

**PENERAPAN PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT) DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA PADA KELAS XI SMK NEGERI 9 BANDAR LAMPUNG**

Sintia Repalita<sup>1</sup>, Siti Suratini Zain<sup>2</sup>, Noviana Diswantika<sup>3</sup>

<sup>123</sup>STKIP PGRI Bandar Lampung

<sup>1</sup>[sintyarevalita252599@gmail.com](mailto:sintyarevalita252599@gmail.com), <sup>2</sup>[sit Suratini Zain@stkipgribl.ac.id](mailto:sit Suratini Zain@stkipgribl.ac.id),

<sup>3</sup>[novianadiswantika@gmail.com](mailto:novianadiswantika@gmail.com)

**Abstrak:** Motivasi memiliki peran penting dalam proses pembelajaran baik guru ataupun siswa mendapat manfaat dari pengajaran dan pembelajaran ketika mereka termotivasi. Untuk mengikuti dan meningkatkan semangat belajar siswa dan mendorong mereka untuk mengikuti kegiatan pembelajaran, guru perlu memberikan motivasi belajar pada siswa. Bimbingan dan konseling yaitu pemberian layanan pada siswa, baik secara individu maupun berkelompok supaya mereka bebas dan berkembang secara optimal, baik bimbingan pribadi, kejuruan, pembelajaran maupun sosial. Pendekatan ini adalah peneliti menggunakan metode deskriptif kualitatif, ialah metode penelitian ilmiah yang ditunjukkan pada pemecahan permasalahan yang ada pada situasi sekarang yang dilakukan dengan pengumpulan data dengan maksud menciptakan gambaran objektif tentang suatu situasi. Peningkatan motivasi belajar siswa dilaksanakan menggunakan membentuk sebuah kelompok belajar. Didalam proses pembelajaran tersebut, diterapkan pelaksanaan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT), dengan bertujuan dalam mengarahkan perkembangan dan kemampuan siswa terhadap proses berfikir positif tentang meningkatkan motivasi belajar siswa yang digunakan dalam mengubah pandangan, sikap, cara berfikir dan persepsi, dan keyakinan irasional siswa menjadi rasional serta dalam rangka meningkatkan motivasi siswa untuk mengikuti proses pembelajaran perlu membuat siswa lebih memperhatikan apa yang diajarkan, membangun rasa percaya diri terhadap kemampuan belajarnya, dan memberikan tugas kepada mereka. Faktor penyebab siswa kurang semangat belajar antara lain karena tidak adanya kewajiban siswa terhadap tugas yang diberikan oleh guru, terkait dengan kurangnya motivasi belajar bagi siswa yang kurang semangat belajar. Fungsi pemberian Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dapat mengatasi siswa yang mengalami kurangnya motivasi belajar adalah dapat mengubah pandangan, sikap, cara berfikir, persepsi, dan keyakinan irasional siswa menjadi rasional. “Penerapan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2022/2023”, Sebaiknya guru selalu aktif dalam memberikan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) kepada siswa. guru bimbingan dan konseling lebih mengetahui faktor-faktor penyebab siswa mengalami kurangnya motivasi belajar mulai Rational Emotive Behavior Therapy.

**Kata kunci:** Penerapan , *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

**Abstract:** Motivation has an important role in the learning process both teachers and students benefit from teaching and learning when they are motivated. To follow and increase students' enthusiasm for learning and encourage them to take part in learning activities, teachers need to provide motivation to learn in students. Guidance and counseling is the provision of services to students, both individually and in groups so that they are free and develop optimally, both personal, vocational, learning and social guidance. This approach is that the researcher uses a qualitative descriptive method, which is a scientific research method aimed at solving existing problems in the current situation by collecting data with the intention of creating an objective picture of a situation. Increasing student motivation is carried out by forming a study group. In the learning process, the implementation of Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) is applied, with the aim of directing the development and abilities of students towards positive

*thinking processes about increasing student learning motivation which is used in changing the views, attitudes, ways of thinking and perceptions, and students' irrational beliefs to become rational as well as in order to increase students' motivation to participate in the learning process it is necessary to make students pay more attention to what is being taught, build self-confidence in their learning abilities, and give assignments to them. Factors causing students' lack of enthusiasm for learning include the absence of student obligations towards the assignments given by the teacher, related to the lack of motivation to learn for students who lack enthusiasm for learning. The function of giving Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) can overcome students who experience a lack of motivation to learn is to change the views, attitudes, ways of thinking, perceptions, and irrational beliefs of students to become rational. "Application of the Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Approach in Increasing Learning Motivation in Class XI Students of SMK Negeri 9 Bandar Lampung Academic Year 2022/2023", It is better if the teacher is always active in providing Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) to students. Guidance and counseling teachers know more about the factors that cause students to experience a lack of learning motivation starting from Rational Emotive Behavior Therapy.*

**Keywords:** Application, Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)

## **PENDAHULUAN**

Motivasi memiliki peran penting dalam proses pembelajaran baik guru ataupun siswa mendapat manfaat dari pengajaran dan pembelajaran ketika mereka termotivasi. Untuk mengikuti dan meningkatkan semangat belajar siswa dan mendorong mereka untuk mengikuti kegiatan pembelajaran, guru perlu memberikan motivasi belajar pada siswa. Karena di dorong motivasi atau diberi penguatan yang dapat membuat mereka semangat dalam kegiatan pembelajaran, maka siswa akan senang mengikuti kegiatan pembelajaran sedangkan faktor eksternal yang berpotensi meningkatkan semangat belajar siswa. Selain siswa, guru sebagai faktor pengajar yang memberikan ilmu yang ada dalam kegiatan pembelajaran yang memberikan ilmu pengetahuan dan wawasan kepada siswa. Dengan begitu guru dapat memotivasi siswa dalam kegiatan belajar yang dapat meningkatkan kemampuan belajar bagi peserta didik. Oleh karena itu, dibutuhkan suatu upaya teknik pemecahan masalah yang bisa menumbuhkan semangat siswa agar lebih giat dalam pembelajaran.

Bimbingan dan konseling yaitu pemberian layanan pada siswa, baik secara individu maupun berkelompok supaya mereka bebas dan berkembang secara optimal, baik bimbingan pribadi, kejuruan, pembelajaran maupun sosial. Membantu siswa dalam menangani permasalahan belajar agar memaksimalkan potensi setiap siswa, tidak hanya tanggung jawab guru mata pelajaran tetapi juga wali kelas maupun guru bimbingan konseling pun sangat diperlukan guna mengoptimalkan segala potensi ada pada siswa. Jika seseorang siswa dalam proses kegiatan pembelajaran mengalami hambatan maka

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

Pendekatan perilaku kognitif yang dikenal dengan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) menekankan pada hubungan yang terjalin antara perasaan, tindakan, dan pikiran. Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) diciptakan oleh Albert Ellis melalui beberapa fase. Ide mendasar di balik pendekatan ini adalah bahwa orang cenderung berpikir rasional, salah satunya berasal dari pembelajaran sosial. Selain itu, individu dapat melatih diri untuk berpikir secara rasional. Tujuan dari strategi ini adalah mendorong orang untuk beralih dari pemikiran irasional ke rasional. Karsih, Eka Wahyuni, dan Gantina Komalasari, 2011:201)

Berfikir irasional mengarah kepada kebencian terhadap diri (*self-hate*) yang mengarah pada tingkah laku yang merusak diri sendiri kemudian individu akan membenci orang lain sehingga pada akhirnya menyebabkan bertindak irasional kepada orang lain dan secara terus menerus mengikuti lingkaran tersebut, (Thompson, 2004). *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* adalah sebuah aliran psikoterapi yang berlandaskan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berfikir rasional dan jujur maupun berfikir irasional yang jahat. Manusia memiliki kecenderungan-kecenderungan untuk memelihara diri, berbahagia, berfikir dan mengatakan, mencintai,

bergabung dengan orang lain, serta tumbuh dan mengaktualkan diri. Akan tetapi, manusia juga memiliki kecenderungan kearah menghancurkan diri, menghindari pemikiran, keterlambatan-terlambatan, menyesali kesalahan-kesalahan secara tak berkesudahan, takhayul, intoleransi, perfeksionisme dan mencela diri, serta menghindari pertumbuhan dan aktualisasi diri untuk menghancurkan diri.

**Peran konselor pada pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) adalah:**

- a) Aktif-Direktif, yaitu mengambil peran lebih banyak untuk memberikan penjelasan terutama pada awal konseling.
- b) Menghadapi langsung pikiran irasional klien secara langsung.
- c) Menggunakan berbagai metode untuk mendidik kembali konseli dan mendorong mereka berpikir sendiri.
- d) Secara terus menerus “menyerang” pemikiran irasional konseli.
- e) Mengarahkan klien menggunakan perasaan dan pikirannya untuk memecahkan masalah.

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

Berikut adalah tahapan dalam konseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT):

- a. Berinteraksi dengan klien (bekerja dengan mereka)
- b. Membuat assesment terhadap masalah, orang dan situasi
- c. Mengharuskan klien menyelesaikan pengobatan
- d. Masukkan rencana perawatan ke dalam tindakan
- e. Menilai kemajuan
- f. Persiapkan klien untuk mengakhiri konseling (siapkan klien untuk penghentian). (Fatimah Yusuf dan Yasmin Othman mydin, 2010)

**Tahap-tahap Pendekatan Rational emotive Behavior Therapy (REBT)**

Perasaan, pikiran, dan tindakan yang tidak rasional dapat dikenali dan dipahami dengan bantuan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT). dalam membantu mereka menyelesaikan permasalahan, mereka belajar menerima bahwa perasaan, pemikiran, dan tindakan mereka selama proses konseling ini. Konselor dan klien melalui beberapa tahapan selama proses konseling pendekatan REBT

**Motivasi**

Menurut Sadirman AM, (2016:73) Kata “motif” diartikan sebagai daya upaya yang mendorong seseorang dalam melakukan sesuatu. Motif dapat di katakan sebagai daya penggerak dari dalam subjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mendapatkan suatu tujuan. Sedangkan, menurut Mc. Donald, Motivasi ialah perubahan energi seseorang yang dimulai dari tanggapan terhadap suatu tujuan dan ditandai dengan munculnya "perasaan". Hal ini menunjukkan bahwa motivasibisa dipahami sebagai tenaga penggerak yang menjadi aktif pada titik tertentu, terutama ketika ada keinginan yang kuat untuk mencapai tujuan.

Mc, menurut Donald dalam Sadirman, A.M.(2016: 74) Ada tiga komponen penting untuk motivasi:

1. Setiap individu memulai pergeseran energi sebagai hasil dari motivasi tersebut.
2. Perasaan motivasi seseorang ditandai dengan munculnya masalah psikologis dan emosional yang mempengaruhi perilaku manusia.
3. Sebuah tujuan memberi dorongan pada motivasi. Yang tersirat adalah bahwa inspirasi untuk situasi ini sebenarnya adalah reaksi terhadap suatu aktivitas, tepatnya tujuan.

**Fungsi Motivasi**

Motivasi ini yang mendukung mereka untuk melakukan sesuatu aktivitas atau pekerjaan dalam rangkaian kegiatan yang dilakukan oleh sesuatu yang disebut juga dengan motivasi. Demikian pula, motivasi begitu penting untuk belajar, bila ada motivasi maka hasil belajar akan optimal, pelajaran akan lebih berhasil jika motivasinya dapat sesuai, sehingga motivasi dapat selalu menentukan tingkat usaha yang digunakan siswa dalam belajar.

**Macam-macam Motivasi**

Membahas tentang macam atau jenis motivasi ini dapat dilihat dari berbagai sudut pandang.

Dengan cara ini, proses motivasi atau motif-motif yang aktif itu sangat bervariasi. Sardiman AM (2016:86)

a) Motivasi dilihat dari dasar pembentukannya:

1) Motif-motif bawaan

Yang dimaksud motif bawaan adalah motif yang dibawa sejak lahir, jadi motivasi itu ada tanpa dipelajari. Sebagai contoh misalnya: dorongan untuk makan, dorongan untuk minum, dorongan untuk bekerja, dorongan untuk beristirahat, dorongan seksual. Motif-motif ini seringkali disebut motif-motif yang disyaratkan secara biologis. Revelan dengan ini, maka Arden N. Frandsen memberi istilah jenis motif *physiological drives*.

2) Motif-motif yang dipelajari

Karena dipelajari, itulah motivasi yang muncul. Misalnya: keinginan untuk memperoleh pengetahuan dalam bidang ilmu tertentu atau keinginan untuk mengajar orang lain. Motif-motif ini seringkali disebut dengan motif- motif yang disyaratkan secara sosial, manusia mengembangkan motivasi karena mereka hidup dalam lingkungan sosial dengan orang lain. Menurut Frandsen, mengatakan dengan *affiliative needs*. Sebab manusia hidup dalam lingkungan sosial dengan kemampuan berhubungan, kerja sama didalam kegiatan dimana mereka dapat bekerja sama dalam kegiatan yang berkaitan dengan pendidikan.

b) Motivasi instrinsik dan ekstrinsik

1) Motivasi instrinsik

Motivasi intrinsik mengacu pada dorongan untuk melakukan sesuatu yang ada dalam diri setiap orang dan tidak memerlukan rangsangan eksternal untuk menjadi aktif atau berfungsi. Misalnya, seseorang yang senang membaca tidak memerlukan perintah atau dorongan apapun karena ia telah rajin mencari buku untuk dibaca. Kemudian motivasi intrinsik adalah keinginan untuk mencapai tujuan yang melekat pada perbuatan belajar itu sendiri jika dilihat dari segi tujuan kegiatan yang dilakukan, misalnya kegiatan belajar.

2) Motivasi ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah motif- motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya perangsang dari luar. Misalnya, seseorang mungkin belajar karena mengetahui akan ada ujian besok pagi dan harapan mendapatkan nilai baik, sehingga dapat dipuji oleh temannya

karena itu, yang paling penting adalah belajar bukan untuk memperoleh ilmu, melainkan untuk memperoleh nilai atau hadiah yang tinggi. Oleh karena nya, motivasi ekstrinsik juga dapat dianggap sebagai jenis motivasi di mana kegiatan belajar dimulai dan dilanjutkan dengan dukungan dari luar yang tidak benar- benar terkait dengan kegiatan belajar.

### **Prinsip-prinsip Motivasi**

Penerapan prinsip-prinsip motivasi dalam proses pembelajaran akan berjalan lancar jika guru memahami beberapa aspek dorongan psikologis sebagai individu dalam diri siswa (Aunurrahman, 2014: 117), seperti di bawah ini:

- a) Setiap individu tidak hanya didorong oleh pemenuhan aspek-aspek biologis, sosial dan emosional, akan tetapi individu perlu juga dorongan untuk mencapai sesuatu yang lebih dari yang ia miliki saat ini
- b) Pengetahuan tentang kemajuan yang dicapai dalam memenuhi tujuan mendorong terjadinya peningkatan usaha
- c) Ciri-ciri kepribadian mempengaruhi motivasi.
- d) Motivasi belajar cenderung meningkat bila siswa merasa aman dan berhasil dalam meraih tujuan.
- e) Motivasi muncul ketika siswa yakin bahwa sebagian besar kebutuhannya dapat dipenuhi.
- f) Motivasi dan perilaku dipengaruhi dengan belajar dan mendapat penguatan positif dari guru, orang tua, dan teman sebaya.

- g) Guru harus mengusahakan hal-hal berikut agar motivasi belajar siswa berkembang:
- 1) Menciptakan bahan ajar yang menarik
  - 2) Merangsang proses pembelajaran yang aktif
  - 3) Menggunakan strategi dan metode pembelajaran yang menyenangkan
  - 4) Membujuk siswa bahwa mereka mampu mencapai suatu prestasi
  - 5) Berusaha memenuhi kebutuhan belajar siswa (seperti kebutuhan untuk dihormati dan tidak merasa tertekan, misalnya) klien mengikuti keinginan konselor untuk membuat keputusan, meningkatkan kesadaran, pertumbuhan pribadi, penyembuhan, dan menerima diri sendiri. (Thompson&Rudolph, 1983). Landasan tujuan khusus bimbingan dan konseling adalah pengembangan tujuan menyeluruh ini, yang terkait langsung dengan masalah individu.

### **Penerapan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa**

Motivasi belajar sangat diperlukan bagi semua orang adanya motivasi seseorang dapat bergerak dalam bertindak melakukan sesuatu dalam pelaksanaan kegiatan keseharian khususnya kegiatan siswa dalam belajar. Dalam pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), diharapkan perubahan diri bagi siswa dalam aktivitasnya selama belajar. Melalui pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) akan diarahkan agar siswa dapat mengelola dan mengontrol pemikiran positif yang lebih baik dengan mengadakan keseimbangan antara kewajiban dan keinginan yang ingin dilakukan salah satunya ialah adanya waktu belajar, bermain, beristirahat, dan aktivitas lainnya. Dengan penerapan pendekatan ini diharapkan siswa dapat tergerak dan terdorong untuk terus melaksanakan kegiatan pembelajaran.

### **METODE PENELITIAN**

Pendekatan ini adalah peneliti menggunakan metode *deskriptif kualitatif*, ialah metode penelitian ilmiah yang ditunjukkan pada pemecahan permasalahan yang ada pada situasi sekarang yang dilakukan dengan pengumpulan data dengan maksud menciptakan gambaran objektif tentang suatu situasi. Adapun yang menjadi tujuan penguatan adalah untuk mendeskripsikan atau menggambarkan cara meningkatkan motivasi belajar menggunakan penerapan pendekatan REBT dalam meningkatkan motivasi belajar pada kelas XI SMK Negeri 9 Bandar Lampung.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **Deskripsi Hasil Penelitian**

**1. Gambaran Umum Daerah Penelitian** Laporan penelitian ini bertempat SMK Negeri 9 Bandar Lampung. Letak sekolah tersebut sangat strategis yaitu di Jalan. ST Baddarudin II Gang. Bayam kelurahan susunan baru Kec.Tanjung karang barat, disamping itu juga karena dengan letak sekolah yang cukup baik proses belajar mengajar menjadi tenang dan nyaman.

#### **2. Situasi dan Kondisi Sekolah**

Staf pengajar SMK Negeri 9 Bandar Lampung terdiri dari lulusan S1 dan Diploma maupun dari jurusan-jurusan yang lainnya. Staf SMK Negeri 9 Bandar Lampung berjumlah 12 orang, TU 5 orang, satpam 1 orang dan penjaga sekolah 2 orang. SMK Negeri 9 Bandar Lampung memiliki local yang dilengkapi Lab. Computer, perpustakaan, dan sarana olahraga, dan ruang praktik siswa, jumlah kelas yang dimiliki adalah sebanyak 20 ruangan, terdiri dari kelas X,XI,XII dan XIII.

1. Kelas X sebanyak 222 siswa
2. Kelas XI sebanyak 209 siswa
3. Kelas XII sebanyak 162 siswa
4. Kelas XII sebanyak 31 siswa

Jadi keseluruhan ada 624 dan SMK Negeri 9 juga dilengkapi dengan ruang TU, ruang Kepala Sekolah, ruang dewan guru, gudang, mushollah dan WC.

#### **Penyajian Data**

Penelitian kualitatif, yaitu berupa informasi yang tertulis maupun lisan, dan pengamatan langsung

terhadap lokasi sehingga dalam hal ini peneliti mencoba melakukan penelitian yang merupakan gambaran menyeluruh tentang keadaan sebenarnya dengan melakukan beberapa pertemuan. Selain itu, untuk mendukung uraian dari keadaan sebenarnya yang ada di lapangan, peneliti sertakan lembaran observasi, wawancara dan dokumentasi.

### 1. Deskripsi Kondisi Awal

Siswa yang mengalami permasalahan belajar pada keadaan dasar yang diperoleh dari keadaan siswa sebelum dilaksanakan penelitian, yang didapat hanya berdasarkan persepsi tentang kegiatan siswa sehari-hari selama di sekolah, saat sampai di sekolah dan memulai proses belajar mengajar hingga selesai. Secara umum diamati beberapa siswa motivasi belajarnya kurang yaitu disebabkan malas belajar, kurangnya konsentrasi ketika melaksanakan pelajaran didalam kelas dan kurang bersemangat dalam belajar. Siswa yang memiliki permasalahan dalam belajar dapat diperoleh dari kebiasaan saat memulai proses belajar mengajar, penelitian ini bertujuan untuk mengarahkan siswa yang bersangkutan agar berprestasi dengan baik.

Jumlah siswa kelas XI AKL SMK Negeri

9 Bandar Lampung sebanyak 50 siswa, dengan rincian kelas XI AKL 1 sebanyak 26 siswa dan kelas XI AKL 2 sebanyak 24 siswa. Siswa kelas XI AKL 2 mengikuti proses pembelajaran pada tanggal 23 Februari 2023 mengalami kesulitan dalam belajar, hal ini menunjukkan bahwa mereka tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar di kelas, kurang bersemangat dalam mengikuti pelajaran, serta malas dalam belajar. Menindak lanjuti dari hal itu, peneliti menentukan 6 orang siswa yang mengalami permasalahan dalam belajar yang kemudian dijadikan sebagai sampel penelitian, dengan rincian yaitu 3 orang siswa yang konsentrasinya mudah teralihkan, 2 orang siswa kurang bersemangat dalam mengikuti pelajaran, 1 orang siswa merasa malas dalam belajar maupun hadir kesekolah.

### 2. Hasil Pengamatan Terhadap Siswa Sewaktu Mengikuti Belajar Mengajar

Tabel 1

Terdapat Siswa Kurangnya Motivasi Belajar

Kelas	Subjek	Terdapat Siswa Kurangnya Motivasi Belajar				
		1	2	3	4	5
XI AKL 2	1		√	√	√	
	2		√	√	√	√
	3	√	√		√	
	4	√	√	√		
	5	√		√	√	
	6	√	√		√	√
<b>Jumlah</b>		<b>3</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>2</b>

Keterangan :

1. Konsentrasi lemah
2. Kurang bersemangat dalam belajar
3. Tidak mengikuti instruksi atau perintah
4. Merasa malas dalam mengerjakan tugas di dalam kelas
5. Lain-lain

Daritabel diatas diketahui siswa yang mengalami motivasi yang rendah elah mengalami penurunan, salah satu penyebabnya ialah banyak siswa yang terus merasa malas mengerjakan tugas di kelas.

**A. Hasil Pengamatan Terhadap Situasi Pelaksanaan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)**

**Tabel 2**  
**Situasi Pelaksanaan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)**

Tahap Kegiatan Pemberian <i>REBT</i>	Situasi dan Kondisi Pelaksanaan <i>REBT</i>			
	Kegiatan Ke-1	Kegiatan Ke-2	Kegiatan Ke-3	Kegiatan Ke-4
Pembentukan	Situasi terasa kaku karena guru pembimbing menjelaskan asas-asas kegiatan dengan tergesa-gesa	Guru pembimbing sudah menegesional siswa dan situasi dapat mengalir ke tahap selanjutnya	Guru pembimbing sudah melihat antusias siswa untuk mengikuti kegiatan	Para siswa sudah menunggu guru pembimbing untuk mengikuti kegiatan yang diberikan

Peralihan	Terasa sedikit ketegangan kesannya siswa selama pelaksanaan kegiatan	Guru pembimbing Tanyakan tentang kasih kepada siswa yang telah mengikuti kegiatan secara baik	Para siswa sudah siap untuk melakukan kegiatan <i>REBT</i> lagi	Seluruh siswa terlihat dan ceria baik dari guru pembimbing maupun dari para siswa
-----------	--	---	---	---

### Refleksi

Dari pertemuan awal hingga akhir dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan kualitas pemahaman siswa baik dalam berperilaku maupun dari pemahaman secara akademik. Dapat dilihat dari hasilnya menunjukkan bahwa siswa yang mengalami kurangnya motivasi belajar dapat dibantu menggunakan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

Pemberian *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dapat dikatakan berhasil karena dapat memperoleh dampak positif terhadap siswa yaitu merangsang siswa dalam meningkatkan motivasi dalam belajar. Hasil pemberian *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) merupakan timbal balik yang diberikan guru sebagai bentuk penghargaan guna memperkuat perilaku yang diinginkan dan pemberian disiplin dapat menghentikan perilaku yang tidak diinginkan. Pemberian *Rational Emotive Behavior Therapy* harus didasarkan kebutuhan maupun kemampuan yang ada pada diri siswa, dan menyesuaikan indikator pada hasil yang hendak akan dicapai.

### Deskripsi Hasil Pemberian *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)

Berdasarkan perencanaan pemberian *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dibuat oleh peneliti, guru pembimbing dan kolabolator, dilaksanakan pemberian

**Hasil Pengamatan Terhadap Siswa Sewaktu Mengikuti Belajar Mengajar  
Tabel 3  
Setelah diberikan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT)**

Kelas	Subjek	Siswa yang mengalami kurangnya motivasi dalam belajar				
		1	2	3	4	5
XI AKL 2	1			√		
	2					√
	3		√	√		
	4	√				



	5		√	√		
	6	√			√	√
<b>Jumlah</b>		2	2	3	1	2

Keterangan:

1. Konsentrasi lemah
2. Kurang bersemangat dalam belajar
3. Tidak mengikuti instruksi perintah
4. Merasa malas dalam belajar didalam kelas
5. Lain-lain

Dari tabel diatas diketahui siswa yang mengalami motivasi yang rendah telah mengalami peningkatan. Salah satu alternatif untuk mengatasi motivasi rendah ialah dengan menggunakan teknik Rational Emotive Behavior Therapy dalam menggunakan konseling kelompok. Walaupun belum dapat dikatakan sempurna namun sudah termasuk dalam kategori baik pada “Penerapan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Pada Kelas XI SMK Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2022/2023”.

## B. Keterbatasan Penelitian

Peneliti menemukan beberapa keterbatasan penelitian berdasarkan temuan penelitian yang dilakukan selama penelitian ini dan mungkin bisa mengevaluasi kembali sejumlah faktor yang perlu diperhatikan lagi untuk peneliti selanjutnya.

Berikut ini adalah beberapa keterbatasan penelitian:

1. Responden yang tidak tepat waktu
2. Peneliti meminjam jam pelajaran lain ketika akan melaksanakan pengambilan sampel data
3. Peneliti meminta jam untuk mengadakan wawancara kepada responden

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian analisis data dan temuan penelitian yaitu tentang “Penerapan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 9 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2022/2023”, diperoleh temuan berikut tercapai sebagai berikut:

1. Peningkatan motivasi belajar siswa dilaksanakan menggunakan membentuk sebuah kelompok belajar. Didalam proses pembelajaran tersebut, diterapkan pelaksanaan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), dengan bertujuan dalam mengarahkan perkembangan dan kemampuan siswa terhadap proses berfikir positif tentang meningkatkan motivasi belajar siswa yang digunakan dalam mengubah pandangan, sikap, cara berfikir dan persepsi, dan keyakinan irasional siswa menjadi rasional serta dalam rangka meningkatkan motivasi siswa untuk mengikuti proses pembelajaran perlu membuat siswa lebih memperhatikan apa yang diajarkan, membangun rasa percaya diri terhadap kemampuan belajarnya, dan memberikan tugas kepada mereka.
2. Faktor penyebab siswa kurang semangat belajar antara lain karena tidak adanya kewajiban siswa terhadap tugas yang diberikan oleh guru, terkait dengan kurangnya motivasi belajar bagi siswa yang kurang semangat belajar.
3. Fungsi pemberian *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dapat mengatasi siswa yang mengalami kurangnya motivasi belajar adalah dapat mengubah pandangan, sikap, cara berfikir, persepsi, dan keyakinan irasional siswa menjadi rasional.

## DAFTAR PUSTAKA

Aunurrahman. (2014). Belajar dan Pembelajaran. Bandung: Penerbit Alfabeta.

Dwi, Hariyanti, D. E. S. I. (2014). Penerapan Konseling Kelompok Rational Emotive Behavior Untuk

Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VIII G Smp Yayasan Pendidikan 17 Surabaya.  
Jurnal Bk Unesa.

Eleline, Siregar & Hartini Nara. (2019). Teori Belajar dan Pembelajaran. Bogor: Penerbit Ghalia Indonesia.

Gantina Komalasari, Eka Wahyuni., & Karsih. (2011). Teori dan Teknik Konseling. Jakarta Barat: PT Indeks.

Hamalik. (2010). Proses Belajar Mengajar. Jakarta: PT Bumi Aksara.

Hamdu, G., & Agustina, L. (2011). Pengaruh Motivasi Belajar Siswa Terhadap Prestasi Belajar Ipa Di Sekolah Dasar. Jurnal Penelitian Pendidikan.

Hamzah. (2022). Teori Motivasi dan Pengukurannya. Jakarta Timur : PT Bumi Aksara.

Muhadi, M. (2017). Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan menggunakan Teknik Rational Emotive Behavior Teraphy (Rebt) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Peserta Didik Kelas VIII Di Smp Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2016/2017 (Doctoral Dissertation, Uin Raden Intan Lampung)

Prayitno, & Erman Amti. (2004). Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling. Jakarta: Rineka Cipta.

Sadirman, A.M. (2016). Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar. Jakarta: Rajawali Pers.

Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: ALFABETA. CV.

Suprihatin, S. (2015). Upaya Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. Jurnal Promosi (Jurnal Pendidikan Ekonomi UM Metro).