

PENERAPAN KONSELING *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR* (REB) UNTUK MENINGKATKAN KONSEP DIRI POSITIF REMAJA DARI KELUARGA *BROKEN HOME* DI SMKN 8 SURABAYA

Aggrivta Sisilia Rangga Dewi

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: aggrivtasisilia@gmail.com

Mochamad Nursalim

Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: mochmadnursalim@unesa.ac.id

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah meningkatkan konsep diri positif siswa yang berasal dari keluarga *broken home* melalui konseling *Rational Emotive Behavior* (REB) di SMK Negeri 8 Surabaya, proses konseling dilaksanakan sebanyak 5 kali. Penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian *Pre-Experimental* dengan rancangan penelitian *Pre-Test Post-Test one group designs*. Untuk alat pengumpul data menggunakan angket konsep diri untuk siswa yang berasal dari keluarga *broken home*, angket tersebut terdiri dari 33 item pernyataan. Pada penelitian ini terdapat lima subjek penelitian berasal dari kelas X yang berasal dari keluarga *broken home* dengan perolehan skor konsep diri rendah yang telah diukur menggunakan angket konsep diri. Untuk analisis data pada penelitian ini adalah statistik non parametrik dengan menggunakan uji jenjang *Wilcoxon*. Dari hasil perhitungan *mean* terdapat peningkatan skor konsep diri yaitu *mean Pre-Test* sebesar 76.8 dan *mean Post-Test* sebesar 97, sehingga terdapat peningkatan sebesar 20.2. Untuk uji *Wilcoxon* penelitian ini menggunakan bantuan SPSS 22 dan hasil *Asymp. Sig (2-tailed)* adalah 0.043. Apabila ketetapan α sebesar 0.05, maka $0.043 < 0.05$. Sehingga disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Berdasarkan hipotesis, disimpulkan bahwa konseling *Rational Emotive Behavior* (REB) dapat menungkatkan konsep diri positif siswa SMK Negeri 8 Surabaya yang berasal dari keluarga *broken home*.

Kata kunci: Konseling *Rational Emotive Behavior* (REB), Konsep Diri, *Broken Home*

Abstract

The purpose of this study was to improve the positive self-concept of students who came from broken home families through of *Rational Emotive Behavior* (REB) counseling at SMK Negeri 8 Surabaya, the counseling process was carried out 5 times. The study used was a *Pre-Experimental* type research with *Pre-Test Post-Test one group designs*. For data collection using self-concept questionnaires for students from broken home families, the questionnaire consisted of 33 item statements. In this study there were five research subjects from class X who came from broken home families with the acquisition of a low self-concept score that had been measured using a self-concept questionnaire. For data analysis in this study is non parametric statistics using the *Wilcoxon* test. From the results of the mean calculation there is an improve of self-concept score, the mean of *Pre-Test* is 76.8 and the mean *Post-Test* is 97, so the re is an increase of 20.2. for the *Wilcoxon* test this study used SPSS 22 and the results of *Asymp. Sig (2-tailed)* is 0.043. If the provision of α is 0.05, then $0.043 < 0.05$. So it was concluded that H_0 was rejected and H_a was accepted. Based on the hypothesis, it can be concluded that *Rational Emotive Behavior* (REB) counseling can improved the positive self-concept of students at SMK Negeri 8 Surabaya from a broken home family.

The keys: *Rational Emotive Behavior* (REB) Counseling, Self-Concept, Broken Home

I PENDAHULUAN

Seperti yang diungkap oleh Goode William (2007:16) bahwa satu-satunya lembaga sosial yang bertanggung jawab untuk mengubah suatu organisme biologis menjadi manusia adalah sebuah keluarga. Keluarga tentu berperan banyak dalam persoalan perubahan diri seseorang, salah satunya adalah proses pembentukan kepribadian seseorang. Tugas orangtua dalam sebuah keluarga yaitu membimbing dan mengarahkan tumbuh kembang anak kearah yang positif sesuai nilai dan norma yang berlaku dimasyarakat. Lingkungan keluarga orangtua penuh, merupakan lingkungan keluarga dimana ayah dan ibu tinggal bersama anak-anak mereka dan saling mendukung hal-hal positif antara satu sama lain.

Masa remaja merupakan masa dimana individu mengalami proses pertumbuhan (terutama pertumbuhan fisik). Di masa ini, individu sulit memahami dirinya sendiri. Menurut Yusuf&Nani (2011:12), masa remaja merupakan masa transisi dari usia sekitar 12/13 tahun hingga usia 19/20 tahun, yang ditandai dengan perubahan aspek biologis, kognitif dan sosioemosi. Sedangkan, menurut Rousseau dalam Sarwono (2015:28) mengatakan bahwa usia 15-20 tahun merupakan masa kesempurnaan remaja (*adolescence proper*) dan merupakan puncak perkembangan emosi seseorang. Dengan kesulitan memahami diri sendiri banyak remaja yang belum mampu untuk membentuk atau meningkatkan konsep diri mereka sendiri.

Konsep diri adalah suatu kumpulan kepercayaan dan persepsi terhadap diri sendiri. Konsep diri dibagi menjadi dua, konsep diri positif dan konsep diri negatif. Proses pembentukan konsep diri ini terjadi sejak individu kecil. Hal yang paling mempengaruhi pembentukan konsep diri individu adalah keluarga. Keluarga yang utuh dapat membantu individu untuk membangun kepercayaan terhadap kedua orangtuanya, serta mampu untuk membantu mengembangkan potensi diri individu. Namun, apabila seorang individu tumbuh dalam keluarga yang cenderung bermasalah, hal tersebut dapat mengganggu proses perkembangan individu termasuk proses pembentukan konsep diri individu.

Keluarga yang bermasalah ini atau pecah sering disebut sebagai "*broken home*". Arti dari *broken home* adalah suatu keadaan dimana individu kurang mendapat perhatian atau kasih sayang sehingga membuat mental mereka terganggu, dampaknya banyak individu korban dari *broken home* yang merasa frustrasi, brutal dan susah diatur. Menurut data perceraian yang diperoleh dari Pengadilan Agama Surabaya menunjukkan adanya penurunan kasus perceraian dari tahun ke tahun, yaitu pada tahun 2015 kasus perceraian sebanyak 5.978 kasus, tahun 2016 sebanyak 4.938

kasus, tahun 2017 sebanyak 4876 kasus dan pada tahun 2018 sebanyak 4.486 kasus (hanya sampai bulan September). Tidak dapat dipungkiri, bahwa keadaan keluarga yang tidak harmonis atau bahkan kedua orangtua yang tiba-tiba memutuskan untuk bercerai, dapat mempengaruhi konsep diri seorang individu.

Berdasarkan hasil penelitian di SMKN 8 Surabaya diketahui bahwa hampir sebesar 20% dari jumlah keseluruhan siswa di SMKN 8 Surabaya merupakan anak yang berasal dari keluarga pecah atau *broken home*. Jika dihitung dari 20% siswa dari jumlah siswa satu sekolah, maka setidaknya terdapat 3 orang anak *broken home* dalam satu kelas. Namun, tidak semua anak *broken home* memiliki perilaku yang negatif. Ada pula anak yang berasal dari keluarga *broken home* dan ia berprestasi. Di SMKN 8 ini, terdapat lebih dari tiga kasus yang dilakukan oleh anak *broken home*, kasus tersebut dilakukan ketika berada disekolah terutama dikelas anak hanya diam saja, ada yang ragu jika suatu saat ia akan sukses, ada yang sering menyalahkan diri sendiri dan ada pula yang sering marah-marah.

Perilaku yang dimiliki beberapa anak *broken home* tersebut disebabkan oleh konsep diri negatifnya yang timbul karena pemikiran-pemikiran irasional mereka terhadap keadaan keluarga mereka. Namun tidak semua siswa *broken home* memiliki konsep diri yang negatif sejak dahulu. Pembentukan kembali konsep diri yang positif tidak dapat dilakukan sendiri, individu perlu dukungan dari pihak luar untuk lebih menguatkan pembentukan konsep diri positifnya. Salah satunya adalah dukungan dari konselor. Konselor dapat memberikan layanan konseling individu kepada individu yang konsep dirinya negatif akibat dari keadaan *broken home*.

Konseling *Rational Emotive Behaviour (REB)* dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk membantu peningkatan konsep diri positif siswa yang berasal dari keluarga *broken home* di SMK N 8 Surabaya. Penggunaan konseling *Rational Emotive Behaviour (REB)* ini karena: (1) teori REB merupakan teori yang cukup jelas akar filosofinya (Dryden&Neenan, 2006:17); (2) pandangan dari pendekatan ini adalah gangguan emosi yang dimiliki seseorang dapat mempengaruhi keyakinan dan cara memandang lingkungan sekitarnya (Hartono dkk, 2012:131); (3) pemikiran yang irasional merupakan hasil belajar yang tidak logis yang biasanya berasal dari orangtua atau budaya (Cottone dalam Hartono, 2012:132). Dari beberapa pernyataan di atas, maka konseling REB dirasa tepat untuk menangani permasalahan konsep diri rendah. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat peningkatan konsep diri positif terhadap anak *broken home*.

II. METODE PENELITIAN

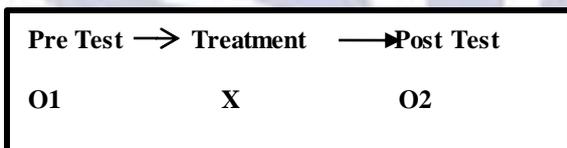
Pendekatan penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif, yaitu penelitian yang hasilnya berupa angka dan analisis menggunakan statistik, penelitian ini juga lebih terukur, rasional dan sistematis menurut Sugiyono (2013:7).

Jenis dari penelitian ini adalah *Pre-Experimental Designs* dengan metode *One-Group Pretest-Posttest Group*. Menurut Sugiyono (2013:74) jenis desain *Pre-Experimental* dengan metode *One-Group Pretest-Posttest* adalah penelitian yang digunakan untuk membandingkan keadaan sebelum diberi perlakuan dan keadaan setelah diberi perlakuan.

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui adanya peningkatan atau tidak terhadap konsep diri positif siswa setelah diberikan perlakuan berupa konseling *Rational Emotive Behavior* (REB). Proses awalnya berupa pemberian angket yang bertujuan untuk mengetahui hasil awal sebelum perlakuan (*pre-test*) kemudian diberikan perlakuan setelah itu diberikan kembali angket untuk mengetahui hasil akhir (*post-test*).

Desain digambarkan sebagai berikut:

Pola one group pre test dan post test design



Keterangan:

O1 = Pengukuran awal konsep diri kelas X-MM 1 dan X-KC 1 SMKN 8 Surabaya sebelum diberikan perlakuan (*Pre test*)

X = Pemberian perlakuan berupa konseling *Rational Emotive Behavior* (REB) kepada siswa yang memiliki konsep diri rendah

O2 = Pengukuran akhir konsep diri siswa setelah diberikan perlakuan berupa Konseling *Rational Emotive Behavior* (REB) (*Post test*)

III HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Data Hasil Pengukuran Pre Test

Pengukuran awal (*Pre-test*) merupakan suatu pengukuran yang dilakukan sebelum diberikan perlakuan atau *treatment* terhadap subjek eksperimen. Sehingga tujuan dari proses pengukuran awal (*Pre-test*) adalah untuk mengetahui kondisi awal subjek terkait. *Pre-test* dilakukan terhadap siswa kelas X, yaitu X-KC 1 dan X-MM 1. Pelaksanaan *Pre-test* dilaksanakan pada tanggal 29 Maret 2019 dan 1 April 2019, dengan

menyebarkan angket konsep diri yang mana jumlah item pernyataannya sebanyak 33 item. Angket tersebut sebelumnya telah melalui uji validasi dan reliabilitas.

Hasil yang didapatkan dari pengukuran awal (*Pre-test*) dikategorikan kedalam tiga kategori yakni tinggi, sedang, dan rendah. Selanjutnya, didapatkan 5 orang siswa yang hasil skor angket konsep dirinya terendah dari keseluruhan siswa kelas X-KC 1 dan X-MM 1 SMK Negeri 8 Surabaya.

Jumlah siswa yang mengisi angket konsep diri yaitu sebanyak 58 siswa yang berasal dari kelas X-KC 1 dan X-MM 1. Hasil *Pre-test* tersebut, menunjukkan bahwa terdapat 5 orang siswa yang memiliki skor konsep diri pada kategori rendah. Dimana kelima siswa tersebut akan dijadikan sebagai subjek penelitian. Berikut ini merupakan data pengukuran awal (*Pre-test*) siswa yang menjadi subjek penelitian, yaitu:

Tabel 3.1: Skor Pre-test Subjek Penelitian

No.	INISIAL	SKOR PRE-TEST	KATEGORI
1.	APJ	79	RENDAH
2.	BFP	78	RENDAH
3.	WES	77	RENDAH
4.	AYF	74	RENDAH
5.	RP	76	RENDAH

2. Analisis Pre Test dan Post Test

Tujuan dari perbandingan kedua data tersebut yaitu untuk mengetahui perbedaan antara sebelum pemberian perlakuan dan setelah pemberian perlakuan. Dibawah ini merupakan hasil analisis *Pre-test* dan *Post-test* dari angket Konsep Diri terhadap lima subjek penelitian:

Tabel 3.2 : Perbandingan antara Pre-test dan Post-test

NO	SUBJEK	HASIL PENGUKURAN			
		PRE-TEST	POST-TEST	SELISIH	KET.
1	APJ	79	94	15	NAIK
2	BFP	78	108	30	NAIK
3	WES	77	89	12	NAIK
4	AYF	74	99	25	NAIK
5	RP	76	95	19	NAIK

Berikut merupakan perhitungan uji tanda untuk menguji data yang ada menggunakan uji tanda wilcoxon

Tabel 3.3 : Hasil Uji Wilcoxon

Wilcoxon Signed Ranks Test

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post-Test - Pre-Test	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	5 ^b	3.00	15.00
	Ties	0 ^c		
	Total	5		

- a. Post-Test < Pre-Test
- b. Post-Test > Pre-Test
- c. Post-Test = Pre-Test

Test Statistics^a

	Post-Test - Pre-Test
Z	-2.023 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.043

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
- b. Based on negative ranks.

Data diatas menunjukkan bahwa terdapat peningkatan skor yang diketahui dari bagian *Positive Ranks* dimana terdapat 5 data positif (P) yang berarti bahwa subjek mengalami kenaikan atau peningkatan skor dengan *Mean Rank* sebesar 3.00 maka hasil dari *Sum Of Ranks* adalah 15.00. Selanjutnya pada *Test Statistics* diketahui bahwa nilai Z adalah -0,023 dengan *Asymp. Sig (2-tailed)* atau ρ sebesar 0.043. Karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan sebelum dan setelah diberikan perlakuan, maka uji *Wilcoxon* menggunakan *2-tailed* atau dua arah.

Acuan yang digunakan dalam penelitian ini adalah ketetapan α (taraf kesalahan) sebesar 5% (0.05). Dimana diketahui apabila nilai *Asymp.Sig* < α (0.05) maka H_a **diterima** dan H_0 **ditolak**. Dan apabila *Asymp. Sig* atau ρ > α (0.05) maka H_a **ditolak** dan H_0 **diterima**. Sedangkan hasil perolehan data dari uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* atau ρ < α (0.05) yaitu $0.043 < 0.05$ maka, H_a **diterima**. Jadi dapat di ketahui bahwa, terdapat pengaruh terhadap penerapan *Konseling Rational Emotive Behavior (REB)* dalam meningkatkan konsep diri positif siswa belatar belakang *broken home*.

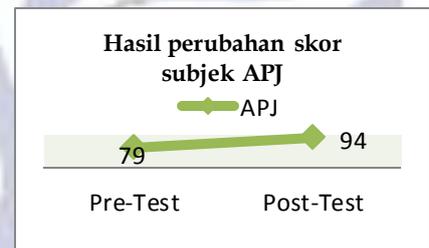
3. Analisis Individual

a. Subjek APJ

Subjek APJ mengalami peningkatan konsep diri setelah mendapatkan perlakuan berupa konseling *Rational Emotive Behavior (REB)*. Untuk perolehan skor pada tahap *Pre-Test* adalah 79 yang termasuk dalam kategori rendah. Setelah mendapatkan perlakuan (*treatment*) dan telah melewati tahap *Post-Test*, skor konsep diri APJ berubah menjadi 94 yang termasuk kategori sedang. Perubahan skor konsep diri SPJ naik sejumlah 15.

Konseli pun dituntun oleh konselor untuk mengubah keyakinan rasionalnya. APJ mengubah keyakinannya bahwa bahwa takut tidak diterima orang lain karena ia berasal dari keluarga *broken home*. Dari keyakinan tersebut diubah menjadi memulai hubungan yang baru akan memberikan kesempatan baru untuk melihat dunia baru pula.

Grafik : Perubahan hasil Pre-Test dan Post-Test Subjek APJ



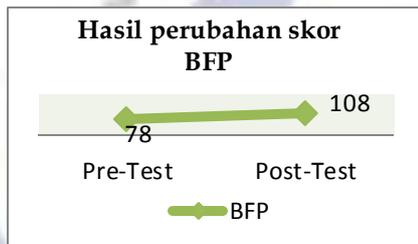
b. Subjek BFP

Subjek BFP mengalami peningkatan konsep diri setelah setelah diberikan perlakuan (*treatment*) berupa konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior (REB)*. Perolehan skor konsep diri BFP saat *Pre-Test* sebesar 78 dengan kategori rendah, kemudian setelah diberikan perlakuan dan *Post-Test* berubah menjadi 108 yang masuk dalam kategori tinggi. Jumlah peningkatan skor konsep diri BFP sebesar 30.

Diketahui bahwa BFP mengalami perubahan yang cukup banyak dan hasil *Post-Test* BFP merupakan skor yang paling tinggi dibandingkan subjek yang lainnya. Hal tersebut karena BFP mampu mengubah keyakinan irasionalnya yang beranggapan bahwa BFP menjadi ragu-ragu apabila ia sukses nanti akan ada orang yang

memandangnya rendah atau menyepelekan karena ia hanya dibesarkan oleh satu orang tua atau *single parent* (ibunya saja). Keyakinan tersebut dapat diubah menjadi apapun yang telah ada di depan dan apapun yang telah dipilihkan. Harus dilaksanakan, masalah hasilnya bagaimana itu urusan belakangan

Grafik : Perubahan hasil Pre-Test dan Post-Test Subjek BFP

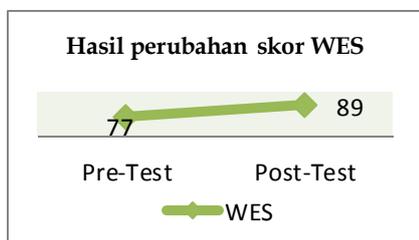


c. Subjek WES

Subjek WES mengalami peningkatan konsep diri setelah mendapatkan perlakuan (*treatment*) konseling *Rational Emotive Behavior* (REB). Untuk peorlehan skor psaat *Pre-Test* WES mendapatkan skor sebesar 77 yaitu kategori rendah, setelah diberikan perlakuan dan *Post-Test* skor WES mengalami peningkatan menjadi 89 masuk kedalam kategori sedang. Peningkatan skor sebesar 12.

Meskipun perubahan skor hanya sedikit, namun WES telah mampu mengubah konsep diri negatif yang berasal dari keyakinannya yaitu ia anak yang tidak peduli dengan orang lain, ia berpikir bahwa apa yang ia lakukan saat ini adalah contoh dari ayahnya yang juga tidak peduli dengan keadaan keluarga dan juga tidak bertanggung jawab terhadap keluarga. Konseli berhasil mengubah cara pandang yang dulu bebas karena tidak ada ayah yang memarahinya menjadi keyakinan rasional yaitu setiap orang memiliki kebebasan untuk membahagiakan diri sendiri, tetapi setiap kebebasan memiliki batasan-batasan sesuai norma yang harus ditaati

Grafik : Perubahan hasil Pre-Test dan Post-Test Subjek WES

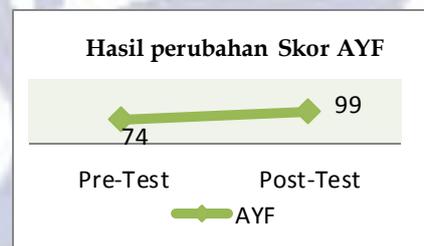


d. Subjek AYF

Subjek AYF mengalami peningkatan konsep diri setelah mendapatkan perlakuan (*treatment*) berupa konseling individu *Rational Emotive Behavior* (REB). AYF mengalami peningkatan skor yang pada awalnya saat *Pre-Test* berjumlah 74, kemudian setelah diberikan perlakuan dan *Post-Test* naik sebesar 25 skor yaitu menjadi 99.

AYF awalnya memiliki keyakinan irasional bahwa dirinya tidak berguna ketika ia tidak mampu menolong orang yang ia sayangi sedang dalam keadaan sulit. Setelah pelaksanaan perlakuan (*treatment*),keyakinanya berubah menjadi tidak ada orang yang tidak berguna didunia, setiap manusia diciptakan oleh Allah SWT dengan kemampuannya masing-masing. Menolong seseorang memang kewajiban, selama kita mampu menolongnya, jika tidak mampu menolongnya cukup mendoakan yang terbaik untuk orang tersebut.

Grafik : Perubahan Hasil Pre-Test dan Post-Test Subjek AYF



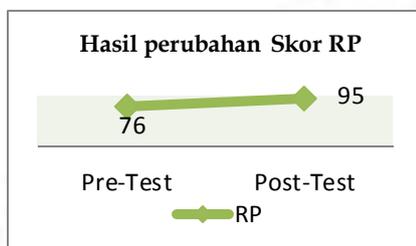
e. Subjek RP

Perubahan yang dialami subjek RP berupa peningkatan konsep diri setelah mendapatkan perlakuan (*treatment*) konseling individu *Rational Emotive Behavior* (REB). Sebelum diberikan perlakuan RP mendapatkan skor hasil *Pre-Test* sebesar 76, kemudian setelah diberikan perlakuan dan *Post-Test* hasil skor RP meningkat menjadi 95. Kenaikan skor yang diperoleh RP sebesar 19.

RP yang memiliki keyakinan irasional bahwa dalam pergaulan ia takut orang lain akan menganggapnya memiliki sifa dari ibunya. Setelah pemberian perlakuan, konselor berusaha mengubah keyakinan irasional RP menjadi keyakinan yang lebih rasional yaitu Semua yang

terjadi adalah kehendak Allah, semua orang salah jika menganggap saya memiliki sifat seperti ibu saya dan saya mampu menunjukkan bahwa saya berbeda dengan ibu saya.

Grafik : Perubahan Hasil Pre-Test dan Post-Test Subjek RP



B. Pembahasan

Penelitian yang berjudul penerapan konseling *Rational Emotive Behavior* (REB) untuk meningkatkan konsep diri positif remaja dari keluarga *broken home* di SMKN 8 Surabaya ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan penelitian *pre-experimental design* dengan bentuk *one-group pre-test post-test designs*.

Adapun prosedur pelaksanaan penelitian dengan menyebarkan instrument penelitian berupa angket konsep diri pada 130 siswa dengan jumlah item pernyataan awal sebanyak 50 item pernyataan. Setelah itu, hasil angket dianalisis menggunakan SPSS versi 22 untuk diuji validitas dan reliabilitasnya. Dari uji validitas tersebut, diketahui sebanyak 17 item pernyataan dinyatakan tidak valid sehingga harus gugur. Sehingga jumlah item menjadi 33 item pernyataan. Untuk uji reliabilitas didapatkan *cronbach's alpha* 0.563 yang hal tersebut menunjukkan bahwa tingkat sedang.

Setelah selesai uji validitas dan reliabilitasnya, tahap selanjutnya adalah menyebarkan angket untuk perhitungan awal (*Pre-Test*), yang dilakukan pada siswa kelas X-KC 1 dan X-MM 1 SMKN 8 Surabaya. Hasil dari *Pre-Test* dianalisis dan dibagi kedalam tiga kategori, yaitu tinggi, sedang dan rendah. Berdasarkan kategori tersebut, terdapat 5 siswa yang masuk dalam kategori rendah. Ke-lima siswa yang mendapatkan hasil rendah akan dijadikan sebagai subjek penelitian dan diberikan perlakuan (*treatment*) berupa konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior* (REB) sebanyak 5 kali pertemuan. Pelaksanaan kegiatan konseling

ini mengacu pada pendapat Carl Rogers dalam Latipun (2015:3) yang menjelaskan bahwa konseling adalah hubungan terapi dengan klien yang memiliki tujuan untuk melakukan perubahan *self* (diri) klien tersebut.

Setelah perlakuan yang diberikan, subjek diminta untuk mengisi angket perhitungan akhir (*Post-Test*) guna mengukur perubahan yang terjadi pada subjek. Kemudian data dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon* dengan bantuan SPSS 22. Berdasarkan perhitungan yang dilakukan, pada 5 subjek penelitian menunjukkan hasil *asympt. Sig. (2 tailed)* atau $p = 0.043$. Dengan ketentuan α sebesar 0.05, maka $0.043 < 0.05$ jadi dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa konseling *Rational Emotive Behavior* (REB) dapat meningkatkan konsep diri positif siswa kelas X-KC 1 dan X-MM 1 yang berasal dari keluarga *broken home*.

Skor paling tinggi yaitu subjek BFP, saat *Pre-Test* BFP mendapatkan skor sebesar 78 dan setelah mendapatkan perlakuan serta mengikuti *Post-Test* skor BFP meningkat menjadi 108. Peningkatan skor yang paling tinggi tersebut disebabkan karena BFP memang sangat memotivasi diri untuk berubah. Sedangkan untuk perubahan skor yang paling sedikit adalah WES, skor yang diperoleh WES saat *Pre-Test* sebesar 77 dan setelah perlakuan serta *Post-Test* skor WES hanya berubah menjadi 89. Perubahan yang cukup sedikit tersebut didasari karena WES bergaul dilingkungan negatif.

Hasil dari *post-test* berubah yaitu terdapat 4 subjek yang skornya berubah menjadi kategori sedang dan terdapat 1 subjek yang hasil skornya masuk kedalam kategori tinggi. Selama proses konseling, tidak terdapat kendala serius baik kepada konseli maupun konselor. Setiap petunjuk yang diberikan saat proses konseling, dapat dipahami dan diterima dengan baik oleh konseli atau subjek penelitian. Sehingga ke-lima subjek penelitian dapat meningkatkan konsep diri mereka.

Adapun kendala dalam proses konseling adalah masalah waktu, dimana proses konseling dilaksanakan pada saat bulan sibuknya sekolah seperti ujian kelas XII, terhalang peringatan hari-hari besar dan juga ujian praktik kelas X. Yang mana hal-hal tersebut sering membuat siswa kelas X diwajibkan belajar sendiri dirumah, karena di sekolah banyak

kegiatan yang mengharuskan siswa kelas X harus belajar sendiri. Sehingga proses konseling cukup terhambat. Proses pelaksanaan konseling berlangsung selama 5 kali pertemuan

IV SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Penelitian ini dilakukan untuk menguji apakah konseling *Rational Emotive Behavior* (REB) dapat meningkatkan konsep diri positif siswa dari keluarga *broken home* kelas X di SMK Negeri 8 Surabaya. Setelah mengisi *Pre-Test*, 5 subjek penelitian diberikan perlakuan (*treatment*) konseling *Rational Emotive Behavior* (REB) untuk meningkatkan konsep diri positif para subjek penelitian sebagai akibat dari keyakinan irasional yang timbul dari keadaan keluarga yang *broken home*. Dengan harapan subjek dapat mengubah keyakinan irasional tersebut menjadi keyakinan yang lebih rasional dan logis, sehingga perilakunya pun akan berubah menjadi lebih baik lagi.

Setelah perlakuan yang telah diberikan selama 5 kali pertemuan, subjek diminta untuk mengisi angket pengukuran akhir atau *Post-Test* guna mengukur perubahan yang terjadi pada dirinya. Berdasarkan hasil analisis skor *Pre-Test* dan *Post-Test* dari 5 subjek penelitian menunjukkan bahwa adanya peningkatan skor konsep diri terhadap subjek APJ sebesar +15, subjek BFP sebesar 30, subjek WES sebesar 12, subjek AYF sebanyak 25 dan terakhir subjek RP meningkat sebanyak 19.

Kemudian hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* dari ke-lima subjek tersebut juga dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon* dengan bantuan SPSS 22. Berdasarkan perhitungan pada uji *Wilcoxon* diketahui bahwa *asymptotic Sig. (2-tailed)* atau $p = 0.043$. dengan ketetapan α sebesar 0.05, maka $0.043 < 0.05$ jadi dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa konseling *Rational Emotive Behavior* (REB) dapat meningkatkan konsep diri positif siswa yang berasal dari keluarga *broken home* SMK Negeri 8 Surabaya.

B. Saran

1. Bagi Konselor Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengalaman dan masukan bagi konselor sekolah dan menjadikan konseling *Rational Emotive Behavior* (REB) menjadi salah satu alternatif dalam membantu siswa yang memiliki konsep diri rendah.

2. Bagi Peneliti Lain

Bagi peneliti lain diharapkan mampu mempertimbangkan lamanya waktu pertemuan dalam proses konseling dan menyiapkan instrument yang jauh lebih mendukung, agar mendapatkan hasil yang lebih baik

DAFTAR PUSTAKA

- Goodie, William J. 2007. *Sosiologi Keluarga*. Jakarta: Bumi Aksara
- Hartono, & Soedarmadji, Boy. 2012. *Psikologi Konseling Edisi Revisi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Latipun. 2015. *Psikologi Konseling Cetakan IX*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang
- Sarwono, Sarlito W. 2015. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Yusuf LN, Syamsu, & Nani M. Sugandi. 2011. *Perkembangan Peserta Didik Mata Kuliah Dasar Profesi (MKDP) Bagi Para Mahasiswa Calon Guru di Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan (LKTP)*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada



UNESA

Universitas Negeri Surabaya