LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN *RASIONAL-EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT)* UNTUK PENGEMBANGAN KEMAMPUAN BERFIKIR POSITIF PADA SISWA KELAS VIII MTsN SALE REMBANG TAHUN AJARAN 2014/2015.

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan(S.Pd.)
Pada Jurusan Bimbingan Konseling

Oleh :

TRIYOSO ADI PUSPITO

NPM. 11.1.01.01.0368

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

JURUSAN PENDIDIKAN BIMBINGAN KONSELING

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2015

Skripsi oleh :

TRIYOSO ADI PUSPITO

NPM. 11.1.01.01.0368

Judul :

LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN *RASIONAL-EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT)* UNTUK PENGEMBANGAN KEMAMPUAN BERFIKIR POSITIF PADA SISWA KELAS VIII MTsN SALE REMBANG TAHUN AJARAN 2014/2015

Telah disetujui untuk diajukan Kepada
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Jurusan Bimbingan dan Konseling
FKIP UNP Kediri

Tanggal : 10 Mei 2015

Pembimbing I	Pembimbing II
DR.Atrup,M.Pd.M.M	Dra. Endang Rahil W.P, M.Pd
NIDN.0709116101	NIDN.0726125801

Skripsi oleh :

TRIYOSO ADI PUSPITO

NPM. 11.1.01.01.0368

Judul :

LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN *RASIONAL-EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT)* UNTUK PENGEMBANGAN KEMAMPUAN BERFIKIR POSITIF PADA SISWA KELAS VIII MTsN SALE REMBANG TAHUN AJARAN 2014/2015

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling FKIP UNP Kediri
Pada tanggal : 10 Mei 2015

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji			**Tanda Tangan**
1.	Ketua	: Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd	
2.	Penguji I	: DR.Atrup.M.Pd.M.M	
3.	Penguji II	: Dra. Endang Ragil W.P., M.Pd	

Mengetahui,

Dekan FKIP UNP KEDIRI

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M. Pd
NIDN. 07016046202

LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN *RASIONAL-EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT)* UNTUK PENGEMBANGAN KEMAMPUAN BERFIKIR POSITIF PADA SISWA KELAS VIII MTsN SALE REMBANG TAHUN AJARAN 2014/2015

TRIYOSO ADI PUSPITO
NPM. 11.1.01.01.0368

FKIP – Prodi Bimbingan dan Konseling
Dosen Pembimbing I : Dr. Atrup, M.Pd.,M.M.
Dosen Pembimbing II : Dra. Endang Ragil W.P, M.Pd.

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Permasalahan yang diungkap dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh layanan konseling kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa VIII MTsN Sale Rembang Tahun Pelajaran 2014/2015.

Tujuan yang hendak dicapai yaitu untuk mengetahui seberapa besar pengaruh layanan konseling kelompok terhadap peningkatan kepercayaan diri siswa Kelas VIII MTsN Sale Rembang Tahun Pelajaran 2014/2015.

Populasi adalah siswa Kelas VIII MTsN Sale Rembang Tahun Pelajaran 2014/2015. Sampel berjumlah 30 siswa yang diambil dari data populasi. Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala psikologis. Berdasarkan hasil uji validitas skala kepercayaan diri yang berjumlah 40 butir item terdapat 25 butir yang valid dan 15 butir yang tidak valid.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan rumus korelasi *product moment* dan rumus *uji t-test.* Berdasarkan hasil *uji t-test* dengan taraf signifikan 5% (0,05) menunjukkan $t_{hitung=}$ 17,21> $t_{tabel=}$ 2,045. Hasil perhitungan selengkapnya dapat dilihat dilampiran. Dengan demikian, berarti H_a diterima dan H_o ditolak sehingga dapat dikatakan bahwa kepercayaan diri siswa VIII MTsN Sale Rembang Tahun Pelajaran 2014/2015 meningkat setelah diberikan layanan konseling kelompok.

Berdasarkan simpulan yang diperoleh dalam penelitian yang penulis laksanakan ternyata layanan konseling kelompok efektif untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa Kelas VIII MTsN Sale Rembang Tahun Pelajaran 2014/2015". Dari hasil penelitian ini disarankan kepada siswa yang tingkat kepercayaan dirinya kurang, hendaknya lebih bersedia dan lebih aktif dengan memanfaatkan layanan konseling kelompok untuk memecahkan permasalahan yang dialaminya. Bagi pihak sekolah hendaknya memprogramkan jam khusus untuk kegiatan bimbingan dan konseling khususnya layanan konseling kelompok serta memfasilitasi ruang bimbingan dan konseling dan menambah jadwal konseling kelompok. Bagi guru pembimbing, hendaknya dapat lebih memanfaatkan layanan yang ada dalam kegiatan bimbingan dan konseling, khususnya dalam menerapkan layanan konseling kelompok untuk membantu memecahkan permasalahan siswa maka dari itu guru pembimbing harus memberikan layanan yang lebih intensif dan efektif terhadap siswa-siswa yang kepercayaan dirinya rendah untuk dipecahkan permasalahanya.

Kata kunci: Layanan konseling Kelompok, Pendekatan *Rasional-Emotive Behavior Therapy (REBT)*

I. LATAR BELAKANG

Berpikir merupakan aktivitas kerja akal seseorang yang menghasilkan pemikiran. Pemikiran tersebut dapat berupa positif dan negatif. Pemikiran yang positif diarahkan kepada kebiasaan pemecahan masalah. Dalam kehidupan sehari-hari, manusia selalu menggunakan daya pikirnya untuk memecahkan masalah yang dihadapi, tetapi banyak manusia yang menyalahgunakan kemampuan berpikir yang dimilikinya. Manusia sering kali berpikir negatif terhadap dirinya, orang lain maupun permasalahan yang dihadapinya. Hal inilah yang membuat individu tertekan, cemas takut, dan tidak nyaman dalam hidupnya. Pemikiran menentukan suasana hati, mempengaruhi perilaku serta mempengaruhi respon biologis individu. Menurut Carole Wade dan Carol Tavris (2007: 47) berpikir merupakan suatu manipulasi informasi secara mental. Representasi mental menyederhanakan dan menyimpulkan informasi yang diberikan oleh lingkungan. Feldman (2012: 299) menambahkan berpikir adalah manipulasi dari representasi mental suatu informasi. Kegiatan berpikir mengubah representasi tersebut kedalam bentuk yang baru dan berbeda, sehingga seseorang dapat menjawab pertanyaan, mengatasi masalah, dan mencapai tujuan.

Menurut Elfiky (2009: 3) berpikir positif merupakan alat ukur yang digunakan manusia untuk memilih sesuatu yang dinilai lebih baik, dan bagian terpenting yang membedakan manusia dari binatang, tumbuhan, dan benda mati. Peale (2009: 3) menambahkan, berpikir positif merupakan suatu kesatuan cara berpikir sehat yang menyeluruh sifatnya, mengandung gerak maju dan penuh dengan daya cipta atas unsur-unsur yang nyata dalam setiap manusia, setiap pemikiran positif memandang setiap kesulitan dengan cara gamblang dan polos, individu tidak akan terpengaruh, hingga menyebabkannya berputus asa dalam menghadapi tantangan. Bahar (2010: 5) menyatakan bahwa berpikir positif adalah memberikan gambaran terciptanya keseimbangan antara hal-hal yang buruk dengan yang baik, bagaimana juga sesuatu yang berorientasi pada kebaikan secara langsung maupun tidak, akan senantiasa membentuk seseorang memiliki kecenderungan yang positif serta akan menghindari hal yang negatif.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa berpikir positif adalah suatu hal yang sangat penting dalam kehidupan individu. Berpikir positif bukanlah sekedar gaya hidup yang akan dengan mudahnya diganti dengan gaya hidup yang baru. Seharusnya menjadi sebuah kebiasaan hidup setiap individu. Berpikir positif akan

mampu menghasilkan perasaan yang positif sehingga menimbulkan perilaku yang positif pula. Sedangkan pikiran yang negatif akan menghasilkan perasaan dan perilaku yang negatif. Hal tersebut sangat sesuai dengan premis umum pendekataan kognitif yang berpandangan bahwa pikiran adalah pusat yang akan mempengaruhi perasaan dan perilaku individu. Kognitif mengandung maksud intelektual atau logis, rasionalitas manusia menyandarkan diri pada memutuskan dengan cara yang masuk akal yang didasarkan pada pikiran, emosi, dan perasaan (Ellis, dalam Ricard Nelson-Jones, 2011: 491).

Menurut Prayitno (2004: 311) bahwa konseling kelompok pada dasarnya adalah layanan konseling perorangan yang dilaksanakan di dalam suasana kelompok, di sana terjadi hubungan konseling dalam suasana yang diusahakan sama seperti dalam konseling perorangan, yaitu hangat, terbuka, permisif dan penuh keakraban. Winkel dan Hastuti (2004: 589) menambahkan, konseling kelompok sebagai bentuk khusus dari layanan konseling, yaitu wawancara konseling antara konselor profesional dengan beberapa orang yang sekaligus tergabung dalam suatu kelompok kecil. Nurihsan (2006: 24) menyatakan konseling kelompok adalah suatu upaya bantuan kepada peserta didik dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya. Menurut Latipun (2008: 178) konseling kelompok merupakan salah satu bentuk konseling yang memanfaatkan kelompok untuk membantu memberi umpan balik (*feed back*) dan pengalaman belajar. Dalam konseling kelompok anggota kelompok dilatih untuk menghargai diri sendiri dan orang lain. Oleh karenanya, antar anggota tidak boleh saling mencela dan memberikan cap negatif.

Namun jika dalam mengembangkan kemampuan berpikir positif siswa dengan konseling kelompok saja tidak cukup, harus ada suatu pendekatan yang menyertainya. Dalam hal ini pendekatan *rasional-emotive behavior therapy (REBT)* dirasa sangat cocok. Hal tersebut diperkuat dengan adanya berbagai study yang dilakukan para ahli di Amerika telah membuktikan bahwa REBT efektif dalam membantu mengatasi masalah individu. Banks & Zionts, (dalam Badrujaman, 2001: 2) mencatat beberapa ahli yang telah membuktikan bahwa konseling REBT efektif, seperti Ellis, Wilde, Knaus, LaConte, Shaw&Dunn, Snap&Farrel, Vernon, dan juga Zionts. Hal yang serupa juga ditemukan dalam study yang dilakukan Lam (dalam Badrujaman, 2001: 2) mengenai penggunaan *Cognitive behavior therapy* dalam mengatasi masalah

bulimia nervosa. Sejalan dengan hal tersebut, study lain yang dilakukan oleh Albert Ellis sendiri sebagai penggagas pendekatan menunjukkan keberhasilan dalam mengatasi masalah-masalah yang dialami oleh klien. Konselor merupakan pendidik yang harus melakukan transfer pengetahuan dan keterampilan mengenai REBT kepada klien. Karakteristik tersebut sesuai dengan bimbingan dan konseling di Indonesia yang memang berada pada wilayah pendidikan. Bahkan, pendidikan Indonesia yang menempatkan guru (termasuk Guru BK/Konselor) dalam posisi yang tidak setara secara obsolut dengan siswa dapat menjadi nilai tersendiri bagi pendekatan *REBT*.

Pendekatan *rasional-emotive behavior therapy (REBT)* adalah pendekatan behavior kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkahlaku dan pikiran. *Rasional-emotive behavior therapy (REBT)* adalah pendekatan yang bersifat direktif, yaitu pendekatan yang membelajarkan konseli untuk memahami input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional, mencoba mengubah pikiran konseli agar membiarkan pikiran-pikiran irasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat atau konsekuensi dari tingkah laku.

Siswa dapat belajar dan berlatih untuk berperilaku yang baru khususnya berfikir positif dengan adanya layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rasional-emotive behavior therapy (REBT)*. Menurut Komalasari (2011: 213) tujuan utama konseling dengan pendekatan *rasional-emotive behavior therapy (REBT)* adalah membantu individu menyadari bahwa mereka dapat hidup dengan lebih rasional dan lebih produktif. Secara umum, *rasional-emotive behavior therapy (REBT)* mendukung konseli untuk menjadi lebih toleran terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungannya. Konseling kelompok dengan pendekatan *rasional-emotive behavior therapy (REBT)* para anggota diajari untuk saling mendeteksi dan membantah keyakinan-keyakinan irasional (Ellis, 2005 dalam Ricard Nelson-Jones 2011: 537). Anggota juga mempraktikkan melawan keyakinan irasional gangguan egonya dengan mengungkapkan materi yang anggota persepsi beresiko. Selain itu, anggota-anggota dalam kelompok, selama berlatih keterampilan komunikasi lainnya.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul; ”Layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rasional-emotive behavior therapy (REBT)* untuk pengembangan kemampuan berfikir positif pada siswa kelas VIII MTs Negeri Sale Rembang Tahun ajaran 2014/2015”.

II. METODE PENELITIAN

1. Metode Penelitian

Rancangan penelitian terkait erat dengan metode penelitian. Setiap metode penelitian memiliki rancanganya sendiri, (Soegeng, 2006: 161). Rancangan penelitian atau desain penelitian yang digunakan dalam penelitan ini menggunakan model rancangan *pre-eksperimental*. Rancangan *pre-eksperimental* yang digunakan adalah jenis *one group pretest-posttest design*, rancangan yang digunakan ini menggunakan control yang minimal.

2. Desain/Rancangan Penelitian

Berikut gambar *one group pretest-posttest* yang digunakan dalam rancangan *pre-eksperimental* (Soegeng.Ysh, 2006: 163).

Prosedur rancangan penelitian dalam metode eksperimen adalah:

a. Lakukan *pretest* (T_1), dengan alat ukur skala untuk mengetahui skor rata-rata *(mean)* kemampuan berpikir positif siswa (x) sebelum subyek diberi layanan konseling kelompok *rasional-emotive behavior therapy (REBT)*.
b. Berikan perlakuan (x), yaitu memberikan layanan konseling kelompok *rasional-emotive behavior therapy (REBT)* sebanyak enam kali.
c. Lakukan tes-akhir atau *posttest* (T_2), untuk mengukur skor rata-rata *(mean)* kemampuan berpikir positif siswa setelah subyek mendapat perlakuan (x).
d. Membandingkan T_1 dengan T_2 untuk menentukan ada atau tidak ada perbedaan sebagai akibat dari perlakuan (x), yaitu konseling kelompok *rasional-emotive behavior therapy (REBT)* untuk mengembangkan kemampuan berpikir positif siswa.
e. Apabila ada perbedaan, diuji dengan teknik statistik yang sesuai untuk menentukan apakah perbedaan tersebut signifikan (berarti, bermakna) atau tidak.
f. Memberikan tafsiran/interpretasi atau memberikan makna hasil pengujian statistik.

Prosedur penelitian merupakan salah satu persyaratan penting dalam melakukan suatu penelitian, dengan adanya prosedur penelitian yang sistematis, berencana dan mengikuti konsep ilmiah maka penelitian yang dilakukan akan menjadi lebih teratur. Hal-hal yang dilakukan dalam penelitian harus sesuai dengan prosedur penelitian yang telah dibuat. Prosedur dalam penelitian ini ada empat tahap yaitu :

a. Tahap pra lapangan

Dalam tahap ini dilakukan beberapa hal yaitu menentukan judul penelitian, survey ke lapangan, menyusun usul penelitian, mengurus perijinan untuk penelitian, menyiapkan perlengkapan penelitian dan

melakukan uji validitas dan reliabilitas instrument penelitian yang telah dibuat.

b. Tahap penelitian

Dalam tahap ini dilakukan beberapa hal yaitu memahami latar penelitian dan persiapan diri untuk melakukan penelitian, memasuki lapangan untuk mengadakan suatu penelitian yaitu dengan menyebarkan skala yang telah dibuat (skala diberikan dua kali yaitu sebelum siswa diberi perlakuan dan setelah siswa diberikan perlakuan) dan memberikan perlakuan kepada siswa berupa layanan konseling kelompok *rasional-emotive behavior therapy (REBT)* sebanyak enam kali pertemuan dalam jangka waktu tertentu.

c. Tahap analisis data

Dalam tahap menganalisis data dilakukan penganalisisan data yang dikumpulkan selama penelitian, hasil dari *pre-test* dan *post-test* yang telah didapatkan dari skala kemudian dihitung perbedaannya dengan menggunakan *sign test wilcoxon*. Setelah diketahui hasilnya, maka dapat dilakukan pengujian hipotesis.

d. Tahap penulisan laporan

Tahap penulisan laporan ini dilakukan setelah seluruh data-data sudah terkumpul dan dianalisis menggunakan penghitungan analisis statistik. Rancangan pelaksanaan tindakan atau treatment dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan layanan konseling kelompok *rasional-emotive behavior therapy (REBT)* yang direncanakan akan dilaksanakan sebanyak enam kali pertemuan. Topik yang dibahas dalam layanan konseling kelompok *rasional-emotive behavior therapy (REBT)* ini adalah topik-topik yang mendukung kearah kemampuan berpikir positif siswa. Materi atau topik tersebut merupakan pengembangan dari empat indikator dalam kemampuan berpikir positif yaitu: optimis, kritis, tidak mudah menjadi negatif, mampu melihat cahaya.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Dari hasil perhitungan analisis data dengan menggunakan *sign test wilcoxon* dapat dibandingkan bahwa hasil *pre-test* sebesar 288 dengan rata-rata 32 sedangkan hasil *post-test* sebesar 554 dengan rata-rata 62 selisih keduanya adalah 266 sehingga dapat diketahui rata-ratanya adalah 30. Penelitian ini menggunakan uji satu pihak dengan N = 9 maka untuk satu pihak dengan taraf signifikansi (α) = 5% diperoleh Tt = 6 dan T0 = 45, jadi T_o> Tt yaitu 45 > 6 maka Ho ditolak dan Ha diterima. Dengan demikian layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rational-emotive behavior therapy (REBT)* dapat mengembangkan kemampuan berpikir positif siswa kelas VIII MTs Negeri Sale Rembang tahun ajaran 2014/2015.

Untuk mengembangkan kemampuan berpikir positif siswa MTs Negeri Sale

Rembang tahun ajaran 2014/2015 dapat menggunakan konseling kelompok dengan pendekatan *REBT*. Konseling kelompok dengan pendekatan *REBT* perlu diberikan karena untuk pencegahan dan pengentasan permasalahan-permasalahan yang timbul dari dalam diri individu. Permasalahan yang timbul dapat terjadi karena ketidakketerkaitan antara perasaan, tingkahlaku dan pikiran individu. Hal tersebut seringkali menimbulkan kemampuan berpikir positif yang rendah. Konseling kelompok dengan pendekatan *REBT* membantu agar siswa menyadari bahwa dapat hidup dengan lebih rasional dan lebih produktif, mengajarkan siswa untuk mengubah kebiasaan berpikir dan tingkah laku yang merusak diri, siswa mampu mengoreksi kesalahan berpikir untuk mereduksi emosi yang tidak diharapkan, dan mendukung siswa menjadi lebih toleran terhadap diri sendiri, orang lain dan lingkungannya.

Menurut Ellis (dalam Komalasari, 2011: 211) menegaskan bahwa berpikir irasional menjadi masalah bagi individu karena (a) menghambat individu dalam mencapai tujuan-tujuan, menciptakan emosi yang ekstrim yang mengakibatkan stres dan menghambat mobilitas serta mengarahkan pada tingkahlaku yang menyakitkan diri sendiri (b) menyalahkan kenyataan (salah menginterpretasikan kejadian yang terjadi atau tidak didukung oleh bukti yang kuat). Seperti halnya jika individu memiliki pikiran negatif maka akan mengakibatkan stres, tingkahlakunya akan menyakiti dirinya sendiri dan selalu menyalahkan kenyataan yang ada.

Beberapa masalah yang dibahas dalam pendekatan *REBT* menggunakan pendapat Gemilang (2013: 33-35) menjelaskan lebih lanjut mengenai ciri-ciri kemampuan berpikir positif, yaitu: optimis, kritis, tidak mudah menjadi negatif, mampu melihat cahaya. Konselor berperan mengkonfrontasikan pikiran irasional siswa secara langsung, menggunakan berbagai tehnik untuk menstimulus siswa agar mampu berpikir dan mendidik kembali siswa itu sendiri, terus menerus menyerang pemikiran irasional siswa, mengajak siswa mengatasi masalahnya dengan kekuatan berpikir bukan emosi. Alasan lain, ada sebuah penelitian yang menyatakan bahwa pendekatan konseling rasional emotif telah digunakan untuk mengatasi atau menghilangkan berbagai gangguan emosional yang dapat merusak diri: benci, takut, cemas, was-was akibat berpikir yang irasional dan melatih menghadapi kenyataan secara rasional (Williams dalam Suhendri dkk, 2012: 123).

Alasan lain, mengapa dalam penelitian ini harus menggunakan *REBT*, enam prinsip pendekatan *REBT*, antara lain: pikiran adalah penentu proksimal

yang paling penting terhadap emosi individu, disfungsi berpikir adalah penentu utama stres emosi, cara terbaik untuk mengatasi stres adalah dengan mengubah cara berpikir, percaya atas berbagai faktor yaitu pengaruh genetik dan lingkungan yang menjadi penyebab pikiran yang irasional, menekankan pada masa sekarang *(present)* daripada pengaruh masa lalu, perubahan tidak terjadi dengan mudah.

Dalam pendekatan *REBT* terdapat 3 (tiga) tehnik konseling, yaitu tehnik kognitif, tehnik imageri, dan tehnik behavioral. Ketiga tehnik tersebut dibagi menjadi beberapa bagian didalamnya. Diantaranya terdapat tehnik kognitif (*analisis rasional*), tehnik tersebut sangat cocok digunakan untuk masalah berpikir positif, tehnik tersebut mengajarkan siswa untuk membuka dan mendebat keyakinan irasionalnya. Terdapat pula tehnik imageri (*dispute imajinasi*), tehnik tersebut melakukan disput secara verbal, konselor meminta siswa untuk membayangkan dirinya sendiri pada situasi yang menjadi masalah perubahan tingkahlakunya, situasi tersebut dapat berupa pemikiran rasional maupun irasional. Dan tehnik behavior (*homework assignments*), setelah siswa mendapatkan layanan diberikan aktivitas dirumah diantaranya membaca, mendengarkan, menulis, mengimajinasikan, berpikir dan relakasasi. Tehnik tersebut sangat cocok untuk permasalahan berpikir positif karena siswa akan mampu mengimajinasikan cara berpikir rasional maupun irasional.

Penelitian ini terdapat kelemahan diantaranya, saat pelaksanaan *treatment* tidak semua tehnik dapat diterapkan, konseling kelompok dengan pendekatan *REBT* dilaksanakan di sekolah berbasis agama, apakah akan tetap sama pola pemikiran yang lebih rasional siswa jika konseling kelompok dengan pendekatan *REBT* dilaksanakan di sekolah umum, *REBT* adalah terapi yang kuat dan konfrontatif terkadang siswa akan mengalami kesulitan dengan gaya konfrontatif tersebut.

SIMPULAN

Berdasarkan peneliti hasil perhitungan analisis rumus *sign test wilcoxon* diperoleh hasil T_{hitung} sebesar = 45 selanjutnya dikonsultasikan dengan T_{tabel} pada taraf signifikansi 5% dengan N = 9 yaitu sebesar = 6, maka $T_{hitung} > T_{tabel}$ adalah 45 > 6. Atas dasar perhitungan tersebut maka hipotesis alternatif Ha yang berbunyi "layanan konseling kelompok dengan pendekatan *rasional-emotive behavior therapy (REBT)* untuk pengembangan kemampuan berpikir positif siswa MTs Negeri Sale Rembang" diterima pada taraf signifikansi 5%. Dengan demikian konseling kelompok dengan pendekatan *rasional-emotive*

behavior therapy (REBT) dapat mengembangkan kemampuan berpikir positif pada siswa.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Abraham, Amid. 2004. *Mengembangkan Kepribadian dengan Berpikir Positif*. Surabaya: Diglossia Media.

Ardiansyah, Erick. 2010. *Cara Berpikir Positif*. Yokyakarta : ST book.

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Edisi Revisi VI.* Jakarta: Rineka Cipta.

_____ . 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Aulia, Muhammad. 2013. *Terapi Ampuh Bisa Selalu Berpikir Positif*. Jogjakarta: FlashBooks.

Awangga, Suryaputra. 2008. *Tes IQ Plus*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Bachtiar, Alam. 2014. *Dahsyatnya Berpikir & Berkepribadian Positif*. Yogyakarta: Araska.

Badrujaman, Aip. 2007. "Pengguna Pendekatan Rasional Emotif Behaviour Therapy (REBT) pada Setting Sekolah di Indonesia". *Jurnal BK FIP UNJ*.

Bahar. 2010. *Prinsip Hidup Berpikir Positif*. Yogyakarta: Media Abadi.

Carole Wade dan Carol Tavris. 2007. *Psikologi Edisi Kesembilan*. Jakarta: Erlangga.

Dwitantyanov, A., Hidayati, F., dan Sawitri, D.S. 2010. "Pengaruh Pelatihan Berpikir Positif pada Efikasi Diri Akademi Mahasiswa (Study Eksperimen pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UNDIP Semarang)". *Jurnal Psikologi Undip*, 8 (2), 135-144.

Elfiky, Ibrahim. 2009. *Terapi Berpikir Positif*. Jakarta: Gita Print.

_____. 2014. *Berpikir Positif*. Jakarta: Zaman.

Elyas bahar, khalifi. 2010. *Berpikir Positif*. Yogyakarta : FlashBooks.

Feldman, Robert S. 2012. *Pengantar Psikologi*. Jakarta: Salemba Humanika.

Gemilang, J. 2013. *Rahasia Sukses, Kaya dan Bahagia dengan Terapi Berpikir Positif & Berjiwa Besar*. Yogyakarta: Mantra Books.

Kurnanto, Edi. 2013. *Konseling Kelompok*. Bandung: ALFABETA.

Komalasari, Gantina et.al. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.

Latipun. 2008. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM pers.

Leonard. 2013. "Peran kemampuan Berpikir Lateral dan Positif terhadap Prestasi Belajar Evaluasi Pendidikan". *Jurnal FTMIPA Universitas Indraprasta PGRI*.

Madhi, J. 2009. *Kreatif Berpikir*. Surakarta: Ziyad Visi Media.

Nelson-Jones, Richard. 2011. *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Nurihsan, Juntika. 2006. *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: PT Refika Aditama.

_____. 2007. *Strategi Layanan Bimbingan & Konseling.* Bandung: PT. Rafika Aditama.

Peale, Norman Vincent. 2009. *Berfikir Positif Setiap Hari*. Yogyakarta: RAGAM MEDIA.

Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling.* Jakarta : PT Asdi Mahasatya.

Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok Konseling Kelompok*. Padang. Universitas Negeri Padang.

Putra, I Wayan. 2012. Maknai Kehidupan dengan Mengembangkan Pola Pikir Positif.*http://www.balipost.co.id*. Diakses pada tanggal 30 April 2014.

Seto, M. 2010. *Wisdom Of Positif Thinking*. Yogyakarta: New Disglossia.

Soegeng Ysh, A.Y. 2006. *Dasar-Dasar Penelitian*. Semarang: IKIP PGRI Semarang Press.

Sri Hastuti & Winkel, W.S. 2004. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.

_____ . 2006. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan edisi Revisi.* Yogyakarta: Media Abadi.

Sugiyono. 2007. *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta : Bandung.

_____. 2011. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.

Suhendri, DYP., Sugiharto., Suwarjo. 2012. *Efektivitas Konseling Kelompok Rational-Emotif Untuk Membantu Siswa Mengatasi Kecemasan Menghadapi Ujian. (http://journal. unnes.ac.id/sju/index.php/jubk).* Jurnal BK. Vol 1, 2 2012. Diakses pada 18 Juli 2014.

Sukardi, Dewa Ketut. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sukarno, Anton. 2003. *Pengantar Statistik.* Surakarta: Universitas Sebelas Maret.

Surya, Y. 2006. *MESTAKUNG Rahasia Sukses Juara Olimpiade Fisika*. Jakarta: Hikmah.

Tohirin. 2011. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah.* Jakarta: PT. Raja . Grafinda Persada.

Walgito, Bimo. 2002. *Psikologi Sosial (Suatu Pengantar).* Yogyakarta: Andi.