SKRIPSI

PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK REBT DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA DI SMAN 15 PANGKEP

RISDAYANTI
921862010002

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
STKIP ANDI MATAPPA PANGKEP
2025

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

LEMBAR PENGESAHAN

Judul :PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK REBT DALAM MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA DI SMAN 15 PANGKEP

Atas Nama Saudari:

Nama : RISDAYANTI

NIM : 920862010002

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Setelah diperiksa/diteliti ulang, telah memenuhi persyaratan untuk diseminarkan

Pangkajene, 25 Oktober 2025

Disetujui Oleh:

Pembimbing I	Pembimbing II
A. AZTRI FITHRAYANI ALAM, S.H., S.Pd., M.Pd	A. MUH. RAMADHAN AS, S.Pd., M.Pd

Diketahui Oleh:

Ketua STKIP Andi Matappa	Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
A. ZAM IMMAWAN ALAM, SH., MH	AHMAD YUSUF, S.Pd., M.Pd

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

PENGESAHAN SKRIPSI

Diterima oleh panitia ujian skripsi sekolah tinggi keguruan dan ilmu pendidikan (STKIP) andi matappa, sebagai salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pendidikan pada hari ini

Disahkan oleh:

Ketua Sekolah Tinggi Keguruan Ilmu Pendidikan

A. ZAM IMMAWAN ALAM, SH., MH.

Dengan Susunan Panitia Ujian Berikut:

Ketua	A. Aztri Fitharayani Alam, S.H., S.Pd., MH	(.....)
Sekertaris	A. Muh Ramadhan As, S.Pd., M.Pd.	(.....)
Penguji	1. Dr. H. A. Aminullah Alam, M.Si	(.....)
	2. Ahmad Yusuf, S.Pd., M.Pd.	(.....)
Pembimbing	1. A .Aztri Fitharayani Alam, S.H., S.Pd., MH	(.....)
	2. A. Muh Ramadhan As, S.Pd., M.Pd.	(.....)

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : RISDAYANTI

NIM : 921862010002

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Judul Skripsi :Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik REBT dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar merupakan karya saya sendiri dan segala sesuatunya di kemudian hari adalah tanggung jawab saya sendiri. Apabila di kemudian hari skripsi ini, baik sebagian maupun seluruh hasilnya tiruan atau duplikat, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai ketentuan yang berlaku.

Pangkajene, 10 Oktober 2025

Yang membuat pernyataan



Risdayanti

921862010002

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

MOTTO

“Allahumma Yassiru Walaa tu’assiru, basiru walaa tunaffiru”

Artinya: “Permudahlah, jangan di persulit, berilah kabar gembira dan jangan ditakuti-takuti.” (HR Bukhari dan Muslim)

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

ABSTRAK

RISDAYANTI, 2025. Pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik REBT dalam meningkatkan motivasi belajar siswa Di SMAN 15 Pangkep. Dibimbing oleh A. Aztri Fitrayani Alam, dan A. Ramadhan AS program studi Bimbingan dan Konseling.

Penelitian ini menelaah Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik REBT Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di SMAN 15 Pangkep. Masalah utama penelitian ini adalah: (1) Bagaimana gambaran pelaksanaan REBT untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep, (2) Bagaimana gambaran tingkat motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik REBT, (3) Apakah ada pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik REBT dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep. Tujuan penelitian ini yaitu untuk: (1) untuk mengetahui gambaran pelaksanaan REBT untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep, (2) untuk mengetahui bagaimana gambaran tingkat motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep, (3) untuk mengetahui apakah ada pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik REBT dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif melalui pendekatan pre eksperimen dengan desain *one group pretest-posttest* terhadap 30 sampel penelitian yang merupakan siswa kelas XI di SMAN 15 Pangkep. Jumlah populasi pada penelitian ini 148 siswa, dan sampel sebanyak 30 yang di pilih menggunakan teknik *random sampling*. Pengumpulan data menggunakan instrument angket dan obsesrvasi. Analisis data menggunakan analisis presentase dan analisis statistik inferensial, yaitu t-test.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) Gambaran pelaksanaan REBT untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep menunjukkan bahwa adanya peningkatan, (2) Gambaran sebelum dan sesudah pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik REBT dalam meningkatkan motivasi belajar di SMAN 15 Pangkep mengalami peningkatan dan berada pada kategori sangat tinggi, dan (3) pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik REBT berpengaruh dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep.

Kata kunci: Konseling kelompok dengan teknik REBT, Motivasi belajar

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatu

Segala puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadirat Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi ini. Shalawat dan salam selalu tercurahkan kepada junjungan Nabi Muhammad Shalallahu Alaihi Wassalam dengan harapan semogah mendapatkan sfaatnya kelak. Alhamdulillah atas izin Allah Subhanahu Wa Ta'ala dan dengan do'a, usaha serta semangat yang penulis miliki, akhirnya penyusunan Skripsi yang berjudul "**Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik REBT Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Di SMAN 15 Pangkep**" ini disusun guna memenuhi tugas dan persyaratan untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) pada jurusan Bimbingan dan Konseling STKIP Andi Matappa.

Karya sederhana ini Penulis persembahkan kepada ayahanda tercinta Baharuddin dan Ibunda Suriani yang selalu mendo'akan, memberi kasih sayang,serta menjadi sumber semangat dalam setiap langkah penulis. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada saudara yang senantiasa mendukung dengan do,a, motivasi, dan kebersamaan.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini tidak akan selesai tanpa adanya bantuan, arahan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyamapaikan terima kasih dan penghargaan yan setinggi-tingginya kepada:

1. Hj. Zaorah Sapan, S.Pd Selaku Ketua Yayasan STKIP Andi Matappa

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

2. A. Zam Immawan Alam, SH, MH Selaku ketua STKIP Andi Matappa
3. Ahmad Yusuf, S.Pd.,M.Pd sebagai ketua program studi Bimbingan dan Konseling STKIP Andi Matappa
4. A. Aztri fitharayani Alam, SH., S.Pd., MH selaku pembimbing I dan A. Muh. Ramadhan AS, S.Pd., M.Pd selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dan memotivasi penulis dalam menyusun skripsi ini.
5. Dosen STKIP Andi Matappa, khususnya Prodi Bimbingan dan Konseling yang telah mendidik dan mengajarkan ilmunya.
6. Seluruh staf dan pustakawan STKIP Andi Matappa yang dengan sabar membantu penulis dalam pencarian referensi, memberikan pelayanan yang ramah, serta menyediakan sumber bacaan yang sangat bermanfaat bagi penyusunan skripsi ini.
7. Kepala sekolah dan guru SMAN 15 Pangkep, penulis menyampaikan rasa hormat dan terima kasih yang sebesar-besarnya yang telah memberikan izin, dukungan, serta kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan kegiatan penelitian dalam penyusunan skripsi ini.
8. Kedua orang tuaku tersayang, suport system terbaik,terimakasih selalu berjuang dalam mengupayakan yang terbaik untuk kehidupan penulis berkorban tenaga, pikiran, dan doa yang tidak pernah henti-hentinya diberikan kasih sayang yang tulus, pemberi semangat dan selalu memberikan dukungan terbaik hingga penulis mampu menyelesaikan studi sampai sarjana.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

9. Kepada saudara penulis yang selalu memberikan semangat, nasehat serta kasih sayang kepada penulis dalam menyelesaikan tugas akhir.
10. Terima kasih buat kekasih Sabda yang telah menjadi bagian penting dalam perjalanan perkuliahan penulis. Terima kasih atas dukungan, do'a dan support dalam penyusunan skripsi ini.
11. Teman dan rekan seperjuangan, yang selalu memberikan semangat dan motivasi.

Semogah segalah bantuan, bimbingan, dan do'a yang diberikan mendapat balasan pahala yang berlipat ganda dari Allah Subhanahu Wa Ta'ala. Dalam kedudukannya sebagai manusia yang tidak lepas dari kekhilafan, penulis menyadari skripsi ini masih perluh disempurnakan. Karenanya, dengan tangan terbuka penulis mengharapkan masukan demi kesempurnaan skripsi ini,. Akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan. Aamiin

Pangkep, 10 Oktober 2025



Risdayanti

921862010002

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL

LEMBAR PENGESAHAN iii

PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI iv

MOTTO v

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI vi

ABSTRAK vii

KATA PENGANTAR viii

DAFTAR ISI ix

DAFTAR TABEL x

DAFTAR GAMBAR xi

DAFTAR LAMPIRAN xii

BAB I PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang 1

B. Rumusan masalah 6

C. Tujuan penelitian 6

D. Manfaat penelitian 7

BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR DAN HIPOTESIS 9

A. Kajian pustaka 9

1. Konseling kelompok 9

a. Pengertiankonseling kelompok 9

b. Tujuan layanan konseling kelompok 11

c. Aspek layanan konseling kelompok 12

d. Tahapan layanan konseling kelompok 13

2. Teknik *rational emotive behavior therapy (REBT)* 15

a. Pengertian teknik *REBT* 15

b. Konsep dasar *REBT* 17

c. Tujuan teknik *rasional emotive behavior therapy (REBT)* 18

d. Tahapan teknik *rasional emotive behavior therapy (REBT)* 18

e. Teknik-teknik dalam *REBT* 20

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

f. Kekurangan dan kelebihan teknik *REBT* 21
3. Motivasi Belajar 23
a. Pengertian motivasi belajar 23
b. Ciri-ciri motivasi belajar 24
c. Pengertian motivasi belajar rendah 25
d. Jenis-jenis motivasi belajar 26
e. Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar 27
f. Indikator motivasi belajar 28
B. Penelitian relevan 30
C. Kerangka pikir 32
D. Hipotesis penelitian 35
BAB III METODE PENELITIAN 36
A. Pendekatan dan jenis penelitian 36
B. Variabel dan desain penelitian 36
C. Definisi operasional variabel 37
D. Lokasi dan waktu penelitian 38
E. Populasi dan sampel 38
F. Instrumen penelitian 40
G. Teknik pengumpulan data 41
H. Teknik analisis data 43
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 47
A. Hasil Penelitian 47
B. Pembahasan 58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 65
A. Kesimpulan 65
B. Saran 66
DAFTAR PUSTAKA 68
LAMPIRAN 72

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah siswa SMA Negeri 15 Pangkep 39

Tabel 3.2 Sampel penelitian 40

Tabel 3.3 Alternatif Jawaban Menurut Skala Likert 42

Tabel 3.4 Kriteria penentuan hasil observasi 43

Tabel 4.1 Kegiatan penelitian 47

Tabel 4.3 Data persentase hasil observasi 53

Tabel 4.4 Analisis statistik hasil angket 53

Tabel 4.5 Data Tingkat motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep Sebelum (*Pre-test)* dan Sesudah *(Post-test)* Pemberian layanan konseling kelompok dengan Teknik REBT 55

Tabel 4.6 Uji normalitas 56

Tabel 4.7 Uji homogenitas 57

Tabel 4.8 Uji T-*test* 58

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pikir 34

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.1 Skenario	71
Lampiran 1.2 Pedoman Observasi	75
Lampiran 1.3 Kisi kisi Instrumen Uji Coba	79
Lampiran 1.4 Angket Uji Coba	80
Lampiran 1.5 Tabulasi uji coba	83
Lampiran 1.6 Uji validasi	84
Lampiran 1.9 Kisi kisi *pretest* dsn *posttest*	86
Lampiran 1.10 Angket *pretest* dan *posttest*	87
Lampiran 1.12 Daftar hadir siswa	89
Lampiran 1.13 Tabulasi *pretest dan posttest*	90
Lampiran 1.15 Rekafitulasi Hasil Observasi	92
Lampiran 1.16 Analisis Statistik Hasil Angket	93
Lampiran 1.17 Hasil *pretest*	94
Lampiran 1.18 Hasil *posttest*	95
Lampiran 1.19 Hasil Uji Normalitas dan Uji Homogenitas	96
Lampiran 1.20 Hasil Uji T-tes	97
Lampiran 1. 21 Dokumentasi	98

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

Lampiran 1.22 Persuratan 99

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan memiliki peran penting dalam membentuk kualitas sumber daya manusia. Keberhasilan proses pendidikan tidak terlepas dari motivasi belajar siswa yang menjadi pendorong utama dalam mencapai prestasi akademik. Siswa dengan motivasi belajar tinggi cenderung menunjukkan ketekunan, semangat, serta keinginan untuk berhasil, sebaliknya, siswa dengan motivasi belajar rendah mudah menyerah, kurang aktif mengikuti pembelajaran, serta memiliki kecenderungan menundah tugas. Lebih lanjut, pendidikan yang berkualitas yaitu pendidikan yang mampu mencapai sebuah tujuan pendidikan. Tujuan dari pendidikan Indonesia tercantum di dalam UndangUndang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Bab II Pasal 3 ditegaskan bahwa "Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara".

Salah satu cara yang harus dilakukan agar pendidikan di Indonesia berkualitas adalah dengan memperbaiki proses pembelajaran yang ada di sekolah. Melalui proses pembelajaran yang baik maka akan tercipta proses pembelajaran yang efektif dan kondusif. Menurut Putria, Maula, & Uswatun (2020) proses

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

pembelajaran adalah interaksi antara pengajar dengan siswa di dalam kelas. Pada proses pembelajaran ini melibatkan aktivitas belajar mengajar yang bertujuan untuk keberhasilan siswa dan untuk mencapai tujuan pendidikan. Proses pembelajaran bersifat menyeluruh artinya semua siswa ingin berprestasi.

Untuk menjadikan siswa yang berprestasi diperlukan keadaan dan kondisi yang mendukung dalam proses pembelajaran. Akan tetapi terkadang ada beberapa hal yang mempengaruhi siswa untuk tidak berprestasi. Salah satu hal yang mempengaruhi siswa untuk berprestasi adalah siswa yang tidak mempunyai motivasi belajar atau tidak bersemangat dalam proses pembelajaran. Menurut Rumiani, Suarni, & Putri (2014) dalam proses pembelajaran, motivasi mempunyai peran penting bagi siswa maupun guru. Bagi seorang siswa motivasi belajar bertujuan untuk menumbuhkan semangat siswa dalam belajar, sedangkan bagi guru motivasi diperlukan untuk memelihara semangat siswa dalam belajar. Maka dari itu motivasi belajar penting untuk diberikan kepada siswa dalam proses pembelajaran.

Motivasi belajar dapat diartikan sebagai daya pendorong untuk melakukan aktivitas belajar tertentu yang berasal dari dalam individu dan luar individu sehingga menumbuhkan semangat dalam belajar (Monika & Adman, 2017). Motivasi sangat penting dalam kegiatan belajar, sebab dengan adanya motivasi mendorong semangat belajar dan sebaliknya kurang adanya motivasi akan melemahkan semangat belajar. Motivasi merupakan syarat mutlak dalam belajar, seorang siswa yang belajar tanpa motivasi atau kurang motivasinya tidak akan berhasil dengan maksimal (Suharni & Purwanti, 2018). Tinggi dan rendahnya

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

motivasi belajar siswa, ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi. Menurut Prihartini (2018) bahwa ada faktor permasalahan yang menyebabkan motivasi belajar siswa rendah yaitu disebabkan oleh faktor diri sendiri, faktor keluarga, faktor lingkungan, dan faktor dari guru. Faktor dari diri sendiri biasanya berasal lemahnya motivasi untuk belajar sehingga siswa tidak memiliki impian, siswa tidak percaya diri dan merasa dirinya tidak pintar. Faktor keluarga disebabkan dari permasalahan masalah ekonomi keluarga dan terkadang orang tua lebih mementingkan suatu pekerjaan dibandingkan memperhatikan kebutuhan siswa. Faktor lingkungan biasanya disebabakan dari pergaulan siswa di lingkungan sekolah maupun lingkungan masyarakat. Lalu yang terakhir yaitu faktor guru yang disebabkan oleh metode pengajaran guru yang monoton dan kurang kreatifitas. Sehingga para siswa mengalami kejenuhan pada saat mengikuti proses pembelajaran.

Menurut Uno, H. B. (2018) ciri-ciri motivasi belajar rendah ditandai dengan kurangnya semangat dan antusiasme, tidak adanya keinginan berprestasi, cepat merasa bosan dan mudah menyerah, tidak memiliki tujuan belajar yang jelas, kurangnya respons terhadap penghargaan, minimnya keterlibatan dalam kegiatan belajar, serta pengaruh lingkungan belajar yang tidak mendukung. Sandika, B. (2016) Individu dengan motivasi belajar rendah kurangnya minat terhadap materi pelajaran, tidak memperhatikan atau tidak terlalu memperhatikan hasil akademik mereka, mengalami kesulitan dalam mempertahangkan konsetrasi dan fokus pada tugas-tugas belajar,rendahnya usaha dan ketekunan dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik, rendahnya keyakinan diri terkait dengan kemampuan mereka

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

berhasil dalam belajar serta seringkali kurang memiliki tujuan atau arah yang jelas dalam belajar. Motivasi belajar merupakan salah satu faktor penting yang menentukan keberhasilan siswa dalam proses pendidikan. Siswa dengan motivasi belajar yang tinggi cenderung menunjukkan semangat, keuletan, dan ketekunan dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik, sedangkan siswa dengan motivasi belajar rendah seringkali mengalami kesulitan dalam mencapai prestasi optimal. Fenomena rendahnya motivasi belajar menjadi tantangan nyata yang dihadapi banyak sekolah, karena hal ini berdampak langsung pada kualitas pembelajaran dan hasil akademik siswa. Kurangnya motivasi bisa disebabkan oleh berbagai faktor, seperti metode pengajaran yang kurang menarik, lingkungan belajar yang tidak mendukung, tekanang akademik, atau kurangnnya pemahaman akan pentingnya pendidikan.

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) merupakan salah satu pendekatan konseling yang dikembangkan oleh Albert Ellis yang berfokus pada perubahan pola pikir irasional menjadi rasional. Teknik REBT dianggap relevan untuk mengatasi permasalahan motivasi belajar karena sebagian besar permasalahan motivasi belajar berasal dari keyakinan irasional peserta didik terhadap kemampuan diri dan proses pembelajaran. Ellis dan Dryden (2018) menjelaskan bahwa REBT membantu individu mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mengubah pikiran dan keyakinan irasional yang menghambat pencapaian tujuan, termasuk dalam konteks pendidikan. Melalui konseling kelompok berbasis REBT, siswa dapat dibimbing untuk mengenali pikiran-pikiran negatif yang menghambat motivasi mereka, kemudian mengubahnya menjadi pola pikir yang

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

lebih rasional dan adaptif. Dengan demikian, mereka dapat mengembangkan sikap yang lebih positif terhadap proses belajar dan meningkatkan semangat mereka dalam mengejar prestasi akademik.

Berdasarkan hasil observasi awal di SMAN 15 Pangkep, ditemukan bahwa sebagian siswa mengalami penurunan motivasi belajar. Hal ini tampak dari perilaku kurangnya semangat dalam belajar, tidak menunjukkan semangat dalam mengikuti pelajaran, sering menundah tugas, kurang percaya diri, cepat merasa bosan, kurang partisipasi dan prestasi akademik menurun yang di tunjukkan oleh siswa tersebut membuktikan bahwa mereka mengalami penurunan dalam minat belajar. Sehingga perlu adanya peningkatan untuk motivasi belajar siswa agar siswa lebih antusias dalam belajar upaya yang dilakukan untuk membantu siswa yang memiliki motivasi belajar rendah diperlukan sebuah layanan yaitu dengan menerapkan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *rational emotive behavioral therapy* (REBT). Selanjutnya Menurut beberapa ahli konseling kelompok adalah salah satu bagian dari layanan bimbingan dan konseling. Penerapan layanan konseling kelompok dinilai sangat baik dalam membantu menyelesaikan suatu permasalahan yang dialami siswa.

Salah satu layanan bimbingan dan konseling yang dapat membantu mengatasi permasalahan tersebut adalah konseling kelompok dengan teknik Rational Emotive Behavior Therapy (REBT). Teknik REBT membantu siswa mengidentifikasi dan mengubah pikiran irasional yang menyebabkan rendahnya motivasi belajar menjadi pikirn yang lebih rasional, realistis, dan adaptif. Melalui dinamika kelompok, siswa dapat saling mendukung, berbagi pengalaman, dan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

belajar strategi mengelola pikiran serta emosi untuk meningkatkan motivasi belajar.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik REBT dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di SMA Negeri 15 Pangkep". Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling di sekolah serta menjadi dasar dalam merancang program intervensi yang efektif untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana gambaran pelaksanaan REBT untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep?
2. Bagaimana gambaran tingkat motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik REBT?
3. Apakah ada pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik REBT dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui gambaran pelaksanaan REBT untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep
2. Untuk mengetahui gambaran tingkat motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik REBT

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

3. Untuk mengetahui a pakah ada pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik REBT dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini dapat menjadi referensi pada bidang studi Bimbingan dan Konseling terkhususnya pada Konselor yang membantu para klien dalam menangani masalah motivasi belajar rendah dengan menggunakan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT).

2. Manfaat Praktis

a. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai pengukur kemampuan peneliti dalam menemukan suatu fenomena atau permasalahan yang terjadi di lingkungan sekitarnya, serta untuk menguji kemampuan peneliti dalam menganalisis fenomena tersebut.

b. Bagi Guru

Hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan dalam mengusai keterampilan guru Bimbingan dan Konseling, terutama pada pemberian layanan Bimbingan dan Konseling untuk lebih peka terhadap siswa dan membantu dalam mengatasi permasalahan individu yang menghambat perkembangannya.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

c. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan mampu membantu siswa meningkatkan motivasi belajar yang semulah rendah menjadi lebih baik, sehingga mereka memiliki kontrol diri yang kuat, serta mampu memanfaatkan waktu belajar secara optimal. Dengan demikian, lulusan yang dihasilkan bukan hanya cerdas secara akademisi, tetapi juga memiliki tanggung jawab, disiplin dan kemampuan mengendalikan diri dengan baik.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

BAB II

KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR DAN HIPOTESIS

A. Kajian pustaka

1. Konseling Kelompok

a. Pengertian Konseling Kelompok

Layanan konseling kelompok adalah metode bimbingan yang memungkinkan individu berbagi pengalaman, menerima dukungan, serta menemukan solusi atas permasalahan melalui interaksi dalam kelompok kecil yang dipandu oleh konselor. Beberapa ahli menyatakan bahwa konseling kelompok membantu anggota untuk saling berinteraksi secara konstruktif, berbagi perspektif, dan menumbuhkan kepercayaan diri, kemampuan sosial, serta keterampilan memecahkan masalah (Efriana, 2021). Efek terapeutik konseling kelompok meliputi peningkatan pemahaman diri dan adaptasi sosial, karena setiap anggota mendapatkan dukungan langsung dari rekan satu kelompok yang menghadapi tantangan serupa.

Layanan ini juga bermanfaat dalam menurunkan kecenderungan perilaku negatif, seperti persaingan tidak sehat atau ketidakmampuan berinteraksi sosial dengan baik. Sebuah studi pada siswa menunjukkan bahwa konseling kelompok mampu memperbaiki perilaku interaksi sosial mereka setelah mengikuti beberapa sesi bimbingan, yang mana mereka dapat saling berbagi solusi dan pandangan dengan anggota kelompok lainnya, membangun hubungan positif dan saling menghargai pendapat (Knight, 2015).

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

Konseling kelompok menurut Pauline Harrison sebagimana dikutif oleh Kurnanto (2013:13) adalah konseling yang terdirih dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor. Dalam prosesnya, konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah, seperti kemampuan dalam membangun hubungan dan komunikasi, pengembangan harga diri, dan keterampilan-keterampilan dalam mengatasi masalah. Nursiah (2010: 24) juga mengatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya.

Masala-masalah yang dibahas dalam konseling kelompok menurut Corey (2012:6) lebih berpusat pada masalah pendidikan, pekerjaan, sosial, dan pribadi. Sedangkan Gazda sebagaimana dikutif oleh Wibowo (2005:33) menyebutkan bahwa konseling kelompok dapat digunakan untuk membantu individu dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan dalam tujuh bidang, yaitu psikososial, vokasional, kognitif, fisik, seksual, moral, efektif.

Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahawa Konseling kelompok memberikan dampak positif bagi individu yang ingin meningkatkan keterampilan sosial dan menghadapi masalah secara lebih efektif. Layanan ini sangat cocok untuk membantu individu mengatasi isu-isuseperti kecemasan, masalah interpersonal, serta konflik pribadi dan sosial dalam suasana yang mendukung. Implementasinya di lingkungan sekolah misalnya, bisa meningkatkan kesiapan belajar siswa dan membantu mereka lebih beradaptasi dengan lingkungan sosial dan akademis mereka.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

b. Tujuan Layanan Konseling kelompok

Tujuan dari layanan konseling kelompok, Corey (2012).

a) Meningkatkan Kesadaran Diri dan Penerimaan.

Layanan ini bertujuan membantu anggota memahami dan menerima diri mereka lebih baik, termasuk aspek kepribadian, kekuatan, dan kelemahan mereka. Hal ini diharapkan dapat meningkatkan harga diri dan rasa percaya diri mereka.

b) Pengembangan Keterampilan Sosial

Konseling kelompok juga bertujuan untuk mengasah keterampilan komunikasi, baik verbal maupun non-verbal, serta meningkatkan kemampuan anggota dalam berhubungan sosial, mengemukakan pendapat, dan memahami orang lain. Pengembangan ini sangat penting dalam membangun kepekaan sosial dan hubungan yang sehat dengan orang lain.

c) Peningkatan Pemahaman dan Dukungan

Dalam kelompok, anggota dapat berbagi pengalaman, memberi dukungan, dan membantu satu sama lain mengatasi masalah. Ini menciptakan lingkungan yang suportif di mana individu merasa didengar dan dipahami oleh orang lain yang mengalami situasi serupa.

Dapat disimpulkan bahwa, konseling kelompok bertujuan membantu individu untuk berkembang secara pribadi dan sosial melalui interaksi dan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

mencapai tujuan belajar tertentu, meliputi memiliki motivasi dan pola pikir logis dalam belajar.

C. Kerangka Pikir

Motivasi belajar merupakan faktor penting dalam keberhasilan proses belajar. Siswa dengan motivasi belajar rendah cenderung menunjukkan perilaku seperti tidak mengerjakan tugas, kurang aktif dalam pembelajaran, mudah menyerah saat menghadapi kesulitan, dan kurangnya inisiatif dalam belajar (Uno, 2019). Kondisi ini dapat berdampak negatif pada prestasi akademik dan perkembangan siswa secara keseluruhan (Schunk, Meece, & Pintrich, 2020).

Salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi belajar adalah keyakinan siswa tentang diri sendiri dan proses belajar. Keyakinan irasional seperti "Saya tidak memiliki kemampuan untuk belajar", "Belajar itu selalu membosankan", atau "Saya harus selalu mendapat nilai sempurna" dapat menghambat motivasi belajar (Ellis & MacLaren, 2022). Keyakinan irasional tersebut perlu diidentifikasi dan dimodifikasi agar tidak menghambat proses belajar.

Konseling kelompok dengan teknik REBT merupakan intervensi yang berfokus pada mengidentifikasi, mengevaluasi, dan memodifikasi keyakinan irasional (Dryden & Branch, 2018). Dalam konteks motivasi belajar, konseling kelompok dengan teknik REBT membantu siswa:

1. Mengidentifikasi keyakinan irasional tentang belajar

2. Mendebat dan memodifikasi keyakinan irasional tersebut

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

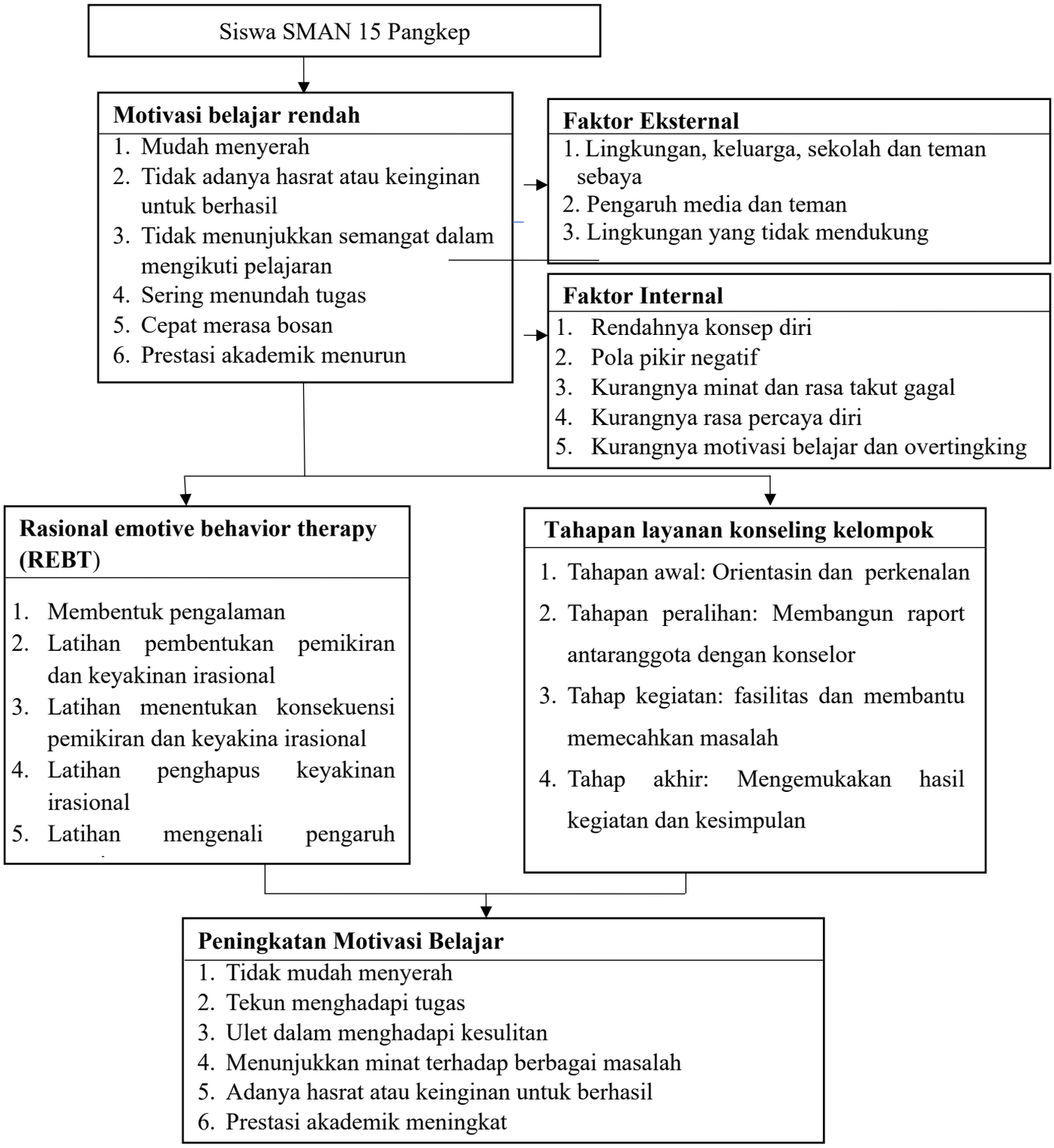
3. Mengembangkan keyakinan yang lebih rasional dan adaptif

4. Mengaplikasikan keyakinan baru dalam perilaku belajar

Melalui proses tersebut, siswa diharapkan mengalami perubahan kognitif, emosional, dan perilaku yang bermuara pada peningkatan motivasi belajar. Perubahan motivasi belajar tersebut dapat terlihat dari indikator-indikator seperti ketekunan dalam menghadapi tugas, keuletan dalam menghadapi kesulitan, minat terhadap berbagai masalah, kemandirian dalam belajar, dan lain-lain (Sardiman, 2018; Uno, 2019).

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

Adapun bagan kerangka pikir pada penelitian ini sebagai berikut:



Gambar 2.1 Bagan Kerangka Pikir

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian teoritis dan kerangka berpikir yang telah diuraikan, hipotesis dalam penelitian ini adalah:

H0 : Terdapat pengaruh yang signifikan dari layanan konseling kelompok dengan teknik REBT terhadap peningkatan motivasi belajar siswa kelas XI SMA Negeri 15 Pangkep.

H1 : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari layanan konseling kelompok dengan teknik REBT terhadap peningkatan motivasi belajar siswa kelas XI SMA Negeri 15 Pangkep.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan jenis penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen tentang pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik REBT dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep. Penelitian eksperimen bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari perlakuan yang di berikan, Effendy (2013).

B. Variabel dan desain penelitian

1. Variable Penelitian

Identifikasi variabel adalah gejala suatu peristiwa yang keberadaannya dapat di peroleh baik secara langsung maupun tidak langsung. Pada penelitian ini di gunakan dua variabel yaitu variabel bebas dan variable terikat. Variabel bebas yaitu pelaksanaan Teknik Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dengan symbol (X) dan variable terikat motivasi belajar dengan simbol (Y).

2. Desain Penelitian

Desain penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan pendapat dari Arikunto (2019) *one group pretest-posttest* design adalah kegiatan penelitian yang memberikan tes awal (*pretest*) sebelum diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan barulah memberikan tes akhir (*posttest*).

Secara umum model ini dapat di skemakan sebagai berikut :

O_1	x	O_2

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

Keterangan :

01 = Pre-test sebelum pemberian layanan dengan teknik REBT

X = Perlakuan yang di berikan

02 = Post-test setelah pemberian layanan dengan teknik REBT

Pada model ini di berikan tes awal pada kedua variabel terlebih dahulu sebelum di berikan perlakuan untuk mengukur kondisi awal sebagai *pre-test* (O_1) yang di lanjutkan dengan variabel X di berikan sebagai *posttest* (O_2).

C. Definisi Operasional Variabel

1. Konseling kelompok dengan teknik Rational emotive behavior therapy (REBT)

konseling kelompok dengan teknik REBT adalah metode intervensi psikologis yang bertujuan untuk membantu individu mengatasi masalah emosional dan perilaku dengan mengubah pola pikir irasional menjadi lebih rasional. Definisi operasional variabel dalam penelitian ini mencakup bagaimana konseling diterapkan (jumlah sesi, teknik yang digunakan, dan keterlibatan peserta) serta bagaimana dampaknya diukur terhadap variabel tertentu, seperti kecemasan, stres, atau harga diri. Dengan definisi yang jelas, efektivitas konseling kelompok REBT dapat diukur secara sistematis dan objektif.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

2. Motivasi belajar

Belajar merupakan usaha untuk melakukan perubahan ke arah yang lebih baik. Motivasi belajar dapat tumbuh dari dalam diri (intrinsik) dan juga dari luar diri (ekstrinsik). Upaya untuk meningkatkan motivasi belajar; saingan atau kompetensi, *ego-involment*, pujian, hasrat untuk belajar, minat, dan tujuan yang diakui.

D. Lokasi dan waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 15 Pangkep, desa sabaru, Kecamatan Liukang Tangaya, Kabupaten Pangkep. Waktu penelitian yaitu semester genap tahun ajaran 2024/2025. Adapun alasan peneliti memilih lokasi penelitian ini karena melihat fenomena yang terjadi di sekolah siswa cenderung memiliki motivasi belajar rendah, hal ini diketahui dari hasil observasi serta wawancara bersama dengan salah satu guru BK yang ada di sekolah tersebut. Tampak juga dari perilaku siswa yang sering malas belajar, sering menundah-nundah tugas, kurang minat dalam belajar, dan prestasi akademik menurun, motivasi belajar memiliki implikasi penting terkait proses perkembangan siswa terhadap motivasi belajarnya di masa depan. Oleh karena itu dengan apa yang akan saya terapkan yaitu pengaruh konseling kelompok dengan teknik REBT dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di kelas XI.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

E. Populasi dan sampel penelitian

1. Populasi

Sugiyono (2022) juga menjelaskan bahwa populasi merupakan domain umum yang mencakup objek atau subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk diteliti dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun populasi dari penelitian ini adalah siswa kelas XI di SMAN 15 Pangkep.

Tabel 3.1 Jumlah siswa SMAN 15 Pangkep

Kelas	Laki-laki	Perempuan	Jumlah
X	32	25	57
XI	17	13	30
XII	29	32	61
Jumlah	**71**	**77**	**148**

Sumber : Di SMAN 15 pangkep tahun ajaran 2024/2025

2. Sampel

Sampel ditentukan oleh peneliti dengan mempertimbangkan beberapa hal yaitu dengan mempertimbangkan masalah yang dihadapi dalam sebuah penelitian, tujuan yang ingin dicapai dalam sebuah penelitian, hipotesis penelitian yang dibuat, metode penelitian serta intrumen sebuah penelitian. Teknik pengambilan sampel yang di gunakan dalam penelitian ini adalah *random sampling* dengan pengambilan sample dilakukan secara acak. Menurut Arikunto (2013: 173) mengatakan bahwa apabila sampel kurang dari 100, maka seluruh populasi menjadi sampel penelitian. tetapi jika subjeknya lebih dari 100 maka dapat diambil 10-15% atau 20- 25%. Jadi

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

sampel dalam penelitian ini 15% dari jumlah populasi yaitu 30 orang di mana kelompok eksperimen akan di berikan konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* secara langsung.

Berdasarkan obeservasi yang telah dilakukan maka sampel dalam penelitian

Tabel 3.2 Sampel Penelitian

Kelas	Laki-laki	Perempuan	Jumlah siswa
XI	17	13	30
Jumlah	**17**	**13**	**30**

Sumber : Di SMAN 15 Pangkep 2024/2025

Langkah-langkah pengambilan sampel yaitu :

a. Menentukan teknik pengambilan sampel yang akan di gunakan
b. Menyusun angket
c. Membagikan angket kepada siswa
d. Memeriksa hasil angket yang telah di kerjakan siswa
e. Menyusun hasil angket dan menentukan sampel yang akan di ambil

F. Instrumen Penelitian

Menurut Makbul (2021) menyatakan bahwa , instrumen penelitian merupakan alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam melakukan kegiatan unt uk mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya

Dalam kegiatan penelitian untuk memperoleh data yang berasal dari lapangan, seorang peneliti biasanya menggunakan instrumen yang baik dan mampu

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan di sajikan hasil pengolahan data dan pembahasan hasil penelitian dengan perumusan masalah dan pemecahan masalah. Hasil analisis data penelitian yang dilakukan ialah hasil analisis yang di sajikan dengan menggunakan statistik deskriptif dan statistik inferensial.

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian tentang "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik REBT Dalam Meningkatakan Motivasi Belajar Siswa di SMAN 15 Pangkep" Adalah data berupa hasil analisi angket uji coba, pretest, posttest dan observasi yang di uraikan sebagai berikut:

1. Gambaran pelaksanaan pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik REBT dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep

Tabel 4.1 Jadwal Pelaksanaan Kegiatan

No.	Hari/Tanggal	Kegiatan Yang Dilaksananakan
1.	Hari selasa, 02 september 2025	Pertemuan I: Menyebarkan angket (pretes) kepada sampel penelitian
2.	Rabu, 03 september 2025	Pertemuan II: Menentukan kelompok dan melakukan konseling kelompok dengan pemberian perilaku berupa latihan-latihan untuk menerapkan teknik REBT
3.	Senin,08 september 2025	Pertemuan III: Melakukan pemantapan Teknik REBT kepada sampel penelitian
4.	Senin, 15 september 2025	Pertemuan IV: Menyebarkan angket (posttest) kepada sampel penelitian.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

Berdasarkan tabel jadwal pelaksanaan kegiatan penelitian adapun langkah-langkah yang digunakan dalam pengaruh layanan konseling kelompok dengan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep, antara lain:

Pertemuan I

Hari/Tanggal	:	Selasa, 02 september 2025
Waktu	:	1x 45 Menit
Pendekatan	:	REBT
Tempat Layanan	:	Ruangan kelas

Pelaksanaan konseling pertemuan I di awali dengan salam dan do'a peneliti kemudian memperkenalkan diri serta tujuan diadakannya kegiatan yang akan berlangsung, begitu pun sebaliknya siswa juga memperkenalkan dirinya masing-masing. Setelah itu, peneliti membegikan angket *pre-test* terlebih dahulu kepada siswa sebelum melakukan konseling kelompok yang akan dilakukan pada pertemuan selanjutnya. Siswa yang menjadi sampel penelitian yaitu sebanyak 30 orang. Tujuan dari pelakasanaan *pre-test* ini yaitu untuk mengetahui tingkat motivasi belajar siswa sebelum diberikan perlakuan (*treatmen)* pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Bhaviour Therapy* (REBT). Selanjutnya peneliti menjelaskan tujuan serta langkah-langkah kegiatan *pre-test*. Setelah siswa mengisi angket *pre-test*, maka peneliti mengambil hasil *pre-test* yang telah diisi oleh siswa yang menjadi sampel penelitian. Dan peneliti membuat janji temu kepada siswa yang menjadi sampel agar dapat mengikuti pertemuan yang telah di jadwalkan oleh peneliti untuk melakukan konseling kelompok dalam ruangan kelas seperti pada saat ini.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

Pertemuan II

Hari/Tanggal	:	Rabu, 03 september 2025
Waktu	:	1 x 45 Menit
Pendekatan	:	REBT
Tempat Layanan	:	Ruang Kelas

Pelaksanaan konseling kelompok pada pertemuan ke-II di awali salam dan doa peneliti kemudian mengabsen siswa sebagai sampel penelitian setelah it peneliti menjelaskan tujuan di adakan kegiatan yang akan berlangsung. Peneliti kemudian membentuk 3 kelompok untuk di konseling dan setiap kelompok akan di berikan soal latihan REBT serta di jelaskan langkah-langkah pengisian soal latihan REBT peneliti menjelaskan apa itu A (activiting event) bagaimana pengalaman itu terbentuk, lalu B (Belif System) kenapa pikiran itu bisa muncul, C(Consequence) bagaimana pikiran irasional itu merusak diri, D (Disputing) bagaimana cara untuk mengubah cara berpikir dari irasional menjadi rasional, E (Effect) apa perubahan yang terjadi kepda dirii, dan F, (Feeling New) perubahan apa yang terjadi sebelum dan setelah di berikan soal latihan REBT setelah semua telah terisi sesuai yang telah di jelaskan, peneliti mengumpulkan hasil kerja latihan siswa, peneliti memberikan soal latihan untuk di kerjakan di rumah agar ketika siswa kembali pada pertemuan berikutnya, mereka sudah memiliki pengalaman pribadi dalam menerapkan langkah-langkah REBT. Dengan demikian, pada sesi selanjutnya siswa dapat mendiskusikan hasil pekerjaan rumahnya, mengungkapkan kesulitan yang di alami, serta berbagi pengalaman mengenai perubahan pola pikir dan perasaan yang mereka rasakan setelah melakukan latihan tersebut.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

Pertemuan III

Hari/Tanggal	:	Senin,08 september 2025
Waktu	:	1 x 45 Menit
Pendekatan	:	REBT
Tempat Layanan	:	Ruangan Kelas

Pelaksanaan konseling pada pertemuan ke-3 diawali dengan dengan salam dan do'a. Sebelum ke tahap selanjutnya, peneliti memberikan ice breaking agar siswa tidak tegang dan menjadi rileks dalam pelaksanaan konseling kelompok, di pertemuan ini siswa akan di jelaskan lagi tentang cara mengisi angket sesuai petunjuk yang di berikan pada pertemuan sebelumnya peneliti menjelaskan apa itu A (Activing event) bagaimana pengalaman itu terbentuk, lalu B (belif System) kenapa pikiran itu bisa muncul, C (Consequance) bagaimana pikiran irasional itu merusak diri, D (Disputing) bagaimana cara untuk mengubah cara berpikir dari irasional menjadi rasional, E (Effect) apa perubahan yang terjadi ke pada diri, F (Feeling New) perubahan apa yang terjadi sebelum dan setelah di berikan soal latihan REBT setelah semua soal telah terisi peneliti memeriksa hasil kerja soal REBT peneliti menemukan masih ada beberapa siswa yang mengisi soal yang tidak sesuai dengan yang disampaikan peneliti maka peneliti melakukan pemantapan karena masih banyak siswa yang tidak mengerti cara mengisi soal latihan REBT dan setelah semua soal telah di isi dengan benar peneliti. Mengumpulkan soal latihan REBT dan menjadwalkan pertemuan selanjutnya dan di tutup dengan membaca doa bersama.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

Pertemuan IV

Hari/Tanggal	:	Senin, 15 september 2025
Waktu	:	1x45 Menit
Pendekatan	:	REBT
Tempat Layanan	:	Ruangan Kelas

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

BAB V
KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat ditarik, kesimpulan bahwa:

1. Gambaran pelaksanaan REBT untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep menunjukkan bahwa proses layanan berlangsung secara sistematis dan terarah melalui beberapa tahapan yaitu: tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran. Dalam setiap sesi konseling kelompok, konselor membantu siswa mengidentifikasi pikiran-pikiran irasional yang menghambat semangat belajar, kemudian menggantinya dengan pola berpikir rasional dan positif. Hal ini berdampak pada munculnya kesadaran diri, tanggung jawab belajar, serta peningkatan komitmen untuk mencapai prestasi akademik yang lebih baik.
2. Gambaran tingkat motivasi belajar siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik REBT menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Berdasarkan hasil analisis deskriptif, tingkat motivasi belajar siswa sebelum mengikuti layanan berada pada kategori "rendah" dan setelah mendapatkan layanan konseling kelompok teknik REBT, terjadi peningkatan, seperti munculnya rasa percaya diri, ketekunan belajar, dan semangat untuk berprestasi.
3. Terdapat pengaruh signifikan layanan konseling kelompok dengan teknik REBT terhadap peningkatan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep. Melalui teknik ini, siswa mampu mengenali hubungan antara pikiran, emosi, dan perilaku belajar, sehingga mereka dapat menggantikan keyakinan irasional

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

dengan pikiran yang lebih logis dan konstruktif. Dengan demikian, REBT terbukti efektif sebagai pendekatan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep.

B. Saran

1. Bagi Peneliti

   Hasil penelitian ini dapat menjadi tolok ukur bagi peneliti dalam mengasah kemampuan untuk menemukan, mengidentifikasi, serta menganalisis fenomena atau permasalahan yang terjadi di lingkungan sekitar. Penelitian ini juga diharapkan menjadi pengalaman empiris dalam menguji kemampuan peneliti dalam menerapkan metode ilmiah secara sistematis dan objektif, khususnya dalam bidang bimbingan dan konseling.

2. Bagi Guru

   Penelitian ini memberikan wawasan bagi guru, khususnya guru Bimbingan dan Konseling, untuk meningkatkan keterampilan profesional dalam memberikan layanan konseling yang lebih responsif terhadap kebutuhan peserta didik. Guru diharapkan lebih peka terhadap permasalahan yang dihadapi siswa serta mampu menggunakan pendekatan dan teknik konseling yang tepat, seperti REBT, untuk membantu siswa mengatasi hambatan belajar dan mengembangkan potensi diri mereka secara optimal.

3. Bagi Siswa

   Melalui hasil penelitian ini, siswa diharapkan mampu meningkatkan motivasi belajar yang semula rendah menjadi lebih baik. Siswa diharapkan memiliki kesadaran diri, semangat belajar yang tinggi, serta kemampuan

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

mengelola waktu dan tanggung jawab akademiknya secara efektif. Dengan demikian, mereka tidak hanya berkembang secara intelektual, tetapi juga memiliki karakter disiplin, mandiri, dan kemampuan pengendalian diri yang baik dalam menghadapi tantangan belajar maupun kehidupan sehari-hari.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

DAFTAR PUSTAKA

Azizah Anisy (2022). Teori motivasi dan pengukurannya: Analisis di bidang pendidikan. Bumi Aksara.

Arikunto, Suhar simi. 2014. Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik. Jakarta: Rineka Cipta

Amina, et al. (2021). Fungsi dan Tujuan Konseling Kelompok. Journal Pendidikan Indonesia.

Brophy, J. (2010). *Motivating students to learn* (3rd ed.). Routledge.

Corey, G. (2017). *Theory and Practice of counseling and psychotherapy* (10th ed.). *Cengage Learning*.

Corey, G. (2012). *Theory and Practice of Group Counseling. Belmont. Brooks/Cole Cengage Leorning.*

Corey, G. (2017*). Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy. Cengage Learning.*

Corey, G. (2015). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (10th ed .). Belmont, CA: Brooks/Cole.

Creswell, J. W. (2014*). Research design*: Qualitative*, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). SAGE *Publication*s.

Corey, G. (2016). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy* (10th ed.). *Cengage Learning*.

Corey, G. (2021). *Theory and Practice of Group Conseling. Belmont. Brooks/Cole Cengage Learning.*

David, D., Cotet, C., Matu, S., Mogoase, C., & Stefan, S. (2018). *50 years of rational-emotive and cognitive-behavioral therapy: A systematic review and meta-analysis*. Journal of Clinical Psychology, 74(3), 304-318.

Dryden, W., & Branch, R.(2008). *The fundamentals of rational emotive behavior therapy*: A training hanbook (2nd ed.). John Wiley & Sons.

Dewa, I. G. A. M., et al. (2020). Pengertian teknik *Rational Emotive Therapy* (REBT) dalam konseling. Jakarta: Granedia.

Dewa, et al. (2020). *Rational Emotive Behaviour Therapy Counselling with Imagery Technique to Imrove Resilience of Teenage as Victims of Divorce* Vol 2 No 1. *The 2nd of International Conference on Elementary Education*, Bandung.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

Ellis, A., & Dryden, W. (2007). *The practice of rational emotive Behavior therapy* (2nd ed.). *Springer Publishing Company.*

Ellis, A., & MacLaren, C. (2018). *Rational emotive behavior therapy* (2nd ed.). *American Psychological Association*.

Ellis, A., & MacLaren, C. (2018). *Rational emotive behavior therapy*: A therapist's guide (2nd ed.). Impact Publishers

Ellis, A., & Dryden, W. (2018). *The Practice of Rational Emotive Behavior Therapy. Research Press.*

Gladding, S. T.(2015). Groups: A *counseling specialty* (7th ed.). Perason.

Gonzalez, M., Rodriguez, J., & Martinez, A. (2023). *Group counseling with Rational Emotive Behavior Therapy approach: Its effect on academic procrastination and self-efficacy. Journal of School Psychology*, 45(3), 217-229

Hasby, B. A. (2018). Model konseling kelompok *cognitive behavior* untuk meningkatkan *self-esteem* siswa SMK. Perspektif Ilmu Pendidikan, 32(1), 15-26

Hamzah B. Uno. (2021). Teory Motivasi dan Pengukurannya: Analisis di Bidang Pendidikan. Bumi Aksara.

Hamzah B. Uno 2017, model pembelajaran, (Jakarta:PT Bumi Aksara)

Hidayat, M. A., & Ilyas, A. (2021). Efektifitas layanan konseling kelompok dengan teknik REBT untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia, 6(2), 89-97.

Jacobs, E. E., Masson, R. L., & Harvill, R. L. (2016). *Group counseling: Strategies and skills* (8th ed*.). Cengage Learning*.

Kurnanto, Edi. 2013. Konseling Kelompok. Bandung: Alfabeta.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2014). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 111 Tahun 2014 tentang Bimbingana dan Konseling pada Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah. Kemendikbud RI.

Muhadi. 2017. Efektifitas 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. http://repository.radenintan.ac.id/2518/

Nugroho, A. H., Puspita, D. A., & Mulawarman , M. (2018). Penerapan teknik konseling kelompok *rational emotive behavior therapy* (REBT) untuk

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

meningkatkan motivasi belajar siswa SMA. Jurnal Bimbingan Konseling, 7(1), 49-56.

Nurihsan, A. J. (2016). Bimbingan dan Konseling dalam berbagai latar kehidupan. Refika Aditama.

Nasir, Moh. 2005. Metode Penelitian. Bogor: Ghalia Indonesia

Pintrich, P. R., & De Groot, E. V. (1990). *Motivation and self-regulated learning components of classroom academic performance. Journal of Educational Psychology,* 82(1), 33-40.

Prayitno. (2017). Konseling Profesional yang berhasil: Layanan dan kegiatan pendukung. Raja Grafindo Persada.

Prayitno & Amti, E. (2019). Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling. Rineka Cipta.

Putri, A. (2020). Pengaruh Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terhadap kecemasan akademik. Jurnal Psikologi Pendidikan, 4(2), 1-15.

Rahmi, S. (2017). Pengaruh konseling kelompok dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* terhadap motivasi belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Banjarmasin. Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman, 3(2), 36-41.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellnes. Guilford Publications*.

Ruslan, H., & Irmawati, A. (2020). Analisis Faktor sosial ekonomi terhadap motivasi belajar siswa di wilayah pesisir Kabupaten Pangkep. Jurnal Sosiologi Pendidikan, 10(1), 45-57.

Sugiyono. 2016. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta CV.

Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta. CV.

Sugiyono. 2015. Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Santrock, J. W. (2016). *Education psychology* (6th ed.). McGraw-Hill *Education.*

Sardiman, A.M. (2020). Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar . raja Grafindo Persada.

Syamsuddin, & Nurdin, M. (2023). Pengaruh kondisi geografis terhadap motivasi belajar siswa di Kabupaten Pangkep. Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Daerah Kepulauan, 8(1), 112-125.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

Sardiman, A. M. (2018). Interaksi dan Motivasi Belajar mengajar. Raja Grafindo Persada.

Sari, P., & Bulantika, S. Z. (2019). *Konseling rational emotive behavior therapy* (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar siswa. Jurnal FOKUS: Kajian Bimbingan & dan Konseling, 291), 1-8.

Seplyana, D. 2019 Implementasi Pendekatan Rational *Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam Membantu Mengatasi Kebiasaan Terlambat Siswa SMA Negeri 6 Model Lubuklinggau.

Schunk, D. H., Pintrich, P. R., & Meece, J. L. (2016). *Motivation in education: Theory, research, and applications* (4th ed.). Pearson.

Slameto. (2015). Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Rineka Cipta.

Shadish, W. R., Cook, T. D., & Campbell, D. T. (2002). *Experimental and quasi-perimental designs for generalized causal inference*. Houghton Miflflin.

Turner, M. J., & Barker, J. B. (2015). *Examining the effects of rational emotive behavior therapy on performance outcomes in elite youth athletes*. *Sport Psychology in Action*, 6(2), 104-121.

Undiksha. (2023). Konsep Dasar Psikodrama dalam Konseling Kelompok Diakses dari bk undiksha.ac.id

Vernon, A., & Doyle, K. A. (2017). *Cognitive Behavior therapies: A guidebook for practitioners. American Counseling Association*

Warren, J. M. (2022). *The effectiveness of* REBT-*based inteventions in school settings:* A meta-analysis. *International Journal for the Advancement of Counselling,* 34(2), 185-201.

Warren, J. M. (2015). *The affect of rational emotive behavior therapy on the motivational orientation of elementary school students. Journal of school Counseling,* 13(12), 1-27.

Winkel, W. S., (2014). Psikologi pengajaran. Media Abadi.

Winkel, W. S., & Hastuti, S. (2018). Bimbingan dan Konseling di institusi pendidikan. Media Abadi.

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

Lampiran 21

DOKUMENTASI



1.Pelaksanaan uji coba



2. Menyebarkan angket pre-test (tahap awal)



3.Tahap peralihan



4.Menjelaskan teknik REBT



Menyebarkan angket posttest



Evaluasi dan refleksi bersama





Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg

Riwayat Hidup



Risdayanti, lahir di pulau sabaru pada tanggal 27 April 1999 dari pasangan Bapak Baharuddin dan Ibu Suriani yang merupakan anak pertama dari 2 bersaudara. Penulis pertama kali menempuh pendidikan tepat pada umur 7 tahun di Sekolah Dasar (SD) di SDN 1 Sabaru Liukang Tangaya Kabupaten Pangkajene Kepulauan tahun 2006 dan selesai pada tahun 2012, dan pada tahun yang sama penulis melanjutkan di SMP Negeri 1 Liukang Tangaya Kabupaten Pangkajene Kepulauan dan selesai pada tahun 2016, penulis melanjutkan pada jenjang berikutnya di SMA Negeri 15 Pangkep pada tahun 2016 dan selesai pada tahun 2018. Pada tahun 2021 penulis terdaftar pada salah satu sekolah tinggi swasta di STKIP Andi Matappa Jurusan Ilmu Pendidikan dengan program studi Bimbingan dan Konseling. Berkat petunjuk dan pertolongan Allah SWT, usaha dan disertai doa dari kedua orang tua dalam menjalani aktivitas akademik di sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan (STKIP) Andi Matappa. Alhamdulillah penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan skripsi yang berjudul **"Pengaruh Layanan Konseling dengan teknik REBT dalam meningkatkan motivasi belajar siswa di SMAN 15 Pangkep".**

Sumber: Repository Matappa | Diunduh: 03/11/2026 (WITA)
Verifikasi: https://repository.matappa.ac.id/verifikasi/boml6hxiBUZ-2mK4ptxGGg