



**PENDEKATAN *RATIONAL-EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT)
UNTUK MENANGANI MOTIVASI BELAJAR YANG RENDAH PADA
SISWA KELAS VIII SMP IT AL ISLAM KUDUS**

Oleh

UMI BARIROH

NIM. 201431086

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2022



**PENDEKATAN *RATIONAL-EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY* (REBT)
UNTUK MENANGANI MOTIVASI BELAJAR YANG RENDAH PADA
SISWA KELAS VIII SMP IT AL ISLAM KUDUS**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Universitas Muria Kudus untuk Memenuhi Salah Satu
Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Program Studi
Bimbingan dan Konseling.**



**Oleh
UMI BARIROH
NIM. 201431086**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2022

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Membaca menciptakan manusia yang sempurna. Bertukar pikiran menciptakan manusia yang sigap. Menulis menciptakan manusia yang cermat.” (Francis Bacon)

PERSEMBAHAN

Puji syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT dan secara khusus skripsi ini peneliti persembahkan untuk:

1. Suami dan Anak-Anak yang selalu memberikan dukungan, motivasi, semangat dan doa yang senantiasa menyertai setiap langkah perjalanan peneliti.
2. Dosen pembimbing peneliti Bapak Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd.Kons DAN IBU Dra. Sumarwiyah, M.Pd.Kons yang telah berkenan meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan dukungan dalam penyelesaian skripsi ini, semoga Allah SWT membalasnya.
3. Teman seperjuangan yang selalu menemani dan memberikan semangat
4. Teman-teman mahasiswa jurusan BK dan seluruh teman-teman mahasiswa BK yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi oleh Umi Bariroh NIM 201431086 ini telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Kudus, 18 Januari 2022

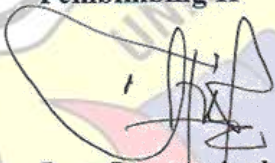
Pembimbing I



Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd.Kons

NIDN. 0019065601

Pembimbing II



Dra. Sumarwiyah, M.Pd.Kons

NIDN. 0612085802

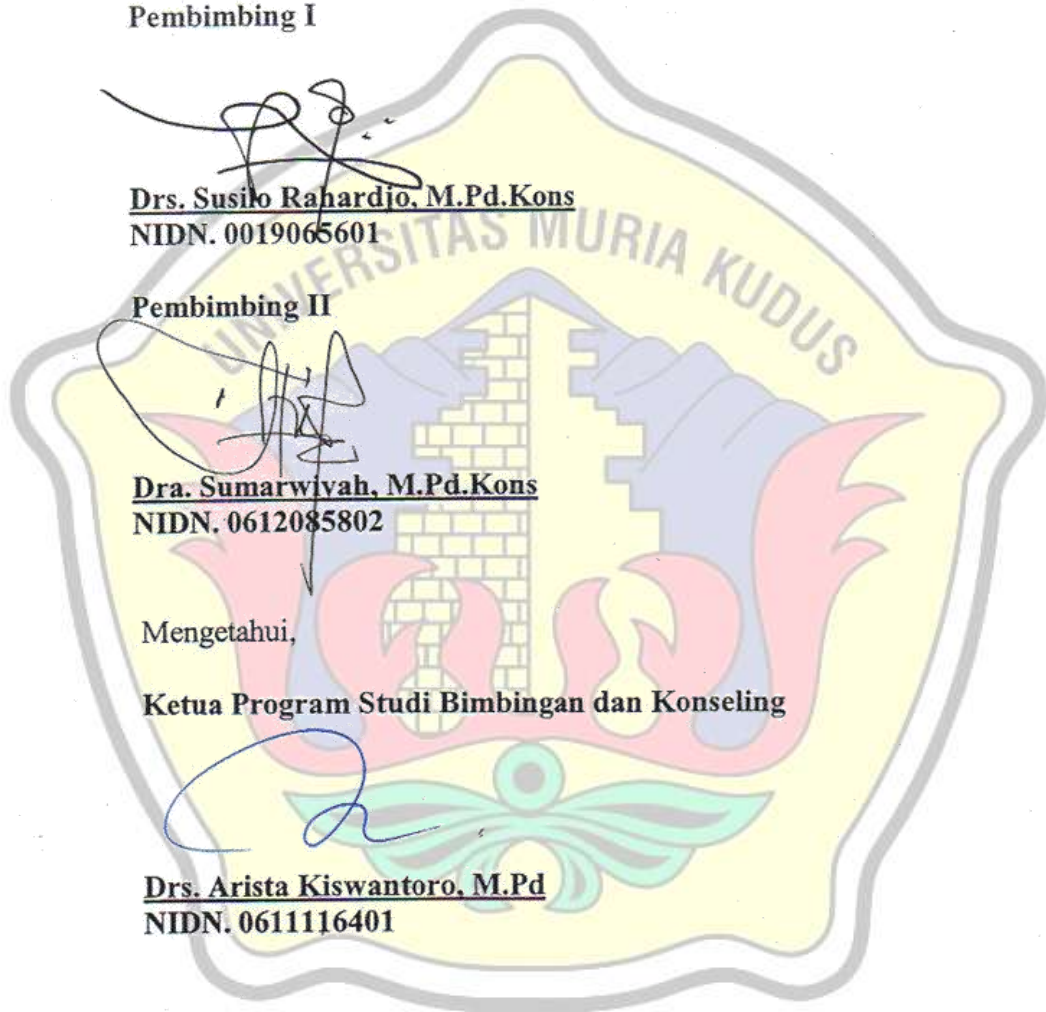
Mengetahui,

Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling



Drs. Arista Kiswanto, M.Pd

NIDN. 0611116401




LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Umi Bariroh NIM 201431086, ini telah dipertahankan di depan Tim Penguji sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling.

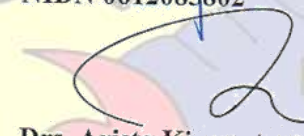
Kudus, Februari 2022
Tim Penguji


Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd.Kons
NIDN 0019065601

Ketua


Dra. Sumarwiyah, M.Pd.Kons
NIDN 0612085802

Anggota


Drs. Arista Kiswanto, M.Pd
NIDN 0611116401


Anggota


Dr. Agung Slamet Kusmanto, S.Pd., M.Pd. Kons
NIDN 0624068401

Anggota

Mengetahui
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Dekan,




Drs. Sucipto, M.Pd. Kons
NIDN 0629086302

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul “Pendekatan *Rational-Emotive Behavior Therapy* (REBT) untuk Menangani Motivasi Belajar yang Rendah pada Siswa Kelas VIII SMP IT Al Islam Kudus” dengan lancar.

Banyak kesulitan yang muncul dalam penyelesaian proposal skripsi ini, namun berkat bantuan dari berbagai pihak akhirnya kesulitan yang timbul dapat teratasi. Untuk itu segala bentuk bantuannya, disampaikan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Dr. Sucipto, M.Pd.Kons Sebagai Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Kependidikan Universitas Muria Kudus.
2. Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd. Sebagai Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus.
3. Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd. Kons. Sebagai dosen pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan dan semangat sehingga proposal skripsi ini terselesaikan.
4. Dra. Sumarwiyah, M.Pd. Kons Sebagai dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, saran dan motivasi dalam menyelesaikan proposal skripsi ini.
5. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang membantu penulis baik secara langsung maupun tidak langsung.

Semoga amal kebaikan semua pihak tersebut mendapatkan imbalan dari Allah SWT. Akhir kata, penulis berharap semoga proposal skripsi ini berguna dan bermanfaat bagi semua pihak yang berkepentingan bagi bidang pendidikan khususnya Bimbingan dan Konseling serta bisa dikembangkan lebih lanjut lagi.

Kudus, Januari 2022
Peneliti

Umi Bariroh
NIM. 2014 31 086



ABSTRACT

Bariroh, Umi. 2022. Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Approach To Deal with Low Learning Motivation In Class VIII SMP IT AL-ISLAM KUDUS. Guidance And Counseling Of The Faculty Of Teacher Training And Education, Muria Kudus University. Supervisor (i) Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd. Kons. Supervisor (ii) Dra. Sumarwiyah, M.Pd. Kons. Supervisor (iii) Drs. Sucipto, M.Pd. Kons.

The aims of this study were: 1) to find the factors causing low learning motivation in class VIII D SMPIT AL-ISLAM KUDUS, 2) to reduce low learning motivation in class VIII D SMPIT AL-ISLAM KUDUS.

Low learning motivation is a condition or condition experienced by someone caused by difficulties in understanding the material that has been explained by the teacher in teaching and learning activities to help students who experience low learning motivation in learning activities, the researchers try to apply the Rational Emotive Behavior Therapy Approach (REBT). Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) approach is an approach that teaches back to understand irrational thinking that causes low learning motivation in learning activities by changing the counselee's thinking to be more rational.

This case study research will be carried out at SMPIT AL-ISLAM KUDUS with two research subjects namely students (FA, AW), these two students are indicated to have low learning motivation. The data collection method used is the interview method and the documentation method. The research used is descriptive qualitative research which simultaneously includes data reduction, data exposure, drawing conclusions, based on the results of the discussion and analysis of this study, it shows that the causes of FA and AW experiencing low learning motivation in learning are due to: FA and AW develop negative perceptions about the importance of having ideals - ideals and future but lazy in learning, don't ask when you don't understand and use study time to play cellphone. To overcome these problems, researchers used the Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Approach. From the counseling to the two students, they were able to understand and realize the irrational thoughts they experienced to be replaced with rational thinking, namely considering the importance of having goals and a future by being more diligent in studying, daring to ask questions when they do not understand and using study time to learn.

So the researchers concluded that the Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) approach was used to overcome low learning motivation in class VIII D SMPIT AL-ISLAM KUDUS. This is evidenced by a change in the pattern of thinking and feelings and behavior of the counselee. The counselee is able to overcome low learning motivation in teaching and learning activities.

Researchers give suggestions: 1) students who experience low learning motivation are expected to be able to avoid perceptions, better understand rational thinking and develop behavior as a consequence of rational thinking, and realize

the impact of irrational thinking that must be avoided. 2) Research to develop further research, so later researchers who will overcome low learning motivation should provide sufficient time for counseling so that they can understand, explore deeper what is felt by the counselee.

Keywords: *Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)* approach with low learning motivation.



ABSTRAK

Bariroh, Umi.2022. Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk Menangani Motivasi Belajar Yang Rendah Pada Siswa Kelas VIII SMPIT AL-ISLAM KUDUS. Bimbingan Dan Konseling Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus. pembimbing (i) Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd. Kons. Pembimbing (ii) Dra. Sumarwiyah, M.Pd. Kons. Pembimbing (iii) Drs. Sucipto, M.Pd. Kons.

Tujuan penelitian ini adalah : 1) menemukan faktor penyebab motivasi belajar yang rendah pada siswa kelas VIII D SMPIT AL-ISLAM KUDUS, 2) mengurangi motivasi belajar yang rendah pada siswa kelas VIII D SMPIT AL – ISLAM KUDUS.

Motivasi belajar yang rendah merupakan suatu kondisi atau keadaan yang dialami seseorang yang disebabkan adanya kesulitan dalam memahami materi yang telah di jelaskan oleh guru dalam aktifitas belajar mengajar untuk membantu siswa yang mengalami motivasi belajar yang rendah dalam aktifitas belajar maka peneliti berupaya menerapkan Pendekatan *Rational emotive Behavior Therapy* (REBT). Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) pendekatan yang mengajarkan kembali untuk memahami pemikiran irrasional yang menyebabkan motivasi belajar yang rendah dalam aktifitas belajar dengan mengubah pemikiran konseli menjadi lebih rasional.

Penelitian studi kasus ini akan dilaksanakan di SMPIT AL-ISLAM KUDUS dengan dua subyek penelitian yaitu siswa (FA,AW), ke dua siswa ini terindikasi mengalami motivasi belajar yang rendah. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode wawancara dan metode dokumentasi. Penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif diskriptif yang secara bersamaan yaitu reduksi data, paparan data, penarikan kesimpulan, berdasarkan hasil pembahasan dan analisis penelitian ini menunjukkan penyebab FA dan AW mengalami motivasi belajar yang rendah dalam belajar disebabkan : FA dan AW mengembangkan persepsi negative tentang pentingnya mempunyai cita-cita dan masa depan namun malas dalam belajar, tidak bertanya ketika tidak faham dan menggunakan waktu belajar untuk bermain Hp. Untuk mengatasi permasalahan tersebut peneliti menggunakan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). Dari konseling ke dua siswa tersebut, dapat memahami dan menyadari pemikiran irrasional yang dialaminya untuk diganti dengan pemikiran yang rasional, yaitu menganggap pentingnya mempunyai cita-cita dan masa depan dengan lebih rajin belajar, berani bertanya ketika belum faham dan menggunakan waktu belajar untuk belajar.

Maka peneliti menyimpulkan bahwa pendekatan *Rational Emotive behavior Therapy* (REBT) digunakan untuk mengatasi motivasi belajar yang rendah pada siswa kelas VIII D SMPIT AL-ISLAM KUDUS. Hal ini dibuktikan adanya perubahan pola pikir maupun perasaan dan perilaku konseli. Konseli mampu mengatasi motivasi belajar yang rendah dalam aktifitas belajar mengajar.

Peneliti memberi saran : 1) siswa yang mengalami motivasi belajar yang rendah diharapkan dapat mengelak persepsi, lebih memahami berfikir yang rasional dan mengembangkan perilaku sebagai konsekuensi dari pemikiran yang rasional, serta menyadari dampak dari pemikiran irrasional yang harus dihindari. 2) Penelitian untuk mengembangkan penelitian selanjutnya, maka bagi peneliti nantinya yang akan mengatasi motivasi belajar yang rendah hendaknya memberikan waktu yang cukup untuk konseling sehingga dapat memahami, menggali lebih dalam apa yang dirasakan oleh konseli.

Kata Kunci : Pendekatan *Rational Emotive Behavior Trerapy* (REBT) motivasi belajar yang rendah.



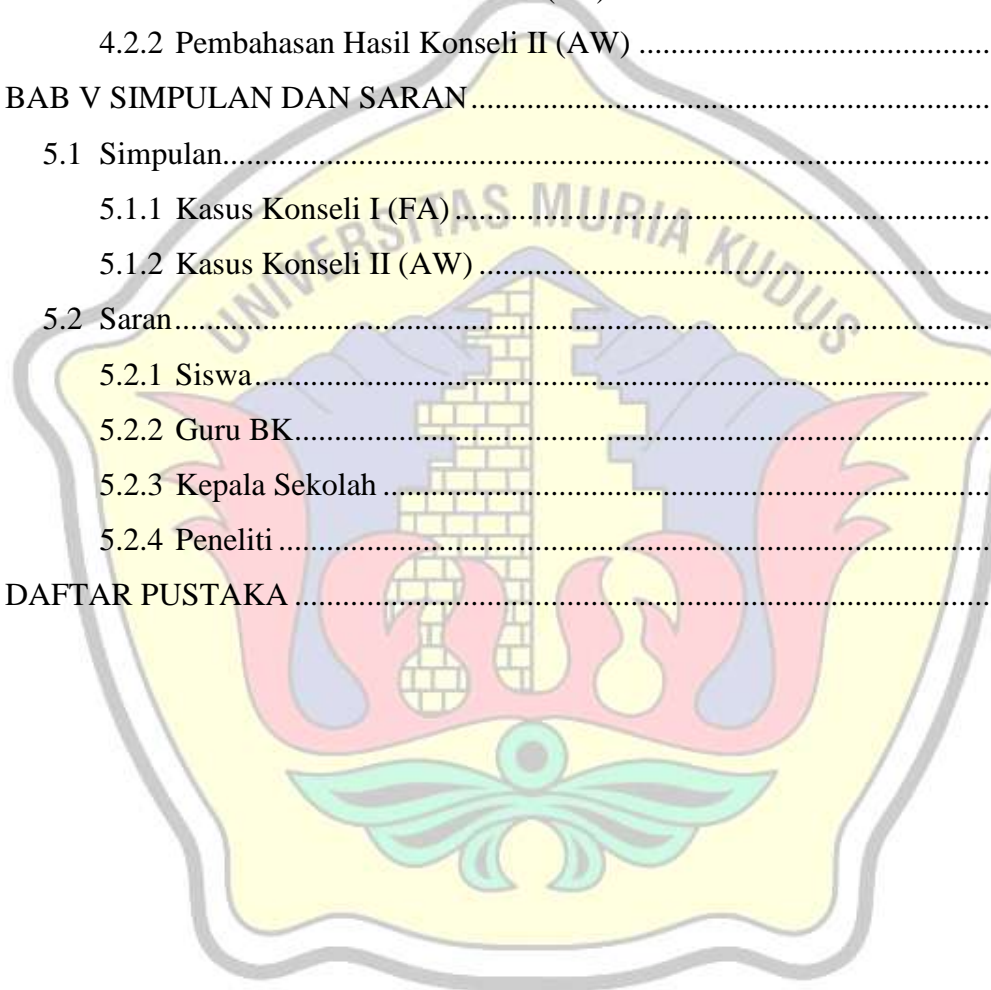
DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL.....	i
LOGO	ii
HALAMAN JUDUL.....	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRACT.....	ix
ABSTRAK.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Fokus dan Lokus Penelitian.....	9
1.2.1 Fokus Penelitian.....	9
1.2.2 Lokus Penelitian	10
1.3 Rumusan Masalah	10
1.4 Tujuan Penelitian.....	10
1.5 Manfaat Penelitian.....	10
1.5.1 Manfaat Teoritis.....	11
1.5.2 Manfaat Praktis	11
1.5.2.1 Bagi Siswa	11
1.5.2.2 Bagi Guru BK dan Wali Kelas	11
1.5.2.3 Bagi Peneliti	11
1.6 Ruang Lingkup Penelitian.....	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA	13

2.1	Kajian Pustaka.....	13
2.1.1	Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy</i> (REBT).....	13
2.1.1.1	Pengertian Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy</i> (REBT).....	13
2.1.1.2	Konsep Dasar Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy</i> (REBT).....	16
2.1.1.3	Hakikat Manusia dalam Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy</i> (REBT).....	19
2.1.1.4	Teori ABCDE dalam Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy</i> (REBT).....	21
2.1.1.5	Tujuan Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy</i> (REBT).....	25
2.1.1.6	Peran dan Fungsi Konselor dalam Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy</i> (REBT).....	26
2.1.1.7	Aplikasi Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy</i> (REBT).....	28
2.1.1.8	Tahap-Tahap Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy</i> (REBT).....	30
2.1.1.9	Teknik Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy</i> (REBT).....	33
2.1.2	Motivasi Belajar.....	34
2.1.2.1	Pengertian Motivasi Belajar.....	34
2.1.2.2	Indikator Motivasi Belajar.....	36
2.1.2.3	Fungsi Motivasi Belajar.....	37
2.1.2.4	Ciri-Ciri Motivasi Belajar.....	38
2.1.2.5	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar.....	39
2.1.2.6	Dimensi dan Indikator Motivasi Belajar.....	40
2.1.3	Penerapan pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy</i> (REBT) untuk menangani motivasi belajar yang rendah siswa.....	41
2.2	Penelitian yang Relevan.....	42
2.3	Kerangka Penelitian.....	46
BAB III METODE PENELITIAN.....		47
3.1	Rancangan penelitian.....	47

3.2	Data dan Sumber Data.....	49
3.3	Pengumpulan Data	51
3.3.1	Metode Wawancara	51
3.3.1.1	Pengertian Wawancara.....	51
3.3.1.2	Macam-macam Wawancara.....	53
3.3.1.3	Tujuan Wawancara	55
3.3.1.4	Langkah – Langkah Wawancara.....	57
3.3.1.5	Pedoman Wawancara.....	60
3.3.1.5.1	Pedoman Wawancara Peneliti terhadap Siswa (FA dan AW) sebelum Konseling	61
3.3.1.5.2	Pedoman Wawancara Peneliti terhadap Guru BK sebelum Konseling.....	63
3.3.1.5.3	Pedoman Wawancara Peneliti terhadap Wali Kelas sebelum Konseling	64
3.3.1.5.4	Pedoman Wawancara Peneliti terhadap Siswa (FA dan AW) setelah Konseling.....	65
3.3.1.5.5	Pedoman Wawancara Peneliti terhadap Guru BK setelah Konseling.....	66
3.3.1.5.6	Pedoman Wawancara Peneliti terhadap Wali Kelas setelah Konseling	67
3.3.2	Metode Dokumentasi.....	68
3.3.3	Metode Observasi	69
3.4	Instrumen Penelitian.....	70
3.4.1	Analisis Data.....	70
3.4.2	Langkah-langkah Penerapan Konseling Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy</i>	72
3.4.3	Indikator Keberhasilan.....	75
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		76
4.1	Hasil Penelitian	76
4.1.1	Deskripsi Konseling I (FA)	76
4.1.1.1	Konseling Pertama Tanggal 14 Agustus 2021	78
4.1.1.2	Konseling Ke Dua Tanggal 18 Agustus 2021	83

4.1.1.3	Kesimpulan Konseli FA	92
4.1.2	Diskripsi II (AW).....	92
4.1.2.1	Konseling Pertama Tanggal 14 Agustus 2021.....	94
4.1.2.2	Konseling Ke Dua Tanggal 18 Agustus 2021.....	99
4.1.2.3	Konseling Ke Tiga Tanggal 21 Agustus 2021	103
4.2	Pembahasan.....	107
4.2.1	Pembahasan Hasil Konseli I (FA)	107
4.2.2	Pembahasan Hasil Konseli II (AW)	112
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		120
5.1	Simpulan.....	120
5.1.1	Kasus Konseli I (FA).....	120
5.1.2	Kasus Konseli II (AW).....	121
5.2	Saran.....	123
5.2.1	Siswa.....	123
5.2.2	Guru BK.....	124
5.2.3	Kepala Sekolah	124
5.2.4	Peneliti	124
DAFTAR PUSTAKA		125



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 2.1 Dimensi dan Indikator Motivasi Belajar	41
Tabel 3.1 Jadwal Penelitian Penerapan Konseling Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy</i> (REBT) Untuk Menangani Motivasi Belajar Yang Rendah Pada Siswa Kelas VIII D SMP IT Al Islam Kudus.	48



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2.1 Skema Kerangka Pikiran Penerapan Pendekatan <i>Rational-Emotive Behavior Therapy</i> (REBT) untuk Menangani Motivasi Belajar yang Rendah pada Siswa Kelas VIII SMP IT Al Islam Kudus.....	46



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Hasil Wawancara Hasil Wawancara Dengan Konseli FA.....	130
2. Hasil Wawancara Dengan Konseli AW	132
3. Hasil Wawancara Dengan Guru BK.....	134
4. Hasil Wawancara Dengan Guru Wali Kelas	137
5. Pedoman Wawancara Peneliti Terhadap Wali Kelas Setelah Konseling ...	140
6. Pedoman Wawancara Peneliti Terhadap Wali Kelas Setelah Konseling ...	142
7. Pedoman Wawancara Peneliti Terhadap Siswa (FA) setelah Konseling ...	144
8. Pedoman Wawancara Peneliti Terhadap Siswa (AW) setelah Konseling.....	146
9. Data Studi Kasus (FA).....	148
10. Persiapan Penelitian Konseling Individual Klien I (FA).....	150
11. Data Studi Kasus (AW)	155
12. Persiapan Penelitian Konseling Individual Klien II (AW).....	157
13. Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling	162
14. Verbatim Konseling Individu Pertemuan I (FA).....	165
15. Laporan Pelaksanaan, Evaluasi, Analisis Dan Tindak Lanjut Bimbingan Dan Konseling	175
16. Dokumentasi Pertemuan I Klien I (FA)	178
17. Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling	179
18. Verbatim Konseling Individu Pertemuan II (FA).....	182
19. Laporan Pelaksanaan, Evaluasi, Analisis Dan Tindak Lanjut.....	188
20. Dokumentasi Pertemuan II Klien I (FA)	191
21. Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling	192
22. Verbatim Konseling Individu Pertemuan III (FA)	195
23. Laporan Pelaksanaan, Evaluasi, Analisis Dan Tindak Lanjut.....	200
24. Dokumentasi Pertemuan III KLIEN I (FA).....	203
25. Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling	204
26. VERBATIM KONSELING INDIVIDU PERTEMUAN I (AW)	207
27. Laporan Pelaksanaan, Evaluasi, Analisis Dan Tindak Lanjut.....	217

28.	Dokumentasi Pertemuan I Klien II (AW).....	220
29.	Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling	221
30.	Verbatim Konseling Individu Pertemuan II (AW).....	224
31.	Laporan Pelaksanaan, Evaluasi, Analisis Dan Tindak Lanjut.....	230
32.	Dokumentasi Pertemuan II Klien II (AW)	233
33.	Rencana Pelaksanaan Layanan Bimbingan Dan Konseling	234
34.	Verbatim Konseling Individu Pertemuan III (AW).....	237
35.	Laporan Pelaksanaan, Evaluasi, Analisis Dan Tindak Lanjut.....	242
36.	Dokumentasi Pertemuan III Klien II (AW).....	245
37.	Surat Keterangan Penelitian	246
38.	Pernyataan	247
39.	Keterangan Selesai Bimbingan Skripsi	248
40.	Permohonan Ujian Skripsi.....	249
41.	Daftar Riwayat Penulis	250

