

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bimbingan konseling (BK) adalah sebuah program yang didalamnya terdapat serangkaian kegiatan atau aktivitas layanan yang ditujukan kepada peserta didik di madrasah. Program BK yang dikontekstualisasikan dengan pendekatan pada kegiatan layanan bisa membantu peserta didik supaya dapat mempunyai kemampuan dalam memahami dan merencanakan diri, merumuskan tujuan, serta sebagai program pengembangan sosial-pribadi dalam diri peserta didik. Oleh sebab itu segala aktivitas yang diterapkan dan dilaksanakan mampu memberikan manfaat dalam diri peserta didik.¹

Di dalam program BK selain membantu pengembangan diri, juga memiliki kegiatan yang dipergunakan untuk membentuk dan membangun keterampilan dan kemampuan diri peserta didik dengan arahan yang diberikan oleh konselor profesional (guru BK) di madrasah. Hal ini menjelaskan bahwa program BK tidak hanya sebagai kegiatan pengembangan diri saja, namun lebih kepada sebuah aktivitas, pengalaman, dan juga hasil yang diperoleh peserta didik melalui pelaksanaan kegiatan layanan bimbingan konseling yang ada di madrasah.²

Bimbingan konseling di madrasah merupakan suatu program layanan dengan adanya proses pemberian bantuan kemanusiaan dan psikologis yang diberikan guru BK kepada peserta didik, agar mereka dapat berkembang secara optimal dalam mengarahkan diri, memahami diri serta dapat mengaktualisasikan diri, sesuai dengan sifat, potensi, tahap perkembangan dengan melihat latar belakang kehidupan yang

¹Zulkornain Muhamad Sori "Rational Emotive Behavior Therapy: To Reduce Emotional Disturbance," *Journal Edukasi Psychology dan Counseling* 6, no. 1, (2012): 119. Diakses 20 Oktober, 2021, <https://jurnal.iicet.org/index.php/schoulid/article/view/429/pdf>

²Andhi Thahir dan Dede Rizkiyani. "Pengaruh konseling Rational Emotif Behavioral Therapy (REBT) dalam mengurangi kecemasan Peserta didik kelas VIII SMP Gajah Mada Bandar Lampung," *E-Journal: Jurnal Bimbingan dan Konseling* 3, Nomor 2. (2016): 187. Diakses 21 Oktober, 2021, <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli/article/view/560>

dimilikinya.³ Dalam program bimbingan koseling yang masih berjalan, di madrasah juga menerapkan pendekatan-pendekatan pada pelaksanaan kegiatan layanan. Salah satunya program layanan dengan pendekatan *Rational Emotif Behavior Therapy*.

Pendekatan *Rational Emotif Behavior Therapy*(REBT) diartikan sebagai salah satu pendekatan padalayanan konseling yang bertujuan untuk membantu konseli dalam merubah pandangan serta keyakinan yang bersifat irasional menjadi rasional, melalui perubahan perilaku, cara berpikir dan pemahaman dari konseli. Pendekatan ini dikatakan sebagai suatu pandangan yang menganggap bahwa dalam diri individu memiliki kecenderungan untuk berpikir irasional yang salah satunya didapat dari kurangnya kemampuan dalam mengenal diri sendiri. Pendekatan ini berfokus pada pemerolehan pemahaman yang dapat langsung tampak pada perbuatan ataupun perilaku dari konseli.⁴

Dari penelitian yang dilakukan oleh Sri Hartati dan Imas Kania Rahman mahasiswa UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang memaparkan mengenai penerapan pendekatan REBT untuk membangun perilaku etis oleh siswa, dimana pada pemberian layanan ini *irrational belief* mengenai sejatinya manusia untuk selalu *muhasabah* diri (koreksi diri) serta *muraqobatullah* (senantiasa diawasi Allah). Dalam proses pelaksanaannya menyesuaikan keadaan subjek yaitu dengan teknik kognitif, teknik imager dan teknik behavioristic dengan konsep A-B-C-D-E-F-G dengan harapan menyadarkan siswa akan fitrah manusia meliputi *aql*, *qolbu* dan *nafs* yang mana hal itu akan saling beraitan dalam pemerolehan pemahaman yang dapat langsung tampak dalam membangun perilaku etis siswa.⁵

Menurut pendapat W.S. Winkel, layanan konseling dengan pendekatan REBT atau nama lainnya terapi rasional

³ Galang Surya Gumilang, *Pengembangan dan Evaluasi Program Layanan Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik* (Jawa Timur: Azizah Publishing, 2019), 8.

⁴ Mulyadi, *Bimbingan Konseling di Sekolah & Madrasah* (Jakarta: Prenamedia Grup, 2016), 233-234111

⁵ Sri Hartati dan Imas Kania Rahman, “Konsep Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Berbasis Islam Untuk Membangun Perilaku Etis Siswa”, *Genta Mulia*, VIII, no. 2, (2017):12, diakses pada 2, Juli 2022, <http://ejournal.stkipbbm.ac.ad>

emotif menekankan pada tiga faktor sekaligus antara perasaan, tingkah laku dan pikiran dalam diri individu dengan adanya hubungan satu sama lain. Selain itu pendekatan ini memiliki keterkaitan dengan pendekatan yang menitik beratkan pikiran dan tingkah laku.⁶ Untuk itu, pemberian layanan konseling dengan menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) sangat berguna untuk menentang pandangan atau keyakinan yang irrasional dari peserta didik. Sehingga peserta didik akan merubah pola pikir serta keyakinan dari yang irrasional menjadi rasional dari yang tidak logis menjadi logis, hal ini yang nantinya akan menjadi tanggung jawab dari guru pembimbing.⁷

Sebagaimana dijelaskan dari penelitian yang dilakukan oleh Aggrivita Silsilia Rangga Dewi, bahwa pada pemberian layanan konseling dengan pendekatan *Rational Emotif Behaviour Therapy* (REBT) dilaksanakan untuk memberikan bantuan kepada peserta didik salah satunya guna membantu membentuk dan membangun konsep diri positif, sehingga peserta didik dapat mengubah keyakinan irasionalnya menjadi rasional sehingga mampu memiliki konsep diri yang lebih positif pada dirinya.⁸

Konsep diri dimaknai sebagai pandangan seseorang mengenai dirinya sendiri. Dengan kata lain, konsep diri dikatakan sebagai potret mengenai bagaimana seseorang melalui penilaian dan penyiapan diri yang berlandaskan pada idealismenya.⁹ Lebih jelasnya, konsep diri diartikan sebagai wawasan tentang diri, dan bagaimana seseorang menilai dan menyikapi dirinya.

Menurut Shomanto dalam Hairina dan Suharman, konsep diri merupakan hal terpenting dalam membentuk perilaku, terkait dengan itu dalam dunia pendidikan, saat ini pendidik

⁶ Mulyadi, *Bimbingan Konseling di Sekolah & Madrasah* (Jakarta: Prenamedia Grup, 2016), 233-234111

⁷ Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling*, 221.

⁸ Aggrivita Silsilia Rangga Dewi, "Penerapan Konseling Rational Emotive Behaviour (REB) Untuk Membangun Konsep Diri Positif Remaja Dari Keluarga Broken Home", *Jurnal BK UNESA*, 10, no. 1 (2019), diakses pada 5 Januari, 2022, <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/articel/view/29140>

⁹ W.S. Winkel, *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan* (Jakarta: PT. Gramedia, 2007), 362.

semakin menyadari dampak dari keberadaan konsep diri positif terhadap tingkah laku dalam belajar dan bersosial di lingkungan madrasah maupun masyarakat.¹⁰ Hal ini dikarenakan, peserta didik yang mempunyai konsep diri positif akan membentuk konsep diri yang tinggi sehingga peserta didik memiliki tingkat kemandirian dalam belajar dan sosial yang tinggi.¹¹

Namun pada kenyataannya masih banyak peserta didik yang belum memiliki konsep diri positif yang dapat mempengaruhi perilakunya. Melihat kasus yang terjadi di MTs Inayatutha thalibin Banjarmasin, menurut penuturan dari guru BK bahwa beliau telah menangani beberapa peserta didik yang berkecenderungan memiliki konsep diri negatif berlatar belakang *broken home*, dengan menunjukkan sikap hiperkritis, tidak mau bergaul dengan teman kelas, dan memilih tetap dikelas jika jam istirahat. Sementara itu di MTs Islahil Aftal Rumak, menurut pendapat dari guru BK jika beliau memiliki anggapan bahwa peserta didik yang memiliki konsep diri negatif berkecenderungan memiliki rasa percaya diri yang rendah.¹²

Pada kasus yang sama mengenai keberadaan konsep diri negatif dalam diri peserta didik sebagai dampak dari frustrasi yang terus menerus dalam memenuhi kebutuhan dasar seperti selalu gagal dalam memperoleh status perestasi dan pengakuan yang timbul dari perasaan rendah diri peserta didik¹³

Begitupun dari hasil observasi yang dilakukan di MTs Nurul Islam Kriyan sebelum melakukan penelitian, terdapat gejala dari beberapa peserta didik yang menunjukkan adanya konsep diri yang mengarah ke negatif yang ditunjukkan dari beberapa tingkah laku, yaitu terlalu mengikuti harapan teman, seperti selalu mengikuti permintaan dari teman-temannya, tidak ada motivasi dalam diri peserta didik untuk bergaul dengan

¹⁰Hairina Novilita dan Suharman, “Adversity Quotient dan Kemandirian Belajar Siswa”, *Jurnal Psikologi* 8, no. 1, (2013), 621. Diakses 24 Oktober, 2021, <https://jurnal.unmer.ac.id/index.php/jpt/article/view/218>

¹¹Djaali, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2006), 130-132.

¹²Sukarman, “Korelasi Antara Konsep Diri Dengan Percaya Diri Siswa MT. Islahi Atfal Raamak”, *Jurnal Ilmiah MadalaEducation*, 3, no. 1 (2017): 394-397, diakses pada 5 Januari, 2022, <https://scholar.google.co.id/scholar?hl=en&as>

¹³Fakihatur Rahma, “Penerapan Konseling Rasional Emotif Perilaku Untuk Mengurangi Perasaan Rendah diri Siswa Kelas XI di SMK MASKUMAMBANG 2 Gresik”, *Artikel Jurnal Universitas Negeri Surabaya*.

teman-temannya seperti hanya sendirian di kelas ketika jam istirahat dan terlihat tidak tergabung dalam kelompok pertemanan. Hal ini didukung dari hasil wawancara dengan guru BK, beliau memaparkan bahwa masih terdapat peserta didik yang sedang memiliki konsep diri mengarah kepada hal-hal negatif yang diakibatkan oleh kurangnya pemahaman tentang penerimaan dan penyesuaian diri dari aspek fisik, psikologis, dan sosial melalui pengalaman yang didapatnya dari hasil interaksi dengan orang lain.

Untuk itu perlunya strategi dari madrasah untuk meminimalisir peserta didik yang memiliki gejala konsep diri yang mengarah ke negatif agar bisa menjadi positif, karena apabila dibiarkan gejala konsep diri negatif akan berdampak buruk bagi peserta didik dari aspek fisik yang meliputi rasa kecewa dengan bentuk tubuh, rupa, atau raut wajah, sedangkan pada aspek psikologis meliputi rasa tidak menerima dengan keadaan yang dialaminya serta tidak mengenali kelemahan dan kelebihan yang dimilikinya, dan pada aspek sosial yang akan menyalahkan keadaan.¹⁴ Oleh karena itu, dalam menanggulangi peserta didik yang memiliki gejala konsep diri negatif, dari kepala madrasah mengintruksikan untuk memberikan tanggung jawab sepenuhnya kepada guru BK, karena guru BK lebih memiliki hak akan penanganan problem peserta didik yang memiliki gejala konsep diri yang mengarah ke negatif.

Melanjutkan pemaparan diatas, perlunya penelitian ini yaitu untuk mengkaji strategi dari guru BK dalam menangani dan melakukan pencegahan dampak dari peserta didik yang memiliki gejala konsep diri negatif dengan pemberian layanan yang sesuai dengan kebutuhan siswa, salah satunya dengan adanya penerapan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) melalui pemberian layanan kegiatan konseling. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengkaji serta meneliti masalah tersebut dengan judul “*Implementasi Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapi (REBT) Dalam Membangun Konsep Diri Positif Peserta Didik di MTs Nurul Islam Kriyan Kalinyamatan Jepara*”.

¹⁴ Hendriani Agustina, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: PT Revika Aditama, 2006), 127.

B. Fokus Penelitian

Pada penelitian ini, penulis berfokus pada Implementasi Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam membangun konsep diri positif peserta didik, faktor pendukung dan kendala yang dihadapi guru BK dalam mengimplementasikan pendekatan REBT dalam membangun konsep diri positif peserta didik di MTs Nurul Islam Kriyan Kalinyamatan Jepara.

C. Rumusan Masalah

Dalam menunjang penganalisisan, maka dapat dirumuskan pokok permasalahan sebagai berikut:

1. Bagaimana implementasi pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) dalam membangun konsep diri positif peserta didik di MTs Nurul Islam Kriyan Kalinyamatan Jepara.
2. Apa saja kendala yang dihadapi guru BK saat mengimplementasikan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) dalam membangun konsep diri positif peserta didik di MTs Nurul Islam Kriyan Kalinyamatan Jepara.
3. Apa saja faktor pendukung yang didapat guru BK saat mengimplementasikan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) dalam membangun konsep diri positif peserta didik di MTs Nurul Islam Kriyan Kalinyamatan Jepara.

D. Tujuan Penelitian

Setelah hasil dari penelitian diperoleh, maka beberapa tujuan yang diharapkan yaitu:

1. Untuk mengetahui implementasi pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) dalam membangun konsep diri positif peserta didik di MTs Nurul Islam Kriyan Kalinyamatan Jepara.
2. Untuk mengetahui kendala yang dihadapi guru BK saat mengimplementasikan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) dalam membangun konsep diri positif peserta didik di MTs Nurul Islam Kriyan Kalinyamatan Jepara.

3. Untuk mengetahui faktor pendukung yang didapat guru BK saat mengimplementasikan pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) dalam membangun konsep diri positif peserta didik di MTs Nurul Islam Kriyan Kalinyamatan Jepara.

E. Manfaat Penelitian

Melalui penelitian yang dilaksanakan penulis, diharapkan dapat memberikan manfaat berupa:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Memberikan tambahan wawasan keilmuan di bidang kependidikan, berkaitan dengan implementasi pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) dalam membangun konsep diri positif peserta didik di MTs Nurul Islam Kriyan Kalinyamatan Jepara.
 - b. Sebagai bentuk pengalaman dengan adanya pembuatan karya tulis ilmiah.
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi madrasah, sebagai bahan pertimbangan dalam upayamembangun mutu pelaksanaan program bimbingan konseling di MTs Nurul Islam Kriyan Kalinyamatan Jepara.
 - b. Bagi guru, sebagai bahan informasi yang positif dalam membangun profesionalitas sebagai guru BK melalui implementasi pendekatan *rational emotive behavior therapy* (REBT) di MTs Nurul Islam Kriyan Kalinyamatan Jepara.
 - c. Bagi peserta didik, sebagai tambahan dari pengetahuan dalam membangun konsep diri positif pada ruang lingkup pendidikan di MTs Nurul Islam Kriyan Kalinyamatan Jepara.

F. Sistematika Penulisan

Dalam penulisan skripsi oleh penulis, dijelaskan beberapa susunan pada pembuatan skripsi dalam bentuk yang sistematis yang disajikan sebagai berikut:

1. Bab I Pendahuluan, yang berisikan latar belakang permasalahan, fokus penelitian yang digunakan sebagai pembatas kajian, perumusan masalah, tujuan pelaksanaan

- penelitian, manfaat yang diperoleh serta sistematika penulisan.
2. Bab II Kajian Teori, sebagai penjas mengenai dasar teori yang dibutuhkan dalam sebuah penelitian, dilanjutkan dengan adanya pengkajian dari penelitian yang sudah pernah dilakukan serta kerangka berpikir.
 3. Bab III Metode Penelitian, yang didalamnya terdapat jenis pendekatan penelitian yang dilakukan, *setting* penelitian, subjek penelitian, sumber data dan berbagai uji untuk mengetahui keabsahan data.
 4. Bab IV Hasil Penelitian, sebagai bentuk pendeskripsian mengenai data yang di dapatkan dan analisis yang dilakukan.
 5. Bab V Penutup, di dalamnya berisi simpulan dan saran.

