memberi pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* agar dapat membantu mengatasi kesulitan yang dialaminya. Di dalam Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* sendiri ada teknik yang dapat digunakan untuk menyelesaikan masalah konseli..Salah satunya yang digunakan oleh Guru BK adalah teknik kognitif. Dimana teknik ini adalah teknik yang digunakan untuk mengubah cara berfikir konseli. Dan di tiap-tiap tahap memiliki prioritas dan tujuan tertentu yang membantu guru BK dalam mengorganisasikan proses konseling.

- d. Evaluasi, baik evaluasi awal, proses, ataupun evaluasi akhir.

Langkah ini merupakan upaya untuk melaksanakan perbaikan atau penyembuhan atas masalah yang akan dihadapi konseli, berdasarkan pada keputusan yang diambil dalam langkah Evaluasi,maka Guru BK menggunakan Pendekatan (REBT) dalam menangani kesulitan belajar dan pola fikir yang irasional dan tidak logis menjadi rasional dan logis agar peserta didik dapat mengembangkan potensi yang ada pada dirinya.

e. Tindak Lanjut.

Tidak lanjut konseli hendaknya didasari dari hasil penilaian pada tahap sebelumnya tahap ini, Guru BK melihat apakah konseli menjalankan keputusan atau menindaklanjuti perilaku hasil yang diperoleh melalui tahap-tahap sebelumnya. Upaya-upaya apa yang telah ditempuh mereka dapat melaporkan tentang kesulitan-kesulitan yang ditemui. Sesi tindak lanjut ini menjadi bagian penting karena memberi kesempatan untuk klien untuk menanani terselesainya isu atau menerima dukunan dari orang terdekatnya

**3. Penerapan REBT Peserta didik yang Mengalami Kesulitan Belajar di SMK Negeri 7 Bandar Lampung.**

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari observasi peneliti, penerapan konseling individu Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dilaksanakan pada sesi konseling pertama. Sampai dengan selesai diruang BK SMK Negeri 7 Bandar Lampung. Konseli mendatangi guru BK sehingga konseli tidak sadar bahwa sedang diteliti. Langkah yang dilakukan peneliti dalam penerapan konseling individu Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* adalah sebagai berikut :

- a) Guru BK berkerjasama dengan konseli (*engage with client*).
  - 1) Membangun hubungan terhadap X dengan mengembangkan empati kehangatan, dan penghargaan yang ditunjukkan pada petikan sesi konseling berikut :

*“walaikumsalam... (sembari memandang ke arah pintu) X ?  
masuk nak duduk sini X”*

X lantas menjawab :

*“ Iya bu...” (Mendekati kursi yang telah disediakan)*

Guru BK melanjutkan bertanya :

*“ Apa kabar, X ? (Sambil tersenyum)*

X menjawab :

*“Sehat bu. Ibu gimana ?” (Tersenyum kecil)*

Guru BK menjawab :

*“Alhamdulillah jari telunjuk ibu tadi pagi kena pisau”. (Sambil mengajak X tertawa)*

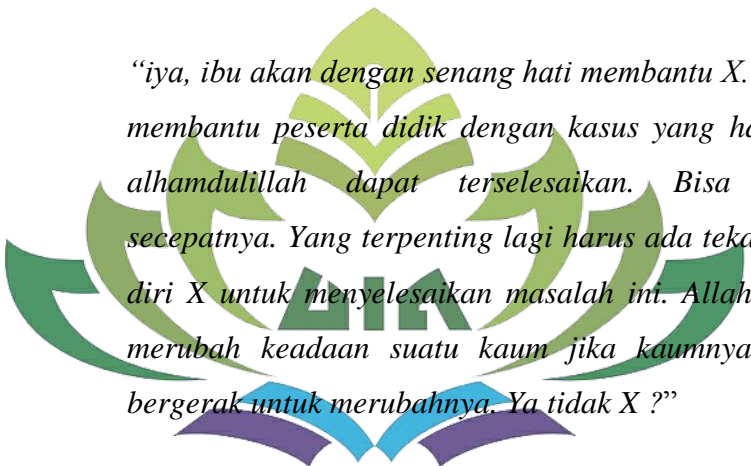
Berdasarkan petikan sesi di atas konseling termasuk Guru BK mencoba berkerjasama terhadap X dengan membangun hubungan agar X merasa dihargai, diterima, dan mau berkerja sama dengan Guru BK. memperhatikan tentang “ *scondary disturbances*” atau hal mengganggu X yang mendorong X mencari bantuan yang ditunjukkan pada petikan sesi konseling tersebut.

X menjawab :

*“He’emh bu. X tidak mau terus menerus seperti ini. Setiap kegiatan belajar mengajar berlansung saya Cuma bisa diam dan sering kali saya ingin maju ke depan kelas di tertawakan saya malu ibu. Lantas saya harus bagaimana bu ?”*

Berdasarkan petikan sesi konseling di atas dapat diperhatikan tentang “*secondary disturbances*” atau hal mengganggu X yang mendorong X mencari bantuan yaitu dengan bertanya kepada guru BK tentang langkah- langkah yang tidak dia temui karena kesulitan belajar yang mendalam.

- 2) Memerlihat kepada X tentang kemungkinan perubahan yang bisa dicapai dan kemampuan Guru BK untuk membentuk X mencapai tujuan konseling yang ditunjukkan pada petikan sesi konseling berikut :



*“iya, ibu akan dengan senang hati membantu X. Ibu juga pernah membantu peserta didik dengan kasus yang hampir sama dan alhamdulillah dapat terselesaikan. Bisa kita temukan secepatnya. Yang terpenting lagi harus ada tekak yang kuat dari diri X untuk menyelesaikan masalah ini. Allah kan tidak akan merubah keadaan suatu kaum jika kaumnya itu tidak mau bergerak untuk merubahnya. Ya tidak X ?”*

Lebih lanjut Guru BK mengatakan :

*“Terbuka saja sama ibu, jangan khawatir untuk masalah menjaga rahasia tentang apa yang X hadapi saat ini, sebagai tempat konsultasi, ibu punya asas-asas yang harus dipegang yaitu menjaga rahasia “(Tersenyum).”*

Kemudian X merespon positif dengan mengatakan :

*“iya bu. Saya juga bertekak untuk keluar dari masalah ini”.*

Berdasarkan petikan di sesi konseling di atas, Guru BK mencoba memperlihatkan kepada X tentang kemungkinan perubahan yang bisa dicapai tujuan konseling dan X pun merespon positif akan hal tersebut.

- b) Guru BK melakukan asesmen terhadap masalah, orang, dan situasi (*asses the problem, person, and situation*)
- 1) Mengidentifikasi pandangan-pandangan tentang apa yang menurut konseli salah yang dirunjukkan pada petikan sesi konseling berikut.

Kemudian Jawab X :

*“(Diam sejenak) sadar sadar kok bu, kalau saya ini di dalam pelajaran saya terutama di akutansi saya ini lambat sekali dalam mengerjakan tugas-tugas pelajaran, apalagi ketika diskusi berlangsung saya Cuma bisa diam, tidak berani menyampaikan argumen ibu. Saya memang pantas gak punya teman, mana ada yang mau berteman dengan saya bu. Saya gak pantas ada di sini bu. (Mata berkaca-kaca)”*

Analisis Guru BK :

*“X merasa kalau X tidak pantas memiliki teman ataupun berada di sekeliling mereka karna X ketika diskusi berlangsung X diam, begitu ?”*

Berdasarkan petikan di atas, Guru BK mengidentifikasi pandangan-pandangan tentang apa yang menurut X salah dengan melakukan analisis pandangan atau keyakinan irasional yang dimiliki X. X memandang bahwa dirinya tidak pantas memiliki sahabat dan juga tidak pantas di sekolah.

- 2) Memperhatikan bagaimana perasaan konseli mengalami masalah ini yang ditunjukkan pada petikan sesi konseling berikut:

Jawaban X :

*“ Saya kesal hati bu, tapi apa yang bisa saya perbuat. Selama ini Oca (teman dekat X) hanya menyuruh saya untuk tidak mendengarkan mereka. Tapi lama-lama sedih juga saya bu. Setiap kali jam mata pelajaran berlangsung seakan saya paling bodoh” saya malu ibu.*

Lalu Guru BK menyimpulkan :

*“ Dan X merasa malu dan sedih bertemu mereka begitu?”*

Berdasarkan petikan sesi konseling di atas, peneliti memperhatikan bagaimana perasaan X mengalami masalah ini bahwa X merasa malu untuk bertemu lagi dengan teman-teman di kelas dan lingkungan sekolah.

- 3) Melaksanakan asesmen secara umum dengan mengidentifikasi latar belakang persoal dan sosial, kedalam masalah, hubungan dengan keperibadian individu, dan sebab-sebab non-psikis.

Konselor bertanya :

*“Okey. Ibu mau tahu, kenapa X beberapa waktu yang lalu tidak masuk sekolah?”*

X menjawab :

*“saya sering di tertawakan oleh kawan-kawan bu”.*



Guru BK bertanya :

*“Di tertawakan seperti apa X ?”*

X menjawab :

*“Mereka bu, sama kawan-kawannya sering ngatain saya bodoh ibu. Setiap saya mau maju di kelas disorakin atau sewaktu saya tiba di sekolah selalu ditertawaan, bahkan ketika saya belum menyelesaikan tugas selalu di ejek ibu”.*

Guru BK melakukan dorongan minimal :

*“Ooo...Terus?”*

X melanjutkan jawabannya :

*“pernah juga bu saya negor kelakuan mereka, mereka selalu tertawa seolah saya itu benar-benar tidak dihargai di dalam kelas bu saat kegiatan belajar mengajar berlangsung”.*

Guru BK menyimpulkan :

*“Emmm, jadi X sering tertawakan oleh kawan-kawan?”*

**(Analisis A)**

X lantas menjawab :

*“iya bu, saya juga malu atas kelakuan mereka”.*

(Guru BK melakukan empati dan melanjutkan asesmen)

*“Iya, ibu mengerti perasaan X, lantas orang tua X tau tidak kalo X tidak masuk sekolah karena hal ini?”*

X menjawab :

*“tidak bu, saya tidak berani bicara sama ibuk dan bapak saya”*

Guru BK menyimpulkan :

*“Jadi X berbohong kepada kedua orang tua X”.*

Guru BK bertanya lebih jauh :

*“He’emh. Sudah dari kapan teman-teman di kelas sering melakukan hal seperti itu kepada X ?”*

X menjawab :

*“Sudah dari pas pembagian kelas MOS ibu. Awalnya hanya maen aja bu, tapi lama-lama mereka semakin mengap saya lemah menertawakan saya ibu”.*

Berdasarkan petikkan sesi konseling di atas, Guru BK melaksanakan asesmen secara umum untuk menyimpulkan informasi yang dialami X. Diperoleh data bahwa X di kelas suka di bilang bodoh berupa tertawa oleh teman-temannya yang tidak disukai X, dari setelah MOS hingga sekarang dan X juga membuat keterangan palsu kepada orang tua agar tidak masuk sekolah dan bebas dari perlakuan si A.

- c. Guru BK mempersiapkan konseli untuk terapi (*Prepare the client for therapy*)
  - 1) Mengklarifikasi dan menyetujui tujuan konseling dan motivasi konseli untuk berubah, yang ditunjukkan pada penelitian sesi konseling berikut:

Guru BK :

*“Kalau sudah tahu begini, X mau tetap tidak masuk sekolah yang sudah jelas banyak kerugiannya atau mencoba untuk menghadapi perkara ini secara pintar?”*

X lantas menjawab :

*“Pengennya dihadapi secara pintar bu”.*

Penjelasan Guru BK :

*“Nah, inilah tujuan konseling ini. Ibu akan membantu X untuk menyelesaikan masalah ini secara pintar. Dan sekali lagi ibu tegaskan bahwa setiap manusia memiliki potensi untuk membawa dirinya kearah yang lebih baik.”*

Lebih lanjut Guru BK memotivasi X :

*“Makanya ibu mengajak X untuk mengadakan konseling ini untuk mencari penyelesaian masalah ni. Dan ibu yakin, X pasti bisa merubah untuk mengatasi masalah ini asalkan X benar-benar memiliki tekad yang kuat. Nah, X berminat tidak untuk berubah demi terselesainya masalah X?”*

2) Mendiskusikan pendekatan yang akan digunakan dan implikasinya yang ditunjukkan pada petikan sesi konseling berikut :

Guru BK menjelaskan :

*“Kita akan menggunakan pendekatan yang memperbaiki cara X berpikir dalam menghadapi masalah ini. X bersedia?”*

X lantas menjawab :

*“Iya bu...”*

Berdasarkan petiakan di atas sesi konseling di atas, Guru BK mendiskusikan pendekatan yang akan digunakan dan implementasi selama *treanmen* di laksanakan yaitu dengan menggunakan pendekatan yang memperbaiki cara berfikir yang dalam hal ini adalah konseling Individu Pendekatan *Rasional Emotive Behavior Therapy* (REBT).

d. Mengimplementasikan program penanganan (*Imlement the treatment program*)

- 1) Menganalisis episode spesifik dimana inti masalah itu terjadi, menemukan keyakinan-keyakinan yang terlibat dalam masalah, dan mengembangkan *homework*, yang ditunjukkan pada petikan sesi konseling sebagai berikut:

Guru BK menjelaskan inti masalah :

*“Kalimat yang ibu lingkali itulah yang menjadi masalah buat X (Menunjuk kearah kertas). Keyakinan itu sifatnya irasional, alias tidak logis, alias merusak diri sendiri. X harus berusaha merubah keyakinan X yang sifatnya merusak ini, karena keyakinan tersebutlah yang mengakibatkan timbulnya C. (sambil menunjuk ke arah kertas lagi).”*

Guru BK memberi *home work* :

*“Nah, coba baca buku-buku yang memberi semangat. Bagus manfaatnya, menambah pengetahuan dan semngat X nantinya”*

Berdasarkan petikan sesi konseling di atas, Guru BK menganalisis episode spesifik dimana inti masalah itu terjadi, menemukan keyakinan-keyakinan yang terlihat dalam masalah, dan mengembangkan *homework* berupa pemberian tugas membaca buku-buku yang inspirasi dan motivator.

- 2) Mengembangkan tugas-tugas tingkah laku untuk mengurangi ketakutan atau memodifikasi tingkah laku, yang ditunjukkan dari sesi konseling berikut :

Guru BK menawarkan tugas tingkah laku :

*“ Untuk menghadapi perlakuan teman-teman, X harus lebih rileks, santai. Tunjukan kalau X kuat, balas dengan senyum X. Karena semakin X terlihat lemah atau bersedih atau bahkan sampai tidak masuk sekolah, mereka akan semakin merasa senang. Latih dari X perlakuan si A dengan santai, rileks. Belajar cuek atas perlakuan mereka. Itu dia. (tersenyum). ”*

Lebih lanjut Guru BK menjelaskan :

*“Ketika mereka mulai beraksi, X juga harus mulai beraksi melindungi pikiran, misalnya dengan berkumpul dengan teman lain yang lebih baik...”*

Berdasarkan sesi konseling di atas, Guru BK mengembangkan tugas-tugas tingkah laku untuk mengurangi ketakutan atau memodifikasi tingkah laku dengan menawarkan beberapa alternatif tingkah laku.

- 3) Menggunakan teknik-teknik tambahan yang diperlukan, yang dalam kasus ini ditunjukkan dalam sesi konseling berikut ini:

*“Jangan lagi berkeyakinan bahwa X tidak pantas memiliki teman. Jangan lagi X berkeyakinan bahwa X tidak pantas di lingkungan sekolah. Patahkan keyakinan itu. Karna X pantas kedepan, coba bayangkan”. (dispute imajinasi)*

*memiliki teman, dan X juga berhak belajar dengan tenang di sekolah ini. Masih banyak kok teman-teman ingin berteman dengan X. Jangan takut. X mengerti ?”*

*(analisis rasional) dan (reframing)*

*“ibu mau tanya, kalau X berada pada posisi masalah yang mirip seperti ini bagaimana keyakinan X/ pikiran X untuk mengatasi masalah ini.*

Diam sejenak dan X membalas dengan jawaban :

*“ Saya tidak seharusnya menyalahkan diri saya. Dan saya akan tetap berpikir bahwa saya pantas mendapatkan teman-teman dan berhak menuntut ilmu di sini bu. Saya akan cuek dengan perkataan mereka ketika di kelas dan di luar kelas yang menjatuhkan saya. Karena saya tidak akan membiarkan mereka mnyalahkan saya”. (Tersenyum)*

*“X pasti bisa semua ini pasti akan berlalu. Mungkin hanya kisaran hari bahkan minggu. Waktu itu terus berjalan X. Sekarang kamu boleh menjadi terpuruk, tapi tidak dengan satu bulan, bahkan tahun depan X ada ujian nasional (UN) . coba*

*bayangkan semua pasti berlalu X, kamu harus semangat.”*  
*(Sambil Tersenyum) (Proyeksi waktu)*

*“Nah, coba baca buku-buku yang memberi semangat. Bagus Manfaatkan menambah pengetahuan dan semangat X nantinya.*  
*(home work)*

Berdasarkan peteikan dari sesi konseling di atas, guru BK menggunakan beberapa teknik-teknik tambahan yang diperlukan, meliputi analisis rasional, reframing, dispute imajinasi, proyeksi waktu, dan *homework*.

e. Mengevaluasi kemajuan (*evaluate progress*)

Pada menjelang akhir intervensi konselor memastikan apakah konseli mencapai perubahan yang signifikan dalam berfikir atau perubahan tersebut disebabkan oleh faktor lain yang dilaksanakan pada sesi konseling ketiga pada tanggal di ruang BK SMK Negeri 7 Bandar Lampung. Ditunjukkan dari penelitian sesi konseling di bawah ini :

Guru BK mengajukan pertanyaan :

*“Bagaimanakah perasaan X sewaktu X melaksanakan apa yang ibu sarankan kepada X kemarin-kemarin ?”*

X lantas menjawab :

*Alhamdulillah ibu saya sudah lebih bisa menghadapi teman-teman saya, lebih berfikir rasional dari pada irasional ibu benar.*

Guru BK menjawab :

*“yaaaaak sip...!? Bagus X. Ibu harap pikiran irasional kamu akan pergi jauh. Dan pikiran irasional akan tetap ada dalam dirimu bukan hanya di dalam bawah pantauan ibu saja. Hee... (Tertawa Kecil).*

X lantas menjawab

*“Iya, bu. Bukan karena pantauan ibu . tapi saya benar-benar ingin berubah bu, pengen meninggalkan keterpurukan saya hee... “(Tertawa kecil)*

Berdasarkan Pada petikan sesi konseling di atas dapat dilihat bahwa terjadi perubahan signifikan X dalam berfikir yang berasal dari dalam diri X sendiri.

- f. Mempersiapkan konseli untuk mengahiri konseling (*Prepare the client for termination*) yaitu mempersiapkan konseli untuk mengahiri proses konseling dengan menguatkan kembali hasil yang sudah dicapai. Selain itu, mempersiapkan konseling untuk dapat menerima adanya kemungkinan kemunduran dari hasil yang sudah dicapai atau kemungkinan mengalami masalah dikemudian hari tanggal dan keempat dirungan BK SMK Negeri 7 Bandar Lampung yang dilihat dari petikan konseling dibawah ini :



Guru BK :

*“Ibu selalu memantau perkembangan X. Sejauh ini benar-benar bangga dengan kerja keras X yang telah membuahkan hasil yang sangat memuaskan pastinya X. Lagi-lagi ibu mengiatkan X agar selalu giat, dan waspada karena keyakinan Irasional dengan kejadian yang sama bisa saja datang lagi.....”*

Lebih lanjut Guru BK menegaskan :

*“Baiklah X sesi konseling ini sudah bisa untuk diakhiri. Sekali lagi ibu senang X sudah benar-benar antusias dan berusaha dalam melakukan sesi konseling ini. Dan hasilnya pun X bisa melihat. Ibu benar-benar senang dengan perubahan X pola pikir X dari Irasional ke rasional”.*

Petikan sesi konseling di atas dapat dilihat bahwa Guru BK mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling (*Parpare the client for termination*) yaitu mempersiapkan konseli untuk mengakhiri proses konseling dengan menguatkan kembali hasil yang sudah dicapai. Selain itu, mempersiapkan konseli untuk dapat menerima adanya kemungkinan kemunduran dari hasil yang sudah dicapai atau kemungkinan mengalami masalah kembali dikemudian hari.

Berdasarkan penerapan *Rational Emotive Behavior Therapy* yang dilaksanakan pada waktu awal minggu Ke 2, 5 kali berturut-turut dalam satu bulan, hasil penelitian menunjukkan perkembangan yang positif. Peserta didik mampu mengoreksi kesalahan berfikir untuk mengurangi emosi yang tidak

diharapkan dalam kesulitan belajar. Selain itu membantu peserta didik mengubah kebiasaan berfikir dan bertingkah laku yang merusak diri sendiri. Penerapan Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* juga mendukung peserta didik menyadari bahwa mereka dapat hidup dengan lebih rasional dan lebih produktif.

#### **4. Hasil wawancara Terkait Penerapan Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk Mengatasi Kesulitan Belajar di SMK Negeri 7 Bandar Lampung.**

Hasil wawancara peneliti terhadap guru BK, wali kelas, dan peserta didik SMK Negeri 7 Bandar Lampung September 2017 di ruang BK SMK Negeri 7 Bandar Lampung setelah melakukan keseluruhan sesi Konseling adalah sebagai berikut :

##### **1. Data Wawancara Guru BK( Bimbingan Konseling )**

Peneliti : Sebelum melaksanakan sesi konseling REBT, langkah apa yang dilakukan ibu untuk mengumpulkan informasi mengenai peserta didik kesulitan belajar ini ibu ?

Guru BK : “Setiap satu minggu sekali ibu melakukan rekapitulasi jurnal guru piket guna melihat daftar kehadiran peserta didik, selain itu ibu juga memastikan ketidak hadirannya dengan mengecek absen kelas. dalam kasus X ini, ibu mendapat 8 kali tidak masuk sekolah dari data yang ada, nah, ibu tidak langsung melakukan *home visit*. Ibu mencari informasi terlebih dahulu dari teman dekatnya X,

Oca. Kemudian dari situ ibu tahu bahwa X dalam bidang pelajarannya sering tidak mengerjakan tugas-tugas dan setiap ada diskusi dia lambat dalam pemahamannya. Selanjutnya ibu pertanyakan lagi kebenarannya pada X lewat sesi Konseling”.

Peneliti : Apa yang ibu lakukan untuk menyadarkan peserta didik akan masalah yang dihadapinya dan masalah ini merupakan tanggung jawab sendiri bu ?

Guru BK : Iya, setelah menggali masalah konseli, ibu mengajak peserta didik untuk berdiskusi mengenai kerugian (mudharat) dan juga manfaat dia tidak masuk sekolah. Dari sini juga kita menyadarkan bahwa hanya dirinya sendiri yang dapat memutuskan akar masalah yang ia hadapi”.

Peneliti : Dalam penerapan konseling individu teknik Rational Emotive Behavior Therapy, apa yang dilakukan agar peserta didik menggati pikiran irasionalnya menjadi lebih rasional?

Guru BK : ibu menjelaskan teori A-B-C, Tapi dengan menggunakan bahasa yang lebih ringan agar mudah dicerna oleh peserta didik dengan contoh real. Setelah peserta didik memahami akar masalahnya ada pada B yaitu pada keyakinan T yang bersifat, baru kita mulai menyetting keyakinannya yang rasional agar menjadi lebih rasional”.

Peneliti : Lantas bagaimana bu dukungan dari pihak lain bu ?

Guru BK : Pasti ada, tapi yang lebih menyumbang informasi dalam kasus ini adalah wali kelas dan teman dekat X”.

Peneliti : Bagaimanakah perubahan yang terjadi setelah dilaksanakan Konseling individu pendekatan REBT pada peserta didik yang berkesulitan belajar ini ibu ?

Guru BK : Setelah pelaksanaan konseling individu pendekatan REBT, terlihat perubahan yang sangat baik ya menurut saya. Keyakinan irasionalnya yang mengakibatkan kesulitan belajar yang berujung pada tingkah laku tidak masuk sekolah, tidak mengerjakan (PR) dengan baik, lambat dalam melaksanakan tugas-tugas pembelajaran. Sampai saat ini telah tertangani. Tetapi yang pasti kita akan terus mengawasi proses pembelajarannya di dalam kelas, karena kembali lagi, bahwa manusia punya dua potensi untuk berfikir rasional dan irasional. Perubahan X ini bukan puncak, tapi harapannya ke depan X tidak terjebak lagi dalam hal yang maladaptif seperti ini ?”

Peneliti :Baik ibu Terimakasih atas Waktu wawancaranya mengenai Penerapan Konseling individu dengan pendekatan REBT nya dari sini saya semakin yakin bahwa X ini sangat mengalami kemajuan baik setelah menjalankan konseling *Rational Emotive Behavior Therapy*<sup>2</sup>

---

<sup>2</sup>Laily Rasuna, Guru BK, *Wawancara*, 4 September 2017.

## 2. Data Wawancara yang dilakukan dengan Wali Kelas

Peneliti : assalamualaikum ibu (berjabat tangan)

WK : walaikumsalam

Peneliti : Maaf ibu mengganggu, bisa minta waktunya sebentar ibu buat ngobrol ?

WK : Oh boleh lah mb, silahkan duduk

Peneliti : terimakasih ibu, maaf ibu mengganggu waktu ibu istirahat

WK : tidak mengganggu, iya jadi bagaimana mb ?

Peneliti : oh ia ibu, jadi begini ibu, saya memperhatikan ada satu peserta didik ibu yang mengalami kesulitan belajar lambat dalam mengerjakan tugas-tugas sekolah ibu, lalu saya bertanya kepada kepala sekolah mengenai keseharian peserta didik ini, setelah itu bapak kepala sekolah menyuruh saya untuk bertanya langsung kepada bapak, seperti ini ibu.

Wk : iya mb, itu peserta didik di kelas saya benar kebetulan saya wali kelas dari X, saya pernah menjadi wali kelas X di kelas X (sepuluh) tahun lalu sebelum kenaikan ajaran baru

Peneliti : kalau saya boleh tau ibu, keseharian X itu bagaimana ya ibu jika di dalam kelas maupun diluar kelas ?

Wk : X itu anaknya pendiam sekali, X itu banyak diam dikelas, kalau saya maju ke depan untuk menjelaskan pelajaran ataupun mengisi jawaban di papan tulis, responnya hanya diam dan menunduk, setiap kali ada tugas latihan selalu lebih akhir mengumpulkan

tugas-tugasnya dari pada teman-temannya,tapi X ini punya kelebihan dibidang tari, dan saya pernah menanyakan kepada guru-guru lain mengenai X yang hanya diam dikelas, jawabannya merkapun sama, memang banyak diam anak tersebut dikelas.

Peneliti : lalu sebagai wali kelas, ibu memiliki cara seperti apa membantu X?

Wk : kalau guru-guru yang lain saya pernah tanya, mereka hanya membiarkan saja, nah kalau saya, usaha yang pernah saya lakukan game-game permainan pertanyaan untuk maju kedepan kelas, siapa yang berani menjawab dan maju kedepan kelas saya beri nilai antusias nya saat ramai sekali.

Peneliti : lalu bagaimana respon X ibu ?

Wk : ya hanya diam saja, dan apabila saya bertanya pada X apakah ada yang belum dimengerti responnya hanya diam dan menunduk, selain itu X saya tanya apakah anda masih belum mengerti silahkan ditanyakan, responnya hanya diam saja sambil menunduk, seperti itu terus, teta[i saya perhatikan jika ada temannya yang maju kedepan lalu salah atau lucu dia juga bisa tersenyum.

Peneliti : oh seperti itu ibu, iya ibu menurut saya usaha yang ibu lakukan sudah bagus ibu, mungkin X memang belum berani atau memang ada kendala lain ibu. Terus bagaimana dengan nilai-nilai kesehariannya mata pelajaran X ibu dan kegiatan di sekolahnya ?

Wk : untuk nilainya sedikit menurun apalagi di akutansi sendiri karena mungkin berpengaruh pada ke tidak aktifan dia di kelas contohnya dalam diskusi, atau dalam tugas-tugas dalam pemberian tugas rumah (PR) teman-temannya sudah menyelesaikan dengan baik' X

belum menyelesaikan seperti terdapat kesulitan tersendiri bagi X. Tapi X ini pintar dalam kegiatan seperti menari, dan kegiatan ekstrakurikuler lain.

Peneliti : berarti X ini memang rendah dalam pembelajarannya namun dia juga memiliki potensi di bidang Porseni (Tari), mungkin karena faktor pendiam dan tidak berani mengungkapkan pendapatnya ketika diskusi jadi X sering ketinggalan tugas-tugas dengan teman-temannya. Ohya ibu saya di sini mau meminta izin kepada ibu selaku wali kelas XI Akutansi untuk melakukan penelitian terhadap X ibu ?

Wk : oh boleh, sekali mb, silahkan saja tidak masalah, mungkin dengan adanya proses penelitian ini bisa membantu kedepannya lebih baik lagi.

Peneliti : terimakasih ibu, saya mohom kerja samanya ibu.

Wk : iya pasti, apabila ada yang perlu saya bantu bisarakan saja sama saya, insakallah saya bantu mb.

Peneliti : ibu terimakasih banyak ibu, saya pamit dulu ibu. Terimakasih atas waktunya ibu, wasalamualaikum.

Wk : Walaikumsalam. Wr.wb<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup>Novitasari, Guru Wali Kelas, wawancara 7 september 2017

### 3. Data Wawancara konseling dengan peserta didik

Peneliti : Assalamualaikum adik

X : Walaikum salam kak.

Peneliti : Bagaimana kabar hari ini ?

X : Alhamdulillah baik kak

Peneliti : oh ya, disini kakak mau mintak waktunya untuk mewawancarai adik, apakah adik-adik bersedia untuk meluangkan waktunya ?

X : iya kak, saya bersedia.

Peneliti : baiklah kalau begitu, kakak langsung mulai saja wawancarainya.

X : iya kak.

Peneliti : di sini kakak mau bertanya, apakah faktor utama yang menyebabkan adik mengalami kesulitan belajar ?

X : Kalau saat jam belajar kak, saya terkadang selalu telat dalam mengerjakan tugas-tugas belajar kak, saya terkadang paling berahir selesainya, tidak tepat waktu dalam menyelesaikannya, karena kadang-kadang saat mengerjakan tugas-tugas ada soal yang sulit kak saya tidak bisa mengerjakan karena tidak tau.

Peneliti : oh begitu, terus cara seperti apa yang biasanya dilakukan oleh guru Bk dalam membantu mengatasi permasalahan X ini ?

X : biasanya, guru BK memberikan layanan kelompok dan layanan individual kak, kebanyakan jika ada yang bermasalah guru BK



langsung memanggilnya kak, dan diberi bimbingan. Dan juga di saat ini yang di lakukan guru BK adalah konseling individu dengan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Tetapi masih saja peserta didik yang mengalami kesulitan belajar belum maksimal mungkin.

Peneliti : Terus langkah-langkah apa saja yang guru Bk lakukan dalam konseling individual pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk mengatasi kesulitan belajar

X : Begini kak, guru BK memanggil kami, dan kami diberi Konseling individual, pemberian konseling individual tersebut diberikan melalui tahap perencanaan, pelaksanaan, evaluasi jangka pendek seperti memberikan soal-soal, mengulang pelajaran yang mengalami kesulitan belajar, tahap menganalisis kemampuan saya seberapa skor meningkat atau menurun itu terlihat dari soal-soal tersebut.

Peneliti : Oh begitu, terus apakah guru Bk selama ini menanyakan perubahan adik setelah melakukan kegiatan konseling.

X : iya kak terkadang guru Bk memanggil saya bagaimanakah perasaan saya setelah diberikan konseling individu kak ? apakah sudah ada perubahan apa belum ?

Peneliti : Setelah itu apa X mengalami perubahan ?

X : awalnya iya Kx tapi, saya terkadang saat di kelas tidak bisa belajar dengan baik ?

Peneliti : dalam konseling tersebut teknik apa saja yang telah diberikan oleh guru BK ?

X : teknik yang diberikan banyak kak, tetapi dalam bimbingan individu ini guru Bk melakukan dengan 6 tahap yaitu Berkerja sama dengan konseli, melakukan assesmen terhadap masalah yang kami hadapi, mempersiapkan konseli untuk terapi, mengimplementasikan program penanganan, evaluasi kemajuan, dan mempersiapkan klien untuk mengakhiri konseling. Begitu ibu.

Peneliti : Oh begitu ya, terus bagaimanakah hasil setelah adik mengikuti bimbingan individu tersebut, apakah sudah ada perubahan ?

X : iya kak benar dari beberapa langkah yang diterapkan, saya sangat merasa senang dengan adanya konseling individu kak, karena di sini saya bisa saling bertukar pikiran, bertukar pendapat, dan memecahkan masalah bersama kak, dan sangat cukup memberikan manfaat kepada saya tanpa terkecuali peserta didik yang mengalami kesulitan belajar.saya merasa senang dan nyaman kak dengan diadakannya konseling individual khususnya dalam masalah kesulitan belajar ini.apalagi dengan teknik- teknik Kognitifnya sangat membantu.

Peneliti : Alhamdulillah kalau memang sudah ada perubahan tidak mengalami kesulitan belajar lagi.

X : iya, kak.

Peneliti : kalau begitu ucapan terimakasih kepada kamu, karena kamu sudah mau dan menyempatkan waktu untuk kakak wawancarai.

X : iya kak, sama-sama, kalau begitu saya permisi kak, mau Kembali ke kelas.

Peneliti : iya nak, silahkan.

X : assalamualaikum

Peneliti : walaikum salam<sup>4</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dengan peserta didik di atas, maka dapat penulis simpulkan bahwa peserta didik mengalami permasalahan kesulitan belajar seperti lambat dalam melakukan tugas-tugas kegiatan belajar. Untuk mengatasi masalah peserta didik tersebut maka sudah dilakukan konseling individu oleh guru BK SMK Negeri 7 Bandar Lampung. Penerapan tersebut dilakukan dengan cara memanggil peserta didik yang mempunyai permasalahan kesulitan belajar, kemudian diberikan konseling individu menggunakan Pendekatan *Rational Emotif Behavior Therapy*, dan berbagai tahap. Masing-masing individu dan Terdapat 4 peserta didik yang mengalami kesulitan belajar. Yaitu 3 peserta didik mengalami kesulitan belajar yang sudah mampu mengatasinya dengan baik setelah dilakukan konseling individu, sedangkan X yang menjadi tujuan utama dalam wawancara peneliti ini mengungkapkan bahwa sudah merasa lebih baik, tidak mengalami kesulitan belajar lagi.

---

<sup>4</sup>Wawancara Peserta didik (X), 8 September 2017

### C. PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendekatan REBT dapat mengatasi kesulitan belajar di SMK Negeri 7 Bandar Lampung. Secara khusus pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy berasumsi bahwa individu memiliki krakter yang berpotensi untuk berfikir secara rasional dan irasional. Tetapi dibalik itu semua, manusia juga memiliki potensi bagi aktualisasi dirinya dan untuk mengubah hidup personal sosialnya.<sup>5</sup> Seperti halnya yang dihadapi oleh peserta didik yang mengalami kesulitan belajar setelah menerima perlakuan yang tidak baik oleh teman-temannya di kelas seperti dalam hal lambat dalam melakukan tugas-tugas sekolah, begitupun dengan diskusi maka muncullah pikiran-pikiran irasional yang dalam hal ini peserta didik lebih cenderung memandang rendah dan menyalahkan diri sendiri. Ini berakibat pada timbulnya kesulitan belajar yang ia alami yang membuat malu dan pendiam bahkan tidak masuk sekolah. X tidak mampu mengeluarkan pendapat ketika diskusi, bahkan terancam nilai X menurun.

*Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) merupakan pendekatan kognitif behavioral yang berorientasi pada kognitif-behavioral. Dimana dalam peroses konselingnya REBT berfokus pada tingkah laku individu, akan tetapi REBT menekankan bahwa tingkah laku yang bersalah disebabkan oleh

---

<sup>5</sup> Gantina. K, Eka. W, dan Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta : PT. Indeks, 2011), h 202

pemikiran yang irasional sehingga fokus penanganannya adalah individu.<sup>6</sup> Sesuai dengan masalah yang terjadi X yang dalam hal ini guru BK menggunakan Konseling individual. Dengan Pendekatan REBT, Guru BK membantu memodifikasi pikiran dan tingkah laku peserta didik, hingga pada akhirnya terbentuk pikiran dan tingkah laku yang adaptif yaitu lebih realistik tentang diri dan lingkungannya serta menghilangkan kebiasaan tidak masuk sekolah.

Indah ayu dewi dalam kajian menggunakan Rational Emotive Therapi (RET) atau yang sekarang disebut dengan REBT untuk mengatasi kesulitan belajar peserta didik dalam menghadapi Ujian Akhir Nasional (UAN) di SMA N 1 Kabupaten Peringsewu. Hasilnya menunjukkan bahwa melalui penerapan konseling individual pendekatan RET efektif untuk mengatasi kesulitan belajar dalam menghadapi UAN. Setelah dilaksanakan konseling RET terjadi perubahan-perubahan sikap yang nampak pada diri peserta didik tersebut, diantara perubahan-perubahan yang terlihat adalah perilaku peserta didik menjadi lebih baik dan cenderung positif. Dalam hal ini peserta didik dapat dengan mudah mengatasi lambat dalam melakukan tugas-tugas yang di berikan oleh guru mata pelajarannya peserta didik mempunyai pandangan-pandangan hidup yang logis sehingga terbebas dari perasaan ketidak tahuan.

---

<sup>6</sup> Dewi. E.P, Budi.AK, Herni. S, *Modul Panduan Rational Emotive Behavior Therapi* (Psikoterapi untuk individu)

Berikut daftar modifikasi pola pikir X dari yang irasional menjadi rasional.

**Tabel 4**  
**Perubahan Pola pikir Peserta didik setelah dilaksanakan Konseling Individu menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy***

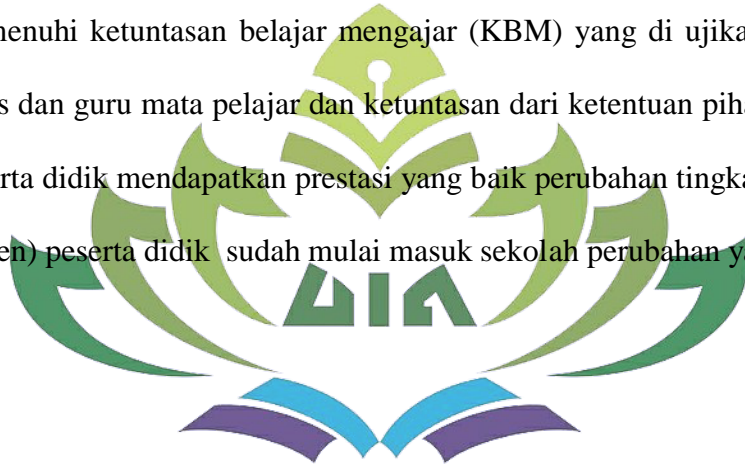
Pikiran Irasional	Pikiran Rasional
Merasa prestasi rendah tidak seperti teman-temannya	Berfikir bisa memperoleh nilai berdasarkan kompetensi dasar yang ditetapkan oleh guru mata Pelajaran, dan wali kelas
Merasa tidak berharga di sekolah	Berpikir layak untuk berada di sekolah guna menuntut ilmu.

Terlihat Perubahan yang signifikan dari pola pikir X yang memandang dirinya rendah dan tidak memiliki potensi dalam pembelajaran apalagi saat diskusi menjadi lebih mengangkat diri untuk lebih produktif. Setelah menjadi perubahan pola pikir, konsekuensi tingkah laku juga mengalami perubahan. Diperoleh perubahan data kehadiran X kesulitan belajar yang dialami oleh peserta didik.

**Tabel 5**  
**Perubahan Tingkah Laku Kehadiran (Absen) Tidak Masuk Sekolah**

Bulan	Maret	April	mei	juni	Agustus
Jumlah ketidakhadiran	2x	4x	2x	0	0

Berdasarkan dari hasil penelitian di atas Observasi, dokumentasi dan wawancara guru Bk, Wali Kelas, dan Peserta didik (X) peneliti mengambil kesimpulan bahwa X mengalami perubahan dengan konseling individu pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*, dengan berbagai teknik dan teori A-B-C-D-E-F untuk mengubah perilaku X secara Rasional dan irasionalnya sehingga peserta didik baik X maupun yang mengalami kesulitan belajar mampu menyelesaikan tugas-tugas pembelajaran dengan hasil yang memenuhi ketuntasan belajar mengajar (KBM) yang di ujikan oleh guru wali kelas dan guru mata pelajar dan ketuntasan dari ketentuan pihak kurikulum dan peserta didik mendapatkan prestasi yang baik perubahan tingkah laku kehadiran (absen) peserta didik sudah mulai masuk sekolah perubahan yang signifikan.



## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, penulis dapat menyimpulkan bahwa pembahasan dan analisis data dalam penelitian yang merujuk pada rumusan masalah dan tujuan penelitian, pembahasan, uraian dan analisis pada skripsi ini supaya pembaca lebih cepat mengetahui isi serta maksud dan tujuan skripsi ini. Menurut hasil penelitian yang penulis lakukan di SMK Negeri 7 Bandar Lampung dalam mengatasi kesulitan belajar, mulai dari tahap pertemuan pertama mengenai masalah kesulitan belajar seperti kesulitan belajar seperti apa yang ada di sekolah tersebut, tahap kedua yaitu peneliti mengadakan konseling individu dengan ini peneliti dapat mengetahui bagaimana kesulitan belajar yang dialami di buktikan dalam (RPL dan LPL) diisi oleh peserta didik. Tahap ke tiga yaitu tahap dimana peneliti melakukan teori ABCDEF diantaranya dapat dijelaskan sebagai berikut :

Teori ABCDEF menduduki posisi sentral dalam teori dan praktek REBT.

A (Peristiwa yang mengaktifkan atau menggerakkan individu) tidak menjadi penyebab C (konsekuensi emosi dan perilaku), melainkan B (keyakinan si pribadi pada A) banyak menjadi penyebab C (konsekuensi emosi dan perilaku). Reaksi emosi yang terganggu seperti ketakutan dimulai dan dilanggengkan oleh



sistem keyakinan yang didasarkan pada ide-ide irasional yang telah ditemukan dan dikembangkan sendiri.

Setelah A, B, dan C maka munculah D yang meragukan/membantah yang dapat menolong klien menantang keyakinan irasional mereka, meliputi 3 komponen yaitu mendeteksi keyakinan irasional, memperdebatkan keyakinan, dan mendiskriminasi keyakinan irasional dan rasional. Kemudian sampailah pada E (falsafah efektif) yang terdiri dari menggantikan pikiran yang tidak pada tempatnya dengan yang cocok. Apakah berhasil melakukan ini, terciptalah F (Perangkat perasaan yang baru). Dalam hal ini setelah pematapan teori yang meyakini penulis juga menggunakan pendekatan REBT juga mempunyai langkah-langkah dalam penerapan untuk mengatasi kesulitan belajar diantaranya :

- a. Berkerjasama dengan konseli (*engage with client*)
  - 1) Membangun hubungan dengan konseli yang dapat dicapai dengan mengembangkan empati, kehangatan, dan penghargaan.
  - 2) Memperhatikan tentang “*secondary disturbances*” atau hal mengganggu konseli yang mendorong konseli mencari bantuan.
  - 3) Memperlihatkan kepada konseli tentang kemungkinan perubahan yang bisa dicapai dan kemampuan konselor untuk membantu konseli mencapai tujuan konseling.
  
- b. Melakukan asesmen terhadap masalah, orang, dan situasi.
  - 1) Mulai dengan mengidentifikasi pandangan-pandangan tentang apa yang menurut konseli salah.
  - 2) Perhatikan bagaimana perasaan konseli mengalami masalah ini.

- 3) Laksanakan asesmen secara umum dengan mengidentifikasi latar belakang personal dan sosial, kedalaman masalah, hubungan dengan keperibadian individu, dan sebab-sebab non-psikis.
- c. Mempersiapkan konseli untuk terapi (*prepare the client for therapy*)
- 1) Mengklarifikasi dan menyetujui tujuan konseling dan motivasi konseli untuk berubah.
  - 2) Mendiskusikan pendekatan yang akan digunakan dan implementasinya.
- d. Mengimplementasikan program penanganan (*implement the tretmen program*)
- 1) Menganalisis episode spesifik dimana inti masalah itu terjadi, menemukan keyakinan-keyakinan yang terlibat dalam masalah, dan mengembangkan *homework*.
  - 2) Mengembangkan tugas-tugas tingkah laku untuk mengurangi ketakutan atau memodifikasi tingkah laku.
  - 3) Menggunakan teknik-teknik tambahan yang diperlukan.
- e. Mengevaluasi kemajuan (*evaluate progress*)
- Pada menjelang akhir intervensi konselor memastikan apakah konseli mencapai perubahan yang signifikan dalam berfikir atau perubahan tersebut disebabkan oleh faktor lain.
- f. Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling (*prepare the client for termination*)
- Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri proses konseling dengan menguatkan kembali hasil yang sudah dicapai. Selain itu, mempersiapkan

konseli untuk dapat menerima adanya kemungkinan mengalami masalah kembali dikemudian hari.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitiann di atas, maka penulis ingin memberikan saran kepada orang-orang yang berkaitan dengan permasalahan tentang terapi *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam meningkatkan kesulitan belajar di SMK Negeri 1 Bandar Lampung

### 1. Untuk Sekolah

Bagi pihak sekolah diharapkan adanya satu ruangan khusus apabila nantinya ada peneliti lainnya yang akan mengadakan penelitian di sekolah SMK Negeri 7 Bandar Lampung agar proses penelitian yang di dilaksanakan dapat berjalan dengan lancar.

### 2. Untuk guru

Diharapkan dapat meneruskan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* di sekolah untuk mengurangi kesulitan belajar peserta didik khususnya kepada peserta didik yang memiliki kesulitan belajar dalam tugas-tugas pembelajaran dan wali kelas dapat memberi saran kepada wali murid agar selalu memberikan semangat, dukungan, perhatian kepada putra-putrinya, sehingga peserta didik mampu mengoptimalkan kemampuan yang dimiliki.

### 3. Untuk peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan untuk dapat melakukan pengkajian lebih mendalam, melakukan konsling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam mengurangi kesulitan belajar peserta didik supaya untuk meningkatkan prestasinya lebih baik.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abriani, Citra. 2013. *Paduan Praktikum Bimbingan dan Konseling Pribadi –Sosial..* Bandar Lampung.
- Ahmadi, Abu. 2013 widodo supriyono. *Psikologi belajar*. Jakarta. PT Rineka Cipta.
- Eka, Gantiana K. W dan Karsih. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta Barat. PT Indeks.
- Geldard, Kathryn. David Geldard. 2011. *Keterampilan Praktik Konseling Pendekatan Integratif*. Yogyakarta. Pustaka Belajar.
- Hanifa, Rika. *Konsep Katagorisasi dan Proposisi (ON-line)*. tersedia di Rika hanifa fikomug. blogspot.com. di akses pada tanggal 19 April, jam 2.  
<https://bkpemuls.wordpress.com/2013/11/06/rational-emotive-behavior-therapy/>
- Jamaris, Martini. 2014. *Kesulitan Belajar Perspektif Asasmen, dan Penanggulangannya bagi anak usia dini dan usia sekolah*. Bogor. Ghalia Indonesia.
- Khairani, Makmun. 2013. *Psikologi Belajar*. Yogyakarta. Aswaja Pressindo.
- Margono, S. 2007. *Metodelogi Penelitian Pendidikan*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Moh I, Nazir. 2013. *Metode Penelitian*. Indonesia. GHIm.
- Mulyadi. 2010. *Diagnosis Kesulitan Belajar dan Terhadap Kesulitan Belajar Khusus*. Yogyakarta. Nuha Litera.
- Prayitno. 2004. Jakarta. PT Reneka Cipta. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*.
- . 2000. *Pelayanan Bimbingan dan Konseling*. Jakarta.. PT. Ikrar Mandiri Abadi.
- Robert K Yin. 2009. *Stadi Kasus Desain & Metode* Raja Grafindo Persada. Jakarta.
- S Winkel, W. 2007. *Bimbingan dan Konseing di Intansi Pendidikan..* PT Jakarta. Gramedia.
- Sugiono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R &D*. Bandung. Alfabeta.

- Sukardi, Dewa Ketut. 2000. *Pengantar Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Sukma dinata, Nana Syaodih. 2003. *landasan psikologi proses pendidikan proses pendidikan*. Bandung. PT Remaja Rosdakarya.
- Surya, Muhammad. 2003. *Teori-teori Konseling*. Bandung. Pustaka Bani Quraisi.
- Syah, Muhibbin. 2010. *Psikologi belajar*. Jakarta. Raja Grafindo Persada.
- Tohirin. 2013. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta. PT Raja Grafindo Persada.
- Walgito, Bimo. 2010. *Bimbingan + Konseling (Studi & Karier)*. Yogyakarta. Andi.
- Willis, Sofyan S. 2004. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung. Alfabeta.



### **KISI-KISI DOKUMENTASI**

1. Profil sejarah berdirinya SMK Negeri 7 Bandar Lampung
2. Visi dan Misi SMK Negeri 7 Bandar Lampung
3. Fungsi dan tugas Pengelola sekolah SMK Negeri 7 Bandar Lampung



### KISI-KISI OBSERVASI

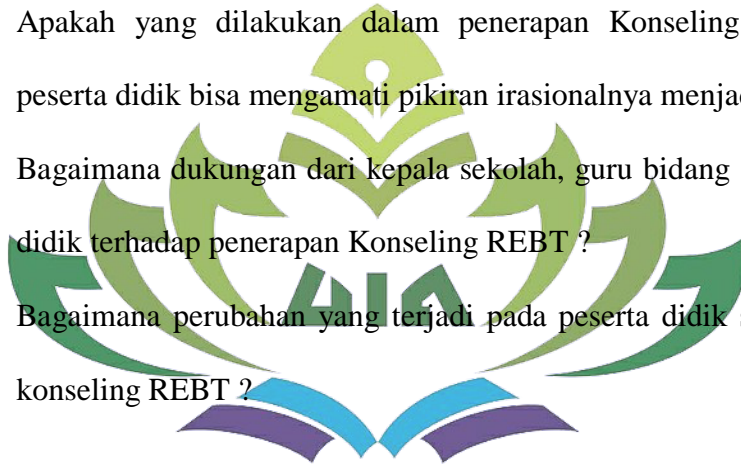
1. Mengambil keadaan fisik SMK Negeri 7 Bandar Lampung
2. Mengamati sarana penunjang terlaksananya kegiatan bimbingan dan konseling di SMK Negeri 7 Bandar Lampung
3. Mengamati tentang keadaan guru bimbingan dan konseling yang ada di SMK Negeri 7 Bandar Lampung
4. Mengamati proses kegiatan konseling yang dilakukan guru bimbingan dan konseling SMK Negeri 7 Bandar Lampung.
5. Mengamati tingkah laku peserta didik Kesulitan belajar (X) di SMK Negeri 7 Bandar Lampung





### **KISI-KISI WAWANCARA**

1. Sebelum melakukan konseling REBT langkah apa saja yang dilakukan untuk mengumpulkan informasi mengenai peserta didik yang mengalami kesulitan belajar ?
2. Apa yang dilakukan untuk menyadarkan peserta didik akan masalah yang dihadapinya dan masalah itu merupakan tanggung jawabnya sendiri ?
3. Apakah yang dilakukan dalam penerapan Konseling REBT ini agar peserta didik bisa mengamati pikiran irasionalnya menjadi rasional ?
4. Bagaimana dukungan dari kepala sekolah, guru bidang studi, dan peserta didik terhadap penerapan Konseling REBT ?
5. Bagaimana perubahan yang terjadi pada peserta didik setelah dilakukan konseling REBT ?



## TRANSKIP KONSELING

### Konseling Pertama (Pengenalan Tahap 1)

- Konseli : “Assalamualaikum”
- Kons : Walaikumsalam... (sembari memandang ke arah pintu) ?
- Konseli : iya ibu (sambil menutup pintu)
- Kons : silahkan duduk nak, bagaimana kabar nya ?
- Konsli : alhamdulillah baik ibu.
- Kons : syukurlah kalau begitu (Tersenyum), pelajaran siapa sekarang nak ?
- Konseli : mata pelajaran bahasa Indonesia buk.
- Kons : oh.. bagaimana ? ada yang bisa ibu bantu ?
- Konseli : iya, ibu tadi kata Oca ibu memanggil saya ya bu ?
- Kons : oh iya ibu lupa, (sambil tertawa), baik nama kamu siapa nak ?
- Konseli : nama saya X ibu.
- Kons : iya, nama yang bagus, gimana selama sekolah di sini X merasa nyaman?
- Konseli : emm, nyaman kok bu.
- Kons : bagaimana ketika berada di kelas apa X nyaman ?
- Konseli : nyaman kok ibu hehe
- Kons : baik, gimana tadi pagi sebelum berangkat ke sekolah X sudah makan ?
- Konseli : sudah ibu, kebetulan sebelum berangkat sekolah ibu selalu menyiapkan sarapan.
- Kons : enak... nya (sambil tersenyum ) memangnya X anak ke berapa ?
- Konseli : saya anak kedua dari dua bersaudara ibu.
- Kons : oh ya, terus ayah nya sama ibu nya berkerja dimana ?
- Konseli : ibu berkerja di perusahaan swasta, dan ayah berkerja sebagai pegawai negeri sipil (PNS) di Bandar lampung ibu.
- Kons : iya, baik, santai saja sama ibu nak, anggap aja ibu ini sebagai ibu kamu, kalau ada keluhan mengenai sekolah X, atau mengenai pelajaran X, X boleh cerita gak papa, siapa tau ibu bisa bantu ? ( berdiri Sambil memegang pundak X)
- Konseli : iya ibu, makasih untuk perhatian ibu.
- Kons : itu sudah kewajiban ibu nak, jadi gak papa kapanpun kamu keruangan BK ibu siap nak, selagi ibu tidak ada kerjaan mendadak ?

Konseli : iya bu, (Sambil nundukkan kepala)

Kons : ya sudah itu ajha dulu yang ingin ibu tanyakan, sekarang sudah bel berbunyi, waktunya masuk pelajaran untuk selanjutnya, nanti beberapa hari lagi X datang ke ruangan BK ya nanti ibu sampaikan kapan waktunya, makasih X sudah mau datang ke sini dan menjawab pertanyaan ibu.

Konseli : iya ibu, sama-sama saya ke kelas dulu ya bu.

Kons : iya nak, silahkan...

Konseli : Assalamualaikum...

Kons : Walaikumsalam wr wb



## TRANKIPSI KONSELING

### Sesi Konseling Kedua dengan X

#### *Hubungan awal, berkerjasama dengan konseli (engage with client)*

Konseli : “ Assalamualaikum”

Kons : Walaikumsalam... (sembari memandang ke arah pintu) X ? masuk nak duduk sini X”

Konseli : Iya bu...(Mendekati kursi yang telah disediakan)

Kons : Apa kabar, X ? (Sambil tersenyum)

Konseli : Sehat bu. Ibu gimana ? (Tersenyum kecil)

Kons : Alhamdulillah jari telunjuk ibu tadi pagi kena pisau. (Sambil mengajak X tertawa) **(Membangun Kehangatan)**

Konseli : hehehe.. iya ibu bisa saja.

Kons : Maaf ya nak ibu mengganggu jam mata pelajaranmu. Langsung saja ya?

Konseli : Baik bu.

Kons : Terimakasih X sudah datang seperti yang sudah kita jadwalkan demi terselesainya masalah X.

Konseli : iya ibu saya pengen masalah yang memberatkan saya ini cepat kelar dengan bantuan ibu.

Kons : iya ibu akan dengan senang hati membantu X. Ibu juga pernah membantu peserta didik dengan kasus yang hampir sama dan alhamdulillah dapat terselesaikan. Apalagi kalau X mau menceritakan yang sebenarnya, insyaallah jalan penyelesaiannya bisa kita temukan secepatnya. Yang terpenting lagi harus ada tekad yang kuat dari diri X. Untuk menyelesaikan masalah ini. **(Memperlihatkan kepada konseli**

**tentang kemungkinan perubahan yang bisa dicapai)**

- Konsli : iya bu. Saya juga bertekad untuk keluar dari masalah ini. (sambil tersenyum dan menggangguk).
- Kons : Terbuka saja sama ibu, jangan khawatir untuk masalah menjaga rahasia tentang apa yang X hadapi saat ini, sebagai tempat konsultasi ibu punya asas yang harus dipegang yaitu menjaga rahasia (Tersenyum)
- Konseli : iya bu. Terimakasih sebelumnya.

***Melakukan assesmen terhadap masalah, orang, dan situasi (asses the problem, person, and situation)***

- Kons : okey, ibu mau tahu, kenapa X beberapa waktu yang lalu tidak masuk sekolah ?
- Konsli : saya sering di tertawakan di dalam kelas bu.
- Kons : di tertawakan kenapa nak ?
- Konsli : setiap kali saya maju di depan kelas disorakin ibu, atau pas saya datang juga iya. Terlebih ketika diskusi di dalam kelas saya seperti terasing ibu.
- Kons : Ooo... Terus ?
- Konsli : Pernah saya marah kepada mereka ibu tapi mereka tetap saja berperilaku seperti itu ibu.
- Kons : Emmm, jadi X sering dicela dan di tertawakan oleh teman-teman di kelas ya ? **(Analisis 1)**
- Konsli : iya bu, saya malu.
- Kons : iya ibu mengerti perasaanmu. Lantas orang tua X tahu tidak kalau X tidak masuk sekolah karena hal ini ?
- Konsli : *Enggak* ibu, saya bilang sakit ibu ?
- Kons : jadi X bohong deng ayah sama ibunya?
- Konsli : iya bu dari pada saya terus menerus di kelas ketika pada jam mata pelajaran menghindari dari diskusi karena tidak mengerti saya ditertawakan ketika diskusipun saya Cuma bisa diam.
- Kons : hmm... sudah dari kapan X mengalami kesulitan belajar ini ?
- Konsli : sudah dari pas kenaikan kelas pembagian jurusan ibu ?
- Kons : lantas selama ini kalau X mengalami kesulitan belajar tersebut apa yang X lakukan ?
- Konsli : saya terkadang kesal ibu marah, saya Cuma diam di kelas, tapi ada teman saya oca yang selalu (teman dekat X ) selalu membela saya ibu

dan mengajarkan saya tentang masalah yang saya alami. Tapi sedih juga ibu lama-lama nilai saya pun menurun.

Kons : okey, jadi X mengalami hal ini semenjak kenaikan kelas,waktu pembagian jurusan, dan nilai X juga menurut tampa terkecuali di bidang mata pelajar yang akan di uji nasionalkan sendiri, juga membuat keterangan palsu agar tidak masuk sekolah. Benar begitu ?

Konsli : iya ibu.

Kons : dan X merasa kesal dan marah jika bertemu mereka begitu ?

Konsli : iya bu, mereka membenci saya bu ketika ada di kelas ?

Kons : em.. jadi X berkesimpulan kalau mereka membenci X ? **(Analisis A2)**

Konseli : (Diam sejenak) saya sadar kok ibu, kalau saya ini bodoh mana ada yang mau temenan sama saya bu, saya ini memang enggak pantas punya teman dikelas dan di sekolah ini (Mata berkaca-kaca)

Kons :X merasa kalau X tidak pantas memiliki teman ataupun berada di sekeliling mereka karena X takut untuk mendapat perlakuan yang berbeda dalam ketidakpastian.

Konseli : (mengangguk dengan mata semakin berkaca-kaca)

Kons : (Memberikan tisu) iya X, sedikit banyak ibu tahu apa yang X rasakan.

**(Diam Sejenak)**

Konseli : Baik, sekarang ibu ingin tau lagi, X merasa rugi tidak kalau X tidak berangkat sekolah ?

Kons : (Mengangguk)

Konseli : iya, pasti rugi. Salah satu kerugiannya apa coba X, coba sebutin ?

Kons : ketinggalan pelajaran.

Kons : lalu apa lagi ?

Konseli : dikurain poin bu ?

Kons : Benar. Terus apa lagi coba ?

Konseli : sudah ibu. (sambil menunduk merasa bersalah)

Kons : iyaa, masih ada kerugiannya ? coba sebutkan manfaatnya ?

Konseli : (diam)

Kons : ayo coba X sebutkan maanfaatnya ?

Konseli : ya saya tidak di tertawakan ibu ?

Kons : selain itu ?

Konseli : udah bu.

Kons : Nah sekarang kita liat bersama, lebih banyak maanfaat atau kerugiannya

kalau X tidak masuk sekolah untuk menghindari kawan-kawan  
 Konseli : saya tidak mau terus-terusan seperti ini. Bersembunyi karena takut untuk mendapat perlakuan yang berbeda dalam ketidakpastian.

**Mempersiapkan klien untuk terapi (*Prepare the client for therapy*)**

Kons : yang pasti X harus memilih jalan keluar. X memiliki tetap tidak akan masuk kelas yang lebih banyak kerugiannya atau mencoba untuk menghadapi perkara ini secara pintar ? terus bersembunyi itu tidak akan menyelesaikan masalahmu X. (Tersenyum)

Konsli : Pengennya dihadapi secara pintar bu.

Kons : Nah, inilah tujuan konseling ini. Ibu akan membantu X menyelesaikan masalah ini secara pintar. Dan sekali lagi ibu tegaskan bahwa setiap manusia memiliki potensi untuk membawa dirinya kearah yang lebih baik.

Konseli : Amin

Kons : kita akan menggunakan pendekatan yang memperbaiki cara X berpikir dalam menghadapi masalah X ini ?

Konseli : iya bu, tapi apa saya bisa ?

Kons : kenapa tidak bisa X kamu pasti bisa, semua ini pasti akan berlalu mungkin hanya kisaran hari bahkan minggu, waktu itu terus berjalan X sekarang kamu boleh terpuruk, tapi tidak dengan satu bulan, dua bulan, bahkan tahun depan. Coba bayangkan semuanya akan berlalu X. kamu harus semangat. (sambil tersenyum) **(Proyeksi Waktu)**

Konseli : (mulai tersenyum)

Kons : Nanti akan ibu jelaskan pelan-pelan. Kamu juga ingin di hargai ketika

mengutarakan pendapat di kelas kan nak ? tinggal bagaimana kitanya,  
mau atau tidak untuk maju ?

Konseli : iya ibu saya berminat.

Kons : Okey, kalau berminat berarti sekarang kita bahas tentang langkah kita  
selanjutnya. X siap ?

Konseli : siap bu ?

**Mengimplementasi program penanganan (*implement the treatment program*)**

Kons : dari yang telah X ceritakan tadi, ibu menangkap bahwa X ditertawakan  
oleh teman-teman X sehingga X merasa malu, takut untuk berada  
disekeliling mereka lantas X lebih memilih untuk diam dan tidak  
berangkat sekolah untuk menghadapi perasaan tersebut. Benar begitu ?

Konseli : Benar ibu.

Kons : Okey, sekarang perhatikan data yang ibu peroleh dari jawaban X tadi  
(Menyodorkan secarik kertas)

A1 : X di tertawakan didalam kelas

A2 : X berkesimpulan kalau X dibenci mereka

B : X Meyakini bahwa tidak pantas memiliki teman. Dan  
tidak pantas berda di sekitar mereka (Sekolah

C : Emosi : X Sedih dan Takut

Tingkah Laku : Tidak Masuk Sekolah



- Kons : iya. Apakah X tahu kalau sebenarnya X terganggu bukan karena perlakuan teman-teman X tapi X terganggu oleh keyakinan X sendiri ?
- Konseli : Emm, maksudya bu ?
- Kons : Oke, kita simak dengan baik ya, ibu akan menjelaskan ?
- X : (Mengangguk)
- Kons : kalimat yang ibu lingkari itulah yang menjadi masalah untuk X (menunjuk kearah kertas). Keyakinan itu sifatnya irasional, alias tidak logis, alias merusak diri sendiri. X harus berusaha merubah keyakinan itu yang sifatnya merusak ini, karena keyakinan tersebutlah yang mengakibatkan timbulnya C. (sambil menunjuk kea rah kertas lagi )
- Konseli : bagaimana caranya bu ?
- Kons : jangan lagi berkeyakinan bahwa X tidak pantas memiliki teman, jangan lagi berkeyakinan bahwa X tidak pantas berada disekeliling mereka. Patahkan keyakinan itu karena X pantas memiliki teman di kelas yang mau mengajari X, teman yang mau membantu X dalam penyelesaian tugas-tugas sekolah kan seperti Oca danyang lain. X maukan mendapat nilai yang lebih baik dari teman-temannya, jadi X juga berhak berada di sekolah ini. Jangan takut, ataupun sedih. X mengerti ? **(analisis rasional) dan (reframing)**
- Konseli : iya bu, saya mengerti, jadi selama ini saya sudah termakan pikiran buruk ya bu ?
- Kons : iya X, kalau X berkeyakinan positif, tidak menyalahkan diri sendiri

seperti selama ini, emosi dan tingkah laku X pun akan positif, menjadi lebih tenang dan tetap raji ke sekolah.

Konseli : iya bu amin. Tapi pasti tidak mudah bu. Saya pasti enggak kuat bu mendengarkan kata-kata mereka ketika jam kegiatan belajar mengajar berlangsung.

Kons : kamu bisa X. keyakinan yang mengarah ke hal negative itu ajakan syetan. harus dilawan, harus dibantah. Ubah keyakinanmu bahwa kamu bisa mendapatkan teman lain yang lebih baik. (analisis D) kamu ingin menang atau kalah melawan ajakan syetan ?

Konseli : pengen menang ibu. Terus kalau nanti atau besok saya masih saja di tertawakan didalam kelas ketika diskusi atau menyampaikan pendapat gimana ibu ?

Kons : untuk menghadapi perlakuan teman-temanmu X haru rileks, santai. Tunjukan kalau X kuat balas dengan senyuman yang terpenting X harus tetap mengajukan pendapat X ketikah KBM berlangsung, karena semakin X terlihat lemah atau bersediah apalagi diam saja bahkan sampai tidak masuk sekolah mereka semakin merasa senang. Belajar untuk menjadi individu yang yakin bahwa X mampu dan bisa dalam memecahkan soal-soal. (Tersenyum)

Konseli : (Mengangguk)

Kons : ketika mereka mulai berada di dalm kelas, X harus mulai beraksi melindungi pikiran, miasalkan dengan berkumpul dengan teman lain yang lebih baik atau X membaca buku memahami soal-soal jika nanti

ada pertanyaan X bisa. Atau X membaca buku motivasi, inspirasi (*home work*) X suka membaca buku-buku inspirasi tidak ?

Konseli : hehe, selama ini belum mencoba bu.

Kons : Nah, cob abaca buku-buku yang memberi semangat. Bagus manfaatnya, menambah pengetahuan dan semangat X nantinya (*home work*)

Konseli : iya bu, saya akan mencoba nanti.

Kons : Baiklah pokoknya ibu yakin, kalau X, kalau X bisa mengatasi kesulitan belajar X ini secara pintar. Asal tadi X benar-benar berusaha jangan lupa berdoa masih banyak orang-orang disekeliling X yang mendukung X.

Konsli : iya bu saya benar-benar pengen bisa mengatasi ini. Saya akan berusaha ibu.

Kons : iya bagus itu X. Emm mungkin masih ada yang dikonsultasikan lagi X untuk konseling kali ini ?

Konseli : tidak bu saya rasa cukup.

Kons : Okey, kalau begitu sesi konseling kita akhiri sebentar lagi. Satu minggu kemudian kita akan mengadakan sesi konseling lagi untuk melihat perkembangan kamu X. X bisa kesini lagi kalau pas waktu istirahat. Bagaimana, X bersedia ?

Konseli : iya bu, saya bersedia. Demi terselesainya masalah ini. Kalau begitu saya pamit dulu bu, terimakasih bu, assalamualaikum.

Kons : iya, waalaikumsalam. (Menghantar sampai pintu keluar)

## TRANKIPSI KONSELING

### Sesi konseling keempat (4) dengan X Mengevaluasi Kemajuan.

Kons : Assalamualaikum bu ?

Konsli : Walaikumssalam, masuk X. Duduklah (Tersenyum)

Kons : Hari ini kita akan melanjutkan sesi konseling ya X ?

Konsli : iya bu.

Kons : *Are You Ready X ?*

Konsli : Siap bu. (Tersenyum)

Kons : Baiklah, minggu kemarin kita sudah mempelajari tentang alur masalah yang sebnarnya, yaitu berada pada apa X ?

Konsli : Keyakinan saya ibu yang menjadi masalah.

Kons : Iya benar. Lalu tugas untuk merubah keyakinan itu sudah dilaksanakan X ?

Konsli : Selalu saya coba ibu, saya mencoba yakin bahwa saya pantas dan bisa punya banyak teman dan saya juga pantas disekolah disini. Saya punya teman dan saya juga pantas berada di sekolah. Saya mencoba selalu mengutarakan pendapat saya ya walau pada akhirnya saya salah ibu yang pentingkan udah mencoba. Biarkan mereka menertawakan saya, itu hak mereka ibu.

Kons : Bagus X. Bagus sekali. Untuk PR membaca buku inspirasi dan mencoba bergabung kepada teman-temannya di kelas yang lebih baik sudah dilakukan X ?

Konseli : Iya bu sudah saya lakukan.

- Kons : iya, kalau ibu lihat, X memiliki kemajuan yang pesat. Dalam waktu dekat ini X sudah bisa lebih baik dari yang sebelumnya terjadi, jadi bagaimana perasaan X ?
- Konseli : iya bu jujur saya masih terkadang tidak berani ketika mau maju ke depan kelas. Tapi sebisa mungkin saya mencoba mengontrol perasaan saya bu. Seperti yang ibu jelaskan.
- Kons : Bagus itu X, ibu bangga sama kamu. Itu artinya niat X benar-benar direalisasikan, diwujudkan. Begitu. (Tersenyum)
- Konsli : iya bu, saya merasa memiliki semangat lagi bu. Terlebih setelah sering membaca buku-buku yang member semangat. Ibu juga benar-benar telah membuka fikiran saya bu.
- Kons : iya X, Tapi yang harus X ingat adalah semangat itu harus tetap tumbuh dihati X jangan hanya pas ada ibu X bisa seperti ini harus mempersiapkan benteng yang kuat.
- Konsli : iya bu, X juga berharap begitu. Yang pasti semuanya tidak langsung 100% kan bu ?
- Kons : iya X. melalui proses belajar yang pasti. Banyak hal yang bisa memberikan kita motivasi X, seperti dengan bersyukur. Coba lihat kebawah, banyak orang yang masalahnya lebih besar lagi.
- Konsli : ya bu kadang saya juga berfikir seperti itu bu.
- Kons : Nah bagus itu X, satu lagi. Berfikir positif agar hikmah positif yang selalu kita petik.
- Konli : iya bu.

### **Bel Sekolah berbunyi.**

- Kons : Nah, Sudah saatnya masuk X ?

Konseli : iya bu.

Kons : Okey, jdi begitu saja ya X. Sekali lagi ibu senang dan bangga yakin X bisa mengatasi ini dengan mengubah pola pikir. Ibu akan selalu memantau perkembangan X satu minggu kedepan, ibu akan melihat dan member lagi tentang perkembangan X. Sekarang X boleh kembali ke kelas. (Tersenyum).

Konseli : Iya bu, assalamualaikum bu. (Sambil berjabat tangan).

Kons : Walaikumsalam.



## TRANKIPSI KONSELING

**Sesi konseling lima (5) Mengevaluasi kemajuan dan mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling.**

Konsli : Assalamualaikum bu ?

Kons : Walaikumsalam X, masuk silahkan duduk. (Tersenyum)

Konseli : Iya bu. (Sembari duduk)

Kons : Apa kabar X ? Siap untuk melakukan sesi lagi, melanjutkan yang waktu lalu ? (Tersenyum).

Konseli : Iya bu,

Kons : ibu selalu memantau perkembangan X. sejauh ini ibu benar-benar bangga dengan kerja keras X yang telah membuahkan hasil yang sangat memuaskan pastinya X. lagi-lagi ibu mengiatkan X agar selalu waspada. Kerena keyakinan irasional dengan kejadian yang sama bisa saja datang lagi. Ibu mau Tanya, kalau X berada pada posisi masalah yang mirip seperti ini bagaimana keyakinan X atau pikiran X untuk kedepan, coba bayangkan. (**dispute imajinasi**)

### **Diam Sejenak**

Konsli : Saya tidak seharusnya menyalahkan diri saya. Dan saya akan tetap berpikir bahwa saya pantas mendapatkan teman-teman dan berhak menuntut ilmu di sini bu. Saya akan cuek dengan perkataan mereka ketika di kelas dan di luar kelas yang menjatuhkan saya. Karena saya tidak akan membiarkan mereka mnyalahkan saya”. (**Tersenyum**).

Kons : Yaaa sip...!/? Bagus X. Ibu harap pikiran irasional kamu akan pergi jauh. Dan pikiran yang rasional akan paten didirimu kamu bukan hanya pada saat di bawah pantauan ibu saja X.

- Konsli : Iya, bu. Bukan karena pantauan ibu . tapi saya benar-benar ingin berubah bu, pengen meninggalkan keterpurukan saya hee.. “(Tertawa kecil)
- Kons : Iya, benar-benar. Ibu sangat setuju. Terlebih lagi sebentar lagi akan dilaksanakan PKL, dan Ujian Semester genap. Ibu harap X akan memperoleh nilai akademik yang bagus. Ibu lihat X ini punya kemampuan di bidang tari ?
- Konseli : Iya bu.
- Kons : iya itu potensi yang bagus untuk X, Baiklah X sesi konseling ini sudah bisa diakhiri. Sekali lagi ibu senang X sudah benar-benar antusias dan berusaha dalam melakukan sesi konseling ini. Dan hasilnya pun X bisa lihat. Ibu senang perubahan X dalam mengubah pola pikir X dari yang irasional dan rasional.
- Konseli : iya bu, saya berterimakasih banyak atas bantuannya. Saya benar-benar merasa manfaatnya bu (Tersenyum)
- Kons : iya X, kembali lagi semuanya adalah hasil kerja keras X. berkat doa juga. Selalu bersyukur kepada Allah SWT ya ?
- Konseli : iya bu, kalau begitu X pamit dulu ya bu.
- Kons : iya X, jangan sungkan-sungkan datang kemari kalau mau sharing dengan ibu lagi.
- Konseli : iya bu, X keperpus dulu ya bu, mau mulain buku (Sambil berjabat tangan). Asalamualaikum bu.
- Kons : Iya, Walaikumsalam. (Seraya berdiri )



➤ **Dokumentasi dengan Guru Wali Kelas**



➤ **Dokumentasi dengan Guru BK**



- **Dokumentasi Peserta didik A,B, Y, X dan teman dekat X di kelas kosong**



- **Dokumentasi A, B, Y dan X di Ruang Bk**



➤ **Dokumentasi X di Ruang BK**

