

**PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU MENGGUNAKAN  
TEKNIK *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT)  
DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK  
DI SMK SMTI BANDAR LAMPUNG**

**Skripsi**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-  
syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

**Oleh :**

**RENI APRILIA**

**NPM : 1911080373**

**Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1445 H / 2023 M**

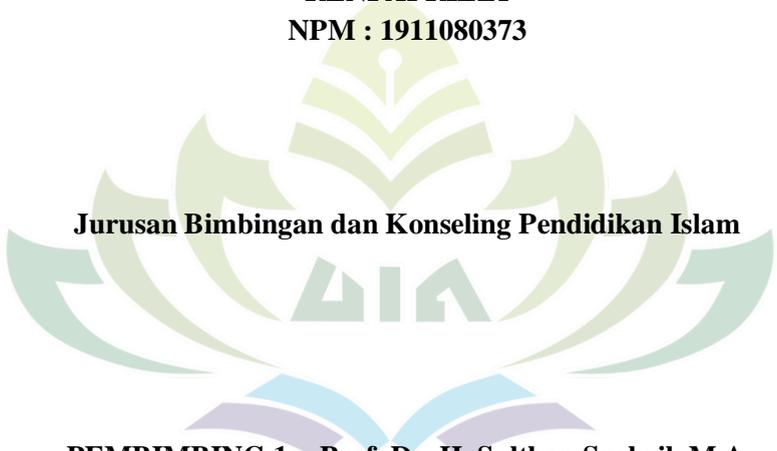
**PELAKSANAAN KONSELING INDIVIDU MENGGUNAKAN  
TEKNIK *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT)  
DALAM MENINGKATKAN KEDISIPLINAN PESERTA DIDIK  
DI SMK SMTI BANDAR LAMPUNG**

**Skripsi**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-  
syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Dalam Ilmu Tarbiyah dan Keguruan

Oleh :

**RENI APRILIA  
NPM : 1911080373**



**Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**PEMBIMBING 1 : Prof. Dr. H. Sulthan Syahril, M.A.**

**PEMBIMBING 2 : Defriyanto, S.IQ., M.ED.**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1445 H / 2023 M**

## ABSTRAK

Penelitian ini untuk mendeskripsikan bagaimana Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik di SMK SMTI Bandar Lampung. Permasalahan dalam penelitian ini adalah kedisiplinan pada peserta didik yang sering melanggar kedisiplinan di sekolah seperti datang terlambat ke sekolah, membolos dan tidak memakai atribut sekolah sesuai dengan peraturan yang ada di sekolah. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis tahapan Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik di SMK SMTI Bandar Lampung.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, untuk memahami kondisi suatu konteks yang alami (*natural setting*) dengan teknik pengumpulan data wawancara, observasi dan dokumentasi. Data primer diperoleh langsung dari partisipan yaitu Guru Bimbingan dan Konseling dan peserta didik kelas X di SMK SMTI Bandar Lampung. Data sekunder dalam penelitian ini berupa dokumen-dokumen yang di dapat dari Lembaga ataupun pihak-pihak yang berkaitan dengan penelitian ini. Semua data tersebut merupakan bahan-bahan untuk mendeskripsikan bagaimana pelaksanaan konseling individu menggunakan teknik *rational emotive behavior therapy* dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik di SMK SMTI Bandar Lampung.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Guru Bimbingan dan Konseling melaksanakan teknik REBT di SMK SMTI dengan beberapa tahapan yaitu membangun *rapport*, melakukan *asesmen*, *activating event* (A), *belief* (B), *consequence* (C) dan memberikan *homework* atau membangun kontrak perilaku dengan peserta didik. Guru Bimbingan dan Konseling menerangkan bahwa tahapan tersebut efektif dalam meningkatkan kedisiplinan di SMK SMTI Bandar Lampung. Namun pelaksanaan tersebut harus dilakukan bertahap sekitar 4-5 baru berhasil setelah itu Guru Bimbingan dan Konseling bersama wali kelas masih harus memantau peserta didik agar keyakinan irasionalnya tidak kembali lagi dan perlakuan keyakinan rasionalnya berkembang secara terus menerus dengan pemberian *homework*.

**Kata Kunci : Kedisiplinan, Konseling Individu, *Rational Emotive Behavior Therapy***

## ABSTRACT

*This research is to describe how individual counseling is implemented using Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) techniques in improving student discipline at SMK SMTI Bandar Lampung. The problem in this research is discipline among students who often violate discipline at school, such as coming late to school, skipping class and not wearing school attributes in accordance with school regulations. The aim of this research is to analyze the stages of implementing individual counseling using Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) techniques in improving student discipline at SMK SMTI Bandar Lampung.*

*This research uses a descriptive qualitative approach, to understand the conditions of a natural context (natural setting) using interview, observation and documentation data collection techniques. Primary data was obtained directly from participants, namely Guidance and Counseling Teachers and class X students at SMK SMTI Bandar Lampung. Secondary data in this research is in the form of documents obtained from institutions or parties related to this research. All of this data is material to describe how individual counseling is carried out using rational emotive behavior therapy techniques in improving student discipline at SMK SMTI Bandar Lampung.*

*The research results show that Guidance and Counseling Teachers implement REBT techniques at SMTI Vocational School with several stages, namely building rapport, conducting assessments, activating events (A), beliefs (B), consequences (C) and providing homework or building behavioral contracts with students. The Guidance and Counseling Teacher explained that this stage was effective in improving discipline at SMK SMTI Bandar Lampung. However, this implementation must be carried out in stages of around 4-5, only after that the Guidance and Counseling Teacher together with the homeroom teacher still have to monitor the students so that their irrational beliefs do not return and the treatment of their rational beliefs develops continuously by providing homework.*

***Keywords: Discipline, Individual Counseling, Rational Emotive Behavior Therapy***

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Reni Aprilia  
NPM : 1911080373  
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam  
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Di SMK SMTI Bandar Lampung” adalah benar-benar merupakan hasil karya penyusun sendiri, bukan duplikasi ataupun saduran dari karya orang lain kecuali pada bagian yang telah dirujuk dan disebut dalam footnote atau daftar pustaka. Apabila di lain waktu terbukti adanya penyimpangan dalam karya ini, maka tanggung jawab sepenuhnya ada pada penyusun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat agar dapat dimaklumi.

Bandar Lampung, 29 Juni 2023

Penulis



Reni Aprilia  
NPM. 1911080373



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

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703260

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi** : Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Di SMK SMTI Bandar Lampung

**Nama** : Reni Aprilia

**NPM** : 1911080373

**Jurusan** : Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam

**Fakultas** : Tarbiyah Dan Keguruan

**MENYETUJUI**

Untuk dimunaqosyahkan dan dipertahankan dalam Sidang Munaqosyah  
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan  
UIN Raden Intan Lampung

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Prof. Dr. H. Sulthan Syahril, M.A.**

**NIP. 195606111988031001**

**Defriyanto, S.IQ., M.ED.**

**NIP. 197803192008011012**

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam**

**Dr. Ali Murtadho, M.S.I**

**NIP. 197907012009011014**



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

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703260

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul: **Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Di SMK SMTI Bandar Lampung.** Disusun oleh **Reni Aprilia, NPM: 1911080373,** Program Studi **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam,** Telah di Ujikan dalam sidang Munaqosyah di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung pada Hari/Tanggal: **Rabu, 29 November 2023.**

**TIM PENGUJI**

**Ketua Sidang : Dr. Ali Murtadho, M.S.I** (.....)

**Sekretaris : Reiska Primanisa, M.Pd** (.....)

**Penguji Utama : Dr. Rika Damayanti, M.Kep., Ns. Sp. Kep. J** (.....)

**Penguji Pendamping I : Prof. Dr. H. Sulthan Syahril, M.A** (.....)

**Penguji Pendamping II: Defriyanto, S.IQ., M.ED.** (.....)

Mengetahui,  
**Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**



**Prof. Dr. Hj. Nirya Diana, M.Pd.**

**NIP. 196408281988032002**

## MOTTO

إِنْ أَحْسَنْتُمْ أَحْسَنْتُمْ لِأَنْفُسِكُمْ<sup>ط</sup> وَإِنْ أَسَأْتُمْ فَلَهَا فَإِذَا جَاءَ وَعْدُ الْآخِرَةِ  
لِيَسْئَرُوا<sup>ط</sup> وُجُوهَكُمْ وَلِيَدْخُلُوا الْمَسْجِدَ كَمَا دَخَلُوهُ أَوَّلَ مَرَّةٍ وَلِيُتَبَرُوا مَا  
عَلَوْا تَنْبِيْرًا ﴿٧﴾ (الاسراء/١٧ : ٧)

*“Jika berbuat baik, (berarti) kamu telah berbuat baik untuk dirimu sendiri. Jika kamu berbuat jahat, (kerugian dari kejahatan) itu kembali kepada dirimu sendiri. Apabila datang saat (kerusakan) yang kedua, (Kami bangkitkan musuhmu) untuk menyuramkan wajahmu, untuk memasuki masjid (Baitulmaqdis) sebagaimana memasukinya ketika pertama kali, dan untuk membinasakan apa saja yang mereka kuasai”. (Q.S. Al-Isra'/17:7)*



## PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, Alhamdulillah peneliti telah menyelesaikan skripsi ini dengan ketekunan, kerja keras, dan doa dari orang tersayang. Dengan segala rasa syukur dan bangga kupersembahkan skripsi ini kepada :

1. Kedua orang tuaku yang tercinta dan kusayangi, Bapak Suharto dan Ibu Dahlia yang telah memfasilitasi dan mendukung segenap proses dalam menempuh pendidikan diperguruan tinggi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Semoga ini bisa menjadi hal sederhana yang bisa membuat senyum indah itu muncul dan itu karena aku.
2. Kakak – kakak ku Novi Eka Putri dan Rendi Saputra, terimakasih telah memberikan arahan, motivasi kepadaku baik secara langsung maupun tidak langsung.
3. Keponakanku tersayang, Jovita Syahkira Ramadhani dan Prita Julia Putri, terimakasih selalu menjadi penyemangat ku dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Almamater Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

## RIWAYAT HIDUP

Peneliti skripsi ini bernama lengkap Reni Aprilia. Peneliti lahir di Teluk Betung, Kec. Teluk Betung Timur Kota Bandar Lampung tepatnya pada tanggal 12 April 2001, yang merupakan anak ketiga dari pasangan Bapak Suharto dan Ibu Dahlia. Novi Eka Putri dan Rendy Saputra merupakan kakak peneliti. Reni Aprilia menempuh Pendidikan dimulai dari Pendidikan Sekolah Dasar di SD Negeri 04 Bandar Lampung pada Tahun 2007 dan lulus pada tahun 2013, Sekolah Menengah Pertama dihabiskan di SMP Negeri 6 Bandar Lampung pada tahun 2013 kemudian lulus pada tahun 2016, Pendidikan peneliti di tingkat atas ditempuh di SMA Negeri 8 Bandar Lampung pada tahun 2016 dan selesai pada tahun 2019. Selama menempuh pendidikan pada jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA) peneliti aktif diberberapa kegiatan ekstrakurikuler yang ada di sekolah SMA Negeri 8 Bandar Lampung adapun kegiatan yang diikuti adalah Karate dan pramuka.

Selanjutnya pada tahun 2019 peneliti terdaftar sebagai mahasiswi Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam (BKPI) pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung melalui jalur UM-PTKIN dimulai pada semester I Tahun Akademik 2019/202. Kemudian pada tahun 2022 Peneliti juga mengikuti Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang dilaksanakan di kelurahan Kota Karang Raya Kecamatan Teluk Betung Timur selama 40 hari, dilanjutkan mengikuti Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SMK SMTI Bandar Lampung, peneliti juga mengikuti Pelaksanaan kegiatan Praktik Pengalaman Ibadah (PPI) Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung. Selama menjadi mahasiswi, peneliti juga aktif diberbagai kegitan baik di organisasi maupun Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM). Peneliti mengikuti oraganisasi mahasiswa ditingkat jurusan yaitu BK Voice dan peneliti juga mengikuti Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Pusat Informasi dan Konseling-Sahabat (PIK-SAHABAT) UIN Raden Intan Lampung Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan nikmat kesehatan, pengetahuan, dan petunjuk tanpa kurang suatu apapun sehingga skripsi yang berjudul “Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Di SMK SMTI Bandar Lampung” dapat terselesaikan. Solawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW semoga kita menjadi salah satu umat yang senantiasa mengikuti jejaknya.

Penulisan Skripsi ini harus terpenuhi sebagaimana mestinya karena dijadikan sebagai syarat untuk menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi pada Srata Satu (SI) program studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Dalam penulisan ini masih terdapat banyak kekurangan dan keterbatasan baik dalam segi penulisan maupun ilmu pengetahuan, oleh karena itu tak lupa ucapan terimakasih secara rinci disampaikan kepada:

1. Rektor UIN Raden Intan Lampung, Bapak Prof. H. Wan Jamaluddin Z, M.Ag., Ph.D.
2. Ibu Prof Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
3. Bapak Dr. Ali Murtadho, M.S.I selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Ibu Indah Fajriani, M.Psi selaku sekretaris jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung
5. Bapak Prof. Dr. H. Sulthan Syahril, M.A. selaku pembimbing skripsi I terimakasih telah membantu dalam membimbing menyelesaikan skripsi.
6. Bapak Defriyanto, S.IQ.,M.ED. selaku pembimbing skripsi II terimakasih banyak atas ketersediannya dalam membimbing

dengan sabar memberikan saran dan kritik dalam proses penyelesaian skripsi ini dengan cepat dan benar.

7. Bapak dan Ibu dosen program Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
8. Bapak Farid Hardiana, SE,M.Ak selaku kepala SMK SMTI Bandar Lampung, yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian.
9. Bapak Ahmad Rizqiyani, M.Ps dan Ibu Annike Veranitha, S.Pd selaku Guru Bimbingan dan Konseling SMK SMTI Bandar Lampung yang telah banyak membantu dan berpartisipasi dalam kegiatan penelitian ini sehingga skripsi ini terselesaikan dengan baik.
10. Kedua Orang Tuaku tercinta yang selalu mendoakan dan memberi motivasi demi keberhasilanku.
11. Bapak dan ibu dosen, pimpinan serta karyawan UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat, informasi dan pelayanan yang terbaik kepada penulis.
12. Untuk Teman-teman Seperjuanganku terima kasih karena telah memberikan doa serta dukungan sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
13. Kepada semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah membantu penulis selama ini.
14. For myself, thank you for trying to survive and keep fighting with the capital of prayer and Allah until I can finish this thesis well. You are great.

Peneliti menyadari dalam penulisan skripsi masih banyak kekurangan dan keterbatasan ilmu pengetahuan maka sekiranya para pembaca dapat memberikan saran guna melengkapi hasil penelitian ini. Peneliti berharap hasil penelitian ini dapat bermanfaat dan menjadi sumbangan dalam pendidikan.

Dengan bantuan yang diberikan oleh pihak tersebut peneliti mengucapkan terimakasih, semoga semua kebaikan dan keikhlasan yang telah diberikan, dicatat sebagai amal ibadah oleh Allah SWT.

Dan semoga Allah SWT melimpahkan rahmat dan ampunan-Nya bagi hamba-hambanya yang telah mempersembahkan yang baik kepada semuanya. Akhirnya, dengan rasa yang mendalam peneliti memohon Ridho serta berharap semoga skripsi ini bermanfaat khususnya bagi peneliti dan bagi pembaca pada umumnya. Amin ya Rabbal'alamin.

Bandar Lampung, 29 Juni 2023  
Peneliti

**Reni Aprilia**  
**NPM. 1911080373**



## DAFTAR ISI

|   |             |
|---|-------------|
| <b>ABSTRAK .....</b>                              | <b>ii</b>   |
| <b>ABSTRACT .....</b>                             | <b>iii</b>  |
| <b>SURAT PERNYATAAN .....</b>                     | <b>iv</b>   |
| <b>PERSETUJUAN.....</b>                           | <b>v</b>    |
| <b>PENGESAHAN .....</b>                           | <b>vi</b>   |
| <b>MOTTO .....</b>                                | <b>vii</b>  |
| <b>PERSEMBAHAN.....</b>                           | <b>viii</b> |
| <b>RIWAYAT HIDUP .....</b>                        | <b>ix</b>   |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                        | <b>x</b>    |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                            | <b>xiii</b> |
| <b>DAFTAR TABEL.....</b>                          | <b>xv</b>   |
| <b>DAFTAR GAMBAR .....</b>                        | <b>xvi</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                      | <b>xvii</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>                    | <b>1</b>    |
| A. Penegasan Judul .....                          | 1           |
| B. Latar Belakang Masalah .....                   | 3           |
| C. Fokus dan Sub – Fokus Penelitian .....         | 15          |
| D. Rumusan Masalah .....                          | 15          |
| E. Tujuan Penelitian .....                        | 15          |
| F. Manfaat Penelitian .....                       | 16          |
| G. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan.....  | 16          |
| H. Metode Penelitian.....                         | 23          |
| I. Sistematika Pembahasan .....                   | 30          |
| <br>  |             |
| <b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>                 | <b>33</b>   |
| 1. Konseling Individu.....                        | 33          |
| A. Pengertian Konseling Layanan Individu.....     | 33          |
| B. Tujuan Konseling Individu.....                 | 35          |
| C. Fungsi Konseling Individu .....                | 36          |
| D. Proses Konseling Individu.....                 | 37          |
| E. Konsep Dasar Konseling Individu.....           | 40          |
| 2. Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) ..... | 42          |

|   |            |
|---|------------|
| A. Pengertian Rational Emotive Behavior Therapy ..... | 42         |
| B. Pandangan Rational Emotive Behavior Therapy .....  | 44         |
| C. Teori A-B-C Tentang Kepribadian .....              | 46         |
| D. Asumsi Tingkah Laku Bermasalah .....               | 47         |
| E. Tujuan Rational Emotive Behavior Therapy .....     | 48         |
| F. Tahap Rational Emotive Behavior Therapy .....      | 49         |
| 3. Kedisiplinan .....                                 | 52         |
| A. Pengertian Kedisiplinan .....                      | 51         |
| B. Aspek-aspek Kedisiplinan .....                     | 53         |
| C. Fungsi Kedisiplinan .....                          | 54         |
| D. Bentuk-bentuk Kedisiplinan .....                   | 57         |
| E. Indikator Kedisiplinan .....                       | 58         |
| F. Faktor Yang Mempengaruhi Kedisiplinan .....        | 60         |
| <b>BAB III DESKRIPSI UMUM OBJEK .....</b>             | <b>63</b>  |
| A. Gambaran Umum Objek .....                          | 63         |
| B. Penyajian Fakta dan Data Penelitian .....          | 75         |
| <b>BAB IV ANALISIS PENELITIAN .....</b>               | <b>79</b>  |
| A. Analisis Data Penelitian .....                     | 79         |
| B. Temuan Penelitian .....                            | 105        |
| <b>BAB V PENUTUP .....</b>                            | <b>113</b> |
| A. Kesimpulan .....                                   | 113        |
| B. Rekomendasi .....                                  | 114        |
| DAFTAR RUJUKAN .....                                  | 115        |
| LAMPIRAN .....  | 123        |

## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| Tabel 1.1 Data Pelanggaran Ketidaksiplinan Peserta Didik ..... | 12 |
| Tabel 1.2 Persamaan dan Perbedaan Penelitian Terdahulu.....    | 22 |
| Tabel 3.1 Profil SMK SMTI Bandar Lampung .....                 | 63 |
| Tabel 3.2 Data Tenaga Pengajar/Guru.....                       | 67 |
| Tabel 3.3 Data Jumlah Siswa .....                              | 71 |
| Tabel 3.4 Data Sarana dan Prasarana .....                      | 73 |



## DAFTAR GAMBAR

|   |     |
|---|-----|
| Gambar 4.1 Word Cloud Ketidakdisiplinan .....       | 85  |
| Gambar 4.2 Diagram Gambaran Ketidakdisiplinan.....  | 85  |
| Gambar 4.3 Hierarki Chart Ketidakdisiplinan .....   | 86  |
| Gambar 4.4 Hierarki Chart Pelaksanaan/Tahapan ..... | 105 |
| Gambar 4.5 Word Tree Kata Kunci/Dominan .....       | 109 |
| Gambar 4.6 Project Map Pelaksanaan .....            | 110 |
| Gambar 4.7 Mind Mapping Pelaksanaan.....            | 111 |



## DAFTAR LAMPIRAN

|   |     |
|---|-----|
| Surat Pra Penelitian dan Surat Balasan Pra Penelitian ..... | 114 |
| Surat Penelitian dan Surat Balasan Penelitian .....         | 116 |
| Data Kedisiplinan Peserta Didik.....                        | 118 |
| Pedoman Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling .....        | 121 |
| Pedoman Wawancara Peserta Didik.....                        | 124 |
| Pedoman Observasi .....                                     | 126 |
| Transkrip Wawancara Guru Bimbingan dan Konseling.....       | 137 |
| Transkrip Wawancara Peserta Didik.....                      | 136 |
| Rencana Pelaksanaan Layanan (RPL) .....                     | 143 |
| Buku Tata Krama & Tertib SMK SMTI.....                      | 146 |
| Dokumentasi Pra Penelitian dan Penelitian .....             | 147 |
| Dokumentasi Kondisi Fisik SMK SMTI Bandar Lampung .....     | 149 |



# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Penegasan Judul

Judul merupakan hal terpenting dari suatu karya ilmiah, karena akan memberikan gambaran dari seluruh isi skripsi. Berikut judul yang akan peneliti bahas dalam karya ilmiah adalah: **“Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Di SMK SMTI Bandar Lampung”**.

Agar tidak terjadi salah pengertian dalam memahami maksud dari judul skripsi dan tidak terjadi salah penafsiran dalam memahami judul penelitian ini maka peneliti akan menguraikan istilah pokok yang terkandung didalam judul tersebut. Hal ini dilakukan agar mempermudah pemahaman serta untuk memperjelas apa yang peneliti maksud sesuai dengan yang dikehendaki. Berikut ini dapat dijelaskan beberapa istilah yang terdapat dalam judul.

#### 1. Pelaksanaan

Pelaksanaan adalah suatu tindakan atau pelaksanaan dari sebuah rencana yang sudah disusun secara matang dan terperinci, implementasi biasanya dilakukan setelah perencanaan sudah dianggap siap. Secara sederhana pelaksanaan dapat diartikan sebagai penerapan. Majone dan Wildavsky mengemukakan pelaksanaan sebagai evaluasi sedangkan Browne mengemukakan bahwa pelaksanaan adalah perluasan aktivitas yang saling menyesuaikan.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Nurdin Usman, *Konteks Implementasi Berbasis Kurikulum*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo, 2002), 70.

## 2. **Konseling Individu**

Konseling individu yaitu pertemuan antara konselor dengan seorang klien secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa raport, dan konselor berupaya memberi bantuan untuk mengembangkan pribadi klien serta klien dapat mengantisipasi permasalahan yang sedang dihadapi.<sup>2</sup>

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

Teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) adalah pendekatan behavior kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran. Pandangan dasar pendekatan ini tentang manusia adalah bahwa individu memiliki tendensi untuk berpikir irasional yang salah satunya didapat melalui belajar sosial.<sup>3</sup>

## 4. **Kedisiplinan**

Disiplin adalah suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian perilaku yang menunjukkan nilai-nilai ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan dan ketertiban. Disiplin akan membuat seseorang tahu dan dapat membedakan hal-hal apa yang seharusnya dilakukan, yang wajib dilakukan, yang boleh dilakukan, yang tak sepatutnya dilakukan (karena merupakan hal-hal yang dilarang).<sup>4</sup>

## 5. **Peserta Didik**

Peserta didik menurut ketentuan Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses

---

<sup>2</sup> Muhammad Husni, "Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme" 2, no. Al-Ibrah (2017): 63.

<sup>3</sup> Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2011), 201.

<sup>4</sup> Ahmad Pujo Sugiarto, Tri Suyati, and Padmi Dhyah Yulianti, "Faktor Kedisiplinan Belajar Pada Siswa Kelas X Smk Larenda Brebes," *Mimbar Ilmu* 24, no. 2 (2019): 232, <https://doi.org/10.23887/mi.v24i2.21279>.

pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu. Peserta didik adalah orang yang mempunyai pilihan untuk menempuh ilmu sesuai dengan cita-cita dan harapan masa depan.<sup>5</sup>

## 6. SMK SMTI Bandar Lampung

SMK-SMTI Bandar Lampung beralamat di Jl. Jend. Sudirman No. 43 Kelurahan: Rawa Laut, Kecamatan Enggal Kota Bandar Lampung, Lampung. SMK-SMTI Bandar Lampung termasuk sekolah Negeri di bawah naungan kementerian perindustrian dengan NPSN 108114611. Pada tahun 2015 SMK SMTI Bandar Lampung mendapatkan akreditasi A (unggul) dari badan akreditasi nasional. Terdapat dua program studi di SMK-SMTI Bandar Lampung yaitu kimia industri dan analisis pengelolaan laboratorium.

Berdasarkan istilah-istilah diatas maka yang dimaksud dari keseluruhan judul **“Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Di SMK SMTI Bandar Lampung”** adalah bagaimana pelaksanaan konseling individu menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik di SMK SMTI Bandar Lampung.

## B. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan bagian penting bagi semua aspek kehidupan, baik untuk kehidupan pribadi maupun sosial. Melalui pendidikan, setiap individu dapat mengembangkan kemampuan intelektual dan membentuk karakter yang baik guna meningkatkan sumber daya manusia dalam kehidupan berbangsa dan bernegara,

---

<sup>5</sup> Askhabul Kirom, “PERAN GURU DAN PESERTA DIDIK DALAM PROSES PEMBELAJARAN BERBASIS MULTIKULTURAL,” *Al-Murabbi: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 3, no. 1 (2017): 74–75, <https://doi.org/http://jurnal.yudharta.ac.id/v2/index.php/pai>.

serta tantangan global yang semakin kompleks. Karakter bangsa merupakan aspek penting dari kualitas sumber daya manusia yakni kualitas bangsa menentukan kemajuan suatu bangsa. Berdasarkan tujuan pendidikan nasional, jelas bahwa pendidikan dalam bentuk pengembangan karakter harus diselenggarakan karena memiliki kontribusi positif pada perkembangan karakter peserta didik, salah satunya adalah pendidikan yang didalamnya terdapat pengembangan nilai-nilai moral.<sup>6</sup>

Pendidikan pada dasarnya merupakan upaya dari manusia untuk dapat memperoleh pengetahuan dan keterampilan dalam rangka memenuhi kelangsungan hidupnya. Pendidikan merupakan salah satu kebutuhan pokok dalam kehidupan manusia yang memikirkan bagaimana menjalani kehidupan ini untuk mempertahankan hidup manusia yang mengemban tugas dari Sang Kholiq untuk beribadah. Berdasarkan Undang - undang Sisdiknas No. 20 Tahun 2003 Bab I pasal 3, pendidikan adalah: “Usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan bagi dirinya, masyarakat, bangsa dan negara”. Pendidikan harus dilihat dalam cakupan pengertian yang luas. Pendidikan bukan merupakan suatu proses yang netral sehingga terbebas begitu saja dari nilai-nilai dan ideologi. Pendidikan merupakan upaya terorganisir, berencana dan berlangsung kontinu (terus menerus sepanjang hayat) ke arah membina manusia/anak didik menjadi insan paripurna, dewasa dan berbudaya.<sup>7</sup>

---

<sup>6</sup> E Edison, “*Pengembangan Model Konseling Islami Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Sma Negeri 8 Makassar*,” 2018, [http://eprints.unm.ac.id/11508/%0Ahttp://eprints.unm.ac.id/11508/1/JURNAL\\_TESIS\\_EDISON.pdf](http://eprints.unm.ac.id/11508/%0Ahttp://eprints.unm.ac.id/11508/1/JURNAL_TESIS_EDISON.pdf).

<sup>7</sup> Umar Wirantasa, “Pengaruh Kedisiplinan Siswa Terhadap Prestasi Belajar Matematika,” *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA* 7, no. 1 (2017): 83–95, <https://doi.org/10.30998/formatif.v7i1.1272>.

Pendidikan di Indonesia ternyata masih mengalami banyak perubahan. Perubahan-perubahan itu terjadi dikarenakan telah dilakukan berbagai usaha pembaharuan dalam pendidikan. Pengaruh tersebut mengakibatkan pendidikan semakin mengalami kemajuan. Sejalan dengan kemajuan tersebut, maka dewasa ini pendidikan di sekolah-sekolah telah menunjukkan perkembangan tersebut, sehingga di dalam pengajaran guru selalu ingin menemukan metode dan peralatan baru yang dapat memberikan semangat belajar bagi semua peserta didik.

Selanjutnya, pada setiap lembaga pendidikan memerlukan suatu layanan bimbingan dan konseling. Layanan konseling sangat dibutuhkan untuk membantu peserta didik dalam menghadapi permasalahan pada setiap aspek. Bantuan yang dimaksud bertujuan agar peserta didik mampu mengembangkan dirinya secara baik dan memecahkan semua permasalahan yang ada pada dirinya, sehingga terwujudnya kondisi keadaan yang mendukung perkembangan peserta didik.<sup>8</sup> Kemudian dalam hal ini, guru maupun orang tua harus memahami problem atau permasalahan dari masing-masing peserta didik. Dalam pembelajaran di sekolah, seorang guru tidak hanya memberikan ilmu pengetahuan, tetapi juga membimbing dan membantu peserta didik secara keseluruhan dalam berbagai aspek. Dalam penanganan permasalahan juga sangat diperlukan keterlibatan guru BK untuk memberikan layanan konseling dan membantu peserta didik dalam memecahkan suatu permasalahan.<sup>9</sup>

---

<sup>8</sup> Syamsu Yusuf and Juantika Nurihsan, *Landasan Bimbingan Dan Konseling* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2011).h.9

<sup>9</sup> Dasmaniar Dasmaniar, "Survey Tentang Masalah-Masalah Yang Dihadapai Oleh Siswa Kelas Viii Smp Negeri 1 Inuman," *JURNAL PAJAR (Pendidikan Dan Pengajaran)* 2, no. 1 (2018): 65, <https://doi.org/10.33578/pjr.v2i1.4879>.

Sebagaimana firman Allah SWT dalam Q.S. Al Maidah ayat 2:

وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ ۖ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۖ

إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ ﴿٥﴾

*“Tolong-menolonglah kamu dalam (mengerjakan) kebajikan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sesungguhnya Allah sangat berat siksaan-Nya”.* (Q.S. Al-Ma’idah/5:2)

Dari ayat di atas dapat peneliti simpulkan bahwa, sebagai manusia kita diperintahkan untuk saling tolong menolong antar sesama manusia. Dalam hal kebaikan dan meninggalkan perbuatan yang tidak baik serta takut kepada Allah SWT dan senantiasa patuh kepada-Nya. Sebagaimana seorang guru BK yang membantu peserta didik dalam mengatasi permasalahannya, menasehati, mendidik, serta berusaha mengembangkan kemampuannya dari berbagai aspek.

Merujuk pada tujuan pendidikan nasional, Pengembangan nilai-nilai moral merupakan salah satu upaya mencegah perilaku negatif pada siswa. Siswa diharapkan tumbuh dan berkembang menjadi remaja yang baik. Didalam perkembangan ini pula diharapkan remaja mampu menjadi pribadi yang tangguh serta memiliki sumber daya manusia yang berkompeten, berketerampilan, berkomitmen, berkepribadian, berdisiplin, serta memiliki jiwa spritualitas agar mampu bersaing didalam segala aspek kehidupan sehingga akan terbentuk perilaku-perilaku positif pada diri siswa. Salah satu bentuk pengembangan nilai-nilai moral yang dapat membentuk perilaku positif pada siswa adalah dengan menanamkan “kedisiplinan”. Disiplin dalam diri seseorang merupakan bentuk kesadaran dalam diri individu untuk melakukan sesuatu yang sesuai nilai, norma dan aturan yang berlaku di sekolah maupun masyarakat. Memandang bahwa kedisiplinan termasuk pendidikan moral dan sebagai bagian dari pendidikan anak. Kedisiplinan peserta didik antara yang satu

dengan yang lainnya tentu berbeda. Pada sebagian peserta didik ditemukan tingkat kedisiplinan yang tinggi, namun ada sebagian juga yang memiliki kurangnya tingkat kedisiplinan.

Tu'u mendefinisikan kedisiplinan sebagai sebuah kesadaran diri yang muncul dari batin terdalam seseorang untuk mengikuti sekaligus mentaati nilai-nilai, peraturan-peraturan, dan hukum-hukum yang berlaku dalam suatu lingkungan. Kesadaran dimaksud antara lain, bahwa jika dirinya berdisiplin, maka hal itu akan memberi dampak yang baik pula bagi keberhasilan dirinya di masa mendatang.<sup>10</sup> Indikator kedisiplinan menurut Prastika :

1. Datang ke sekolah dan pulang dari sekolah tepat waktu,
2. Patuh pada tata tertib atau aturan sekolah
3. Mengerjakan setiap tugas yang diberikan
4. Mengumpulkan tugas tepat waktu, mengikuti kaidah berbahasa yang baik dan benar
5. Memakai seragam sesuai ketentuan yang berlaku dan
6. Membawa perlengkapan belajar sesuai dengan mata pelajaran.<sup>11</sup>

Disiplin dalam diri seseorang merupakan bentuk kesadaran dalam diri individu untuk melakukan sesuatu sesuai nilai, norma dan aturan yang berlaku di masyarakat. Memandang bahwa kedisiplinan termasuk pendidikan moral dan sebagai bagian dari pendidikan anak. Menurut Moenir indikator yang digunakan untuk mengukur tingkat kedisiplinan peserta didik berdasarkan ketentuan disiplin waktu dan disiplin perbuatan, yaitu :

---

<sup>10</sup> E Edison, "Pengembangan Model Konseling Islami Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Sma Negeri 8 Makassar." 2018, [http://eprints.unm.ac.id/11508/%0Ahttp://eprints.unm.ac.id/11508/1/JURNAL\\_TESIS\\_EDISON.pdf](http://eprints.unm.ac.id/11508/%0Ahttp://eprints.unm.ac.id/11508/1/JURNAL_TESIS_EDISON.pdf)

<sup>11</sup> Reni Sofia Melati, Sekar Dwi Ardianti, and Much Arsyad Fardani, "Analisis Karakter Disiplin Dan Tanggung Jawab Siswa Sekolah Dasar Pada Masa Pembelajaran Daring," *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan* 3, no. 5 (2021): 3062–71, <https://edukatif.org/index.php/edukatif/article/view/1229>.

1. Disiplin waktu, meliputi:
  - (a) tepat waktu dalam belajar, mencakup datang dan pulang sekolah tepat waktu
  - (b) tidak keluar kelas saat jam pelajaran dan
  - (c) mengumpulkan dan menyelesaikan tugas tepat pada waktunya.
2. Disiplin Perbuatan, meliputi :
  - (a) patuh dan tidak menentang peraturan
  - (b) tidak malas belajar; tidak menyuruh orang lain bekerja demi dirinya
  - (c) tidak suka berbohong dan
  - (d) melakukan tingkah laku yang menyenangkan, mencakup tidak mencontek, tidak membuatkeributan dan tidak mengganggu orang lain saat belajar.<sup>12</sup>

Kedisiplinan merupakan bagian terpenting dalam kehidupan yang harus dilakukan oleh setiap orang secara maksimal, karena melalui kedisiplinan prestasi belajar kita dapat meningkat dan lebih baik lagi. Peserta didik merupakan individu yang memiliki karakteristik yang berbeda-beda dalam proses perkembangan memerlukan bantuan dalam mengenal jati diri terutama dilingkungan sekolah dan masyarakat. Pendidikan karakter disekolah berpengaruh terhadap perilaku akademik peserta didik, yang mana dalam perilaku akademik tersebut mencerminkan soft skill dari masing-masing peserta didik.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup> Khusnalia Dian Maharani, "Pengaruh Disiplin Belajar Dan Kreatifitas Kegiatan Ekstrakurikuler terhadap Prestasi Belajar Mata Pelajaran Teknologi Informasi Dan Komunikasi Siswa kelas X SMA N1 sentolo" *Konseli: jurnal bimbingan dan konseli* 08 (1)(2016) h. 9

<sup>13</sup> Rika Damayanti and Tri Aeni, "Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Mengatasi Perilaku Agresif Pada Peserta Didik Kelas VIII B SMP Negeri 07 Bandar Lampung," *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)* 3, no. 1 (2016): 1–10, <https://doi.org/10.24042/kons.v3i1.572>.

Tradisi pendisiplinan siswa dimulai sejak kecil, karena perilaku dan sikap kedisiplinan seseorang tidak terbentuk secara otomatis, tetapi melalui proses jangka panjang, bukan dalam waktu singkat. Sangat dianjurkan untuk selalu menerapkan disiplin Islam dalam kehidupan sehari-hari.

Dinyatakan dalam bagian ayat 1-3 dari Al-Qur'an Surah Al-Ashr.

وَالْعَصْرِ ﴿١﴾ إِنَّ الْإِنْسَانَ لِفِي خُسْرٍ ﴿٢﴾ إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ ﴿٣﴾

*“Demi masa, sesungguhnya manusia benar-benar berada dalam kerugian, kecuali orang-orang yang beriman dan beramal saleh serta saling menasihati untuk kebenaran dan kesabaran.” (Q.S. Al-'Asr/103:1-3)*

Berdasarkan pengertian ayat di atas, bagian 1 (termasuk pentingnya waktu dalam kehidupan manusia. Bagian 2 (termasuk manusia dalam keadaan merugi, kecuali yang dikecualikan oleh Allah. Bagian 3 (termasuk 3 harus dilakukan)) Tidak termasuk orang-orang yang merugi (yaitu: iman) dan mengerjakan kebajikan, saling menasihati kebenaran dan kesabaran. Dapat dilihat dari ayat ini bahwa Allah memerintahkan manusia untuk menggunakan waktu dengan baik dan tidak membuang waktu untuk melakukan hal-hal yang tidak berguna. Jangan buang waktu selagi kita masih bisa melakukannya. Disiplin dalam menjalankan aktivitas membutuhkan manajemen waktu yang baik. Dari sini kita dapat mengetahui bahwa manajemen adalah prioritas. Dengan kata lain, apa kategori pekerjaan wajib (harus dilakukan), hadits (mudah dilakukan), makruh (banyak negatif), dan haram (dilarang). Ingatlah selalu manfaat besar dari disiplin akan mendorong seseorang untuk menaatinya.

Nilai-nilai pendidikan kedisiplinan dalam Q.S. Al-Ashr ayat 1-3 yaitu, Disiplin adalah keyakinan yang kuat, maka akan menghasilkan niat untuk memanfaatkan waktu. Nilai disiplin memungkinkan seseorang untuk memiliki rencana masa depan

yang akan diambil, sehingga memiliki tujuan yang jelas dan terarah. Prinsip disiplin menggunakan waktu seefisien mungkin dapat meminimalisir waktu yang tidak berguna yang berujung pada penyesalan di kemudian hari. Jika esensi kedisiplinan sudah mengakar, maka akan menanamkan kedisiplinan pada orang lain dengan saling menasihati dengan jujur dan sabar.<sup>14</sup>

Seperti yang Ibu Annike Veranitha, S. Pd katakan,

*“Disiplin itu salah satu yang wajib diterapkan kepada siswa, karena guru bk juga bisa memfasilitasi siswa seperti mereka ikut serta dalam kedisiplinan di sekolah contohnya jika mereka terlambat biasanya langsung kami ajak ke perpustakaan untuk literasi, agar kedepannya mereka bisa memmanagement waktu mereka sendiri jadi ketika mereka sudah bekerja bisa memmanagement waktunya dan tidak mengulangnya lagi seperti di sekolah”.*<sup>15</sup>

Gerald Corey menyebutkan untuk mengatasi pelanggaran ini (ketidakdisiplinan) dapat dilakukan dengan berbagai pendekatan salah satunya yaitu *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yang merupakan aliran psikoterapi berdasarkan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berpikir rasional maupun irasional. Manusia memiliki kecenderungan untuk memelihara diri, berbahagia, berpikir dan mengatakan, mencintai dan bergabung dengan orang lain, serta tumbuh dan mengaktualkan diri.

*Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dipelopori oleh Albert Ellis berdasarkan hasil pengamatannya mengenai banyaknya anak atau remaja yang tidak memiliki pemahaman yang tepat terhadap peristiwa yang mereka alami dikeluarga mereka. Anak-anak atau remaja yang tidak mengalami

---

<sup>14</sup> Damayanti and Aeni.

<sup>15</sup> Annike Veranitha, “Kedisiplinan”, *Wawancara*, Januari 31, 2023

kemajuan tersebut karena masih mempunyai pikiran atau keyakinan irasional terhadap suatu peristiwa tertentu.<sup>16</sup>

“Debbie Joffe Ellis: Dan hal lain yang sangat saya sukai tentang REBT adalah ketepatannya, tidak hanya mengatakan mengubah pemikiran Anda, ia mengatakan lihatlah pemikiran anda, jadilah detektif, jadilah seorang ilmuwan, Anda akan menemukan pemikiran yang menyakitimu. Dan jangan hanya mengubahnya, tetapi identifikasi dulu mereka, lalu singkirkan mereka, dapatkan mereka dari akar mereka, singkirkan mereka dan kemudian mulai berpikir dengan cara yang rasional dan sehat. Ini lebih tepat dan spesifik, kami didesak untuk mengidentifikasi “harus dan harus”, dan ketepatan fase yang diperdebatkan ditekankan lebih daripada di banyak pendekatan kognitif lainnya.<sup>17</sup>

Selanjutnya, fenomena yang sering terjadi dan ditemukan di lapangan pada saat pra penelitian adalah berkaitan dengan kedisiplinan. Dari hasil wawancara yang telah dilakukan, peneliti memperoleh data dari guru BK bahwa permasalahan yang saat ini sering terjadi pada peserta didik kelas X SMK SMTI Bandar Lampung adalah masalah kedisiplinan. Seperti yang disebutkan pada table berikut:

---

<sup>16</sup> Damayanti and Aeni, “Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Mengatasi Perilaku Agresif Pada Peserta Didik Kelas VIII B SMP Negeri 07 Bandar Lampung.” *KONSELI : Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)* 3, no 1(2016): 1-10

<sup>17</sup> Debbie Joffe Ellis and Albert Ellis, “Rational Emotive Behavioural Therapy: The Evolution of a Revolution,” *Europe’s Journal of Psychology* 11, no. 1 (2015): 7–15, <https://doi.org/10.5964/ejop.v11i1.911>.

**Tabel 1.1**  
**Data Pelanggaran Ketidaksiplinan Peserta Didik Kelas X**  
**SMK SMTI Bandar Lampung**

| No | Inisial | Kelas      | Indikator Ketidaksiplinan                          |                                 |  |  |
|----|---------|------------|--|---------------------------------|--|--|
|    |         |            | Sering tidak datang dan pulang sekolah tepat waktu | Keluar kelas saat jam pelajaran | Tidak Membawa perlengkapan belajar sesuai dengan mata pelajaran. | Berpakaian tidak sesuai dengan tata tertib sekolah |
| 1. | JCWA    | X<br>APL 3 | ✓  | ✓                               | ✓  | ✓  |
| 2. | NA      | X<br>APL 5 | ✓  |                                 |  | ✓  |
| 3. | S Z     | X KI<br>4  | ✓  | ✓                               | ✓  | ✓  |
|    | Jumlah  |            | 3  | 2                               | 2  | 3  |

*Sumber: data di peroleh dari hasil observasi dan dokumentasi data pelanggaran Guru BK SMK SMTI Bandar Lampung.*

Berdasarkan Tabel tersebut merupakan pelanggaran yang sering terjadi di sekolah dan sering kali dilanggar oleh peserta didik. Namun, dalam penelitian ini peneliti akan terfokus pada pelanggaran yang sering dilakukan oleh peserta didik yaitu Sering tidak datang dan pulang sekolah tepat waktu serta Berpakaian tidak sesuai dengan tata tertib. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK Ibu Annike Veranitha, S.Pd menerangkan bahwa,

*“Yang sering di langgar sama siswa seperti terlambat ke sekolah, berpakaian yang tidak sesuai dengan aturan, membolos dan kalau pagi itu mba mereka sering kali nongkrong terlebih dahulu di smp 4 jadi saya atau kesiswaan harus kesana untuk membubarkan mereka supaya cepat langsung masuk ke sekolah dan itu setiap hari kami datang kesana karena guru BK juga merangkap jadi guru piket jadi ya guru bk sama kesiswaan yang sering manggilin mereka kesana untuk masuk sekolah, kalau yang lain cukup baik sih mba yah paling itu saja yang sering terjadi”*.<sup>18</sup>

Salah satu penanganan dalam mengatasi kedisiplinan yang sering terjadi guru BK biasanya menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) karena secara spesifik pendekatan ini menekankan proses berpikir secara rasional sehingga dapat digunakan untuk mengatasi self image yang negatif yang bersumber dari pemikiran irasional. Seperti yang Ibu Annike Veranitha, S. Pd katakan

*“Untuk pelayanan ketidakdisiplinan itu disini ada mba, jadi nanti anak yang sudah sering terlambat kita panggil biasanya sampai 3 kali lalu kita trantment melalui konseling individu kita menanyakan kendalanya apa, kalau saya biasanya menggunakan teknik rational emotive behavior therapy (REBT), karena menurut saya menggunakan itu supaya anak itu merubah mindsetnya dari irasional menjadi rasional. Contohnya seperti ini mba yang tadinya anak itu bangunnya kesiangan nanti dia berpikir kedepannya kalau dia terus bangun kesiangan apa yang akan terjadi”*.<sup>19</sup>

---

<sup>18</sup> Annike Veranitha, “Kedisiplinan”, *Wawancara*, Januari 31, 2023

<sup>19</sup> Annike Veranitha, “Pelaksanaan Konseling Individu Dengan Teknik Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik”, *Wawancara*, Januari 31, 2023

Terapi perilaku rasional emotif (REBT) yang berbasis pada nilai-nilai agama dapat membantu meningkatkan kedisiplinan siswa dan juga memberdayakan potensi yang ada dalam diri individu sebagai seorang muslim yang harus memiliki perilaku disiplin.<sup>20</sup> REBT berbasis Islam yang disinergikan dengan nilai-nilai Islam, antara lain shalat, puasa, dan akhlak ternyata dapat mengalihkan pemikiran irasional siswa dengan menerapkan nilai-nilai tersebut dalam kehidupan sehari-hari, maka siswa akan mulai menyadari bahwa pemikiran irasional yang umum ternyata merugikan diri mereka sendiri dan orang lain.<sup>21</sup>

Melihat situasi diatas Penggunaan layanan konseling individu dirasa cukup baik dengan ditambahkan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) karena teknik ini dapat mengubah keyakinan irasional yang dimiliki siswa (yang memberikan dampak pada emosi dan perilaku) menjadi rasional. *Rational Emotive Behavior Therapy* bertujuan memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berfikir keyakinan serta pandangan siswa yang irasional menjadi rasional sehingga siswa dapat mengembangkan diri dengan optimal.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti perlu untuk melakukan penelitian tentang **“Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Di SMK SMTI Bandar Lampung”**.

---

<sup>20</sup> Siti Wahyuningsih Saputri, Mira Mareta, and Iqbal Bafadal, “DEVELOPMENT OF RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY STUDENT DISCIPLINE” 12, no. June (2023): 91–98.

<sup>21</sup> Chairunnisya Chairunnisya et al., “Jurnal Bimbingan Konseling The Effectiveness of Islamic-Based Rational Emotive Behavior Therapy Group Counseling to Improve Discipline and Reduce Student’s Procrastination,” *Jurnal Bimbingan Konseling* 11, no. 3 (2022): 152–58, <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk>.

### **C. Fokus dan Sub – Fokus Penelitian**

#### 1. Fokus Penelitian

Agar penelitian tidak menyimpang dari pembahasan yang akan dilakukan maka pada penelitian ini peneliti ingin memfokuskan Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Di SMK SMTI Bandar Lampung.

#### 2. Sub – Fokus Penelitian

Adapun sub fokus dalam penelitian ini adalah Tahapan Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik di SMK SMTI Bandar Lampung.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Bagaimana tahapan Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Di SMK SMTI Bandar Lampung ?”

### **E. Tujuan Penelitian**

Mengacu pada rumusan masalah di atas maka Penelitian ini memiliki tujuan, Untuk menganalisis bagaimana tahapan Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Di SMK SMTI Bandar Lampung

## F. Manfaat Penelitian

Melalui penelitian ini di harapkan beberapa manfaat diantaranya:

### 1. Secara Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan materi pembelajaran, menambah berbagai wawasan serta kontribusi baru bagi para praktisi dan peneliti pada bidang BK (bimbingan dan konseling), terutama untuk para konselor sekolah dalam menghadapi kurangnya tindakan disiplin siswa dan dapat memberikan pengayaan teori, terutama yang terkait dengan disiplin siswa di sekolah.

### 2. Secara Praktis

- a. Untuk Guru, Memberikan sudut pandang guru BK dalam melaksanakan konseling individu dalam meningkatkan kedisiplinan peserta didik
- b. Untuk Peserta didik, mampu mengoptimalkan peserta didik agar lebih terarah dalam memiliki kebiasaan keseharian yang baik
- c. Untuk Peneliti, Dari penelitian ini diharapkan mampu menyampaikan keterangan yang sebenarnya dengan detail terkait dengan Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Peserta Didik Di SMK SMTI Bandar Lampung dan dapat menambah ilmu serta wawasan.

## G. Kajian Penelitian Terdahulu Yang Relevan

Berdasarkan hasil telaah kepustakaan, maka ditemukan beberapa penelitian yang relevan dengan penelitian ini. Diuraikan sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Andi Thahir dan Dede Rizkiyani, yang berjudul **“Pengaruh konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dalam Mengurangi Kecemasan Peserta Didik Kelas VIII**

**SMP Gajah Mada Bandar Lampung**". Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui gambaran sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dan mengetahui apakah konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dapat mengurangi kecemasan peserta didik di SMP Gajah Mada Bandar Lampung. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif pre-Experimental designs. Penelitian ini menggunakan One-Group Pretest-Posttest Designs. Sampel dari penelitian ini adalah 19 peserta didik yang berasal dari kelas VIII SMP Gajah Mada Bandar Lampung. Pemilihan sampel peneliti menggunakan sampling purposive yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) memiliki pengaruh dalam mengurangi kecemasan peserta didik di SMP Gajah Mada Bandar Lampung.<sup>22</sup> Keterkaitan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti pada penelitian kali ini adalah sama-sama menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dalam pemecahan permasalahannya. Sedangkan perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti kali ini terdapat pada variabel terikatnya dan jenis penelitian yang digunakan.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Fitriani Rahayu, yang berjudul **"Rancangan Intervensi REBT dalam Meningkatkan Kedisiplinan Santriwati di Ponpes Miftahunnajah Yogyakarta"**. Artikel ini memaparkan faktor-faktor mendorong santriwati ASB untuk melakukan pelanggaran dan berlaku tidak disiplin selama di lingkungan sekolah dan asrama. Sehingga, dapat ditentukan jenis intervensi yang akan digunakan dalam

---

<sup>22</sup> Andi Thahir and Dede Rizkiyani, "Pengaruh Konseling Rational Emotif Behavioral Therapy (REBT) Dalam Mengurangi Kecemasan Peserta Didik Kelas VIII SMP Gajah Mada Bandar Lampung," *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)* 3, no. 2 (2017): 197–206, <https://doi.org/10.24042/kons.v3i2.560>.

meningkatkan disiplin santriwati ASB. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada satu orang santriwati di Ponpes Miftahunnajah. Wawancara dan observasi digunakan sebagai alat pengumpulan data. Hasilnya adalah pelanggaran yang lakukan ASB terjadi karena berbagai faktor seperti bersekolah di pondok pesantren bukan merupakan keinginan ASB sendiri melainkan paksaan orang tua sehingga ASB melakukan pelanggaran sebagai bentuk penolakan, dan juga pengaruh teman sebaya. Sehingga, intervensi yang cocok digunakan pada ASB adalah *rational emotive behavior therapy*.<sup>23</sup> Keterkaitan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti pada penelitian kali ini adalah sama-sama menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dalam pemecahan permasalahannya. Sedangkan perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti kali ini terdapat pada variabel bebasnya dan jenis penelitian yang digunakan.

Penelitian yang dilakukan oleh Kd Thera Oktariyani, Gd Sedanayasa, Ni Md Setut, Universitas Pendidikan Ganesha yang berjudul **“Penerapan Konseling Rasional Emotif dengan Teknik Assertif Adaptif untuk Meningkatkan Kedisiplinan Bagi Siswa Indisipliner Kelas Xboga1 SMK NEGERI 1 Seririt”**. Penelitian ini untuk mengetahui efektivitas penerapan konseling rasional emotif untuk meningkatkan kedisiplinan bagi siswa indisipliner pada kelas X Boga 1 SMK Negeri 1 Seririt. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas X Boga 1 SMK Negeri 1 Seririt yang memiliki kedisiplinan rendah. Penelitian ini adalah penelitian tindakan bimbingan

---

<sup>23</sup> Fitriani Rahayu, “Rancangan Intervensi REBT Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Santriwati Di Ponpes Miftahunnajah Yogyakarta,” *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 3, no. 2 (2019): 109, <https://doi.org/10.29240/jbk.v3i2.1045>.

konseling. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner, observasi dan analisis data. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, dan setiap siklus terdiri dari identifikasi, diagnosa, prognosa, konseling, evaluasi dan refleksi. Berdasarkan hasil analisis data skor awal diperoleh hasil bahwa terdapat 5 orang siswa yang memiliki kedisiplinan dengan kategori rendah. Kelima orang ini akan ditindak lanjuti pada penelitian siklus I. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya perubahan perilaku disiplin siswa.

Hasil analisis data yang diperoleh pada siklus I nampak bahwa 2 orang siswa sudah menunjukkan perubahan perilaku disiplin dengan indikator memiliki ketaatan, ketepatan waktu dan konsistensi dalam menjalankan tugas. Sedangkan ketiga orang siswa yang belum menunjukkan perubahan akan ditindaklanjuti pada penelitian siklus II. Hasil analisis data yang diperoleh pada siklus II nampak bahwa dari ketiga orang siswa sudah menunjukkan sikap disiplin sesuai dengan aturan yang sudah ditetapkan di sekolah. Jadi dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling rasional emotif dengan teknik *assertive adaptif* dapat meningkatkan kedisiplinan bagi siswa *indisipliner*.<sup>24</sup> Keterkaitan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti pada penelitian kali ini adalah sama-sama menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dalam pemecahan permasalahannya. Sedangkan perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti kali ini terdapat pada variabel bebasnya.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Nova Erlina, Devi Novita Sari, yang berjudul **“Pengaruh Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Terhadap**

---

<sup>24</sup> K T OKTARIYANI, G S SEDANAYASA, and ..., “Penerapan Konseling Rasional Emotif Dengan Teknik *Assertive Adaptif* Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Bagi Siswa *Indisipliner* Kelas Xboga 1 Smk Negeri 1 Seririt,” *Jurnal Ilmiah ...*, 2013, <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JIBK/article/view/904>.

**Peningkatan Kecerdasan Emosional Pada Peserta Didik Kelas VIII SMPN 6 BANDAR LAMPUNG Tahun Ajaran 2015/2016**". Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan dan mengetahui peningkatan kecerdasan emosional pada peserta didik kelas VIII SMPN 6 Bandar Lampung, dengan menggunakan pendekatan REBT yang dilaksanakan menggunakan bimbingan kelompok, metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode quasi eksperiment dengan menggunakan One Group Prettest-Posttest Design. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 12 peserta didik dari kelas VIII A,B,C,D,F,G,H, dan L, peserta didik tersebut memiliki profil kecerdasan emosional yang rendah. Kesimpulan dari penelitian ini adalah adanya pengaruh yang signifikan antara pengaruh pendekatan REBT dengan Kecerdasan Emosional peserta kelas VIII SMPN 6 Bandar Lampung sebesar 0,553, dan termasuk dalam katagori cukup tinggi, yang artinya kecerdasan emosional peserta didik dapat ditingkatkan dengan menggunakan pendekatan REBT.<sup>25</sup> Keterkaitan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti pada penelitian kali ini adalah sama-sama menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dalam pemecahan permasalahannya. Sedangkan perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti kali ini terdapat pada variabel bebasnya dan Jenis Penelitiannya.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Hazran Milatillah, yang berjudul "***Rasional Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Mereduksi Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik SMP**". Penelitian ini untuk mengetahui Gambaran profil kecanduan online peserta pada peserta

---

<sup>25</sup> Nova Erlina and Devi Novita Sari, "Pengaruh Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (Rebt) Terhadap Peningkatan Kecerdasan Emosional Pada Peserta Didik Kelas VIII SMPN 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016," *Konseli* 3, no. 2 (2016): 303–16.

didik SMP kelas VIII Di SMPN 1 Cihampelas Kab. Bandung Barat, untuk mengetahui keefektifan dalam penerapan *Rasional Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk mereduksi kecanduan game online pada peserta didik SMP kelas VIII Di SMPN 1 Cihampelas Kab. Bandung Barat. Endektan penelitian ini menggunakan pendekatan Kuantitatif, dengan metode penelitian jenis pre-eksperimental design dengan menggunakan model one control grup design, yaitu eksperimen atau pemberian treatment yang dilakukan pada satu kelompok tanpa ada kelompok pembanding. Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata antara hasil pretest dengan posttest yang artinya ada pengaruh dalam penerapan *Rasional Emotif behavior therapy* (REBT) dapat mereduksi kecanduan game online pada peserta didik kelas VIII di salah satu SMPN di Kab. Bandung Barat.<sup>26</sup> Keterkaitan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti pada penelitian kali ini adalah sama-sama menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dalam pemecahan permasalahannya. Sedangkan perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan peneliti kali ini terdapat pada variabel terikatnya dan jenis penelitian yang digunakan.

---

<sup>26</sup> Hazran Milatillah, "RASIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT) UNTUK MEREDUKSI KECANDUAN GAME ONLINE PADA PESERTA DIDIK SMP," *Quanta* 3, no. 1 (2019): 44–51, <https://doi.org/10.22460/q.v1i1p1-10.497>.

Berikut ini adalah tabel persamaan dan perbedaan penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti :

**Tabel 1.2**  
**Persamaan dan Perbedaan Penelitian Terdahulu Yang**  
**Relevan**

| No | Persamaan   | Perbedaan   |
|----|---|---|
| 1. | Sama - sama menggunakan <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i>  | Perbedaannya dalam penelitian yang dilakukan oleh Andi Thahir dan Dede Rizkiyani dalam pemberian layanan yang menggunakan layanan konseling <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i> (REBT) sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan layanan konseling individu dan <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i> (REBT) sebagai tekniknya. |
| 2. | Sama - sama menggunakan Teknik <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i> untuk meningkatkan kedisiplinan | Perbedaannya dalam penelitian yang dilakukan oleh Fitriani Rahayu pada jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif atau natural settings.   |
| 3. | Sama - sama meningkatkan kedisiplinan   | Perbedaannya dalam penelitian yang dilakukan oleh Kd Thera Oktariyani, Gd Sedanayasa, Ni Md Setut, dalam pemberian layanan  |

|    |  |  |
|----|--|--|
|    |  | yang menggunakan Teknik <i>Assertif Adaptif</i> sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti menggunakan <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i> (REBT) sebagai tekniknya.   |
| 4. | Sama - sama menggunakan <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i> | Perbedaannya dalam penelitian yang dilakukan oleh Nova Erlina dan Devi Novita Sari dalam pemberian layanan yang mana tujuannya adalah peningkatan terhadap kecedasan emosional sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti menekankan pada peningkatan kedisiplinan. |
| 5. | Sama - sama menggunakan <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i> | Perbedaannya dalam penelitian yang dilakukan oleh Hazran Milatillah dalam pemberian layanan bertujuann untuk mereduksi kecanduan game online sedangkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti menekankan pada peningkatan kedisiplinan                                    |

## H. Metode Penelitian

### 1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif untuk memahami kondisi suatu konteks dengan mengarahkan pada pendeskripsian secara rinci dan mendalam mengenai potret kondisi dalam suatu konteks yang alami (natural setting), tentang apa yang sebenarnya terjadi menurut apa adanya di lapangan studi. Penelitian kualitatif merupakan jenis penelitian yang temuannya tidak diperoleh melalui prosedur statistik atau bentuk

hitungan lainnya, meskipun datanya dapat dihitung dan disampaikan dalam angka-angka sebagaimana dalam sensus. Penelitian kualitatif merujuk pada analisis data non-matematis, yang menghasilkan temuan melalui data-data yang dikumpulkan dengan beragam sarana, antara lain wawancara, pengamatan, dokumen atau arsip, dan tes.

Bogdan & Taylor, mendefinisikan metode penelitian kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati.<sup>27</sup> Dalam penelitian ini peneliti menggunakan penelitian bersifat deskriptif yang merupakan salah satu jenis penelitian kualitatif, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengungkap kejadian atau fakta, keadaan, fenomena, dan keadaan yang terjadi saat penelitian berlangsung dan menyuguhkan apa yang sebenarnya terjadi. Penelitian ini menguraikan serta menafsirkan data yang bersangkutan dengan apa yang terjadi.<sup>28</sup>

## 2. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMK-SMTI Bandar Lampung beralamat di Jl. Jend. Sudirman No. 43 Kelurahan: Rawa Laut, Kecamatan Enggal Kota Bandar Lampung, Provinsi Lampung.

## 3. Partisipan Penelitian

Partisipan pada penelitian ini yaitu Guru BK SMK SMTI Bandar Lampung Ibu Annike Veranitha, S.Pd dan 3 peserta didik yaitu JCWA, NA dan SZ.

---

<sup>27</sup> Nugrahani Farida and M. Hum, "METODE PENELITIAN KUALITATIF dalam Penelitian Pendidikan Bahasa," *library.stiba.ac.id* Volume1, no.1(2014):305, <http://ejournal.usd.ac.id/index.php/LLT%0Ahttp://jurnal.untan.ac.id/index.php/jdpdp/article/viewFile/11345/10753%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.758%0Awww.iosrjournals.org>.

<sup>28</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2013),h.7

#### 4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah wawancara, observasi dan dokumentasi. Karena dalam penelitian ini menekankan peneliti untuk mendapatkan data melalui wawancara secara mendalam pada subyek penelitian, observasi secara langsung, dan dokumentasi.

##### a. Wawancara

Teknik wawancara, merupakan teknik penggalan data melalui percakapan yang dilakukan dengan maksud tertentu, dari dua pihak atau lebih. Pewawancara (interviewer) adalah orang yang memberikan pertanyaan, sedangkan orang yang diwawancarai (interview) berperan sebagai narasumber yang akan memberikan jawaban atas pertanyaan yang disampaikan.<sup>29</sup> Serta apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit atau kecil. Wawancara dapat dilakukan secara terstruktur maupun tidak terstruktur dan dapat dilakukan melalui tatap muka atau face to face maupun dengan menggunakan telepon. Dari uraian di atas dapat peneliti simpulkan bahwa wawancara adalah salah satu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara tanya jawab antara pewawancara dan yang diwawancarai untuk mendapatkan informasi. Peneliti melakukan wawancara dengan guru BK, dan kepada 3 peserta didik dengan menggunakan jenis wawancara terstruktur.

---

<sup>29</sup> Nugrahani Farida and M. Hum, "METODE PENELITIAN KUALITATIF Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa." library.stiba.ac.id Volume 1, no. 1 (2014): 305, <http://ejournal.usd.ac.id/index.php/LLT%0Ahttp://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/viewFile/11345/10753%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.758%0Awww.iosrjournals.org>.

b. Observasi

Observasi adalah teknik pengumpulan data yang di dalamnya peneliti langsung turun ke lapangan untuk mengamati perilaku dan aktivitas individu-individu di lokasi penelitian. Dalam pengamatan ini, peneliti merekam/mencatat baik dengan terstruktur maupun semistruktur (misalnya, dengan mengajukan sejumlah pertanyaan yang memang ingin diketahui oleh peneliti) Aktivitas-aktivitas dalam lokasi penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode observasi non partisipan dimana penulis tidak terlibat dan hanya sebagai pengamat independen. Seperti halnya penulis mencatat menganalisis dan selanjutnya menarik kesimpulan dari hasil observasi. Metode ini di gunakan untuk mendapatkan data yang berkaitan dengan pelaksanaan layanan konseling individu menggunakan teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) untuk meningkatkan kedisiplinan peserta didik.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi berbentuk tulisan, gambar atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumentasi yang berbentuk tulisan misalnya foto, gambar hidup dan lainnya.<sup>30</sup> Selanjutnya dalam penelitian ini, data yang peneliti peroleh melalui teknik dokumentasi adalah foto atau gambar, dokumen-dokumen, atau bukti lain yang peneliti dapatkan selama proses penelitian di SMK SMTI Bandar Lampung.

---

<sup>30</sup> Sugiyono, “*Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*”, (Bandung: Alfabeta, 2015), 227

## 5. Sumber Data Penelitian

### a. Data Primer

Data primer merupakan data yang langsung dikumpulkan oleh peneliti sendiri. Data primer disebut juga sebagai data asli atau data baru yang memiliki sifat up to date. Data primer dapat berupa opini subjek (orang) secara individual atau kelompok, hasil observasi terhadap suatu benda (fisik), kejadian atau kegiatan, dan hasil pengujian. Dalam hal ini adalah guru BK SMK SMTI Bandar Lampung dan 3 orang peserta didik untuk mengetahui dan mendapatkan informasi yang dibutuhkan.

### b. Data Sekunder

Data Sekunder merupakan sumber data penelitian yang diperoleh peneliti secara tidak langsung melalui media perantara (diperoleh dan dicatat oleh pihak lain). Data sekunder umumnya berupa bukti, catatan atau laporan historis yang telah tersusun dalam arsip (data dokumenter) yang dipublikasikan dan yang tidak dipublikasikan.<sup>31</sup> Sumber data pada penelitian ini diperoleh dari guru BK SMK SMTI Bandar Lampung. Data sekunder dalam penelitian ini adalah Catatan Kedisiplinan Siswa.

## 6. Analisis Data

Analisis data adalah proses mencari serta menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan, dan bahan-bahan lainnya sehingga mudah dipahami agar dapat di informasikan kepada orang lain. Analisis data dalam penelitian

---

<sup>31</sup> Danuri and Siti Maisaroh, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, ed. Iviana C, *Samudra Biru*, 1st ed. (Yogyakarta: Samudra Biru (Anggota IKAPI), 2019)., 102

kualitatif bersifat induktif dan berkelanjutan. Proses analisis data kualitatif adalah sebagai berikut:

a. Reduksi Data

Reduksi data adalah proses analisis untuk memilih, memusatkan perhatian, menyederhanakan, mengabstraksikan serta mentransformasikan data yang muncul dari catatan-catatan lapangan. Mereduksi data berarti membuat rangkuman, memilih hal-hal pokok, memfokuskan pada hal-hal penting, mencari tema dan pola, serta membuang yang dianggap tidak perlu.

b. Penyajian (Display) Data

Penyajian data diarahkan agar data hasil reduksi terorganisasikan, tersusun dalam pola hubungan, sehingga makin mudah dipahami. Peneliti berusaha menyusun data yang relevan sehingga menjadi informasi yang dapat disimpulkan dan memiliki makna tertentu. Prosesnya dapat dilakukan dengan cara menampilkan dan membuat hubungan antar fenomena untuk memaknai apa yang sebenarnya terjadi dan apa yang perlu ditindak lanjuti untuk mencapai tujuan penelitian.

c. Verifikasi Data (Conclusion Drawing)

Langkah berikutnya dalam proses analisis data adalah menarik kesimpulan berdasarkan temuan dan melakukan verifikasi data. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila ditemukan bukti-bukti kuat yang mendukung tahap pengumpulan data berikutnya. Proses untuk mendapatkan bukti-bukti inilah yang disebut sebagai verifikasi data. Apabila kesimpulan yang

dikemukakan pada tahap awal didukung oleh bukti-bukti yang kuat dalam arti konsisten dengan kondisi yang ditemukan saat peneliti kembali ke lapangan, maka kesimpulan yang diperoleh merupakan kesimpulan yang kredibel.<sup>32</sup>

## 7. Keabsahan Data

Pada Penelitian ini untuk menguji kreadibilitas data, peneliti menggunakan Teknik triangulasi. Triangulasi adalah suatu pendekatan analisis data yang mensintesis data dari berbagai sumber. Triangulasi menurut Susan Stainback dalam Sugiono merupakan *“The aim is not to determinate the truth about same social phenomom, rather than the purpose of triangulation is to increase one’s understanding of what everis being investigated”*. Dengan demikian triangulasi bukan bertujuan mencari kebenaran, tetapi meningkatkan pemahaman peneliti terhadap data dan fakta yang dimilikinya. Triangulasi ada berbagai macam cara yaitu :

- a. Triangulasi Sumber, berarti membandingkan mengecek ulang derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui sumber yang berbeda.
- b. Triangulasi Waktu, digunakan untuk validitas data yang berkaitan dengan perubahan suatu proses dan perilaku manusia.
- c. Triangulasi Teori, dimana memanfaatkan dua teori atau lebih untuk diadu atau dipadu.
- d. Triangulasi Peneliti, menggunakan lebih dari satu peneliti dalam mengadakan observasi atau wawancara.
- e. Triangulasi Metode, usaha mengecek keabsahan data, atau mengecek keabsahan temuan penelitian.

---

<sup>32</sup> Danuri and Maisaroh.

Triangulasi metode dapat dilakukan dengan menggunakan lebih dari satu teknik pengumpulan data untuk mendapatkan data yang sama.<sup>33</sup>

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan triangulasi metode dengan penggabungan teknik observasi, wawancara dan dokumentasi yang bertujuan untuk pengumpulan data berupa sumber data dengan mewawancarai guru BK yaitu Ibu Annike Veranitha, S.Pd dan tiga peserta didik serta melakukan pengamatan observasi langsung ke sekolah dan pengumpulan data dokumentasi.

## **I. Sistematika Pembahasan**

Untuk mempermudah dalam memahami skripsi yang akan disusun nantinya, maka peneliti perlu mengemukakan sistematika pembahasan, yaitu sebagai berikut:

### **a) BAB I PENDAHULUAN**

Pada hal ini penulis menjelaskan mengenai penegasan judul, latar belakang masalah, fokus dan sun fokus, rumusan masalah, tujuan penelitian, mafaat penelitian, kajian terdahulu yang relevan, metode penelitian, dan sistematika pembahasan.

### **b) BAB II PEMBAHASAN**

Penulis memaparkan landasan teori yang akan digunakan sebagai pedoman dalam penyusunan penelitian.

### **c) BAB III GAMBARAN DAN OBJEK PENELITIAN**

Penulis membahas tentang gambar umum objek melakukan suatu penelitian kemudian penyajian fakta dan data penelitian.

---

<sup>33</sup> Bachtiar S Bachri, "Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif," *Teknologi Pendidikan* 10 (2010): 46–62.

d) **BAB IV ANALISIS PENELITIAN**

Penulis membahas tentang analisis data yang telah diteliti. Kemudian membahas tentang data-data yang sudah dikumpulkan saat interview, observasi dan dokumentasi saat penelitian dan menjabarkan hasil penelitian yang sudah didapatkan.

e) **BAB V PENUTUP**

Berisi tentang kesimpulan yang sudah didapat oleh peneliti dari pengolahan data yang sudah dijelaskan, dan juga berisi rekomendasi dimana penulis memberikan rekomendasi atau saran kepada pihak terkait dan diharapkan saran tersebut dapat membantu.





## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### 1. **Konseling Individu**

##### a. **Pengertian Konseling Layanan Individu**

Layanan konseling individual merupakan layanan konseling yang dilakukan oleh seorang pembimbing (konselor) terhadap seorang klien (konseli) dalam rangka pengentasan masalah. Gibson & Mitchell menyatakan definisi konseling perorangan (individu) adalah hubungan satu-ke-satu yang melibatkan seorang konselor terlatih dan berfokus pada beberapa aspek penyesuaian klien, perkembangan, maupun kebutuhan pengambilan keputusan. Proses ini menyediakan hubungan komunikasi dan basis dari mana klien dapat mengembangkan pemahaman, mengeksplorasi kemungkinan, dan memulai perubahan.

Menurut Yusi Riska Yustiana, Konseling individu adalah Proses komunikasi antara konselor (seseorang yang terlatih) dengan Konseli (remaja – orang tua remaja) dalam hubungan yang membantu sehingga konseli remaja dan atau orang tua dapat mengambil keputusan, merubah perilaku dan mengembangkan potensi diri sesuai dengan keputusan yang diambil.<sup>34</sup> Konseling individual menurut Hellen, layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik atau konseli mendapatkan layanan secara langsung tatap muka (perorangan) dengan guru pembimbing atau konselor dalam rangka pembahasan pengentasan masalah pribadi yang dialami oleh konseli. Senada dengan hal tersebut, Prayitno dan Amti mendefinisikan konseling individual sebagai suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara

---

<sup>34</sup> Firad Wijaya, "Konseling Individual Dalam Mengatasi Kenakalan Siswa Di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Yogyakarta," *Al-Tazkiah* 6, no. 2 (2017): 95–110.

konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (konseli) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi konseli.<sup>35</sup>

Dinyatakan dalam bagian ayat 82 dari Al-Quran Surah Al-Isra.

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ

إِلَّا خَسَارًا ﴿٨٢﴾

*“Kami turunkan dari Al-Qur’an sesuatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang mukmin, sedangkan bagi orang-orang zalim (Al-Qur’an itu) hanya akan menambah kerugian”. (Q.S. Al-Isra’/17:82)*

Dalam surah tersebut sudah ditegaskan bahwasannya Al-Qur’an dapat dijadikan sebagai penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman, jadi seorang konselor muslim saat membantu klien dalam penyelesaian masalahnya harus berpedoman kepada Al-Qur’an. Karena Al-Qur’an akan berisi tuntunan kehidupan yang mana semua sudah diatur di dalamnya dan dapat dijadikan sebagai penawar serta rahmat sehingga apa yang menjadi tujuan bimbingan dan konseling yang diinginkan bisa terwujud serta tidak bertentangan dengan ajaran islam.

Dari beberapa penjelasan di atas, peneliti dapat menyimpulkan bahwa konseling individu merupakan suatu pelayanan bantuan secara profesional yang diberikan oleh ahli (konselor) kepada individu (konseli) secara langsung maupun tidak langsung secara perorangan dengan tujuan untuk membantu konseli dalam mengembangkan dirinya serta dapat menyelesaikan masalah-masalah yang terjadi dalam hidupnya.

---

<sup>35</sup> Ayong Lianawati, “Implementasi Keterampilan Konseling Dalam Layanan Konseling Individual,” *Indonesian Counselor Association Journal* 3 (2017): 190–95, <http://jambore.konselor.org/>.

## b. Tujuan Konseling Individu

Tujuan umum konseling individu adalah membantu klien menstrukturkan kembali masalahnya dan menyadari life style serta mengurangi penilaian negatif terhadap dirinya sendiri serta perasaan-perasaan inferioritasnya. Kemudian membantu dalam mengoreksi presepsinya terhadap lingkungan, agar klien bisa mengarahkan tingkah laku serta mengembangkan kembali minat sosialnya.<sup>36</sup> Selanjutnya secara khusus, tujuan konseling individual adalah merujuk kepada fungsi-fungsi bimbingan dan konseling. Sebagaimana telah dikemukakan yaitu :

- 1) Melalui layanan konseling individual klien memahami seluk beluk permasalahan yang dialami secara mendalam dan komprehensif, serta positif dan dinamis (fungsi pemahaman).
- 2) Pemahaman itu mengarah kepada dikembangkannya presepsi dan sikap serta kegiatan demi terentaskannya permasalahan secara spesifik (fungsi pengentasan). Pemahaman dan pengentasan masalah merupakan focus yang sangat khas, kongkrit, dan langsung ditangani oleh layanan konseling individual.
- 3) Pemeliharaan dan pengembangan potensi klien dan berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang pemahaman dan pengentasan masalah klien dapat dicapai (fungsi pemeliharaan dan pengembangan). Bahkan secara tidak langsung, layanan konseling individual sering kali menjadikan pemeliharaan dan pengembangan potensi dan unsur-unsur positif klien sebagai focus dan sasaran layanan.
- 4) Pemeliharaan dan pengembangan potensi dan unsur-unsur positif klien, diperkuat dengan terentaskannya masalah, merupakan kekuatan bagi pencegahan penjaran masalah yang sedang dihadapi oleh klien

---

<sup>36</sup> Firad Wijaya, "Konseling Individual Dalam Mengatasi Kenakalan Siswa Di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Yogyakarta," *al-Tazkiah* 6, no. 2 (2017): 95–110.

tersebut, serta diharapkan dapat mencegah permasalahan-permasalahan baru yang mungkin timbul (fungsi pencegahan).

- 5) Apabila masalah yang dihadapi oleh klien menyangkut pelanggaran hak-hak yang dimiliki oleh klien sehingga klien merasa teraniaya (dalam keadaan tertentu) maka, layanan konseling individual dapat menangani sasaran yang bersifat advokasi.<sup>37</sup>

### c. Fungsi Konseling Individu

Adapun fungsi konseling Individu, diantaranya :

- 1) Fungsi Pemahaman, yaitu fungsi pelayanan konseling yang menghasilkan pemahaman tentang sesuatu oleh pihak-pihak tertentu sesuai dengan kepentingan pengembangan individu, seperti: pemahaman tentang diri, lingkungan terbatas (keluarga, sekolah) dan lingkungan yang lebih luas (dunia pendidikan, kerja, budaya, agama, dan adat istiadat).
- 2) Fungsi Pengentasan, yaitu fungsi konseling yang menghasilkan terentasnya berbagai permasalahan yang dialami individu.
- 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, fungsi ini membantu individu agar dapat berupaya aktif untuk melakukan pencegahan sebelum mengalami masalah-masalah kejiwaan karena kurangnya perhatian. Upaya preventif meliputi pengembangan strategi-strategi dan program-program yang dapat digunakan untuk

---

<sup>37</sup> M. Husni, "Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme.", *Al-Ibrah* 2, no. 2 (2017): 65.

mencoba mengantisipasi dan mengelakkan resiko-resiko hidup yang tidak perlu terjadi.

- 5) Fungsi Advokasi, masalah yang dialami konseli menyangkut dilanggarnya hak-hak konseli sehingga konseli teraniaya dalam kadar tertentu, layanan konseling individu dapat menangani sasaran yang bersifat advokasi (pembelaan).<sup>38</sup>

#### **d. Proses Konseling Individu**

Proses konseling terlaksana karena hubungan konseling berjalan dengan baik. Menurut brammer proses konseling adalah peristiwa yang telah berlangsung dan memberi makna bagi peserta koseling tersebut konselor dan klien.<sup>39</sup> Setiap tahapan proses konseling individu membutuhkan keterampilan-keterampilan khusus. Namun keterampilan-keterampilan itu bukanlah yang utama jika hubungan konseling individu tidak mencapai rapport. Dengan demikian proses konseling individu ini tidak dirasakan oleh peserta konseling (konselor klien) sebagai hal yang menjemukan. Akibatnya keterlibatan mereka dalam proses konseling sejak awal hingga akhir dirasakan sangat bermakna dan berguna. Secara umum proses konseling individu dibagi atas tiga tahapan :

##### **1) Tahap Awal**

Tahap ini terjadi sejak klien menemui konselor hingga berjalan proses konseling sampai konselor dan klien menemukan definisi masalah klien atas dasar isu, kepedulian, atau masalah klien. Adapun proses konseling tahap awal sebagai berikut:

---

<sup>38</sup> Ahmad Putra, "Dakwah Melalui Konseling Individu," *ENLIGHTEN (Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam)* 2, no. 2 (2019): 97–111, <https://doi.org/10.32505/enlighten.v2i2.1201>.

<sup>39</sup> S.Willis, *Konseling Individual Teori dan Praktek* ( Bandung, CV Alfabeta, 2007), .50.

- a) Membangun hubungan konseling yang melibatkan klien

Hubungan konseling bermakna ialah jika klien terlibat berdiskusi dengan konselor. Hubungan tersebut dinamakan a working realionship, yakni hubungan yang berfungsi, bermakna dan berguna. Keberhasilan proses konseling individu amat ditentukan oleh keberhasilan pada tahap awal ini.

- b) Memperjelas dan mendefinisikan masalah

Seorang konselor harus memperjelas permasalahan yang dialami konseli, karena sering ditemui konseli yang bingung dengan permasalahan yang dihadapi, terkadang konseli hanya mengetahui gejalanya saja. Maka, penting bagi seorang konselor untuk memperjelas dan mendefinisikan masalah tersebut.

- c) Membuat Penafsiran dan Penjajakan

Konselor berusaha untuk menafsirkan serta menjajaki kemungkinan pengembangan suatu masalah serta membuat rencana atau rancangan bantuan yang akan diberikan dengan cara membangkitkan potensi klien.

- d) Menegosiasikan Kontrak

Kontrak yang dimaksud adalah suatu perjanjian yang dibuat seperti perjanjian waktu, tugas, serta kontrak kerjasama. Hal ini bertujuan agar konseling dapat berjalan dengan lancar dan tersusun. Perjanjian ini dapat dimaknai bahwa proses konseling tidak hanya semata-mata tugas konselor untuk menyelesaikan permasalahan, tetapi juga butuh kerjasama antara konselor dengan konseli.

## 2) Tahap Pertengahan (Tahap Kerja)

Menilai kembali masalah klien akan membantu klien memperoleh perspektif baru, alternatif baru, yang mungkin berbeda dari sebelumnya, dalam rangka mengambil keputusan dan tindakan. Dengan adanya perspektif baru, berarti ada dinamika pada diri klien menuju perubahan. Tanpa perspektif maka klien sulit untuk berubah. Adapun tujuan-tujuan dari tahap pertengahan ini yaitu :

- a) Menjelajahi dan mengeksplorasi masalah, isu, dan kepedulian klien lebih jauh.
- b) Menjaga agar hubungan konseling selalu terpelihara.
- c) Proses konseling agar berjalan sesuai kontrak.

## 3) Tahap Akhir Konseling (Tahap Tindakan )

Tahap akhir adalah tahap untuk menentukan keputusan terhadap suatu tindakan. Teknik yang digunakan meliputi; memimpin, merencanakan, menyimpulkan, menilai atau evaluasi, dan mengakhiri sesi. Pada tahap akhir konseling ditandai beberapa hal yaitu :

- a) Menurunnya kecemasan klien, Hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya.
- b) Adanya perubahan perilaku klien kearah yang lebih positif, sehat, dan dinamis.
- c) Adanya rencana hidup masa yang akan datang dengan program yang jelas.
- d) Terjadinya perubahan sikap positif, yaitu mulai dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar,

seperti orang tua, guru, teman, keadaan tidak menguntungkan dan sebagainya. Jadi klien sudah berfikir realistik dan percaya diri.<sup>40</sup>

#### **e. Konsep Dasar Konseling Individu**

Banyak anak muda yang enggan membicarakan masalah pribadi atau urusan pribadi mereka dalam diskusi kelas dengan guru. Beberapa dari mereka ragu untuk berbicara di depan kelompok-kelompok kecil. Oleh karena itu, konseling individu dalam sekolah-sekolah, tidak terlepas dari psikoterapi, didasarkan pada asumsi bahwa konseli itu akan lebih suka berbicara sendirian dengan seorang konselor. Selain itu, kerahasiaan, selalu dianggap sebagai dasar konseling. Akibatnya, muncul asumsi bahwa siswa membutuhkan pertemuan pribadi dengan seorang konselor untuk mengungkapkan pikiran mereka dan untuk meyakinkan bahwa pengungkapan mereka akan dilindungi. Tidak ada yang lebih aman dari pada konseling individu.

Konseling individu sebagai intervensi mendapatkan popularitas dari pemikiran teoritis dan filosofis yang menekankan penghormatan terhadap nilai individu, perbedaan, dan hak-hak. Hubungan konseling bersifat pribadi. Hal ini memungkinkan beberapa jenis komunikasi yang berbeda terjadi antara konselor dan konseli, perlindungan integritas dan kesejahteraan konseli dilindungi. Konseling telah dianggap sangat rumit, dengan setiap kata, infleksi sikap, dan keheningan yang dianggap penting, yang hanya bisa terjadi antara konselor yang terampil dan konseli yang berminat. Bersama-sama mereka mencari makna tersembunyi di balik perilaku. Seperti pemeriksaan pribadi memerlukan sikap permisif dan kebebasan untuk mengeksplorasi ide-ide secara mendalam, di bawah pengawasan ketat dari konselor. Selama bertahun-tahun, telah diasumsikan bahwa pengalaman ini

---

<sup>40</sup> Firad Wijaya, "Konseling Individual Dalam Mengatasi Kenakalan Siswa Di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Yogyakarta.", *al-Tazkiah* 6, no. 2 (2017): 95–110.

hanya bisa terjadi dalam interaksi antara dua orang. Konseling individu terkenal di sekolah karena berbagai alasan. Pertama, mayoritas organisasi-organisasi sekolah yang terstruktur di sekitar kelas dan guru kelas. Guru lebih cenderung untuk melepaskan satu siswa di satu waktu dari kelas mereka karena mengganggu rutinitas kelas mereka.

Konseling individu lebih mudah untuk dijadwalkan daripada intervensi lain dan mungkin tampak lebih praktis. Selanjutnya, ini adalah intervensi konselor yang paling sering digunakan. Selain itu, banyak konselor sekolah merasa lebih menyukai Konseling individu setelah melalui pendidikan pascasarjana mereka dengan jurusan pendidikan konselor. Konseling teori dan teknik, misalnya, yang paling sering diilustrasikan melalui studi kasus individu. Banyak dari studi ini telah muncul dari sejarah panjang psikoterapi, di mana banyak studi kasus individu telah direkam. Karena konseling individual tampaknya lebih mudah untuk dipahami dan diatur, kebanyakan konselor pemula memulai dengan jenis intervensi konselor dalam pengalaman praktikum mereka. Program pendidikan konselor telah memperluas penawaran program mereka untuk memasukkan konseling kelompok, konsultasi, dan intervensi lain, tetapi, konseling individu masih merupakan fokus utama untuk persiapan konselor. Untuk alasan ini dan lainnya, konseling individu adalah intervensi konselor utama di sekolah-sekolah. Ini adalah fungsi pekerjaan yang sah dan akan selalu menjadi bagian unik dan penting dari peran konselor.

Dalam prakteknya, memang strategi layanan konseling harus terlebih dahulu mengedepankan layanan-layanan yang bersifat pencegahan dan pengembangan, namun tetap saja layanan yang bersifat pengentasan pun masih diperlukan. Oleh karena itu, guru maupun konselor seyogyanya dapat menguasai proses dan berbagai teknik konseling, sehingga bantuan yang diberikan kepada peserta

didik dalam rangka pengentasan masalahnya dapat berjalan secara efektif dan efisien.

Menurut Lesmana dalam buku Dasar-Dasar Konseling bahwa kerangka kerja Konseling individu dilandasi oleh prinsip dasar :

- 1) Klien adalah individu yang memiliki kemampuan untuk memilih tujuan, membuat keputusan, dan secara umum mampu menerima tanggung jawab dari tingkah lakunya,
- 2) Konseling berfokus pada saat ini dan masa depan, tidak berfokus pada masa lalu,
- 3) Wawancara merupakan alat utama dalam keseluruhan kegiatan Konseling,
- 4) Tanggung jawab pengambilan keputusan berada pada klien,
- 5) Konseling memfokuskan pada perubahan tingkah laku dan bukan hanya membantu klien menyadari masalahnya.<sup>41</sup>

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

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

Teknik *Rational-Emotive behavioral therapy* (REBT) adalah pendekatan yang dikembangkan oleh Albert Ellis pada tengah tahun 1950an yang menekankan pada pentingnya peran pikiran pada tingkah laku. Pada awalnya pendekatan ini disebut dengan *rational therapy* (RT). Kemudian Ellis mengubahnya menjadi Rational Emotive Therapy (RET) pada tahun 1961. Pada tahun 1993, dalam newsletter yang dikeluarkan oleh the institute *rational-*

---

<sup>41</sup> Amiluddin, "KONSELING INDIVIDU MEMBENTUK PRIBADI BERKARAKTER SISWA DI SMA NEGERI 2 BARRU Amiluddin SMA Negeri 2 Barru Corresponding Author : Amiluddink@gmail.Com Pendahuluan Bimbingan Dan Konseling Merupakan Kegiatan Yang Bersumber Pada Kehidupan Manusia . Kenyataan," *Bimbingan Dan Konseling* 7, no. 2 (2020): 103–13.

*emotive therapy*, Ellis mengumumkan bahwa bahwa ia mengganti nama *Rational Emotive Therapy* (RET) menjadi *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT). *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) merupakan pendekatan kognitif-behavioral. Pendekatan ini merupakan pengembangan dari pendekatan behavioral. Dalam proses konselingnya, *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) berfokus pada tingkah laku individu, akan tetapi *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang irasional sehingga fokus penanganan pada pendekatan *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) adalah pemikiran individu.

*Rational-Emotive Behavioral 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 irasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat atau konsekuensi dari tingkah laku. Kata rasional yang di maksud Ellis adalah kognisi atau proses berfikir yang efektif dalam membantu diri sendiri (*self helping*) bukan kognisi yang valid secara empiris dan logis. Menurut Ellis irasional individu bergantung pada penilaian individu berdasarkan keinginan atau pilihannya atau berdasarkan emosi dan perasaannya. Pada pendekatan *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dengan alasan bahwa tingkah laku sangat terkait dengan emosi dan perasaan.<sup>42</sup>

Menurut George & Cristiani *Rational Emotif Behavior Therapy* (REBT) adalah pendekatan bersifat direktif, yaitu pendekatan yang membelajarkan kembali konseli untuk memaham input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional, mencoba mengubah pikiran konseli

---

<sup>42</sup> Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2011), 201-202.

agar membiarkan pikiran irasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat atau konsekuensi dari tingkah laku.

Sedangkan menurut Albert Ellis REBT (*Rational Emotif Behavior Therapy*) adalah suatu rancangan terapeutik, dalam konseling atau psikoterapi, pemakaian rancangan ini mementingkan berpikir irasional sebagai tujuan terapeutik, menekankan modifikasi atau perubahan keyakinan irasional yang telah merupakan berbagai konsekuensi emosional dan tingkah laku. Sependapat dengan Ellis yang menjelaskan tentang REBT (*Rational Emotif Behavior Therapy*), Latipun perasaan cemas, mengganggu ada bahaya yang sedang mengancam, dan pada akhirnya akan melakukan atau mereaksi peristiwa itu tidak realistis.<sup>43</sup>

Berdasarkan pengertian yang sudah dipaparkan dapat ditarik kesimpulan bahwa REBT (*Rational Emotif Behavior Therapy*) ialah suatu pendekatan yang mampu merubah pikiran dan tingkah laku individu yang bersifat irasional menjadi rasional. Yang berasumsi sebagai makhluk berpikir dan makhluk perasa, sedangkan perilakunya hanya sebatas simultan di antara keduanya, pikiran mempengaruhi perasaan dan pikiran.

#### **b. Pandangan Tentang *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT)**

Pendekatan REBT memandang manusia sebagai individu yang didominasi oleh sistem berfikir dan sistem perasaan yang berkaitan dalam sistem psikis individu. Keberfungsian individu secara psikologis ditentukan oleh fikiran, perasaan dan tingkah laku. Tiga aspek ini saling berkaitan karena satu aspek mempengaruhi aspek lainnya. Secara khusus pendekatan REBT berasumsi bahwa individu

---

<sup>43</sup>Andi Thahir dan Dede Rizkiyani, "Pengaruh Konseling Rational Emotif Behavioral Therapy (REBT) dalam Mengurangi Kecemasan Peserta Didik Kelas VIII SMP Gajah Mada Bandar Lampung," *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)* 3, no. 2 (2017): 197–206, <https://doi.org/10.24042/kons.v3i2.560>.

memiliki potensi unik yang untuk berfikir rasional dan irasional.

- 1) Pikiran irasional berasal dari proses belajar yang irasional yang di dapat dari orang tua dan budayanya.
- 2) Manusia adalah makhluk verbal dan berfikir melalui simbol dan bahasa dengan demikian, gangguan emosi dialami individu disebabkan oleh irasional.
- 3) Gangguan emosional yang disebabkan oleh diri yang terus menerus dan persepsi sikap terhadap kejadian merupakan akar permasalahan, bukan kejadian itu sendiri.
- 4) Individu memiliki potensi untuk mengubah arah hidup personal dan sosial.
- 5) Pikiran dan perasaan yang negatif dan merusak diri dapat diserang dapat mengorganisasikan kembali persepsi dan pemikiran, sehingga menjadi logis dan rasional.

Landasan filosofi *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) tentang manusia tergambar dalam *quotation* dari *Epictetus* yang dikutip oleh Ellis :

*Men are disturbed not by things, but by the views which they take of them.* (manusia terganggu bukan karena sesuatu, tetapi karena pandangan terhadap sesuatu). Menurut Walen, Landasan filosofi *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) tentang manusia, melekat pada epistemology atau theory of knowledge, dialectic atau sistem berpikir, sistem nilai dan prinsip etik. Secara epistemologi, individu diajak mencari cara yang reliabel dan valid untuk mendapatkan pengetahuan dan menentukan bagaimana kita mengetahui bahwa sesuatu itu benar. *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) mengadvokasi berpikir ilmiah dan berdasarkan bukti empiris. Secara dialektik, *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) berasumsi bahwa berpikir logis itu tidak mudah. Kebanyakan individu cenderung ahli dalam berpikir tidak logis.

Contoh berpikir tidak logis yang biasanya banyak menguasai individu adalah :

- a. Saya harus sempurna.
- b. Saya baru saja melakukan kesalahan, bodoh sekali!
- c. Ini adalah bukti bahwa saya tidak sempurna, maka saya tidak berguna.<sup>44</sup>

### c. Teori A-B-C Tentang Kepribadian

Teori A-B-C tentang kepribadian sangatlah penting bagi teori dan praktik REBT. (A) adalah keberadaan suatu fakta, suatu peristiwa, tingkah laku atau sikap seseorang. (C) adalah konsekuensi atau reaksi emosional seseorang reaksi ini bisa layak dan bisa pula tidak layak. (A) peristiwa yang mengaktifkan bukan penyebab timbulnya (C) (konsekuensi emosional). Alih-alih B yaitu keyakinan individu tentang (A), yang menjadi penyebab (C), yakni reaksi emosional. Kemudian ditambahkan (D) dan (E) untuk mengakomodasi perubahan dan hasil yang diinginkan dari perubahan tersebut. Selanjutnya ditambahkan (G) yang letaknya di awal. Jadi (D) itu dispute atau pikiran irasional (E) *effective new philosophy of life* atau mengembangkan filosofi hidup yang efektif dan (G) goals atau tujuan.

- a. *Antecedent Event* (A) merupakan segenap peristiwa luar yang dialami atau memapar individu. Peristiwa pendahulu yang berupa fakta, kejadian, tingkah laku, atau sikap orang lain.
- b. *Belief* (B) adalah keyakinan, pandangan, nilai, atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa. Keyakinan seseorang ada dua macam, yaitu keyakinan rasional dan keyakinan irasional.
- c. *Emotional Consequense* (C) adalah konsekuensi atau reaksi emosional seseorang sebagai akibat atau reaksi

---

<sup>44</sup> Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2011), 202-204.

individu dalam bentuk perasaan senang atau hambatan emosi dalam hubungannya dengan (A).

Menurut Hartati & Rahman, Setelah ABC menyusul Desputing (D) merupakan penerapan prinsip-prinsip ilmiah untuk menentang pikiran yang cenderung mengalahkan diri sendiri dan mengalahkan nilai-nilai irasional yang tidak bisa dibuktikan. Hasil akhir dari proses ABCD berupa Effect (E) perilaku kognitif emotif. Bilamana A-B-C-D berlangsung dalam proses berpikir yang rasional maka hasil akhirnya berupa perilaku positif, sebaliknya jika proses berpikir yang irasional maka hasil akhirnya berupa tingkah laku negatif.<sup>45</sup>

#### **d. Asumsi Tingkah Laku Bermasalah**

Permasalahan pada tingkah laku disadari dalam teori rasional emotive sebagai bentuk cara berpikir irasional. Karakteristik cara berpikir irasional tersebut dijelaskan sebagai berikut ini :

- 1) Tidak mungkin untuk membuktikan
- 2) Munculnya rasa tidak enak seperti rasa cemas, khawatir, dan berprasangka yang tidak-tidak.
- 3) Perkembangan individu dalam kesehariannya menjadi terhalang.

Berikut ini adalah tanda-tanda orang yang memiliki keyakinan tidak logis :

- 1) Segala sesuatu yang dilakukan seseorang bertujuan untuk disukai dan dicintai oleh orang lain.
- 2) Kecurigaan patut diterapkan pada orang-orang yang mempunyai niatan jahat, kejam, dan merusak.

---

<sup>45</sup> Mustika Sari, Yeni Karneli, and Netrawati, "PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT) UNTUK MENGATASI SELF IMAGE NEGATIF PADA REMAJA : Studi LIBRARY RESEARCH," *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Sosial* 1, no. 4 (2022): 442–51, <https://doi.org/10.58540/jipsi.v1i4.92>.

- 3) Mau tidak mau manusia selalu akan menghadapi bencana, dan malapetaka, menakutkan. Penderitaan yang menakutkan.
- 4) Kesulitan yang menimpa hidup lebih mudah di jauhi daripada berupaya untuk menemukan solusi.
- 5) Tekanan eksternal penderitaan sosial kemampuan yang muncul membawa sangat minim penderitaan sedangkan menyembuhkan emosional yang dimiliki individu.
- 6) Kehidupan individu banyak dipengaruhi oleh pengalaman masa lalu. Hal tersebut berdampak pada tingkah laku maupun perasaannya pada saat ini.
- 7) Kekuatan supranatural diperuntukkan bagi individu yang menginginkan peningkatan derajat maupun perasaan yang menyenangkan.
- 8) Tampilan individu sering kali dijadikan patokan untuk menilai dan menerima orang lain dan hal ini berlaku dalam diri orang lain terhadap individu tersebut.

**e. Tujuan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)***

Tujuan pendekatan REBT menurut Ellis, “membantu klien untuk memperoleh filsafat hidup yang lebih realistis”. yang berarti menunjukkan kepada klien bahwa verbalisasi-verbalisasi diri mereka telah dan masih merupakan sumber utama dari gangguan-gangguan emosional yang dialami oleh mereka. Sedangkan tujuan pendekatan REBT menurut Mohammad Surya sebagai berikut:

- 1) Memperbaiki dan mengubah segala perilaku dan pola pikir yang irasional dan tidak logis menjadi rasional dan lebih logis agar klien dapat mengembangkan dirinya.
- 2) Menghilangkan gangguan emosional yang merusak.
- 3) Untuk membangun *Self Interest, Self Direction, Tolerance, Acceptance of Uncertainty, Fleksibel, Commitment, Scientific Thinking, Risk Taking, dan Self Acceptance klien.*

Dengan demikian tujuan pendekatan REBT adalah menghilangkan gangguan emosional yang dapat merusak diri (seperti benci, rasa bersalah, cemas, dan marah) serta mendidik klien agar menghadapi kenyataan hidup secara rasional.<sup>46</sup>

**f. Tahap *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)**

*Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) membantu konseli mengenali dan memahami perasaan, pemikiran dan tingkah laku yang irasional. Dalam proses ini konseli diajarkan untuk menerima bahwa perasaan, pemikiran dan tingkah laku tersebut diciptakan dan diverbalisasi oleh konseli sendiri. Untuk mengatasi hal tersebut, konseli membutuhkan konselor untuk membantu mengatasi permasalahannya. Dalam proses konseling dengan pendekatan REBT terdapat beberapa tahap yang dikerjakan oleh konselor dan konseli.

1) Tahap 1

Proses di mana konseli diperlihatkan dan disadarkan bahwa mereka tidak logis dan irasional. Proses ini membantu konseli memahami bagaimana dan mengapa dapat menjadi irasional. Pada tahap ini konseli diajarkan bahwa mereka memiliki potensi untuk mengubah hal tersebut.

2) Tahap 2

Pada tahap ini konseli dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negatif tersebut dapat ditantang dan diubah. Pada tahap ini konseli mengeksplorasi ide-ide untuk menentukan tujuan-tujuan rasional. Konselor juga mendebat pikiran irasional konseli dengan menggunakan pertanyaan untuk menantang validitas ide tentang diri, orang lain dan lingkungan

---

<sup>46</sup> Nova Erlina and Sari, "Pengaruh Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (Rebt) Terhadap Peningkatan Kecerdasan Emosional Pada Peserta Didik Kelas VIII SMPN 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016." *Konseli* 3, no. 2 (2016): 303–16.

sekitar. Pada tahap ini konselor menggunakan teknik-teknik konseling *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk membantu konseli mengembangkan pikiran rasional.

### 3) Tahap 3

Tahap akhir ini, konseli dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga konseli tidak terjebak pada masalah yang disebabkan oleh pemikiran irasional.<sup>47</sup>

Secara khusus, terdapat beberapa langkah intervensi konseling dengan pendekatan *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT), yaitu:

#### 1) Bekerjasama dengan konseli (*engage with client*)

- a) Membangun hubungan dengan konseli yang dapat dicapai dengan mengembangkan empati, kehangatan dan penghargaan.
- b) Memperhatikan tentang “secondary disturbances” atau hal yang mengganggu konseli yang mendorong konseli mencari bantuan.
- c) Memperlihatkan kepada konseli tentang kemungkinan perubahan yang bisa dicapai dan kemampuan konselor untuk membantu konseli mencapai tujuan konseling.

#### 2) Melakukan asesmen terhadap masalah, orang dan situasi (*assess the problem, person and situation*)

- a) Mulai dengan mengidentifikasi pandangan-pandangan tentang apa yang menurut konseli salah.
- b) Perhatikan bagaimana perasaan konseli mengalami masalah ini.

---

<sup>47</sup> Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2011), 215-216

- c) Laksanakan asesmen secara umum dengan mengidentifikasi latar belakang personal dan social, kedalaman masalah, hubungan dengan kepribadian individu, dan sebab-sebab nonpsikis seperti: kondisi fisik, lingkungan, dan penyalahgunaan obat.
- 3) Mempersiapkan konseli untuk terapi (*prepare the client for therapy*)
    - a) Mengklarifikasi dan menyetujui tujuan konseling dan motivasi konseli untuk berubah.
    - b) Mendiskusikan pendekatan yang akan digunakan dan implikasinya.
  - 4) Mengimplementasikan program penanganan (*implementasi the treatment program*)
    - a) Menganalisis episode spesifik di mana inti masalah terjadi, menemukan keyakinan-keyakinan yang terlibat dalam masalah, dan mengembangkan homework.
    - b) Mengembangkan tugas-tugas tingkah laku untuk mengurangi ketakutan atau memodifikasi tingkah laku.
    - c) Menggunakan teknik-teknik tambahan yang diperlukan.
  - 5) Mengevaluasi kemajuan (*evaluate progress*)

Pada menjelang akhir intervensi konselor memastikan apakah konseli mencapai perubahan yang signifikan dalam berpikir atau perubahan tersebut disebabkan oleh faktor lain.

- 6) 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 kemunduran dari hasil yang sudah dicapai atau kemungkinan mengalami masalah dikemudian hari.<sup>48</sup>

### 3. Kedisiplinan

#### a. Pengertian Kedisiplinan

Secara bahasa, kata “disiplin” berasal dari bahasa latin, yaitu *Discere* yang berarti belajar. Dari kata tersebut timbul kata *Disciplina* yang memiliki arti pengajaran atau pelatihan. Saat ini kata disiplin mengalami perkembangan makna dalam beberapa pengertian. Pertama, disiplin berarti kepatuhan terhadap peraturan atau tunduk pada pengawasan, dan pengendalian. Kedua, disiplin sebagai latihan yang bertujuan untuk mengembangkan diri agar dapat berperilaku tertib.<sup>49</sup> Kedisiplinan merupakan suatu faktor yang harus ditanamkan, dikembangkan, serta dilaksanakan dalam kehidupan sehari-hari untuk mencapai suatu keberhasilan dalam segala hal, salah satunya keberhasilan dalam proses belajar, sebab belajar bukanlah usaha yang ringan atau boleh bermalas-malasan, melainkan suatu usaha yang besar, yang rajin, tekun dan terus menerus (kontinu) yang semuanya membutuhkan kerja keras baik secara mental, pikiran, tenaga, mau memanfaatkan waktu luang dengan semaksimal mungkin untuk belajar.

Menurut Sardiman, Kedisiplinan merupakan hal yang berhubungan dengan motivasi. Motivasi belajar dapat dikatakan sebagai dorongan pada diri. Kedisiplinan dan motivasi belajar penting untuk dimiliki oleh siswa. Dalam kegiatan belajar, motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak

---

<sup>48</sup> Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2011), 217-218.

<sup>49</sup> Ihsan Mz, “Peran Konsep Diri Terhadap Kedisiplinan Siswa,” *NALAR: Jurnal Peradaban Dan Pemikiran Islam* 2, no. 1 (2018): 1, <https://doi.org/10.23971/njppi.v2i1.915>.

di dalam diri siswa yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan yang memberikan arahan pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subyek belajar itu dapat tercapai.<sup>50</sup>

Menurut Elly, Disiplin merupakan suatu sikap ang menunjukkan kesediaan untuk menepati atau mematuhi ketentuan, tata tertib, nilai serta kaidah-kaidah yang berlaku. Disiplin mengandung asas taat, yaitu kemampuan untuk bersikap dan bertindak secara konsisten berdasar pada suatu nilai tertentu. Dalam proses belajar mengajar, kedisiplinan dapat menjadi alat yang bersifat preventif untuk mencegah dan menjaga hal-hal yang dapat mengganggu dan menghambat proses belajar.<sup>51</sup>

Dari beberapa pendapat di atas, dapat peneliti simpulkan bahwa kedisiplinan adalah suatu bentuk tanggung jawab seseorang terhadap sebuah peraturan yang telah dibuat dan membantu seseorang terhadap penyesuaian diri dengan keadaan dan lingkungannya. Kedisiplinan yang baik seharusnya timbul dari dalam diri seseorang tanpa adanya paksaan atau campur tangan dari orang lain.

## **b. Aspek-aspek Kedisiplinan**

Menurut Prijodarminto ada 3 aspek besar dalam disiplin yaitu:

- 1) Sikap mental (*mental attitude*) yang merupakan sikap taat dan tertib sebagai hasil atau pengembangan dan latihan pengendalian pikiran dan pengendalian watak.

---

<sup>50</sup> Fitria Nindy Lestari and Wisda Miftakhul'Ulum, "Analisis Bentuk Kedisiplinan Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Belajar Dengan Motivasi Belajar Siswa Kelas IV SDN I Gondosuli Gondang," *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara* 5, no. 2 (2020): 318–29, <https://doi.org/10.29407/jpdn.v5i2.13554>.

<sup>51</sup> Sugiarto, Suyati, and Yulianti, "Faktor Kedisiplinan Belajar Pada Siswa Kelas X Smk Larenda Brebes." *Jurnal Mimbar Ilmu* 24, no. 2 (2019): 232

- 2) Pemahaman yang baik mengenai sistem atau perilaku, norma, kriteria, dan standar yang sedemikian rupa sehingga pemahaman tersebut memberikan pengertian yang mendalam atau kesadaran, bahwa ketaatan akan norma, aturan, kriteria dan standar tadi merupakan syarat mutlak untuk mencapai keberhasilan.
- 3) Sikap kelakuan secara wajar menunjukkan kesungguhan hati, untuk mentaati segala hal secara cermat dan tertib.

Perilaku disiplin lahir, tumbuh dan berkembang dari sikap seseorang pada sistem nilai budaya yang telah ada didalam masyarakat. Ada unsur yang membentuk disiplin yaitu sikap yang telah ada pada diri manusia dan sistem nilai budaya yang terdapat dalam masyarakat. Disiplin akan tumbuh dan dapat dibina melalui pendidikan, penanaman kebiasaan dengan keteladanan-keteladanan tertentu. Disiplin akan mudah ditegakkan bila muncul dari kesadaran diri, peraturan yang ada dirasakan sebagai sesuatu yang memang seharusnya dipatuhi secara sadar untuk kebaikan dirinya dan sesama, sehingga akan menjadi suatu kebiasaan yang baik menuju arah disiplin diri.<sup>52</sup>

### c. Fungsi Kedisiplinan

Menurut Tu' u perilaku atau sikap disiplin memiliki beberapa fungsi yaitu :

- 1) Menata kehidupan bersama

Sikap disiplin diperlukan dalam kehidupan bermasyarakat. Disiplin akan

---

<sup>52</sup> Ihsan Mz, "Peran Konsep Diri Terhadap Kedisiplinan Siswa," *NALAR: Jurnal Peradaban dan Pemikiran Islam* 2, no. 1 (2018): 1, <https://doi.org/10.23971/njppi.v2i1.915>.

berpengaruh terhadap tata kehidupan bermasyarakat setiap individu. Sikap disiplin masing-masing anggota masyarakat akan membuat hubungan yang baik antara anggota masyarakat satu dengan anggota masyarakat yang lain. Hal ini disebabkan karena masing-masing anggota masyarakat bertindak dengan penuh rasa tanggung jawab, sehingga setiap anggota dapat menata kehidupan bermasyarakat dengan baik.

## 2) Membangun kepribadian

Lingkungan yang memiliki sikap disiplin yang baik sangat berpengaruh terhadap kepribadian seseorang. Terutama bagi siswa yang sedang membentuk kepribadiannya, maka dari itu kondisi lingkungan sekolah dan lingkungan keluarga memiliki pengaruh yang kuat terhadap pembentukan kepribadian siswa. Lingkungan sekolah yang tertib, teratur, dan disiplin memiliki peran penting dalam membangun kepribadian yang baik. Selain lingkungan sekolah, untuk membangun kepribadian yang baik diperlukan lingkungan keluarga yang memiliki sikap disiplin yang baik, sehingga siswa setiap harinya akan terlatih untuk bertindak disiplin dan penuh tanggung jawab.

## 3) Melatih kepribadian

Disiplin berfungsi untuk melatih kepribadian siswa. Siswa harus berada pada lingkungan yang baik untuk berlatih membiasakan diri bersikap disiplin. Lingkungan yang dimaksud ialah lingkungan dimana terdapat individu-individu yang memiliki sikap disiplin dan dijadikan tauladan

oleh siswa. Pada lingkungan sekolah siswa biasanya meniru sikap dari guru yang siswa segani, maka dari itu guru harus memberikan contoh sikap disiplin dan bertanggung jawab kepada siswa, sehingga siswa akan melatih kepribadiannya dengan meniru sikap disiplin dari guru tersebut.

#### 4) Pemaksaan

Disiplin dapat berfungsi sebagai pemaksaan kepada seseorang untuk mengikuti peraturan-peraturan yang berlaku di lingkungan itu. Pemaksaan ini berdampak positif, karena dengan dipaksanya seseorang untuk berperilaku disiplin, akan membuat orang tersebut terlatih mengikuti aturan-aturan yang ada di lingkungannya. Bentuk pemaksaan yang ada di sekolah yaitu siswa yang tidak mengikuti aturan yang ada di sekolah dan bersikap tidak disiplin akan diberikan hukuman atau sanksi sesuai dengan pelanggaran yang dilakukan.

#### 5) Hukuman

Hukuman ialah sanksi yang diberikan kepada siswa saat melanggar atau tidak mentaati aturan-aturan yang ada di lingkungannya. Dengan adanya sanksi tersebut siswa akan merasa takut untuk melanggar aturan yang ada, maka dari itu bentuk dan jenis hukuman disesuaikan dengan jenis pelanggaran yang dilakukan oleh siswa. Hukuman yang diberikan kepada siswa yang tidak disiplin bertujuan untuk memberikan dorongan kepada siswa agar mentaati aturan-aturan yang ada di lingkungannya.

6) Menciptakan lingkungan kondusif

Lingkungan pendidikan yang kondusif adalah lingkungan yang nyaman, tenang, dan tidak ada gangguan dalam melaksanakan proses pembelajaran, sehingga siswa dan guru dapat melaksanakan proses belajar mengajar dengan baik. Untuk mewujudkan terciptanya lingkungan sekolah yang kondusif maka pihak sekolah membuat peraturan sekolah yang diterapkan bagi semua pihak sekolah.<sup>53</sup>

**d. Bentuk-bentuk Kedisiplinan**

- 1) Disiplin dalam belajar. Adapun cara belajar yang efisien dan mendukung kedisiplinan belajar adalah dengan cara belajar sungguh-sungguh selama-lamanya 2-4 jam sehari dengan teratur. Disiplin dalam belajar merupakan suatu kondisi yang sangat penting dan menemukan keberhasilan seseorang siswa dalam proses belajarnya.
- 2) Disiplin dalam menaati peraturan dan tata tertib sekolah. Untuk menjamin kelancaran dan ketertiban proses pendidikan, pendidik disekolah menyusun tata tertib yang berisi peraturan-peraturan yang harus ditaati oleh seluruh siswa yang ada. Peraturan yang ada harus dipahami dan ditaati oleh semua pihak di sekolah, misalnya siswa tidak boleh bercakap-cakap atau mondar-mandir dalam kelas karena dapat mengganggu jalannya proses belajar mengajar.

---

<sup>53</sup> Siska Yuliantika, "Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Disiplin Belajar Siswa Kelas X, Xi, Dan Xii Di Sma Bhakti Yasa Singaraja Tahun Pelajaran 2016/2017," *Jurnal Pendidikan Ekonomi Undiksha* 9, no. 1 (2017): 35, <https://doi.org/10.23887/jjpe.v9i1.19987>.

- 3) Disiplin terhadap pemanfaatan waktu. Salah satu masalah yang sering dihadapi oleh pelajar atau siswa adalah banyak pelajar atau siswa yang mengeluh kekurangan waktu untuk belajarnya, tetapi mereka sebenarnya kurang memiliki keteraturan dan disiplin untuk mempergunakan waktu secara efisien. Banyak waktu yang terbuang-buang disebabkan karena mengobrol omongan-omongan yang tidak habis-habisan. Sikap yang demikian itu harus ditinggalkan oleh siswa karena yang demikian itu tidak bermanfaat baginya.<sup>54</sup>

#### e. Indikator Kedisiplinan

Kedisiplinan berkaitan dengan pengendalian diri. Kedisiplinan yang sudah terbentuk dalam pribadi anak, diharapkan dapat meringankan beban orangtua untuk mengontrol perilaku yang negatif dan di lingkungan sekolah, disiplin dapat mengarahkan dan mengendalikan aktivitas anak dalam proses belajar mengajar, sehingga hasil belajar meningkat. Anak yang berdisiplin adalah anak yang dapat mengontrol diri (*self control*). Kontrol diri dapat diketahui dari beberapa indikator, antara lain: berkemampuan mengendalikan perilaku dan emosi, mematuhi peraturan yang berlaku, mencegah diri dari perilaku yang tidak sesuai, bersabar, dan fokus mengerjakan tugas. Sebagaimana Bergin & Bergin mengatakan bahwa "*Self control the ability to control one's own behavior and emotions, obey rules, inhibit inappropriate action, and focus attention*".

Rusyan, Sutisna & Hidayat, Orang yang berdisiplin memiliki ciri melakukan sesuatu tugas atau kegiatan

---

<sup>54</sup> Ayatullah, "Pendidikan Kedisiplinan Siswa Madrasah Aliyah," *Pandawa* 2, no. 2 (2020): 218–39, <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/pandawa/article/view/767>.

dengan teratur sesuai waktu yang ditentukan tanpa ada paksaan atau kesadaran sendiri. Dalam konteks lingkungan sekolah, anak yang berdisiplin adalah anak yang taat terhadap tata tertib sekolah. Tata tertib sekolah tersebut meliputi: (1) mematuhi peraturan sekolah; (2) mengindahkan petunjuk-petunjuk berlaku di sekolah; (3) tidak berbohong; (4) berkelakuan baik; (5) mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru; (6) tepat waktu masuk kelas sesuai jadwal pelajaran; (7) tidak meninggalkan kelas saat berlangsung proses belajar mengajar dan; (8) tidak membuat keributan dalam kelas supaya tidak mengganggu konsentrasi saat proses belajar mengajar. Abu, dkk (1989: 197) mengidentifikasi beberapa indikator ketertiban sebagai bagian dari sikap disiplin siswa di sekolah, antara lain: masuk dan pulang sesuai jam pelajaran; mengenakan pakaian seragam sesuai ketentuan dari pihak sekolah; membayar uang sekolah; bertegur sapa; sederhana dalam berhias; menepati janji; tepat waktu; mematuhi ketentuan-ketentuan yang ada di sekolah; dan sopan santun dalam pergaulan.

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa kedisiplinan siswa di sekolah dapat ditinjau dari beberapa aspek, yaitu ketertiban, kemampuan mengendalikan diri, dan kemampuan berkonsentrasi. Ketertiban indikatornya adalah datang dan pulang tepat waktu, hadir di kelas sesuai jadwal pelajaran yang ditentukan pihak sekolah dan tidak meninggalkan kelas saat berlangsung proses belajar mengajar. Aspek kemampuan mengendalikan diri terdiri atas beberapa indikator antara lain: mengumpulkan tugas tepat waktu, bersikap tenang dalam proses belajar mengajar dan; tidak berbohong (jujur). Aspek kemampuan berkonsentrasi mempunyai indikator, mengerjakan tugas dengan baik fokus

mengerjakan tugas, memperhatikan penjelasan guru dan aktif dalam kegiatan belajar mengajar.<sup>55</sup>

#### **f. Faktor Yang Mempengaruhi Kedisiplinan**

Faktor-faktor yang mempengaruhi terciptanya disiplin dibagi menjadi dua yaitu :

- 1) Faktor Internal. Faktor ini merupakan elemen yang berasal dari dalam sekolah itu sendiri, baik dari kepala sekolah, guru, karyawan dan siswa. Kedisiplinan yang dipengaruhi faktor internal ini meliputi :
  - a) Minat, adalah kesediaan jiwa yang sifatnya aktif untuk menerima sesuatu dari luar. Seorang guru atau siswa yang memiliki perhatian yang cukup dan kesadaran yang baik terhadap aturan-aturan yang ditetapkan sekolah akan berpengaruh terhadap kesadaran mereka dalam melakukan perilaku disiplin di sekolah.
  - b) Emosi, adalah suatu keadaan yang mempengaruhi dan menyertai penyesuaian di dalam diri secara umum, keadaan yang merupakan penggerak mental dan fisik bagi individu dan dapat dilihat melalui tingkah laku luar.
- 2) Faktor Eksternal. Faktor ini memiliki ruang lingkup yang lebih luas dalam mempengaruhi kedisiplinan di sekolah. Faktor ini meliputi:
  - a) Sanksi dan hukuman. Menurut Kartono, bahwa “hukuman adalah perbuatan yang secara intensional diberikan sehingga menyebabkan penderitaan lahir batin diarahkan untuk

---

<sup>55</sup> Muhammad Sobri and Moerdiyanto Moerdiyanto, “Pengaruh Kedisiplinan Dan Kemandirian Belajar Terhadap Hasil Belajar Ekonomi Madrasah Aliyah Di Kecamatan Praya,” *Harmoni Sosial: Jurnal Pendidikan IPS* 1, no. 1 (2014): 43–56, <https://doi.org/10.21831/hsjpi.v1i1.2427>.

membuka hati nurani dan penyadaran si penderita akan kesalahannya”. Fungsi hukuman dalam pendidikan sebagai alat untuk memberikan sanksi kepada guru, siswa dan komponen sekolah lainnya terhadap pelanggaran yang telah dilakukan, sehingga sanksi atau hukuman ini adalah sebagai bentuk penyadaran. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh Arikunto dengan teori sistem motivasi yaitu teori yang mengatakan bahwa: “Jika individu mendapat hukuman, maka akan terjadi perubahan dalam sistem motivasi dalam diri individu. Perubahan yang terjadi dalam sistem motivasi tersebut mengakibatkan penurunan pada individu untuk mengulangi atau menurunkan frekuensi perilaku dan tindakan yang berhubungan dengan timbulnya hukuman yang bersangkutan”.

- b) Situasi dan kondisi sekolah. Rakhmat menyatakan bahwa faktor situasional sangat berpengaruh pada pembentukan perilaku manusia seperti faktor ekologis, faktor rancangan dan arsitektural, faktor temporal, suasana perilaku dan faktor sosial. Tetapi manusia memberikan reaksi yang berbeda-beda terhadap situasi yang dihadapinya sesuai dengan karakteristik personal yang dimilikinya. Perilaku manusia memang merupakan hasil interaksi yang menarik antara keunikan individu dengan keunikan situasional.<sup>56</sup>

---

<sup>56</sup> Ihsan Mz, “Peran Konsep Diri Terhadap Kedisiplinan Siswa.” *NALAR: Jurnal Peradaban dan Pemikiran Islam* 2, no. 1 (2018): 1, <https://doi.org/10.23971/njppi.v2i1.915>.

## DAFTAR RUJUKAN

- Ahmad Putra. “Dakwah Melalui Konseling Individu.” *ENLIGHTEN (Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam)* 2, no. 2 (2019): 97–111. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v2i2.1201>.
- Amiluddin. “KONSELING INDIVIDU MEMBENTUK PRIBADI BERKARAKTER SISWA DI SMA NEGERI 2 BARRU Amiluddin SMA Negeri 2 Barru Corresponding Author: Amiluddink@gmail.Com Pendahuluan Bimbingan Dan Konseling Merupakan Kegiatan Yang Bersumber Pada Kehidupan Manusia . Kenyataan.” *Bimbingan Dan Konseling* 7, no. 2 (2020): 103–13.
- Ayatullah. “Pendidikan Kedisiplinan Siswa Madrasah Aliyah.” *Pandawa* 2, no. 2 (2020): 218–39. <https://ejournal.stitpn.ac.id/index.php/pandawa/article/view/767>.
- Bachri, Bachtiar S. “Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif.” *Teknologi Pendidikan* 10 (2010): 46–62.
- Chairunnisya, Chairunnisya, Sugiyo Sugiyo, Anwar Sutoyo, Jl Raden Pemuka, Gg Hi Bakrie, and Bandar Lampung. “Jurnal Bimbingan Konseling The Effectiveness of Islamic-Based Rational Emotive Behavior Therapy Group Counseling to Improve Discipline and Reduce Student’s Procrastination.” *Jurnal Bimbingan Konseling* 11, no. 3 (2022): 152–58. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk>.
- Damayanti, Rika, and Tri Aeni. “Efektivitas Konseling Behavioral Dengan Teknik Modeling Untuk Mengatasi Perilaku Agresif Pada Peserta Didik Kelas VIII B SMP Negeri 07 Bandar Lampung.” *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)* 3, no. 1 (2016): 1–10. <https://doi.org/10.24042/kons.v3i1.572>.
- Danuri, and Siti Maisaroh. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Edited by Iviana C. *Samudra Biru*. 1st ed. Yogyakarta: Samudra Biru

(Anggota IKAPI), 2019.

- Dasmaniar, Dasmaniar. “Survey Tentang Masalah-Masalah Yang Dihadapai Oleh Siswa Kelas Viii Smp Negeri 1 Inuman.” *JURNAL PAJAR (Pendidikan Dan Pengajaran)* 2, no. 1 (2018): 65. <https://doi.org/10.33578/pjr.v2i1.4879>.
- Edison, E. “Pengembangan Model Konseling Islami Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Siswa Di Sma Negeri 8 Makassar,” 2018.  
[http://eprints.unm.ac.id/11508/%0Ahttp://eprints.unm.ac.id/11508/1/JURNAL TESIS EDISON.pdf](http://eprints.unm.ac.id/11508/%0Ahttp://eprints.unm.ac.id/11508/1/JURNAL%20TESIS%20EDISON.pdf).
- Ellis, Debbie Joffe, and Albert Ellis. “Rational Emotive Behavioural Therapy: The Evolution of a Revolution.” *Europe’s Journal of Psychology* 11, no. 1 (2015): 7–15.  
<https://doi.org/10.5964/ejop.v11i1.911>.
- Erlina, Nova, and Devi Novita Sari. “Pengaruh Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (Rebt) Terhadap Peningkatan Kecerdasan Emosional Pada Peserta Didik Kelas VIII SMPN 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2015/2016.” *Konseli* 3, no. 2 (2016): 303–16.
- Gantina Komalasari, Eka Wahyuni, Karsih, Teori dan Teknik Konseling. Jakarta : Indeks , .2011,.
- Hazran Milatillah. “RASIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT) UNTUK MEREDUKSI KECANDUAN GAME ONLINE PADA PESERTA DIDIK SMP.” *Quanta* 3, no. 1 (2019): 44–51. <https://doi.org/10.22460/q.v1i1p1-10.497>.
- Husni, Muhammad. “Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme” 2, no. Al-Ibrah (2017): 63.
- Kirom, Askhabul. “PERAN GURU DAN PESERTA DIDIK DALAM PROSES PEMBELAJARAN BERBASIS MULTIKULTURAL.” *Al-Murabbi: Jurnal Pendidikan Agama Islam* 3, no. 1 (2017): 74–75.  
<https://doi.org/http://jurnal.yudharta.ac.id/v2/index.php/pai>.
- Lestari, Fitria Nindy, and Wisda Miftakhul’Ulum. “Analisis Bentuk

- Kedisiplinan Siswa Dalam Mengikuti Kegiatan Belajar Dengan Motivasi Belajar Siswa Kelas IV SDN I Gondosuli Gondang.” *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara* 5, no. 2 (2020): 318–29. <https://doi.org/10.29407/jpdpn.v5i2.13554>.
- Lianawati, Ayong. “Implementasi Keterampilan Konseling Dalam Layanan Konseling Individual.” *Indonesian Counselor Association Journal* 3 (2017): 190–95. <http://jambore.konselor.org/>.
- Melati, Reni Sofia, Sekar Dwi Ardianti, and Much Arsyad Fardani. “Analisis Karakter Disiplin Dan Tanggung Jawab Siswa Sekolah Dasar Pada Masa Pembelajaran Daring.” *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan* 3, no. 5 (2021): 3062–71. <https://edukatif.org/index.php/edukatif/article/view/1229>.
- Mustika Sari, Yeni Karneli, and Netrawati. “PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT) UNTUK MENGATASI SELF IMAGE NEGATIF PADA REMAJA : Studi LIBRARY RESEARCH.” *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Sosial* 1, no. 4 (2022): 442–51. <https://doi.org/10.58540/jipsi.v1i4.92>.
- Mz, Ihsan. “Peran Konsep Diri Terhadap Kedisiplinan Siswa.” *NALAR: Jurnal Peradaban Dan Pemikiran Islam* 2, no. 1 (2018): 1. <https://doi.org/10.23971/njppi.v2i1.915>.
- Nurdin Usman, Konteks Implementasi Berbasis Kurikulum., Jakarta, : PT. Raja Grafindo, 2002,.
- Nugrahani Farida and M. Hum. “METODE PENELITIAN KUALITATIF Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa.” *Library.Stiba* 1, no. 1 (2014): 305. <http://e-journal.usd.ac.id/index.php/LLT%0Ahttp://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/viewFile/11345/10753%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.758%0Awww.iosrjournals.org>.
- OKTARIYANI, K T, G S SEDANAYASA, and ... “Penerapan Konseling Rasional Emotif Dengan Teknik Assertive Adaptif Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Bagi Siswa Indisipliner Kelas Xbogal Smk Negeri 1 Seririt.” *Jurnal Ilmiah* ..., 2013.

- <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JIBK/article/view/904>.
- Rahayu, Fitriani. “Rancangan Intervensi REBT Dalam Meningkatkan Kedisiplinan Santriwati Di Ponpes Miftahunnajah Yogyakarta.” *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 3, no. 2 (2019): 109. <https://doi.org/10.29240/jbk.v3i2.1045>.
- Saputri, Siti Wahyuningsih, Mira Mareta, and Iqbal Bafadal. “DEVELOPMENT OF RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY STUDENT DISCIPLINE” 12, no. June (2023): 91–98.
- Sobri, Muhammad, and Moerdiyanto Moerdiyanto. “Pengaruh Kedisiplinan Dan Kemandirian Belajar Terhadap Hasil Belajar Ekonomi Madrasah Aliyah Di Kecamatan Praya.” *Harmoni Sosial: Jurnal Pendidikan IPS* 1, no. 1 (2014): 43–56. <https://doi.org/10.21831/hsjpi.v1i1.2427>.
- Sugiarto, Ahmad Pujo, Tri Suyati, and Padmi Dhyah Yulianti. “Faktor Kedisiplinan Belajar Pada Siswa Kelas X Smk Larenda Brebes.” *Mimbar Ilmu* 24, no. 2 (2019): 232. <https://doi.org/10.23887/mi.v24i2.21279>.
- Sugiyono, Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta. 2013
- Syamsu Yusuf and Juantika Nurihson, Landasan Bimbingan dan Konseling. Bandung : Remaja Rosda Karya. 2011.
- Thahir, Andi, and Dede Rizkiyani. “Pengaruh Konseling Rational Emotif Behavioral Therapy (REBT) Dalam Mengurangi Kecemasan Peserta Didik Kelas VIII SMP Gajah Mada Bandar Lampung.” *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)* 3, no. 2 (2017): 197–206. <https://doi.org/10.24042/kons.v3i2.560>.
- Wijaya, Firad. “Konseling Individual Dalam Mengatasi Kenakalan Siswa Di Madrasah Tsanawiyah Negeri 1 Yogyakarta.” *Al-Tazkiah* 6, no. 2 (2017): 95–110.
- Wirantasa, Umar. “Pengaruh Kedisiplinan Siswa Terhadap Prestasi Belajar Matematika.” *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan*

*MIPA* 7, no. 1 (2017): 83–95.  
<https://doi.org/10.30998/formatif.v7i1.1272>.

Yuliantika, Siska. “Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Disiplin Belajar Siswa Kelas X, Xi, Dan Xii Di Sma Bhakti Yasa Singaraja Tahun Pelajaran 2016/2017.” *Jurnal Pendidikan Ekonomi Undiksha* 9, no. 1 (2017): 35.  
<https://doi.org/10.23887/jjpe.v9i1.19987>.

