

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN
RATIONAL EMOTIVE BEHAVIORAL THERAPY (REBT) TERHADAP
PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK
KELAS XI DI MA MA'ARIF 06 PASIR SAKTI
LAMPUNG TIMUR T.P. 2019/2020**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Mendapatkan Gelar Sarjana S1 Dalam Ilmu
Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Oleh

TRI WAHYU LESTARI

NPM 1511080313

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
RADEN INTAN LAMPUNG
1441 H / 2019 M**

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN
RATIONAL EMOTIVE BEHAVIORAL THERAPY (REBT) TERHADAP
PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK
KELAS XI DI MA MA'ARIF 06 PASIR SAKTI
LAMPUNG TIMUR T.P. 2019/2020**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-Syarat
Guna Mendapatkan Gelar Sarjana S1 Dalam Ilmu
Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Oleh

**Tri Wahyu Lestari
NPM 1511080313**

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Pembimbing I : Dr. Rijal Firdaos, M.Pd

Pembimbing II : Drs. H. Yahya AD, M.Pd

**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
RADEN INTAN LAMPUNG
1441 H / 2019 M**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh signifikan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik kelas XI di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur Tahun pelajaran 2019/2020. Metode berbentuk *Experimen* dengan menggunakan *purposive sampling* serta desain penelitian *one group pres-test post-test design*. Variabel penelitian terdiri dari variable bebas yaitu pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT), serta variable terikat yaitu motivasi belajar peserta didik. Subjek penelitian adalah siswa kelas XI Pasir Sakti. Populasi berjumlah 26 peserta didik, dengan sample 9 peserta didik. Pendekatan yang digunakan adalah *purposive sampling*, Instrumen yang digunakan dalam penelitian berupa angket motivasi belajar serta dalam analisi data menggunakan beberapa tahap yaitu uji validitas, uji reabilitas, dan uji *Wilcoxon signed rank*, dengan menggunakan alat bantu *IBM SPSS version 23*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada motivasi belajar peserta didik dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) Berdasarkan hasil *post test* peserta didik dianalisis dengan menggunakan pendekatan uji *Wilcoxon signed rank*. Pada analisis *Wilcoxon signed rank* dengan hasil $0,008 < 0,05(5\%)$, sesuai kriteria *Wilcoxon signed rank* berarti H_0 ditolak dan H_a diterima, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas XI di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur Tahun pelajaran 2019/2020



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

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

PERSETUJUAN

Nama : Tri Wahyu Lestari
NPM : 1511080313
Jurusan : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan
Judul Skripsi : **PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN
PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIORAL
THERAPY (REBT) TERHADAP PENINGKATAN
MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS XI DI
MA MA'ARIF 06 PASIR SAKTI LAMPUNG TIMUR
TAHUN PELAJARAN 2019/2020**

MENYETUJUI

Untuk di Munaqasyah dan dipertahankan dalam sidang Munaqasyah Fakultas
Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

Pembimbing I

Dr. Rijal Firdaos, M.Pd.
NIP. 198209072008011010

Pembimbing II

Dr. H. Yahya AD, M.Pd.
NIP. 195909201987031003

Mengetahui

Ketua Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Dr. Rifda El Fiah, M.Pd.
NIP. 196706221994322002



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

Jl. Let. Kol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. 0721 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: **“PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIORAL THERAPY* (REBT) TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS XI DI MA MA'ARIF 06 PASIR SAKTI LAMPUNG TIMUR TAHUN PELAJARAN 2019/2020”**. Disusun oleh **TRI WAHYU LESTARI, NPM: 1511080313**, Jurusan **Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam**. Telah diujikan dalam sidang Munaqosyah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada hari/Tanggal: Selasa, 08 Oktober 2019.

TIM SIDANG MUNAQOSYAH

Ketua : Dr. Hj. Rifda El Fiah, M.Pd

Sekretaris : Iip Sugiharta, M.Pd

Penguji Utama : Dr. Laila Maharani, M.Pd

Penguji Pendamping I : Dr. Rijal Firdaos, M.Pd

Penguji Pendamping II : Dr. H. Yahya AD., M.Pd

Mengetahui,

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan



Prof. Dr. H. Nirva Diana, M.Pd

19640828 198803 2 002

MOTTO

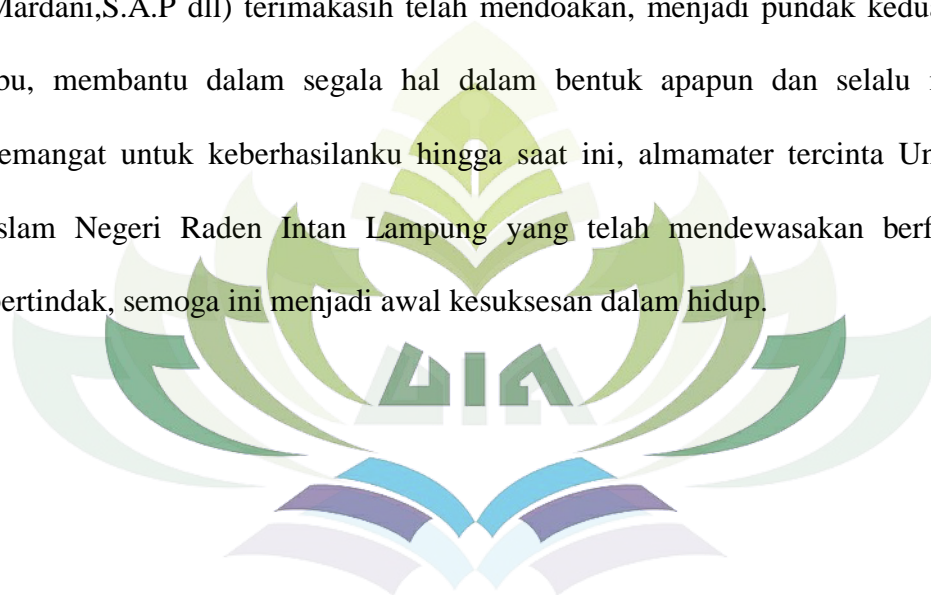
يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ
لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ أَنْشُرُوا فَأَنْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ
دَرَجَاتٍ ۗ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

*“Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: "Berlapang-
lapanglah dalam majlis", Maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi
kelapangan untukmu. dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", Maka
berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di
antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. dan
Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan” QS. Al-Mujadilah : 11)¹*

¹ Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan terjemahnya*

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, seiring rasa syukur kepada Allah SWT dengan segala kekuasaan-Nya. Skripsi ini kupersembahkan untuk Ayahku tercinta (Maryadi) dan Ibuku (Rusmilah) yang selama ini dengan tulus dan ikhlas memberikan do'a, bimbingan dan pengorbanan yang tiada henti demi kesuksesanku. Keluarga besar (ayuk Sulis Tia Ningsih, mamas Hendro, Nenek Salmi, Bude Asiyah, kedua adek ku tersayang Farel Hendra Jaya dan Kanaya Deanita Zain, serta Bayu Mardani,S.A.P dll) terimakasih telah mendoakan, menjadi pundak kedua setelah ibu, membantu dalam segala hal dalam bentuk apapun dan selalu memberi semangat untuk keberhasilanku hingga saat ini, almamater tercinta Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung yang telah mendewasakan berfikir dan bertindak, semoga ini menjadi awal kesuksesan dalam hidup.



RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Desa Pulosari Kecamatan Pasir Sakti, Kabupaten Lampung Timur pada tanggal 18 Januari 1996. Penulis adalah anak ke-tiga dari 3 bersaudara, buah hati dari pasangan Bapak Maryadi dan Ibu Rusmilah.

Pendidikan formal yang pernah ditempuh oleh penulis TK Baiturrohman Pasir Sakti lulus tahun 2002 , dilanjutkan di MI Ibtidaiyah Pasir Sakti lulus tahun 2008, MTS Ma'arif 18 RU Pasir Sakti lulus tahun 2011 dan dilanjutkan di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti lulus tahun 2014 selama sekolah di MA Ma'arif penulis pernah mengikuti kegiatan ekstra maupun organisasi intra sekolah (OSIS), tidak hanya itu penulis pernah mengikuti sebagai pasukan pengibar bendera (PASKIBRA) tahun 2011 dan 2012 dan masuk dalam anggota Sanggar Tari disekolah tersebut.. Pada tahun 2015 penulis tercatat sebagai mahasiswi UIN Raden Int sebagai devisi an Lampung di Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam, melalui jalur UM-PTKIN pada tahun 2015, penulis juga mengikuti kegiatan ekstra kampus dan intra kampus, kegiatan intra kampus seperti HMJ BK masuk dalam devisi keagamaan selama satu periode. Selama mengikuti hima BK penulis mengikuti berbagai kegiatan yang dilaksanakan pada saat itu, seperti menjadi pembawa acara dalam kegiatan rutin khususnya devisi keagamaan yaitu pengajian setiap jum'at, dan mengadakan kegiatan-kegiatan lain yang dilaksanakan pada devisi-devisi yang lainnya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang senantiasa memberikan rahmat serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi dengan judul “Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (Rebt) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas XI Di Ma Ma’arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur Tahun Pelajaran 2019/2020”

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa ridho yang diberikan oleh Allah SWT serta bantuan, motivasi serta dukungan dari semua pihak. Oleh karena itu penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. H. Nirva Diana, M.Pd selaku dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negri Raden Intan Lampung beserta jajarannya.
2. Ibu Dr. Rifda El Fiah, M.Pd selaku ketua Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam beserta jajarannya.
3. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama kegiatan pembelajaran.
4. Bapak Dr. Rijal Firdaos, M.Pd selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan dorongan dan bimbingan kepada peneliti dalam penyusunan penelitian ini.
5. Bapak Drs. H. Yahya, AD, M.Pd Selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan kepada peneliti dalam penyusunan penelitian ini.

6. Bapak Drs. H. Syaifuddin selaku kepala sekolah MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Pasir Sakti yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
7. Ibu Siti Bidayah, S.Pd.I selaku guru Bimbingan Konseling
8. Sahabat-sahabat satu perjuangan (Ma'arifatul Khikmah, S.Pd, Tri Untari S.Pd, Ulfah Nadiatul M, S.Pd, Zulaifah, S.Pd, Sri Atika, S.Pd, Yesi Putri Lestari S.Pd, Roudliatul Munawaroh S.Pd) dan teman-teman ku tercinta BKPI Kelas E terimakasih untuk ukhuwah terindah yang kita lewati dan semangat juang selama ini.
9. Anak-anak MA Ma'arif 06 Pasir Sakti khususnya kelas XI Ibnu Rusd yang telah membantu dalam proses penelitian.

Atas bantuan dan amal baik yang telah diberikan, semoga memperoleh pahala dari Allah SWT. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi saya dan pembaca Aamiin.

Bandar Lampung, September 2019
Penulis

Tri Wahyu Lestari
1511080313

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan Masalah.....	9
C. Rumusan Masalah.....	10
D. Tujuan Penelitian.....	10
E. Manfaat Penelitian.....	10
F. Ruang Lingkup Penelitian	11
BAB II LANDASAN TEORI.	
A. Konseling Kelompok.....	12
1. Pengertian Konseling Kelompok.....	12
2. Tujuan Konseling Kelompok.....	14
3. Manfaat Konseling Kelompok	15
4. Komponen Konseling Kelompok.....	16
5. Ciri-Ciri Ketua Kelompok Yang Berkesan	19
6. Keterampilan Yang Harus dikuasai Oleh Seorang Ketua Kelompok.....	20
7. Tahap Penyelenggaraan Konseling Kelompok	22

8. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok	24
9. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konseling Kelompok.	25
B. <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i> (REBT)	27
1. Pengertian <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i> (REBT).....	27
2. Tujuan Konseling <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i>	31
3. Peran Dan Fungsi Konselor.	32
4. Langkah-Langkah Konseling <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i> (REBT).....	32
5. Teknik-Teknik <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i> (REBT) ..	34
6. Kelebihan Dan Kelemahan Konseling <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i> (REBT).....	38
7. Konsep Dasar <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i> (REBT) ...	38
8. Proses konseling <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i>	41
C. Motivasi Belajar	42
1. Pengertian Motivasi Belajar	42
2. Fungsi Motivasi Belajar	44
3. Macam-Macam Motivasi Belajar.....	45
4. Ciri-Ciri Atau Kriteria Motivasi Belajar.....	48
5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Belajar Pada Peserta Didik	50
D. Penilaian Relevan.....	52
E. Kerangka Berfikir.....	55
F. Hipotesis.....	57

BAB III METODE PENELITIAN.

A. Jenis Penelitian	59
B. Desain Penelitian	59
C. Variabel Penelitian.....	61
1. Variable independen/bebas (X)	61
2. Variabel dependen/terikat (Y)	61
D. Definisi Operasional	62
E. Pengembangan Instrument.....	65
F. Populasi Sempurna Dan Teknik Sampling	67
1. Populasi.....	67
2. Sampel	68
3. Teknik sampling	69
G. Teknik Pengumpulan Data.....	69
1. Kuesioner/Angket.....	69
2. Dokumentasi	69
3. Skala Pengukuran.....	70
H. Validitas Dan Reabilitas	74
1. Uji Validitas Instrumen Angket.....	74
2. Uji Reabilitas Instrumen	75

I. Tahap-Tahap Pemberian Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i> (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar.....	77
J. Teknik Pengolahan dan Analisis Data	79
1. Teknik Pengolahan Data.....	79
2. Analisis Data.....	81

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	82
1. Hasil deskripsi statistik <i>pre-test</i>	83
2. Hasil <i>Post-Test</i> Motivasi Belajar Peserta Didik	83
3. Uji coba instrument.....	85
a. Validitas	85
b. Reabilitas	86
4. Pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i> (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas XI MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Laampung Timur Tahun Pelajaran 2019/2020	88
5. Analisis hasil penelitian	97
B. Pembahasan	99

BAB V PENUTUP

A. Simpulan	102
B. Saran	102

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Hasil Penyebaran Angket Motivasi Belajar Peserta Didik kelas XI Ibnu Rusd di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur	6
2. Definisi Operasional	62
3. Kisi-Kisi Pengembangan Instrumen Penelitian	65
4. Jumlah Populasi penelitian	68
5. Skor Alternatif Jawaban.....	70
6. Kriteria Motivasi Belajar	72
7. Hasil <i>pre-test</i> motivasi belajar peserta didik kelas XI Ibnu Rusd di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur.....	83
8. Hasil <i>Post-Test</i> Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas XI Ibnu Rusd di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur.....	84
9. Hasil uji validitas instrument	85
10. Hasil uji reabilitas instrument	86
11. Uji <i>wilcoxon signed rank</i>	97
12. Hasil descriptive statistic	8
13. Hasil Uji Hipotesis <i>Wilcoxon Signed Ranks test</i>	98
14. Hasil <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> motivasi belajar peserta didik kelas XI Ibnu Rusd di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur	100

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka berfikir pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan <i>Rational Emotive Behavioral Therapy</i> (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas XI Di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur	56
2. Pola One Group Pretest-Posttest Design.....	60
3. Hubungan antar Variabel Penelitian X dan Y.....	62
4. <i>Reability statistic</i>	88
5. Grafik <i>Pre Test, Post Test, dan</i> Skor Rata-Rata Motivasi Belajar.....	101



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

Lampiran 1 Surat balasan penelitian

Lampiran 2 RPL

Lampiran 3 Kisi-Kisi Angket

Lampiran 5 Surat Keterangan Validasi Angket

Lampiran 6 Angket Motivasi Belajar

Lampiran 7 Surat Persetujuan Responden

Lampiran 8 Data *Pre-Test Dan Post Test*

Lampiran 9 Surat Pernyataan Orisinil Skripsi

Lampiran 10 Surat Keterangan Turnitin

Lampiran 11 Hasil Uji Validitas Instrument

Lampiran 12 Hasil Uji Reabilitas Instrument

Lampiran 13 Hasil Uji Hipotesis *Wilcoxon Signed Rank*

Lampiran 14 Kartu Konsultasi Skripsi

Lampiran 15 Dokumentasi Penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Peserta didik adalah generasi penerus yang dapat membangun serta mengembangkan karyanya untuk negara. Terlebih lagi peserta didik yang memiliki disiplin yang baik serta berkualitas secara intelektual, mental dan spiritual akan mampu menjadi pribadi yang jauh lebih berkompeten dalam melaksanakan tugas yang akan dihadapi masa mendatang, Pendidik juga merupakan alat untuk menjembatani peserta didik untuk membantu serta memfokuskan kegiatan pada proses belajar. Tujuan dari kegiatan belajar di sekolah adalah pencapaian prestasi yang gemilang, yakni pencapaian prestasi yang seoptimal mungkin yang mampu di raih oleh setiap peserta didik sesuai dengan kemampuannya masing–masing. Pada hal ini sangat diperlukan bagi peserta didik untuk bisa mencapai apa yang diinginkan serta suport demi tercapainya tujuan.

Masalah belajar yang sering dialami pada peserta didik merupakan masalah sangat penting dan perlu mendapatkan perhatian yang cukup serius dari kalangan para guru maupun orang tua. Hasil prestasi belajar yang memuaskan adalah harapan dari semua peserta didik tidak hanya itu baik dari pihak orang tua serta guru juga merasakannya, hal ini merupakan

tugas serta menjadi sasaran para guru untuk membantu peserta didik agar mampu mencapai prestasi yang optimal, masalah yang biasa dialami oleh peserta didik merupakan masalah Motivasi belajar yang rendah pada setiap proses belajar pada dunia pendidikan.

Motivasi yang rendah pada peserta didik sering kali menjadi pemicu hasil belajar yang kurang memuaskan dan dapat mempengaruhi perkembangan kemampuannya menjadi kurang optimal. Keadaan seperti ini mampu diterima apabila memang pada peserta didik mampu memahami hal tersebut, namun pada hal ini yang menjadi suatu permasalahan jika peserta didik mempunyai kecerdasan yang tinggi tetapi hasil yang didapatkan menunjukkan hasil yang rendah, dan peserta didik yang memiliki pikiran yang irasional ingin mendapatkan hasil yang memuaskan namun tidak ada tindakan untuk belajar. Dalam hal ini para pendidik dapat berperan untuk membantu mengembangkan serta membentuk nilai moral, dan menjadi panutan serta dapat menginspirasi dalam membantu memperbaiki moral bangsa khususnya pada peserta didik.

Dalam hal ini terdapat banyak permasalahan yang dialami peserta didik di sekolah. Terlebih lagi pada hal ini karena terdapat sumber-sumber permasalahan yang dialami oleh peserta didik yang banyak terletak diluar sekolah. Pada hakekatnya dalam hal ini peran dan fungsi orang tua juga sangat penting dalam perkembangan dan pendidikan, serta penanaman keagamaan yang sangat penting untuk menimbulkan karakter peserta didik

yang baik, terlebih lagi memberikan bimbingan kepada anaknya yang sudah memasuki masa remaja. Masa remaja yaitu di mulai sekitar umur 13-17 tahun merupakan masa dimana seseorang mencari jati dirinya hingga menuju masa dewasa. dan ditandai dengan keadaan yang tidak stabil.¹

Keluarga juga merupakan tempat pertama bagi tumbuh kembangnya anak apalagi dalam keluarga tersebut terdapat permasalahan sangat beragam, terlebih lagi dalam sebuah keluarga tidak mampu menyikapi maupun tidak mampu menyelesaikan suatu permasalahan yang ada pada keluarga tersebut hal itu akan menambah permasalahan yang sudah ada, tidak hanya itu Beberapa orang tua mengalami kesulitan dalam menciptakan suasana harmonis karna faktor kesibukan orang tua, maupun masalah yang sedang dihadapinya maka akan timbul masalah-masalah baru seperti malah yang timbul pada diri anak terlebih lagi kurangnya support pada anak maupun kurangnya perhatian pada anak .²

Dalam kaitan ini, permasalahan peserta didik tidak boleh dibiarkan begitu saja. Apabila misi sekolah adalah menyediakan pelayanan yang luas untuk secara efektif membantu peserta didik mencapai tujuan-tujuan dan perkembangannya dan mengatasi permasalahannya yang sedang dihadapi oleh peserta didik. Peran pendidik disinilah sangat penting, yaitu pendidik harus menyiapkan materi, model, strategi dan model pembelajaran, serta

¹ Diane E. Papalia., Sally Wendkos Old., Ruth Duskin Feldman, *Human Development disikesembilan bagian V s/d IX* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2014) h. 535

² Namora Lumongga Lubis, *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam teori dan praktik*, (Jakarta: Kencana, 2011), h. 223

pendidik harus bisa memahami dan mengetahui keadaan peserta didik demi kelancaran belajar.

Hal ini juga dapat mempengaruhi pencapaian prestasi peserta didik jika permasalahan tidak segera ditangani. Salah satu kendala yang menjadikan suatu permasalahan dalam kegiatan belajar adalah peserta didik kurang termotivasi atau tidak bersemangat dalam kegiatan belajar mengajar sehingga peserta didik lebih memilih untuk menjadi ramai atau gaduh, bahkan ada yang sampai tidur di dalam kelas dan tidak memerhatikan penjelasan dari guru. Hal ini menyebabkan kurang efektifnya proses penyampaian informasi pelajaran dari guru ke murid menjadi terhambat.³

Terlebih lagi tidak semua peserta didik mempunyai motivasi belajar yang tinggi, tetapi ada juga peserta didik yang mempunyai motivasi belajar yang rendah, maka akan menghambat tercapainya tujuan yang diharapkan, karena peserta didik akan sulit untuk menerima apa yang sudah dijelaskan oleh guru sehingga hasil yang diharapkanpun jauh dari apa yang diinginkan. Sebagaimana firman Allah SWT.

وَالسَّمَاءِ وَمَا بَيْنَهُمَا ۖ وَالْأَرْضِ وَمَا طَحْتَهَا ۖ وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ۚ

فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ۗ

³ Desi Dwi Hariy dan Muhari, *Penerapan Konseling Kelompok Rational Emotive Behavior Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Viii G Smp Yayasan Pendidikan 17 Surabaya*, Jurnal BK UNESA. Volume 01 Nomor 01 Tahun 2013, h. 359

Artinya : dan langit serta pembinaannya, dan bumi serta penghamparannya, dan jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya),Maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya (QS. Asy-Syams: 8)⁴

Dari ayat diatas dijelaskan bahwa manusia dapat dihadapkan pada dua pilihan antara menjadi pribadi yang lebih baik atau buruk, maka dalam hal ini diperlukan adanya kesadaran dalam diri untuk mencapai tujuan yang diinginkan dengan memotivasi diri sendiri.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan Ibu Siti Bidayah, S.Pd.I Guru BK di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur mengenai permasalahan yang terjadi pada peserta didik tentang motivasi belajar rendah maka dapaat diperoleh keterangan bahwa :

“Motivasi belajar peserta didik di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur menurut laporan dari guru mata pelajaran dan guru wali kelas yang mengatakan bahwa peserta didik ini kurang memiliki antusias dalam belajarnya, kurang tekun dalam menghadapi tugas, jika ada tugas yang sulit peserta didik tidak sabar untuk mengerjakannya, tidak suka menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru, lebih senang menyontek pada saat ujian, cepat bosan dalam proses belajar, sering terpengaruh oleh teman pada saat jam pelajaran berlangsung hal ini terbukti bahwa peserta didik mengalami motivasi belajar rendah karena tidak sesuai dengan indikator motivasi belajar..⁵”

Dari hasil pernyataan tersebut teridentifikasi bahwa peserta didik dalam kegiatan belajar mengajar masih sangat kurang. Hal ini berdasarkan hasil penelitian yang lakukan peneliti di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur maka diperoleh hasil dari wawancara dengan guru BK

⁴ Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan terjemahnya*

⁵ Siti Bidayah *hasil prapenelitian dengan guru bimbingan konseling* di MA Maa'arif 06 Pasir Sakti Lampung timur pada tanggal 22 Februari 2019

dan laporan guru mata pelajaran serta hasil penyebaran angket motivasi belajar bahwa penelitian ini memfokuskan penelitian pada peserta didik kelas XI Ibnu Rusd sebagai sampel yang berjumlah sebanyak 9 orang peserta didik yang berkaitan dengan motivasi belajar rendah. Hal ini dapat dilihat pada table dibawah ini :

Tabel 1
Data Awal Lapangan Motivasi Belajar Peserta Didik kelas XI Ibnu Rusd di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur

No	Inisial konseli	karakteristik
1.	Konseli 1	Tidak suka dengan soal-soal yang terlalu sulit, Sering meminta bantuan dalam mengerjakan soal-soal yang diberikan , tidak sabar dalam menghadapi tugas-tugas yang diberikan
2.	Konseli 2	Tidak suka dengan soal-soal yang terlalu sulit, tidak sabar dalam menghadapi tugas-tugas yang diberikan
3.	Konseli 3	Sering meminta bantuan dalam mengerjakan soal-soal yang diberikan, sering terpengaruh oleh pendapat kawan.
4.	Konseli 4	Kurang memiliki rasa tanggung jawab terhadap tugas-tugasnya, sering merasa bosan pada tugas rutin.
5.	Konseli 5	Tidak suka dengan soal-soal yang terlalu sulit, Sering meminta bantuan dalam mengerjakan soal-soal yang diberikan.
6.	Konseli 6	Tidak sungguh-sungguh dalam mengerjakan tugas yang diberikan, tidak adanya minat dalam menyelesaikan tugas, cepat bosan pada tugas-tugas rutin.
7.	Konseli 7	Tidak sabar menghadapi tugas-tugas sulit, siswa tidak dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi
8.	Konseli 8	Kurang memiliki rasa tanggung jawab, mudah terpengaruh oleh pendapat orang lain.
9.	Konseli 9	Kurang memiliki rasa kemauan dalam mengerjakan tugas-tugas yang ada.

Sumber : data awal observasi dan penelitian pada peserta didik kelas XI di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti

Berdasarkan table diatas dan mengacu pada indikator yang ada hal ini menunjukkan bahwa motivasi belajar peserta didik kelas XI ibnu rusd masuk dalam kategori rendah sebanyak 9 peserta didik. Jika dalam hal ini dibiarkan terus berkelanjutan maka yang akan terjadi peserta didik tidak mudah untuk mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya, sehingga hasil dari prestasi yang didapatkan kurang optimal dan menyebabkan tinggal kelas. Adapun untuk mengatasi hal ini yang dilakukan oleh guru BK yaitu dengan mengadakan layanan informasi kesetiap kelas kepada peserta didik karena keterbatasan waktu serta pemberian *punishment* jika peserta didik melakukan kesalahan seperti tidur dikelas pada saat proses pembelajaran berlangsung.

Dalam penanganannya Guru BK tersebut juga mengatakan belum menggunakan layanan-layanan kusus atau menggunakan teknik tertentu sehingga dalam hal ini belum mencapai hasil yang diinginkan. Karena guru hanya menggunakan layanan informasi yang diberikan serta pengetahuan dan dorongan kepada peserta didik. Oleh karena itu seharusnya dalam mengatasi permasalahan mengenai motivasi belajar harus menggunakan berbagai layanan-layanan dan teknik-teknik konseling agar lebih efektif dalam penanganannya.

Disinilah perlu adanya layanan bimbingan dan koseling disamping kegiatan pembelajaran. Didalam tugas pelayanan yang sangat luas

bimbingan dan konseling disekolah adalah pelayanan untuk semua peserta didik yang mengacu pada keseluruhan perkembangan mereka.⁶

Berdasarkan dari hasil survei tersebut maka salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh penulis dalam penelitian ini untuk membantu peserta didik ialah meningkatkan motivasi belajar dengan menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) agar peserta didik lebih termotivasi untuk melakukan suatu perubahan dalam belajarnya serta mengubah pikiran irasional menjadi lebih rasional.

Konseling kelompok merupakan suatu bentuk layanan yang ada pada bimbingan dan konseling. Pemberian layanan ini dirasa sangat efektif untuk membantu menyelesaikan masalah yang dialami oleh beberapa peserta didik atau anggota kelompok karena dapat membantu untuk menunjang serta pemahaman dari pribadi anak tersebut dalam kehidupannya sehari-hari serta untuk perkembangan dirinya baik sebagai individu maupun sebagai peserta didik, tidak hanya itu untuk perkembangannya dalam pengambilan keputusan atau tindakan. Didalam konseling kelompok terdapat beberapa teknik yang dapat digunakan. Penulis memilih menggunakan pendekatan *rational emotive behavioral therapy* (REBT) sebagai acuan untuk penelitian.

Rational emotive behavioral therapy (REBT) adalah pendekatan behavioral kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan,

⁶Prayitno dan Erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, (Jakarta: RinekaCipta, 2009), h.29.

tingkah laku dan pikiran, REBT di kembangkan oleh Albert Ellis yang mempunyai beberapa tahapan. Pandangan dasar pendekatan ini adalah bahwa individu memiliki kecenderungan untuk berpikir irasioanal yang salah satunya didapat melalui belajar sosial. Disamping itu individu juga memiliki kepastian untuk belajar kembali rasional.⁷

Lebih lanjut *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dalam konseling kelompok memberikan hasil yang lebih tepat dari pada penggunaan konseling individu. Konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dapat digunakan oleh konselor untuk menangani masalah rendahnya motivasi belajar peserta didik yang disebabkan oleh keyakinan irasional peserta didik.

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas peneliti dapat menduga bahwa terdapat peserta didik yang mengalami motivasi belajarnya rendah. Dengan demikian judul penelitian ini tentang **“Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Peserta Didik kelas XI Di MA Ma’arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur Tahun Pelajaran 2019/2020”**.

B. Batasan Masalah

Untuk menghindari agar masalah tidak terlalu meluas dan menyimpang, maka dalam penelitian ini peneliti memfokuskan penelitian hanya pada “pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *rational*

⁷ Gantina Komala Sari DKK, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2016), h. 199

emotive behavioral therapy (rebt) terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik kelas XI di Ma Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur tahun pelajaran 2019/2020.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang peneliti paparkan tersebut, maka permasalahan yang akan di kaji dalam penelitian ini yaitu: apakah ada pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavioral therapy* (rebt) terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik kelas XI di Ma Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur tahun pelajaran 2019/2020 ?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavioral therapy* (rebt) terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik kelas XI Di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur tahun pelajaran 2019/2020.

E. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian yang telah dipaparkan, maka manfaat yang diharapkan peneliti adalah:

a. Manfaat Teoritis

Setelah penelitian ini dilaksanakan, diharapkan hasil penelitian ini mampu memberikan sumbangan ilmu dalam bidang pendidikan khususnya bimbingan dan konseling yaitu untuk membantu mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *rational*

emotive behavioral therapy (rebt) terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik..

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Individu

Setelah dilaksanakannya penelitian ini di harapkan peserta didik dapat mengetahui bahwa konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavioral therapy* (REBT) memiliki pengaruh terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik.

2. Bagi Peneliti

Manfaat yang didapatkan oleh peneliti setelah dilaksanakannya penelitian ini adalah, menambah pengetahuan dalam bidang ilmu bimbingan dan konseling khususnya dibidang layanan informasi.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Sifat penelitian : Penelitian *Pre-Ekperiment*
- 2) Subjek penelitian : Peserta didik kelas XI ibnu rurd
- 3) Objek penelitian : Motivasi Belajar
- 4) Tempat penelitian : MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur
- 5) Waktu penelitian : Tahun pelajaran 2019/2020

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling Kelompok

1. Pengertian konseling kelompok

Menurut Prayitno konseling kelompok merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli kepada konseli dalam situasi kelompok.¹ Pandangan tersebut dipetegas oleh Natawidjaja menyatakan bahwa:

“Konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan pada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya”.² Corey menyatakan bahwa : Masalah-masalah yang dibahas dalam konseling kelompok lebih berpusat pada pendidikan , pekerjaan, sosial dan pribadi.

Kegiatan konseling kelompok mendorong terjadinya interaksi yang dinamis.Suasana dalam konseling kelompok dapat menimbulkan interaksi yang akrab, terbuka dan bergairah sehingga memungkinkan terjadinya saling memberi dan menerima, memperluas wawasan dan pengalaman,

¹Prayitno dan Amti. E. Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Rineka Cipta, 2004, h.311

² Wibowo, M. E. Konseling Kelompok Perkembangan. Sematang: UPT UNNES Press. 2005, h.122

saling menghargai, dan berbagai rasa antara anggota kelompok. Suasana dalam konseling kelompok mampu memenuhi kebutuhan psikologis individu dan kelompok, yaitu kebutuhan untuk dimiliki dan diterima orang lain, serta kebutuhan untuk melepaskan atau menyalurkan emosi-emosi negatif dan menjelajahi diri sendiri secara psikologis.

Prayitno menegaskan lebih lanjut, bahwa layanan konseling kelompok merupakan cara yang amat baik untuk menangani konflik-konflik antar pribadi dan membantu individu-individu dalam pengembangan kemampuan pribadi mereka.³Selain itu juga Prayitno menjelaskan kembali bahwa konseling kelompok berorientasi pada pengembangan individu, pencegahan dan pengentasan masalah.

Dari anggapan di atas menyebutkan bahwa konseling kelompok adalah suatu layanan yang diberikan untuk klien dalam memecahkan suatu permasalahan yang diselesaikan secara kelompok, baik itu tentang masalah pribadi, social, karir, belajar dan masih banyak yang lain, serta mendapatkan informasi yang berguna agar mampu menyusun rencana, membuat keputusan yang tepat, serta untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman terhadap diri sendiri, orang lain dan lingkungannya dalam menunjang terbentuknya perilaku yang lebih efektif. layanan konseling kelompok dianggap lebih efektif karena klien disini merasa tidak sendiri yaitu berkelompok dalam mengungkapkan pendapat maupun mengungkapkan apa yang sedang ia rasakan.

³Prayitno dan Amti. E. Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Rineka Cipta, 2013, h.312

2. Tujuan Konseling Kelompok

Prayitno menjelaskan bahwa tujuan konseling kelompok adalah sebagai berikut:

a. Tujuan Umum

Tujuan umum kegiatan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan komunikasi peserta layanan. Dalam kaitan ini, sering menjadi kenyataan bahwa kemampuan bersosialisasi/berkomunikasi seseorang sering terganggu perasaan, pikiran, persepsi, wawasan, dan sikap yang tidak objektif, sempit serta tidak efektif.

b. Tujuan Khusus

Secara Khusus, konseling kelompok bertujuan untuk membahas topik-topik tertentu yang mengandung permasalahan aktual (hangat) dan menjadi perhatian peserta. Melalui dinamika kelompok yang intensif, pembahasan topik-topik itu mendorong pengembangan perasaan, pikiran, persepsi, wawasan sikap yang menunjang diwujudkannya tingkahlaku yang lebih efektif.⁴ Dalam hal ini kemampuan komunikasi verbal maupun non verbal juga ditingkatkan. Sedangkan menurut Romlah tujuan konseling kelompok yaitu:

⁴ ibid, h. 149

- 1) Memberikan kesempatan pada siswa belajar hal-hal penting yang berguna bagi pengarahannya yang berkaitan dengan masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan sosial.
- 2) Memberikan layanan-layanan penyembuhan melalui kegiatan kelompok dengan:
 - a) Mempelajari masalah-masalah manusia pada umumnya.
 - b) Menghilangkan ketegangan emosi, menambah pengertian mengenai dinamika kepribadian, dan mengarahkan kembali energi yang terpakai untuk memecahkan kembali energi yang terpakai untuk memecahkan masalah tersebut dalam suasana yang pemisif.
 - c) Untuk mencapai tujuan bimbingan secara lebih ekonomis dan efektif daripada melalui kegiatan bimbingan individual.
 - d) Untuk melaksanakan layanan konseling individual secara lebih efektif.⁵

Secara singkat dapat dikatakan bahwa hal yang paling penting dalam kegiatan konseling kelompok merupakan proses belajar baik bagi petugas bimbingan maupun bagi individu yang dibimbing. Konseling kelompok juga bertujuan untuk membantu individu menemukan dirinya sendiri, mengarahkan diri, dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya serta belajar lebih terbuka terhadap teman sebayanya.

3. Manfaat Konseling Kelompok

Manfaat konseling kelompok bagi peserta didik, yaitu sebagai berikut:

⁵Romlah.Landasan Bimbingan dan Konseling Kelompok. Jakarta: Ghalia Indonesia, 2006, h.71

- a. Melalui konseling kelompok, konselor dapat berhubungan dengan lebih banyak peserta didik.
- b. Peserta didik lebih dapat menerima konseling kelompok, karena jika mengikuti sesi konseling individu, peserta didik sering dianggap peserta didik yang bermasalah.
- c. Keterlibatan dalam konseling kelompok memungkinkan peserta didik untuk membangun ketrampilan intrapersonal.
- d. Konseling kelompok sering dianggap efektif dalam hal waktu dan luang.
- e. Konseling kelompok berguna untuk mengubah tabi'at, kepribadian, sikap, serta penilaian terhadap anggota kelompok
- f. Anggota konseling kelompok lebih mudah menerima saran yang diberikan oleh teman sebaya dibandingkan oleh orang dewasa.
- g. Konseling kelompok dapat memberikan situasi yang lebih baik untuk pemecahan masalah.
- h. Menjadikan peserta didik lebih bersikap lebih terbuka dalam berbagai hal.

4. Komponen Konseling Kelompok

Prayitno menjelaskan bahwa dalam konseling kelompok terdapat tiga komponen yang berperan, yaitu pemimpin kelompok, peserta atau anggota kelompok dan dinamika kelompok.

- a. **Pemimpin kelompok** Pemimpin kelompok adalah komponen yang penting dalam konseling kelompok, dalam hal ini pemimpin bukan saja mengarahkan perilaku anggota sesuai dengan kebutuhan melainkan juga harus tanggap terhadap segala perubahan yang berkembang didalam kelompok tersebut. Dalam hal ini menyangkut adanya peranan pemimpin konseling kelompok, serta fungsipemimpin kelompok. Seperti yang diungkapkan oleh Prayitno, menjelaskan pemimpin kelompok adalah orang yang mampu menciptakan suasana sehingga anggota kelompok dapat belajar bagaimana mengatasi masalah mereka sendiri. Dalam kegiatan konseling kelompok, pemimpin kelompok memiliki peran Prayitno, menjelaskan peranan pemimpin kelompok adalah memberikan bantuan, pengarahan ataupun campur tangan langsung terhadap kegiatan konseling kelompok, memusatkan perhatian kepada suasana perasaan yang berkembang dalam kelompok, memberikan tanggapan (umpan balik) tentang berbagai hal yang terjadi dalam kelompok, baik yang bersifat isi maupun proses kegiatan kelompok, dan sifat kerahasiaan dari kegiatan kelompok itu dengan segenap isi dan kejadian-kejadian yang timbul didalamnya menjadi tanggung jawab pemimpin kelompok.
- b. **Anggota kelompok** Keanggotaan merupakan salah satu unsur pokok dalam kehidupan kelompok. Tanpa anggota tidaklah mungkin ada kelompok. Tidak semua kumpulan orang atau

individu dapat dijadikan anggota konseling kelompok. Untuk terselenggaranya konseling kelompok seorang konselor perlu membentuk kumpulan individu menjadi sebuah kelompok yang memiliki persyaratan sebagaimana seharusnya. Besarnya kelompok (jumlah anggota kelompok), dan homogenitas atau heterogenitas anggota kelompok dapat mempengaruhi kinerja kelompok. Sebaiknya jumlah anggota kelompok tidak terlalu besar dan juga tidak terlalu kecil.

- c. **Dinamika kelompok** Dalam kegiatan konseling kelompok dinamika konseling kelompok sengaja ditumbuhkembangkan, karena dinamika kelompok adalah interaksi Interpersonal yang ditandai dengan semangat, kerjasama antar anggota kelompok, saling berbagi pengetahuan, pengalaman dan mencapai tujuan kelompok. Interaksi yang Interpersonal inilah yang nantinya akan mewujudkan rasa kebersamaan diantara anggota kelompok, menyatukan kelompok untuk dapat lebih menerima satu sama lain, lebih saling mendukung dan cenderung untuk membentuk interaksi yang berarti dan bermakna didalam kelompok. Menurut Prayitno, faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas kelompok antara lain :
- “Tujuan dan kegiatan kelompok; jumlah anggota; kualitas pribadi masingmasing anggota kelompok; kedudukan kelompok; dan kemampuan kelompok dalam memenuhi kebutuhan anggota untuk

saling berinteraksi sebagai kawan, kebutuhan untuk diterima, kebutuhan akan rasa aman, serta kebutuhan akan bantuan moral”.⁶

Dengan demikian komponen konseling kelompok dijiwai oleh dinamika kelompok yang akan menentukan gerak dan arah pencapaian tujuan kelompok. Dinamika kelompok ini dimanfaatkan untuk mencapai tujuan konseling kelompok. Konseling kelompok memanfaatkan dinamika kelompok sebagai media dalam upaya membimbing anggota kelompok dalam mencapai tujuan. Dinamika kelompok unik dan hanya dapat ditemukan dalam suatu kelompok yang benar-benar hidup. Kelompok yang hidup adalah kelompok yang dinamis, bergerak dan aktif berfungsi untuk memenuhi suatu kebutuhan dan mencapai suatu tujuan.

5. Ciri-Ciri Ketua Kelompok Yang Berkesan

Ketua merupakan orang 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 agar menjadi ketua kelompok yang berkesan seseorang harus mempunyai cirri-ciri yaitu :

- a. Memiliki kemahiran berkomunikasi yang baik.

⁶Prayitno dan Amti. E. Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Rineka Cipta, 2013 , h.318

- b. Bersikap terbuka
- c. Ikhlas
- d. Ramah
- e. Tidak mudah menilai
- f. Tenang
- g. Tidak mudah menentang orang lain
- h. Mudah menerima pendapat
- i. Mengutamakan sikap penerimaan
- j. Sanggup menerima teguran dari anggota lain

6. Keterampilan Yang Harus dikuasai Oleh Seorang 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 disampaikan oleh bahasa konselor sendiri.

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

Konfrntasi 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.

7. Tahapan Penyelenggaraan Konseling Kelompok

Sebelum diselenggarakan konseling kelompok, ada beberapa tahapan yang perlu dilaksanakan terlebih dahulu. Menurut Prayitno,

membagi tahapan penyelenggaraan konseling kelompok menjadi 4 tahap yaitu:

- a. Tahap pembentukan, Tahap pembentukan merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri atau tahap memasukan diri kedalam kehidupan suatu kelompok. Pada tahap ini pada umumnya para anggota saling memperkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan ataupun harapan-harapan yang ingin dicapai.
- b. Tahap peralihan, Tahap peralihan ini merupakan “jembatan” antara tahap pertama dan tahap ketiga. Tahap pada tahap ini tugas konselor adalah membantu para anggota untuk mengenali dan mengatasi halangan, kegelisahan, keengganan, sikap mempertahankan diri dan sikap ketidak sabaran yang timbul pada saat ini.
- c. Tahap kegiatan, Tahap kegiatan merupakan tahap inti dari kegiatan konseling kelompok dengan suasana yang ingin dicapai yaitu, terbahasanya secara tuntas permasalahan yang dihadapi oleh anggota kelompok dan terciptanya susana untuk mengembangkan diri, baik yang menyangkut pengembangan kemampuan berkomunikasi maupun menyangkut pendapat yang dikemukakan oleh kelompok.
- d. Tahap pengakhiran Pada tahap pengakhiran terdapat dua kegiatan yaitu, penilaian (evaluasi) dan tindak lanjut (follow up). Tahap ini merupakan tahap penutup dari serangkaian kegiatan konseling

kelompok dengan tujuan telah tuntasnya topik yang dibahas oleh kelompok tersebut. Oleh karena itu pemimpin kelompok berperan untuk memberikan penguatan (reinforcement) terhadap hasil-hasil yang telah dicapai oleh kelompok tersebut.⁷

Berdasarkan tahap-tahap konseling yang telah dikemukakan diatas, kiranya konseling haruslah dilakukan dengan sistematis, sesuai dengan yang telah diuraikan agar tujuan dari konseling kelompok yang telah dirumuskan dapat terlaksana dengan baik dan efektif.

8. Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok

a. Perencanaan yang mencakup kegiatan

- 1) Membentuk kelompo, jumlah kelompok dalam konseling kelompok antara 8-10 orang (tidak boleh melebihi 10 orang)
- 2) Mengidentifikasi dan meyakinkan peserta didik tentang layanan konseling kelompok
- 3) Menempatkan peserta didik konseling kelompok
- 4) Menyusun jadwal kegiatan
- 5) Menempatkan prosedur dalam layanan
- 6) Menempatkan fasilitas layanan
- 7) Menyiapkan kelengkapan administrasi

b. Pelaksanaan yang mencakup kegiatan

- 1) Mengkomunikasikan rencana layanan konseling kelompok

⁷*ibid, h.. 325*

- 2) Mengorganisasikan kegiatan layanan konseling kelompok
- 3) Menyelenggarakan konseling kelompok
- c. Evaluasi yang mencakup kegiatan
 - 1) Menetapkan materi evaluasi
 - 2) Menyusun instrument evaluasi
 - 3) Mengolah hasil aplikasi instrument
- d. Analisa hasil yang mencakup kegiatan
 - 1) Melakukan analisis
 - 2) Menafsirkan hasil analisis
- e. Yindak lanjut yang mencakup kegiatan
 - 1) Mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak-pihak terkait
 - 2) Melaksanakan rencana tindak lanjut

9. Faktor-faktor yang mempengaruhi konseling kelompok

Untuk mencapai suatu tujuan seorang konselor harus mengetahui apa saja faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pada proses konseling tersebut antara lain:⁸

a. Membina harapan

Harapan akan menimbulkan optimis pada diri klien, melalui harapan klien akan belajar memahami dan mengembangkan potensi yang ada pada diri klien

⁸Namora lumongga libis & nasnida, *Konseling Kelompok*, (Jakarta: Kencana, 2016), h. 57

b. Universalitas

Universalitas akan membantu klien untuk mengurangi rasa kecemasan yang ada pada dirinya, sehingga klien merasa bukan hanya dirinyalah yang mempunyai masalah namun teman sekelompoknya juga mempunyai suatu permasalahan.

c. Pemberian informasi

Informasi ini diperoleh dari konselor maupun teman konselingnya, informasi ini berupa pengalaman dari anggota kelompok, pemecahan masalah yang ditawarkan oleh konselor maupun anggota kelompok dan lain-lain.

d. Altruisme

Altruism mengacu pada proses member maupun menerima, maka disini akan menimbulkan umpan balik pada sesama anggota yang lain karena sama-sama saling memberikan masukan terhadap suatu permasalahan anggota kelompok yang lain

e. Pengulangan korektik keluarga primer

Hal ini ditujukan untuk menjalin kedekatan emosional antar anggota dan konselor. Diharapkan masing-masing anggota merasa bahwa dirinya satu keluarga dengan anggota yang lain.

f. Pengembangan teknik sosialisasi

Teknik sosialisasi berhubungan dengan cara anggota kelompok menjalin hubungan interpersonal.

- g. Peniruan tingkah laku
- h. Belajar menjalin hubungan interpersonal
- i. Kohesivitas kelompok
- j. Katarsis

Anggota kelompok diharapkan dapat melepaskan kataesis yang dimilikinya melalui pengungkapan perasaan baik secara positif maupun negative

- k. Faktor-faktor eksistensial

Faktor-faktor eksistensial perlu dibicarakan dan menjadi bahan diskusi bagi anggota kelompok, hal ini sangat penting karena memberikan pemahaman pada anggota kelompok bahwa banyak hal yang harus dimengerti pada masing-masing anggota kelompok.

B. *Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT)*

1. *Pengertian Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT)*

Rational-Emotive behavioral therapy (REBT) adalah pendekatan yang dikembangkan oleh Albert Ellis pada tengah tahun 1950an yang menekankan pada pentingnya peran pikiran pada tingkah laku.⁹ Pada awalnya pendekatan ini disebut dengan *rational therapy (RT)*. Kemudian Ellis mengubahnya menjadi *Rational Emotive Therapy (RET)* pada tahun 1961.

⁹Gantina Komala Sari DKK, *Teori dan Teknik Konseling*, (Jakarta: Indeks, 2016), h. 199

Pada tahun 1993, dalam *newsletter* yang dikeluarkan oleh *the institute rational-emotive therapy*, Ellis mengumumkan bahwa bahwa ia mengganti nama *Rational Emotive Therapy* (RET) menjadi *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT).¹⁰

Rational-Emotive Behavioral Therapy (REBT) merupakan pendekatan kognitif-behavioral. Pendekatan ini merupakan pengembangan dari pendekatan behaviorial. Dalam proses konselingnya, *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) berfokus pada tingkah laku individu, akan tetapi *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) menekankan bahwa tingkah laku yang bermasalah disebabkan oleh pemikiran yang irasional sehingga fokus penanganan pada pendekatan *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) adalah pemikiran individu. *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) adalah pendekatan yang bersifat direktif yaitu pendekatan yang membelajarkan kembali konseli untuk memahami input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional. Mencoba mengubah pikiran konseli agar membiarkan pikiran irasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat atau konsekuensi dari tingkah laku.¹¹

Kata rasional yang di maksud Ellis adalah kognisi atau proses berfikir yang efektif dalam membantu diri sendiri (*self helping*) bukan kognisi yang valid secara empiris dan logis. Menurut Ellis irasional individu bergantung pada penilaian individu berdasarkan keinginan atau pilihannya atau berdasarkan emosi dan perasaannya. Pada pendekatan *Rational-Emotive*

¹⁰*Ibid*, h. 201

Behavioral Therapy (REBT) dengan alasan bahwa tingkah laku sangat terkait dengan emosi dan perasaan.

Pendekatan *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) memandang manusia sebagai individu yang didominasi oleh system berfikir dan system perasaan yang berkaitan dalam system psikis individu.¹²Keberfungsian individu secara psikologis ditentukan oleh pikiran, perasaan dan tingkah laku.Tiga aspek ini saling berkaitan karna satu aspek mempengaruhi aspek lainnya.¹³

Secara khusus pendekatan *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) berasumsi bahwa individu memiliki karakteristik sebagai berikut:

1. Individu memiliki potensi yang unik untuk berfikir rasional dan irasional
2. Pikiran irasional berasal dari proses belajar yang irasional yang didapat dari orang tua dan budayanya.
3. Manusia adalah makhluk verbal dan berfikir melalui symbol dan bahasa. Dengan demikian gangguan emosi yang dialami individu disebabkan oleh verbalisasi ide dan pemikiran irasional.
4. Gangguan emosional yang disebabkan oleh verbalisasi diri (*self verbalizing*) yang terus menerus dan persepsi serta sikap terhadap kejadian merupakan akar permasalahan, bukan karna keadaan itu sendiri.
5. Individu memiliki potensi untuk mengubah arah hidup personal dan sosialnya.

¹²Bradly T. Erford, *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor Edisi Kedua*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017), h. 267

¹³*Ibid*, h. 202

6. Pikiran perasaan yang negative dan merusak diri dapat diserang dengan mengorganisasikan kembali persepsi dan pemikiran, sehingga menjadi logis dan rasional.

Landasan filosofi *Emotive Behavioral Therapy* (REBT) tentang manusia, melekat pada epistemology atau teori *of knoeledge* , dialectik atau system berfikir, system nilai dan system etik. Secara epistemology individu di ajak mencari cara yang reliable dan valid untuk mendapatkan pengetahuan dan menentukan bagaimana kita mengetahui bahwa sesuatu itu benar.¹⁴ Secara diaglektik *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) berasumsi bahwa berfikir logis itu tidak mudah. Kebanyakan individu cenderung ahli dalam berfikir tidak logis.

Secara system nilai, terdapat dua nilai eksplisit dalam *Emotive Behavioral Therapy* (REBT) yang biasanya di pegang oleh iindividuu namun tidak sering diverbalkan, yaitu: (1) nilai untuk bertahan hidup (*survival*) dan (2) nilai kesenangan (*enjoyment*). Kedua nilai ini di desaint oleh individu agar ia dapat hidup lebih panjang, meminimalisir stress emosional dan tingkah laku yang merusak diri, serta mengaktualisasikan diri sehingga hidup dengan penuh dan bahagia.

Menurut Nelson dan Jones pendekatan *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) memiliki tiga hipotesis fundamental yang menjadi landasan berfikir dari teori ini yaitu:

- a. Pikiran dan emosi saling berkaitan

¹⁴*Ibid*, h. 203

- b. Pikiran dan emosi biasanya saling mempengaruhi satu sama lain, keduanya bekerja seperti lingkaran yang memiliki hubungan sebab akibat, dan pada poin tertentu, pikiran dan emosi menjadi hal yang sama.
- c. Pikiran dan emosi cenderung berperan (*self talk* perbincangan dalam diri individu yang kerap kali diucapkan oleh individu sehingga menjadi pikiran dan emosi). Sehingga pernyataan internal individu sangat berarti menghasilkan dan memodifikasi emosi individu.

2. Tujuan konseling *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT)

Tujuan utama konseling dengan pendekatan *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) adalah membantu individu menyadari bahwa mereka dapat hidup dengan lebih rasional dan lebih produktif. Secara lebih jelas *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) mengajarkan individu untuk mengoreksi kesalahan berfikir untuk mereduksi emosi yang tidak diharapkan. Selain itu *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) membantu individu untuk mengubah kebiasaan berfikir dan tingkah laku yang merusak diri.

Secara umum *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) mendukung konseli untuk menjadi lebih toleran terhadap diri sendiri, orang lain dan lingkungannya.¹⁵

¹⁵*Ibid*, h. 213

3. Peran dan fungsi konselor

Peran dan fungsi konselor dalam pendekatan *Rational-Emotive Behavioral Therapy* (REBT) adalah:

- a. Aktif-direktif, yaitu mengambil peran lebih banyak untuk memberikan penjelasan terutama pada awal konseling.
- b. Mengonfrontasi pikiran irasional konseli secara langsung
- c. Menggunakan berbagai teknik untuk menstimulus konseli untuk berfikir dan mendidik kembali diri konseli sendiri.
- d. Secara terus menerus menyerang pemikiran irasional konseli.
- e. Mengajak konseli untuk mengatasi masalahnya dengan kekuatan berpikir bukan emosi.¹⁶

4. Langkah-langkah konseling *Rational-Emotive Behavioral 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-*

¹⁶*Ibid, h. 214*

Emotive Behavioral Therapy (REBT) terdapat beberapa tahapan yang harus dikerjakan oleh konselor dan konseli yaitu sebagai berikut :

a. Tahap 1

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

b. Tahap 2

Pada tahap ini konseli dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negative tersebut dapat ditantang dan diubah. Pada tahap ini konseli mengeksplorasi ide-ide untuk menentukan tujuan-tujuan rasional. Konselor juga mendebat pikiran irasional konseli dengan menggunakan pertanyaan untuk menentang 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 3

Tahap ini konseli dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga konseli tidak terjebak pada masalah yang disebabkan oleh pemikiran irasional. Tahap-tahap konseling ini

merupakan proses natural dan berkelanjutan. Tahap ini menggambarkan keseluruhan proses konseling yang dilalui oleh konselor dan konseli. Dari tahap –tahap terdapat dua tugas konselor yaitu: (1) Interpersonal, yaitu membangun hubungan terupitik, membangun repport, dan suasana yang kolaboratif. (2) Organizational, yaitu bersosialisasi dengan konseli ntuk melalui terapi, mengadakan proses asesmen awal, menyetujui wilayah masalah dan membangun tujuan konseling.

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 irasional konselor dengan keyakinan rasional yang diverbalisasikan.

5) Membuat frame ulang (reframing)

Yaitu mengevaluasi kembali hal-hal yang mengecewakan dan tidak menyenangkan dengan mengubah frame berfikir kembali.¹⁷

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.

18

¹⁷ *Ibid*, h. 221

¹⁸ Yasmin Othman mydin dan Fatimah yusuf, *Psychological konseling process : application of rational emotive behavioral therapy to treat :panic attack*”, *juornal of universiti kebangsaan malaysa*, vol. 5,2010, h. 418

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 membayangkan 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 kekuatannya.¹⁹

c. Teknik *behavioral*²⁰

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)

¹⁹ *Ibid*, h. 222

²⁰ *Ibid*, h. 224

Dengan bantuan konselor konseli melakukan role play tingkah laku baru yang sesuai dengan keyakinan yang rasional.

3) Peran rasional 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 (coping 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 selingkungan sekitar. Dalam hal ini konseli diajarkan mengelola dan mengantisipasi perasaan malunya.

6) Pekerjaan rumah (homework assignments)

sebelum melakukan disputasi 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.

6. Kelebihan dan kelemahan konseling *Rational-Emotive Behavioral Therapy (REBT)*

a. kelebihan

1. pendekatan REBT jelas mudah dipelajari dan efektif. Kebanyakan konseli ghanya mengalami sedikit kesulitan dalam mengalami prinsip atau pun terminology REBT.
2. Dapat dengan mudahnya dikombinasikan dengan teknik tingkah laku lainnya untuk membantu klien mengalami apa yang mereka pelajari lebih jauh lagi.
3. Relative singkat dan konseli dapat melanjutkan penggunaan pendekatan ini secara swa-bantu.

b. Kelemahan

Tidak dapat digunakan secara efektif pada individu yang mempunyai gangguan atau keterbatasan mental, seperti schizophrenia, dan mereka yang mempunyai kelainan pemikiran yang berat. Selain itu pendekatan ini menekankan pada perubahan pikiran bukanlah cara yang paling sederhana dalam membantu konseli mengubah emosinya.

7. Konsep Dasar *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*

Menurut Albert Ellis, manusia pada dasarnya adalah unik yang memiliki kecenderungan untuk berpikir rasional dan irasional. Ketika berpikir dan bertingkaahlaku rasional manusia akan efektif, bahagia, dan

kompeten. Ketika berpikir dan bertindak irasional individu itu menjadi tidak efektif. Reaksi emosional seseorang sebagian besar disebabkan oleh evaluasi, interpretasi, dan filosofi yang disadari maupun tidak disadari.

Hambatan psikologis atau emosional tersebut merupakan akibat dari cara berpikir yang tidak logis dan irasional, yang mana emosi yang menyertai individu dalam berpikir penuh dengan prasangka, sangat personal, dan irasional. Perkembangan kepribadian dimulai dari bahwasanya manusia tercipta dengan: (a) dorongan yang kuat untuk mempertahankan diri dan memuaskan diri, dan (b) kemampuan untuk self-destruktive, hedonis buta dan menolak aktualisasi diri.

Berpikir irasional ini diawali dengan belajar secara tidak logis yang biasanya diperoleh dari orang tua dan budaya tempat dibesarkan. Berpikir secara irasional akan tercermin dari kata-kata yang digunakan. Kata-kata yang tidak logis menunjukkan cara berpikir yang salah dan kata-kata yang tepat menunjukkan cara berpikir yang tepat. Perasaan dan pikiran negatif serta penolakan diri harus dilawan dengan cara berpikir yang rasional dan logis, yang dapat diterima menurut akal sehat, serta menggunakan cara verbalisasi yang rasional.

Pandangan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* tentang kepribadian dapat dikaji dari konsep-konsep kunci teori Albert Ellis: ada tiga pilar yang membangun tingkah laku individu, yaitu :

a. Teori A-B-C

Teori ABC yaitu teori tentang kepribadian individu, kemudian ditambahkan D dan E untuk mengakomodasi perubahan dan hasil yang diinginkan dari perubahan tersebut. Selanjutnya di tambahkan G yang diletakkan diawal untuk memberikan konteks pada kepribadian individu.

1. G (Goals) atau tujuan-tujuan
2. A (Antecedent event) yaitu segenap peristiwa luar yang dialami atau memapar individu. Peristiwa pendahulu yang berupa fakta, kejadian, tingkah laku, atau sikap orang lain. Perceraian suatu keluarga, kelulusan bagi peserta didik, dan seleksi masuk bagi calon karyawan merupakan antecedent event bagi seseorang.
3. B (Belief) yaitu keyakinan, pandangan, nilai, atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa. Keyakinan seseorang ada dua macam, yaitu keyakinan yang rasional (rational belief atau rB) dan keyakinan yang tidak rasional (irrational belief atau iB). Keyakinan yang rasional merupakan cara berpikir atau system keyakinan yang tepat, masuk akal, bijaksana, dan kerana itu menjadi prosuktif. Keyakinan yang tidak rasional merupakan keyakinan atau system berpikir seseorang yang salah, tidak masuk akal, emosional, dan karena itu tidak produktif.
4. C (Consequence) merupakan konsekuensi emosional sebagai akibat atau reaksi individu dalam bentuk perasaan senang atau hambatan emosi dalam hubungannya dengan antecedent event (A).

Konsekuensi emosional ini bukan akibat langsung dari A tetapi disebabkan oleh beberapa variabel antara dalam bentuk keyakinan (B) baik yang rB maupun yang iB.

Selain itu, Albert Ellis juga menambahkan D dan E untuk rumus ABC ini. Seorang terapis harus melawan (dispute; D) keyakinan-keyakinan irasional itu agar kliennya bisa menikmati dampak-dampak (effects; E) psikologis positif dari keyakinan-keyakinan yang rasional.

8. Proses konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT)

Berikut ini adalah tahap-tahap dalam konseling *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT)

- a. Bekerja sama dengan konseli (*engge with client*)
- b. Melakukan *assessment* terhadap masalah, orang, dan situasi (*ases the problem, person and situation*)
- c. Memberitahukan peserta didik untuk *treatment*
- d. Mengimplementasikan program penanganan (*implement the treatment program*)
- e. Mengevaluasi kemajuan (*evaluasi progress*)
- f. Mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling (*prepare the clien for termination*).²¹

²¹ *Ibid*, h. 210

C. Motivasi Belajar

1. Pengertian Motivasi Belajar

Istilah motivasi belajar berasal dari kata motif yang dapat diartikan sebagai kekuatan yang terdapat dalam diri individu, yang menyebabkan individu tersebut bertindak atau 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 aktifitas tertentu, demi mencapai tujuan tertentu.²² Motivasi dapat dirangsang oleh factor dari luar, tetapi motivasi itu tumbuh dalam diri seseorang. Dalam kegiatan belajar, motivasi dapat dikatakan sebagai keseluruhan daya penggerak didalam diri peserta didik yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan kegiatan belajar dan yang memberikan arah pada kegiatan belajar, sehingga tujuan yang dikehendaki oleh subjek belajar itu dapat tercapai.

Memberikan motivasi kepada peserta didik, berarti menggerakkan peserta didik untuk melakukan sesuatu atau ingin melakukan sesuatu. Seseorang dapat melakukan kegiatan atau aktivitas itu karena adanya dorongan oleh adanya factor-faktor kebutuhan biologis, insting, unsur-unsur kejiwaan yang lain serta adanya pengaruh perkembangan manusia.

Prinsip motivasi yang dapat dilaksanakan antara lain : pujian lebih efektif dari pada hukuman, semua peserta didik memiliki kebutuhan

²²Diar Satria Tama, "Efektifitas Bimbingan kelompok Dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII G SMP Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017" Skripsi UIN 2017

psikologi, motivasi yang berada dalam diri individu lebih efektif daripada motivasi yang dipaksakan dari luar, pujian dari luar kadang-kadang diperlukan dan cukup efektif dalam merangsang minat yang diperoleh dan lain-lain.²³

Motivasi adalah pendorong setiap yang ada dalam diri seseorang manusia, sehingga manusia dapat mengoptimalkan apa yang ada dalam dirinya dengan pengetahuan dan disiplin ilmu yang menjadikannya mulia disisi Allah SWT.

Menurut Mc, Donald dalam Sardiman, menjelaskan bahwa motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya “feeling” dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan.²⁴ Dari pengertian yang dikemukakan Mc. Donald ini mengandung tiga elemen penting, diantaranya :

- a. Bahwa motivasi itu mengawali terjadinya perubahan energi pada diri setiap individu manusia. Pengembangan motivasi akan membawa beberapa perubahan energi didalam sistem “neurophysiological” yang ada pada organisme manusia.
- b. Motivasi ditandai dengan munculnya rasa atau ”feeling”, afeksi seseorang. dalam hal ini motivasi relevan dengan persoalan-persoalan kejiwaan, afeksi dan emosi yang dapat menentukan tingkah laku manusia.

²³ Oemar Hamalik, *Psikologi Belajar Mengajar (membantu guru dalam perencanaan pengajaran penilaian perilaku dan memberi kemudahan pada siswa dalam belajar)*, (Bandung : Sinar Baru Algensindo, 2012), h. 181.

²⁴ Sardiman, AM., *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar.*, (Jakarta: Raja Wali Pers, 2016), hal.73

- c. Motivasi akan dirangsang karena adanya tujuan. Jadi, motivasi dalam hal ini sebenarnya merupakan respon dari suatu aksi, yakni tujuan. Motivasi memang muncul dari dalam diri manusia, tetapi kemunculannya karena terangsang atau terdorong oleh adanya unsur lain, dalam hal ini adalah tujuan. Tujuan ini akan menyangkut soal kebutuhan.

Dengan ketiga elemen diatas, maka dapat di katakan bahwa motivasi itu sebagai sesuatu yang kompleks. Motivasi akan menyebabkan terjadinya suatu perubahan energi yang ada pada diri manusia, sehingga akan berlanjut dengan persoalan gejala kejiwaan, perasaan dan juga emosi, untuk kemudian bertindak atau melakukan sesuatu. Semua ini didorong karena adanya tujuan, kebutuhan atau keinginan.²⁵

2. Fungsi Motivasi Belajar

Berikut adalah fungsi motivasi belajar antara lain:

- a. Mendorong manusia untuk berbuat, jadi sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan motor penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan.
- b. Menentukan arah perbuatan, yakni kearah tujuan yang hendak dicapai. Dengan demikian motivasi dapat memberikan arah kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuannya.
- c. Menyeleksi perbuatan, yakni menyeleksi perbuatan-perbuatan yang akan dikerjakanyang serasi guna mencapai tujuan, dengan

²⁵*Ibid.h.74*

menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut. Seseorang peserta didik yang akan menghadapi ujian dengan harapan dapat lulus, tentu akan melakukan kegiatan belajar dan tidak akan menghabiskan waktunya untuk bermain kartu atau membaca komik, karena tidak serasi dengan tujuannya.²⁶

Fungsi lain dari motivasi belajar adalah sebagai pendorong usaha dan tercapainya prestasi. Seseorang melakukan usaha karena adanya motivasi. Adanya motivasi belajar yang baik dalam belajar akan menunjukkan hasil yang baik. Dengan kata lain dengan adanya usaha yang tekun dan terutama didasari adanya motivasi, maka seseorang yang belajar itu akan dapat melahirkan prestasi yang baik. Intensitas motivasi seseorang peserta didik akan sangat menentukan tingkat pencapaian prestasi belajarnya.

3. Macam-Macam Motivasi Belajar

Berbicara tentang macam-macam dan jenis-jenisnya motivasi dilihat dari berbagai sudut pandang. Dengan demikian, motivasi atau motif-motif yang aktif itu sangat bervariasi:

Motivasi dilihat dasar pembentukannya yaitu Motif-motif bawaan (merupakan motif yang dibawa sejak lahir, jadi motivasi itu ada tanpa dipelajari), dan Motif-motif yang dipelajari (motivasi ini timbul karena

²⁶*Ibid* h. 85

dipelajari). Disamping itu Frandsen dalam Sardiman masih menambahkan jenis-jenis motif berikut ini:²⁷

a. *Cognitive motives*

Motif ini menunjukkan gejala intrinsic, yakni menyangkut kepuasan individual. Kepuasan individual yang berada dalam diri manusia dan biasanya berwujud proses dan produk mental. Jenis motif seperti ini adalah sangat primer dalam kegiatan belajar disekolah, terutama yang berkaitan dengan pengembangan intelektual.

b. *Self-expression*

Penampilan diri adalah sebagian dari perilaku manusia. Yang penting kebutuhan individu itu tidak sekedar tahu mengapa dan bagaimana sesuatu terjadi, tetapi juga mampu membuat suatu kejadian. Untuk ini memang memerlukan kreativitas, penuh imajinasi. Jadi dalam hal ini seseorang memiliki keinginan untuk aktualisasi diri.

c. *Self-enhancement.*

Melalui aktualisasi dan pengembangan kompetensi akan meningkatkan kemajuan diri seseorang. Ketinggian dan kemajuan ini menjadi salah satu keinginan bagi setiap individu. Dalam belajar dapat diciptakan suasana kompetensi yang sehat bagi anak didik untuk mencapai suatu prestasi.

²⁷ Ibid, h. 87

Jenis motivasi menurut pembagian dari Woodworth dan Marquis dalam Sardiman antara lain:²⁸

- a. Motif atau kebutuhan organis, meliputi kebutuhan tubuh untuk minum, makan, bernapas, seksual, dan kebutuhan untuk beristirahat.
- b. Motif-motif darurat, yang termasuk dalam motif ini antara lain: dorongan untuk menyelamatkan diri, dorongan untuk membalas, untuk berusaha, untuk memburu. Hal ini timbul karena rangsangan dari luar.
- c. Motif-motif objektif, dalam hal ini menyangkut kebutuhan untuk melakukan eksplorasi, melakukan manipulasi, untuk menaruh minat. Motif-motif ini muncul karena dorongan untuk dapat menghadapi dunia luar secara efektif.

Dilihat dari berbagai sudut pandang, peserta didik memiliki motivasi belajar yang berbeda-beda dengan yang lainnya. Dengan demikian, motivasi belajar dibagi menjadi dua yaitu :

1. Motivasi Intrinsik,

Yaitu motivasi yang timbul dari dalam diri sendiri yang berupa adanya hasrat dan keinginan untuk bisa berhasil dan sebuah dorongan kebutuhan belajar, harapan serta cita-cita.

2. Motivasi Ekstrinsik,

Yaitu motivasi yang timbul berdasarkan dorongan dari luar seperti adanya penghargaan, lingkungan belajar yang kondusif, dan kegiatan

²⁸Ibid, h. 88

belajar yang menarik.

4. Ciri-Ciri atau Kriteria Motivasi Belajar

Ciri-ciri motivasi belajar menurut A.M.Sardirman yang ada pada diri setiap orang itu memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

- a. Tekun menghadapi tugas, (dapat bekerja terus menerus dalam waktu yang lama, dan tidak pernah berhenti sebelum selesai).
- b. Ulet menghadapi kesulitan, (tidak lekas putus asa). Serta tidak memerlukan dorongan dari luar untuk berprestasi sebaik mungkin (tidak cepat puas dengan prestasi yang telah dicapainya).
- c. Menunjukkan minat terhadap bermacam-macam masalah
- d. Lebih senang bekerja sendiri
- e. Tidak cepat bosan saat mengerjakan tugas
- f. Dapat mempertahankan pendapatnya (jika sudah yakin akan sesuatu).
- g. Tidak mudah melepaskan hal yang diyakini
- h. Senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal.²⁹

Sedangkan menurut Brown yang dikutip Sjathi menyebutkan bahwa ada beberapa ciri-ciri peserta didik yang mempunyai motivasi yang tinggi dalam belajar. Hal ini dapat melalui proses belajar mengajar dikelas yaitu antara lain :

- a. Tertarik pada guru, artinya tidak membenci dan tidak bersikap acuh
- b. Tertarik pada mata pelajaran
- c. Memiliki rasa antusias yang tinggi serta dapat mengendalikan perhatiannya terutama kepada guru

²⁹*ibid*, h. 83

- d. Ingin selalu bergabung dalam kelompok kelas
- e. Ingin identitas diri diakui oleh orang lain
- f. Tindakan, kebiasaan serta moralnya dapat dikendalikan oleh diri
- g. Selalu mengingat pelajaran dan mempelajarinya kembali
- h. Selalu terkontrol oleh lingkungan

Sedangkan ciri-ciri atau kriteria peserta didik yang mempunyai motivasi belajar yang rendah yaitu sebagai berikut :

- a. Waktu belajar yang sedikit
- b. Tidak ada tujuan dan niat belajar
- c. Tidak ulet dalam menghadapi kesulitan belajar
- d. Tidak memiliki cita-cita yang jelas sehingga membuat hasil belajar tidak memuaskan
- e. Tidak memiliki rasa suka pada kegiatan belajar
- f. Memiliki usaha yang sedikit dalam belajar
- g. Kurang mengerjakan tugas
- h. Mendapatkan nilai dibawah rata-rata pada setiap mata pelajaran
- i. Mudah putus asa

Dengan demikian peserta didik yang memiliki motivasi belajar yang rendah akan sering mengganggu teman-temannya saat belajar dikelas dan bahkan bisa meninggalkan pelajaran yang sedang berlangsung karena akibat dari kesulitan belajar yang dialaminya. Maka dari itu peserta didik harus

mampu mempertahankan tujuannya dalam belajar agar proses belajar mengajar dikelas dapat berjalan dengan baik dan kondusif.

5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Motivasi Belajar pada Peserta Didik

Banyak factor yang me mpengaruhi motivasi belajar peserta didik. Factor tersebut berasal dari dalam diri peserta didik maupun dari luar (ekstern). Adapun factor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar peserta didik antara lain:³⁰

a. Faktor intern

Faktor dari dalam diri peserta didik merupakan faktor yang paling besar dalam menentukan motivasi belajar peserta didik. Adapun faktor-faktor dari dalam diri sebagai berikut:

1. Sifat, kebiasaan dan kecerdasan
2. Kondisi fisik dan psikologis

b. Faktor Ekstern

Faktor ekstern adalah faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar peserta didik dari luar, seperti guru, orang tua, serta lingkungan belajarnya.

Belajar merupakan kegiatan pokok dalam keseluruhan proses pendidikan di sekolah. Ini berarti bahwa berhasil atau tidaknya pencapaian tujuan pendidikan bergantung pada bagaimana pola belajar

³⁰Erwin Widiasworo, *19 Kiat Sukses Membangkitkan Motivasi Belajar Peserta Didik*, (Jogjakarta:Ar-Ruzz Media, 2017), h. 29

yang dialami peserta didik. Ada banyak factor yang mewarnai belajar, yaitu:³¹

- c. Faktor stimuli, factor stimuli di bagi dalam berapa panjangnya bahan pelajaran, berat ringannya tugas dan suasana lingkungan eksternal.
- d. Faktor metode belajar dipengaruhi kegiatan berlatih dan praktik, pengenalan hasil belajar, belajar dengan bagian-bagian keseluruhan, penggunaan modalitas indra, penggunaan dalam belajar, bimbingan belajar dan lain-lain.
- e. Faktor-faktor individual, dipengaruhi oleh kematangan, usia kronologis, perbedaan jenis kelamin, pengalaman sebelumnya, kondisi kesehatan jasmani, dan motivasi.

Untuk mengetahui adanya motivasi belajar pada peserta didik maka harus diketahui factor-faktor yang dapat mempengaruhi motivasi belajar peserta didik antara lain:

- a. Cita-cita atau aspirasi

Adalah suatu target yang ingin dicapai. Setiap siswa memiliki cita-cita atau inspirasi masing-masing, Dalam menentukan cita-cita, seorang peserta didik menentukan taraf keberhasilan yang ditentukan dan berharap akan tercapai sebuah cita-cita tersebut.

- b. Kemampuan belajar

³¹Kompri, *Motivasi Pembelajaran perspektif guru dan siswa* (Jambi: Rosda, 20115), h. 226

Seorang siswa yang memiliki kemampuan belajar yang tinggi biasanya juga memiliki motivasi belajar yang tinggi. Hal ini dikarenakan peserta didik dapat mencapai kesuksesan tersebut membuat motivasinya semakin kuat.

c. Kondisi peserta didik

Kondisi peserta didik yang meliputi kondisi jasmani dan rohani sangat berpengaruh terhadap motivasi belajar. Seseorang peserta didik yang sedang sakit akan mengganggu konsentrasi dalam belajar.

d. Kondisi lingkungan

Lingkungan belajar yang aman, nyaman, menarik, dan menyenangkan dapat membantu peserta didik memiliki motivasi dalam belajar.

e. Unsur-unsur dinamis dalam belajar

Adalah unsur-unsur keberadaannya dalam proses belajar tidak stabil, misalnya keadaan emosional peserta didik, gairah belajar, dan situasi dalam keluarga.

D. Penelitian Yang Relevan

Pada penelitian ini penulis melihat pada penelitian yang pernah sebelumnya yang relevan dengan penelitian yang dilaksanakan pada saat ini. Berikut ini penelitian yang dijadikan bahan telaah bagi peneliti.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Indah Purwati “Implementasi Pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Dengan Menggunakan Konseling Kelompok Peserta Didik Kelas VII B di SMP N 21 Bandar Lampung. Penelitian ini masuk

kedalam penelitian kuantitatif *eksperimen*, dengan menggunakan design penelitiannya yaitu *pre-eksperimental designs* atau *eksperimen*. Hasil penelitian setelah diberikan konseling kelompok dengan teknik *Rational-Emotive Behavioral Therapy* peserta didik mengalami peningkatan semua masuk kedalam kategori sedang.³²

2. Penelitian yang dilakukan oleh Zahara Aisyah Amalia “Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Korban *Broken Home* kelas VIII AMP N 1 Seputih Agung Lampung Tengah tahun ajaran 2018/2019, penelitian ini masuk dalam penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *Quasi Eksperiment* mempunyai satu kelas control dan satu lagi kelas eksperimen, dengan menggunakan metode pengumpulan data berupa wawancara, observasi dan angket. Dari hasil kelompok *pretest eksperimen* sebanyak 5 peserta didik dari kelas eksperimen memiliki hasil pretest 4 peserta didik motivasi belajar rendah dan 1 peserta didik motivasi belajar tinggi, sedangkan dari kelas *pretest kontrol* sebanyak 3 peserta didik dari kelas kontrol memiliki hasil pretest motivasi belajar sedang dan 1 peserta didik memiliki hasil pretest motivasi belajar tinggi. Dari hasil *posttes* kelas eksperimen sebanyak 5 peserta didik memiliki skor motivasi belajar tinggi. Sedangkan hasil *posttes* control sebanyak 4 peserta didik memiliki hasil dengan skor motivasi belajar tinggi. Dari analisis kelompok control dan kelompok eksperimen pada hasil posttest dengan nilai minimum

³² Indah Purwati “Implementasi Pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Dengan Menggunakan Konseling Kelompok Peserta Didik Kelas VII B di SMP N 21 Bandar Lampung. (Skripsi UIN Raden Intan Lampung 2016)

kelompok eksperimen sama dengan kelompok kontrol yaitu 100. Pada nilai mean (rata-rata) kelas eksperimen lebih besar dibandingkan kelas kontrol yaitu $112.80 > 110.00$. Hal ini menunjukkan bahwa teknik modeling lebih efektif dibandingkan dengan teknik yang digunakan pada kelas control.³³

3. Desi Dwi Hariyanti “Penerapan Konseling Kelompok *Rational Emotive Behavior Therapy* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Viii G Smp Yayasan Pendidikan 17 Surabaya” Jurnal BK UNESA. Volume 01 Nomor 01 Tahun 2013, 0 - 216 ppppp. Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah pre - eksperimen dengan pendekatan one group pretest posttest design. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode angket. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perubahan yang signifikan terhadap tingkat motivasi belajar siswa setelah pelaksanaan konseling kelompok rational emotive behavior, yaitu adanya peningkatan motivasi belajar siswa. Hal ini terlihat dari peningkatan tingkat motivasi belajar siswa antara sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok rational emotive behavior.³⁴
4. Penelitian yang dilakukan oleh Beny Ida Suryani “Efektifitas Konseling Perorangan REBT Untuk mengatasi Motivasi Belajar rendah pada anakberbakat berprestasi Kurang (UNDERACHIVER) hasil yang

³³ Zahara Aisya Amalia “Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Korban *Broken Home* kelas VIII AMP N 1 Seputih Agung Lampung Tengah tahun ajaran 2018/2019. (skripsi UIN Raden Intan Lampung 2018)

³⁴ Desi Dwi Hariyanti “Penerapan Konseling Kelompok Rational Emotive Behavior Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Viii G Smp Yayasan Pendidikan 17 Surabaya” Jurnal BK UNESA, (Jurnal BK UNESA. Volume 01 Nomor 01 Tahun 2013, 0 - 216 ppppp 358) h. 361

dilakukan oleh Beny dengan teknik REBT sangat efektif untuk mengatasi motivasi belajar rendah pada peserta didik.³⁵

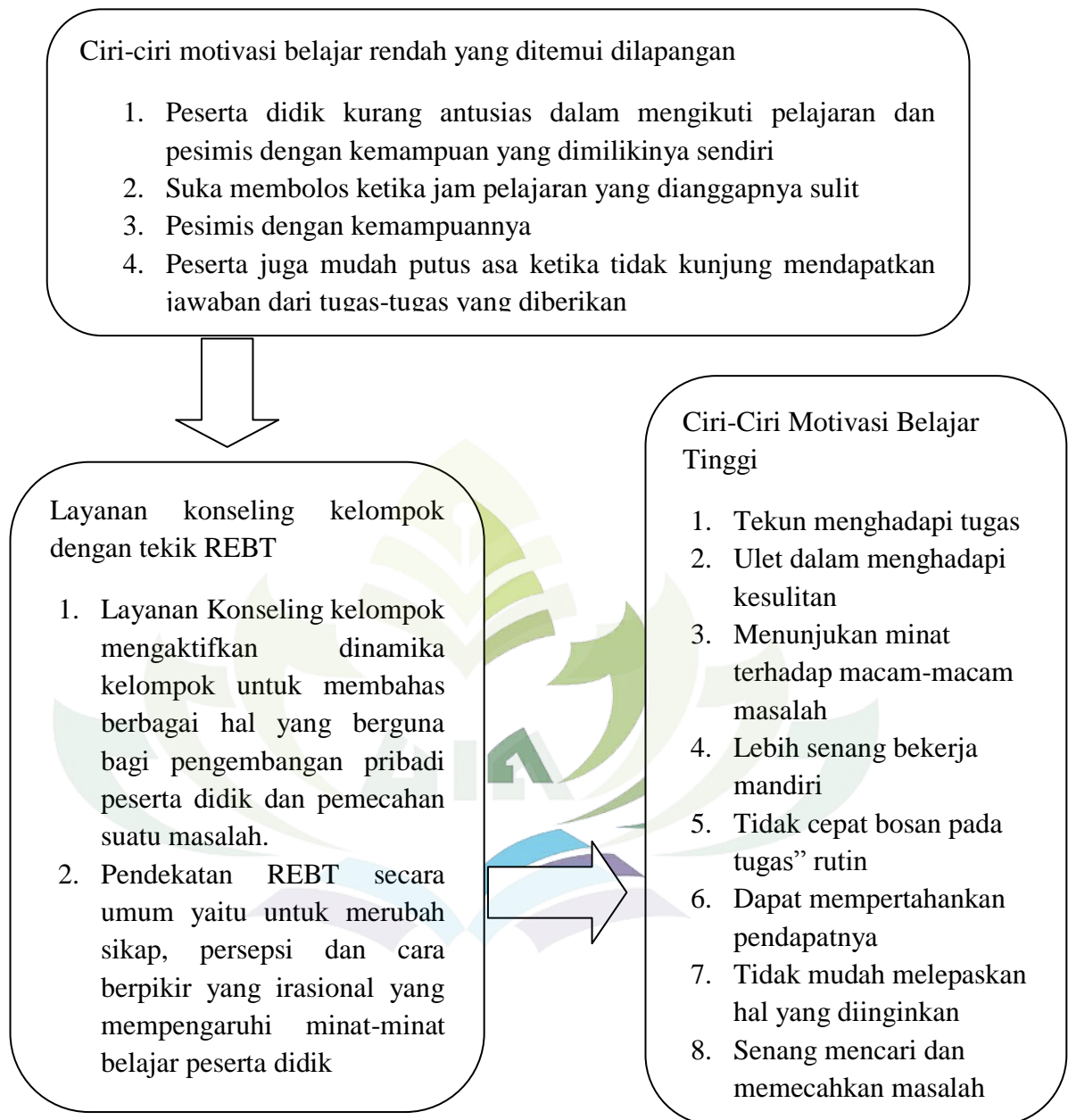
5. Penelitian yang dilakukan oleh Vianuri Fadilah “Efektivitas Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII SMP PGRI 6 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019. Jenis penelitian yang dilakukan menggunakan metode penelitian kuantitatif. pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan jenis penelitian yaitu *eksperiment*, setelah diberikan *pre test* dan *post tes* hasilnya motivasi peserta didik meningkat secara signifikan.³⁶

E. Kerangka Berfikir

Menurut Sugiyono “kerangka pemikiran merupakan hubungan antara variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan”. Kerangka pemikiran dalam penelitian ini adalah bahwa pengaruh konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) terhadap motivasi belajar. Berikut akan digambarkan alur kerangka pikir dalam penelitian ini:

³⁵ Beny Ida Suryani “Efektifitas konseling perorangan REBT Untuk mengatasi Motivasi Belajar Rendah Pada Anak Berbakat Berprestasi Kurang (UNDERACHIVER). (jurnal Skripsi ,Universitas Negri Semarang, 2013)

³⁶ Vianuri Fadilah “*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 UIN Raden Intan Lampung 2018)



Gambar 1
Kerangka berfikir pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan
Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT) **untuk meningkatkan motivasi**
belajar peserta didik kelas XI Di MA Ma’arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur

F. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan penelitian yang telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dinyatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data.

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka hipotesis dalam penelitian ini adalah konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy* mempunyai pengaruh terhadap motivasi belajar peserta didik kelas XI di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti.

Dengan demikian hipotesis adalah jawaban sementara terhadap masalah penelitian dan hipotesis yang akan diuji dinamakan hipotesis alternatif (H_a) dan hipotesis nol (H_0), sementara yang dimaksud hipotesis alternatif (H_a) adalah menyatakan saling berhubungan antara dua variabel atau lebih, atau menyatakan adanya perbedaan dalam hal tertentu pada kelompok-kelompok yang dibedakan. Sementara yang dimaksud hipotesis nol (H_0) adalah hipotesis yang menunjukkan tidak adanya saling hubungan antara kelompok satu dengan kelompok yang lain. Rumus uji Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

H_0 : Konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) tidak dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Ha : Konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Adapun rumusan uji hipotesisnya adalah sebagai berikut :

Jika nilai probabilitas (Asymp.sig) < 0,05 maka Ho ditolak dan Ha diterima.

Jika nilai probabilitas (Asymp.sig) > 0.05 maka Ho diterima dan Ha ditolak



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Metode penelitian adalah cara untuk mendapatkan data secara sistematis dan mendapatkan data secara valid, dengan tujuan yang dapat ditemukan, dikembangkan dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga dapat digunakan untuk memahami, memecahkan, dan mengantisipasi masalah. Dalam penelitian ini peneliti mengemukakan metode kuantitatif. Metode ini disebut metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik.¹ Dengan jenis penelitian *eksperiment*. Menurut Sugiyono penelitian *eksperiment* didefinisikan sebagai metode atau cara dalam penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali².

B. Desain Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan desain penelitian *pre-eksperimental designs* atau eksperimen. Alasannya karena terdapat

¹Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif R&D*, (Alfabeta, Bandung, 2018), h.7

² *Ibid*, h.72

variabel luar yang ikut serta mempengaruhi terhadap terbentuknya variabel dependen dan tidak mempunyai kelompok kontrol.

Didalam penelitian ini peneliti menggunakan penelitian *pre eksperimental designs (One-Group Pretest-Posttest Designs)* yaitu desain yang memberikan pre-test (penilaian awal) terlebih dahulu sebelum diberikan perlakuan dan memberi post-test (penilaian akhir) setelah diberi perlakuan. Dengan demikian hasil perlakuan yang kita peroleh akan lebih akurat, karena dapat membandingkan serta mengetahui kondisi dengan keadaan sebelum dan sesudah diberi perlakuan.³ Desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut :



$O_1 \times O_2$

Gambar 2
One-Group Pretest-Posttest Design

Keterangan :

O_1 = nilai pretest

O_2 = nilai posttest

O_1 : Pengukuran peserta didik dengan kriteria motivasi belajar rendah di kelas XI di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur, sebelum diberikan *treatment* akan diberikan *pre-test* terlebih dahulu. Pengukuran dilakukan dengan menggunakan angket dari indikator peserta didik motivasi belajar rendah, maka *pretest* merupakan pengumpulan data

³*Ibid.* h.74

peserta didik dengan kriteria motivasi belajar rendah dan belum mendapatkan perlakuan.

X :Pemberian perlakuan melalui konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) kepada peserta didik dengan kriteria motivasi belajar rendah.

O₂ :Pemberian *post-test* untuk mengukur serta mengetahui bagaimana tingkat motivasi belajar rendah pada peserta didik setelah diberikan perlakuan. Didalam *post-test* akan mendapatkan data hasil dari pemberian perlakuan dimana pada peserta didik dengan kriteria motivasi belajar rendah akan menjadi meningkat atau tidak sama sekali.

C. Variabel Penelitian

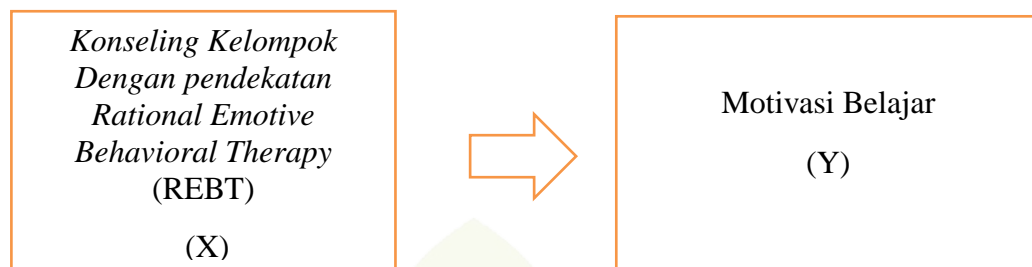
1. Variable independen/bebas (X)

Variabel independen/bebas merupakan variabel penyebab pada suatu perubahan. Pada penelitian ini sebagai variabel bebas adalah dengan menggunakan layanan *konseling kelompok* dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT).

2. Variabel dependen/terikat (Y)

Variabel dependen/terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas serta keberadaannya bergantung pada variabel bebas. Pada penelitian ini sebagai variabel terikatnya adalah motivasi belajar.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel (X) dan variabel (Y). hubungan antar kedua variabel menunjukkan hubungan (paradigma) sederhana, dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 3
Hubungan Antar Variabel X dan Y

D. Definisi operasional

Definisi operasional variabel yaitu penjelasan dari sejumlah indikator yang dapat diamati dan diukur untuk mengidentifikasi variabel atau konsep yang digunakan. Definisi operasional dibuat untuk memudahkan pemahaman serta pengukuran setiap variabel yang ada didalam penelitian. Adapun definisi operasional dari penelitian ini.

Tabel 2
Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi operasional	Indikator	Hasil ukur	Alat ukur	Skala ukur
1	Variabel bebas (X) adalah konseling kelompok	konseling kelompok merupakan proses pem-	-	-	Observasi	-

No	Variabel	Definisi operasional	Indikator	Hasil ukur	Alat ukur	Skala ukur
	<i>Dengan pendekatan rational emotive Behavioral Therapy (REBT)</i>	<p>Pemberian bantuan yang dilakukan Melalui wawancara konseling oleh seorang ahli kepada konseli dalam situasi kelompok.</p> <p><i>Rational-Emotive Behavioral Therapy (REBT)</i> merupakan pendekatan yang mengajarkan kembali konseli untuk memahami input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional pada diri konseli tersebut. Serta Mencoba mengubah pemikiran yang irasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat atau konsekuensi dari tingkah laku yang diakibatkan dari pemikiran tersebut.</p>				

No	Variabel	Definisi operasional	Indikator	Hasil ukur	Alat ukur	Skala ukur
2.	Variabel terikat (Y) adalah Motivasi Belajar	Menurut Sardiman, Motivasi juga dapat dikatakan sebagai suatu usaha untuk menyediakan kondisi-kondisi tertentu, serta dorongan sehingga seseorang mau dan ingin melakukan sesuatu, dan apabila ia tidak suka maka akan berusaha meniadakan atau menghilangkan perasaan tidak suka itu.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tidak mempunyai tugas 2. Ulet dalam menghadapi kesulitan 3. Menunjukkan minat terhadap bermacam-macam masalah 4. Lebih senang bekerja sendiri 5. Tidak cepat bosan saat mengerjakan tugas. 6. Dapat mempertahankan pendapatnya 7. Tidak mudah melepaskan hal yang diyakini 8. Senang mencari 	Angket (kuisisioner) motivasi belajar sejumlah 35 item dengan 4 skor yaitu SS= Sangat Setuju, S=Setuju, TS= Tidak Setuju, STS=Sangat Tidak Setuju		

			dan memecahkan soal-soal.			
--	--	--	---------------------------	--	--	--

E. Pengembangan Instrumen Penelitian

Dalam hal ini peneliti menyusun sebuah rancangan penyusunan instrument, langkah-langkah yang ditempuh dalam penyusunan instrument dilakukan dalam beberapa tahap kisi-kisi. Adapun kisi-kisi pengembangan instrument dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3
Kisi Kisi Pengembangan Instrument

VARIABEL	INDIKATOR PENGGUNAN MOTIVASI BELAJAR	ASPEK-ASPEK	ITEM	
			POSITIF	NEGATIF
Motivasi Belajar	1. Tekun dalam menghadapi tugas	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa gigih dalam mengerjakan tugas yang sulit ➤ Siswa sangat bersungguh-sungguh dalam mengerjakan tugas 	1,2,4	3,5
	2. Ulet dalam menghadapi kesulitan	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa sabar dalam menghadapi tugas-tugas yang sulit 	6,8,10	7,9
	3. Menunjukkan minat terhadap macam-macam	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa dapat menyelesaikan masalah- 	11,13,15	12,14

VARIABEL	INDIKATOR PENGGUNAN MOTIVASI BELAJAR	ASPEK-ASPEK	ITEM	
			POSITIF	NEGATIF
	Masalah	Masalah yang dihadapinya		
	4. Lebih senang bekerja mandiri	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa mampu mengerjakan tugas tanpa bantuan dari orang lain ➤ Siswa memiliki rasa tanggung jawab terhadap tugasnya 	16,18,19	17,20
	5. Tidak cepat bosan pada tugas-tugas rutin	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa kurang memiliki rasa kemauan dalam mengerjakan tugas-tugas yang ada. 	21,23,24	22,25
	6. Dapat mempertahankan pendapatnya	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa tidak mudah terpengaruh oleh pendapat orang lain. 	26,27,29	28,30
	7. Tidak mudah melepaskan hal yang diyakini	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa tidak mudah terpengaruh oleh orang lain ➤ Siswa 	31,38,39	32,40

VARIABEL	INDIKATOR PENGUNAN MOTIVASI BELAJAR	ASPEK-ASPEK	ITEM	
			POSITIF	NEGATIF
		memiliki pendirian yang sangat kuat		
	8.Senang mencari dan memecahkan masalah	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Siswa menyukai tantangan ➤ Siswa tidak menyukai soal-soal yang terlalu mudah 	33,34,36	35,37
	Jumlah item		25	15

F. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah jumlah keseluruhan dari subjek yang diteliti, yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. populasi bukan hanya sekedar jumlah yang ada pada objek maupun subjek tetapi keseluruhan karakteristik yang dimiliki oleh subjek maupun objek. Populasi disebut juga keseluruhan dari daerah yang

diwakili oleh sampel.⁴ Adapun populasi dalam penelitian ini adalah 26 peserta didik kelas XI Ibnu Rusd di MA Ma'arif Pasir Sakti Lampung Timur.

Tabel 4
Jumlah populasi penelitian

No	Jenis Kelamin	Kelas	Jumlah Peserta Didik
1.	Laki-Laki	XI Ibnu Rusd	10
2.	Perempuan	XI Ibnu Rusd	16
Jumlah			26

Sumber : Absensi peserta didik kelas XI Ibnu Rusd MA Ma'arif

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi, dengan kata lain sampel merupakan sebagian wakil dari populasi yang akan diteliti. Dalam penelitian ini, peneliti dalam pengambilan sampel menggunakan teknik *non random sampling*. Teknik *non-random sampling* adalah semua individu dipilih dalam populasi serta diberikan peluang yang sama untuk ditugaskan menjadi anggota sampel. Berdasarkan pendapat tersebut kriteria untuk pengambilan dan yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah: Peserta didik yang mengalami motivasi belajar rendah berdasarkan kriteria di atas anak-anak yang memenuhi syarat yang dapat dijadikan sampel sebanyak 9 orang peserta didik.

⁴ Wardi Bachtiar, *Metodologi Penelitian Ilmu Dakwah*, (Jakarta: Logos, 1997), h. 83

3. Teknik sampling

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel, teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel yang akan digunakan dalam penelitian, pada penelitian ini menggunakan jenis *purposive sampling* yaitu : memilih sekelompok subyek yang di dasari atas ciri-ciri atau sifat-sifat tertentu yang di pandang mempunyai sangkutan yang erat dengan ciri-ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya.

G. Teknik Pengumpulan Data

1. Kuisisioner/Angket

Kuisisioner merupakan teknik pengumpulan berupa pertanyaan maupun pernyataan yang diberikan kepada responden.atau pengambilan data dimana partisipan/responden mengisi pertanyaan atau pernyataan kemudian setelah diisi dengan lengkap dikembalikan kepada peneliti.

Kuisisioner adalah suatu daftar yang berisikan rangkaian pertanyaan/pernyataan mengenai suatu masalah atau bidang yang akan diteliti.⁵Dalam hal ini angket yang digunakan peneliti adalah angket yang berisi pernyataan mengenai motivasi belajar.⁶

2. Dokumentasi

Dokumntasi merupakan alat pengambilan data pengambilan data sebagai bukti penelitian, Berdasarkan pada tujuan penelitian, dokumentasi

⁵ Cholid Narbuko dan Abu Achmade, "*metodologi penelitian*",(Jakarta: bumi aksara, 2015),h.76

⁶ Anwar Sutoyo, *Pemahaman Individu (observasi, cheklish, interviu, kuesioner, sosiometri)*, (Jakarta : Pustaka Pelajar, 2012), h. 151

dapat membantu menunjang tujuan penelitian. Teknik ini digunakan untuk memperoleh data mengenai subjek penelitian. Pada penelitian ini data yang dimaksud yaitu deskripsi karakteristik peserta didik dan data-data yang lain yang ada hubungannya dengan penelitian. Dokumentasi yang akan diambil dalam penelitian ini yaitu mengenai keadaan maupun pada saat proses konseling pada peserta didik yang ada di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur.

3. Skala Pengukuran

Menurut Sugiyono skala pengukuran merupakan alat yang digunakan untuk mengukur panjang pendeknya suatu interval dengan kata lain dapat digunakan sebagai acuan untuk menentukan interval yang ada dalam alat ukur, sehingga hal tersebut jika digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuantitatif. Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan skala likerts dengan memperhatikan skor jawaban peserta didik dengan memperhatikan tabel berikut :

Tabel 5

Skor Alternatif Jawaban

Jenis Pertanyaan	Alternatif Jawaban			
	Sangat Setuju	Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
Farorable (pertanyaan positif)	4	3	2	1
Unfarorable (pertanyaan negative)	1	2	3	4

Penilaian motivasi belajar dalam penelitian ini menggunakan rantang skor dari 1-4 dengan banyaknya item 40. Adapun acuan pemberian skor dan klasifikasi hasil penilaian adalah sebagai berikut:

a. Skor tertinggi : $4 \times 40 = 160$

b. Skor terendah : $1 \times 40 = 40$

c. Rentang : $160 - 40 = 120$

d. jarak interval : $120 : 3 = 40$

Rumus interval yang digunakan adalah sebagai berikut :

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

Keterangan :

NT : Nilai Tertinggi

NR : Nilai Terendah

K : Kriteria

I : Interval

Berdasarkan keterangan diatas, maka kriteria motivasi belajar akan di tunjukan pada tabel dibawah ini :

Tabel 6
Kriteria Motivasi Belajar

Interval	Kriteria	Ketentuan
121-160	Tinggi	<p>Peserta didik yang masuk dalam kategori tinggi telah menunjukkan motivasi belajar yang ditandai dengan memiliki rasa antusias yang tinggi serta dapat mengendalikan perhatiannya kepada guru, tertarik pada mata pelajaran yang sedang diikuti, aktif dalam kegiatan belajar seperti diskusi, ingin selalu bergabung dalam kelompok kelas, tindakan kebiasaan serta moralnya dapat dikendalikan oleh diri, selalu mengingat pelajaran dan mempelajarinya kembali, serta tidak mudah putus asa saat belajar.</p>
81-120	Sedang	<p>Peserta didik yang menunjukkan kategori sedang telah menunjukkan motivasi belajar namun belum konsisten, ditandai dengan peserta didik terkadang memperhatikan saat pelajaran berlangsung, namun kadang acuh. Peserta didik juga mengerjakan tugas yang diberikan oleh sang guru, namun kadang-</p>

Interval	Kriteria	Ketentuan
		kadang merasa malas untuk mengerjakannya jika tugas tersebut tidak memiliki tuntutan dari guru mata pelajaran itu.
40-80	Rendah	Peserta didik yang masuk dalam kategori rendah belum menunjukkan kemampuan dan motivasi belajarnya secara baik dan optimal. Yang ditandai dengan tidak adanya niat dan tujuan belajar, tidak memperhatikan guru pada saat menjelaskan, sering tidur di kelas, waktu belajar yang sedikit, tidak ulet dalam mengerjakan tugas, tidak memiliki rasa suka terhadap kegiatan belajar, kurang dalam mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh guru, memiliki usaha yang sedikit dalam belajar, kurang aktif dalam kelompokdiskusi kelas, tidak memiliki cita-cita yang jelas dan pasti sehingga hasil belajar tidak memuaskan, dan sering mudah putus asa.

H. Validitas dan Realibilitas Instrumen

Sebelum angket tersebut digunakan maka angket terlebih dahulu peneliti menguji kevalidan dan reliabel angket tersebut, untuk mengetahui apakah layak untuk digunakan dalam penelitian, berikut ini langkah-langkah dalam pengujian.

1. Uji Validitas Instruments Angket

Validitas merupakan suatu syarat penting diantara syarat yang sudah ada, validitas ialah suatu alat ukur untuk menguji kevalidan suatu instrumen, apakah layak atau tidak digunakan untuk menguji suatu objek atau variable yang telah ditentukan. instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data (mengukur) itu valid. Suatu instrumen yang valid berarti instrumen tersebut dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Pengujian validitas angket dalam penelitian ini menggunakan bantuan program IBM SPSS Statistic 23.

Untuk menguji validitas setiap butir maka setiap skor-skor yang ada pada butir yang dimaksud dikorelasikan dengan skor total dengan menggunakan teknik korelasi *product moment*. Apabila $r_{xy} > r_t$, maka korelasi tersebut dikatakan signifikan, dengan demikian butir pertanyaan dinyatakan valid dan dapat digunakan untuk pengambilan data.

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[N \cdot \sum x^2 - (\sum x)^2] [N \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

Keterangan :

r_{xy} = angka indeks korelasi “r” product Moment

N = number of cases

$\sum xy$ = Jumlah perkalian antara skor x dan skor y

$\sum x$ = jumlah seluruh skor x

$\sum y$ = jumlah seluruh skor y .⁷

Adapun ketentuan valid atau tidak validnya suatu butir pertanyaan adalah sebagai berikut:

- 1) Apabila r hitung $>$ r tabel : instrument adalah valid
- 2) Apabila r hitung $<$ r tabel : instrument adalah tidak valid

2. Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas merupakan uji instrumen setelah instrumen sudah diuji validitas. Instrumen yang reliabel adalah instrumen yang bila digunakan beberapa kali untuk mengukur obyek yang sama, akan menghasilkan data yg sama. Pengujian reliabilitas

⁷Anas Sudijono, *Pengantar Statistik Pendidikan*, (Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada, 2015), h. 206

digunakan untuk mengetahui tingkat kepercayaan hasil tes. Nilai reliabilitas dapat ditentukan melalui koefisiensi reliabilitas. Kuesioner dikatakan reliable jika nilai *cronbach's alpha* > 0,6. Teknik yang digunakan untuk menentukan reliabilitas dalam penelitian ini dengan menggunakan rumus Spearman-Brown atau *Alfa Cronbach*.⁸

$$r_i = \frac{2rb}{1+rb}$$

keterangan⁹

r_i = nilai koefisiensi reliabilitas

rb (r_{tabel}) = $r(a, n - 2)$

Rumus *Alfa Cronbach*.

$$r_i = \frac{k}{(k-1)} \left\{ 1 - \frac{\sum s_i^2}{st^2} \right\}$$

Keterangan:

r_i = Nilai koefisien

$\sum s_i$ = Jumlah varians skor tiap item

k = Jumlah Item

St = Varians total

⁸ Hery Susanto, Achi Rinaldi, Novalia, "Analisis Validitas Reliabilitas Kesukuran dan Daya Beda pada Butir Soal Ujian Akhir Semester Ganjil Mata Pelajaran Matematika", *jurnal pendidikan matematika*, vol 6, no 2, (16 Desember 2015) h. 205

⁹ *Ibid*, h. 206

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

Layanan Perlakuan yang diberikan dalam penelitian ini yaitu layanan konseling kelompok dengan teknik REBT. Pemberian layanan ini dilakukan sebanyak 6 (enam) kali pertemuan apabila dalam satu pertemuan waktu yang disepakati kurang maka akan diadakan pertemuan selanjutnya dengan topik yang sama.

Tahap-tahaap pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan menggunakan pendekatan REBT untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik sebagai berikut :

1. Tahap pertama : *pre-test*

Tujuan dari *pre-test* dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui peserta didik kelas XI Ibnu Rusd di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti yang memiliki kriteria motivasi belajar rendah sebelum diberikan perlakuan (*treatment*) dengan menggunakan instrument angket berindikator motivasi belajar.

2. Tahap ke 2 : pembentukan

Mencakup kegiatan dimulai dengan ketua kelompok memimpin doa dan melakukan perkenalan dilanjutkan dengan anggota kelompok. Selanjutnya pemimpin dalam kelompok menjelaskan

mengenai layanan konseling kelompok berupa pengertian, tujuan, asas, norma dan cara pelaksanaan kegiatan.

3. Tahap ke 3 : peralihan

Pada tahap ini merupakan peralihan antara tahap pembentukan dan tahap kegiatan. Setelah dipastikan anggota kelompok telah siap untuk menuju langkah berikutnya.

4. Tahap ke 4 : kegiatan

Pemimpin kelompok mengemukakan topik bahasan dan menjelaskan pentingnya topik tersebut untuk dibahas. Selanjutnya anggota kelompok melaksanakan kegiatan layanan konseling kelompok sesuai dengan prosedur yang telah ditentukan serta menggunakan pendekatan REBT untuk meningkatkan motivasi peserta didik tersebut.

Dalam tahap ini pemimpin kelompok menjelaskan mengenai konseling kelompok, dan melakukan *assessment*, kemudian pemimpin kelompok melakukan *goal setting* dengan mengetahui kebutuhan konseli, selanjutnya penulis membawa peserta didik pada pikiran yang rasional.

5. Tahap ke 5 : pengakhiran

Pemimpin kelompok memberikan penilaian dengan memberikan beberapa pertanyaan dan menanyakan kesan yang diperoleh setelah mengikuti kegiatan konseling tersebut. Pada tahap ini pemimpin

kelompok menginformasikan bahwa kegiatan konseling kelompok akan berakhir.

6. Tahap ke 6 : evaluasi program layanan dan tindak lanjut

7. Tahap ke 7 : *post-test*

Dalam tahap ini peneliti memberikan angket kepada peserta didik yang telah diberikan *treatment*. Selanjutnya membandingkan apakah pemberian perlakuan memiliki pengaruh atau tidak untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

J. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

Analisis data hasil penelitian ini dilakukan melalui 2 tahap utama yaitu pengolahan data dan analisis data antara lain sebagai berikut :

1. Tehnik Pengolahan Data

Menurut Notoadmojo setelah data-data terkumpul, dapat dilakukan pengolahan data dengan menggunakan editing, coding, procesing, dan cleaning.

a. Editing

Editing, adalah merupakan cara untuk mengecek serta memperbaiki isi dari formulir atau kuisioner. Apakah semua pertanyaan aatau pernyataan sudah terisi, apakah jawaban atau tulisan masing-masing pertanyaan cukup jelas atau terbaca, apakah jawabannya relevan dengan

pertanyaannya, dan apakah jawaban-jawaban pertanyaan konsisten dengan jawaban pertanyaan lainnya.

b. Coding

Coding, Setelah melakukan tahapan editing, selanjutnya melakukan pengkodean atau coding. Yakni mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data angka atau bilangan. Dilakukan dengan memberi tanda atau symbol pada masing-masing jawaban dengan kode berupa angka, sehingga memudahkan proses pemasukan data pada komputer. Untuk skala motivasi Belajar, jawaban untuk pernyataan favorable jawaban sangat setuju kode 4, jawaban setuju kode 3, jawaban tidak setuju kode 2 dan jawaban sangat tidak setuju kode 1. Sementara pada pernyataan unfavorable jawaban sangat setuju kode 1, jawaban setuju kode 2, jawaban tidak setuju kode 3, jawaban sangat tidak setuju kode 4.

c. Processing

Pada tahap ini data yang terisi secara lengkap dan telah melewati proses pengkodean maka akan dilakukan pemrosesan data dengan memasukkan data dari seluruh skala yang terkumpul kedalam program computer.

d. Cleaning

Cleaning merupakan pengecekan kembali data yang sudah diproses apakah ada kesalahan atau tidak. Kesalahan tersebut kemungkinan terjadi pada saat mengintri data ke komputer.

2. Analisis Data

Analisis data adalah proses atau cara untuk menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, dokumentasi, dan instrumen angket menggunakan skala likers. untuk memudahkan peneliti dalam proses penelitian. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini ialah dengan menggunakan uji *Wilcoxon signed rank*. Uji *Wilcoxon signed rank* digunakan apabila data tidak berdistribusi normal.¹⁰ Analisis ini menggunakan program bantuan IBM SPSS (Statistics 23. Untuk mencari uji z hitung :

$$Z = \frac{T - \left[\frac{1}{4N(N-1)} \right]}{\sqrt{\frac{1}{24N(N-1)(2N-1)}}$$

Keterangan :

N = jumlah sampel / banyaknya data yang berubah setelah diberi perlakuan

T = selisih terkecil

¹⁰ Haruna Tanty dkk, *metode non parametrik untuk analisis hubungan perilaku dan pengetahuan masyarakat tentang kode plastic*, *ijurnal mat stat xol.* 13 No. 2 Juli 2013 h. 100h

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Yang dihasilkan dalam penelitian dengan judul skripsi pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik kelas XI di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur Tahun Pelajaran 2019/2020. Penelitian ini di laksanakan pada tanggal 14 Agustus – 14 September pada tahun 2019. Hasil penelian yang di peroleh adalah untuk mengetahui meningkat atau tidaknya motivasi belajar peserta didik kelas XI Ibnu Rusd sebelum dan sesudah di berikan layanan konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT).

Populasi dalam penelitian ini terdapat sebanyak 26 peserta didik kelas XI Ibnu Rusd dan sampel sebanyak 9 peserta didik yang memiliki motivasi belajar rendah. Dalam pengambilan sampel penelitian ini diperoleh berdasarkan pertimbangan tertentu, yaitu melihat hasil dari *pre-test* peserta didik, rekomendasi dari kepala sekolah serta dari hasil wawancara dengan guru BK dan wali kelas di Ma Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur.

1. Data deskripsi statistik *pre-test*

Diketahui bahwa gambaran awal peserta didik sebelum diberikan perlakuan. Hasil *pre-test* motivasi belajar kelas XI ibnu rurd menunjukkan serta dapat dilihat dari table berikut :

Tabel 7
Hasil *pre-test* motivasi belajar peserta didik kelas XI Ibnu Rusd di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur

No	Inisial Konseli Peserta Didik	Hasil <i>pre-test</i>
1.	Konseli 1	68
2.	Konseli 2	76
3.	Konseli 3	80
4.	Konseli 4	77
5.	Konseli 5	80
6.	Konseli 6	74
7.	Konseli 7	78
8.	Konseli 8	79
9.	Konseli 9	75
	Sum	686
	Mean	76,22
	Median	77,00
	Minimum	68
	Maximum	80

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa adanya score rendah hasil *pre-test* peserta didik kelas XI dengan nilai sum sebesar 686, mean 76,22, median 77,00, nilai minimum sebesar 68 dan maximum sebesar 80

2. Hasil *Post-Test* Motivasi Belajar Peserta Didik

Hasil *post-test* peserta didik motivasi belajar setelah diberikan *treatment* menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT). Berdasarkan hasil *post-test*

menunjukkan bahwa adanya peningkatan yang baik, seperti peserta didik mampu memiliki rasa tanggung jawab terhadap tugas yang diberikan, suka terhadap soal-soal yang sulit, tidak cepat bosan dalam menghadapi tugas-tugas rutin, memiliki minat yang tinggi dalam mengerjakan tugas dan lain-lain hal ini sesuai dengan indikator motivasi belajar peserta didik serta dapat dibuktikan dengan adanya peningkatan score hasil post-test yang dapat dilihat pada table berikut ini :

Tabel 8
Hasil *Post-Test* Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas XI Ibnu Rusd di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur

No	Inisial Konseli Peserta Didik	Hasil <i>post-test</i>
1.	Konseli 1	100
2.	Konseli 2	140
3.	Konseli 3	133
4.	Konseli 4	112
5.	Konseli 5	124
6.	Konseli 6	108
7.	Konseli 7	116
8.	Konseli 8	121
9.	Konseli 9	126
	Sum	1080
	Mean	120,00
	Median	121,00
	Minimum	100
	Maximum	140

3. Uji coba instrument

a. Validitas

Tabel 9
Hasil uji validitas instrument

No Item	r_{tabel}	r_{hitung}	Keterangan
item 1	0,388	0,560	Valid
item 2	0,388	0,657	Valid
item 3	0,388	0,510	Valid
item 4	0,388	0,580	Valid
item 5	0,388	0,715	Valid
item 6	0,388	0,730	Valid
item 7	0,388	0,702	Valid
item 8	0,388	0,598	Valid
item 9	0,388	0,762	Valid
item 10	0,388	0,409	Valid
item 11	0,388	0,636	Valid
item 12	0,388	0,763	Valid
item 13	0,388	0,557	Valid
item 14	0,388	0,532	Valid
item 15	0,388	0,598	Valid
item 16	0,388	0,661	Valid
item 17	0,388	0,813	Valid
item 18	0,388	0,559	Valid
item 19	0,388	0,461	Valid
item 20	0,388	0,498	Valid
item 21	0,388	0,399	Valid
item 22	0,388	0,488	Valid
item 23	0,388	0,525	Valid
item 24	0,388	0,586	Valid

item 25	0,388	0,464	Valid
item 26	0,388	0,613	Valid
item 27	0,388	0,828	Valid
Item 28	0,388	0,496	Valid
item 29	0,388	0,6117	Valid
item 30	0,388	0,515	Valid
item 31	0,388	0,514	Valid
item 32	0,388	0,400	Valid
item 33	0,388	0,486	Valid
item 34	0,388	0,644	Valid
item 35	0,388	0,544	Valid
item 36	0,388	0,651	Valid
item 37	0,388	0,450	Valid
item 38	0,388	0,697	Valid
item 39	0,388	0,603	Valid
item 40	0,388	0,588	Valid

Dari table diatas menunjukkan bahwa hasil uji vakiditas intrumen menunjukkan bahwa intrumen yang akan di ujikan valid kaena r hitung lebih besar dari pada r tabel.

b. Reabilitas

Tabel 10
Hasil uji reabilitas instrument

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
1	100.92	468.954	.531	.949
2	101.23	469.545	.638	.949
3	101.15	470.935	.479	.949

4	100.92	470.394	.556	.949
5	101.19	456.962	.690	.948
6	100.69	462.702	.711	.948
7	100.96	458.438	.676	.948
8	100.46	466.498	.571	.949
9	101.08	455.514	.741	.948
10	100.92	476.474	.379	.950
11	100.77	468.105	.614	.949
12	100.92	455.674	.742	.948
13	100.65	469.835	.530	.949
14	100.88	470.186	.503	.949
15	100.77	469.465	.574	.949
16	100.88	462.746	.635	.948
17	100.77	458.505	.799	.947
18	100.81	465.682	.526	.949
19	100.50	474.260	.431	.950
20	101.50	470.180	.465	.950
21	100.42	476.654	.368	.950
22	101.46	471.058	.456	.950
23	100.69	466.382	.488	.949
24	100.69	460.142	.549	.949
25	101.35	470.475	.427	.950
26	101.08	469.034	.590	.949
27	101.15	456.775	.814	.947
28	100.96	468.918	.460	.950
29	100.92	462.794	.580	.949
30	100.88	469.066	.482	.949
31	101.12	470.666	.484	.949
32	101.08	471.514	.356	.951
33	100.92	471.034	.453	.950
34	101.04	465.398	.619	.948
35	101.46	468.738	.514	.949
36	101.19	462.082	.624	.948
37	100.65	472.315	.416	.950
38	100.92	466.234	.678	.948
39	100.96	464.038	.573	.949
40	101.04	467.638	.561	.949

Gambar 4
Reliability Statistics

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.950	40

Berdasarkan hasil output SPSS tabel diatas menunjukkan perolehan nilai *cronbach's alpha* sebesar $0,950 > 0,6$ sehingga dapat disimpulkan item-item kuesioner tersebut reliabel.

4. Pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik kelas XI MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Laampung Timur Tahun Pelajaran 2019/2020.

Pelaksanaan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) dilaksanakan pada peserta didik yang berjumlah 9 orang. Dalam melaksanakan kegiatan konseling kelompok tersebut dilakukan didalam ruang BK. Deskripsi pada proses kegiatan konseling dari pertemuan pertama sampai dengan pertemuan akhir antara lain sebagai berikut :

a. Tahap Pertama

Hari/Tanggal : Senin, 16 Agustus 2019

Waktu : 09.10 - 09.55 WIB

Tempat : Ruang Kelas XI Ibnu Rusd MA Maa'arif 06

Tahap pertama dalam melakukan penelitian yaitu *pre-test*, *pre-test* tersebut menggunakan instrument berupa angket/kuesioner motivasi

belajar untuk mengetahui gambaran tingkat motivasi belajar peserta didik sebelum diberikan *treatment* menggunakan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT).

Kemudian penulis menjelaskan secara singkat tentang apa saja tujuan untuk mengadakan konseling kelompok tidak hanya itu penulis juga menjelaskan mengenai petunjuk pengisian instrument yang kemudian peserta didik sebagian besar memahami hal tersebut. Berdasarkan pengamatan penulis proses *pre-test* berjalan lancar dan peserta didik sangat antusias dalam kegiatan tersebut. Setelah itu penulis menganalisis hasil dari *pre-tes* untuk menentukan subjek penelitian berdasarkan tujuan penelitian yaitu terindikasinya motivasi belajar rendah

b. Tahap Kedua

Hari/Tanggal : Senin, 19 Agustus 2019

Waktu : 08.10 - 08.55 WIB

Tempat : Ruang BK

Pada tahap kedua ini penulis sudah menentukan peserta didik yang akan mengikuti kegiatan konseling kelompok berdasarkan hasil *pre-test* sebelumnya serta sesuai dengan karakteristik motivasi belajar rendah. Penulis memberikan lembar persetujuan responden kepada peserta didik, Konseling kelompok ini dilaksanakan diruang BK MA Ma'arif 06 Pasir Sakti, dimulai dengan mengucapkan salam, berdo'a sebelum dilaksanakannya konseling kelompok dan memperkenalkan

diri serta dilanjutkan kepada anggota kelompok, dilanjutkan dengan permainan agar menciptakan suasana keakraban anggota kelompok, dan anggota kelompok merasa rileks dengan begitu proses konseling akan berjalan sesuai dengan yang diinginkan.

Kemuudian penulis menjelaskan maksud dan tujuan, asas-asas konseling kelompok dan tata cara pelaksanaan konseling kelompok, setelah itu ketua kelompok memberikan kesempatan untuk anggota kelompok untuk bertanya, dan berperan aktif, transparan, jujur, serta memberikan ide-ide terhadap topic yang akan dibahas dan saling menghargai antar anggota kelompok dalam proses konseling.

Pada tahap kegiatan ketua kelompok memberikan topik bahasan pada tahap ini penulis melakukan assessment terhadap peserta didik untuk mengetahui mengenai perilakunya, kebiasaan, dan sikap peserta didik. Selanjutnya pada tahap pengakhiran penulis memberikan kesimpulan, dan memberikan kesempatan untuk bertanya kembali serta mengevaluasi dari hasil kegiatan, serta menanyakan pemahaman apa yang sudah diperoleh serta kesan dan pesan dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok, selanjutnya diakhiri dengan membaca do'a dan mengucapkan salam.

c. Tahap ketiga

Hari/Tanggal : Senin, 24 Agustus 2019

Waktu : 09.10 - 09.55 WIB

Tempat : Ruang BK

Pada tahap ketiga ini topic yang akan dibahas mengenai motivasi belajar, sebelum dimulainya kegiatan seperti biasa penulis mengucapkan salam berdo'a sebelum berlangsungnya kegiatan dan menanyakan kabar anggota kelompok. Pada tahap peralihan penulis menjelaskan lagi apa saja maksud dan tujuan diadakannya konseling kelompok, kemudian menjelaskan peran anggota kelompok pada saat proses kegiatan berlangsung, anggota kelompok diminta untuk aktif berpendapat, maupun memberikan ide-ide terhadap topik yang sudah ditentukan yakni mengenai motivasi belajar.

Pada tahap kegiatan yaitu ketua kelompok membahas tentang betapa penting motivasi dalam belajar yang harus ditanamkan oleh peserta didik, pada tahap ini anggota kelompok diharapkan mampu mengungkapkan apa saja masalah yang dialami, selanjutnya penulis melakukan *assessment* terhadap anggota kelompok dan mengidentifikasi inti dari keyakinan irrasional yang dialami anggota kelompok. Setelah diketahui penyebabnya pemimpin kelompok mengajak untuk merubah perilaku maupun pikiran irrasional menuju pikiran yang rasional, karena jika fikiran irrasional itu akan menyebabkan motivasi belajar pada peserta didik akan menurun dan berakibat pada prestasi tidak hanya itu akan berpengaruh juga pada perilakunya.

Pada tahap akhir tidak lupa ketua kelompok memberikan kesimpulan atas kegiatan yang telah berlangsung, dan memberikan

kesempatan pada anggota kelompok untuk bertanya, serta mengavalusi dari hasil kegiatan dan menanyakan kesan dan pesan untuk kegiatan konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) selanjutnya diakhiri dengan membaca do'a dan mengucapkan salam.

d. Tahap keempat

Hari/Tanggal : Selasa, 03 September 2019

Waktu : 09.10 - 09.55 WIB

Tempat : Ruang BK

Pada tahap ini penulis memasuki *technique implementation* penerapan untuk menentukan tujuan serta mengetahui kebutuhan peserta didik. Kemudian penulis menjelaskan kembali tentang kegiatan konseling kelompok ini dengan teknik REBT pada tahapan ini terlihat anggota kelompok lebih santai dari sebelumnya. Selanjutnya ketua kelompok mengemukakan topic yang akan dibahas yaitu mengenai bagaimana cara meningkatkan motivasi belajar, menimbulkan minat belajar bagi peserta didik.

Tahap selanjutnya yaitu penulis juga membantu peserta didik untuk menilai lebih jauh apakah masalah yang dihadapi menyebabkan pikiran irrasionalnya itu muncul dan menjadi penghambat untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Pada tahap akhir tidak lupa pemimpin kelompok memberikan kesimpulan dari hasil kegiatan yang sudah berlangsung dan tak lupa

menanyakan kepada anggota kelompok apakah ada yang perlu ditanyakan, serta pemahaman apa yang sudah didapatkan setelah mengikuti kegiatan konseling, tidak lupa penulis juga mengavaluasi berdasarkan kesan dan pesan yang diberikan anggota kelompok terhadap kegiatan yang berlangsung, sebelum ditutup penulis memberikan komitmen peserta didik terhadap konseling kelompok dengan teknik REBT selanjutnya membaca do'a dan mengucapkan salam.

e. Tahap kelima

Hari/Tanggal : Senin, 09 September 2019

Waktu : 10.00 – 10.45 WIB

Tempat : Ruang BK

Pada tahap kelima seperti pada tahap sebelumnya topic yang akan kita bahas yaitu mengenai motivasi belajar, bagaimana menciptakan belajar yang menyenangkan selanjutnya penulis melakukan tahap pembukaan dengan mengucap salam dan membaca do'a sebelum dilaksanakannya konseling kelompok, menanyakan kabar, serta membina hubungan baik dengan anggota kelompok.

Pada tahap selanjutnya atau tahap peralihan penulis menjelaskan kembali maksud serta tujuan diadakannya konseling kelompok, pada tahap ini penulis menciptakan hubungan yang baik sehingga pada saat proses konseling bersifat transparan, jujur, terbuka dan aktif dalam setiap kegiatan berlangsung, pada tahap kelima ini penulis

menggunakan pendekatan *rational emotive behavioral therapy* (REBT) masih pada tahap *technique implementation* yaitu penerapan dan cara meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Pada saat pelaksanaan program layanan penulis mengajarkan peserta didik mengenali teknik ABCDE, pada langkah ini penulis membawa peserta didik pada fikiran rasional, karena masalah ataupun gangguan yang selama ini dihadapi itu bukan disebabkan oleh peristiwa tetapi karena fikiran tentang peristiwa tersebut, jika individu terus melakukan kesalahan atau masalah itu karena fikiran irrasional terus dipelihara, cara untuk mengatasinya yaitu keluar dari fikiran irrasional menjadi lebih rasional

Dalam hal ini yang diimplementasikan pada konseli A dia merasa bahwa dirinya tidak mampu berprestasi seperti siswa yang lainnya, dia memiliki pikiran irasional pada dirinya. A meyakini dirinya tidak bisa mendapatkan nilai yang baik pada saat ujian, untuk itu penulis membantu untuk menyelesaikan permasalahan yang dialami oleh A dengan menggunakan teknik ABCD.

- 1) A = saya harus berprestasi dikelas dengan mendapatkan nilai yang memuaskan, namun yang saya dilakukan tidak pernah mengerjakan tugas dengan sungguh-sungguh dan pada saat ujian saja saya belajar.
- 2) B = Saya tidak bisa apa-apa

- 3) C = peserta didik kurang semangat dalam proses kegiatan pembelajaran, sering tidur dikelas sehingga sulit untuk mendapatkan nilai yang memuaskan sehingga peserta didik sering merasa tidak berguna, tidak mampu apa-apa.
- 4) D = A sebenarnya mampu berprestasi seperti yang lain, namun A juga harus semangat dalam belajar, tidak boleh malas-malasan dan tidak boleh tidur dikelas pada saat jam pelajaran berlangsung. karena setiap manusia mempunyai potensi masing-masing
- 5) E = peserta didik mempunyai semangat lagi dalam belajar dan motivasi yang tinggi untuk menggapai sesuai prestasi yang diinginkan.

Pada tahap ini peserta didik mulai menyadari terhadap pemahaman tentang dirinya dan menyadari masalah yang di hadapinya sehingga dapat membuat keputusan untuk merubah sikap yang merugikan dirinya pada tahap ini penulis mengevaluasi dan memberikan kesempatan peserta didik untuk bertanya tentang hal-hal yang sudah dilakukan maupun hambatan-hambatan yang dialaminya,.

Pada tahap akhir penulis memberikan kesimpulan dari kegiatan konseling kelompok, menanyakan pemahaman yang sudah di peroleh serta pesan dan kesan selama mengikuti proses konseling. Penulis mengakhiri sesi konseling dengan mengucapkan

terimakasih dan meminta maaf kepada anggota kelompok konseling selama proses kegiatan konseling kelompok berlangsung dari awal sampai akhir menyinggung perasaan maupun terdapat kata-kata yang kurang berkenan kepada anggota kelompok, selanjutnya diakhiri dengan dengan doa dan salam.

f. Tahap keenam

Hari/Tanggal : Kamis, 12 September 2019

Waktu : 07.40 - 08.25 WIB

Tempat : Ruang BK

Pada tahap keenam penulis membukanya dengan mengucapkan salam dan membaca doa, serta menanyakan kabar pada anggota kelompok, sebelum dimulai pada tahap ini penulis memberikan kesempatan anggota kelompok untuk bertanya, setelah proses sesi konseling dilaksanakan sebelumnya penulis mengakhiri dengan memberikan instrumen/angket motivasi belajar sebagai bentuk *post-test*. *post-test* diberikan kepada peserta didik untuk mengetahui apakah ada perubahan setelah diberikan *treatment* menggunakan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavioral therapy* (REBT), pada saat pelaksanaan *post-test* berjalan lancar dan kondusif serta pengisian angket juga sesuai dengan prosedur yang telah ditentukan.

5. Analisis hasil penelitian

Pengujian konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavioral therapy* (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas XI Ibnu Rusd di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti dengan menggunakan uji *Wilcoxon signed rank*. Dasar pengambilan keputusan uji analisis adalah sebagai berikut :

Ho : Konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) tidak dapat pengaruh meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Ha : Konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) terdapat pengaruh meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

Table 11
Uji Wilcoxon signed rank

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
post-test - pre-test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	9 ^b	5.00	45.00
	Ties	0 ^c		
	Total	9		

a. post-test < pre-test

b. post-test > pre-test

c. post-test = pre-test

Pada hasil tabel diatas dapat dijelaskan bahwa Negative ranks atau selisih (negative) antara hasil untuk pretest dan posttest adalah 0, baik itu

pada nilai N, mean rank, maupun sum rank. Nilai 0 ini menunjukkan tidak adanya penurunan (pengurangan) dari nilai *pre-test* ke nilai *post-test*. Positif ranks atau selisih (positif) antara hasil untuk *pre-test* dan *post-test*. Disini terdapat 9 data positif (N) yang artinya ke 9 peserta didik mengalami peningkatan hasil dari nilai posttest. Mean rank atau rata-rata peningkatan tersebut adalah sebesar 5.00, sedangkan jumlah rangking positif atau sum of ranks adalah sebesar 45.00. Ties adalah kesamaan nilai *pre-test* dan *post-test*, disini nilai ties adalah 0, sehingga dapat dikatakan nilai peserta didik tidak ada yang sama antara *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 12
Hasil descriptive statistic

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
pre-test	9	76.33	3.775	68	80
post-test	9	120.00	12.480	100	140

Tabel 13
Hasil Uji Hipotesis Wilcoxon Signed Ranks Test

Test Statistics ^a	
	post-test - pre-test
Z	-2.666 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.008

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan output test statistic diatas, menunjukkan nilai Z sebesar -2.666 ada taraf signifikan 5% dan diketahui asymp. Sig. (2-tailed) bernilai 0,008. Karena nilai 0,008 lebih kecil dari $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima. Artinya ada perbedaan antara hasil untuk *pretest* dan *posttest*, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik kelas XI di MA ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur tahun pelajaran 2019/2020.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya peningkatan motivasi belajar peserta didik kelas XI MA ma'arif 06 Pasir Sakti khususnya kelas ibnu rusd setelah diberikan *treatment* konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) lebih tinggi di bandingkan sebelum di berikan *treatment*. Hal ini menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) yang dilakukan selama 6 kali pertemuan sangat berpengaruh untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik. Maka selanjutnya penulis akan membahas lebih mendalam mengenai motivasi belajar peserta didik kelas XI di MA ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur tahun pelajaran 2019/2020.

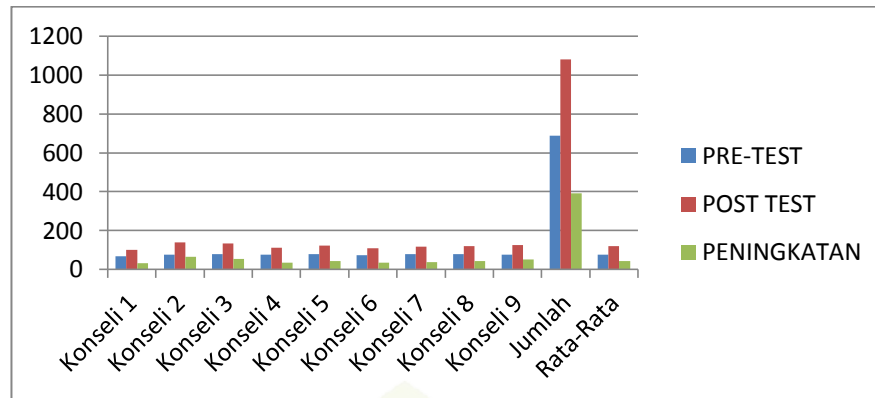
Sebelum adanya perlakuan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavioral therapy* (REBT) terdapat jumlah

678 dengan rata-rata *pre-test* sebesar 76,33 hal ini menunjukkan hasil bahwa motivasi belajar peserta didik tergolong rendah dan setelah diberikan *treatmen* hasil jumlah sebesar 1080 dengan skor rata-rata *post-test* sebesar 120 mengalami peningkatan yang signifikan terhadap motivasi belajar dari hasil data tersebut maka layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavioral therapy* terdapat pengaruh untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik kelas XI di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti. Untuk mengetahui hasil skor motivasi belajar peserta didik maka dibuat perbandingan antara hasil *pre-test* dan *post-test*. seperti pada table dibawah ini:

Tabel 14
Hasil *pre-test* dan *post-test* motivasi belajar peserta didik kelas XI Ibnu Rusd di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur

No	Inisial Konseli	Hasil <i>Pre-test</i>	Hasil <i>Post-test</i>	Peningkatan
1.	Konseli 1	68	100	32
2.	Konseli 2	76	140	64
3.	Konseli 3	80	133	53
4.	Konseli 4	77	112	35
5.	Konseli 5	80	124	44
6.	Konseli 6	74	108	34
7.	Konseli 7	78	116	38
8.	Konseli 8	79	121	42
9.	Konseli 9	75	126	51
	N = 9	$\sum_{x1} = 686$	$\sum_{x2} = 1080$	$\sum_{x3} = 393$
		$X = \frac{\sum_{x1}}{N}$ $X = \frac{686}{9} = 76,22$	$X = \frac{\sum_{x2}}{N}$ $X = \frac{1080}{9} = 120$	$X = \frac{\sum_{x3}}{N}$ $X = \frac{393}{9} = 43,66$

Gambar 5
Grafik Pre Test, Post Test, dan Skor Rata-Rata Motivasi Belajar



Dari hasil grafik diatas menunjukkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan sebelum dan setelah siberikan *treatment* dengan layanan konseling kelompok pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT), hasil *uji wilcoxon signed rank* dan hasil *posttest* menunjukkan bahwa terdapat peningkatan motivasi belajar peserta didik kelas XI Ibnu Rusd di MA Ma'arif 06 Pasir Sakti Lampung Timur tahun pelajaran 2019/2020. Dalam Penelitian ini penulis memiliki beberapa keterbatasan diantaranya, penggunaan alat pengumpul data berupa angket/kuesioner memang efektif tetapi kurang menjamin untuk peserta didik memperoleh skor tinggi, sedang dan rendah, karena adanya kemungkinan bahwa peserta didik menjawab pernyataan tidak sesuai dengan apa yang mereka rasakan. Oleh karena itu ada baiknya selain menggunakan angket sebagai alat pengumpul data penulis juga melakukan observasi terhadap pihak-pihak yang terkait sehingga data yang diperoleh dapat akurat.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan pada tujuan penelitian dan hasil pembahasan penelitian maka dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan motivasi belajar peserta didik kelas XI. Hal ini dapat dibuktikan dengan adanya peningkatan motivasi belajar peserta didik dari hasil *pretest* dan *posttest*. Dari hasil *pretest* didapatkan hasil 686 dengan rata-rata skor sebesar 76,22 setelah mendapatkan perlakuan hasil skor peserta didik mengalami peningkatan menjadi 1080 dengan skor rata-rata sebesar 120. Dan hasil uji *Wilcoxon signed rank* dengan menggunakan bantuan program IBM SPSS 23 menunjukkan nilai Z sebesar -2.666 ada taraf signifikan 5% dan diketahui asymp. Sig. (2-tailed) bernilai 0,008. Karena nilai 0,008 lebih kecil dari $< 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima. Artinya ada perbedaan antara hasil untuk *pretest* dan *posttest*, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) terhadap peningkatan motivasi belajar peserta didik.

B. Saran

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

1. Bagi sekolah, hendaknya pihak sekolah mampu memberikan dukungan kepada guru BK untuk membantu program sekolah dalam meningkatkan motivasi belajar peserta didik, dan dapat digunakan sebagai referensi serta memberikan sarana dan prasarana yang belum diperoleh bagi guru maupun peserta didik tidak hanya itu sebaiknya diadakan jam efektif bagi guru bimbingan dan konseling untuk mengetahui kebutuhan peserta didik dan memudahkan untuk teknik apa yang akan dilakukan dalam membantu permasalahan yang sedang dialami.
2. Bagi peserta didik diharapkan dapat meningkatkan lagi motivasi belajar supaya dapat lebih mudah untuk mencapai apa yang diinginkan.
3. Bagi guru bimbingan dan konseling hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan dan sebagai salah satu upaya untuk membantu meningkatkan motivasi belajar peserta didik
4. Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian yang luas lagi tidak hanya menggunakan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) sebaiknya menggunakan layanan konseling individu supaya dapat mengetahui masalah peserta didik yang berkenaan dengan motivasi belajar lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar Sutoyo. *Pemahaman Individu (observasi, cheklis, interviu, kuesioner. sosiometri)*, (Jakarta : Pustaka Pelajar 2012
- Beny Ida Suryani “Efektifitas konseling perorangan REBT Untuk mengatasi Motivasi Belajar Rendah Pada Anak Berbakat Berprestasi Kurang (UNDERACHIVER). (jurnal Skripsi .Universitas Negri Semarang, 2013
- Bradly T. Erford. *40 Teknik Yang Harus Diketahui Setiap Konselor Edisi Kedua*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2017
- Cholid Narbuko dan Abu Achmade. “*metodologi penelitian*”. Jakarta: bumi aksara. 2015
- Desi Dwi Hariy dan Muhari. *Penerapan Konseling Kelompok Rational Emotive Behavior Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas Viii G Smp Yayasan Pendidikan 17 Surabaya*. Jurnal BK UNESA. Volume 01 Nomor 01 Tahun 2013
- Diane E. Papalia.,Sally Wendkos Old., Ruth Duskin Feldman, *Human Develophment edisi kesembilan bagian V s/d IX*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.2014
- Diar Satria Tama. “*Efektifitas Bimbingan kelompok Dengan Teknik Modeling untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Kelas VIII G SMP Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/201*”Skripsi UIN 2017.
- Elfi Mu’awannah. *Bimbingan Klien Islam*. Yogyakarta: Teras. 2012
- Gantina Komala Sari DKK. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: Indeks. 2016

Haruna Tanty dkk. *metode non parametrik untuk analisis hubungan perilaku dan pengetahuan masyarakat tentang kode plastic. ijurnal mat stat xol. 13 No. 2 Juli 2013*

Hurlock. “ *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan*” Edisi IV. Jakarta: Erlangga . 1990

Indah Purwati “Implementasi Pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Dengan Menggunakan Konseling Kelompok Peserta Didik Kelas VII B di SMP N 21 Bandar Lampung. Skripsi UIN Raden Intan Lampung 2016

Jihn M. Echois. *Kamus Inggris Indonesia*,(Jakarta:Gramedia.2000

Kompri. *Motivasi Pembelajaran perspektif guru dan siswa* .Jambi: Rosda.2015

Namora lumongga libis & nasnida, *Konseling Kelompok*, Jakarta: Kencana. 2016

Namora Lumongga Lubis. *Memahami Dasar-Dasar Konseling dalam teori dan prakti.*, Jakarta: Kencana. 2011

Oemar Hamalik, *Psikologi Belajar Mengajar (membantu guru dalam perencanaan pengajaran penilaian perilaku dan memberi kemudahan pada siswa dalam belajar.* Bandung : Sinar Baru Algensindo. 2012

Prayitno dan Amti. E. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2013.

Romlah. *Landasan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jakarta: Ghalia Indonesia. 2006

Sardiman. AM.,*Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*.Jakarta: Raja Wali Pers.2016

Sofyan s. willis, *Konseling Keluarga (family counseling)*, (Bandung:ALFABETA, 2015)

Sofyan S. Willis. *Konseling Keluarga (Family Counseling)*. Bandung : ALFABETA.2015

Sugiyono. *Metode Penelitian Kualitatif Kuantitatif R&D*. Alfabeta, Bandung, 2018

Sugiyono. *statistika untuk penelitian*. Bandung:Alfabeta.2011

Syamsu Yusuf. *psikologi perkembangan anak dan keluarga*. Bandung:PT. Remaja Rosda Karya. 2009

Vianuri Fadilah “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 UIN Raden Intan Lampung 2018

Wardi Bachtiar. *Metodologi Penelitian Ilmu Dakwah*, (Jakarta: Logos. 1997

Wibowo. M. E. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UPT UNNES Press. 2005.

Yasmin Othman mydin dan Fatimah yusuf. *Psycological konseling process : application of rational emotive behavioral therapy to treat :panic attack*”, *juornal of university kebangsaan malaysia, vol. 5.2010*

Yayasan Penyelenggara Penterjemah Al-Qur'an, *Al-Qur'an dan terjemahnya*.

Zahara Aisyah Amalia “Efektivitas Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modeling Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Peserta Didik Korban

Broken Home kelas VIII AMP N 1 Seputih Agung Lampung Tengah tahun
ajaran 2018/2019. skripsi UIN Raden Intan Lampung 2018

