

BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT) DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR

Dina Rahmawati Hapsyah¹, Riska Handayani², Happy Karlina Marjo³, Wirda Hanim⁴

Universitas Negeri Jakarta^{1,2,3,4}

Dinarahmawati_bk18s2@mahasiswa.unj.ac.id¹, Riskahandayani_bk18s2@mahasiswa.unj.ac.id², Happykarlina.unj2005@gmail.com³, Wirdahanim10@gmail.com⁴

ABSTRAK

Salah satu bagian penting dalam proses pembelajaran adalah motivasi. Beberapa pertanyaan pengantar juga dinilai mampu menumbuhkan rasa ingin tahu siswa terhadap materi pembelajaran berkaitan, tujuannya adalah supaya siswa lebih aktif, lebih berani dan mampu belajar lebih baik lagi (Bahrudin, 2014). Pendekatan REBT memiliki tujuan untuk mengubah pandangan dan keyakinan irasional klien menjadi rasional, membantu mengubah sikap, cara berpikir dan persepsi, oleh karena itu klien diharapkan mampu mengembangkan dan mencapai realisasi diri secara optimal. Metode penelitian yang digunakan adalah kajian pustaka yang didukung oleh data-data dari beberapa artikel, buku-buku sumber, dan dokumen pendukung lainnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi belajar pada siswa adalah hal penting yang dibutuhkan dalam proses pencapaian hasil pembelajaran agar optimal. Salah satu pendekatan dalam bimbingan dan konseling yang dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik ialah REBT yang dapat membantu peserta didik membuka wawasan dan memiliki pemikiran yang rasional dalam tindakan yang berhubungan dengan tujuan belajar.

Kata Kunci: *bimbingan kelompok, motivasi belajar, Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*

ABSTRACT

One important part of the learning process is motivation. Some introductory questions are also considered to be able to foster curiosity of students towards related learning material, the goal is so that students are more active, bolder and able to learn better (Bahrudin, 2014). Therefore, when students have good learning motivation, the goal of the learning process in the classroom can be said to be successful. The REBT approach has the goal of changing the views and irrational beliefs of clients to be rational, helping to change attitudes, ways of thinking and perception, therefore clients are expected to be able to develop and achieve optimal self-realization. This study uses a literature study that is by linking research with existing literature and filling in the gaps in previous research. The results of the study show that motivation to learn to students is an important thing needed in the process of achieving learning outcomes to be optimal. One approach in guidance and counseling that can enhance students' learning motivation is REBT which can help students open their horizons and have rational thinking in actions related to learning goals.

Keywords: *group guidance, learning motivation, Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)*

PENDAHULUAN

Salah satu bagian penting dalam proses pembelajaran adalah motivasi. Perasaan senang, tumbuhnya rasa semangat dan gairah dalam belajar merupakan salah satu peran yang ada dalam motivasi. Perlu adanya sebuah motivasi yang diberikan ketika proses pembelajaran berlangsung. Beberapa pertanyaan pengantar juga dinilai mampu menumbuhkan rasa ingin tahu siswa terhadap materi pembelajaran berkaitan, tujuannya adalah supaya siswa lebih aktif, lebih berani dan mampu belajar lebih baik lagi (Bahrudin, 2014). Motivasi belajar yang rendah terjadi karena peserta didik memiliki persepsi kognitif terhadap diri sendiri tentang kemampuan dan keberhasilan dalam belajar, hal ini dapat memberi pengaruh yang kurang baik jika persepsi kognitif yang dipikirkan adalah persepsi negatif.

Siswa yang memiliki banyak energi untuk belajar, siswa tersebut telah memiliki motivasi yang kuat. Sadirman dalam Fitri, Neviyarni dan Ildil (2016). Hal ini dapat diartikan bahwa ketika peserta didik memiliki motivasi belajar yang tinggi, maka ia akan memiliki waktu lebih banyak untuk belajar. Dibandingkan peserta didik lain yang motivasi belajarnya sedikit atau rendah. Peserta didik dengan motivasi belajar tinggi akan lebih antusias untuk mengerjakan tugas dengan segera, tidak suka menunda-nunda tugas apalagi menunggu tugas sampai menumpuk. Mereka akan memiliki semangat belajar yang tinggi dan tidak pantang menyerah ketika mendapatkan kesulitan dalam mengerjakan tugas.

Motivasi belajar siswa berkaitan erat dengan keterampilan dan kemampuan seorang guru dalam menumbuhkannya. Oleh sebab itu ketika siswa memiliki motivasi belajar yang baik, tujuan dari proses pembelajaran dalam kelas dapat dikatakan sukses. Tujuan belajar yang mampu diraih oleh siswa adalah hasil dari sebuah motivasi. Usaha yang dilakukan untuk meraih sebuah keberhasilan belajar disebut dengan motivasi. keberhasilan belajar ini dapat berupa sebuah prestasi untuk orang lain maupun diri sendiri. Lebih lanjut Mc Donald dalam Ulya, Irawati, & Maulana (2016) menjelaskan bahwa ciri seseorang yang memiliki motivasi adalah ketika ia mampu mengubah energi dalam dirinya yang muncul secara afektif (perasaan) yang ditampilkan dalam bentuk usaha (reaksi) guna mengejar tujuan yang ingin dicapai.

Disinilah dirasakan perlunya pelayanan Bimbingan dan Konseling di samping kegiatan pengajaran. Dalam tugas pelayanan yang luas, bimbingan dan konseling di sekolah adalah pelayanan untuk semua murid yang mengacu pada keseluruhan perkembangan mereka (Prayitno, 2004). Salah satu pelayanan bimbingan konseling yang dapat digunakan untuk

mengatasi masalah motivasi belajar ialah layanan Bimbingan Kelompok dengan pendekatan Rational Emotive Behavior. Penggunaan pendekatan REBT untuk mengatasi motivasi belajar peserta didik didukung oleh penelitian Beny Ida Suryani (2013) tentang Efektivitas Konseling Perorangan REBT untuk Mengatasi Motivasi Belajar Rendah Pada Anak Berbakat Berprestasi Kurang (Underachiever) di SMA Semesta Gunungpati Semarang menyimpulkan bahwa masalah motivasi belajar rendah pada siswa yang terindikasi underachiever dapat diatasi melalui konseling perorangan dengan pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT). Penelitian lain dilakukan oleh Muhadi (2017) tentang Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Peserta Didik Kelas VII di SMP Negeri 8 Bandar Lampung. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan teknik REBT efektif untuk meningkatkan motivasi belajar peserta didik.

REBT adalah salah satu pendekatan dalam konseling yang membantu klien untuk mengubah pandangan dan keyakinan irasional klien menjadi rasional, membantu mengubah sikap, cara berpikir dan persepsi, oleh karena itu klien diharapkan mampu mengembangkan dan mencapai realisasi diri secara optimal. Motivasi belajar peserta didik yang rendah mengakibatkan prestasi belajar yang buruk. Dalam pendekatan REBT guru BK akan membantu siswa untuk merasionalkan pikiran yang irasional, membantu peserta didik menumbuhkan motivasi baru pada dirinya sehingga prestasi belajarnya dapat meningkat. Pernyataan ini didukung oleh Ellis dalam Hirmaningsih dan Minali (2015) yang menyatakan bahwa masalah-masalah seperti agresi, kecemasan, pikiran yang irasional, perilaku distriktif, self-esteem yang rendah, conduct disorder, prestasi akademik yang rendah dapat diatasi melalui pendekatan REBT.

Bimbingan Kelompok

Bimbingan kelompok merupakan suatu bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi ataupun aktivitas kelompok membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial. Gazda dalam Prayitno dan Amti (2004) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok disekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok siswa untuk membantu mereka dalam menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Bimbingan kelompok merupakan layanan bimbingan dan konseling yang diberikan kepada individu untuk membahas masalah atau topik umum secara luas dan mendalam yang bermanfaat bagi anggota kelompok (Mungin, 2005).

Menurut Prayitno (2004) ada empat tahap kegiatan yang perlu dilalui dalam kegiatan bimbingan kelompok yaitu:

1. Tahap pembentukan, yaitu tahapan untuk membentuk jumlah individu menjadi satu kelompok.
2. Tahap peralihan, yaitu tahapan untuk mengalihkan kegiatan awal kelompok ke kegiatan berikutnya yang lebih terarah pada pencapaian tujuan kelompok
3. Tahap kegiatan, tahapan “kegiatan inti” untuk membahas topik-topik tertentu; dan
4. Tahap pengakhiran, yaitu tahapan akhir kegiatan untuk melihat kembali apa yang sudah dilakukan dan dicapai oleh kelompok, serta merencanakan kegiatan selanjutnya.

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)

Albert Ellis adalah seorang psikolog klinis asal New York yang pertama kali melahirkan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) pada tahun 1955. REBT memandang manusia sebagai makhluk yang tidak sempurna, yang memiliki pemikiran yang rasional/lurus maupun irrasional/bengkok. Oleh karena itu RET membantu klien agar ia dapat menerima dirinya sendiri, kelebihan maupun kelemahan pada dirinya dan dapat belajar berdamai dengan diri sendiri (Mashudi, 2016).

Menurut Ellis dalam Hirmaningsih dan Minauli (2015) irrational adalah emosi, pikiran, dan perilaku negatif yang secara signifikan dapat merugikan diri sendiri sampai mengganggu kelangsungan hidup sehari-hari. Jadi irrational belief adalah hasil dari pemikiran individu yang dapat menumbuhkan masalah dalam kehidupannya. Ellis dalam juga menambahkan bahwa Irrational belief adalah salah satu sumber yang dapat menimbulkan masalah-masalah emosional. Hasil dari proses kognitif meliputi emosi dan perilaku, hal tersebut merupakan konsep mendasar yang dimiliki oleh teori REBT. Proses berpikir yang tidak tepat mampu menumbuhkan pikiran yang irrasional yang tidak masuk akal sehingga mampu menimbulkan emosi dan perilaku yang tidak positif.

Ellis dalam Ahmud dan Thohir (2013) merumuskan hakikat manusia sebagai berikut :

- 1) individu memiliki kecenderungan untuk berpikir rasional dan irrasional.
- 2) intropeksi diri, filosofi, dan interpretasi adalah hal yang melatarbelakangi reaksi “emosional”.
- 3) cara pikir yang irrasional dan tidak logis memiliki dampak pada hambatan psikologis & emosional.
- 4) orang tua dan kultur merupakan salah satu faktor yang menyebabkan seseorang memiliki pikiran irrasional.
- 5) pikiran irrasional dapat ditampilkan dalam bentuk verbalisasi yang digunakan seseorang.
- 6) sumber hambatan emosional merupakan hasil dari verbalisasi dan

klien harus mengetahui hal tersebut. 7) membenarkan bahwa verbalisasi diri adalah irrasional dan tidak logis. 8) meluruskan cara pikir verbalisasi menjadi pikiran rasional.

Corey dalam Tyas (2015) berpendapat bahwa manusia lahir membata potensi berpikir yang baik dan rasional maupun pikiran tidak baik dan irrasional. Hal ini berarti seseorang memiliki kecenderungan untuk berbuat hal-hal yang positif maupun negatif, seperti mencintai diri, mengaktualisasikan diri, memelihara diri dengan baik, menyesali kesalahan berkepanjangan, tidak mau mengaktualisasikan diri, sampai kecenderungan untuk menghancurkan diri.

REBT mengajak klien untuk memiliki pikiran rasional dan menghilangkan pikiran irasional. Pikiran irasional perlahan diganti menjadi rasional karena pemikiran irasional akan berdampak pada diri klien, dapat menumbuhkan emosi negatif sehingga dapat menimbulkan perilaku yang maladaptif yang nantinya dapat merusak diri klien. (Dryden & Neenan; Ellis dalam Astuti, Nashori, & Kumolohadi, 2011). Adapun tujuan REBT menurut Ellis dan Benard dalam Thahir & Rizkiyani (2016), yaitu : 1) Agar memiliki self interest (minat diri), 2) Memiliki social interest (minat sosial), 3) Memiliki self directions (pengarahan diri), 4) Mampu bertoleransi (tolerance), 5) Flexibility (fleksibel), 6) Memiliki acceptance (penerimaan), 7) Dapat bertoleransi pada frustrasi yang tinggi (high frustration tolerance), 8) Memiliki realistic expectation (harapan yang realistis), 9) Mampu mengambil risiko (risk taking), 10) Mampu menerima ketidakpatian (acceptance of uncertainty), 11) Dapat menerima diri sendiri (self acceptance).

Menurut Corey dalam Kohar (2017) REBT memiliki 3 tahapan, yaitu :

1. Membuat klien menjadi sadar bahwa perilaku negatif memiliki dampak ketidaknyamanan secara psikologis
2. Menyadarkan klien bahwa perilaku negatif tersebut berasal dari pikiran irasional
3. Mengajak klien untuk melawan keyakinan irasional dengan cara menunjukkan bahwa keyakinan irasional tidak terbukti dengan logika.

Motivasi Belajar

Definisi para ahli memiliki arti yang tidak jauh berbeda mengenai motivasi. Menurut Sadirman dalam Nugroho (2015), Schunk dalam Pranoto, Tieka, Fajarwati, & Septora (2018), Huitt W dalam Suprihatin (2015) Motivasi adalah suatu dorongan yang berasal dari energy dalam diri seseorang yang mampu menghasilkan suatu tindakan atau kegiatan yang terarah dan sungguh-sungguh untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan dan ingin dicapai, meliputi siswa yang memiliki dorongan serta keinginan kuat dalam menyelesaikan tugas terkait dengan

tujuan akademiknya. Sedangkan Motivasi belajar menurut Clayton Alderfer dalam Hamdu & Agustina (2011) merupakan suatu dorongan untuk melakukan aktivitas belajar oleh keinginan yang kuat untuk mencapai hasil belajar dan prestasi yang maksimal atau sebaik mungkin.

Motivasi belajar siswa tidak muncul begitu saja, salah satu faktor motivasi menurut Winkel & Hastuti dalam Fitri, Neviyarni, & Ildil (2016) adalah untuk mendapatkan imbalan berupa nilai informasi, yang diartikan ketika siswa mendapatkan informasi baru yang memiliki makna dan terkait dengan belajar maka siswa akan termotivasi untuk melakukan sesuatu yang baru. Keberhasilan dalam proses belajar dan pembelajaran sekolah sangatlah dipengaruhi oleh motivasi belajar peserta didik. Adanya motivasi belajar yang tinggi dari peserta didik, maka pencapaian hasil belajar pun menjadi optimal. Sehingga peserta didik akan merasakan dampak positifnya langsung seperti mendapatkan nilai dan prestasi akademik yang baik (Pranoto, Tieka, Fajarwati, & Septora, 2018).

Beberapa fungsi motivasi menurut Nanang Hanifah dalam Cahyani, Bariyyah, Latifah (2017) dan Djamarah dalam Suprihatin (2015) antara lain :

1. Untuk menumbuhkan dorongan dan gairah belajar pada peserta didik.
2. Sebagai pengarah siswa agar mampu memilih mana yang harus dilakukan dan tidak dilakukan dalam kaitannya dengan belajar.
3. Untuk membantu peserta didik mendapat makna dari pembelajaran.
4. Untuk memberikan pengaruh yang positif terhadap tujuan pembelajaran hasil prestasi peserta didik.

Handoko dalam Suprihatin (2015) menyebutkan beberapa indikator kekuatan motivasi belajar siswa, yaitu :

- a. Memiliki kemauan yang tinggi untuk berbuat
- b. Memiliki waktu yang cukup baik untuk belajar optimal
- c. Memiliki ketekukan yang ulet dalam menyelesaikan tugas
- d. Memiliki prioritas yang baik terhadap tugasnya

Motivasi menurut Arends dalam Arief, Maulana, Sudin (2016) dan Sadirman dalam Daud (2012) dibedakan menjadi 2, yaitu :

1. Motivasi intrinsik, yaitu motivasi yang berasal dari dalam individu tersebut. Ketika perilaku individu berasal dari minat, dorongan, dan keingintahuan yang tinggi terhadap sesuatu. Tidak membutuhkan stimulasi atau rangsangan dari luar dirinya. Biasanya motivasi ini dapat terjadi ketika seseorang merasa senang terhadap satu hal, sehingga secara mandiri mampu mencari sumber yang dapat digunakan untuk terus belajar.

2. Motivasi ekstrinsik, yaitu motivasi yang berfungsi dan aktif berasal dari luar diri individu. Biasanya motivasi ini dipengaruhi oleh hal lain untuk mencapai tujuan tertentu. Contohnya seseorang akan belajar dengan giat karena akan ujian atau mendapatkan suatu imbalan tertentu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan kajian pustaka, kajian pustaka dalam suatu penelitian ilmiah adalah salah satu bagian penting dari keseluruhan langkah-langkah metode penelitian. Peneliti mengkaji motivasi belajar siswa pada tingkat SMP. Cooper dalam Cresweel (2010) mengemukakan bahwa kajian pustaka memiliki beberapa tujuan yakni; menginformasikan kepada pembaca hasil hasilpenelitian lain yang berkaitan erat dengan penelitian yang dilakukan saat itu, menghubungkan penelitian dengan literatur-literatur yang ada, dan mengisi celah-celah dalam penelitian-penelitian sebelumnya. Geoffrey dan Airasian mengemukakan bahwa tujuan utama kajian pustaka adalah untuk menentukan apa yangtelah dilakukan orang yang berhubungan dengan topik penelitian yang akan dilakukan. Dengan mengkaji penelitian sebelumnya, dapat memberikan alasan untuk hipotesis penelitian, sekaligus menjadi indikasi pembenaran pentingnya penelitian yang akan dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pembahasan menunjukkan bahwa motivasi memiliki peranan yang sangat penting dalam keberhasilan pencapaian belajar peserta didik. Motivasi yang rendah akan menimbulkan hasil belajar siswa yang menurun, dan sebaliknya jika motivasi belajar siswa tinggi maka siswa memiliki peluang besar untuk mendapat hasil belajar yang optimal. Penelitian yang dilakukan oleh (Nugroho, 2015) menunjukkan bahwa dorongan siswa untuk melakukan aktivitas belajar adalah hasil dari motivasi. Siswa akan memiliki semangat yang baik dalam belajar disekolah maupun dirumah ketika ia memiliki motivasi yang baik. Oleh karena itu motivasi sangat penting dimiliki oleh siswa.

Salah satu penelitian Cahyani, Bariyyah dan Latifah (2017) mengungkapkan bahwa peserta didik membutuhkan motivasi dari keluarga dan orang terdekat karena mereka lebih tertarik dengan hal lain yang tidak ada kaitannya dengan belajar, seperti bermain, memonton televisi, dikelas cenderung pasif dan enggan mengungkapkan pendapatnya. Padahal siswa yang ingin berhasil mencapai tujuan dalam pembelajaran hendaknya melakukan kegiatan dan aktivitas yang berkaitan dengan belajar, bukan sebaliknya. Oleh karena itu motivasi menjadi salah satu hal yang memberikan pengaruh terhadap hasil belajar siswa. Keberhasilan belajar

dipengaruhi oleh kuat atau lemahnya motivasi belajar seseorang. Dalyono dalam Daud (2012) menyatakan bahwa masa depan yang penuh tantangan dan cita-cita yang harus dicapai adalah alasan seseorang untuk tetap memiliki motivasi dalam dirinya, ia harus memiliki tekad dan usaha yang sungguh-sungguh agar dapat mencapai cita-cita dengan belajar.

Muhadi (2017) menggunakan pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) untuk meningkatkan motivasi peserta didik, peneliti mengungkapkan REBT merupakan pendekatan yang berkaitan dengan keyakinan irasional sehingga mampu memilah anara keyakinan rasional dengan irrasional yang diwujudkan ke dalam bentuk perilaku. Membantu peserta didik membuka wawasan dan memiliki pemikiran yang rasional dalam tindakan yang berhubungan dengan tujuan belajar merupakan tujuan dari pendekatan ini. Peneliti membantu meningkatkan motivasi belajar klien dengan melatih mengelola pola pikir mengatur perilaku dan perasaan dalam diri klien untuk mencapai tujuan belajar tertentu, meliputi memiliki motivasi dan pola pikir logis dalam belajar.

Pendekatan rational Emotive Behavior Therapy (REBT) memiliki tujuan utama dalam yakni membantu individu untuk menyadari bahwa mereka mampu hidup lebih produktif dengan pemikiran yang rasional. Selain itu REBT juga mengajarkan individu dalam mengoreksi pemikiran yang salah untuk mengurangi emosi negatif yang tidak diharapkan, melatih individu untuk merubah pikiran irrasional dan tingkah laku yang dapat merusak diri sendiri, membuat klien lebih menerima dan menghargai diri sendiri, orang lain, maupun lingkungan (Ikbal & Nurjannah, 2016).

KESIMPULAN

Salah satu hal yang dapat mempengaruhi hasil belajar peserta didik adalah motivasi. Penting bagi peserta didik memiliki motivasi belajar yang kuat agar mampu mencapai tujuan belajar seperti nilai yang baik, prestasi yang dapat dibanggakan, dan mampu menyerap makna belajar yang baik. Motivasi belajar bisa berasal dalam diri individu sebagai dorongan atau keinginan diri untuk belajar dengan giat demi tujuan yang ingin dicapai, ataupun dorongan dari luar individu seperti akan mendapatkan hadiah dan imbalan tertentu jika berhasil mencapai tujuan belajar tersebut.

Dalam bimbingan konseling motivasi belajar yang redah dapat ditingkatkan melalui pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dimana teori ini memandang manusia adalah makhluk yang memiliki pemikiran rasional dan irrasional. Pikiran rasional berkaitan erat dengan hal-hal positif yang meliputi individu dapat menerima diri sendiri, mampu mengaktualisasikan diri dengan baik, dan dapat memelihara diri dengan baik. Sedangkan

pikiran irasional adalah sebaliknya, individu tidak mampu memelihara diri dengan baik, tidak mampu mengaktualisasikan diri, dan cenderung memiliki emosi-emosi negatif yang ditampilkan dalam bentuk perilaku negatif. Hal ini tentu sangatlah penting untuk diperhatikan mengingat bahwa peserta didik nantinya akan menjadi generasi penerus bangsa yang diharapkan, maka adanya motivasi yang terus dikembangkan juga akan membuat peserta didik tetap memiliki tujuan terarah yang terkait dengan hasil pembelajaran yang dapat memberikan prestasi yang membanggakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmud, M., & Thohir, M. (2013). Konseling Islam dengan Terapi Rasional Emotif Behavior untuk Mengubah Wanita Penyanyi Cafe yang Suka Minum Minuman Keras. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, Vol.3 No.2*, 184-204.
- Arief, H. S., Maulana, & Sudin, A. (2016). Meningkatkan Motivasi Belajar Melalui Pendekatan Problem Base Learning (PBL). *Jurnal Pena Ilmiah, Vo.1 No.1*, 141-150.
- Astuti, R. D., Nashori, H. F., & Kumolohadi, R. R. (2011, Desember). Rational Emotive Behavior Therapy Sebagai Upaya Meningkatkan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Intervensi Psikologi, Vol.3 No.2*, 211-231.
- Bahrudin, A. (2014, November). Implementasi Strategi Pembelajaran Discovery Untuk Meningkatkan Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis dan Motivasi Belajar Siswa SMA. *Jurnal Pendidikan UNISKA, Vol.2 No.2*, 1-12.
- Cahyani, N. A., Bariyyah, K., & Latifah, L. (2017, Oktober 1). Efektivitas Teknik Permainan Simulasi Dengan Menggunakan Media Dart Board Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas VII C SMP Negeri 2 Tegal Siwalan. *Jurnal Konseling Indonesia, Vo.3 No.1*, 22-27.
- Cresweel, W. J. (2010). *Research Design: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches, 3th, Terjemahan Achmad Fawaid*. Yogyakarta.
- Daud, F. (2012, Oktober). Pengaruh Kecerdasan Emosional (EQ) dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA 3 Negeri Kota Palopo. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran, Vol.19 No.2*, 243-255.
- Febriani, R., & Yusri. (2013, Januari 1). Hubungan Perhatian Orang Tua Dengan Motivasi Belajar Siswa Dalam Mengerjakan Tugas-Tugas Sekolah. *Jurnal Ilmiah Konseling, Vol.2 No.1*, 8-16.

- Fitri, E., Neviyarni, & Ildil. (2016, Desember 31). Efektivitas Layanan Informasi dengan Menggunakan Metode Blended Learning Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling, Vo.2 No.2*, 84-92.
- Hamdu, G., & Agustina, L. (2011, April). Pengaruh motivasi belajar siswa terhadap prestasi belajar IPA di sekolah dasar. *JUrnal Penelitian Pendidikan, Vol.12 No.1*, 81-86.
- Hirmaningsih, & Minauli, I. (2015, Desember). Efektivitas Rational Emotive Behavior Therapy Untuk Meningkatkan Harga Diri Pada Anak Enuresis. *Jurnal Psikologi, Vol.11 No.2*, 64-70.
- Ikbal, M., & Nurjannah. (2016). Meningkatkan Self Esteem Dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy Pada Peserta Didik Kelas VIII di SMP Muhammadiyah Jati Agung. *Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol.3 No.1*, 33-46.
- Kohar, M. A. (2017). Bimbingan dan Konseling Dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy Untuk Penerimaan Manfaat. *Al- Balagh Jurnal Dakwah dan Komunikasi, Vol.2 No.1*, 112-123.
- Mashudi, E. A. (2016). Konseling Rational Emotive Behavior dengan Teknik Pencitraan untuk Meningkatkan Resiliensi Mahasiswa Berstatus Sosial Ekonomi Lemah. *Psikopedagogia, Vol.5 No.1*, 66-78.
- Muhadi. (2017). *Efektivitas Layanan Konseling Kelompok Dengan Menggunakan Teknik Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 8 Bandar Lampung*. BandarLampung: UIN Raden Intan Lampung.
- Mungin. (2005). *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: Unnes Press.
- Nugroho, W. D. (2015). Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik Homeroom dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Rakit Kabupaten Banjarnegara. *Jurnal Bimbingan dan Konseling, Edisi 2, Tahun ke-4*, 1-8.
- Pranoto, H., Tieka, N., Fajarwati, R., & Septora, R. (2018, Januari). Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Self-Regulation Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Mahasiswa. *Indonesian Journal Of Educational Counseling, Vol.2 No.1*, 87-112.
- Prayitno. (2004). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno, & Amti, E. (2004). *Dasa-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Suprihatin, S. (2015). Upaya Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Promosi (Jurnal Pendidikan Ekonomi UM Metro), Vol.3 No.1*, 73-82.

- Thahir, A., & Rizkiyani, D. (2016, Desember). Pengaruh Konseling Rational Emotif Behavioral Therapy (REBT) dalam Mengurangi Kecemasan Peserta Didik Kelas VIII SMP Gajah Mada Bandar Lampung. *Jurnal Bimbingan dan Konseling, Vol.3 No.1*, 259-270.
- Tyas, P. H. (2015, Agustus). Pendekatan Naratif dalam Konseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk Mengelola Emosi. *Jurnal Fokus Konseling, Vol.1 No.2*, 107-117.
- Ulya, I. F., Irawati, R., & Maulana. (2016). Peningkatan Kemampuan Koneksi Matematis dan Motivasi Belajar Siswa Dengan Menggunakan Pendekatan Kontekstual. *Jurnal Pena Ilmiah, Vol.1 No.1*, 121-130.
- Wulandari, B., & Surjono, H. D. (2013, Juni). Pengaruh Problem-Based Learning Terhadap Hasil Belajar Ditinjau Dari Motivasi Belajar PLC di SMK. *Jurnal Pendidikan Vokasi, Vol.3 No.2*, 178-191.

