PENGARUH PEMBERIAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN REBT TERHADAP EFIKASI DIRI AKADEMIK SISWA IX-I UPTD SMPN 1 PRAMBON TAHUN AJARAN 2015/2016

Diajukan untuk Penulisan Skripsi Guna Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Jurusan Bimbingan dan Konseling FKIP UN PGRI Kediri

OLEH :

SITI QUROTUL A'YUN

NPM: 12.1.01.01.0131

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2016

Skripsi oleh:

SITI QUROTUL A'YUN
NPM: 12.1.01.01.0131

Judul:

PENGARUH PEMBERIAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN REBT TERHADAP EFIKASI DIRI AKADEMIK SISWA IX-I UPTD SMPN 1 PRAMBON TAHUN AJARAN 2015/2016

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk diajukan kepada:
Panitia ujian/ sidang jurusan Bimbingan dan Konseling,
FKIP Universitas Nusantara PGRI Kediri

Tanggal: 16 Juli 2016

Pembimbing 1	Pembimbing II
Dra. Endang Ragil W.P. M.Pd.	Nora Yuniar Setyaputri, M.Pd
NIDN. 0726125801	NIDN. 0702068903

ii

Skripsi oleh:

SITI QUROTUL A'YUN

NPM: 12.1.01.01.0131

Judul:

PENGARUH PEMBERIAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN REBT TERHADAP EFIKASI DIRI AKADEMIK SISWA IX-I UPTD SMPN 1 PRAMBON TAHUN AJARAN 2015/2016

Telah dipertahankan di depan Panitia ujian/ sidang skripsi
jurusan Bimbingan dan Konseling FKIP UN PGRI Kediri
Pada Tanggal: 6 Agustus 2016

Dan dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua : Dra. Endang Ragil W.P, M.Pd. _____
2. Penguji I : Drs. Setya Adi S., M.Pd. _____
3. Penguji II : Drs. Atrup, M.Pd., M.M. _____

Mengetahui,
Dekan FKIP

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd
NIDN. 0716046202

iii

PENGARUH PEMBERIAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN REBT TERHADAP EFIKASI DIRI AKADEMIK SISWA IX-I UPTD SMPN 1 PRAMBON TAHUN AJARAN 2015/2016

SITI QUROTUL A'YUN
NPM: 12.1.01.01.0131

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan – Progam Studi Bimbingan dan Konseling
Dra. Endang Ragil W.P., M.Pd dan Nora YuniarSetyaputri, M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTARK

Siti Qurotul A'yun: Pengaruh Pemberian Layanan Konseling Kelompok Menggunakan REBT Terhadap Efikasi Diri Akademik Siswa IX-I UPTD SMPN 1 Prambon Tahun Ajaran 2015/2016, Skripsi, Bimbingan dan Konseling, FKIP UN PGRI Kediri, 2012.

Penelitian ini dilatar belakangi hasil pengamatan dan pemahaman peneliti, bahwa efikasi diri akademik siswa IX-I UPTD SMPN 1 Prambon masih cukup rendah. Hal ini terbukti dengan masih seringnya siswa mencontek saat ulangan, mengerjakan tugas rumah di sekolah dan mencontoh pekerjaan milik teman. Perilaku ini perlu penanganan dengan layanan bimbingan dan konseling, yang dalam kasus ini digunakan pendekatan REBT. Penggunaan REBT dengan teknik behavioristik tidak hanya akan merubah perilaku negatif siswa tetapi juga pemahaman mereka tentang tindakan negatif yang mereka anggap hal biasa. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adakah pengaruh pemberian layanan konseling kelompok menggunakan REBT terhadap efikasi diri akademik siswa.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik *pre experimental design* dengan jenis *pre test and post test one group design*. Peneliti hanya menggunakan satu kelompok eksperimen tanpa kelas kontrol. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IX-1 yang berjumlah 36 siswa. Sampel yang diambil sebanyak 9 siswa mengikuti aturan konseling kelompok. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* atau pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu. Dalam penelitian ini pertimbangannya adalah siswa kelas IX-1 dengan efikasi diri rendah.

Berdasarkan analisis uji tanda Wilcoxon diperoleh taraf signifikansi sebesar 0,012 dengan batas kritis penelitian sebesar 5% atau 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa taraf signifikansi hitung lebih kecil dari batas kritis penelitian, dengan demikian dapat dinyatakan bahwa h_o ditolak dan h_a diterima.

Kesimpulan berdasarkan hasil uji adalah "Ada Pengaruh Pemberian Layanan Konseling Kelompok Menggunakan REBT Terhadap Efikasi Diri Akademik Siswa IX-I UUPTD SMPN 1 Prambon Tahun Ajaran 2015/2016". Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ada pengaruh positif, maka penting bagi konselor untuk mempertahankan dan meningkatkan layanan konseling baik individu maupun kelompok dengan berbagai pendekatan dan teknik agar siswa mampu mengentaskan diri dari masalah efikasi diri akademik yang erat kaitannya dengan masalah belajar maupun masalah lain.

Kata kunci: konseling kelompok, REBT, efikasi diri akademik.

I. Latar Belakang Masalah

Efikasi diri diartikan sebagai keyakinan terhadap kemampuan dalam mengorganisasikan dan menampilkan tindakan yang dibutuhkan untuk menghasilkan kecakapan tertentu, Bandura (dalam Kesumawardhani, 2008). Efikasi diri berasal dari teori sosial kognitif Bandura yang mengacu pada kemampuan yang dimiliki individu untuk membentuk perilaku yang tepat, menghadapi rasa takut dan halangan untuk mencapai keberhasilan yang diharapkan. Efikasi diri erat kaitannya dengan teori sosial kognitif. Teori sosial kognitif digunakan untuk mengenal, memprediksi perilaku dan mengidentifikasi metode-metode yang tepat untuk mengubah perilaku tersebut. Teori ini menjelaskan bahwa dalam belajar, pengetahuan (*knowledge*), pengalaman pribadi (*personal experience*), dan karakteristik individu (*personal characteristic*) saling berinteraksi.

Menurut Bandura (dalam Tarsidi, 2011), efikasi diri mempengaruhi tindakan yang dipilih individu, seberapa besar usaha yang dilakukan, seberapa lama individu bertahan dalam menghadapi rintangan, c*oping stress* individu dalam menghadapi keadaan lingkungan dan tingkat pencapaian tugas. Efikasi diri membantu menentukan berapa besar usaha akan dilakukan dalam suatu aktivitas, ketekunan menghadapi rintangan dan bagaimana keuletan jika dihadapkan pada situasi yang kurang baik. Efikasi diri akan mempengaruhi pemilihan aktivitas individu sesuai dengan tuntutan lingkungan yang ada. Salah satu cara untuk menumbuhkan efikasi diri yang baik adalah dengan memberikan bantuan konseling kelompok menggunakan *Rational Emotive Behaviour Therapy*.

Menurut Corey (dalam Hermawan, 2014), terapi rasional emotif behaviour adalah pemecahan masalah yang fokus pada aspek berpikir, menilai, memutuskan, direktif yang lebih banyak berurusan dengan dimensi-dimensi pikiran dari pada dimensi-dimensi perasaan. Masalah efikasi diri erat kaitannya dengan proses berpikir dan menilai sehingga individu bisa menentukan sikap. Munculnya krisis efikasi diri pada individu terutama pelajar, akan berpengaruh kepada proses pengambilan keputusan untuk bertindak. Kekeliruan pengambilan keputusan akan membuat siswa mengalami masalah yang lebih komplek, di tambah dengan tuntutan lingkungan terhadap dirinya. Pendekatan REBT dirasa cukup tepat menumbuhkan kembali efikasi diri siswa.

Dalam pendekatan ini siswa tidak hanya diminta cepat dan tepat dalam mengambil keputusan, tetapi juga menyadari segala bentuk resiko yang akan mereka hadapi sebagai bagian dari keputusan yang mereka ambil. Segala tindakan yang pernah mereka lakukan,

yang menunjukkan kurangnya keyakinan terhadap diri mereka akan diungkap dalam pendekatan ini. Terutama tindakan yang menunjukkan kurangnya keyakinan diri akademik mereka. Tidak hanya sekedar mengungkapkan, siswa juga diminta untuk menilai sikap mereka sendiri dengan situasi dan kondisi lingkungan belajar mereka. Salah satu cara agar siswa atau konseli mampu menilai sikap dirinya adalah dengan konseling kelompok. Interaksi antar anggota dalam kelompok akan membantu anggota lain menilai dan menentukan sikap atas dirinya sendiri. Pentingnya masalah ini untuk ditangani adalah, karena faktanya dunia pendidikan yang berkembang secara dinamis di Indonesia, juga diikuti dengan berkembangnya banyak masalah. Saat ini yang menjadi topik masalah adalah krisis efikasi diri atau keyakinan diri secara akademik. Hal ini bisa dilihat dari hasil survei yang dilakukan oleh *The Trends in International Mathematic and Science Study-Repeat*, yang menyebutkan bahwa Indonesia berada pada urutan ke 36 untuk penguasaan sains dan 36 untuk penguasaan matematika dari 50 negara. Selain itu hasil penelitian dari PISA atau *Programe for International Student Assesment*, pada tahun 2003 menyebutkan bahwa 69% siswa usia 15 tahun memiliki literasi membaca yang sangat rendah. Mereka hanya mampu menemukan tema bacaan, tetapi tidak mampu menemukan keterkaitan antara tema bacaan dengan pengetahuan yang telah mereka miliki (dalam Riyanti, 2011).

Beberapa bentuk kurangnya efikasi diri secara akademik adalah masih seringnya terjadi kasus mencontek, mencontoh pekerjaan rumah milik teman, tidak aktif dalam tugas kelompok dan mengerjakan PR di sekolah. Perilaku seperti ini tidak sesuai dengan tujuan pembelajaran yang salah satunya adalah memandirikan siswa. Apabila perilaku seperti mencontek tetap dibiarkan dan dianggap hal yang sudah biasa, akan membuat siswa menggantung diri pada bantuan orang lain. Sehingga mereka akan banyak menggantungkan diri pada bantuan orang lain yang menyebabkan kretifitasnya tidak berkembang.

Hal ini sering terjadi pada seluruh jenjang pendidikan. Namun dalam penelitian ini, subjek penelitian adalah siswa kelas IX yang ada dalam jenjang pendidikan Sekolah Menengah Pertama. Alasan pemelihan subjek penelitian ini adalah berdasarkan fakta lapangan yang ada. Siswa kelas VII masih sangat otoriter. Seluruh aktifitas akademik baik itu di sekolah maupun di rumah dilakukan sesuai perintah guru. Pada kelas VIII, meski tanda-tanda tindakan yang menunjukkan efikasi diri menurun mulai ada namun mereka masih bisa dikendalikan. Sehingga secara garis besar tindakan preventif masih

memungkinkan untuk dilakukan pada kelas VII dan VIII. Sedangkan pada kelas IX krisis efikasi diri sudah bukan ranah preventif tapi kuratif atau penanganan segera. Mereka menganggap beban tugas sebagai kelas IX terlalu memberatkan, sehingga saat tugas munumpuk dan seolah-olah tidak bisa mereka kerjakan dan selesaikan, mereka memilih untuk mencontoh tugas milik teman, mengerjakan PR di sekolah. Pada kelas IX ini kejenuhan belajar mulai terasa, yang disebabkan oleh beban materi pelajaran yang dirasa semakin berat. Sehingga mencontek saat ulangan pun menjadi jalan pintas mereka agar tetap mendapat nilai stabil tanpa bersusah payah belajar. Dikhawatirkan jika krisis efikasi diri pada siswa kelas IX ini tidak segera mendapat penanganan, maka hal ini akan menghambat aktivitas siswa baik aktivitas akademik maupun sosialnya. Dari beberapa fakta yang ada, peneliti melakukan penelitian guna mengetahui apakah ada pengaruh antara pemberian layanan konseling kelompok REBT terhadap efikasi diri akademik siswa IX-1.

II. METODE

Dalam penelitian ini variabel layanan konseling kelompok menggunakan REBT berkedudukan sebagai variabel bebas yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Variabel efikasi diri akademik berkedudukan sebagai variabel terikat yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Pendekatan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan teknik eksperimen. Desaign penelitian ini adalah *pre experiment one group design* efikasi diri akademik sebelum dan setelah diberikan perlakuan. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 36 siswa. Untuk pengambilan sampel digunakan teknik *purposive sampling* dan juga aturan dalam konseling kelompok. sehingga mereka yang menjadi sampel adalah yang memiliki tingkat efikasi diri rendah dengan jumlah sembilan siswa atau sampel. Karena distribusi data tidak normal, maka penelitian ini menggunakan uji tanda Wilcoxon dengan batas kritis penelitian sebessar 5% atau 0,05. Berikut norma pengujian hipotesisnya:

a. Jika signifikansi < 5%, maka h_o ditolak dan h_a diterima.
b. Jika signifikansi ≥ 5%, maka h_o diterima dan h_a ditolak.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis uji Wilcoxon terhadap hasil *pre test* dan *post test* dari sembilan siswa menunjukkan ada perubahan antara sebelum dan setelah mendapat perlakuan. Berikut datanya:

Tabel 4.2 Hasil *Pest Test* Subjek Penelitian

No	Nama	Pre test	Kategori
1.	FA	54	Rendah
2.	IAR	47	Rendah
3.	GAS	43	Rendah
4.	DPP	46	Rendah
5.	MDS	52	Rendah
6.	MFD	49	Rendah
7.	MAB	50	Rendah
8.	RSA	57	Rendah
9.	RPS	48	Rendah

Tabel 4.2 Hasil *Post Test* Subjek Penelitian

No	Nama	Post test	Kategori
1.	FA	80	Sangat Tinggi
2.	IAR	71	Tinggi
3.	GAS	67	Tinggi
4.	DPP	70	Tinggi
5.	MDS	52	Renadah
6.	MFD	75	Tinggi
7.	MAB	74	Tinggi
8.	RSA	78	Tinggi
9.	RPS	72	Tinggi

Hasil ini diperkuat dengan uji tanda Wilcoxon data hasil *pre test* dan *post test* yang menunjukkan bahwa layanan konseling kelompok menggunakan REBT memberikan pengaruh positif terhadap efikasi diri akademik siswa. Berikut hasilnya:

Tabel 4.5 Signifikansi

	posttest – pretest
Z	-2.521[a]
Asymp. Sig. (2-tailed)	.012

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Sumber: SPSS 16.0 for windows

Dari tabel di atas dapat diperoleh kesimpulan bahwa 8 dari 9 siswa yang mendapatkan layanan konseling kelompok mengalami peningkatan efikasi diri akademik. Hasil signifikansi hitung sebesar 0,012 dengan batas kritis penelitian sebesar 0,05 yang menunjukkan bahwa signifikansi hitung lebih kecil dari batas kritis penelitian. Sehingga diperoleh keputusan bahwa h_a diterima dan h_o ditolak. Kesimpulannya adalah ada pengaruh pemberian layanan konseling

kelompok menggunakan REBT terhadap efikasi diri akademik siswa IX-1 UPTD SMPN 1 Prambon Tahun Ajaran 2015/2016.

Hal ini menunjukkan bahwa layanan konseling yang tepat dan memadai mampu membantu siswa mengentaskan diri dari masalahnya.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. 2006. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rhineka Cipta.

Hermawan, A. 2014. *Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy Berbasis Islam Untuk Meningkatkan Self Efficacy Peserta Didik MTs Nurul Huda* Demak (online). tersedia: digilib.uin-suka.ac.id, diunduh Pada 02 Desember 2015.

Ilahi, A. 2015. *Teknik Analisi Kuantitatif* (online). tersedia: www.afdhalilahi.com, diunduh pada 10 Desember 2015.

Irfa, Z.H. 2014. Tanpa Judul (online). tersedia: irfa-z-h-fpsi10.web.unair.ac.id/

Artikel_detail-50176-Umum-KAU%20BAB%20lV.html, diunduh pada 24 Mei 2016.

Kesumawardhani, A., & Nu'man, T. 2008. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Efikasi Diri Aakademik Pada Siswa Boarding School* (online). tersedia: pustaka.unpad.ac.id, diunduh 03 November 2015.

Lestyanto, T. 2013. *Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Motivasi Belajar Pada Siswa RSBI VIII SMP Negeri 3* Pati (online). tersedia: digilib.uin-suka.ac.id/7423/, diunduh 05 November 2015.

Mawanti, D. 2011. *Studi Efikasi Diri Mahasiswa Di Jurusan PBA Fakultas Tarbiyah Iain Walisongo Saat Penyusunan Skripsi Semarang* (online). tersedia: etheres.uin-malang.ac.id, diunduh pada 05 Nopember 2015.

Mujiasih, E. 2014. *Hubungan Antara Efikasi Diri dan Persepsi Terhadap Pengembangan Karir Dengan Work Family Conflict Pada Polwan Di Polrestabes* Semarang (online). tersedia: lib.unnes.ac.id/20032/1/81504063.pdf, diunduh pada 02 Desember 2015.

Muktiyaningtyas, A.K. 2013. *Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri Di* Kecamatan Purwodadi (online). tersedia: eprints.ums.ac.id, diunduh 03 November 2015.

Prayitno dan Erman A. 1994. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.

Prayitno dan Erman A. 2009. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta

Ramadini, F., & Daulay, R. 2013. *Efikasi Diri dan Motivasi Terhadap Keberhasilan Usaha Pada Usaha Foto Copy dan Alat Tulis Kantor Di* Kecamatan Panyabungan Kabupaten Mandailing Natal (online). tersedia: majour.maranatha.edu, diunduh pada 18 Nopember 2015.

Riyanti, S. 2011. *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi dengan Efikasi Diri Akademik Pada Siswa – Siwi SMAN 2* Sleman (online). tersedia: digilib.uin-suka.ac.id, diunduh pada 02 Desember 2015.

Riani, I. 2013. *Perbandingan Bimbingan Kelompok dan Konseling Kelompok* (online). tersedia: ianriani92.blogspot.com, diunduh 10 Desember 2015.

Setiawan, N. 2014. *Uji Rangkin Bertanda Wilcoxon* (online). tersedia: statistikceria.blogspot.com, diunduh pada 10 Desember 2015.

Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Suparyanto. 2011. *Desain Penelitian Pra Eksperimen* (online). tersedia: dr-suparyanto.blogspot.com, diunduh pada 02 Desember 2015.

Suryani, B.I. 2013. *Efektifitas Konseling Perorangan REBT Untuk Mengatasi Motivasi Belajar Rendah Pada Anak Berbakat Berprestasi Kurang (Underachiever) DI SMA Semesta Gunung Pati Semarang* (online). tersedia: lib.unnes.ac.id/1781911/1301047038.pdf, diunduh 05 November 2015.

Walgito, B. 2010. *Bimbingan + Konseling [Studi & Karier]*. Yogyakarta: Andi.

Wibowo, M.E. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: Unnes: Press

Winkel dan Sri H. 2005. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi.