

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN  
PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT)  
UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK  
KELAS VIII SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG  
TAHUN PELAJARAN 2018/2019**



**SKRIPSI**

**Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**Oleh:**

**VIANURI FADILAH  
NPM : 1411080149**

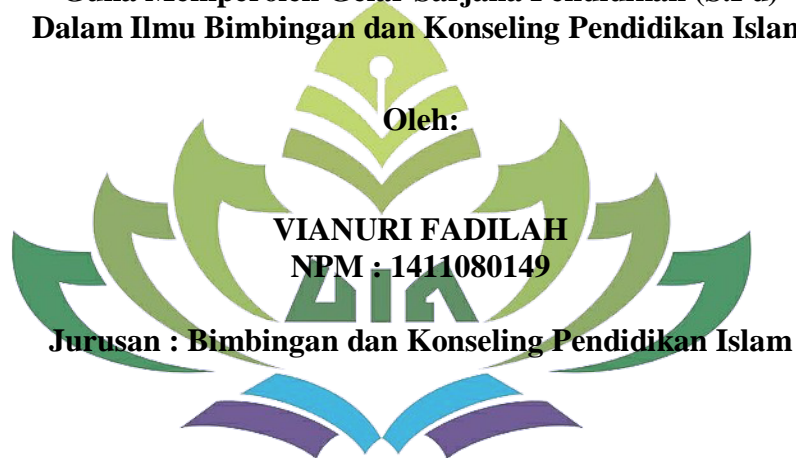
**Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1440/2018**

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN  
PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT)  
UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK  
KELAS VIII SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG  
TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Dalam Ilmu Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**



**Pembimbing I : Dr. H. Ahmad Bukhari Muslim, LC.M.A**  
**Pembimbing II : Nova Erlina, S.IQ., M.Ed**

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG  
1440/2018**

## ABSTRAK

### EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT) UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2018/2019

Oleh :  
VIANURI FADILAH  
1411080149

Motivasi dalam proses belajar mengajar didunia pendidikan merupakan suatu hal yang berperan penting untuk menunjang tercapainya keefektifan dalam mengoptimalkan kemampuan peserta didik. Dalam megoptimalkan kemampuan peserta didik pada proses belajar tidak semua peserta didik memiliki motivasi belajar yang tinggi. Namun terdapat juga peserta didik yang memiliki motivasi belajar rendah, hal ini terdapat di SMP PGRI 6 Bandar Lampung. Rendah nya motivasi belajar peserta didik dilatar belakangi oleh banyak faktor penyebab salah satunya adalah persepsi kognitif peserta didik itu sendiri terhadap kemampuan yang dimilikinya sehingga keberhasilan belajar tidak mencapai tujuan yang diharapkan.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keefektifan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019. Jenis penelitian yang digunakan adalah *Quasi experimental* dengan desain *Non Equivalent Control Group Design*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 16 peserta didik 8 sebagai kelompok eksperimen dan 8 peserta didik sebagai kelompok kontrol

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada peserta didik kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung diketahui rata-rata *Pre-Test* pada kelompok kontrol 52,75 sedangkan pada kelompok eksperimen 50,75 setelah diberikan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) pada kelompok eksperimen rata-rata *Pos-Test* 104,13 sedangkan pada kelompok kontrol yang diberikan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Clent Center* 93,25. Peningkatan motivasi belajar dapat dilihat pada data kelompok kontrol menunjukkan N-Gain sebesar 0,57 yang termasuk dalam kategori sedang dan kelompok eksperimen dengan N-Gain sebesar 0.77 yang termasuk dalam kategori tinggi. Jadi dapat disimpulkan bahwa *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Efektif untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII di SMP PGRI 6 Bandar Lampung.

**Kata Kunci** : Konseling Kelompok, *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), Motivasi Belajar



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS ISLAM**

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

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi**: **EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT) UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

**Nama**: **VIANURI FADILAH**  
**NPM**: **1411080149**  
**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**

**Dr. H. Ahmad Bukhari Muslim, LC.M.A**  
**NIP. 196212271996031001**

**Pembimbing II**

**Nova Erlina, S.O., M.Ed**  
**NIP. 197811142009122003**

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**

**Andi Thahir, M.A., Ed.D**  
**NIP. 197604272007011015**



**KEMENTERIAN AGAMA**

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

**Jl. Let. Kol. H. Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp.0721 703260 Fax 780422**

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul **“EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT) UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VIII SMP PGRI 6 BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2018/2019”**, disusun oleh **VIANURI FADILAH, NPM: 1411080149**, Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam. Telah diujikan dalam sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada hari Senin, 22 Oktober 2018.

**TIM MUNAQOSYAH**

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

**Sekretaris : Mega Aria Monica, M.Pd** (.....)

**Penguji Utama : Drs. Yahya AD, M.Pd** (.....)

**Penguji Pendamping I : Dr. H.Ahmad Bukhari Muslim, LC, M.A**(.....)

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

**Mengetahui,  
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan**



**Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd**

**NIP. 19560810 1987031001**

## MOTTO

مَنْ جَاءَ بِالْحَسَنَةِ فَلَهُ عَشْرُ مِثَالِهَا ۖ وَمَنْ جَاءَ بِالسَّيِّئَةِ فَلَا تُجْزَىٰ إِلَّا مِثْلَهَا

وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ ﴿١٦٠﴾

*Barangsiapa membawa amal yang baik, Maka baginya (pahala) sepuluh kali lipat amalnya; dan Barangsiapa yang membawa perbuatan jahat Maka Dia tidak diberi pembalasan melainkan seimbang dengan kejahatannya, sedang mereka sedikitpun tidak dianiaya (dirugikan).<sup>1</sup>*

(Q.S.Al-An'am:160)



---

<sup>1</sup> Departemen Agama RI, *Al-Quran dan terjemah* (Bandung:CV Penerbit Diponegoro ,2006,)h.112

## PERSEMBAHAN

Alhamdulillah hirobbil'alamin. Sujud syukurku yang tiada kira ku persembahkan sekripsi ini kepada :

1. Kedua orang tuaku tercinta Bapak Iskandar dan Ibu Siti Solikah yang tiada pernah hentinya selama ini memberikan semangat, nasehat dan kasih sayang, lantunan doa serta dukungan baik moril, materil yang tak tergantikan hingga penulis selalu kuat menjalani rintangan yang ada didepanku.
2. Adikku tersayang Asma'ul Fauzi yang selalu memberikan semangat dan dukungan dalam setiap langkahku berkat dukungan dan doanya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
3. Almamater tercinta Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.

## RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama lengkap Vianuri Fadilah, lahir di Segala Mider, Kecamatan Pubian, Kabupaten Lampung Tengah pada tanggal 05 Januari 1996. Penulis merupakan anak pertama dari dua bersaudara dari pasangan suami istri Bapak Iskandar dan Ibu Siti Solikah.

Pendidikan yang ditempuh oleh penulis antara lain yaitu di TK Aisyiyah Bustanul Atfhal, Kecamatan Pubian, Kabupaten Lampung Tengah selesai pada tahun 2002. Kemudian melanjutkan pendidikan di SDN 02 Segala Mider, Kecamatan Pubian, Lampung Tengah, lulus pada tahun 2008. Kemudian penulis melanjutkan pendidikan di SMP PGRI 04 Pubian, lulus pada tahun 2011. Setelah itu penulis kembali melanjutkan pendidikan di MAN 1 Pringsewu, lulus pada tahun 2014.

Pada tahun 2014 penulis terdaftar sebagai mahasiswa Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung melalui jalur SPAN-PTKIN pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam.

Pada tahun 2017 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Sukamulya, Kecamatan Banyumas, Kabupaten Pringsewu selama 40 hari. Selanjutnya melaksanakan Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 25 Bandar Lampung.



## KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil'alamin

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan ridha-Nya yang telah memberikan kesehatan dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019”.

Sholawat teriring salam semoga tercurahkan kepada nabi besar kita Muhammad SAW yang telah membawa kita semua dari alam kegelapan menuju kepada alam yang terang benderang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti sekarang ini.

Skripsi ini merupakan salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Negeri Raden Intan Lampung. Penyelesaian skripsi ini tentunya tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu, peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Chairul Anwar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung;
2. Andi Thahir, M.A.,Ed.D selaku Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang telah mendidik dan memberikan

ilmu pengetahuan selama menuntut ilmu di Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Raden Intan Lampung;

3. Dr.Oki Dermawan, M.Pd selaku Sekretaris Jurusan yang telah mendidik dan memberikan ilmu pengetahuan selama menuntut ilmu di Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam UIN Raden Intan Lampung;

4. Dr. H. Ahmad Bukhari Muslim, LC.M.A dan Nova Erlina, SIQ., M.Ed selaku selaku pembimbing I dan pembimbing II, terimakasih yang telah membimbing dan memberikan arahan dalam penulisan skripsi ini dengan penuh kesabaran, keikhlasan serta terus memberikan motivasi untuk terus semangat dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga dengan ilmu yang diberikan dapat menjadi barokah dan bermanfaat bagi penulis dan lainnya.

5. Seluruh dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, yang telah membekali penulis dengan berbagai macam ilmu pengetahuan, serta memberikan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan *study*.

6. Pimpinan dan karyawan perpustakaan pusat UIN Raden Intan Lampung, perpustakaan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan informasi, data, referensi dan lain-lain.

7. Sugiono S.Pd. Selaku Kepala Sekolah, di SMP PGRI 6 Bandar Lampung serta Bapak Ibu Dewan Guru, yang telah sudi kiranya memberikan izin penulis untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut.
8. Irma Nilawata S.Pd Selaku Guru Bimbingan dan Konseling SMP PGRI 6 Bandar Lampung yang telah membantu dan memberikan pengarahan dalam melaksanakan penelitian.
9. Sahabat - sahabatku, yang sangat luar biasa yang mampu bertahan dalam kondisi apapun yang selalu menemaniku dan membantuku disaat senang maupun sedih. Tak ada kata-kata yang mampu kuungkapkan kecuali terima kasih dan kini kalian telah hadir dalam sebagian hidupku yang menjadikan kita sebagai saudara, sahabat ku Engga Dwi Apriani, Shofiya Mazab, Jainah Alfiyatun Ni'mah, Aprodelta Maharani, Riska Aulia, Siti Amsanah, Yesi Marselina, Anggis Pratiwi, Siti Nurwidayati terimakasih telah menemani perjuanganku selama ini dengan penuh keikhlasan.
10. Keluarga besarku Ridwan *Family* dan Jumani *Family* serta Sahabat kecilku yang selalu memberikan semangat Irawan, Romanto tak lupa Mb.Sepupu yang selalu menemaniku kemanapun pergi Ria Gusnia Anggun, adik sepupuku Hani Damayanti semoga persahabatan ini menjadikan tali silaturahmi kita tetap kokoh dan menjadikan kita sebagai pribadi yang berkualitas didunia maupun akhirat..

11. Sahabat seperjuangan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam angkatan 2014 khusus nya kelas C yang telah menemani dari awal kuliah hingga akhir. Yang selalu memberikan dorongan serta semangat dalam kegiatan perkuliahan khususnya dalam penulisan skripsi ini. Semoga ilmu yang kita dapatkan dalam bangku perkuliahan ini bermanfaat dan berkah dunia dan akhirat.

12. Dan semua pihak yang turut serta membantu menyelesaikan skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Semoga Allah SWT selalu melindungi, memberikan rahmat dan hidayah nya kepada kita.

Dengan mengucapkan terima kasih, penulis mengucapkan atas segala bantuan yang tulus yang telah diberikan. Semoga kebaikan yang telah diberikan menjadi ladang pahala bagi kita semua. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya, terutama bagi kemajuan pendidikan pada masa sekarang dan yang akan datang. Amiin yarobbal ‘Alamin.

Bandar Lampung, 14 Agustus 2018  
Penulis

**Vianuri Fadilah**  
**NPM.1411080149**

## DAFTAR ISI

Halaman

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

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	12
C. Batasan Masalah.....	12
D. Rumusan Masalah.....	13
E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian.....	13
F. Ruang Lingkup Penelitian.....	14

### BAB II LANDASAN TEORITIS

A. Teori Konseling Kelompok	
1. Pengertian Konseling Kelompok.....	15
2. Tujuan Konseling Kelompok.....	17
3. Manfaat Konseling Kelompok.....	18
4. Ciri-ciri Ketua Kelompok yang Berkesan.....	19
5. Keterampilan yang harus dikuasai oleh Ketua Kelompok.....	20
6. Komponen – komponen Konseling Kelompok.....	22
7. Perbedaan Konseling Kelompok dengan Bimbingan Kelompok.....	23
8. Teknik Layanan Konseling Kelompok.....	25
9. Asas – asas Konseling Kelompok.....	25
10. Tahap – tahap Pelaksanaan Konseling Kelompok.....	27

B. Teori <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT)	
1. Konsep Dasar REBT .....	28
2. Pandangan REBT Terhadap Manusia .....	30
3. Tujuan Konseling REBT .....	32
4. Peran dan Fungsi Konselor.....	33
5. Teknik – teknik REBT .....	33
6. Kelemahan dan Kelebihan REBT .....	37
7. Tahap – tahap Konseling REBT.....	38
C. Motivasi Belajar	
1. Pengertian Motivasi Belajar.....	39
2. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar.....	41
3. Fungsi Motivasi Belajar .....	44
4. Macam – macam Motivasi Belajar .....	45
5. Pentingnya Motivasi Dalam Belajar .....	45
6. Cara Meningkatkan Motivasi Belajar .....	46
D. Kerangka Berfikir .....	49
E. Hipotesis Penelitian .....	51
F. Penelitian Relevan .....	52
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Metode Penelitian .....	57
B. Jenis Penelitian.....	58
C. Desain Penelitian.....	58
D. Variabel Penelitian .....	61
E. Definisi Oprasional .....	62
F. Lokasi, Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling .....	65
G. Teknik Pengumpulan Data .....	67
H. Pengembangan Instrumen Penelitian.....	70
I. Tahapan Pemberian Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan REBT Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar. ....	76
J. Tahapan Pemberian Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan <i>Client Center</i> Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar.....	80

K. Teknik Pengolahan dan Analisis Data .....	84
--	----

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

A. Hasil Penelitian.....	89
1. Profil Umum Motivasi Belajar .....	90
2. Efektivitas pelaksanaan Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan REBT .....	96
3. Hasil Uji <i>post-test</i> Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan REBT Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar .....	116
B. Pembahasan Hasil Penelitian .....	121
C. Keterbatasan Penelitian.....	126

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

1. Kesimpulan .....	128
2. Saran .....	129

<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>131</b>
-----------------------------	------------

#### **LAMPIRAN**



## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Gambaran Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII D SMP PGRI 6 Bandar Lampung.....	7
2. Gambaran Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII E SMP PGRI 6 Bandar Lampung.....	8
3. Definisi Oprasional .....	63
4. Jumlah Populasi Penelitian .....	65
5. Skor Alternatif Jawaban.....	69
6. Kriteria Motivasi Belajar Rendah .....	70
7. Kisi – Kisi Instrumen .....	71
8. Hasil Uji Validitas Instrumen Motivasi Belajar .....	74
9. Kriteria Reliabilitas .....	76
10. Tabel Kriteria N-Gain .....	88
11. Gambaran Umum Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung.....	90
12. Kategori Motivasi Belajar .....	91
13. Persentase Motivasi Belajar Peserta Didik Perindikator Kelas Eksperimen .....	92
14. Persentase Motivasi Belajar Peserta Didik Per Indikator Kelompok Kontrol .....	93
15. Uji Normalitas <i>Post-Test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok	



Kontrol .....	117
16. Uji Homogenitas Data <i>Post-Test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	118
17. Uji t Data <i>Pos-Test</i> Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	119
18. Rekapitulasi N-Gain.....	120



## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Berfikir Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan REBT Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik .....	50
2. Pola <i>Non-Equivalent Control Grup Design</i> .....	59
3. Variabel Penelitian .....	62
4. Grafik Motivasi Belajar Peserta Didik Perindikator Kelompok Eksperimen.....	95
5. Grafik Motivasi Belajar Peserta Didik Perindikator Kelompok Kontrol .....	94
6. Grafik Motivasi Belajar Peserta Didik Perindikator Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol .....	95
7. Grafik Rekapitulasi Hasil N-Gain.....	121



## DAFTAR LAMPIRAN

1. Lampiran 1 : Kuesioner Motivasi Belajar
2. Lampiran 2 : Kisi-Kisi Wawancara
3. Lampiran 3 : Pedoman Observasi
4. Lampiran 4 : Rencana Pelaksanaan Layanan
5. Lampiran 5 : Lembar Kepuasan Konseli
6. Lampiran 6 : *Scrip* Proses Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan REBT Dengan Tema Motivasi Belajar
7. Lampiran 7 : Daftar Hadir Peserta Didik Konseling Kelompok Kelompok Eksperimen
8. Lampiran 8 : Daftar Hadir Peserta Didik Konseling Kelompok Kelompok Kontrol
9. Lampiran 9 : Lembar Persetujuan Responden
10. Lampiran 10 : Hasil Uji Validitas
11. Lampiran 11 : R tabel
12. Lampiran 12 : Hasil Penyebaran Angket Seluruh Peserta Didik
13. Lampiran 13 : Hasil Penyebaran Angket *Pre- Test* Motivasi Belajar
14. Lampiran 14: Hasil Penyebaran Angket *Pos-Test* Motivasi Belajar
15. Lampiran 15: Persentase Kelompok Kontrol dan Eksperimen
16. Lampiran 16 : Hasil Uji t *Pri-Test* Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen

17. Lampiran 17 : Hasil Uji t *Pos-Test* Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen
18. Lampiran 18 : Hasil Uji t N-Gain
19. Lampiran 19 : Data Hasil N-Gain
20. Lampiran 20 : Surat Melaksanakan Penelitian
21. Lampiran 21 : Surat Balasan Melaksanakan Penelitian
22. Lampiran 22 : Surat Keterangan Validasi Angket
23. Lampiran 23 : Kartu Konsultasi Skripsi
24. Lampiran 24 : Dokumentasi Kegiatan



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Masalah belajar yang terjadi pada peserta didik merupakan masalah penting yang perlu mendapat perhatian yang cukup serius dari kalangan para guru. Hasil prestasi yang sangat memuaskan merupakan harapan dari semua pihak baik dari peserta didik maupun dari orang tua, hal ini menjadi sasaran yang harus dibenahi agar peserta didik mampu mencapai prestasi yang optimal. Motivasi belajar yang rendah merupakan salah satu contoh masalah yang seringkali dihadapi oleh peserta didik dalam proses belajar didunia pendidikan.

Hal ini sering kali menjadi pemicu rendahnya hasil belajar peserta didik dan mempengaruhi pengembangan kemampuan secara optimal. Keadaan ini dapat diterima apabila memang peserta didik memiliki keterbatasan dalam menyerap pelajaran dan gagal untuk berprestasi dengan baik. Akan tetapi, hal ini menjadi masalah jika peserta didik memiliki kecerdasan yang tinggi tetapi menunjukkan prestasi yang rendah. Pendidikan dapat berperan dalam mengembangkan dan

membentuk nilai-nilai moral, pendidikan juga merupakan pelopor sekaligus inspirator dalam memperbaiki moral bangsa.<sup>1</sup>

Hal ini ditegaskan dalam undang-undang sistem Pendidikan Nasional Indonesia Nomor 20 tahun 2003 yaitu: Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan membentuk watak serta peradaban bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar mampu menjadi manusia yang beriman dan bertawakal kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, cakap, kreatif, mandiri, warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.<sup>2</sup>

Secara umum prestasi belajar di Indonesia ditentukan oleh kemampuan kognitifnya dalam memahami suatu materi pelajaran yang ditentukan didalam kurikulum. Dalam proses pendidikan disekolah kegiatan belajar merupakan kegiatan yang paling pokok, dimana kegiatan ini berhasil atau tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung dari bagaimana proses belajar yang dialami oleh peserta didik.

Menurut Sumadi Suryabrata dalam buku psikologi pendidikan motivasi adalah keadaan yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna pencapai suatu tujuan.<sup>3</sup>

---

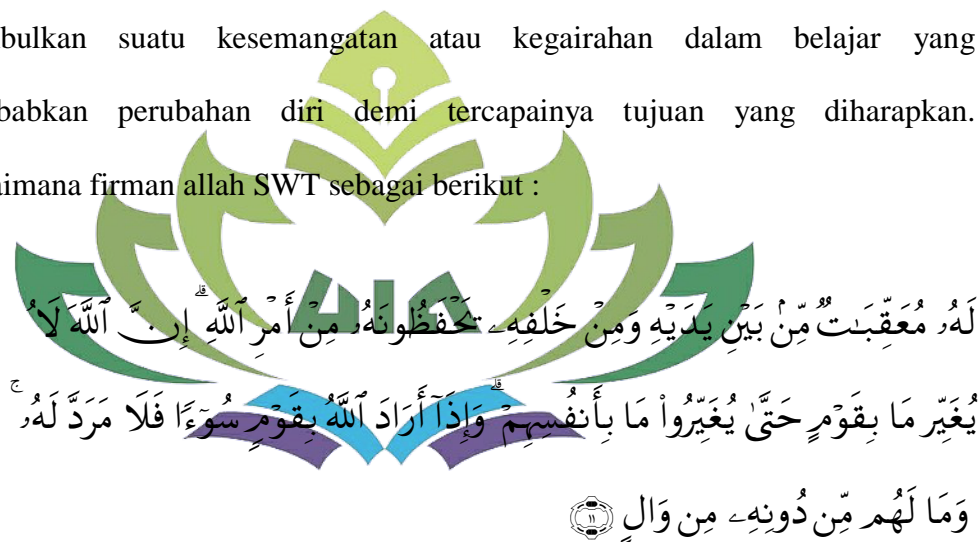
<sup>1</sup>Guntur cahaya kusuma. Refleksi model pendidikan pesantren dan tantangannya masa kini.02 (1)(2017) tersedia di <https://ejurnal.raden.intan.ac.id/index-php/tadris>.(15 Agustus 2018).h.67-79.

<sup>2</sup>Tim Redaksi,*Undang-Undang No tahun 2003 Tentang Pendidikan Nasional* (Jakarta:Sinar Grafika, 2004), h.3.

<sup>3</sup> Djaali. *psikologi pendidikan* (Jakarta:PT Bumi Aksara,2012),h.101

Didalam proses pembelajaran motivasi dan belajar merupakan dua hal yang saling mempengaruhi. Motivasi merupakan motor penggerak didalam diri seseorang atau kondisi psikologis seseorang untuk melakukan sesuatu demi tercapainya suatu tujuan. Sedangkan belajar merupakan proses perubahan dari yang tidak tahu menjadi tahu, dari tidak bisa menjadi bisa.

Jadi dapat disimpulkan dari pernyataan tersebut bahwa motivasi belajar merupakan keseluruhan daya penggerak didalam diri seseorang sehingga menimbulkan suatu kesemangatan atau kegairahan dalam belajar yang menyebabkan perubahan diri demi tercapainya tujuan yang diharapkan. Sebagaimana firman allah SWT sebagai berikut :



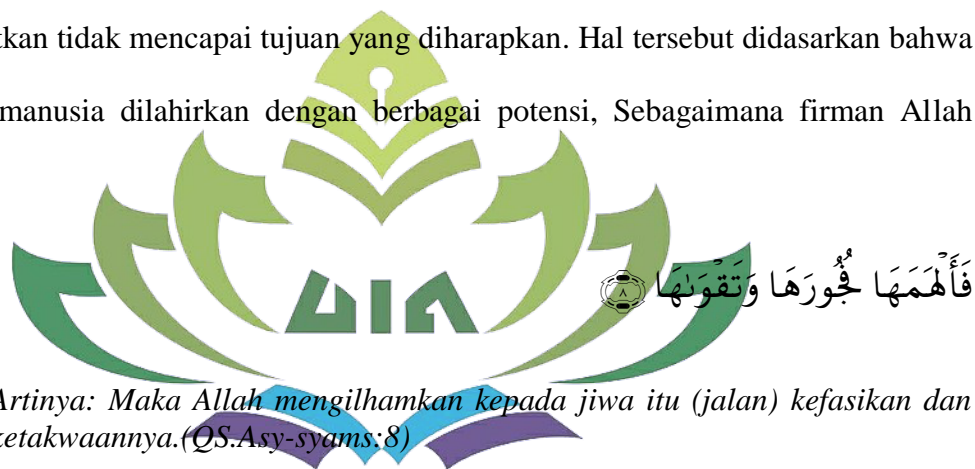
*Artinya: Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, dimuka dan dibelakangnya, mereka menjaganya atas perintah allah. Sesungguhnya allah tidak merubah suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri, dan apabila allah menghendaki keburukan suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan sekali-kali tak ada perlindungan bagi mereka selain Dia.(QS.(13) Ar-Rad:11)*

Dalam ayat tersebut dikatakan bahwa suatu perubahan merupakan suatu kunci dimana seseorang belajar untuk merubah dirinya menjadi seseorang yang



lebih baik lagi dalam hal apapun, itu merupakan sumber dari diri sendiri dan motivasi yang timbul dari dalam diri seseorang itu sendiri.

Dalam proses belajar mengajar tidak semua peserta didik mempunyai motivasi belajar yang tinggi, tetapi terdapat juga peserta didik yang mempunyai motivasi belajar rendah. Motivasi belajar yang rendah akan menghambat tercapainya tujuan yang diharapkan. Biasanya Peserta didik yang memiliki motivasi rendah akan sulit menangkap apa yang disampaikan oleh Guru sehingga hasil belajar yang didapatkan tidak mencapai tujuan yang diharapkan. Hal tersebut didasarkan bahwa setiap manusia dilahirkan dengan berbagai potensi, Sebagaimana firman Allah SWT.



Dari ayat tersebut dijelaskan bahwa manusia dihadapkan pada pilihan menjadi pribadi yang baik atau buruk, dengan demikian perlunya kesadaran dalam diri untuk mencapai tujuan yang diinginkan dengan memotivasi diri sendiri.

Penyebab motivasi belajar yang rendah dapat timbul dari berbagai faktor yaitu faktor internal maupun eksternal seperti lingkungan, keluarga, serta faktor dari dalam diri sendiri.

Apabila peserta didik terus-menerus memiliki motivasi yang rendah akan mengakibatkan hasil prestasi peserta didik menurun sehingga tidak sesuai dengan

tujuan yang ingin dicapai. Untuk itu perlu adanya upaya yang serius untuk mengatasinya.

Dalam hal ini peran seorang guru pembimbing sangat dibutuhkan untuk mengupayakan agar peserta didik memiliki motivasi belajar yang tinggi. Karena Guru pembimbing merupakan motivator dan fasilitator dalam rangka meningkatkan hasil belajar peserta didik.

Berdasarkan wawancara langsung terhadap Guru BK kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung yaitu Ibu Irma perihal masalah yang terjadi pada peserta didik mengenai motivasi belajar rendah diperoleh keterangan bahwa ;

“motivasi belajar peserta didik SMP PGRI 6 Bandar Lampung khususnya kelas VIII sangat rendah. Hal tersebut berakibat peserta didik kurang antusias dan semangat dalam mengikuti pelajaran, terkadang peserta didik membolos ketika pelajaran yang dianggapnya susah dan pesimis dengan kemampuan yang dimilikinya. Kesulitan peserta didik dalam mendapatkan nilai yang memuaskan membuat peserta didik menjadi lebih sering putus asa ketika peserta didik menjumpai.”<sup>4</sup>

Dari pernyataan tersebut terindikasi bahwa peserta didik dalam belajar masih sangat rendah sekali bahkan terdapat peserta didik yang nilainya tidak mencapai kriteria ketuntasan minimal. Apabila hal tersebut dibiarkan peserta didik tidak akan naik kelas. Guru Bk juga menjelaskan dalam mengatasi hal ini guru mata pelajaran sudah pernah memberikan penanganan seperti memberikan semangat serta dorongan kepada peserta didik agar lebih termotivasi dalam belajar dan melakukan beberapa variasi metode pembelajaran namun peserta hanya menunjukkan antusias diawal pelajaran saja.

---

<sup>4</sup>Irma, wawancara dengan Guru BK SMP PGRI 6 Bandar Lampung, 18 Februari 2018.

Peran Guru mata pelajaran dalam membantu menangani masalah tersebut yaitu dengan memberikan ulangan *remedial* agar peserta didik mampu mencapai nilai yang telah ditentukan oleh kriteria. Namun hasil yang diperoleh tetap saja tidak ada perubahan yang signifikan, *remedial* dianggap sebagai formalitas saja untuk mengejar nilai yang belum mencapai kriteria.

Apabila dalam proses belajar mengajar peserta didik memiliki motivasi yang tinggi, maka Guru akan senang dan semangat dalam menyelenggarakan pembelajaran. Namun berbeda halnya keadaan yang kita jumpai dalam pelaksanaan pembelajaran sering terlihat peserta didik yang memiliki motivasi belajar rendah, maka kemungkinan keberhasilan dalam mencapai prestasi yang diinginkan sulit, namun apabila peserta didik memiliki motivasi yang tinggi akan semakin dekat dengan keberhasilan.

Hal ini berdasarkan hasil penyebaran angket yang dilakukan pada SMP PGRI 6 Bandar Lampung penulis memfokuskan penelitian pada peserta didik kelas VIII D sebagai kelompok eksperimen dan kelas VIII E sebagai kelompok kontrol sebagai sampel yang berjumlah 16 peserta didik yang berkaitan dengan motivasi belajar. Gambaran motivasi belajar dapat dilihat pada tabel 1 dan 2.

**Tabel 1**  
**Gambaran Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII D SMP PGRI 6**  
**Bandar Lampung Kelompok Eksperimen yang Disajikan Sampel Penelitian**

No	Nama peserta didik	Jenis kelamin L/P	Indikator					Kriteria
			1	2	3	4	5	
1	Konseli 1	L	√					Rendah
2	Konseli 2	P		√				Rendah
3	Konseli 3	L	√	√			√	Sedang
4	Konseli 4	L				√		Rendah
5	Konseli 5	L					√	Rendah
6	Konseli 6	P			√			Rendah
7	Konseli 7	P		√				Rendah
8	Konseli 8	P				√		Rendah

*Sumber : Hasil Rekapitan Penyebaran Angket Motivasi Belajar Peserta Didik SMPPGRI 6 Bandar Lampung .*

Dari tabel tersebut dapat dijelaskan bahwa terdapat 7 (87,5%) peserta didik yang memiliki motivasi belajar rendah, dan 1 (12,5%) peserta didik memiliki motivasi belajar sedang.

Semakin banyak daftar ceklist yang dipilih maka semakin tinggi motivasi belajar peserta didik, namun semakin sedikit daftar ceklist yang dipilih maka semakin rendah motivasi belajar peserta didik hal tersebut berdasarkan indikator motivasi belajar menurut Sardiman adalah sebagai berikut :

- a. Tekun menghadapi tugas
- b. Ulet menghadapi kesulitan
- c. Menunjukkan minat terhadap macam-macam masalah.

- d. Lebih senang bekerja mandiri
- e. Senang mencari dan memecahkan soal-soal.<sup>5</sup>

**Tabel 2**  
**Gambaran Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII E SMP PGRI 6 Bandar Lampung Kelompok Kontrol yang Disajikan Sampel Penelitian**

No	Nama peserta didik	Jenis kelamin L/P	Indikator					Kriteria
			1	2	3	4	5	
1	Konseli 1	P	√		√	√		Sedang
2	Konseli 2	P	√					Rendah
3	Konseli 3	L					√	Rendah
4	Konseli 4	L		√	√	√		Sedang
5	Konseli 5	L	√					Rendah
6	Konseli 6	L		√				Rendah
7	Konseli 7	L	√					Rendah
8	Konseli 8	P	√			√		Rendah

*Sumber : Hasil Rekapitan Penyebaran Angket Motivasi Belajar Peserta Didik SMP PGRI 6 Bandarlampung.*

Semakin banyak daftar ceklist yang dipilih maka semakin tinggi motivasi belajar peserta didik, namun semakin sedikit daftar ceklist yang dipilih maka semakin rendah motivasi belajar peserta didik hal tersebut berdasarkan indikator motivasi belajar menurut Sardiman adalah sebagai berikut;

- a. Tekun menghadapi tugas
- b. Ulet menghadapi kesulitan
- c. Menunjukkan minat terhadap macam-macam masalah.

<sup>5</sup>Sardiman A.M, *Intraksi dan motivasi belajar*(Jakarta:PT.Raja grafindo,2012), h.83.

- d. Lebih senang bekerja mandiri
- e. Senang mencari dan memecahkan soal-soal

Berdasarkan data tabel diatas diketahui bahwa terdapat peserta didik kelas VIII E yang memiliki motivasi belajar (Tinggi, Sedang, Rendah ) yaitu terdapat 6 (75%) peserta didik yang memiliki motivasi belajar rendah, dan terdapat 2 (25 %) memiliki motivasi belajar sedang.

Jika masalah ini dibiarkan terus-menerus kemungkinan yang akan terjadi peserta didik sulit untuk mengembangkan potensi yang dimiliki, sehingga hasil prestasi yang didapat rendah dan menyebabkan tidak naik kelas. Adapun untuk mengatasi masalah tersebut sejauh ini penanganan yang dilakukan oleh guru BK yaitu dengan mengadakan layanan informasi kesetiap kelas kepada peserta didik karena keterbatasan waktu.

Dalam penanganan tersebut Guru BK juga menyatakan belum menggunakan layanan-layanan khusus sehingga belum mencapai hasil yang maksimal. Karena dengan layanan informasi hanya memberikan pengetahuan serta dorongan kepada peserta didik. Oleh karena itu dalam mengatasi masalah motivasi belajar harus menggunakan berbagai layanan-layanan dan teknik-teknik konseling agar lebih efektif.

Berdasarkan pernyataan tersebut salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh penulis untuk meningkatkan motivasi belajar yaitu pemberian konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) agar peserta didik lebih termotivasi dalam belajarnya. Konseling

kelompok merupakan suatu bentuk layanan yang terdapat didalam Bimbingan dan Konseling. Pemberian konseling kelompok diduga sangat efektif untuk membantu menyelesaikan masalah yang dialami oleh beberapa peserta didik atau anggota kelompok.

Konseling kelompok lebih memberikan ruang kepada peserta didik dalam mengambil suatu keputusan untuk merubah tingkah lakunya, peserta didik dalam mengambil suatu keputusan merupakan hal yang didukung oleh kesadaran yang tinggi sehingga menciptakan perubahan tingkah laku. Didalam konseling kelompok terdapat beberapa pendekatan yang dapat digunakan. Penulis memilih menggunakan pendekatan *Ratoinal Emotive Behavior Therapy* (REBT)

Karena Menurut Ws.Winkel dalam bukunya “Bimbingan dan Konseling diinstitusi pendidikan” mengatakan bahwa terapi rasional *emotif* adalah corak konseling yang menekankan kebersamaan dan intraksi antara berfikir dengan akal sehat (*rational thinking*) berperasaan (*emoting*), dan berperilaku (*acting*), sekaligus menekankan bahwa suatu perubahan yang mendalam dalam cara berfikir dan berperasaan dapat mengakibatkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku.<sup>6</sup>

Penggunaan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) memandang bahwa rendahnya motivasi belajar peserta didik diakibatkan oleh ketidak mampuan mereka memandang positif potensi yang mereka miliki. Ketidak mampuan peserta didik dalam memandang hal tersebut menjadikan sebuah keyakinan irasional yang mem buat mereka meyakini

---

<sup>6</sup>Sri hartati dan imas kania rahman, “Konsep pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) Berbasis islam untuk membangun perilaku etis siswa” (On-Line), tersedia di:<http://ejournal. St kipbbm.ac.id>.(24 februari 2018), h.15.

mereka tidak bisa dan tidak berharga. Sehingga dalam upaya penanganannya mengubah keyakinan tersebut menjadi rasional.

peserta didik kurang antusias dan semangat dalam mengikuti pelajaran, terkadang peserta didik membolos ketika pelajaran, pesimis dengan kemampuan, Kesulitan peserta didik dalam mendapatkan nilai yang memuaskan membuat peserta didik menjadi lebih sering putus asa ketika peserta didik menjumpai kesulitan. Dengan demikian bahwa peserta didik lebih memiliki kecenderungan untuk gagal dari pada untuk berhasil. Faktor-faktor inilah yang dapat mengakibatkan fikiran irasioanal dalam kognisi peserta didik.

Keberhasilan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam membantu individu telah terbukti pada penelitian sebelumnya yaitu “*penerapan konseling kelompok Rational Emotive Behavior untuk meningkatkan minat belajar peserta didik kelas VIII G SMP Yayasan Pendidikan 17 Surabaya*. Dalam penelitian tersebut terjadi perubahan secara signifikan antara peserta didik dari sebelum diberi perlakuan dengan sesudah diberikan perlakuan.<sup>7</sup>

Berdasarkan dari pemaparan penelitian tersebut maka penulis menyimpulkan bahwa *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) merupakan intervensi yang aplikatif dalam mengatasi masalah-masalah yang terdapat dalam motivasi belajar. Sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektifitas Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019.

---



## B. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah merupakan kegiatan untuk mendeteksi, melacak, dan menjelaskan berbagai macam aspek pemmasalahan yang berkaitan dengan topik penelitian dan masalah yang akan diteliti.

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah diuraikan maka dapat diidentifikasi beberapa masalah yang ditemui dalam penelitian yaitu :

1. Terdapat 7 (87,5%) peserta didik kelas VIII D yang memiliki motivasi belajar rendah
2. Terdapat 1 (12,5%) peserta didik VIII D yang memiliki motivasi belajar sedang.
3. Terdapat 6 (75%) peserta didik kelas VIII E memiliki motivasi rendah.
4. Terdapat 2 (25%) peserta didik kelas VIII E memiliki motivasi belajar sedang.
5. Belum adanya konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terkait masalah motivasi belajar.

## C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah ditemukan beberapa masalah pada penelitian ini. Maka penulis membatasi masalah yang akan diungkap dalam kegiatan Penelitian ini Adalah “Efektifitas Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019”.

#### D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas, maka permasalahan yang dapat dirumuskan yaitu “Apakah Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Efektif Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII Di SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019 ?

#### E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

##### 1. Tujuan

Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah layanan konseling Kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior therapy* (REBT) efektif dalam meningkatkan Motivasi Belajar Peserta didik VIII di SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019.

##### 2. Kegunaan penelitian

###### a. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi perkembangan ilmu bimbingan dan konseling, yaitu membantu konseli dalam meningkatkan motivasi belajar.

##### 3. Kegunaan Praktis

###### a. Bagi Penulis

Sebagai Guru Bimbingan dan Konseling, penelitian ini dilakukan agar peneliti mampu menerapkan metode yang tepat dan cocok dalam menyelesaikan masalah peserta didik di sekolah.

b. Bagi Lembaga

Diharapkan pembahasan ini dapat memberikan masukan dan referensi tentang metode dalam Bimbingan dan Konseling untuk meningkatkan motivasi belajar.

**F. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini membatasi ruang lingkup penelitian agar penelitian ini lebih jelas dan tidak menyimpang dari tujuan yang ditetapkan diantaranya ruang lingkup penelitian ini adalah :

1. Objek Penelitian

Objek penelitian ini adalah layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

2. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini merupakan peserta didik kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung.

3. Tempat Penelitian

Tempat penelitian ini dilaksanakan di SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019.





## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Konseling Kelompok**

##### **1. Pengertian Layanan Konseling Kelompok**

Konseling kelompok merupakan salah satu strategi dalam bimbingan dan konseling. Layanan konseling kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan masalah individu (peserta didik) yang menjadi peserta layanan. Dalam konseling kelompok dibahas masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Masalah pribadi dibahas dalam suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok dibawah bimbingan kelompok (pembimbing atau konselor).<sup>1</sup>

Konseling kelompok merupakan konseling yang diselenggarakan dalam kelompok, dengan memanfaatkan dinamika kelompok yang terjadi didalam kelompok itu. Masalah-masalah yang dibahas merupakan masalah perorangan yang muncul didalam kelompok itu, yang meliputi berbagai masalah dalam segenap bidang bimbingan (yaitu dalam bimbingan pribadi, sosial, belajar, dan

---

<sup>1</sup>Thohirin, *Bimbingan DanKonseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*, (Jakarta:PT.Raja Gravindo Persada, 2011), h.179.

karir).Seperti dalam konseling perorangan, setiap anggota, kelompok dapat menampilkan masalah yang dirasakannya.<sup>2</sup>

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok merupakan suatu upaya konselor atau pembimbing dalam membantu memecahkan masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui dinamika kelompok agar tercapainya perkembangan secara optimal.

Menurut Tohirin “sebagaimana halnya Bimbingan Kelompok, konseling kelompokpun harus dipimpin oleh seorang pembimbing (konselor) terlatih dan berwenang menyelenggarakan praktik konseling professional. Dalam konseling kelompok, tugas pemimpin kelompok adalah:”

a. Membentuk kelompok yang terdiri atas 1-10 orang sehingga terpenuhi syarat-syarat kelompok yang mampu secara aktif mengembangkan dinamika kelompok itu :

- 1) Terjadinya hubungan antara anggota kelompok menuju keakraban diantara mereka.
- 2) Tumbuhnya tujuan bersama diantara anggota kelompok dalam suasana keakraban.
- 3) Berkembangnya iktikad dan tujuan bersama untuk mencapai tujuan kelompok.

---

<sup>22</sup>Dewa Ketut Sukardi, Nila Kusmawati, *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah* (Jakarta: PT.Rineka Cipta, 2008), h.34.

- 4) Terbinanya kemandirian pada setiap anggota kelompok, sehingga mereka masing-masing mampu berbicara.
- 5) Terbina kemandirian kelompok sehingga kelompok berusaha dan tampil beda dari kelompok lainnya.
- 6) Pemimpin kelompok yang bernuansa layanan konseling melalui bahasa konseling untuk mencapai tujuan-tujuan konseling. pemimpin kelompok dituntut untuk menghidupkan dinamika kelompok diantara semua peserta secara intensif yang mengarah kepada pencapaian tujuan - tujuan umum dan khusus layanan konseling kelompok.
- 7) Melakukan penstrukturan, yaitu membahas bersama anggota kelompok tentang apa, mengapa, dan bagaimana layanan konseling kelompok dilaksanakan.
- 8) Melakukan tahapan kegiatan konseling kelompok.
- 9) Memberikan penilaian segera hasil layanan konseling kelompok.
- 10) Melakukan tindak lanjut layanan konseling kelompok.<sup>3</sup>

## **2. Tujuan Layanan Konseling Kelompok**

Secara umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi peserta didik, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui layanan konseling kelompok, hal-hal dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi peserta didik diungkap dan didinamikan melalui berbagai pendekatan sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi peserta

---

<sup>3</sup> Thohirin, *Op.Cit.* h. 180.

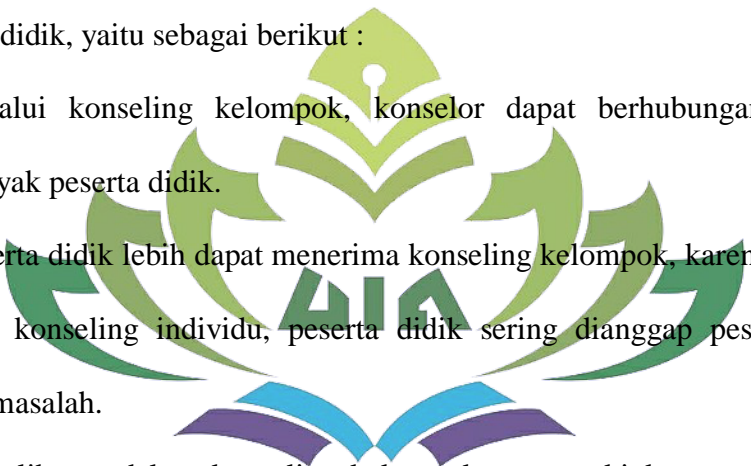


didik berkembang secara optimal. Melalui layanan konseling kelompok juga dapat diantarkan masalah (peserta didik) dengan memanfaatkan dinamika kelompok.<sup>4</sup>

Dari pernyataan tersebut dapat diartikan bahwa konseling kelompok memiliki tujuan mengembangkan kemampuan bersosialisasi siswa dengan cara membahas topik-topik tertentu yang berhubungan dengan permasalahan aktual.

### 3. Manfaat Konseling Kelompok

Sherzer dan Stone mengungkapkan manfaat konseling kelompok bagi peserta didik, yaitu sebagai berikut :

- 
- b. Melalui konseling kelompok, konselor dapat berhubungan dengan lebih banyak peserta didik.
  - c. Peserta didik lebih dapat menerima konseling kelompok, karena jika mengikuti sesi konseling individu, peserta didik sering dianggap peserta didik yang bermasalah.
  - d. Keterlibatan dalam konseling kelompok memungkinkan peserta didik untuk membangun keterampilan interpersonal.
  - e. Konseling kelompok sering dianggap efektif dalam hal waktu dan ruang
  - f. Konseling kelompok berguna untuk mengubah tabiat, kepribadian, sikap, serta penilaian terhadap anggota kelompok.
  - g. Anggota konseling kelompok lebih mudah menerima saran yang diberikan oleh teman sebaya dibandingkan oleh orang dewasa.

---

<sup>4</sup>*Ibid.*

- h. Konseling kelompok dapat memberikan situasi yang lebih baik untuk pemecahan masalah.
- i. Menjadikan peserta didik lebih bersikap lebih terbuka dalam berbagai hal.<sup>5</sup>

#### 4. Ciri – ciri Ketua Kelompok yang Berkesan.

Ketua merupakan orang yang berperan penting dalam kelompok. Apabila dalam suatu kelompok tidak memiliki seorang ketua, maka perbincangan dalam suatu kelompok itu hanya menjadi perbincangan umum. Dalam kegiatan konseling kelompok ketua bertugas mendorong para anggota untuk berperan aktif dalam sesi konseling kelompok.

Berikut ini secara ringkas agar menjadi ketua kelompok yang berkesan seseorang harus mempunyai ciri – ciri yaitu :

- a. Memiliki kemahiran berkomunikasi yang baik.
- b. Bersikap terbuka.
- c. Iklas.
- d. Ramah.
- e. Tidak mudah menilai
- f. Tenang.
- g. Tidak mudah mendaat orang lain.
- h. Mudah menerima pendapat
- i. Mengutamakan sikap penerimaan.

---

<sup>5</sup> Amla Salleh dkk, *Bimbingan dan Konseling Sekolah* (Malaysia: Persatuan Penerbit Buku Malaysia, 2006), h.128.

- j. Sanggup menerima teguran dari anggota.<sup>6</sup>

### 5. Keterampilan yang Harus dikuasai Oleh Ketua Kelompok

Corey menegaskan, tanpa keterampilan dan latihan yang mencangkupi seseorang tidak akan mungkin menjadi ketua kelompok yang berkesan. Berdasarkan ini keterampilan yang perlu dikuasai oleh ketua kelompok, yaitu sebagai berikut :

- a. Keterampilan mendengar

Mendengar disini bukan hanya menggunakan telinga, tetapi juga dengan penuh perasaan dan pikiran yang terbuka, ketua harus mendengar dengan sungguh-sungguh setiap perkataan yang diungkapkan setiap anggota.

- b. Dorongan minimum

Dorongan minimum yaitu, respon ringkas yang dilakukan oleh ketua untuk mendorong agar anggota terus bercerita. Dilakukan seperti berkata: hmm....,ya, lalu, memberi senyum atau anggukan kepala.

- c. Parafrasa

Mizan dan halimatun menyatakan, parafrasa adalah respon konselor setelah mendengar cerita dari konseli, kemudian konseli menyatakannya secara sederhana dan mudah dipahami disampaikanoleh bahasa konselor sendiri.

---

<sup>6</sup>*Ibid.* h.137.

d. Membuat penjelasan

Membuat penjelasan bertujuan agar maksud yang ingin disampaikan oleh konseli dapat dipahami dengan jelas oleh ketua kelompok. Ketua tidak boleh berpura-pura paham terhadap masalah yang telah diungkapkan oleh konseli.

e. Pertanyaan terbuka dan pertanyaan tertutup

Pernyataan dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu pertanyaan terbuka dan pertanyaan tertutup. Pertanyaan terbuka akan menghasilkan jawaban yang panjang. Sementara pertanyaan tertutup akan menghasilkan jawaban yang pendek dan ringkas.

f. Memberi fokus

Memberi fokus bertujuan agar ketua senantiasa sadar akan masalah yang diperbincangkan serta memastikan pendapat para anggota kelompok berkaitan antara satu dengan yang lainnya.

g. Penafsiran (Interpretasi)

Penafsiran adalah suatu tafsiran yang dibuat oleh ketua terhadap suatu perkara berdasarkan pemahaman ketua setelah mendengar keterangan yang telah dinyatakan oleh anggota.

h. Konfrontasi

Konfrontasi merupakan suatu teknik konseling yang menantang konseling untuk melihat adanya deskripsi inkonsistensi antara perkataan dan bahasa tubuh, ide awal maupun ide berikutnya.

i. *Blocking*

Adalah suatu intervensi yang dibuat oleh ketua untuk menghindari serangan yang berlebihan yang dilakukan oleh anggota kelompok kepada anggota kelompok lainnya.

j. Membuat rumusan

Ketua perlu membuat rumusan terhadap perbincangan yang telah dilakukan. rumusan tidak perlu dibuat diakhir sesi, tetapi juga beberapa kali sepanjang aktifitas kelompok berjalan.

k. Pengakhiran

Ketua harus konsisten terhadap waktu yang telah disepakati untuk mengakhiri kegiatan kelompok.<sup>7</sup>

**6. Komponen-komponen Konseling Kelompok**

Didalam konseling kelompok, terdapat komponen-komponen yaitu pemimpin kelompok dan konseling kelompok.

a. Pemimpin konseling kelompok

pemimpin kelompok merupakan komponen yang penting dalam kegiatan konseling kelompok. Dalam hal ini pemimpin bukan saja mengarahkan perilaku anggota sesuai dengan kebutuhan melainkan juga harus tanggap terhadap segala perubahan yang berkembang dalam kelompok tersebut. Dalam hal ini menyangkut adanya peranan pemimpin konseling kelompok, serta fungsi pemimpin kelompok.

---

<sup>7</sup> Thohirin, *Op.Cit.* h.138.

b. Anggota konseling kelompok

Keanggotaan merupakan unsur pokok dalam proses kehidupan konseling kelompok, dapat dikatakan bahwa tidak ada anggota yang tidak mungkin ada sebuah kelompok. Untuk keanggotaan konseling kelompok yang ideal adalah 6 orang meskipun pada umumnya anggota berjumlah 4-10 orang. Kegiatan atau kehidupan konseling kelompok itu sebagian besar dirasakan atas peranan anggotanya.

c. Dinamika Konseling Kelompok

Dinamika konseling kelompok adalah suasana konseling kelompok yang idup, ditandai oleh semangat bekerja sama antar anggota konseling kelompok untuk mencapai tujuan konseling kelompok.

**7. Perbedaan Konseling Kelompok dengan Bimbingan Kelompok**

Dalam bimbingan dan konseling terdapat perbedaan antara bimbingan kelompok dengan konseling kelompok, perbedaannya antara lain yaitu sebagai berikut :

- a. Konseling kelompok merupakan suatu proses pencegahan dan penyelesaian masalah, sementara bimbingan kelompok lebih bersifat pemberian bantuan dan program-program pencegahan.
- b. Peserta dalam bimbingan kelompok lebih banyak dibandingkan dengan konseling kelompok.
- c. Dalam konseling kelompok, ketua merupakan orang yang ahli, sedangkan dalam bimbingan kelompok tidak.

- d. Interaksi dalam konseling kelompok sangat penting dan melibatkan seluruh anggota kelompok, sedangkan dalam bimbingan kelompok interaksi tidak begitu penting.
- e. Dalam konseling kelompok, sangat penting dilaksanakan di tempat yang tertutup, tenang, nyaman, agar kegiatan konseling kelompok dapat berjalan dengan baik, sedangkan dalam bimbingan kelompok dapat dilaksanakan terbuka.
- f. Setiap anggota konseling kelompok berpeluang memainkan peran sebagai orang yang memberi dan menerima pertolongan, hal ini tidak berlaku dalam bimbingan kelompok.
- g. permasalahan dalam konseling kelompok ditentukan bersama, tetapi dalam bimbingan kelompok telah ditetapkan oleh ketua.
- h. Dalam konseling kelompok merupakan suatu proses dan pencegahan masalah serta mengarahkan kepada pemberian bantuan dalam pertumbuhan dan perkembangannya, sedangkan bimbingan kelompok lebih bersifat membantu dalam situasi kelompok dengan tujuan mengoptimalkan peserta didik dengan menggunakan dinamika kelompok.
- i. Pertemuan dalam konseling kelompok lebih banyak, sedangkan dalam bimbingan kelompok mungkin hanya satu atau dua kali saja.<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup>Amla Salleh dkk, *Op.Cit.* h. 126.

## 8. Teknik Layanan Konseling Kelompok.

Menurut Tohirin “secara umum Pendekatan-pendekatan yang di terapkan dalam layanan konseling kelompok. Beberapa pendekatan yang bisa digunakan dalam layanan konseling kelompok :”<sup>9</sup>

- a. Teknik umum (Pengembangan dinamika kelompok). Secara umum, teknik-teknik yang digunakan dalam menyelenggarakan layanan konseling kelompok mengacu kepada berkembangnya dinamika kelompok yang diikuti oleh seluruh anggota kelompok untuk mencapai tujuan.
- b. Teknik khusus yang dapat diterapkan adalah dengan merumuskan tujuan layanan, pengembangan perilaku, peneguhan hasrat, pemberian nasihat, penyusunan otak, dan kemungkinan alih tangan kasus dengan melakukan analisis transaksional.

Selain itu, berbagai kegiatan selingan atau permainan dapat diselenggarakan untuk memperkuat jiwa kelompok, memantapkan pembahasan, atau relaksasi. Sebagai penutup, kegiatan pengakhiran (pendekatan mengakhiri) dapat dilaksanakan.<sup>10</sup>

## 9. Asas-asas Konseling kelompok

Pelaksanaan Konseling Kelompok terdapat asas-asas yang perlu digunakan untuk mempermudah dan memperlancar pelaksanaan layanan bimbingan kelompok. Apabila asas-asas itu diikuti dan terselenggara dengan baik sangat

---

<sup>9</sup>Tohirin, *Op.Cit.* h. 182.

<sup>10</sup>*Ibid.* h. 182-183.



dapat diharapkan proses pelayanan mengarah pada pencapaian tujuan yang diharapkan, sebaliknya, apabila asas-asas itu diabaikan atau sangat dikawatirkan kegiatan yang terlaksana itu justru berlawanan dengan tujuan yang akan dicapai. Menurut Prayitno, asas yang digunakan dalam konseling kelompok yaitu:

a. Asas kerahasiaan

Segala sesuatu yang dibicarakan klien kepada konselor tidak boleh disampaikan kepada orang lain. Atau lebih-lebih hal itu keterangan yang tidak boleh atau tidak layak diketahui oleh orang lain.

b. Asas Kesukarelaan

Proses Bimbingan Dan Konseling harus berlangsung atas dasar kesukarelaan, baik dari pihak terbimbing atau klien, maupun dari pihak konselor. Klien diharapkan secara suka dan rela tanpa ragu-ragu ataupun merasa terpaksa dalam menyampaikan masalah yang dihadapinya.

c. Asas Keterbukaan

Individu yang membutuhkan bimbingan diharapkan dapat berbicara sejujur mungkin dan berterus terang tentang dirinya sendiri sehingga dengan keterbukaan ini penelaahan serta pengkajian serbagai kekuatan dan kelemahan yang terbimbing dapat dilaksanakan.

d. Asas kenormatifan

Semua yang dibicarakan tidak boleh bertentangan dengan norma-norma yang berlaku, baik di tinjau dari norma Agama, norma Adat, norma Hukum/Negara, norma ilmu, maupun kebiasaan sehari-hari.<sup>11</sup>

## 10. Tahapan Pelaksanaan Konseling Kelompok

Tahapan – tahapan dalam pelaksanaan konseling kelompok yaitu :

- a. “Perencanaan yang mencakup kegiatan ; (1) membentuk kelompok, ketentuan membentuk kelompok dalam konseling kelompok antara 8-10 orang (tidak boleh melebihi 10 orang), (2) mengidentifikasi dan menyekinkan klien (siswa) tentang perlunya masalah di bawa kedalam layanan konseling kelompok, (3) menempatkan klien dalam kelompok, (4) menyusun jadwal kegiatan, (5) menetapkan prosedur dalam layanan, (6) menetapkan fasilitas layanan, (7) menyiapkan kelengkapan administrasi.”
- b. “pelaksanaan mencakup kegiatan ; (1) mengkomunikasikan rencana layanan konseling kelompok, (2) mengorganisasikan kegiatan layanan konseling kelompok, (3) menyelenggarakan layanan konseling melalui tahap-tahap (1) pembentukan, (2) peralihan, (3) kegiatan dan (4) pengakhiran.”
- c. “Evaluasi, mencakup kegiatan ; (1) menetapkan materi evaluasi, (2) menetapkan prosedur evaluasi, (3) menyusun Instrument evaluasi, (4) mengoptimalkan instrument evaluasi, (5) mengolah instrument evaluasi.”
- d. “Analisis hasil evaluasi, mencakup hasil kegiatan; (1) menetapkan hasil standar norma atau analisis, (2) melakukan analisis, (3) menafsirkan analisis”
- e. “Tindak lanjut, mencakup kegiatan ; (1) menetapkan jenis dan arah kegiatan tindak lanjut, (2) mengomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak-pihak terkait, (3) melaksanakan rencana tindak lanjut.”
- f. “Laporan, mencakup kegiatan; (1) menyusun laporan layanan konseling kelompok, (2) menyampaikan laporan kepada kepala sekolah atau madrasah dan kepada pihak-pihak lain yang terkait, (3) mengomunikasikan laporan layanan”.<sup>12</sup>

---

<sup>11</sup>Prayitno & Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* ( Jakarta Pt Rineka Cipta, 2013), h.114-120.

<sup>12</sup>Thohirin, *Op.Cit.* h. 185-186.

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

### **1. Konsep Dasar Rasional Emotive Behavior Therapy (REBT)**

*Rasional Emotive Behavior Therapy* (REBT) dapat diartikan suatu rancangan terapeutik, dalam konseling atau psikoterapi, pemakaian rancangan ini mementingkan berfikir rasional sebagai rancangan terapeutik; menekankan modifikasi atau perubahan keyakinan irasional yang telah merusak berbagai konsekuensi emosional dan tingkah laku; atau ringkasnya, konseli didukung untuk menggantikan ide tidak-rasional dengan yang lebih rasional<sup>13</sup>

Pendekatan *Rasional Emotive Behavior Therapy* (REBT) memandang manusia sebagai individu yang didominasi oleh sistem berfikir dan sistem perasaan yang berkaitan dalam system psikis individu, keberfungsian individu secara psikologis di tentukan oleh pikiran, perasaan, dan tingkah laku.<sup>14</sup>

Menurut Gantina.K.Eka.W, dan Karsih, *Rasional Emotive Behavior Therapy*(REBT) merupakan pendekatan behavior kognitif. Dalam proses konseling nya, REBT berfokus pada tingkah laku individu, akan tetapi REBT menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah di sebabkan oleh pikiran yang irrasional sehingga focus penanganannya adalah pemikiran individu.<sup>15</sup>

Pandangan REBT yaitu manusia sejak lahir memiliki potensi untuk berfikir secara rasional dan secara irasional. Manusia juga memiliki kecenderungan untuk terpaku pada pola-pola tingkah laku lama yang disfungsi dan mencari berbagai cara untuk terlibat dalam sabotase diri.

---

<sup>13</sup>Andi Mappiare AT, *Pengantar Konseling Dan Psikoterapi*(Jakarta PT.Raja Grafindo Persada, 2010), h. 156.

<sup>14</sup>Gantina.K,Eka.W,danKarsih,*Teori dan Tekhnik Konseling* (Jakarta PT,Indek: 2011),h. 202.

<sup>15</sup>*Ibid.* h.201.

Menurut Ws.Winkel dalam bukunya “bimbingan dan konseling di institusi pendidikan” mengatakan bahwa terapi rasional emotif adalah corak konseling yang menekankan kebersamaan dan intraksi antara berfikir dengan akal sehat (*rational thinking*) berperasaan (*emoting*), dan berperilaku (*acting*), sekaligus menekankan bahwa suatu perubahan yang mendalam dalam cara berfikir dan berperasaan dapat mengakibatkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku.<sup>16</sup>

Dari pengertian tersebut, penulis dapat menyimpulkan REBT berfokus pada tingkah laku, individu REBT menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pikiran yang irasional sehingga peneliti harus merasionalkan pemikirannya serta fokus penanganannya pada pemikiran individu (peserta didik). Berfikir irasional biasanya akan tercermin dari kata-kata yang digunakan, kata-kata yang tidak logis mencerminkan cara berfikir yang salah. Namun sebaliknya kata-kata yang tepat mencerminkan cara berfikir yang tepat.

#### a. Teori A-B-C

Teori ABC adalah teori tentang kepribadian individu sudut pandang pendekatan *Rational Emotive Behavior* (REBT), kemudian ditambahkan D dan E untuk mengakomodasikan perubahan dan hasil yang diinginkan dari perubahan tersebut. Selanjutnya ditambahkan G yang diletakan diawal untuk memberikan konteks pada kepribadian individu :

- 1) G = (*Goals*) atau tujuan-tujuan, yaitu tujuan fundamental
- 2) A = (*Activating events in a person's life*) atau kejadian yang mengaktifkan atau mengakibatkan individu.
- 3) B = (*Belief*) atau keyakinan, pandangan, baik rasional maupun irasional.
- 4) C = (*Consequences*) atau konsekuensi baik emosional maupun tingkah laku. Hal tersebut merupakan akibat atau reaksi individu dalam

---

<sup>16</sup>Sri Hartati dan Imas Kaniarahman, “Konsep pendekatan rational emotive behavior therapy (REBT) Berbasis Islam untuk membangun perilaku etis siswa”(On-Line), tersedia di <http://ejournal.stkipbbm.ac.id>. (24 Februari 2018), h.15.

bentuk perasaan senang atau hambatan emosi dalam hubungannya dengan *antecedent event*.

- 5) D= (*Disputing irrational belief*) atau melakukan dispute pikiran irasional.
- 6) E = (*Efective new philosophy of live*) atau mengembangkan folosofi hidup yang efektif.
- 7) F= (*further action/new feeling*) atau aksi yang akan di lakukan lebih lanjut dan perasaaan baru yang dikembangkan.<sup>17</sup>

## 2. Pandangan *Rational Emotive Behavior* (REBT) Terhadap Manusia.

Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) memandang manusia sebagai individu yang didominasi oleh sistem berfikir dan sistem perasaan yang berkaitan dalam sistem psikis individu. Keberfungsian individu secara psikologis ditentukan pikiran, perasaan dan tingkah laku. Ketiga aspek ini saling berkaitan karena satu aspek mempengaruhi aspek lainnya.<sup>18</sup>

Dalam Gantina dkk mengatakan bahwa, Ellis mengidentifikasi Secara khusus pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) berasumsi bahwa individu memiliki karateristik sebagai berikut :

- a. Individu memiliki potensi yang unik untuk berfikir rasional dan irasional.
- b. Pikiran irasional berasal dari proses belajar yang irasional yang ditetapkan dari orang tua dan kebudayaan.
- c. Manusia adalah makhluk verbal dan berfikir melalui simbol dan bahasa
- d. Gangguan emosi yang dialami individu yang disebabkan oleh verbalisasi ide dan fikiran irasional.

---

<sup>17</sup>*Ibid.* h. 211.

<sup>18</sup>*Ibid.* h. 202.

- e. Gangguan emosional yang disebabkan oleh verbalisasi diri (*self verbalizing*) yang terus menerus dan persepsi serta sikap terhadap kejadian merupakan akar dari permasalahan, bukan karena kejadian itu sendiri.
- f. Individu memiliki potensi untuk mengubah arah hidup personal dan sosialnya.
- g. Pikiran dan perasaan negatif dan merusak diri dapat diserang dengan mengorganisasikan kembali persepsi dan pemikiran, sehingga menjadi logis dan rasional<sup>19</sup>.

Selanjutnya, manusia dipandang memiliki tiga tujuan fundamental, yaitu untuk bertahan hidup (*To Survive*), untuk bebas dari kesakitan (*To Be Relatively Free From Pain*) Dan Untuk Mencapai Kepuasan (*to be reasonably satisfied or content*).

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

- a. Dicintai dan disetujui oleh orang lain adalah sesuatu yang sangat esensial.
- b. Untuk menjadi orang yang berharga, individu harus berkompeten dan mencapai setiap usahanya.
- c. Orang yang tidak bermoral, kriminal dan nakal merupakan pihak yang harus disalahkan.
- d. Hal yang sangat buruk dan menyebalkan adalah segala sesuatu tidak terjadi seperti yang saya harapkan.

---

<sup>19</sup>*Ibid.* h. 203.

- e. Ketidakhahagiaan merupakan hasil dari peristiwa eksternal yang tidak dapat di kontrol oleh diri sendiri.
- f. Sesuatu yang membahayakan harus menjadi perhatian dan harus selalu menjadi di ingat dalam pikiran.
- g. Lari dari kesulitan dan tanggung awa lebih mudah dari pada menghadapinya
- h. Seseorang harus memiliki orang lain sebagai tempat bergantung dan harus memiliki seseorang yang lebih kuat yang dapat menjadi tempat bersandar.
- i. Masalalu menentukan tingkah laku saat ini dan tidak bisa diubah.
- j. Individu bertanggung jawab atas masalah dan kesulitan yang dialami oleh orang lain.
- k. Selalu ada jawaban yang benar untuk setiap masalah. Dengan demikian, kegagalan mendapatkan jawaban yang benar merupakan bencana.<sup>20</sup>

Jadi dapat disimpulkan karakteristik individu menurut REBT adalah memiliki potensi yang unik untuk berfikir rasional dan irasional, pikiran irasional berasal dari proses belajar yang irasional yang didapat dari orang tua dan kebudayaannya, mahluk verbal dan difikir melalui simbol dan bahasa, gangguan emosional yang disebabkan oleh verbalisasi diri (*self verbalising*) dan persepsi serta sikap terhadap kejadian merupakan akar dari permasalahan.

### **3. Tujuan konseling *Rational Emotive Behavior* (REBT)**

Tujuan utama konseling dengan pendekatan *Ratioonal Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah membantu individu menyadari bahwa mereka dapat hidup

---

<sup>20</sup>*Ibid.* h. 205.

dengan lebih irasioanal dan lebih produktif. *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) mengajarkan individu untuk mengoreksi kesalahan berfikir untuk mereduksi emosi yang tidak diharapkan. Selain itu, membantu individu untuk mengubah kebiasaan berfikir dan bertingkah laku yang bisa merusak diri.<sup>21</sup>

#### 4. Peran dan Fungsi Konselor

Menurut Gantina, K,Eka.W, dan Karsih, peran konselor dalam pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah :

- a. Aktif-direktif yaitu mengambil peran lebih banyak untuk memberikan penjelasan terutama pada awal konseling.
- b. Mengkonfrontasi pikiran irasional konseli secara langsung.
- c. Menggunakan berbagai pendekatan untuk menstimulasi konseli untuk berfikir dan mendidik kembali diri konseli sendiri.
- d. Secara terus menerus “menyerang” pemikiran irasional konseli.
- e. Mengajak konseli untuk mengatasi masalah dengan kekuatan berfikir bukan emosi
- f. Bersifat didaktif.<sup>22</sup>

Dalam melaksanakan pendekatan *Rational Emotive Behavior* (REBT), Konselor diharapkan memiliki kemampuan berbahasa yang baik karena *Rational Emotive Behavior* (REBT) banyak didominasi oleh pendekatan-pendekatan yang menggunakan pengolahan verbal.<sup>23</sup>

---

<sup>21</sup>*Ibid.*h.213.

<sup>22</sup>*Ibid.* h. 214.

<sup>23</sup> *Ibid.*h.214.



## 5. Teknik – teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*

Teknik konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* dapat dikategorikan menjadi tiga kelompok, yaitu: teknik kognitif, teknik *imageri* dan teknik behavioral atau tingkah laku.

a. Teknik kognitif antara lain :

1) *cognitive disputation(kognitive disputation)*

Adalah usaha untuk mengubah keyakinan irasional konseli melalui pendekatan bertanya (*questioning*). Dengan pertanyaan-pertanyaan untuk melakukan *dispute* logis. Analisis rasional, yaitu teknik untuk mengajarkan konseli bagaimana membuka dan mendebat keyakinan irasional.

2) *Dispute standar ganda*, mengajarkan konseli melihat dirinya memiliki standar ganda tentang diri, orang lain dan lingkungan sekitar.

3) Skala katastrofi, membuat proporsi tentang peristiwa-peristiwa yang menyakitkan.

4) *Devil's Advocate Atau Rational Role Reversal* yaitu meminta konseli untuk memainkan peran menjadi konseli yang rasional. Konseli melawan keyakinan irasioal konselor dengan keyakinan rasional yang diverbalisasikan.

5) Membuat *frame* ulang (*reframing*), mengevaluasi kembali hal-hal yang mengecewakan dan tidak menyenangkan dengan mengubah *freme* berfikir kembali.

b. Teknik *Imageri*

- 1) Dispute imajinasi (*imaginal disputation*), setelah melakukan *dispute* secara verbal, konselor meminta konseli untuk membayangkan dirinya kembali pada situasi yang menjadi masalah dan melihat apakah emosinya telah berubah. Bila ya, konselor meminta konseli untuk mengatakan pada dirinya sebagai individu yang berfikir lebih rasional dan mengulang kembali proses yang ada di atas.
- 2) Kartu kontrol emosioal, berisi dua kategori perasaan yang paralel yaitu perasaan yang tidak seharusnya atau merusak dirinya perasaan yang sesuai.
- 3) Proyeksi waktu, meminta konseli memvisualisasika kejadian yang tidak menyenangkan ketika kejadian itu terjadi setelah itu membayngkan seminggu kemudian, sebulan kemudian, enam bulan kemudian, dan seterusnya agar konseli dapat melihat bahwa hidupnya berjalan terus dan membutuhkan penyesuain.
- 4) Pendekatan melebih-lebihkan, meminta konseli membayangkan kejadian yang menyakitkan atau kajian yang paling menakutkan, kemudian melebih-lebihkan sampai pada taraf yang paling menakutkan, kemudian menakut-nakutkan sampai pada taraf yang paling tinggi dengan tujuan agar konseli dapat mengontrol kekuatan nya.

c. Teknik behavioral

- 1) *Dispute* tingkah laku (*behavioral disputation*), yaitu memberi kesempatan kepada konseli untuk mengalami kejadian yang menyebabkan berfikir irasional dan melawan keyakinan tersebut.
- 2) Bermain peran (*role playing*, dengan bantuan konselor konseli melakukan *role play* tingkah laku baru yang sesuai dengan keyakinan yang rasional.
- 3) Peran *rational* terbalik (*Rational Role Reversal*), yaitu meminta konseli untuk memainkan peran yang memiliki keyakinan rasional sementara konselor memainkan peran yang menjadi konseli yang irasional. Konseli melawan keyakinan irasional konselor dengan keyakinan yang diverbalisasikan.
- 4) Pengalaman langsung (*exposure*), konseli secara sengaja memasuki situasi yang menakutkan. Proses ini dilakukan melalui perencanaan dan penerapan keterampilan mengatasi masalah (*cooping skills*) yang telah dipelajari sebelumnya.
- 5) Menyerang rasa malu (*shame attacking*), melakukan konfrontasi terhadap kekuatan untuk malu dengan secara sengaja bertingkah laku yang melakukan dan mengundang ketidaksetujuan lingkungan sekitar. Dalam hal ini konseli diajarkan mengelola dan mengantisipasi perasaan malunya.
- 6) Pekerjaan rumah (*homework assignments*), sebelum melakukan *disputation* secara verbal, *rational emotive behavior therapy* (REBT) juga menggunakan *homework assignments* (pekerjaan rumah) yang dapat

digunakan sebagai *self-help work*. Terdapat beberapa aktifitas yang dapat digunakan dalam *homework assignments* yaitu membaca, mendengarkan, menulis, mengimajinasikan, berfikir, relaksasi, dan *distraction*, serta aktivitas.<sup>24</sup>

## 6. Kelemahan dan Kelebihan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

### a. Kelebihan

- 1) Pendekatan ini jelas mudah dipelajari dan efektif kebanyakan konseli hanya mengalami sedikit kesulitan dalam mengalami prinsip ataupun terminologi *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)
- 2) Pendekatan ini dapat dengan mudahnya dikombinasikan dengan teknik tingkahlaku lainnya untuk membantu klien mengalami apa yang mereka pelajari lebih jauh lagi.
- 3) Pendekatan ini relatif singkat dan konseli dapat melanjutkan penggunaan pendekatan ini secara swa-bantu.
- 4) Pendekatan ini telah menghasilkan banyak literatur dan penelitian untuk konseli dan konselor. Hanya sedikit teori lain yang dapat mengembangkan materi biblioterapi seperti ini.
- 5) Pendekatan ini terus menerus berevolusi selama bertahun-tahun dan teknik-tekniknya telah diperbaiki.
- 6) Pendekatan ini telah dibuktikan efektif dalam merawat gangguan kesehatan mental parah seperti depresi dan kecemasan.

### b. Kelemahan

- 1) Pendekatan ini tidak dapat digunakan secara efektif pada individu yang mempunyai gangguan atau keterbatasan mental, seperti schizophrenia, dan mereka yang mempunyai kelainan pemikiran yang berat.

---

<sup>24</sup>*Ibid.*h.222-225.

- 2) Pendekatan ini terlalu diasosiasikan dengan penemunya, Albert Ellis, banyak individu yang mengalami kesulitan dalam memisahkan teori dari keeksentrikan Ellis.
- 3) Pendekatan ini langsung dan berpotensi membuat konselor terlalu fanatik dan ada kemungkinan tidak merawat konseli seideal yang semestinya.
- 4) Pendekatan yang menekankan pada perubahan pikiran bukanlah cara yang paling sederhana dalam membantu konseli mengubah emosinya.<sup>25</sup>

### **7. Tahap –tahap Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)**

*Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) membantu konseli mengenali dan memahami perasaan, pemikiran dan tingkah laku yang irrasional. Dalam proses ini konseli diajarkan untuk menerima bahwa perasaan, pemikiran dan tingkah laku tersebut diciptakan dan diverbalisasi oleh konseli sendiri. Dalam proses konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terdapat beberapa tahap yang dikerjakan oleh konselor dan konseli yaitu sebagai berikut :

- a. Tahap pertama  
Proses dimana konseli diperlihatkan dan disadarkan bahwa mereka tidak logis dan tidak irrasional. Proses ini membantu konseli memahami bagaimana dan mengapa dapat menjadi irasional. Pada tahap ini konseli diajarkan bahwa mereka memiliki potensi untuk mengubah hal tersebut.
- b. Tahap kedua  
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 fikiran irrasional konseli dengan menggunakan pertanyaan

---

<sup>25</sup>Anadkk, “Rational Emotive Behavior Therapy” (On-Line), tersedia di [https://amazonaws.com/academia.edu.documents/35349156/Rasional\\_Emotive\\_Behavior\\_Therapy.pdf](https://amazonaws.com/academia.edu.documents/35349156/Rasional_Emotive_Behavior_Therapy.pdf) (21 Februari 2018), h. 20-21.

untuk menantang validitas ide tentang diri, orang lain dan lingkungan sekitar. Pada tahap ini konselor menggunakan teknik-teknik konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk membantu konseli mengembangkan pikiran rasional.

c. Tahap ketiga

Pada tahap akhir ini, konseli konseli dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan fikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga konseli tidak terjebak pada masalah yang di sebabkan oleh pemikiran irasional. Tahap-tahap konseling ini merupakan proses natural dan berkelanjutan. Tahap ini menggambarkan keseluruhan proses konseling yang dilalui oleh koselor dan konseli. Dari tahap –tahap terdapat dua tugas konselor yaitu: (1) Interpersonal, yaitu membangun hubungan terapeutik, membangun rapport, dan suasana yang kolaboratif. (2) Organizational, yaitu bersosialisasi dengan konseli ntuk melalui terapi, mengadakan proses asesmen awal, menyetujui wilayah masalah dan membangun tujuan konseling.<sup>26</sup>

### C. Motivasi Belajar

#### 1. Pengertian Motivasi

Istilah motivasi berasal dari kata motif yang dapat diartikan sebagai kekuatan yang terdapat diri individu, yang menyebabkan individu, tersebut bertindak dan berbuat. Motif tidak dapat diamati secara langsung. Tetapi dapat diinterpretasikan dalam tingkah lakunya, berupa rangsangan, dorongan, atau pembangkit tenaga munculnya suatu tingkah laku tertentu.

Motif adalah daya penggerak dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitas tertentu demi mencapai tujuan tertentu.<sup>27</sup> Jadi dengan demikian Motivasi merupakan dorongan yang terdapat didalam diri seseorang untuk berusaha mengadakan perubahan tingkah laku yang lebih baik dalam memenuhi kebutuhannya.

<sup>26</sup>Gantina Komala Sari,Eka Wahyuni, *Op.Cit.* h. 215-216.

<sup>27</sup>Hamzah B.Uno,*TeoriMotivasi dan pengukurannya* ( Jakarta: T.Bumi Aksara, 2012 ), h. 3.

Motivasi belajar dapat timbul karena faktor intrinsik, yaitu berupa hasrat dan keinginan berhasil dan dorongan kebutuhan belajar, harapan akan cita-cita. Sedangkan faktor ekstinsiknya adalah adanya penghargaan, lingkungan belajar yang kondusif dan lingkungan belajar yang menarik. Kedua faktor tersebut disebabkan oleh rangsangan tertentu, sehingga seseorang berkeinginan untuk melakukan aktifitas belajar yang lebih giat dan semangat.<sup>28</sup>

Menurut Vrom, Motivasi mengacu kepada suatu proses mempengaruhi pilihan-pilihan individu terhadap bermacam-macam bentuk kegiatan yang dikehendaki. Kemudian Jhon P.Chambell dan kawan-kawan menambahkan rincian dalam definisi tersebut dengan mengemukakan bahwa motivasi mencakup didalamnya arah atau tujuan tingkah laku, kekuatan respons, dan kegigihan tingkah laku. Disamping itu istilah itu pun mencakup sejumlah konsep seperti dorongan (*drive*), kebutuhan (*need*), rancangan (*incentive*), ganjaran (*reward*), Penguatan (*reinforcement*), ketetapan tujuan (*goal setting*), harapan (*expectancy*), dan sebagainya. Dari definisi tersebut motivasi mengandung tiga komponen pokok, yaitu menggerakkan, mengarahkan, dan memopang tingkah lau manusia.

- a. Menggerakkan berarti menimbulkan kekuatan pada individu; memimpin seseorang untuk bertindak dengan cara tertentu.
- b. Motivasi juga mengarahkan atau menyalurkan tingkah laku dengan demikian menyediakan suatu orientasi tujuan. Tingkah laku individu diarahkan terhadap sesuatu.

---

<sup>28</sup>*Ibid.* h. 23.

- c. Untuk menjaga atau memopang tingkah laku, lingkungan sekitar harus menguatkan (*reinforce*) intensitas dan arah dorongan-dorongan dan kekuatan-kekuatan individu.<sup>29</sup>

Menurut Sardiman, Motivasi juga dapat dikatakan serangkaian usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu, sehingga seseorang mau dan ingin melakukan sesuatu, dan apabila ia tidak suka, maka akan berusaha meniadakan atau mengelak perasaan tidak suka itu.<sup>30</sup>

Jadi, dapat disimpulkan motivasi belajar adalah faktor psikis yang menumbuhkan dorongan-dorongan didalam individu baik itu dari internal maupun eksternal dalam belajar. Untuk mendorong seseorang dalam belajar atau menguasai materi pelajaran yang diikutinya sehingga mampu untuk mengadakan perubahan tingkah laku yang mencapai prestasi atau hasil belajar yang lebih baik.

## 2. Faktor- faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar

Faktor yang mempengaruhi motivasi belajar menurut Winardi dapat dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu:

### 1) Faktor internal

#### 1) Persepsi individu mengenai diri sendiri

Seseorang termotivasi atau tidak untuk melakukan sesuatu banyak tergantung pada persepsi. Persepsi seseorang terhadap dirinya sendiri akan mendorong dan mengarahkan perilaku seseorang untuk bertindak.

<sup>29</sup>Ngalimpurwanto,,*Psikologi Pendidikan* (Bandung:PT. Remaja Rosdakarya 2011), h.72.

<sup>30</sup>Sardiman, *Op.Cit.* h.75.



2) Harga diri dan prestasi

Harga diri dan prestasi mendorong individu agar pribadi yang mandiri, kuat, dan memperoleh kebebasan serta mendapatkan status tertentu dalam lingkungan masyarakat, serta mendorong individu untuk berprestasi.

3) Harapan

Adanya harapan-harapan akan masa depan. Harapan merupakan informasi objektif dari lingkungan yang memengaruhi oleh sikap dan perasaan objektif seseorang.

4) Kebutuhan

Manusia dimotivasi oleh kebutuhan untuk menjadikan dirinya sendiri yang berfungsi secara penuh, sehingga mampu meraih potensi secara total.

5) Kepuasan kerja

Suatu dorongan efektif yang muncul dari individu untuk mencapai tujuan yang diinginkan dari suatu perilaku.

b. Faktor eksternal

1) jenis dan sifat pekerjaan

Dorongan untuk bekerja pada jenis dan sifat pekerjaan tertentu sesuai dengan objek pekerjaan yang tersedia akan mengarahkan individu untuk menentukan sikap dalam memilih pekerjaan yang akan ditekuni.

2) Kelompok kerja dimana individu bergabung

Kelompok kerja dimana individu bergabung akan mendorong individu dalam mencapai tujuan perilaku tertentu. Peranan kelompok dalam

mencapai tujuan bersama dapat membantu individu mendapatkan individu mendapatkan kebutuhan akan nilai-nilai kebenaran, kejujuran kebijaksanaan serta dapat memberikan arti bagi individu bagi sehubungan dengan kiprahnya dalam kehidupan sosial.

3) Situasi lingkungan pada umumnya

Setiap individu terdorong untuk berhubungan dalam rasa mempunyai intraksi secara efektif dengan lingkungannya.

4) Sistem imbalan yang diterima

Imbalan merupakan kualitas dari objek pemuas yang dibutuhkan seseorang yang dapat mempengaruhi motivasi atau dapat mengubah arah tingkah laku dari satu objek ke objek lain yang mempunyai nilai imbalan yang lebih besar, sistem pemberian imbalan, dapat mendorong individu untuk berperilaku dalam mencapai tujuan, sehingga ketika tujuan tercapai maka akan timbul imbalan<sup>31</sup>.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang memengaruhi motivasi belajar terdiri dari dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Peserta didik akan dapat meningkatkan motivasi dalam belajar apabila didalam dirinya sendiri mampu mempunyai keinginan dan cita-cita yang akan dituju. Namun apabila peserta didik tidak mempunyai harapan yang akan

---

<sup>31</sup> Wiendi Dwi Nugroho, "Efektivitas layanan bimbingan kelompok teknik homeroom dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII Di SMPN 1 Rakit Kabupaten Banjarnegara" (On-Line), tersedia di <https://journal.student.uny.ac.id> (09 Februari 2018), h. 11-15.

dituju ia akan bermalas-malasan sehingga hasil belajar yang akan diperoleh rendah.

### 3. Fungsi Motivasi Belajar

Fungsi motivasi belajar menurut A.M.Sadirman dibagi menjadi tiga yaitu sebagai berikut:

- a. Mendorong manusia untuk berbuat,

Sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang akan di kerjakan.

- b. Menentukan arah perbuatan,

- c. Yakni kearah yang hendak dicapai. Dengan demikian motivasi dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuan.

- d. Menyeleksi perbuatan,

Yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan. Seseorang siswa yang akan menghadapi ujian dengan harapan dapat lulus, tentu akan melakukan kegiatan belajar dan tidak serasi dengan tujuan.<sup>32</sup>

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa fungsi motivasi adalah agar mendorong manusia untuk berbuat dan menentukan arah perbuatannya serta untuk menyeleksi perbutan itu sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Selain itu motivasi juga berfungsi sebagai penggerak, apabila peserta didik sudah mempunyai

---

<sup>32</sup>*ibid.* h. 11-17.

motivasi belajar yang tinggi maka peserta didik akan dapat dengan sendirinya semangat dalam belajar untuk mencapai tujuan belajar yang diinginkan.

#### **4. Macam-macam Motivasi Belajar**

Setiap peserta didik didalam belajar mempunyai motivasi belajar yang berbeda-beda satu dengan yang lainnya. Dengan demikian motivasi belajar dibagi menjadi dua yaitu :

- a. Motivasi intrinsik yaitu berupa hasrat dan keinginan berhasil dan dorongan kebutuhan belajar, harapan dan cita-cita. Motivasi intrinsik merupakan motivasi yang timbul dari dalam diri sendiri.
- b. Motivasi ekstrinsik yaitu adanya penghargaan, lingkungan belajar yang kondusif, dan kegiatan belajar yang menarik.<sup>33</sup>

#### **5. Pentingnya Motivasi dalam Belajar**

Pada hakikatnya individu ingin mencapai tujuan hidupnya dengan memenuhi semua kebutuhannya, begitu juga dalam belajar, tentunya setiap peserta didik ingin mencapai hasil yang memuaskan, halini tentu dapat terjadi dengan adanya motivasi belajar yang tinggi, motivasi timbul didorong oleh keinginan untuk memenuhi kebutuhan yaitu untuk mencapai hasil yang yang maksisal.

Pentingnya motivasi belajar bagi peserta didik dan guru menurut mudjono sebagai berikut :

- a. Menyadarkan kedudukan pada awal belajar, proses, dan hasil akhir.

---

<sup>33</sup> Hamzah B.Uno, *Op.Cit.* h. 23.

- b. Menginformasikan tentang kekuatan usaha belajar, yang dibandingkan dengan teman sebaya.
- c. Mengarahkan kegiatan belajarn
- d. Membesarkan semangat belajar.
- e. Menyadarkan tentang adanya perjalanan belajar dan keudian bekerja.<sup>34</sup>

Motivasi dalam belajar akan ikut berperan dalam hasil yang akan diperoleh siswa, dengan motivasi peserta didik akan memiliki kekuatan yang mendorong untuk lebih berusaha dengan sungguh-sungguh. Sehingga peserta didik mampu menjalani proses dari belajar itu dengan penuh semangat guna mendapatkan hasil yang optimal.

## **6. Cara Meningkatkan Motivasi Belajar**

Tugas guru adalah memotivasi peserta didik untuk belajar, demi tercapainya tujuan yang diharapkan. Mengupayakan agar motivasi belajar peserta didik lebih meningkat sangat penting artinya sesungguhnya akan mempengaruhi kelangsungan kegiatan belajar mengajar. Kegiatan belajar akan tercipta apabila motivasi belajar yang ada didalam diri peserta didik itu akan memperkuat kearah tingkah laku yang tertentu (belajar).

Adapun motivasai peserta didik dapat di tumbuhkan dengan cara-cara sebagai berikut :

---

<sup>34</sup>Dewi Astini, "Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Dengan menggunakan Layanan Informasi Pada Siswa"Skripsi IAIN 2014.

- a. Membangkitkan suatu kebutuhan, yaitu kebutuhan untuk menghargai suatu keindahan, untuk mendapat penghargaan dan sebagainya.
- b. Menghubungkan dengan pengalaman-pengalaman yang lampau.
- c. Memberikan kesempatan untuk mendapat hasil yang baik, *knowin success leke success* atau mengetahui sukses yang diperoleh peserta didik itu, sebab sukses akan menimbulkan rasa puas. Guru juga dapat menggunakan bermacam-macam motivasi agar peserta didik dapat belajar dengan baik.

Dari beberapa bentuk yang dapat digunakan dalam meningkatkan motivasi belajar, namun yang paling tepat digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar sesuai dengan peran seorang kenselor menurut Djamarah yaitu sebagai berikut :

- a. Saingan atau kompetisi. Persaingan dapat meningkatkan motivasi belajar siswa, baik dari persaingan kelompok maupun individu. Dengan adanya kompetisi peserta didik mampu mendorong dirinya sendiri agar mereka dapat bergairah dalam belajar.
- b. *Ego-Involment*. Siswa dapat berusaha dengan baik untuk menjaga harga dirinya. Penyelesaian tugas dengan baik adalah simbol kebanggaan dan harga diri.
- c. Pujian. pujian yang diucapkan pada waktu yang tepat dapat dijadikan sebagai alat motivasi. Pujian adalah bentuk *reinforcement* yang positif dan sekaligus merupakan motivasi yang baik.
- d. Hadiah. Memberikan sesuatu sebagai penghargaan atau kenang-kenangan. Dalam dunia pendidikan, hadiah dapat dijadikan sebagai alat motivasi. Hadiah

dapat diberikan kepada anak didik yang berprestasi tinggi, ranking satu, dua atau tiga dari anak didik lainnya.

- e. Angka atau nilai. Angka dimaksud adalah sebagai symbol atau nilai dari hasil aktifitas belajar anak didik. Angka atau nilai yang baik mempunyai potensi besar untuk memberikan motivasi kepada anak didik agar lebih giat belajar.
- f. Hukuman. Meski hukuman sebagai reinforcement yang negatif, tetapi bila dilakukan dengan tepat dan bijak akan merupakan alat motivasi yang baik dan efektif.
- g. Ulangan. Ulangan bisa dijadikan sebagai alat motivasi, dengan diberikan ulangan peserta didik akan berusaha dan berbagai strategi untuk mempersiapkan diri agar menguasai semua bahan pelajaran. Sehingga memudahkan peserta didik untuk menjawab setiap item soal yang diajukan ketika pelaksanaan ulangan berlangsung, sesuai dengan interval waktu yang diberikan.
- h. Mengetahui hasil. Dengan mengetahui hasil peserta didik terdorong untuk belajar lebih giat. Apalagi bila hasil belajar mereka mengalami kemajuan, peserta didik berusaha untuk mempertahankannya atau bahkan meningkatkan intensitas belajarnya guna mendapatkan prestasi belajar yang lebih baik dikemudian hari.
- i. Hasrat untuk belajar. Hasrat untuk belajar berarti pada anak didik itu memang ada motivasi untuk belajar, sehingga sudah barang tentu hasilnya akan lebih baik dari pada anak didik yang tak berhasrat untuk belajar.

- j. Minat. Minat adalah kecenderungan yang menetap untuk memperhatikan dan megenang untuk beberapa aktivitas. Seseorang yang berminat dalam aktivitas akan memperhatikan aktivitas tersebut dengan rasa senang dan konsisten.
- k. Tujuan yang diakui. Rumusan tujuan yang diakui dan diterima baik oleh peserta didik merupakan alat motivasi yang sangat penting. Sebab dengan memahami tujuan yang harus di capai, dirasakan anak sangat berguna dan menguntungkan, sehingga menimbulkan gairah untuk terus belajar.<sup>35</sup>

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa, dari beberapa bentuk dan cara-cara untuk menumbuhkan motivasi belajar dalam belajar diatas dapat digunakan dalam layanan konseling kelompok, dengan demikian maka konseling kelompok yang digunakan dapat semakin membantu peserta didik dalam merangsang untuk lebih termotivasi dalam belajar.

#### **D. Kerangka Berfikir**

Kerangka berfikir merupakan sintesa tentang hubungan antara variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan, selanjutnya dianalisis secara kritis dan sistematis, sehingga menghasilkan sintesa tentang hubungan antar variabel yang diteliti.<sup>36</sup>

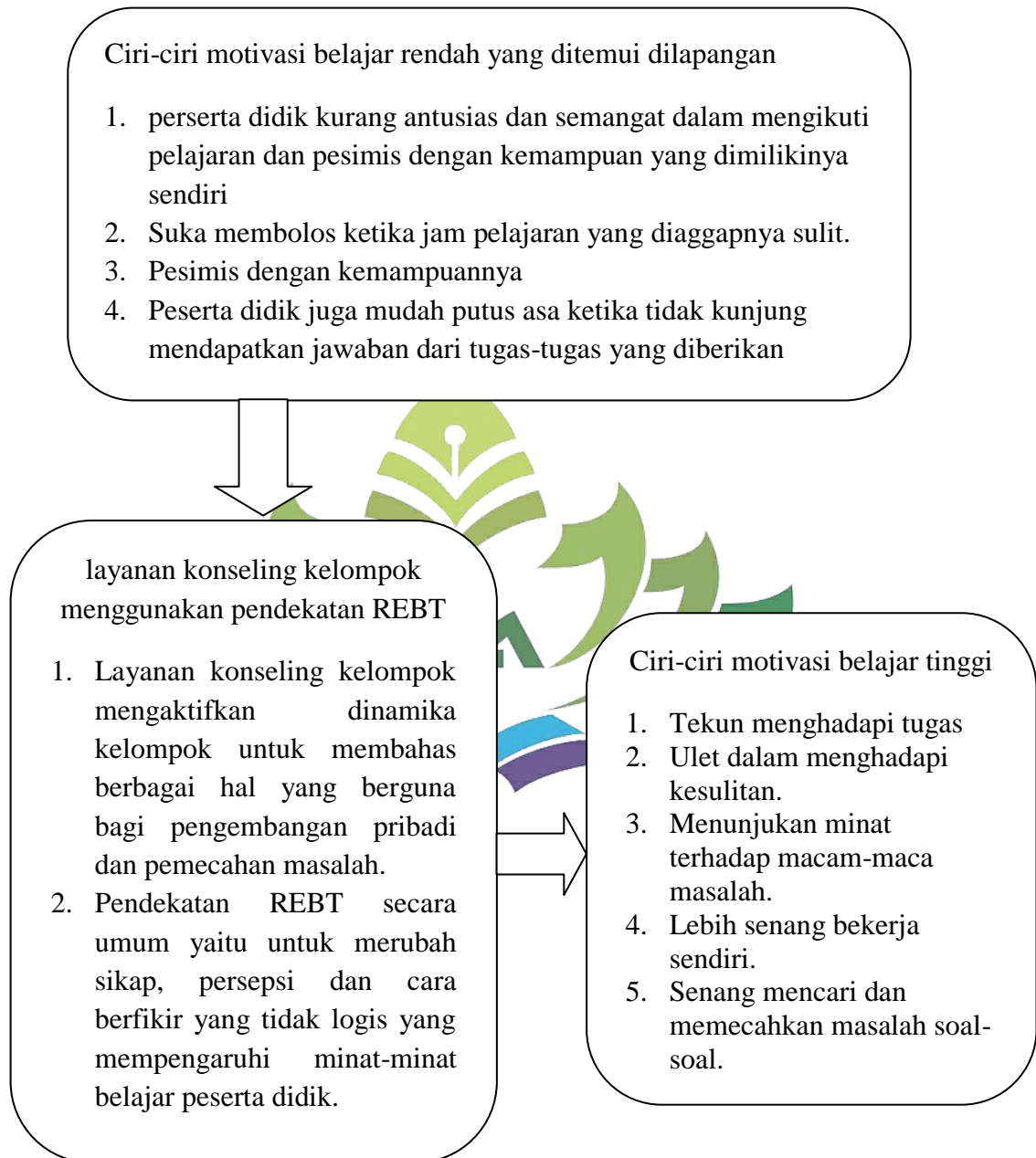
Kerangka berfikir dalam penelitian ini dapat dilihat dalam bentuk-bentuk bagan berikut:

---

<sup>35</sup>Syaiful Bahri Djamarah, *Psikologi Belajar* (Jakarta:PT.Rineka Cipta,2011), h. 160-168.

<sup>36</sup>Sugiono, *Metode Penelitian pendidikan(pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)* (Bandung: Alfabeta,2017), h.92.





**Gambar 1**  
**Kerangka Berfikir Efektifitas Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik**

## E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan sementara penelitian yang telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

**H<sub>0</sub>** : konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) tidak dapat meningkatkan motivasi belajar.

**H<sub>a</sub>** : konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dapat meningkatkan motivasi belajar.

Adapun rumusan uji hipotesisnya adalah

$$H_0 : \mu_1 = \mu_0$$

$$H_a : \mu_1 \neq \mu_0$$

$\mu_1$  : Motivasi belajar peserta didik sebelum pemberian konseling kelompok.

$\mu_0$  : Motivasi belajar peserta didik setelah pemberian konseling kelompok.

Untuk pengujian hipotesis, selanjutnya nilai  $t(t_{hitung})$  dibandingkan dengan nilai  $-t$  dari tabel distribusi  $t(t_{tabel})$ . Cara penentuan nilai  $t_{tabel}$  didasarkan pada taraf signifikansi tertentu ( misal  $\alpha = 0,05$  ) dan  $df = n - 2$ .

Kriteria pengujian hipotesis yaitu:

Tolak  $H_0$ , jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$  dan Terima  $H_a$ , jika  $t_{hitung} < t_{tabel}$ .<sup>37</sup>

---

<sup>37</sup>Triana Nasir, *Pengujian Hipotesa Dua Sampel*, (On-line), tersedia di:<http://all.ofyousearch.blogspot.com>, (20 Febuari 2018)

## F. Penelitian Relevan

Dalam hal ini membahas Mengenai Hasil Penelitian Relevan Yang Berkaitan Dengan Judul Yang Diangkat Yaitu “Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Moivasi Belajar Belajar”.

1. Penelitian yang dilakukan Martin J. Turner dan Helen S. Davis bahwa *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) dapat mempengaruhi motivasi yang ditentukan sendiri. Triathletes menerima pendidikan REBT, diikuti oleh *Rational Emotive Personal-Disclosure Mutual-Sharing* (REPDMS) atau pengungkapan-sendiri, pengungkapan-Pribadi. Pengukuran keyakinan irasional dan motivasi yang ditentukan sendiri dikumpulkan sebelum REBT (*baseline*), selama periode pendidikan. REBT, dan setelah sesi REPDMS (*postintervention*). Desain kasus tunggal ABC diadopsi, memungkinkan untuk analisis statistik dan visual data dari waktu ke waktu dan antar kelompok. Temuan menunjukkan bahwa REBT menyebabkan penurunan keyakinan irasional dan meningkatkan motivasi yang ditentukan sendiri.<sup>38</sup>
2. Penelitian yang dilakukan Gloria Eifediyi, Austine I, Ojugo and Oyaziwo Aluede peneliti tersebut meneliti tentang efektifitas *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam mengurangi kecemasan terhadap peserta didik sekolah

---

<sup>38</sup>Martin J. Turner dan Helen S. Davis, “Exploring the Effects of Rational Emotive Behavior Therapy on the Irrational Beliefs and Self-Determined Motivation of Triathletes”(2018).(On-Line), tersedia di Journal homepage,<https://www.tandfonline.com>. (26 April 2018).

menengah atas di Negara Bagian Edo. Study ini dilakukan dengan memberikan *Pre-Test* dan *Pots-Test*, dengan menggunakan desain *Quasi-Experimental* menggunakan grup kontrol dan eksperimen. Instrumen yang digunakan adalah versi Nigeria inventaris tes kecemasan spielberger. Hasil dari penelitian yang dilakukan diperoleh skor  $\geq 51$  hasil ini menunjukkan bahwa siswa dianggap cemas. Sebanyak 160 tes cemas peserta didik ditugaskan kekelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen diberikan pelatihan 7 minggu dengan menggunakan pendekatan REBT, sementara peserta didik dalam kelompok kontrol diberikan pelatihan dalam pendidikan kesehatan. Hasil dari terapi *Rational Emotive Behavior Therapy* (RET) adalah signifikan ada tingkat 0,05 alpha ( $F = 2,220$ ) = 54,66,  $P = 0,000$  Tidak ada intraksi 2- arah yang signifikan antara terapi dan gender ( $F = 1,573$ ;  $P > 0,210$ ). Hasil menyatakan bahwa pendekatan REBT berhasil dalam mengurangi kecemasan pemeriksaan peserta didik oleh karna itu disarankan agar mengadakan konseling disekolah dengan psikolog.<sup>39</sup>

3. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Eva kartika wulan sari dan laily tiarani soejanto, ada peningkatan *Self Esteem* yang semula 100% mahasiswa memiliki *Self Esteem* yang rendah setelah diberikan konseling kelompok REBT diperoleh hasil 40% mahasiswa dikategorikan sedang dan 60% dikategorikan tinggi, *Self Esteem* dikatakan meningkat setelah diberikan

---

<sup>39</sup> Gloria Eifediyi "Effectiveness of rational emotive behaviour therapy in the reduction of examination Anxiety among secondary schoolstudents in Edo State, Nigeria"(2017) tersedia di Journal homepage, <https://www.tandfonline.com>. (26 April 2018).

konseling REBT atau dapat diartikan bahwa konseling kelompok efektif untuk meningkatkan *Self Esteem* Mahasiswa.<sup>40</sup>

4. Penelitian yang dilakukan Muhammad Ikbal, Nurjannah dengan judul meningkatkan *Self Esteem* dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) pada peserta didik kelas VIII Di Smp Muhammadiyah Jati Agung lampung selatan tahun pelajaran 2015/2016. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pre-experimental design dengan one group petest- posttest dengan sampel penelitian yang berjumlah 12 peserta didik kelas VIII di SMP Muhammadiyah Jati Agung tahun pelajaran 2015/2016 yang memiliki tingkat self esteem rendah. Berdasarkan uji wilcoxon dalam tabel 4.5, diperoleh nilai Asymp.Sig.(2-tailed) sebesar 0.002 karena nilai sig  $0.002 < 0.005$ , dengan perhitungan pengujian wilcoxon diperoleh Zhitung -3.007 dan Ztabel  $0.05 = 0.0011$ , maka Zhitung  $> Z$ tabel ( $-3.007 > 0.0011$ ) dengan nilai sign (2-tailed) dengan demikian berdasarkan uji wilcoxon dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima, jadi dapat disimpulkan bahwa self esteem yang rendah dapat ditingkatkan dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*. Maka, dari data tersebut dapat dilihat  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  yang berbunyi pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dapat meningkatkan self esteem peserta didik kelas VIII

---

<sup>40</sup>Eva kartika wulan sari dan laily tiarani soejanto “Keefektifan Konseling Kelompok REBT untuk meningkatkan self Esteem Mahasiswa”(On-Line), tersedia di [ejournal.unikama.ac.id](http://ejournal.unikama.ac.id).(25 Februari 2018).

SMP Muhmaadiyah Jati Agung Lampung Selatan tahun pelajaran 2015/2016 diterima.<sup>41</sup>

5. Penelitian yang dilakukan oleh Beny Ida Suryani “Efektifitas Konseling Perorangan REBT Untuk mengatasi Motivasi Belajar rendah pada anak berbakat berprestasi Kurang (*UNDERACHIVER*) hasil yang dilakukan oleh Beny dengan teknik REBT sangat efektif untuk mengatasi motivasi belajar rendah pada peserta didik<sup>42</sup>”.
6. Penelitian yang dilakukan Syafrimen, Noriah Mohd.Ishak, Nova Erlina dengan judul delapan cara pembinaan motivasi dikalangan pendidik. Penelitian ini bertujuan untuk melihat cara pembinaan motivasi dikalangan pendidik Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negri (UIN) Raden Intan Lampung, Indonesia. Penelitian ini dijalankan menggunakan pendekatan kualitatif (*case multi-site exploratory case study*), melibatkan 7 orang pendidik yang berpengalaman, subjek dipilih melalui teknik “*purpose sampling*”. Data dikumpulkan melalui wawancara secara mendalam (*indepth interview*), dan dianalisis secara tematik berbantuan software NVIVO 10. Hasil penelitian menunjukkan terdapat delapan komponen dalam pembinaan motivasi, yaitu (1) usaha secara maksimal sebesar (85,71%), melihat tentangan

---

<sup>41</sup>Muhammad Ikbal, Nurjannah “meningkatkan self esteem dengan menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) pada peserta didik kelas VIII Di Smp Muhammadiyah Jati Agung Lampung Selatan tahun pelajaran 2015/2016.(2016).tersedia di Jurnal Bimbingan dan Konseling <https://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli>. (5 April 2018). h. 33-46

<sup>42</sup> Beny Ida Suryani “Efektifitas konseling perorangan REBT Untuk mengatasi Motivasi Belajar Rendah Pada Anak Berbakat Berprestasi Kurang (*UNDERACHIVER*).(*jurnal Skripsi* ,Universitas Negeri Semarang, 2013).

sebagai peluang (71,43%), perencanaan (71,43%), disiplin dan konsisten (71,43%), belajar dari keberhasilan orang lain (42,86%), tujuan harus jelas (42,86%), amanah (14,29%).<sup>43</sup>



---

<sup>43</sup>syafriemen, Noriah Mohd.Ishak, Nova Erlina, “Delapan cara pembinaan motivasi dikalangan pendidik”(2016).(On-Line), Tersedia di<https://osf.io/r7a94>.(3 Mei 2018)

### BAB III

## METODE PENELITIAN

#### A. Metode Penelitian

Secara umum metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.<sup>1</sup> Dalam penggunaan metode penelitian diharapkan agar penelitian yang akan dilaksanakan dapat benar-benar diungkap dan dipertanggung jawabkan dan dipercaya. Tujuan utama dalam metode penelitian adalah agar dalam melaksanakan kegiatan penelitian dapat berjalan dengan baik, terarah, dan sistematis. Penelitian ilmiah bisa dikatakan berhasil apabila penelitian tersebut menggunakan metode yang tepat, dengan menggunakan metode yang tepat akan mendapatkan hasil pengambilan dan analisis data secara benar sehingga memperoleh kesimpulan yang tepat serta mampu dipertanggung jawabkan.

Dalam penelitian ini penulis akan menggunakan metode penelitian kuantitatif. pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup>*Ibid.* h.3.

<sup>2</sup>*Ibid.* h. 14.



## B. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan jenis penelitian eksperimen dimana dalam suatu penelitian eksperimen didalam bidang pendidikan bertujuan untuk menilai suatu tindakan terhadap tingkah laku atau menguji ada tidaknya pengaruh suatu tindakan tersebut. Tindakan didalam eksperimen disebut treatment yang artinya pemberian kondisi yang akan dinilai pengaruhnya.

## C. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode kuantitatif eksperimen. Dengan desain penelitian *Quasi Experimental* yaitu desain yang mempunyai kelompok kontrol, tetapi tidak dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen.<sup>3</sup>

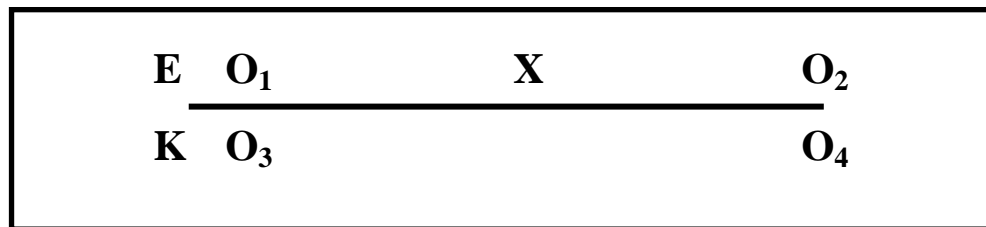
Bentuk desain *Quasi Experimental* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Non-Equivalent Control Group Design*. Pada dua kelompok tersebut, sama-sama dilakukan *Pre-Test* dan *Post-Test*. Desain eksperimen digunakan karena, pada penelitian ini terdapat kelompok eksperimen yang akan diberikan perlakuan dan kelompok kontrol sebagai pembanding, pada dua kelompok tersebut akan dilakukan pengukuran sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah perlakuan.

Pertama dilakukan pengukuran, kemudian pada kelompok eksperimen diberi perlakuan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), pada kelompok kontrol diberi perlakuan menggunakan pendekatan *Client Center*. Selanjutnya dilakukan pengukuran kembali (kelompok) guna

---

<sup>3</sup>*Ibid.h. 77.*

melihat ada tidaknya pengaruh perlakuan yang telah diberikan terhadap subyek yang diteliti. Desain penelitian dapat dilihat sebagai berikut :



**Gambar 2**  
*Pola Non-equivalent control grup design*

Keterangan :

E : Kelompok Eksperimen

K : Kelompok Kontrol

O<sub>1</sub> dan O<sub>3</sub> : Pengukuran motivasi belajar sebelum diberikan

perlakuan layanan konseling kelompok dengan

pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

(REBT) pada kelompok eksperimen, dan pemberian

perlakuan layanan konseling kelompok dengan

pendekatan *Client Center* pada kelompok

kontrol. Pengukuran dilakukan dengan memberikan

angket motivasi belajar. merupakan pengumpulan

data peserta didik yang memiliki motivasi belajar

rendah dan belum mendapatkan perlakuan.

- O<sub>2</sub>: Pemberian (kelompok) untuk mengukur motivasi belajar peserta didik setelah diberikan perlakuan dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Didalam kelompok akan didapat data hasil dari pemberian perlakuan, dimana motivasi belajar akan meningkat atau tidak meningkat sama sekali.
- O<sub>4</sub> : Pemberian (kelompok) untuk mengukur peserta didik menggunakan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Client Center* untuk meningkatkan motivasi belajar pada kelompok kontrol.
- X : Pemberian perlakuan pada kelompok eksperimen dengan menggunakan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa penelitian eksperimen ini merupakan penelitian untuk mencari perbandingan antara

kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan perlakuan (*treatment*).

#### D. Variabel Penelitian

Menurut Sugiono variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, subjek kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya<sup>4</sup>. Berdasarkan permasalahan efektivitas konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung terdiri dari dua variabel, yaitu :

1. variabel independen atau (bebas) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variabel bebas pada penelitian ini yaitu layanan Konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).
2. Variabel dependen atau (terikat) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.<sup>5</sup> Variabel terikat dalam penelitian ini adalah motivasi belajar peserta didik.

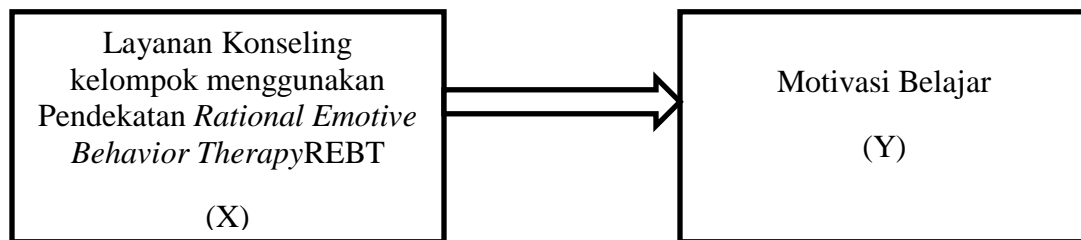
Dalam penelitian ini layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) merupakan variabel bebas diberi simbol (X) sementara motivasi belajar peserta didik merupakan variabel terikat

---

<sup>4</sup>*Ibid.* h.61.

<sup>5</sup>*Ibid.* h.61.

yang diberi simbol (Y). Jadi kolerasi antara dua varibel dapat digambarkan sebagai berikut :




**Gambar 3**  
**Variabel Penelitian**

### **E. Definisi Oprasional**

Definisi oprasional diperlukan dalam penelitian karena definisi tersebut untuk menghindari dalam pengertian dan salah dalam penafsiran yang berbeda terhadap varibel-varibel penillitian yang akan dilakukan. Varibel bebas dalam penelitian ini adalah Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Adapun variabel terikat penelitian ini adalah motivasi belajar peserta didik. Berikut ini penjelasan mengenai variabel-variabel secara oprasional sebagai berikut:

**Tabel 3**  
**Definisi Oprasional**

No	Variabel	Definisi Oprasional	Indikator	Alat ukur	Hasil Ukur	Skala ukur
1	Variabel bebas (X) Layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT)	<p>Layanan konseling kelompok mengaktifkan dinamika kelompok untuk membahas berbagai hal yang berguna bagi pengembangan pribadi dan pemecahan masalah individu (peserta didik) yang menjadi peserta layanan. Dalam konseling kelompok dibahas masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok. Masalah pribadi dibahas dalam suasana dinamika kelompok yang intens dan konstruktif, diikuti oleh semua anggota kelompok dibawah bimbingan kelompok (pembimbing atau konselor).</p> <p>REBT merupakan pendekatan yang berfokus pada tingkah laku individu, pendekatan REBT menekankan bahwa perubahan tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh keyakinan yang irrasional sehingga harus merasionalkan fikiran individu tersebut</p>	-	observasi	Pelaksanaan Layanan konseling kelompok dengan pendekatan <i>rational Emotive Behavior Therapy</i> (REBT)	inerval

		serta berfokus penanganannya pada pemikiran individu.				
2	Variabel terikat (Y) Motivasi Belajar	Menurut sumadi suryabrata dalam buku psikologi pendidikan motivasi adalah keadaan yang terdapat dalam diri seseorang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas tertentu guna pencapai suatu tujuan	 <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tekun menghadapi tugas</li> <li>2. ulet dalam menghadapi kesulitan</li> <li>3. Menunjukkan minat terhadap bermacam-macam masalah</li> <li>4. lebih senang bekerja sendiri</li> <li>5. senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal</li> </ol>	Wawancara Angket motivasi belajar Sejumlah 30 item. Menggunakan Skala <i>Likert</i>	Skala penilaian motivasi belajardari tinggi sedang rendah	interval

## F. Lokasi, Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

### 1. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilakukan di SMP PGRI 6 Bandar Lampung yang beralamat di jalan Jl.Letkol H. Endro Suratmin No. 33 Way Dadi Sukarame Bandar Lampung.

### 2. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas:objek/sujekyang mempunyai kualitas dan karateristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.<sup>6</sup> Populasi dalam penenlitan ini adalah yang menjadi subjek penelitian yakni Peserta didik yang berjumlah 54 peserta didik, sebagaimana yang terdapat dalam tabel berikut ini

**Tabel 4**  
**Jumlah Populasi Penelitian**

No	Kelas	Jumlah Peserta Didik
1	VIII D	27
2	VIII E	27
<b>Jumlah</b>		<b>54</b>

*Sumber :Absensi Guru BK SMP PGRI 6 Bandar Lampung*

### 3. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karateristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan

---

<sup>6</sup>*Ibid.* h.117.



waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Dalam mengambil sampel harus benar-benar representatif (mewakili)<sup>7</sup>. Sugiono menyatakan sampel untuk penelitian eksperimen yang sederhana yaitu 10-20.

Karena jumlah populasi hanya terdiri dari 54 peserta didik maka pada penelitian ini hanya mengambil 16 peserta didik yang akan dibagi kedalam 2 kelompok yaitu, kelas VIII D sebagai kelompok eksperimen dengan jumlah 8 peserta didik yang akan diberikan perlakuan menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dan kelas VIII E sebagai kelompok kontrol dengan jumlah 8 peserta didik yang diberikan perlakuan menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Client Center* untuk melihat perbandingan antar keduanya.

Adapun kriteria pemilihan sampel penelitian berdasarkan rekomendasi Guru Bimbingan dan Konseling SMP PGRI 6 Bandar Lampung dan hasil survey awal pada saat pra penelitian. Sampel dalam penelitian berjumlah 16 orang peserta didik kelas VIII D dan kelas VIII E di SMP PGRI 6 Bandar Lampung.

### 3. Teknik Sampling

Teknik sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana menggunakan sampel *Purposive Sampling*, karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan dengan penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.<sup>8</sup> Dalam penelitian ini peneliti menggunakan peserta didik kelas VIII D yang berjumlah 8

---

<sup>7</sup>*Ibid.* h.118.

<sup>8</sup>*Ibid.*,h. 120

sebagai sampel kelompok eksperimen berdasarkan beberapa pertimbangan karena kelas tersebut memenuhi kriteria sampel sebagai berikut:

- a. Berdasarkan rekomendasi Guru BK
- b. Peserta didik diduga memiliki motivasi belajar rendah, dan;
- c. Peserta didik bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.<sup>9</sup>

## G. Teknik Pengumpulan Data

### 1. Wawancara (*Interview*)

Salah satu metode pengumpul data dilakukan melalui wawancara, yaitu teknik pengumpulan data dengan caratanya jawab lisan yang dilakukan secara sistematis guna mencapai tujuan penelitian.<sup>10</sup> Dalam melakukan wawancara biasanya dilakukan oleh dua orang atau lebih, satu pihak sebagai pencari data dan pihak lain sebagai sumber data dengan memanfaatkan saluran-saluran komunikasi secara sistematis. Penelitian yang valid yaitu: peneliti membawa kerangka pertanyaan-pertanyaan tersebut disajikan tidak secara sistematis, atau pemberian pertanyaan dilakukan secara fleksibel sesuai dengan keadaan.

Metode ini digunakan sebagai metode untuk mendapatkan informasi yang dibutuhkan sehingga data-data yang akurat dapat diperoleh. Dengan tujuan untuk mendapatkan informasi secara mendalam dari Guru BK dan pihak- pihak terkait tentang motivasi belajar peserta didik dan kondisi latar belakang peserta didik yang terdapat di SMP PGRI 6 Bandar Lampung.

---

<sup>9</sup> Rekomendasi guru BK Irma Nilawati SMP PGRI 6 Bandar Lampung,

<sup>10</sup> Anwar sutoyo, *pemahaman individu* (Yogyakarta: pustaka pelajar, 2014), h.123.

## 2. Metode Observasi

Mengutip dari Anwar Sutoyo pengertian “Observasi adalah metode pengamatan dan perhatian yang dilakukan secara langsung maupun tidak langsung terhadap objek yang sedang diteliti, dilakukan secara sistematis dan memiliki tujuan tertentu”<sup>11</sup>.

## 3. Angket

Angket atau kuesioner didefinisikan sebagai sejumlah pertanyaan atau pertanyaan tertulis tentang data faktual atau opini yang berkaitan dengan diri responden, yang dianggap fakta atau kebenaran yang diketahui dan perlu dijawab oleh responden.<sup>12</sup>Dalam angket (kuesioner) berisi daftar–daftar yang biasanya berisi pertanyaan untuk mengukur tingkat motivasi belajar pada peserta didik. Dasar pembuatan angket ini mencakup Lima indikator motivasi belajar yang terdapat didalam suatu teori motivasi belajar yaitu menurut sardiman meliputi :

1. Tekun menghadapi tugas
2. Ulet dalam menghadapi tugas
3. Menunjukkan minat terhadap macam-macam masalah
4. Lebih senang bekerja sendiri
5. Senang mencari dan memecahkan masalah.

Dari angket tersebut responden memilih satu dari empat pilihan jawaban yang terdapat pada kuesioner yang ada dengan menggunakan skala *Likert*, skala

---

<sup>11</sup> Anwar Sutoyo, *pemahaman Individu*(Yogyakarta:Pustaka Pelajar,2012),h.85

<sup>12</sup>*Ibid.* h.151.

*Likert* digunakan untuk mengukur sifat, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Jawaban setiap item yang menggunakan skala *Likert* mempunyai pilihan jawaban yaitu antara lain : sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Adapun skor alternatif jawaban instrument motivasi belajar sebagai berikut:

**Tabel 5**  
**Skor Alternatif Jawaban**

Jenis pertanyaan/ Pernyataan	Skor Alternatif Jawaban			
	Sangat sesuai	Sesuai	Tidak Sesuai	Sangat tidak Sesuai
<i>Favorable</i> (pertanyaan positif/ mendukung indikator)	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i> (Pertanyaan negatif/ menolak indikator )	1	2	3	4

Berdasarkan pengkategorian skor angket tersebut maka, peneliti membagi menjadi 3 kategori yaitu: Tinggi, Sedang, Rendah, Cara mengkategorikannya adalah menentukan interval dengan ketentuan rumus interval, yaitu :

$$I = \frac{NT - NR}{K}$$

Keterangan :

I = Interval  
Nt = Nilai tertinggi  
Nr = Nilai Rendah  
K = Jumlah kategori

Maka interval sesuai dengan rumus tersebut adalah sebagai berikut :

a. Skor tertinggi :  $4 \times 30 = 120$

b. Skor terendah :  $1 \times 30 = 30$

c. Rentang :  $120 - 30 = 90$

$$I = \frac{(30 \times 4) - (30 \times 1)}{3} = \frac{120 - 30}{3} = 30$$

$I = 30$

Berdasarkan keterangan tersebut, maka kriteria motivasi belajar adalah sebagai berikut :

**Tabel 6**  
**Kriteria Motivasi Belajar**

Interval	Kriteria
91 – 120	Tinggi
61 – 90	Sedang
30 – 60	Rendah

#### H. Pengembangan Instrumen Penelitian

Menurut Sugiono, “Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati secara spesifik, semua fenomena ini di sebut variabel penelitian.”<sup>13</sup> Dalam penelitian ini instrument yang digunakan adalah berupa angket, dalam angket data yang digunakan ialah mengenai motivasi belajar.

Adapun pengukuran data yang dilakukan dari hasil instrument peneliti menggunakan skala ukur jenis *Likert*. Dalam instrument tersebut pernyataan yang

---

<sup>13</sup>*ibid.* h.148.

diberikan berdasarkan indikator variabel penelitian, adapun kisi-kisi angket, akan dijabarkan melalui jabaran variabel penelitian sebagai berikut:

**Tabel 7**  
**Kisi – kisiinstrument**

No	Variabel	Indikator	No.Item		Jumlah
			( + )	( - )	
1.	Motivasi belajar	1. Tekun menghadapi tugas	1,3,5,6	2,4,7	7
		2. Ulet dalam menghadapi kesulitan	8,10,11	9,12	5
		3. Menunjukkan minat terhadap macam-macam masalah	13,15	14,16	4
		4. Lebih senang bekerja sendiri	17,19,21,23,25	18,20,22,24	9
		5. Senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal	26,28,30.	27,29	5
		Jumlah	17	13	30

Sebelum angket tersebut digunakan maka peneliti menguji kevalidan dan realibel angket tersebut untuk mengetahui angket tersebut layak atau tidaknya untuk digunakan dalam penelitian, berikut langkah – langkah dalam pengujian:

### 1. Uji Validitas Instrumen

*A test is valid if it measures what it purpose to measure* atau jika diartikan adalah sebuah tes dikatakan valid apabila tes tersebut mengukur apa yang hendak

diukur.<sup>14</sup> Uji validitas instrumen motivasi belajar yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji validitas isi dan uji validitas konstruksi yaitu sebagai berikut:

**a. Uji Validitas isi**

Uji validitas merupakan suatu tes yang dilakukan dan yang akan diukur sehingga dapat menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur mengukur apa yang ingin diukur sehingga mempunyai validitas yang tinggi atau rendah. Hasil penelitian yang valid apabila terdapat kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada obyek yang diteliti.<sup>15</sup>

Uji validitas isi untuk menentukan suatu instrumen tes mempunyai validitas isi yang tinggi dalam penelitian yang dilakukan adalah melalui penilaian yang dilakukan oleh para pakar (*experts judgment*) yang ahli dalam bidangnya. Peneliti melakukan validasi kepada 1 validator yaitu, dosen ahli instrumen. Dosen ahli instrumen sebagai validator untuk mengetahui apakah instrumen tes sudah sesuai dengan indikator motivasi belajar yang akan diujikan.

**b. Validitas Konstruksi**

Agar dapat diperoleh data yang valid, instrumen atau alat untuk evaluasi harus valid. Sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkapkan data dari variabel yang diteliti secara tepat. Sebuah tes dikatakan valid apabila

---

<sup>14</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2013), h. 211.

<sup>15</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2015), Cet. XIV, h. 182.

mempunyai dukungan yang besar terhadap skor total. Untuk mengetahui validitas soal digunakan rumus korelasi *Pola Biserial* sebagai berikut<sup>16</sup> :

$$r_{pbi} = \frac{M_p - M_t}{SDt} \sqrt{\frac{p}{q}}$$

keterangan :

$r_{pbi}$  : Koefesiensi korelasi biserial

$M_p$  : Nilai rata-rata sekor dari subjek yang menjawab betul bagi aitem yang sedang dicari validitasnya

$M_t$  : Nilai rata-rata sekor total

$SDt$  : Standar deviasi total

$P$  : Sistem yang menjawab benar

$$P = \frac{\text{banyak siswa yang menjawab benar}}{\text{jumlah seluruh siswa}}$$

$q$  : Proporsi siswa yang menjawab salah ( $q=1-p$ )

Pengujian validitas menggunakan aplikasi Setelah didapat harga koefisien validitas maka harga tersebut diinterpretasikan terhadap kriteria dengan menggunakan tolak ukur mencari angka korelasi “r” *product moment* ( $r_{xy}$ ) dengan menggunakan derajat kebebasan sebesar (N-2) pada taraf signifikansi ( $\alpha$ ) = 0,05 dengan ketentuan bahwa  $r_{xy}$  lebih besar atau sama dengan  $r_{tabel}$  maka hipotesis nol

---

<sup>16</sup> Anas Sudijono, *Pengantar statistik pendidikan* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2012). h. 258.



diterima atau soal dapat dinyatakan valid. Jika  $r_{xy}$  lebih kecil dari  $r_{tabel}$  maka soal dikatakan tidak valid.<sup>17</sup>

Uji validitas instrumen tes yang dilakukan menggunakan program *SPPSS 17* yang terdiri dari 30 peserta didik dengan memberikan 30 butir pertanyaan tentang Motivasi belajar. Dengan 30 responden maka  $r_{tabel}$  dapat diperoleh melalui *r product moment pearson* dengan  $df=n-2$ , jadi  $df=30-2=28$  maka  $r_{tabel}=0,3610$

**Tabel 8**  
**Hasil Uji Validitas Instrumen Motivasi Belajar**

Soal	Nomor Butir Soal	Jumlah Soal
Valid	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20,21,22,23,24,25,26,27,28,29,30	30
Tidak Valid	0	0

Hasil analisis instrumen 30 butir soal yang dinyatakan valid berjumlah 30 butir soal, jadi instrument dinyatakan valid semua. Berdasarkan hasil uji validitas instrumen di atas, maka soal yang dapat digunakan sebagai evaluasi motivasi belajar adalah soal yang valid, sedangkan yang tidak valid tidak dapat digunakan sebagai evaluasi motivasi belajar.

## 2. Uji Realibilitas Instrument

Suatu alat ukur bisa dikatakan reliabilitas, bila data tersebut mampu menghasilkan data yang di percaya dan dipertanggungjawabkan yang memang sesuai dengan kenyataan aslinya. Penelitian reliabel bisa dikatakan valid apabila

<sup>17</sup>Anas Sudijono, *Pengantar Evaluasi Pendidikan*(Jakarta: Rajawali Pers, 2012), Cet. XII,h. 181.

terdapat kesamaan data dalam waktu yang berbeda misalnya, apabila data dalam suatu objek kemarin berwarna kuning, maka esok dan selanjutnya tetap berwarna kuning.<sup>18</sup>

Teknik yang dapat digunakan untuk menguji tingkat reabilitas suatu data dalam penelitian ini, apakah reliabel atau tidak maka menggunakan rumus *alpha cronbath*

$$r_{11} = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum_{i=1}^n s_i^2}{s_t^2} \right)$$

Keterangan:

$r_{11}$  = Koefisien reabilitas tes

$k$  = Jumlah butir pertanyaan

$\sum s_i^2$  = Jumlah varians skor dari tiap-tiap butir item

$s_t^2$  = Varian total

Rumus untuk menentukan nilai varians dari skor total dan varians setiap butir soal;

$$\sum S_i^2 = s_{i1}^2 + s_{i2}^2 + s_{i3}^2 + \dots + s_{in}^2$$

$$s_i^2 = \frac{\sum X_i^2 - \frac{(\sum X_i)^2}{n}}{n}$$

Rumus untuk menentukan nilai variansi total

$$s_t^2 = \frac{\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{n}}{n}$$

Dimana :

X = nilai skor yang dipilih

N = banyaknya item soal

---

<sup>18</sup> *Ibid*, h.52

**Tabel 9**  
**Kriteria Reliabilitas**

<b>Reabilitas (<math>r_{11}</math>)</b>	<b>Kriteria</b>
0,81-1,00	Sangat tinggi
0,71-0,80	Tinggi
0,41-0,70	Sedang
0,21-0,40	Rendah
0,00-0,20	Sangat rendah

Sumber : Anas Sudijono, *Pengantar Evaluasi Pendidikan*, Jakarta: Rajawali Pers, 2012<sup>19</sup>

Berdasarkan hasil perhitungan soal motivasi belajar diperoleh  $r_{11} = 0,7,58$  maka instrumen reliabel atau masuk kedalam kriteria tinggi, artinya dapat dikatakan bahwa butir-butir soal dalam instrumen tersebut konsisten untuk digunakan sebagai evaluasi hasil motivasi belajar. Untuk melakukan uji reliabilitas menggunakan program *SPSS-17*.

**I. Tahapan-tahapan Pemberian Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar.**

Layanan/perlakuan yang diberikan dalam penelitian ini yaitu layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Pemberian layanan ini dilakukan sebanyak 6 (enam) kali pertemuan. Apabila dalam 1(satu) kali pertemuan waktu yang disepakati kurang maka akan diadakan pertemuan lanjutan dengan topik atau materi yang sama.

<sup>19</sup>Sumber : Anas Sudijono, *Pengantar Evaluasi Pendidikan*, Jakarta: Rajawali Pers, 2012

Tahap-tahap pelaksanaan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik sebagai berikut :

1. Tahap pertama 1 : *Pre-Test*

Tujuan dari pre-test dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peserta didik kelas VIII di SMP PGRI 6 Bandar Lampung yang memiliki kriteria motivasi belajar rendah sebelum diberikan perlakuan (*treatment*). Dengan menggunakan *instrument* angket motivasi belajar.

2. Tahap 2 : Pembentukan

Pada tahap pembentukan yang mencakup kegiatan ketua kelompok memimpin doa selanjutnya melakukan perkenalan yang diawali oleh ketua kelompok dan dilanjutkan oleh anggota kelompok dengan sebuah permainan yang bertujuan untuk mencairkan suasana, menimbulkan keakraban dan kenyamanan, mengatur posisi duduk dalam proses konseling kelompok selanjutnya pemimpin kelompok menjelaskan mengenai layanan konseling kelompok yang meliputi pengertian, tujuan, azas, norma, cara pelaksanaan kegiatan. Dengan mengajak peserta didik berdiskusi tentang waktu dan tempat melaksanakan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

3. Tahap 3: Peralihan

Pada tahap Peralihan merupakan jembatan antara tahap pembentukan dan tahap kegiatan. Anggota terbebaskannya dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya. Setelah

dipastikan bahwa anggota kelompok terlihat siap untuk melangkah menuju tahap berikutnya, kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

#### 4. Tahap ke 4: Kegiatan

Pemimpin kelompok mengemukakan topik bahasan dan menjelaskan pentingnya topik tersebut dibahas. Selanjutnya anggota kelompok melaksanakan kegiatan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar.

- a) pemimpin kelompok menjelaskan mengenai Pengantar konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar. Tujuan langkah ini adalah untuk membangun hubungan yang baik kepada peserta didik yang akan menjadi sampel penelitian, menilai peserta didik yang diduga memiliki motivasi belajar.
- b) Selanjutnya pemimpin kelompok melakukan *assessment* diharapkan anggota kelompok mengemukakan masalah-masalah dan mengarahkan anggota kelompok pada masalah yang dihadapi. Dengan mengidentifikasi inti keyakinan irrasional. Pada langkah ini penulis melakukan eksplorasi. Membantu peserta didik memahami mengapa memelihara keyakinannya yang irrasional sehingga menyebabkan tingkah laku bermasalah dan menyebabkan motivasi belajar peserta didik rendah.

- c) Pemimpin kelompok menentukan tujuan *goal setting* dengan mengetahui kebutuhan konseli, dan mengimplementasikan program layanan yaitu pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).
- d) Dalam implementasi program layanan penulis mengajarkan peserta didik mengenali teori ABCDE. Cara yang baik dalam mengajarkan teori ABCDE Pada langkah ini, penulis dapat membawa peserta didik pada fikiran yang rasional dimana bahwa gangguan pada individu bukan disebabkan oleh peristiwa tetapi pikiran tentang peristiwa tersebut, individu terus bermasalah karena terus memelihara pikiran irrasional tersebut, cara mengatasinya adalah keluar dari pikiran irrasional tersebut dan menggantikannya dengan pikiran rasional. Selanjutnya penulis membuat generalisasi perubahan-perubahan sehingga menjadikan peserta didik sehat secara psikologi mampu mengaktualisasikan diri sehingga peserta didik dapat mengoptimalkan potensi yang dimilikinya.

##### 5. Tahap ke 5: Pengakhiran

pemimpin kelompok mengadakan penilaian segera dengan memberikan beberapa pertanyaan dan kesan yang diperoleh setelah mengikuti layanan. Pada tahap ini pemimpin kelompok menginformasikan bahwa kegiatan konseling kelompok akan berakhir.

6. Tahap ke 6 : Evaluasi Program Layanan dan Tindak Lanjut.

Selanjutnya pemimpin kelompok mengevaluasi program layanan yang telah diberikan selanjutnya perlu dianalisis untuk mengetahui lebih lanjut peningkatan atau penurunan kemampuan peserta didik.

7. Langkah ke 7: *Pos-Test*

Dalam kegiatan ini peneliti memberikan angket kepada peserta didik yang telah diberikan *treatment*. Selanjutnya membandingkan perbedaan dengan kelompok tersebut untuk menentukan apakah pemberian perlakuan yang diberikan efektif dalam meningkatkan motivasi belajar.

**J. Tahapan Pemberian Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Client Center* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar.**

Layanan/perlakuan yang diberikan dalam penelitian ini yaitu layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Client Center*. Pemberian layanan ini dilakukan sebanyak 6 (enam) kali pertemuan yang diberikan kepada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dalam penelitian ini kelompok kontrol menggunakan pendekatan *Client Center*. Apabila dalam 1(satu) kali pertemuan waktu yang disepakati kurang maka akan diadakan pertemuan lanjutan dengan topik atau materi yang sama.

Tahap-tahap pelaksanaan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Client Center* untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik sebagai berikut :

### 1. Tahap pertama 1 : *Pre-Test*

Tujuan dari dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peserta didik kelas VIII di SMP PGRI 6 Bandar Lampung yang memiliki kriteria motivasi belajar rendah sebelum diberikan perlakuan (*treatment*). Dengan menggunakan *instrument* angket motivasi belajar.

### 2. Tahap 2 : Pembentukan

Pada tahap pembentukan yang mencakup kegiatan ketua kelompok memimpin doa selanjutnya melakukan perkenalan yang diawali oleh ketua kelompok dan dilanjutkan oleh anggota kelompok dengan sebuah permainan yang bertujuan untuk mencairkan suasana, menimbulkan keakraban dan keyamanan, mengatur posisi duduk dalam proses konseling kelompok selanjutnya pemimpin kelompok menjelaskan mengenai layanan konseling kelompok yang meliputi pengertian, tujuan, azas, norma, cara pelaksanaan kegiatan. Dengan mengajak peserta didik berdiskusi tentang waktu dan tempat melaksanakan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Client Center*.

### 3. Tahap 3: Peralihan

Pada tahap Peralihan merupakan jembatan antara tahap pembentukan dan tahap kegiatan. Anggota terbebaskannya dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya. Setelah dipastikan bahwa anggota kelompok terlihat siap untuk melangkah menuju tahap berikutnya, kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan *Client Center*.



#### 4. Tahap ke 4: Kegiatan

Pemimpin kelompok mengemukakan topik bahasan dan menjelaskan pentingnya topik tersebut dibahas. Selanjutnya anggota kelompok melaksanakan kegiatan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Client Center* untuk meningkatkan motivasi belajar.

- a) pemimpin kelompok menjelaskan mengenai pengantar konseling kelompok dengan pendekatan *Client Center* untuk meningkatkan motivasi belajar. Tujuan langkah ini adalah untuk membangun hubungan yang baik kepada peserta didik yang akan menjadi sampel penelitian, menilai peserta didik yang diduga memiliki motivasi belajar. Dalam hal ini konselor harus mampu menciptakan suasana santai, penuh keakraban dan kehangatan, serta terbuka, sehingga peserta didik dapat menentukan sikap dalam pemecahan masalahnya.
- b) Selanjutnya pemimpin kelompok merumuskan situasi bantuan dalam merumuskan konseling sebagai bantuan untuk klien, anggota kelompok didorong untuk menerima tanggung jawab untuk melaksanakan pemecahan masalahnya sendiri. diharapkan anggota kelompok mengemukakan masalah-masalah dan mengarahkan anggota kelompok pada masalah yang dihadapi.
- c) Pemimpin kelompok mendorong klien untuk mengungkapkan perasaannya secara bebas berkaitan dengan masalahnya. Dengan menunjukkan sikap santai, penuh keakraban dan kehangatan, serta terbuka, memungkinkan klien untuk mengungkapkan perasaannya.

- d) Konselor secara tulus menerima dan menjernihkan kembali perasaan negative dari klien dengan memberikan respon yang tulus. Setelah perasaan negative dari klien terungkap, maka secara psikologis bebannya mulai berkurang. Sehingga ekspresi-ekspresi positif akan muncul, dan memungkinkan klien untuk bertumbuh dan berkembang sehingga motivasi belajar peserta didik dapat meningkat.
- e) Saat klien mencurahkan perasaannya secara berangsur muncul perkembangan terhadap wawasan (*insight*) klien mengenal dirinya, dan pemahaman (*understanding*) serta penerimaan diri tersebut. Apabila klien memiliki hal tersebut maka klien mulai membuat keputusan untuk melangkah memikirkan tindakan selanjutnya. Artinya bersamaan, dengan timbulnya pemahaman, muncul proses verifikasi untuk mengambil keputusan dan tindakan memungkinkan yang akan diambil.

#### 5. Tahap ke 5: Pengakhiran

pemimpin kelompok mengadakan penilaian segera dengan memberikan beberapa pertanyaan dan kesan yang diperoleh setelah mengikuti layanan. Pada tahap ini pemimpin kelompok menginformasikan bahwa kegiatan konseling kelompok akan berakhir.

#### 6. Tahap ke 6 : Evaluasi Program Layanan dan Tindak Lanjut.

Selanjutnya pemimpin kelompok mengevaluasi program layanan yang telah diberikan selanjutnya perlu dianalisis untuk mengetahui lebih lanjut peningkatan atau penurunan kemampuan peserta didik.

## 7. Tahap ke 7: *Post-Test*

Dalam kegiatan ini penulis memberikan angket kepada peserta didik yang telah diberikan *treatment*. Selanjutnya membandingkan perbedaan dengan kelompok tersebut untuk menentukan apakah pemberian perlakuan yang diberikan efektif dalam meningkatkan motivasi belajar

## K. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

Analisis data dalam hasil penelitian dilakukan melalui dua tahap utama yaitu pengolahan data dan analisis data. Menurut Notoadmojo setelah data-data terkumpul, dapat dilakukan pengolahan data dengan menggunakan *editing*, *coding*, *processing*, dan *cleaning*.

### 1. Teknik pengolahan data

#### a. *Editing*

Merupakan kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan formulir atau kuesioner. Tujuan *editing* adalah untuk menghilangkan kesalahan-kesalahan yang terdapat pada pencatatan dilapangan dan bersifat koreksi. Pada tahap ini kekurangan data atau kesalahan data dapat dilengkapi atau diperbaiki baik dengan pengumpulan data ulang ataupun dengan interpolasi (penyisipan)

#### b. *Coding*

*Coding* adalah pemberian atau pembuatan kode-kode pada tiap-tiap yang termasuk dalam kategori yang sama. Kode adalah isyarat yang dibuat dalam bentuk angka-angka/huruf-huruf yang memberikan petunjuk, atau identitas pada suatu informasi atau data yang akan dianalisis.

### c. *Processing*

Pada tahap ini data yang berisi secara lengkap dan telah melewati proses pengkodean maka akan dilakukan pemrosesan data dengan memasukan data dari seluruh skala yang terkumpul kedalam program *SPSS 17.00*.

### d. *Cleaning*

merupakan pengecekan kembali data yang sudah dientri apakah ada kesalahan atau tidak.<sup>20</sup>

## 2. Analisis Data

Setelah data terkumpul maka selanjutnya dilakukan pengolahan data atau analisis data. Untuk mengetahui ada tidaknya peningkatan motivasi belajar peserta didik kelas VIII di SMP PGRI 6 Bandar Lampung setelah diberikan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) maka digunakan analisis data kuantitatif yaitu suatu proses menemukan pengetahuan yang menggunakan data berupa angka sebagai alat menemukan keterangan mengenai apa yang ingin diketahui. Teknik analisis data tes penguasaan konsep ini diuji dengan menggunakan uji statistik. Sebelum menguji hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas dan homogenitas, sebagai berikut:

### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah sampel berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau tidak.<sup>21</sup> Untuk menguji normalitas pada

---

<sup>20</sup>*Ibid.* h.85.

penelitian ini menggunakan uji *kolmogorof smirnov* pada program SPSS 17.00 dengan taraf signifikan 5%. Adapun hipotesis uji *kolmogorof smirnov* sebagai berikut :

Jika nilai sig.  $< \alpha$ , maka  $H_0$  ditolak.

Jika nilai sig.  $> \alpha$ , maka  $H_0$  diterima.

$H_0$  diterima, maka data terdistribusi normal.

$H_a$  ditolak, maka data tidak terdistribusi normal.

## 2. Uji Homogenitas

Apabila data terdistribusi dengan normal, maka selanjutnya menggunakan uji homogenitas varians. Untuk menguji homogenitas pada penelitian ini menggunakan uji *homogeneity of variances* pada program SPSS17.00 dengan taraf signifikan 5%. Adapun hipotesis uji *homogeneity of variances* sebagai berikut:

Jika nilai sig.  $< \alpha$ , maka  $H_0$  ditolak.

Jika nilai sig.  $> \alpha$ , maka  $H_0$  diterima.

$H_0$  : Tidak ada perbedaan nilai varians dari kedua kelas.

$H_a$  : Ada perbedaan nilai varians dari kedua kelas.

---

<sup>21</sup> Ichi Lucyana Resta, Ahmad Fauzi, Yulkifli, "Pengaruh Pendekatan Pictorial Riddle Jenis Video terhadap Hasil Belajar Siswa dalam Pembelajaran Inkuiri pada Materi Gelombang Terintegrasi Bencana Tsunami" Pillar Of Physicis Education Vol 1 (April 2013).h.20.

### 3. Uji Hipotesis

Hipotesis adalah asumsi atau dengan suatu hal yang dibuat untuk menjelaskan hal yang sering dituntut untuk melakukan pengecekannya. Uji hipotesis digunakan untuk menghitung korelasi antara variabel X dan variabel Y dengan menggunakan rumus *Independent Sample T Test (t-test)*. Adapun hipotesis yang diujikan dalam penelitian ini adalah:

$H_0: \mu_1 = \mu_2$  (Layanan konseling kelompok Tidak dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik pada kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung)

$H_a: \mu_1 \neq \mu_2$  (Layanan konseling kelompok dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik pada kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung)

Pengujian hipotesis menggunakan bantuan SPSS 17.00 rumus uji *t*

*Independent* yang digunakan dengan persamaan:

$$t_{\text{hitung}} = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{(n_1 + n_2 - 2)} \left( \frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2} \right)}}$$

Keterangan:

$\bar{x}_1$  : nilai rata-rata sampel 1

$\bar{x}_2$  : nilai rata-rata sampel 2

$S_1^2$ : varians sampel 1

$S_2^2$ : varians sampel 2

a. Menemukan nilai  $t_{\text{tabel}} = t_{\alpha} (dk = n_1 + n_2 - 2)$

b. Kriteria pengujian hipotesis :

Jika  $t_{\text{hitung}} \geq t_{\text{tabel}}$  maka  $H_0$  ditolak dan

Jika  $t_{hitung} \leq t_{tabel}$  maka  $H_0$  diterima dengan  $\alpha = 5\%$ .

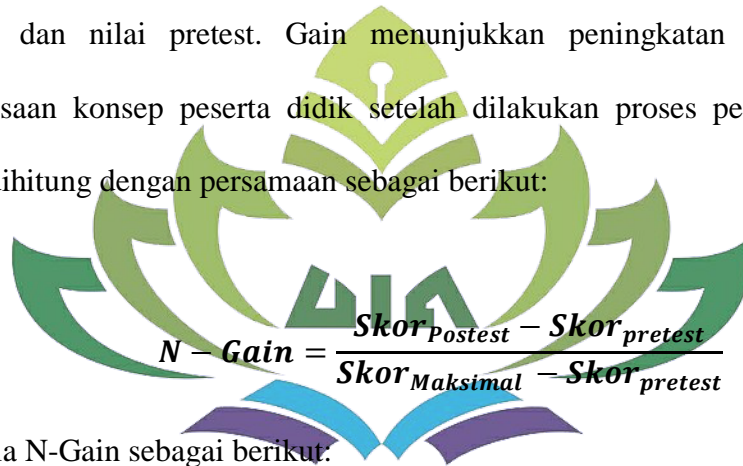
Kriteria pengujian untuk SPSS, yaitu:<sup>22</sup>

Jika nilai *Asymp. Sig*  $\leq \alpha$ , maka  $H_0$  ditolak.

Jika nilai *Asymp. Sig*  $> \alpha$ , maka  $H_0$  diterima.

#### 4. Uji N-Gain

Uji normalitas Gain (N-Gain) digunakan untuk mengetahui besarnya perubahan antara dan pos-test peserta didik. N-Gain adalah selisih antara nilai postests dan nilai pretest. Gain menunjukkan peningkatan pemahaman dan penguasaan konsep peserta didik setelah dilakukan proses pembelajaran. Gain dapat dihitung dengan persamaan sebagai berikut:



$$N - Gain = \frac{Skor_{postest} - Skor_{pretest}}{Skor_{Maksimal} - Skor_{pretest}}$$

Kriteria N-Gain sebagai berikut:

**Tabel 10**  
**Tabel Kriteria N-Gain**

Kriteria	Keterangan
$0,00 \leq Ngain \leq 0,30$	Rendah
$0,30 \leq Ngain \leq 0,70$	Sedang
$0,70 \leq Ngain \leq 1,00$	Tinggi

<sup>22</sup>Novalia dan Muhamad Syazali, *Olah Data Penelitian Pendidikan* (Bandar Lampung: Anugrah Utama Raharja), h. 66.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019 pada bulan Juli sampai dengan bulan Agustus 2018 dengan judul Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Rational Emotif Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Pelaksanaan tersebut telah sesuai dengan jadwal yang telah disepakati dengan sasaran atau objek penelitian. Sebelum hasil penelitian diperoleh, penulis melakukan observasi dan penyebaran *instrument* angket yang berkaitan dengan motivasi belajar peserta didik yang akan dijadikan sebagai sampel penelitian, hasil dari observasi dan penyebaran angket tersebut dijadikan analisis dan alat ukur untuk perumusan layanan konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Dalam penelitian ini populasi peserta didik yaitu berjumlah 54 (Lima puluh Empat) peserta didik yang terdiri dari kelas D dan E SMP PGRI 6 Bandar Lampung, sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah berjumlah 16 peserta didik yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu 8 peserta didik kelas D Sebagai kelompok eksperimen dan 8 peserta didik kelas E sebagai kelompok kontrol.



Penelitian ini menggunakan metode *Quasi Eksperimen*, Untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik penulis menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam kelompok eksperimen sedangkan dalam kelompok kontrol penulis menggunakan pendekatan *Client Center* untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik sebagai perbandingan.

### 1. Profil Umum Motivasi Belajar

Berdasarkan hasil penyebaran *instrument* angket motivasi belajar peserta didik yang berjumlah 54 peserta didik kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung tahun pelajaran 2018/2019, diperoleh persentase profil motivasi belajar peserta didik yang selanjutnya dikategorikan dalam tiga kriteria sebagaimana yang terdapat pada tabel 11 sebagai berikut.

**Tabel 11**  
**Gambaran Umum Motivasi Belajar**  
**Peserta Didik Kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung**

No	Kriteria	Interval	$\Sigma$	Persentase
1.	Tinggi	91-120	15	27,77%
2.	Sedang	61-90	19	35,18%
3.	Rendah	30-60	20	37,03%
<b>Jumlah</b>			<b>54</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel tersebut terlihat bahwa gambaran motivasi belajar peserta didik di SMP PGRI 6 Bandar Lampung terdapat 15 (27,77%) peserta didik berada pada kategori tinggi, 19 (35,18%) berada pada kategori sedang, dan kategori rendah sebanyak 20 (337,03 %) peserta didik.

Berdasarkan gambaran tersebut menunjukkan bahwa peserta didik di SMP PGRI 6 Bandar Lampung sebagian besar berada pada kategori rendah, namun masih terdapat juga peserta didik yang memiliki motivasi belajar pada kategori sedang dan tinggi. Tujuan diadakan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah untuk dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung.

Selanjutnya gambaran motivasi belajar peserta didik dapat terlihat pada beberapa aspek yaitu (1) Tekun menghadapi tugas; (2) Ulet dalam menghadapi kesulitan; (3) Menunjukkan minat terhadap macam-macam masalah; (4) Lebih senang bekerja sendiri; (5) Senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal. Sehingga hasil persentase dari setiap indikator dapat dideskripsikan sebagai berikut:

**a. Nilai Hasil Motivasi Belajar Peserta Didik Perindikator**

**Tabel 12**  
**Kategori Motivasi Belajar ( MB)**

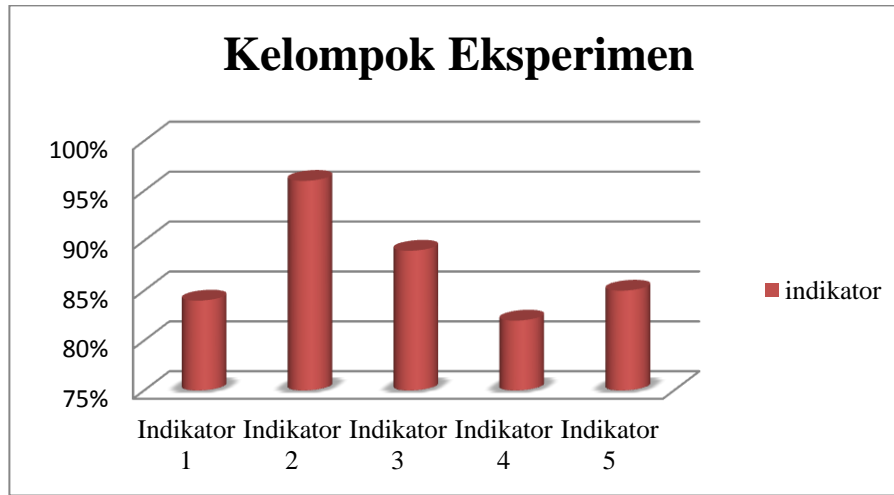
No	Persentase Motivasi Belajar	Kategori
1	$77\% \leq MB \leq 100$	Tinggi
2	$34\% \leq MB \leq 67$	Sedang
3	$0\% \leq MB \leq 33$	Rendah

Berdasarkan tabel diatas kategori motivasi belajar dapat digolongkan menurut tingkatannya sesuai dengan nilai kriteria. Rendah apabila hasil diantara 0% - 33%. Sedang apabila hasil mencapai antara 34 – 67% dan tinggi apabila hasil belajar peserta didik mencapai antara 77 – 100%.

**Tabel 13**  
**Persentase Motivasi Belajar Peserta Didik Perindikator**  
**Kelompok Eksperimen**

No	Indikator	Persentase	Kriteria
1	Tekun menghadapi tugas	84 %	Tinggi
2	Ulet dalam menghadapi kesulitan	96 %	Tinggi
3	Menunjukkan minat terhadap macam-macam masalah	89 %	Tinggi
4	Lebih senang bekerja sendiri	82 %	Tinggi
5	Senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal	85 %	Tinggi

Berdasarkan tabel 13 diatas dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar peserta didik kelompok eksperimen yang memiliki persentasi tertinggi terdapat pada indikator Ulet Dalam Menghadapi Tugas sebesar 96 % dengan kategori Tinggi dan 82% nilai terendah pada indikator Lebih senang bekerja sendiri. Hal ini menunjukkan peserta didik sudah memiliki motivasi belajar namun belum menapai optimal. Persentase hasil hasil belajar peserta didik kelompok eksperimen dapat dilihat pada grafik berikut ini :



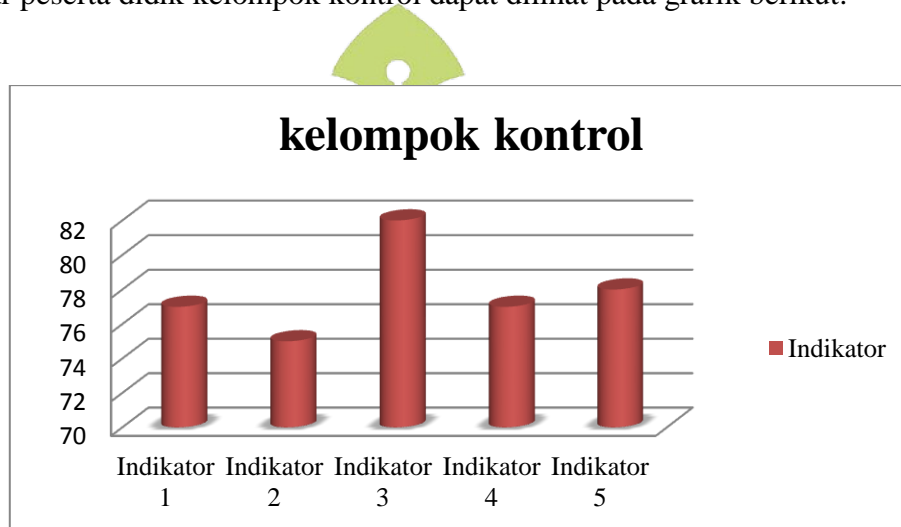
**Gambar 4**  
**Grafik Motivasi Belajar Peserta Didik Perindikator**  
**Kelompok Eksperimen**

Hasil grafik diatas menggambarkan secara jelas bahwa peserta didik memiliki kecenderungan nilai paling tinggi pada indikator no.2 yaitu ulet dalam menghadapi tugas diantara indikator yang lainnya. Hal ini disebabkan karena peserta didik telah mengetahui dan memahami secara baik berbagai materi yang telah diberikan dan indikator yang dipelajari setelah layanan yang diberikan.

**Tabel 14**  
**Persentase Motivasi Belajar Peserta Didik Perindikator**  
**Kelompok Kontrol**

No	Indikator	Persentase	Kriteria
1	Tekun menghadapi tugas	77%	Tinggi
2	Ulet dalam menghadapi kesulitan	75 %	Tinggi
3	Menunjukkan minat terhadap macam-macam masalah	82 %	Tinggi
4	Lebih senang bekerja sendiri	77 %	Tinggi
5	Senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal	78 %	Tinggi

Berdasarkan tabel14 diatas dapat disimpulkan bahwa hasil belajar peserta didik kelompok kontrol yang memiliki persentasi tertinggi terdapat pada indikator menunjukkan minat terhadap macam-macammasalah sebesar 82 % dengan kategori Tinggi. Dalam hal ini berarti peserta didik sudah memahami bagaimana cara menumbuhkan motivasi belajar secara jelas setelah diberikan layanan berupa konseling kelompok dengan pendekatan *Client Center*. Persentase hasil hasil belajar peserta didik kelompok kontrol dapat dilihat pada grafik berikut:

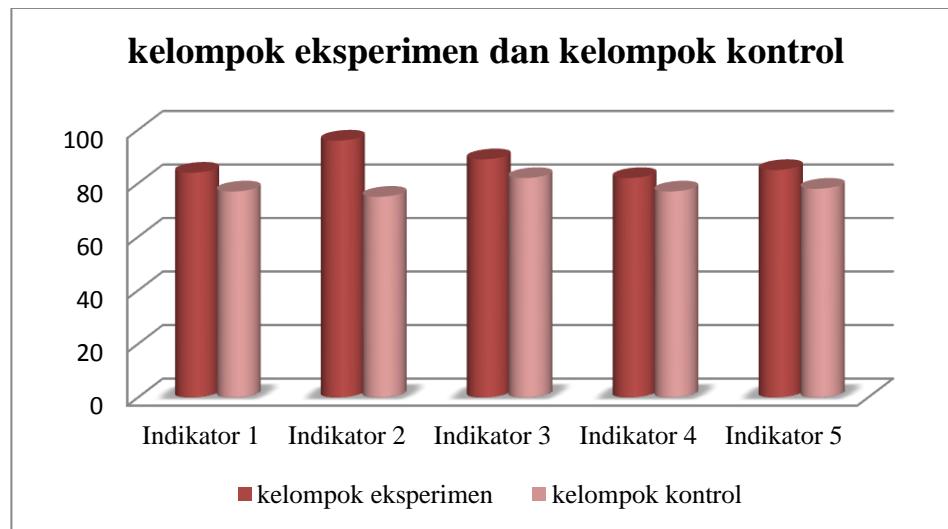


**Gambar 5**  
**Grafik Motivasi Belajar Peserta Didik Perindikator**  
**Kelompok Kontrol**

Grafik tersebut menggambarkan secara rinci tentang gambaran motivasi belajar pada setiap indikator. Hal ini ditunjukkan dengan hasil yang diperoleh setelah layanan diberikan. Penulis menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Client Center* sebagai kelompok pembanding dengan kelompok eksperimen yang menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior*

*Therapy* (REBT). Dengan adanya kelompok pembanding tersebut dapat diketahui lebih efektif pendekatan *Clie* *Center* atau pendekatan *Rational Emotive Behavior Tehrapy* untuk dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik di SMP PGRI 6 Bandar Lampung.

Persentase hasil belajar peserta didik perindikator kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dilihat pada grafik berikut ini :



**Gambar 6**  
**Grafik Motivasi Belajar Peserta Didik Perindikator**  
**Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Berdasarkan grafik diatas, terlihat bahwa hasil *Pos-Test* peserta didik kelompok eksperimen menunjukkan peningkatan yang lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hal ini disebabkan karena kelompok eksperimen diberikan layanan berupa konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) sehingga peserta didik dapat meningkatkan

motivasi dalam belajar. Namun pada kelompok kontrol menggunakan pendekatan *Client Center* menunjukkan kenaikan kearah positif.

**2. Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019.**

- a) Pelaksanaan Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019.

Pelaksanaan layanan Konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dilaksanakan pada kelompok eksperimen dengan peserta didik yang berjumlah 8 orang. Dalam melaksanakan kegiatan konseling kelompok tersebut dilakukan didalam ruang BK. Deskripsi proses pelaksanaan konseling kelompok dilakukan dengan memaparkan hasil pengamatan selama proses konseling dari pertemuan pertama hingga pertemuan terakhir adalah sebagai berikut:

**1) kelompok Eksperimen**

**a) Tahap Pertama**

Hari/Tanggal :Selasa, 28 Februari 2018

Waktu : 13.00 -13.45 WIB

Tempat : Ruang Kelas SMP PGRI 6 Bandar Lampung

Tahap pertama dalam melakukan penelitian yaitu *Pre-Test*, *Pre-Test* tersebut dilakukan dengan menggunakan *instrument*/angket motivasi belajar untuk mengetahui gambaran tingkat motivasi belajar peserta didik sebelum diberikan *treatment* dengan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) *Pre-Test* ini diberikan kepada peserta didik kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung yang berjumlah 54 peserta didik.

Pada tahap ini merupakan tahap pengenalan dan upaya dalam menumbuhkan sikap kebersamaan serta saling menerima, Selanjutnya memberikan pengetahuan tentang tujuan atau garis besar sesi konseling pada Peserta didik dan mengidentifikasi kondisi awal peserta didik sebelum menerima perlakuan.

Kemudian penulis menjelaskan secara singkat tentang tujuan dalam kegiatan layanan konseling kelompok dan menjelaskan petunjuk pengisian *instrument* motivasi belajar. Secara keseluruhan peserta didik memahami dengan pasti dan memberikan informasi tentang motivasi belajar. Hasil dari pre-test selanjutnya dianalisis dan dikategorikan berdasarkan tingkat motivasi belajar. Hal ini dilakukan oleh penulis untuk memperoleh gambaran motivasi belajar yang terjadi pada peserta didik. *Pre-Test* ini juga digunakan untuk menentukan subjek penelitian berdasarkan tujuan penelitian yaitu peserta didik yang terindikasi memiliki karakteristik motivasi belajar rendah.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh penulis, pelaksanaan pre-test dapat dikatakan lancar dan kondusif dimana ditunjukkan dengan peserta



didik yang antusias dalam memberikan informasi mengenai motivasi belajar dalam seluruh item *instrument* dapat terisi sesuai dengan prosedur petunjuk pengisian *instrument*. Pada kegiatan ini diselesaikan tepat pada waktu yang telah ditentukan.

**b) Tahap Kedua**

Hari/Tanggal :Rabu, 25 Juli 2018

Waktu :13.00-13.45 WIB

Tempat : Ruang BK

Pada tahap kedua ini penulis sudah menentukan kelompok kontrol dan kelompok eksperimen berdasarkan karakteristik motivasi belajar peserta didik sesuai dengan hasil *Pre-Test* yang telah dilaksanakan sebelumnya. Penulis memberikan lembar persetujuan responden kepada peserta didik. Selanjutnya, penulis menjelaskan kegiatan layanan yang akan dilakukan. Pada pertemuan kedua ini penulis melakukan pembentukan kelompok. Konseling kelompok dilaksanakan di ruang BK SMP PGRI 6 Bandar Lampung. Penulis membuka pertemuan kedua ini dengan mengucapkan salam kepada anggota kelompok dan dilanjutkan dengan berdoa agar pelaksanaan konseling kelompok berjalan dengan lancar dan diridhoi oleh Allah SWT. Penulis selanjutnya memperkenalkan diri seperti menyebutkan nama, alamat, tempat tanggal lahir, asal dan sebagainya kemudian diteruskan pada anggota kelompok yang lainnya.

Kemudian dilanjutkan dengan permainan agar menghangatkan suasana konseling sehingga tercipta suasana keakraban dan kehangatan dalam proses konseling berlangsung. Tujuan dari permainan juga agar sebelum pelaksanaan

konseling anggota kelompok merasa rileks dan tidak tegang dengan begitu anggota kelompok dapat mengungkapkan masalah-masalah yang dialami. Penulis juga menjelaskan maksud, tujuan, asas-asas konseling pelaksanaan konseling kelompok, dan bagaimana tata cara pelaksanaan konseling kelompok berlangsung, menyampaikan kesepakatan waktu dan komitmen dalam konseling kelompok.

Dalam hal ini ketua kelompok memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk bertanya agar dalam pelaksanaan konseling bersifat aktif tidak pasif. Pada saat tahap peralihan penulis menjelaskan kembali maksud serta tujuan diadakannya pelaksanaan konseling kelompok, penulis membangun *raport* (hubungan yang baik) agar dalam proses pelaksanaan konseling tercipta suasana transparan, jujur, empati penuh rasa persahabatan, kehangatan, dan saling menghargai antara satu dengan yang lainnya. Selanjutnya penulis menjelaskan peranan anggota kelompok agar dalam pelaksanaan konseling berlangsung setiap anggota kelompok diminta aktif berpendapat dan memberikan respon, atau ide-ide terhadap topik yang akan dibahas.

Pada tahap kegiatan pemimpin membentuk anggota kelompok selanjutnya pemimpin kelompok mengemukakan topik bahasan yaitu mengenai pentingnya motivasi dalam belajar, sesuai dengan informasi dari hasil pengisian *intrument*/angket motivasi belajar dan apa yang dialami oleh peserta didik. Pada pertemuan ini penulis melakukan pengamatan terhadap peserta didik untuk mengetahui perilaku, kebiasaan, dan sikap peserta didik. (penulis) sebagai

pemimpin kelompok membahas secara singkat mengenai kegiatan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

Pada tahap pengakhiran tidak lupa penulis memberikan kesimpulan, memberikan kesempatan pada anggota kelompok untuk bertanya dari proses konseling dan mengevaluasi dari hasil proses berjalannya kegiatan konseling menanyakan pemahaman apa yang sudah diperoleh dari pertemuan yang dilakukan, pemahaman apa dan bagaimana perasaan serta kesan yang didapat selama kegiatan konseling kelompok. Sebelum ditutup penulis memberi komitmen peserta didik terhadap konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) selanjutnya dan diakhiri dengan doa serta salam.

**c) Tahap ketiga**

Hari/Tanggal : Sabtu, 28 Juli 2018

Waktu : 13.00 -13.45 WIB

Tempat : Ruang BK

Pada tahap ketiga ini seperti sebelumnya permasalahan yang akan dibahas mengenai sekitar motivasi belajar, namun sebelumnya anggota kelompok sudah menceritakan permasalahan yang terjadi pada diri masing-masing anggota kelompok yang berkaitan dengan belajar. Kemudian sebelum dimulainya kegiatan sesi konseling kelompok penulis melakukan opening dengan menyambut anggota kelompok dengan penuh kehangatan, memberi salam, menanyakan kabar,

menyapa, dan membina hubungan yang baik sehingga dalam proses konseling kelompok penuh dengan keakraban dan kenyamanan.

Pada saat tahap peralihan penulis menjelaskan kembali maksud serta tujuan diadakannya pelaksanaan konseling kelompok, penulis membangun *raport* (hubungan yang baik) agar dalam proses pelaksanaan konseling tercipta suasana transparan, jujur, empati penuh rasa persahabatan, kehangatan, dan saling menghargai antara satu dengan yang lainnya. Selanjutnya penulis menjelaskan peranan anggota kelompok agar dalam pelaksanaan konseling berlangsung setiap anggota kelompok diminta aktif berpendapat dan memberikan respon, atau ide-ide terhadap topik yang akan dibahas dalam tahap ini yakni pembahasan topik tugas cara belajar yang efektif.

Pada pertemuan ini penulis mengulas kembali pertemuan sebelumnya yaitu tentang pentingnya motivasi dalam belajar. Selanjutnya penulis melakukan *assessment* diharapkan anggota kelompok mengemukakan masalah-masalah yang dihadapi yang berkaitan dengan masalah belajar peserta didik agar penulis dapat mengidentifikasi inti keyakinan irrasional yang terjadi pada peserta didik. Pada langkah ini penulis melakukan eksplorasi. Membantu peserta didik memahami mengapa memelihara keyakinannya yang irrasional sehingga menyebabkan tingkah laku bermasalah dan menyebabkan motivasi belajar peserta didik rendah.

selanjutnya setelah diketahui penyebabnya, penulis mengajak anggota kelompok mengubah perilaku tersebut, karena apabila tidak diubah maka akibat yang terjadi prestasi belajar akan menurun dan orang tua akan kecewa. Kemudian

penulis juga memberikan gambaran tentang hal-hal menarik dan memberikan pemahaman agar peserta didik bisa berubah kearah yang lebih baik.

Pada tahap pengakhiran tidak lupa penulis memberikan kesimpulan, memberikan kesempatan pada anggota kelompok untuk bertanya dari proses konseling dan mengevaluasi dari hasil proses berjalannya kegiatan konseling menanyakan pemahaman apa yang sudah diperoleh dari pertemuan yang dilakukan, pemahaman apa dan bagaimana perasaan serta kesan yang didapat selama kegiatan konseling kelompok. Sebelum ditutup penulis memberi komitmen peserta didik terhadap bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) selanjutnya dan diakhiri dengan doa serta salam.

#### **d) Tahap keempat**

Hari/Tanggal : Selasa, 31 Juli 2018

Waktu : 13.00 – 13.45 WIB

Tempat : Ruang BK

Pada tahap keempat pertemuan ini penulis memasuki *Technique Implementation* yaitu penerapan dimana dimulai dengan tujuan goal setting untuk mengetahui kebutuhan peserta didik, penulis sebagai pemimpin kelompok membahas secara singkat mengenai kegiatan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) sebelumnya. Kegiatan selanjutnya yaitu melakukan penstrukturan dengan menjelaskan kembali kepada

peserta didik tentang cara pelaksanaan bimbingan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

Pada tahap permulaan ini peserta didik terlihat lebih rileks dibandingkan dengan pertemuan sebelumnya. Pada tahap peralihan penulis mencoba menjelaskan kembali maksud dan tujuan dari pelaksanaan bimbingan konseling kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Setelah peserta didik dipastikan siap untuk melangkah menuju tahap berikutnya, kegiatan bimbingan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) pun dilanjutkan.

Kemudian penulis mengemukakan topik bahasan yang akan dibahas yaitu cara menumbuhkan motivasi dalam belajar sehingga meningkatkan motivasi belajar. Pada tahap ini penulis kemudian memberikan gambaran mengenai bagaimana cara menumbuhkan motivasi dalam belajar sehingga menyenangkan dan menimbulkan ketertarikan pada peserta didik untuk terus semangat dalam belajar. Penulis akan menetapkan tujuan (*goal setting*) yang akan dicapai dalam konseling yaitu untuk dapat meningkatkan motivasi dalam belajar peserta didik.

Penulis juga membantu peserta didik memandang masalah-masalah yang dihadapi yang menyebabkan pikiran peserta didik menjadi irasional sehingga tingkah laku yang ditimbulkan tidak sesuai dengan seharusnya dengan memperhatikan penyebab hambatan-hambatan yang dihadapi untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Selanjutnya penulis mengajak peserta didik untuk lebih

mengetahui sub-sub tujuan yang ingin dicapai dahulu sehingga tujuan umum dalam peserta didik dapat tercapai.

Pada tahap pengakhiran tidak lupa penulis memberikan kesimpulan, memberikan kesempatan pada anggota kelompok untuk bertanya dari proses konseling dan mengevaluasi dari hasil proses berjalannya kegiatan konseling menanyakan pemahaman apa yang sudah diperoleh dari pertemuan yang dilakukan dan bagaimana perasaan serta kesan yang didapat selama kegiatan konseling kelompok. Sebelum ditutup penulis memberi komitmen peserta didik terhadap bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) selanjutnya dan diakhiri dengan doa serta salam.

e) **Tahap kelima.**

Hari/Tanggal : Rabu, 1 Agustus 2018

Waktu : 13.00 – 13.45 WIB

Tempat : Ruang BK

Pada tahap kelima ini seperti sebelumnya permasalahan yang akan dibahas mengenai sekitar motivasi belajar, namun sebelumnya anggota kelompok sudah menceritakan permasalahan yang terjadi pada diri masing-masing anggota kelompok. Kemudian sebelum dimulainya kegiatan sesi konseling kelompok penulis melakukan opening dengan menyambut anggota kelompok dengan penuh kehangatan, memberi salam, menanyakan kabar, menyapa, dan membina hubungan yang baik sehingga dalam proses konseling kelompok penuh dengan keakraban dan kenyamanan.

Pada saat tahap peralihan penulis menjelaskan kembali maksud serta tujuan diadakannya pelaksanaan konseling kelompok, penulis membangun *raport* (hubungan yang baik) agar dalam proses pelaksanaan konseling tercipta suasana transparan, jujur, empati penuh rasa persahabatan, kehangatan, dan saling menghargai antara satu dengan yang lainnya. Selanjutnya penulis menjelaskan peranan anggota kelompok agar dalam pelaksanaan konseling berlangsung setiap anggota kelompok diminta aktif berpendapat dan memberikan respon, atau ide-ide terhadap topik yang akan dibahas. Dalam tahap ini yakni pembahasan topik tugas cara meningkatkan motivasi dalam belajar.

Pada pertemuan kelima proses konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yaitu masih pada tahap *Technique Implementation* yaitu penerapan dan cara meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Dimana pada tahap ini penulis mengimplementasikan teknik yang digunakan untuk menyelesaikan masalah pada peserta didik yang memiliki motivasi belajar rendah.

Dalam implementasi program layanan penulis mengajarkan peserta didik mengenali teknik ABCDE cara yang baik dalam mengajarkan teori ABCDE Pada langkah ini, penulis dapat membawa peserta didik pada fikiran yang rasional dimana bahwa gangguan pada individu bukan disebabkan oleh peristiwa tetapi pikiran tentang peristiwa tersebut, individu terus bermasalah karena terus memelihara pikiran irrasional tersebut, cara mengatasinya adalah keluar dari pikiran irrasional tersebut dan menggantikannya dengan pikiran rasional atau



dengan mengkonfrontasi pikiran peserta didik. Dalam hal ini yang akan diimplementasikan pada konseli yang berinisial F. Konseli F merupakan peserta didik kelas VIII D SMP PGRI 6 Bandar Lampung yang memiliki keyakinan irasional dalam dirinya. Dimana F meyakini dirinya adalah orang yang bodoh ia merasa tidak bisa mengerjakan tugas yang diberikan oleh gurunya. Untuk itu penulis dalam pelaksanaan konseling kelompok akan menyelesaikan masalah yang terjadi pada F dengan teknik ABCDE dimana

- 1) A = saya harus bisa mendapatkan nilai tertinggi dikelas. Namun hal yang terjadi saya melakukan kesalahan yaitu tidak bisa mengerjakan tugas yang diberikan sehingga saya tidak bisa mendapatkan nilai yang bagus.
- 2) B = Saya tidak berharga, saya Bodoh sekali
- 3) C = peserta didik kurang antusias dan semangat dalam mengikuti pelajaran, terkadang peserta didik membolos ketika pelajaran yang dianggapnya susah dan pesimis dengan kemampuan yang dimilikinya.. Kesulitan peserta didik dalam mendapatkan nilai yang memuaskan membuat peserta didik menjadi lebih sering putus asa ketika peserta didik menjumpai.
- 4) D = F tidak bodoh, namun F harus rajin belajar lagi karna setiap manusia dilahirkan mempunyai potensi baik atau buruk.
- 5) E = peserta didik menjadi semangat lagi dalam belajar dan mempunyai motivasi tinggi untuk mencapai cita-cita yang diinginkan.

Selanjutnya penulis membuat generalisasi perubahan-perubahan sehingga menjadikan peserta didik sehat secara psikologi mampu mengaktualisasikan diri sehingga peserta didik dapat mengoptimalkan potensi yang dimilikinya.

Pada tahap ini peserta didik mulai menyadari bahwa terdapat perkembangan terhadap wawasan, dan pemahaman pada dirinya. Peserta didik menyadari akan masalah belajar yang dihadapinya sehingga peserta didik mulai membuat keputusan untuk merubah sikap yang merugikan dirinya agar prestasi belajarnya meningkat. Pada tahap ini juga penulis mengevaluasi dari hasil konseling berkaitan dengan permasalahan motivasi belajar rendah pada peserta didik dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dengan teknik ABCDE, penulis mengevaluasi dari pertemuan pertama hingga pertemuan terakhir dan memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk bertanya tentang hal-hal yang sudah dilakukan serta hambatan apa saja yang dihadapi.

Pada tahap pengakhiran tidak lupa penulis memberikan kesimpulan, memberikan kesempatan pada anggota kelompok untuk bertanya dari proses konseling dan mengevaluasi dari hasil proses berjalannya kegiatan konseling menanyakan pemahaman apa yang sudah diperoleh dari pertemuan yang dilakukan dan bagaimana perasaan serta kesan yang didapat selama kegiatan konseling kelompok. Penulis mengakhiri sesi konseling dengan meminta maaf dan ucapan terimakasih apabila dalam pelaksanaan proses konseling dari awal hingga akhir terdapat kata-kata atau ucapan yang menyinggung anggota kelompok, selanjutnya penulis mengakhiri sesi konseling dengan doa serta salam.

**f) Tahap keenam**

Hari/Tanggal : Kamis, 2 Agustus 2018

Waktu :13.00 – 13.45 WIB

Tempat :Ruang BK

Setelah proses sesi konseling diakhiri peserta didik diajak untuk mengisi *instrument*/angket motivasi belajar sebagai bentuk *Post-Test*. *Post-Test* diberikan kepada peserta didik untuk mengetahui hasil dari sesudah diberikan *treatment* menggunakan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Pelaksanaan *Post-Test* berjalan dengan lancar dan kondusif dimana peserta didik mengisi seluruh item angket sesuai dengan prosedur yang telah ditentukan.

**2) kelompok kontrol**

**a) Tahap pertama**

Hari/Tanggal :Selasa, 28 Februari 2018

Waktu :14.30–15.20 WIB

Tempat : Ruang BK

Tahap pertama dalam melakukan penelitian yaitu *Pre-Test*, *Pre-Test* tersebut dilakukan dengan menggunakan *instrument*/angket motivasi belajar untuk mengetahui gambaran tingkat motivasi belajar peserta didik sebelum diberikan *treatment* dengan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Client Center* *Pre-Test* ini diberikan kepada peserta didik kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung sebagai kelompok pembanding yaitu kelompok kontrol. *Pre-Test* ini

diberikan kepada peserta didik yang berjumlah 54 peserta didik yang terbagi menjadi dua kelas yaitu kelas D dan kelas E. Pada tahap ini merupakan tahap pengenalan dan upaya dalam menumbuhkan sikap kebersamaan, selanjutnya memberikan pengetahuan tentang tujuan atau garis besar sesi konseling pada peserta didik dan mengidentifikasi kondisi awal peserta didik sebelum menerima perlakuan.

Kemudian penulis menjelaskan secara singkat tentang tujuan dalam kegiatan layanan konseling kelompok dan menjelaskan petunjuk pengisian *instrument* motivasi belajar. Secara keseluruhan peserta didik memahami dengan pasti dan memberikan informasi tentang motivasi belajar. Hasil dari *Pre-Test* selanjutnya dianalisis dan dikategorikan berdasarkan tingkat motivasi belajar. Hal ini dilakukan oleh penulis untuk memperoleh gambaran motivasi belajar yang terjadi pada peserta didik. *Pre-Test* ini juga digunakan untuk menentukan subjek penulisan berdasarkan tujuan penelitian yaitu peserta didik yang terindikasi memiliki karakteristik motivasi belajar rendah.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan oleh penulis, pelaksanaan *Pre-Test* dapat dikatakan lancar dan kondusif dimana ditunjukkan dengan peserta didik yang antusias dalam memberikan informasi mengenai motivasi belajar dalam seluruh item *instrument* dapat terisi sesuai dengan prosedur petunjuk pengisian *instrument*. Pada kegiatan ini diselesaikan tepat pada waktu yang telah ditentukan.

**b) Tahap kedua**

Hari/Tanggal : Rabu, 25 Juli 2018

Waktu : 14.30 – 15.20 WIB

Tempat : Ruang BK

Pada tahap kedua dalam kelompok kontrol Selanjutnya, penulis menjelaskan kegiatan layanan yang akan dilakukan. Pada pertemuan kedua merupakan tahap pembentukan dimana pelaksanaan konseling kelompok dilaksanakan di ruang BK SMP PGRI 6 Bandar Lampung. Penulis membuka pertemuan kedua ini dengan mengucapkan salam kepada anggota kelompok dan dilanjutkan dengan berdoa agar pelaksanaan konseling kelompok berjalan dengan lancar dan diridhoi oleh Allah SWT. Penulis selanjutnya memperkenalkan diri seperti menyebutkan nama, alamat, tempat tanggal lahir, asal dan sebagainya kemudian diteruskan pada anggota kelompok yang lainnya.

Kemudian dilanjutkan dengan permainan agar menghangatkan suasana konseling sehingga tercipta suasana keakraban dan kehangatan dalam proses konseling berlangsung. Tujuan dari permainan juga agar sebelum pelaksanaan konseling anggota kelompok merasa rileks dan tidak tegang dengan begitu anggota kelompok dapat mengungkapkan masalah-masalah yang dialami. Penulis juga menjelaskan maksud, tujuan, asas-asas konseling pelaksanaan konseling kelompok, dan bagaimana tata cara pelaksanaan konseling kelompok berlangsung, menyampaikan kesepakatan waktu dan *komitment* dalam konseling kelompok.

Dalam hal ini ketua kelompok memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk bertanya agar dalam pelaksanaan konseling bersifat aktif tidak pasif.

Pada saat tahap peralihan penulis menjelaskan kembali maksud serta tujuan diadakannya pelaksanaan konseling kelompok, penulis membangun *raport* (hubungan yang baik) agar dalam proses pelaksanaan konseling tercipta suasana transparan, jujur, empati penuh rasa persahabatan, kehangatan, dan saling menghargai antara satu dengan yang lainnya. Selanjutnya penulis menjelaskan peranan anggota kelompok agar dalam pelaksanaan konseling berlangsung setiap anggota kelompok diminta aktif berpendapat dan memberikan respon, atau ide-ide terhadap topik yang akan dibahas.

Pada tahap kegiatan pemimpin kelompok mengemukakan topik bahasan yaitu mengenai pentingnya motivasi dalam belajar. Pada pertemuan ini penulis melakukan pengamatan terhadap peserta didik untuk mengetahui perilaku, kebiasaan, dan sikap peserta didik. Penulis sebagai pemimpin kelompok membahas secara singkat mengenai kegiatan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Client Center*.

Pada tahap pengakhiran tidak lupa penulis memberikan kesimpulan, memberikan kesempatan pada anggota kelompok untuk bertanya dari proses konseling dan mengevaluasi dari hasil proses berjalannya kegiatan konseling menanyakan pemahaman apa yang sudah diperoleh dari pertemuan yang dilakukan, pemahaman apa dan bagaimana perasaan serta kesan yang didapat selama kegiatan konseling kelompok. Sebelum ditutup penulis memberi

komitmen peserta didik terhadap konseling kelompok menggunakan pendekatan *Client Center* selanjutnya dan diakhiri dengan doa serta salam.

**c) Tahap ke tiga**

Hari/Tanggal : Sabtu, 28 Juli 2018

Waktu :14.30 – 15.15 WIB

Tempat :Ruang BK

Pada tahap ketiga ini seperti sebelumnya permasalahan yang akan dibahas mengenai sekitar motivasi belajar, namun sebelumnya anggota kelompok sudah menceritakan permasalahan yang terjadi pada diri masing-masing anggota kelompok. Kemudian sebelum dimulainya kegiatan sesi konseling kelompok penulis melakukan opening dengan menyambut anggota kelompok dengan penuh kehangatan, memberi salam, menanyakan kabar, menyapa, dan membina hubungan yang baik sehingga dalam proses konseling kelompok penuh dengan keakraban dan kenyamanan.

Pada saat tahap peralihan penulis menjelaskan kembali maksud serta tujuan diadakannya pelaksanaan konseling kelompok, penulis membangun *raport* (hubungan yang baik) agar dalam proses pelaksanaan konseling tercipta suasana transparan, jujur, empati penuh rasa persahabatan, kehangatan, dan saling menghargai antara satu dengan yang lainnya. Selanjutnya penulis menjelaskan peranan anggota kelompok agar dalam pelaksanaan konseling berlangsung setiap anggota kelompok diminta aktif berpendapat dan memberikan respon, atau ide-ide terhadap topik yang akan dibahas.

Pada pertemuan ini penulis mengulas kembali pembahasan pertemuan sebelumnya yaitu pentingnya motivasi dalam belajar bahasan. Dalam hal ini peserta didik diajarkan untuk merumuskan situasi bantuan, dimana peserta didik didorong untuk menerima tanggung jawab untuk melaksanakan pemecahan masalahnya sendiri. Pada situasi ini penulis harus yakin dengan peserta didik bahwa peserta didik mampu untuk memecahkan masalahnya sendiri dengan kemampuannya sendiri.

Pada tahap pengakhiran tidak lupa penulis memberikan kesimpulan, memberikan kesempatan pada anggota kelompok untuk bertanya dari proses konseling dan mengevaluasi dari hasil proses berjalannya kegiatan konseling menanyakan pemahaman apa yang sudah diperoleh dari pertemuan yang dilakukan, pemahaman apa dan bagaimana perasaan serta kesan yang didapat selama kegiatan konseling kelompok. Sebelum ditutup penulis memberi komitmen peserta didik terhadap konseling kelompok menggunakan pendekatan *Client Center* selanjutnya dan diakhiri dengan doa serta salam.

**d) Tahap ke empat**

Hari/Tanggal : Selasa, 31 Juli 2018

Waktu : 14.30- 15.15 WIB

Tempat : Ruang BK

Pada pertemuan keempat ini penulis kemudian mengemukakan topik bahasan yang akan dibahas yaitu cara menumbuhkan motivasi dalam belajar sehingga meningkatkan motivasi belajar. Pada tahap ini penulis kemudian



memberikan gambaran mengenai bagaimana cara menumbuhkan motivasi belajar dalam diri peserta didik sehingga menyenangkan dan menimbulkan ketertarikan pada peserta didik untuk terus semangat dalam belajar dan kemudian menekankan pada peserta didik untuk mengungkapkan perasaannya secara bebas, tentang gaya belajar peserta didik yang berkaitan dengan apa masalah yang dihadapinya sehingga menyebabkan motivasi belajar peserta didik rendah. Penulis dengan menunjukkan sikap santai, penuh dengan keakraban, kehangatan, terbuka serta terhindar dari ketegangan-ketegangan sehingga tidak adanya kecanggungan peserta didik untuk mengungkapkan masalahnya.

Konselor secara tulus menerima dan menjernihkan perasaan peserta didik yang sifatnya negative dengan memberikan respon yang tulus sehingga peserta didik merasa aman. Peserta didik dengan nyaman bercerita tentang masalah yang dihadapinya sehingga beban psikologis yang dihadapinya berkurang dalam hal ini peserta didikan memunculkan ekspresi-ekspresi positif dalam diri peserta didik sehingga peserta didik mampu untuk tumbuh dan berkembang sehingga prestasi belajar peserta didik dapat meningkat.

**e) Pertemuan kelima**

Hari/Tanggal : Rabu, 1 Agustus 2018

Waktu : 14.30 – 15. 20 WIB

Tempat : Ruang BK

Setelah pertemuan sebelumnya, penulis telah memberikan gambaran tentang cara belajar yang efektif, dipertemuan ini penulis memberikan materi

tentang cara meningkatkan motivasi belajar agar peserta didik semakin menyadari tentang pentingnya belajar untuk menunjang kesuksesannya kedepan. Pada tahap ini peserta didik mulai menyadari bahwa terdapat perkembangan terhadap wawasan, dan pemahaman pada dirinya. Peserta didik menyadari akan masalah belajar yang dihadapinya sehingga peserta didik mulai membuat keputusan untuk merubah sikap yang merugikan dirinya agar prestasi belajarnya meningkat. Sesi ini juga diakhiri dengan berakhirnya sesi konseling dan penulis mengucapkan terima kasih kepada peserta didik karena telah berpartisipasi dalam membantu penelitian.

**f) Tahap keenam**

Hari/Tanggal : Kamis, 2 Agustus 2018

Waktu : 14.30 – 15.20 WIB

Tempat : Ruang BK

Setelah proses sesi konseling diakhiri peserta didik diajak untuk mengisi *instrument*/angket motivasi belajar sebagai bentuk *Post-Test*. *Post-Test* diberikan kepeserta didik untuk mengetahui hasil dari sesudah diberikan *treatment* menggunakan konseling kelompok dengan pendekatan *Client center*. Pelaksanaan *Post-Test* dapat berjalan dengan lancar dan kondusif dimna peserta didik mengisi seluruh item angket sesuai dengan prosedur yang telah ditentukan.

### **3. Analisis Hasil Uji Post-Test Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar**

Penelitian ini menggunakan instrumen angket berupa pernyataan sesuai dengan skor alternative jawaban seperti sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, sangat tidak sesuai. Sebagai salah satu alat ukur untuk mengukur peserta didik terkait motivasi belajar peserta didik. Pengukuran hasil dilakukan di awal *Pre-Test* dan akhir pertemuan pemberian layanan *Post-Test*. Tes diberikan kepada kedua kelas yaitu kelas eksperimen dan kelas kontrol. Tes yang diberikan pada kedua kelas merupakan angket yang telah divalidasi sebelumnya.

Hasil tersebut digunakan untuk menjawab hipotesis penelitian. Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian yaitu uji t. Sebelum melakukan pengujian penelitian, dilakukan uji prasyarat. Uji prasyarat dalam penelitian meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak. Setelah diketahui data penelitian berdistribusi normal maka dilakukanlah uji homogenitas yaitu untuk mengetahui data yang diperoleh memiliki varian yang homogen atau tidak kemudian dilakukan uji N-Gain guna mengetahui peningkatan yang terjadi pada tes awal dan tes akhir dari proses pembelajaran sebagai data tambahan guna mendukung data yang sudah diperoleh dari hipotesis penelitian. Adapun hasil analisis uji statistik hasil belajar sebagai berikut:

### a. Analisis Data *Post-Test*

Berikut merupakan hasil data pos-test berupa uji normalitas, uji homogenitas dan uji hipotesis sebagai berikut :

#### 1) Uji Normalitas

**Tabel 15**  
**Hasil Uji Normalitas Data *Post-Test***  
**Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Karakteristik Uji Kolmogorov Smirnov	Nilai		Hasil	Interpretasi
	Eksperimen	Kontrol		
<i>Sig</i>	0,200	0,200	$\text{Sig} > \alpha$	Berdistribusi Normal
A	0,05	0,05		

*Sumber : Hasil Perhitungan Data Nilai Post-Test Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung.*

Uji Normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan membandingkan nilai  $\text{sig.} > \alpha$ , dengan  $\alpha = 0,05$  Maka data berdistribusi normal. Dilihat dari tabel diatas untuk uji *Kolmogorov-Smirnov* kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Data pada *Post-Test* kelompok kontrol diperoleh  $\text{sig.} > \alpha$  dimana  $(0.200 > 0.05)$  sehingga data *Post-Test* kelompok kontrol berdistribusi normal sedangkan data pada *Post-Test* kelompok eksperimen diperoleh  $\text{sig.} > \alpha$  dimana  $(0.200 > 0.05)$  sehingga data *Post-Test* kelompok eksperimen berdistribusi normal.

## 2) Uji Homogenitas

**Tabel 16**  
**Hasil Uji Homogenitas Data *Post-Test***  
**Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Karakteristik	Hasil Uji homogenitas	Hasil	Interprestasi
Sig	0,177	Sig > $\alpha$	Homogen
A	0,05		

*Sumber : Hasil Perhitungan Data Nilai Post-Test Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung.*

Uji Homogenitas menggunakan *Uji Lavene* Statistic menunjukkan bahwa nilai sig. >  $\alpha$ , dengan  $\alpha = 0.05$  diperoleh  $0.177 > 0.05$  sehingga data homogen.

## 3) Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas dan uji homogenitas, maka selanjutnya dilanjutkan dengan uji t. hasil analisis uji t independen dengan jumlah  $n_1 = n_2$  dan data varian homogeny dengan derajat kebebasan (df) =  $n_1 + n_2 - 2$ . Hasil uji hipotesis *independen sample t test* Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung sebagai berikut :

**Tabel 17**  
**Hasil Uji T Data *Post-Test***  
**Kelompok kontrol dan kelompok eksperimen**

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
Postest	2.017	.177	-3.176	14	.007	-10.87500	3.42359	-18.21787	-3.53213
Equal variances assumed									
Equal variances not assumed			-3.176	13.379	.007	-10.87500	3.42359	-18.24996	-3.50004

Uji-T menggunakan *Independent Sample t Test* menghasilkan nilai  $|t_{hitung}| = |-3.176| = 3.176$  lebih besar dibanding  $t_{tabel} = 2.1447$  dengan  $df = 14$  ( $3.176 > 2.1447$ ) dan  $sig.(2-tailed) = 0.007$  dimana ( $0.007 < 0.05$ ) dengan taraf kepercayaan 95% data signifikan sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak sehingga ada pengaruh pada uji *Post-Test* peserta didik.

**b. N-gain**

Dibawah ini merupakan hasil N-Gain pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, disajikan dalam tabel berikut :

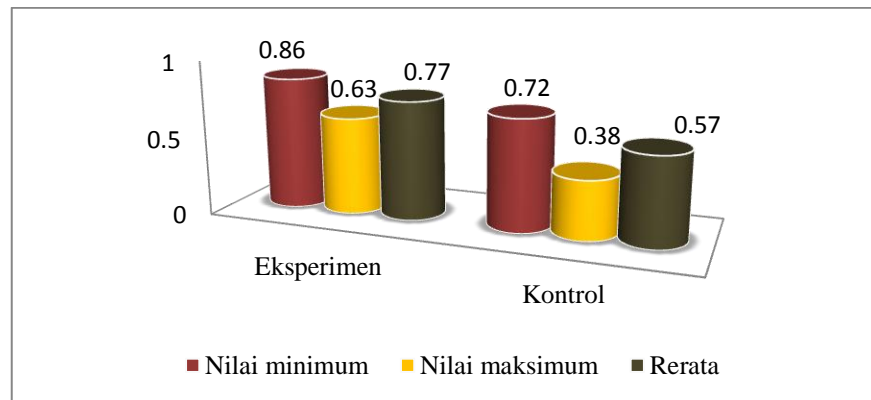
**Tabel 18**  
**Rekapitulasi Hasil N-Gain**

No	Kelas	N	Nilai			
			Skor Ideal	Nilai Minimum	Nilai Maksimum	Rerata
1	Eksperimen	8	120	0,63	0,86	0,77
2	Kontrol	8	120	0,38	0,72	0,57

Berdasarkan dari data yang diperoleh pada tabel diatas dapat dilihat nilai minimum dan maksimum rerata N-Gain kelompok eksperimen lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol. Terlihat bahwa nilai minimum pada kelompok kontrol sebesar 0,38 sedangkan pada kelompok eksperimen 0,63. Pada nilai maksimum untuk kelompok kontrol sebesar 0,86 sedangkan pada kelompok kontrol 0,72. Pada rerata N-gain diperoleh hasil yang berbeda antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol kelompok eksperimen sebesar 0,77 dan dalam kategori tinggi, sedangkan kelompok kontrol 0,57 dalam kategori sedang, meskipun begitu rerata N-Gain kelompok eksperimen menunjukkan nilai yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Keseluruhan nilai N-Gain pada kelompok kontrol dan eksperimen dapat dilihat pada grafik berikut ini:

**Gambar 7**  
**Grafik rekapitulasi hasil N-Gain**



Berdasarkan Grafik 7 di atas, dapat dilihat rerata N-Gain kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan rerata N-Gain kelompok kontrol. Rerata N-Gain untuk kelompok eksperimen adalah 0,77 sedangkan rerata N-Gain kelompok kontrol adalah 0,57. Jadi dapat disimpulkan bahwa N-Gain kelompok eksperimen lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol.

### **B. Pembahasan Hasil Penelitian**

Pembahasan hasil penelitian diawali dengan profil motivasi belajar, dilanjutkan dengan menganalisis layanan yang tepat, Adapun pembahasan keefektivan layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Terapy* (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik adalah sebagai berikut. Penelitian ini dilakukan di SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019 pada kelas VIII D dan VIII E. Pelaksanaan penelitian dimulai pada bulan Juli - Agustus 2018. Dalam penelitian ini penulis menggunakan jenis penelitian *Quasi Experimental* dengan desain *Non*



*Equivalent Control Group Design*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 16 peserta didik dimana 8 peserta didik sebagai kelompok eksperimen dan 8 peserta didik sebagai kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen layanan yang diberikan berupa konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) sedangkan pada kelompok kontrol menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Client Center*. Penelitian dilakukan sebanyak 6 kali pertemuan dimana diawali dengan *Pri-Test* dan di akhiri dengan *Post-Test* untuk mengukur berhasil atau tidaknya pemberian layanan yang diberikan oleh penulis.

Berdasarkan hasil Penelitian menunjukkan bahwa terdapat peserta didik kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019 yang tergolong kategori rendah. Apabila motivasi belajar peserta didik yang rendah terus-menerus dibiarkan maka akan berdampak negative bagi peserta didik, dampak terburuk yang akan terjadi yaitu peserta didik tidak dapat naik kelas dan peserta didik tidak mampu mengembangkan kemampuan yang dimilikinya secara optimal.

Konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dengan teknik ABCDE untuk meningkatkan motivasi belajar merupakan upaya penulis dalam memberikan bantuan kepada peserta didik untuk dapat mengoptimalkan dan mengembangkan potensi yang dimiliki peserta didik. Pemberian bantuan dengan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dengan teknik ABCDE mampu menyusun dan merencanakan keputusan yang tepat bagi peserta didik sehingga peserta didik mampu memahami dirinya sendiri, orang

lain, dan lingkungannya untuk meningkatkan pola pikir yang disertai dengan tindakan yang lebih efektif. Berdasarkan pada tujuan dan hasil penelitian. Seperti yang telah kita ketahui bahwa layanan konseling kelompok menggunakan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Menurut ahli yaitu ;

Gantina.K.Eka.W, dan Karsih, *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) merupakan pendekatan behavior kognitif. Dalam proses konseling nya, REBT berfokus pada tingkah aku individu, akan tetapi REBT menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah di sebabkan oleh fikiran yang irrasional sehingga focus penanganannya adalah pemikiran individu.<sup>1</sup>

Salah satu tujuan dalam pendekatan ini yaitu membantu peserta didik dalam mengubah pola pikir secara rasional sehingga tidak menyebabkan tingkah laku yang bermasalah pada peserta didik. Apabila Peserta didik memiliki motivasi yang belajar yang tinggi peserta didik dapat meningkatkan prestasi dan mengembangkan potensinya secara optimal. Oleh karna itu penulis membantu peserta didik yang terindikasi memiliki motivasi belajar yang rendah dengan cara mengelola pola pikir, peserasaan dan perilaku dalam diri untuk mencapai tujuan tertentu, sehingga peserta didik memiliki motivasi dan pola pikir yang logis dalam belajar.

Layanan konseling yang dilakukan dalam suasana kelompok dapat dijadikan media penyampaian informasi, berbagai pengalaman dan bertukar ide/pemikiran serta membantu serta membantu peserta didik melakukan perilaku yang dapat

---

<sup>11</sup>Sri hartati dan imas kaniarahman, "Konsep pendekatan rational emotive behavior therapay (REBT) Berbasis islam untuk membangun perilaku etis siswa"(On-Line), tersedia di <http://ejournal.stkipbbm.ac.id>.(24 februari 2018), h.15.

meningkatkan motivasi belajar. konseling kelompok juga dapat membantu Peserta didik dalam mengambil keputusan yang tepat sehingga diharapkan akan berdampak positif bagi peserta didik dalam meningkatkan motivasi dalam belajar.

Tujuan penelitian tercapai dapat terlihat mulai dimana peserta didik sangat berantusias dalam proses pemberian layanan. Peserta didik sangat antusias dalam setiap kali mengungkapkan ide maupun gagasan serta terjalinnya interaksi yang baik antara pemimpin kelompok dan anggota kelompok. Dan ketika kegiatan akan berakhir peserta didik saling bergantian untuk menyimpulkan pemahaman materi yang telah dibahas.

Hasil rata-rata motivasi belajar peserta didik kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen diperoleh nilai rata-rata 77 sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh rata-rata sebesar 57. Dari nilai tersebut terlihat bahwa hasil belajar kedua kelompok memiliki perbedaan. Nilai kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan nilai kelompok kontrol, artinya kelompok eksperimen mempunyai kecenderungan motivasi yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol.

Berdasarkan persentase hasil belajar peserta didik kelompok eksperimen yang memiliki persentasi tertinggi terdapat pada indikator Menunjukkan minat terhadap macam-macam masalah sebesar 89% dengan kategori Tinggi, Hal ini menunjukkan peserta didik sudah memiliki motivasi belajar sesudah diberikan layanan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Sedangkan, hasil belajar peserta didik kelompok kontrol yang memiliki persentasi

tertinggi terdapat pada indikator Menunjukkan minat terhadap macam-macam masalah sebesar 82% dengan kategori Tinggi berarti menunjukkan bahwa peningkatan tersebut menunjukkan kearah positif peserta didik.

Hasil N-Gain menunjukkan perubahan peningkatan peserta didik dari dilakukannyapre-test dan *Post-Test*. Hasil tersebut dapat dilihat dari nilai minimum dan maksimum rerata N-Gain kelompok eksperimen lebih besar dibandingkan dengan kelompok kontrol. Dari data terlihat bahwa nilai minimum pada kelompok kontrol sebesar 0,38 sedangkan pada kelompok eksperimen sebesar 0,63 Pada nilai maksimum untuk kelompok kontrol sebesar 0,72 sedangkan pada kelompok eksperimen sebesar 0,86. Pada rerata N-gain diperoleh hasil yang berbeda antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, pada kelompok eksperimen sebesar 0,77 dan dalam kategori tinggi sedangkan kelompok kontrol 0,57 dalam kategori sedang, sehingga peningkatan pada kelompok eksperimen cenderung lebih besar dibanding kelompok kontrol.

Dari dari tersebut terlihat bahwa terdapat perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Perbedaan tersebut dipengaruhi oleh kelompok eksperimen yang menggunakan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Sedangkan pada kelompok kontrol menggunakan pendekatan *Client Center*. Dari hasil data itu juga dapat dikatakan bahwa penggunaan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) berpengaruh terhadap hasil belajar peserta didik dimana motivasi belajar peserta didik dapat meningkat dari sebelum diberikannya perlakuan/*treatment*.

Berdasarkan pemaparan diatas, dapat dikatakan bahwa pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) mempunyai pengaruh untuk dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik, selain itu penggunaan pada kelompok eksperimen membuat peserta didik lebih aktif dalam pembelajarannya dibandingkan dengan kelompok kontrol. Penggunaan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terhadap motivasi belajar memberikan pengalaman pengetahuan, keterampilan dalam pemecahan masalah dengan cara yang kreatif, dan pemahaman. Hal ini dilakukan agar membentuk budaya belajar yang efektif pada setiap individu guna mendorong tercapainya kompetensi dan cita-cita bersama dalam meningkatkan kualitas masyarakat.

### C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) efektif dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung, baik secara keseluruhan maupun setiap aspeknya. Meskipun penelitian ini telah dilaksanakan dengan baik, namun penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangannya. Keterbatasan penelitian ini berkaitan dengan pelaksanaan proses konseling yang dilakukan pada saat jam pelajaran berlangsung sehingga tidak efektif.

Dalam melakukan proses konseling pelaksanaannya dengan memanggil peserta didik saat mengikuti pelajaran berlangsung dikelas sehingga mengganggu aktifitas belajar mengajar disekolah. Maka dari itu pelaksanaan konseling

kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) hanya dilakukan sebanyak 6 (enam) kali pertemuan. Meski dengan demikian, proses konseling dapat berjalan dengan lancar dan kondusif, semua tahap konseling dapat dilakukan sehingga dapat membantu peserta didik meningkatkan motivasi belajar. Dengan demikian penelitian ini telah dilaksanakan sebaik mungkin, namun penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penelitian ini dimana masih banyak peserta didik yang kurang memahami materi yang telah diberikan oleh penulis.





## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada peserta didik kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung diperoleh kesimpulan bahwa Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Efektif Untuk meningkatkan Motivasi Belajar.

Hal ini dibuktikan dengan rata-rata *Pre-Test* pada kelompok kontrol sebesar 52,75 sedangkan pada kelompok eksperimen 50,75 setelah diberikan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) pada kelas eksperimen rata-rata *Post-Test* 104,13 sedangkan pada kelompok kontrol yang diberikan layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan *Clent Center* 93,25. Peningkatan motivasi belajar dapat dilihat pada data kelompok kontrol menunjukkan N-Gain sebesar 0,57 yang termasuk dalam kategori sedang dan kelompok eksperimen dengan N-Gain sebesar 0.77 yang termasuk dalam kategori tinggi.



## B. SARAN

Berdasarkan hasil pembahasan, penulis memberikan saran-saran kepada beberapa pihak yaitu :

1. Bagi Sekolah, hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu program sekolah dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik, dan diharapkan dapat digunakan sebagai referensi bagi sekolah untuk dapat memberikan sarana dan prasarana yang belum diperoleh oleh peserta untuk meningkatkan motivasi belajar.
2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling (BK), Guru Bimbingan dan Konseling hendaknya dapat memprogramkan dan melaksanakan dengan menggunakan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik.
3. Bagi Peserta Didik, peserta didik sebaiknya menerapkan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik.
4. Bagi peneliti, menjadikan pengalaman bagi peneliti dalam menangani masalah dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik, dan besar harapan peneliti skripsi ini dapat bermanfaat untuk banyak kalangan.

Karena keterbatasan pengetahuan dan referensi, penulis menyadari skripsi ini masih jauh dari sempurna.

5. Bagi peneliti selanjutnya, yang akan melaksanakan penelitian mengenai motivasi belajar dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) sebaiknya dilakukan layanan konseling individu agar dapat mengetahui masalah motivasi belajar lebih dalam, sehingga peneliti bisa tau apa saja hambatan yang membuat motivasi belajarnya rendah.



## DAFTAR PUSTAKA

- Aliwanto, dkk. “Bimbingan kelompok berbasis pendekatan humanistik untuk meningkatkan motivasi belajar siswa”,(On-Line), tersedia di :<http://journal.unnesa.ac.id>.(25 Februari 2018).
- Amir, Mochhammad Abdul Aziz. “pendekatan konseling kelompok Rational Emotive Behavior Therapy dalam meningkatkan kedisiplinan siswa”, (On-Line), tersedia di :<http://ejournal.unikama.ac.id>. (25 Februari 2018).
- Ana, dkk. “Rational Emotive Behavior Therapy”, (On-Line) tersedia di [https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/35349156/Rasional\\_Emotive\\_Behavior\\_Therapy.pdf](https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/35349156/Rasional_Emotive_Behavior_Therapy.pdf).(21 Februari 2018).
- Astini, Dewi. “Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar Dengan menggunakan Layanan Informasi Pada Siswa”, Skripsi IAIN 2014.
- B.Uno, Hamzah. *Teori Motivasi dan pengukurannya*, Jakarta:T.Bumi Aksara, 2012
- Djamarah, Syaiful Bahri. *Psikologi Belajar*, Jakarta:PT.Rineka Cipta, 2011
- Djaali. *psikologi pendidikan* Jakarta:PT Bumi Aksara,2012
- Fatoni, Abdurrahman, *Metodelogi penelitian Teknik Penyusunan Skripsi*(Jakarta : Rineka Cipta,2011).
- Hariyanti, Desi Dwi. “penerapan konseling kelompok Rational Emotive Behavior untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII G SMP Yayasan Pendidikan 17 Surabaya. (On-Line) tersedia di <http://www.ejurnal.unesa.ac.id/article/9329/13/article> (24 februari 2018).
- Hartati, Sri dan kaniarahman, Imas. “Konsep pendekatan rational emotive behavior therapay (REBT) Berbasis islam untuk membangun perilaku etis siswa” (On-Line), tersedia di [http // ejournal.stkipbbm .ac.id](http://ejournal.stkipbbm.ac.id) (24 februari 2018).
- Ichi Lucyana Resta, Ahmad Fauzi, Yulkifli, "Pengaruh Pendekatan Pictorial Riddle Jenis Video terhadap Hasil Belajar Siswa dalam Pembelajaran Inkuiri pada Materi Gelombang Terintegrasi Bencana Tsunami” *Pillar Of Phycis Education* Vol 1 (April 2013).h.20.

- Irma. “*Hasil wawancara dengan guru BK SMP 6 Bandar Lampung*”, 28 Februari 2018.
- Ikbal Muhammad, Nurjannah “meningkatkan self esteem dengan menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) pada peserta didik kelas VIII Di Smp Muhammadiyah Jati Agung lampung selatan tahun pelajaran 2015/2016.(2016). tersedia di Jurnal Bimbingan dan Konseling <https://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli>. (5 April 2018) h.33-46
- Khairani, Makmun. *Psikologi Konseling sleman Jogjakarta:CV Aswaja Pressindo*, 2014.
- kusuma Guntur cahaya. Refleksi model pendidikan pesantren dan tantangannya masa kini.02 (1)(2017) tersedia di [https://ejurnal.raden.intan.ac.id/index-php/tadris.\(15 Agustus 2018\).h.67-79](https://ejurnal.raden.intan.ac.id/index-php/tadris.(15%20Agustus%202018).h.67-79).
- Mappiare AT, Andi. *Pengantar Konseling Dan Psikoterapi*.Jakarta:PT.Raja Grafindo Persada, 2010.
- Nugroho, Wiendi Dwi. “Efektivitas layanan bimbingan kelompok tehnik homeroom dalam meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII Di SMPN 1 Rakit Kabupaten Banjarnegara” (On-Line),tersedia di <http://journal.student.uny.ac.id> (09 Februari 2018).
- Novalia dan Syazali, Muhamad *Olah Data Penelitian Pendidikan* (Bandar Lampung: Anugrah Utama Raharja), h. 66.
- Prayitno, Amti Erman. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling* Jakarta:PT Rineka Cipta, 2013.
- Purwanto, Ngalim. *Psikologi Pendidikan*, Bandung: PT.Remaja Rosdakarya 2011.
- Salleh, Amla dkk. *Bimbingan dan Konseling Sekolah*,Persatuan Penerbit Buku Malaysia:Malaysia,2006.
- Sardiman.*Intraksi dan motivasi belajar*, Jakarta:PT.Raja grafindo,2012.
- Sudijono Anas, *Pengantar statistik pendidikan* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2012). h. 258.

- *Pengantar Evaluasi Pendidikan* (Jakarta: Rajawali Pers, 2012), Cet. XII, h. 181.
- *Pengantar Evaluasi Pendidikan*, Jakarta: Rajawali Pers, 2012
- Sugiono, *Metode Penelitian pendidikan (pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung: Alfabeta, 2017.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2015), Cet. XIV, h. 182
- Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2013), h. 211.
- Sukardi, Dewa Ketut dan Kusmawati, Nila. *Proses Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah* Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2008.
- Suryani, Beny Ida. "Efektifitas konseling perorangan REBT Untuk mengatasi Motivasi Belajar Rendah Pada Anak Berbakat Berprestasi Kurang (*UNDERACHIVER*). Skripsi, Universitas Negeri Semarang, 2013.
- Sutoyo. Anwar, *pemahaman individu* Yogyakarta: pustaka pelajar, 2014.
- syafri men, Mohd. Ishak Noriah, Erlina Nova, "Delapan cara pembinaan motivasi dikalangan pendidik" (2016). (On-Line) Tersedia di <https://osf.io/r7a94>. (3 Mei 2018)
- Thahir, Andi dan Rizkiyani Dede, "Pengaruh konseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dalam mengurangi kecemasan peserta didik kelas VIII SMP Gajah Mada Bandar Lampung" tersedia di <http://ejournal.radenitan.ac.id>. (5 April 2018)
- Thohirin. *Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah Dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2011.
- Tim Redaksi. *Undang-Undang No tahun 2003 Tentang Pendidikan Nasional*, Jakarta: Sinar Grafika, 2004.
- Turner, Martin J. dan Davis Helen S. "Exploring the Effects of Rational Emotive Behavior Therapy on the Irrational Beliefs and Self-Determined Motivation of Triathletes" (2018). (On-Line) tersedia di Journal homepage: <https://www.tandfonline.com>. diakses tanggal (26 April 2018).

W.Eka.K, Gantina dan Karsih. *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta:PT, Indek2011.

Winkel & Sri Hastuti, *Bimbingan dan Konseling di Instuti Pendidikan*, (Yogyakarta: Media Abadi. 2006), h.323

wulan Sari, kartika Eva dan Soejanto,Laily Tiarani. “Keefektifan Konseling Kelompok REBT untuk meningkatkan self Esteem Mahasiswa”(On-Line) tersedia di <http://ejournal.unikama.ac.id>.(25 Februari 2018).

