
Penerapan Konseling Rational Emotif Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Siswa Dalam Mengikuti Pelajaran Matematika Di SMK Negeri 4 Gowa

Burhanuddin ^{1*}, Abdul Hadis ²

¹ SMK Negeri 4 Gowa, Gowa, Indonesia.

² Universitas Negeri Makassar, Indonesia

*Correspondent Email: burkonselor@gmail.com

Article History:

Received: 12-11-2022

Revised: 20-11-2022

Accepted: 09-12-2022

Keywords: Siswa,
Konseling, Motivasi
Belajar

Abstrak: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat motivasi belajar siswa dalam pelajaran matematika dan perbedaan motivasi belajar siswa sebelum dan sesudah penerapan konseling rational emotif. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI Jurusan Listrik dan Jurusan Bangunan sebanyak 30 responden. Prosedur penelitian ini adalah berupa wawancara konseling, observasi, dan analisis dokumen yang berasal dari konselor berupa pengamatan terhadap partisipasi dan kebiasaan dalam belajar. Instrumen penelitian yang dilakukan berupa bahan perlakuan dengan memberikan pre-test dan post-test dengan pemberian angket/kuesioner. Hasil penelitian ini disimpulkan bahwa tingkat motivasi belajar siswa di SMK Negeri 4 Gowa umumnya rendah (kategori rendah 21 responden dan agak rendah 9 responden). Namun, setelah diadakan konseling rational emotif menunjukkan peningkatan yang tinggi (kategori tinggi 20 responden, agak rendah 7 responden, dan rendah 3 responden) terhadap motivasi belajar siswa dan terdapat perbedaan motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika sebelum dan sesudah penerapan konseling rational emotif di SMK Negeri 4 Gowa.

Abstract: The purpose of this study was to describe the level of students learning motivation in mathematics and the differences in students learning motivation before and after the application of rational emotive counseling. The subjects of this research were 30 students class XI of the Department of Electrical and Building Department. The procedure of this research is in the form of counseling interviews, observation, and analysis of documents originating from the counselor in the form of observations on participation and habits in learning. The research instrument used was in the form of treatment materials by giving a pre-test and post-test by giving a questionnaire. The results of this study concluded that the level of student motivation at SMK Negeri 4 Gowa was generally low (21 students in the low category and 9 students in the rather low category). However, after holding rational emotive counseling, it showed a high increase (20 people in the high category, 7 people in the low category, and 3 people in the low level) on student learning motivation and there were differences in student learning motivation in participating in mathematic lessons before and after the application of rational emotive counseling in SMKN 4 Gowa.

Pendahuluan

Manusia membutuhkan pendidikan dalam hidupnya agar mampu menjalani kehidupannya secara baik, dengan mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya. Pada masyarakat yang sudah maju, masalah penyesuaian diri dan pencarian jati diri menjadi sangat kompleks, tuntutan masyarakat kepada individu utamanya remaja menjadi sangat berat, persyaratan untuk menjadi anggota masyarakat bukan saja kematangan fisik, tetapi juga kematangan mental psikologis, kultural, rasional dan religius.

Motivasi belajar merupakan kekuatan yang mendorong terjadinya proses pembelajaran secara tuntas sesuai dengan tujuan pembelajaran (Hadis & Nurhayati, 2012). Motivasi belajar pada diri siswa dapat menjadi lemah. Lemahnya motivasi atau tiadanya motivasi belajar akan melemahkan kegiatan belajar (Dimiyati & Mudjiono, 2006). Selanjutnya, mutu hasil belajar akan menjadi rendah. Oleh karena itu, motivasi belajar pada diri siswa perlu diperkuat terus-menerus.

Sementara itu, kenyataan menunjukkan bahwa pemberian motivasi dalam kegiatan belajar oleh guru masih sering terabaikan. Kendatipun dilakukan, hanya sebatas kata-kata pujian dan hadiah yang kurang menggairahkan dan hanya diberikan kepada murid yang berprestasi saja dan bukan kepada murid secara keseluruhan. Akibatnya, murid yang berprestasi tetap berprestasi sedangkan murid yang tidak berprestasi juga tidak akan banyak mengalami perubahan bagi peningkatan prestasinya. Dan pada akhirnya gejala sosial muncul dalam diri murid khususnya pada murid-murid yang tidak berprestasi seperti rasa jenuh, bosan, acuh tak acuh, kurang bergairah, bahkan kadang kala bersikap kurang ajar dan sebagainya.

Melihat fenomena seperti itu, menarik untuk diteliti yaitu bagaimana meningkatkan motivasi siswa dalam mengikuti pelajaran matematika, dimana motivasi belajar siswa yang rendah itu disebabkan karena siswa berpikiran irasional terhadap pelajaran matematika. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah dengan pendekatan konseling rasional emotif. Konseling Rasional Emotif bertujuan mengubah keyakinan yang irasional menjadi rasional (Sukardi, 1984) sehingga siswa yang tadinya motivasi belajarnya rendah karena pemikiran yang irasional dapat termotivasi mengikuti pelajarannya.

Di dalam konseling rasional emotif dikenal teori A-B-C-D-E, A adalah keberadaan suatu fakta, suatu peristiwa, dan tingkah laku seseresponden. C adalah konsekuensi atau reaksi emosional seseresponden, reaksi ini bisa layak dan bisa pula tidak layak. A (peristiwa yang mengaktifkan siswa atau responden) bukan penyebab timbulnya C (Konsekuensi emosional, rendahnya motivasi siswa mengikuti pelajaran matematika). Sementara B (irrasional belief terhadap siswa) yang menjadi penyebab C. Bagaimana gangguan emosional dipertahankan. Gangguan ini dipertahankan oleh putusan-putusan yang tidak logis yang terus menerus diulang oleh individu, seperti "Aku tidak bersemangat mengikuti pelajaran matematika karena sering merasa cemas, tidak percaya diri dan bahkan menganggap matematika itu sebagai pelajaran yang paling sulit".

Reaksi-reaksi emosional yang terganggu seperti ini, diarahkan dan dipertahankan oleh

sistem keyakinan yang meniadakan diri, yang berlandaskan gangguan-gangguan yang irrasional yang telah dimasukkan oleh individu kedalam dirinya. Berdasarkan fakta tersebut, maka penelitian ini mencoba menerapkan Konseling Rational Emotif dengan tujuan agar responden mampu keluar dari permasalahan psikologis yang dihadapinya, terutama dalam peningkatan motivasi belajarnya.

Metode

A. Pendekatan dan Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, *pre-experimental* yang akan mengkaji tentang Pengaruh Penerapan Konseling Rasional Emotif Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Siswa dalam Mengikuti Pelajaran Matematika di SMK Negeri 4 Gowa. Desain penelitian yang digunakan adalah “*One-Group Pretest-Posttest Design*” (Suryabrata, 2005).

Dalam penelitian ini tidak menggunakan kelompok kontrol. Desain ini dilakukan dengan membandingkan hasil *pre-test* dengan hasil *post-test*.

Tabel 1. Desain Penelitian

<i>Pre-test</i>	<i>Treatment</i>	<i>Post-test</i>
T ₁	X	T ₂

Keterangan :

T₁ : Pengukuran pertama sebelum subjek diberi perlakuan (*Pre-test*)

X : *Treatment* atau perlakuan (Konseling Rasional Emotif)

T₂ : Pengukuran kedua setelah subjek diberi perlakuan

Adapun prosedur pelaksanaan penelitian, mulai dari penentuan subjek penelitian, *pre-test*, perlakuan berupa, Konseling Rational Emotif dan *post-test* adalah: (1) Penentuan subjek eksperimen dilakukan terhadap Siswa kelas dua SMK Negeri 4 Gowa; (2) Pelaksanaan *Pre-test* terhadap subjek penelitian berupa pemberian angket penelitian yang berisi daftar pertanyaan tentang motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika; (3) Pemberian perlakuan berupa Konseling Rasional Emotif; (4) Pelaksanaan *Post-test* terhadap subjek penelitian berupa pemberian angket penelitian yang berisi item pertanyaan tentang motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika setelah diberi Konseling Rasional Emotif.

B. Peubah dan Definisi Operasional

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengkaji dua peubah, yaitu penerapan Konseling Rasional Emotif sebagai peubah yang mempengaruhi dan motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika sebagai peubah yang dipengaruhi (Haryono, 2014). Guna memperoleh batasan tentang kedua peubah, maka perlu dibuat definisi

operasional dari peubah tersebut, yaitu: (1) Penerapan Konseling Rasional Emotif adalah salah satu verbalisasi kepada responden bahwa diri mereka merupakan sumber gangguan emosionalnya, kemudian membantu responden agar memperbaiki cara berpikir, merasa, dan berperilaku, sehingga ia tidak lagi mengalami gangguan emosional di masa yang akan datang. Adapun keterampilan yang dilakukan dalam Konseling Rasional Emotif adalah latihan mengaktifkan pengalaman, latihan mengenali pemikiran dan keyakinan irasional, latihan mengenali konsekuensi pemikiran dan keyakinan irasional, latihan menghapus keyakinan irasional, latihan mengenali pengaruh negatif, latihan mengenali perasaan baru dan latihan terintegrasi; dan (2) Motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika adalah siswa yang kurang motivasi mengikuti pelajaran matematika, yang disebabkan karena adanya pemikiran irasional terhadap pelajaran matematika seperti, siswa memandang pelajaran matematika sebagai mata pelajaran yang paling sulit, merasa cemas dan tidak percaya diri dalam mengikuti pelajaran matematika.

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas XI SMK Negeri 4 Gowa yang telah diidentifikasi kurang motivasi dalam mengikuti pelajaran matematika yang disebabkan karena pemikiran irasional (merasa cemas, tidak percaya diri dalam mengikuti pelajaran matematika dan adanya anggapan bahwa pelajaran matematika itu merupakan pelajaran yang paling sulit), dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 2. Keadaan Subjek Penelitian

Kelas XI TITL 1	= 6 Responden	dari 30
Kelas XI TITL 2	= 7 Responden	dari 32
Kelas XI TITL 3	= 7 Responden	dari 32
Kelas XI DPIB 1	= 3 Responden	dari 30
Kelas XI DPIB 2	= 3 Responden	dari 34
Kelas XI DPIB 3	= 4 Responden	dari 32
Jumlah	= 30 Responden	dari 190

Sumber: BK SMK Negeri 4 Gowa

D. Instrumen Penelitian

Ada dua jenis instrumen yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu stimulus material (bahan perlakuan) dan instrumen pengumpul data (Mahmud, 2005). Pemberian perlakuan berupa latihan mengaktifkan pengalaman, latihan mengenali pemikiran dan keyakinan irasional, latihan mengenali konsekuensi pemikiran dan keyakinan irasional, latihan menghapus keyakinan irasional, latihan mengenali pengaruh negatif, latihan mengenali perasaan baru, latihan terintegrasi terhadap siswa kelas XI SMK Negeri 4 Gowa, yang dilaksanakan oleh peneliti dan didampingi oleh guru pembimbing untuk mengamati jalannya konseling rasional emotif.

Perlakuan yang diberikan oleh responden/subjek penelitian yaitu : (1) Kegiatan Pre-test; (2) Tahapan Pembentukan; (3) Tahapan Kegiatan yang terdiri dari (a) membentuk

pengalaman; (b) latihan pembentukan pemikiran dan keyakinan irasional; (c) latihan menemukan konsekuensi pemikiran dan keyakinan irasional; (d) latihan menghapus keyakinan irasional; (e) latihan mengenali pengaruh negatif; (f) latihan mengenali perasaan baru; (g) latihan terintegrasi.; (4) Tahapan Pengakhiran dan (5) Kegiatan Post-test.

Hasil dan Pembahasan

A. Hasil Penelitian

Penelitian dengan menggunakan Pra-eksprimen yang dilakukan terhadap 30 siswa mengenai penerapan Konseling Rasional Emotif terhadap motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika di SMK Negeri 4 Gowa, dimana datanya diperoleh melalui instrumen angket dan hasilnya dianalisis dengan menggunakan analisis statistik deskriptif dan uji hipotesis penelitian.

1. Analisis Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif dimaksudkan untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) diberikan Konseling Rasional Emotif terhadap siswa kelas dua di SMK Negeri 4 Gowa.

Kegiatan *pre-test* berlangsung pada hari Kamis tanggal 30 Agustus 2018, dan *post-test* pada hari Rabu tanggal 17 Oktober 2018. Hasil *pre-test* mengenai tingkat motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika di SMK Negeri 4 Gowa disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi yang diklasifikasikan dalam 5 (lima) kategori, yaitu; tingkat motivasi belajar sangat tinggi, tinggi, agak rendah, rendah dan sangat rendah dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 3. Tingkat Motivasi Belajar Siswa dalam Mengikuti Pelajaran Matematika di SMK Negeri 4 Gowa Sebelum (*Pre-test*) dan Sesudah (*Post-test*) Pemberian Konseling Rasional Emotif.

Interval	Kategori	<i>Pre-test</i>		<i>Post-test</i>	
		n	%	n	%
100,8-120	Sangat Tinggi	0	0	0	0
81,6- 100,7	Tinggi	0	0	20	66,67
62,4- 81,5	Agak Rendah	9	30,00	7	23,33
43,2- 62,3	Rendah	21	70,00	3	10,00
24- 43,1	Sangat Rendah	0	0	0	0
Jumlah		30	100,00	30	100,00

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 30 responden yang melakukan *pre-test* terdapat 21 responden atau 70% yang berada pada kategori motivasi rendah

dan 9 responden atau 30% yang berada pada kategori motivasi agak rendah. Setelah responden diberikan penerapan Konseling Rasional Emotif, maka didapatkan hasil bahwa motivasi belajar siswa di SMK Negeri 4 Gowa mengalami peningkatan. Hal ini sesuai dengan hasil *post-test* bahwa dari 30 responden yang diteliti, terdapat 20 responden atau 66,67% mengalami peningkatan motivasi belajar dalam mengikuti pelajaran matematika atau berada pada kategori motivasi tinggi, dibanding sebelum perlakuan tidak ada yang berada pada kategori tinggi. Selanjutnya pada kategori agak rendah dan kategori rendah juga ada peningkatan yaitu sebelum perlakuan terdapat 9 responden berada pada kategori agak rendah dan setelah perlakuan berkurang menjadi 7 responden, sedangkan pada kategori rendah sebelum penerapan terdapat 21 responden atau 70% yang berada pada kategori rendah dan setelah perlakuan berkurang menjadi 3 responden atau 10%.

2. Pengujian Hipotesis

Hipotesis nihil (H_0) penelitian ini adalah tidak terdapat perbedaan tingkat motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika sebelum dan sesudah diberikan Konseling Rasional Emotif di SMK Negeri 4 Gowa.

Berdasarkan hasil perhitungan *t-test* diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 14,620, sedangkan nilai t_{tabel} pada taraf signifikansi 5 persen dengan $dk=29$ sebesar 2,045, hal itu berarti bahwa nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} . Karena nilai t_{hitung} lebih besar daripada t_{tabel} , maka sebagai konsekuensinya adalah hipotesis nihil (H_0) yaitu "tidak terdapat perbedaan tingkat motivasi belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan Konseling Rasional Emotif di SMK Negeri 4 Gowa" dinyatakan ditolak, dan sebagai konsekuensinya hipotesis kerja (H_1) yaitu "terdapat perbedaan tingkat motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika sebelum dan sesudah diberikan Konseling Rasional Emotif di SMK Negeri 4 Gowa" dinyatakan diterima.

B. Pembahasan

Rasional Emotif adalah aliran psikoterapi yang berlandaskan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berfikir rasional dan jujur maupun untuk berfikir irasional dan jahat. Manusia memiliki kecenderungan-kecenderungan untuk memelihara diri, berbahagia, berpikir dan mengatakan, mencintai, bergabung dengan responden lain serta tumbuh dan mengaktualkan diri. Akan tetapi, berfikir positif dan rasional (Corey, 1998) juga mengungkapkan bahwa manusia memiliki kecenderungan-kecenderungan ke arah penghancuran diri, menghindari pikiran, berlambat-lambat, menyesali kesalahan-kesalahan secara tak berkesudahan, takhyul, intoleransi, profesinisme dan mencela diri serta menghindari pertumbuhan dan aktualisasi diri. Manusia pun berkenderungan untuk terpaku pada pola-pola tingkah laku lama yang disfungsional dan mencari berbagai cara untuk terlibat dalam sabotase diri.

Proses Konseling Rasional Emotif berusaha agar responden mampu melakukan perubahan secara psikologis, olehnya itu responden perlu diarahkan agar mampu menerima kenyataan bahwa meskipun mereka menciptakan gangguan pada dirinya sendiri, namun

responden memiliki kemampuan untuk mengatasi hal tersebut dan memahami masalah kepribadian mereka sendiri, terutama yang berasal dari keyakinan irasionalnya.

Rasional Emotif merupakan suatu bentuk terapi behavioral yang berorientasi pada kognitif, yang seiring dengan kebutuhan masyarakat kemudian berkembang menjadi pendekatan yang tidak menekankan aspek kognitif dan pengolahan emosional, namun juga aspek behavioral sehingga menjadi sebuah terapi yaitu sifatnya relatif, aktif, didaktif, persuasi konfrontatif, dan edukatif. Motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika di SMK Negeri 4 Gowa khususnya kelas dua yang menjadi subjek penelitian ini termasuk rendah. Hal ini diperkuat dengan tingkat motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika yang berada pada kategori rendah, sebelum diberikan perlakuan berupa Konseling Rational Emotif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa subyek eksperimen pada saat *pre-test*, secara umum menunjukkan tingkat motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika berada dalam kategori rendah. Namun setelah diberikan perlakuan Konseling Rational Emotif berupa latihan mengaktifkan pengalaman, latihan mengenali pemikiran dan keyakinan irasional, latihan mengenali konsekuensi pemikiran dan keyakinan irasional, latihan menghapus keyakinan irasional, latihan mengenali pengaruh negatif, latihan mengenali perasaan baru dan latihan terintegrasi. Hal ini menunjukkan perubahan positif yang signifikan, itu berarti bahwa tingkat motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika mengalami peningkatan dari kategori rendah menjadi kategori tinggi atau dari motivasi belajar yang rendah menjadi motivasi belajar yang tinggi.

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif, diperoleh bahwa pada hakikatnya terdapat perubahan tingkat motivasi belajar pada subjek eksperimen karena telah diberikan perlakuan berupa Konseling Rational Emotif. Hal ini dibuktikan dengan pengkajian hipotesis yang menunjukkan adanya perbedaan tingkat motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika antara sebelum dan sesudah diberikan Konseling Rational Emotif di SMK Negeri 4 Gowa.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis maka dapat disimpulkan yaitu (1) tingkat motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika di SMK Negeri 4 Gowa sebelum diberikan Konseling Rasional Emotif berkategori rendah; (2) tingkat motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika di SMK Negeri 4 Gowa setelah diberikan Konseling Rasional Emotif meningkat ke kategori tinggi. (3) terdapat perbedaan motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika di SMK Negeri 4 Gowa antara sebelum dan sesudah pemberian Konseling Rasional Emotif. Adapun saran untuk pengembangan penelitian berikutnya yaitu dapat menggunakan metode lain sebagai perbandingan hasil penelitian ini yang selanjutnya dapat menjadi rekomendasi bagi peningkatan motivasi belajar siswa.

Daftar Pustaka

- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Biolla. (1994). *Pengaruh Pemberian Motivasi dan Bimbingan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Matriks*. Ujung Pandang: FMIP IKIP
- Corey, G. (1988). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Diterjemahkan oleh E. Koeswara. Bandung: Eresco.
- Djamarah, S. B. (2002). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rine Cipta
- Ellis, A. (2007). *Terapi R- E- B*. Yogyakarta: B- First.
- Hallen. (2005). *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Quantum teaching.
- Hadis, A., & Nurhayati, B. (2012). *Manajemen Mutu Pendidikan*. Alfabeta Bandung
- Haryono, D. (2014). *Filsafat Matematika (Suatu Tinjauan Epistemologi dan Filosofis)*. Bandung Alfabeta
- Mahmud, A. (2005). *Penerapan Konseling Kelompok Berwawasan Jender untuk Meningkatkan Rasa Keberhasilan dalam Karier (Career Self-Efficacy) Siswa: Studi Pra-Eksperimental di SMA Negeri 9 Makassar*. Disertasi. Universitas Negeri Makassar.
- Nurihsan, A. J. (2007). *Bimbingan dan Konseling dalam Berbagai Latar Kehidupan*. Bandung: PT Refika Aditama.
- Rahman, H. S. (2003). *Bimbingan dan Konseling Pola 17*. Yogyakarta: UCY Press.
- Rahman, H. S. (1988). *Pengantar Pelaksanaan Program dan Konseling di Sekolah*. Rineka Cipta: Jakarta
- Sardiman. (2004). *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Surya, M. (2003). *Teori-Teori Konseling*. Bandung: CV Pustaka Bani Quraisy.
- Arikunto, S. (2003). *Psikologi Konseling*. Bandung: CV Pustka Bani Quraisy.
- Suryabrata. (2005). *Penelitian Eksprimen*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2007). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfebeta.
- Uno. (2008). *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: Bumi Aksara.