

## **PENERAPAN KONSELING RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR UNTUK MENGURANGI PERILAKU SCHOOL REFUSAL PESERTA DIDIK KELAS X DI SMKN 2 MOJOKERTO**

**Kartika Kusuma Dewi**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
[kartikakusuma.19016@mhs.unesa.ac.id](mailto:kartikakusuma.19016@mhs.unesa.ac.id)

**Mochamad Nursalim**

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya  
[mochamadnursalim@unesa.ac.id](mailto:mochamadnursalim@unesa.ac.id)

### **Abstrak**

*School refusal* merupakan kecenderungan penolakan atau ketidakhadiran anak atau remaja di sekolah yang diliputi beragam perilaku. Berdasarkan hasil studi yang dilaksanakan menunjukkan peserta didik kelas X mengalami *school refusal* lebih banyak sebanyak 15% dibandingkan kelas XI dan XII terutama. Gejala tersebut meliputi seringnya tidak masuk sekolah dengan alasan sakit namun berkelanjutan hingga tanpa surat keterangan, meninggalkan jam pelajaran tiba-tiba dengan alasan ke kamar mandi atau alasan sakit. Penelitian ini bertujuan guna menguji penerapan konseling *Rational Emotive Behavior* (REB) dengan teknik *dispute irrational beliefs* dalam menurunkan perilaku *school refusal* peserta didik SMKN 2 Mojokerto. Penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan desain penelitian *pre-eksperimental one group pretest-posttest design*. Jumlah subjek penelitian terdiri atas 6 peserta didik yang dijaring dengan menggunakan skala *school refusal*. Berdasarkan hasil analisis uji Wilcoxon diperoleh nilai  $z$  -2.207 dengan nilai probabilitas 0.027. Karena  $p < \alpha$ , maka keputusannya adalah  $H_0$  ditolak, artinya konseling *rational emotive behavior* dengan teknik *dispute irrational beliefs* efektif dalam mengurangi perilaku *school refusal* peserta didik kelas X SMKN 2 Mojokerto.

**Kata kunci** : Konseling, *Rational Emotive Behavior*, *School Refusal*.

### **Abstract**

*School refusal is a tendency for children or adolescents to refuse or be absent from school which is covered by a variety of behaviors. Based on the results of the study conducted, it was shown that class X students experienced 15% more school refusal compared to classes XI and XII in particular. These symptoms include frequent absences from school with the excuse of being sick but continuing without a certificate, leaving class suddenly with the excuse of going to the bathroom or being sick. This study aims to examine the application of Rational Emotive Behavior (REB) counselling by using dispute irrational beliefs technique in reducing school refusal behavior of students at SMKN 2 Mojokerto. This research is an experimental research with a pre-experimental research design one group pretest-posttest design. The number of research subjects consisted of 6 students who were selected using the school refusal scale. Based on the results of the Wilcoxon test analysis, a z-value of -2,207 was obtained with a probability value of 0.027. Because  $p < \alpha$ , the decision is that  $H_0$  is rejected, meaning that rational emotive behavior counseling with the dispute irrational beliefs technique is effective in reducing school refusal behavior of class X students at SMKN 2 Mojokerto.*

**Keywords**: *Counseling, Rational Emotive Behavior, School refusal.*

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan menjadi peran yang krusial dalam membentuk masa depan peserta didik, sebagaimana dinyatakan oleh Nelson Mandela, “Pendidikan adalah senjata paling kuat yang dapat digunakan guna mengubah dunia” (Sriyanto & Nuh, 2023). Melalui pendidikan, individu tidak hanya memperoleh pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga mengembangkan kepribadian, etika, dan kemampuan berpikir kritis yang mendalam. Pendidikan yang berkualitas memainkan peran kunci dalam membentuk sikap positif, membangun kepercayaan

diri, dan mengembangkan kemampuan pemecahan masalah yang esensial dalam pertumbuhan pribadinya (Susanto, 2021). Dengan demikian, pendidikan menjadi landasan penting bagi peserta didik dan masyarakat secara keseluruhan dalam mengoptimalkan potensi mereka dan mencapai kualitas diri yang lebih baik.

Pendidikan di Indonesia secara umum diikuti dengan kegiatan persekolahan mulai dari jenjang anak usia prasekolah yakni PG & TK, pendidikan tingkat dasar SD/MI, pendidikan tingkat menengah yakni SMP/MTS sederajat dan SMA/SMK/MA sederajat, serta pendidikan tingkat tinggi yakni perguruan tinggi. Menurut Insiyroh

(2017) mengatakan bahwa sekolah adalah sebuah institusi pendidikan resmi yang mendukung perkembangan individu dalam memperoleh pengetahuan dan mengoptimalkan kemampuan mereka baik secara akademis maupun non-akademis. Adanya pendidikan di sekolah maka dapat memberi banyak manfaat bagi peserta didik seperti kemampuan bersosialisasi, mengembangkan kemampuan psikomotorik, kemampuan beradaptasi dengan baik, dan melatih kedisiplinan. Namun, banyak siswa yang menghadapi kesulitan dalam mempelajari hal-hal baru, mengingat informasi, memiliki koordinasi yang kurang baik, dan disorientasi. Hal ini disebabkan peserta didik dengan keyakinan akan kemampuannya yang rendah dan terlibat dalam pemikiran yang menimbulkan kecemasan dalam situasi yang ambigu atau mengancam (Nursalim dkk., 2018). Kondisi tersebut mencirikan rasa cemas maka dari itu peserta didik mendapatkan masalah dan cenderung menggiring peserta didik membangun pemikiran atau keyakinan yang keliru. Salah satunya banyak ditemui peserta didik memilih guna menghindari atau menolak kegiatan pembelajaran dengan tidak masuk kelas saat jam pelajaran atau bahkan tidak berangkat ke sekolah karena beberapa faktor yang melatarbelakanginya seperti rasa cemas atau takut guna pergi ke sekolah.

Perasaan cemas atau takut tersebut tidak semata-mata terjadi begitu saja, namun dapat diakibatkan oleh pengalaman tidak menyenangkan peserta didik mengenai lingkungan sekolah, guru, teman, pelajaran, atau bahkan masalah keluarga maka dari itu individu merasa gelisah atau cemas guna bersekolah (Oktaviani, 2018). Menurut Purwanto (2020) berbagai bentuk penolakan yang seringkali dilaksanakan beberapa peserta didik dengan berbagai alasan seperti sering tidak mengikuti kegiatan pembelajaran di dalam maupun luar kelas tanpa ada keterangan atau surat izin, mengikuti pembelajaran di kelas kemudian izin dan tidak menghadiri kelas kembali, dan absen saat periode istirahat berakhir. Perilaku tersebut dikenal sebagai *school refusal*.

*School refusal* merupakan penghindaran peserta didik guna bersekolah akibat pengalaman negatif selama berada di sekolah dikombinasikan dengan tekanan emosional (Heyne, 2022; Lestari & Nursalim, 2020). Sementara itu, Novitasari dkk., (2018) secara sederhana menyatakan bahwa *school refusal* atau penolakan sekolah dikatakan sebagai perilaku peserta didik yang secara tidak rasional dan tanpa sebab yang jelas enggan mengikuti kegiatan pembelajaran di sekolah. *School refusal* seringkali terjadi pada usia 14 sampai 17 tahun masa-masa transisi. Pada masa-masa transisi tersebut terjadi perpindahan tugas yang lebih besar pada diri individu maka dari itu individu mengalami proses adaptasi (Nursalim, 2019).

Menurut Nasution (2017) ciri peserta didik yang dapat dikatakan mengalami *school refusal* jika: (1) sering tidak menghadiri kegiatan pembelajaran di sekolah, atau (2) masuk sekolah namun tidak mengikuti kegiatan pembelajaran sampai selesai, atau (3) ketika akan

berangkat sekolah ia mengalami masalah yang berat seperti tantrum, atau (4) mengalami kecemasan ketika pergi sekolah maka dari itu menimbulkan keluhan fisik dan dirasakan berulang kali. Selain itu, berdasarkan penelitian yang dilaksanakan Ingul dkk., (2019), menyebutkan tanda awal munculnya *school refusal* dapat dilihat dari ketidakhadiran penuh atau ketidakhadiran sebagian, kecemasan (50% remaja yang dirujuk guna pengobatan SR memenuhi kriteria diagnostik guna gangguan kecemasan, gangguan depresi, atau keduanya), ketakutan khusus guna sekolah, kekhawatiran akan bahaya terhadap orang tua, dan rasa cemas mengenai situasi di rumah saat berada di sekolah, serta keluhan fisik (terjadi di antara 50% sampai 80% remaja).

Kasus penolakan sekolah atau *school refusal* tengah menjadi perhatian di kalangan pendidikan terutama pada jenjang sekolah dasar dan menengah di berbagai negara khususnya Indonesia (Lestari & Nursalim, 2020). Data kunjungan di Unit Konsultasi Psikologi (UKP) pada tahun 2015 terdapat 20 pengunjung yang melakukan konsultasi mengenai penolakan sekolah, jumlah pengunjung tersebut mewakili sekitar 14% dari total peserta didik yang mengalami masalah konsultasi di UKP (Lestari & Nursalim, 2020). Hasil penelitian oleh Nursalim (2019) juga menunjukkan bahwa di wilayah Jawa Timur terdapat 75% peserta didik SMP menghadapi *school refusal* dengan motif yang berbeda-beda. Beberapa contohnya adalah ketakutan terhadap pelajaran dan guru, rasa tidak nyaman karena teman sekelas, alasan sakit, melakukan tugas rumah, tidur hingga larut, kurang motivasi, dan berbagai motif lainnya (Oktaviani, 2018). Berdasarkan paparan data tersebut, dapat dilihat bahwa *school refusal* menjadi fenomena yang sederhana namun memiliki dampak yang buruk bagi peserta didik maka dari itu perlu penanganan dan bimbingan dari guru dan konselor.

*School refusal* merupakan masalah yang cukup signifikan karena berdampak buruk pada peserta didik yang mengalaminya seperti penurunan prestasi akademik, permasalahan sosial baik keluarga maupun teman sebaya, serta berakibat lebih buruk jika tidak segera ditindaklanjuti (Wijitunge & Lakmini, 2011; Lestari & Nursalim, 2020). Pernyataan tersebut diperkuat oleh pendapat Kearney (dalam Lestari & Nursalim, 2020) jika perilaku penolakan sekolah tidak segera ditangani atau diberikan tindak lanjut, akan berdampak negatif pada individu yang mengalaminya seperti pengaruh buruk pada kemampuan berpikir, fisik, dan psikologis-sosial individu. Bahkan, peserta didik yang secara terus-menerus mengalami *school refusal* atau penolakan sekolah memiliki kemungkinan dikeluarkan dari sekolah, terlibat dalam kegiatan kriminal, terlibat dalam kenalakan remaja yang tidak dapat diterima, masalah emosional, dan masalah psikologis yang parah yang menghambat perkembangan peserta didik.

Peneliti juga menemukan hal yang sama terkait dengan permasalahan *school refusal* ini saat menjalani

kegiatan PLP di salah satu sekolah di Mojokerto yang dilaksanakan mulai bulan Agustus – November 2022 tepatnya di SMKN 2 Mojokerto. Berdasarkan hasil studi yang dilaksanakan menunjukkan siswa kelas X mengalami *school refusal* lebih banyak sebanyak 15% dibandingkan kelas XI dan XII terutama di kelas X RPL 1, X RPL 2, XLPS 2, dan X Kuliner 3 yang juga menunjukkan data presensi yang bersifat periodik dibanding kelas X lainnya. Berdasarkan waktu penelitian, kelas X merupakan tingkatan kelas awal dan baru saja melaksanakan masa pengenalan lingkungan persekolah. Pada tingkatan kelas ini dipandang akan menghadapi peralihan aktivitas atau transisi dimana peserta didik masih belajar guna beradaptasi pada tempat atau lingkungan yang baru maka dari itu lebih banyak mengalami perubahan secara fisik, psikologis, dan sosial yang dapat menimbulkan stress (Hemasti dkk., 2023)

Berdasarkan studi yang dilaksanakan peneliti terhadap 135 peserta didik kelas X RPL 1, X RPL 2, XLPS 2, dan X Kuliner 3 pada tanggal 3 hingga 9 Maret 2023 menggunakan instrument skala *school refusal* (SSR) oleh Nursalim, (2019) hasil penelitian mengenai tingkat perilaku *school refusal* terhadap kelas X RPL 1, X RPL 2, XLPS 2, dan X Kuliner 3 menunjukkan bahwa diantara 135 peserta didik terdapat 8 peserta didik memiliki tingkat *school refusal* yang tinggi, sedangkan jumlah siswa yang lain termasuk kedalam kategori yang lebih rendah yang bervariasi tingkatannya.

Diikuti dengan hasil wawancara dengan peserta didik yang menunjukkan indikasi dan masalah yang berkaitan dengan *school refusal*. Peserta didik tersebut menunjukkan gejala tingkat tinggi dari penolakan sekolah, seperti seringkali absen dari sekolah disertai alasan yang irasional dan meninggalkan sesi pembelajaran dengan alasan yang kurang meyakinkan. Mereka juga mengalami gejala-gejala emosional dan perilaku bermasalah seperti menjadi murung, agresif, gelisah, dan cemas saat berada di sekolah.

Di samping itu, peserta didik tersebut mengungkapkan beberapa faktor yang berkontribusi terhadap masalah penolakan sekolah mereka. Salah satu faktornya adalah kurangnya aktualisasi diri, seperti kesulitan dalam beradaptasi dengan teman sekelas, rasa malu dan putus asa akibat nilai ulangan yang rendah, dan ketakutan terhadap guru-guru yang mengampu mata pelajaran produktif. Mereka juga menghadapi sanksi atau teguran serta perilaku kurang menyenangkan, yang semakin memperburuk situasi. Ada pula tekanan guna mencapai hasil akademis yang baik, yang membuat mereka khawatir akan mendapat teguran dari orang tua jika tidak mencapainya. Selain itu, mereka merasakan tuntutan guna dicintai dan dihargai oleh teman-teman mereka, yang belum terpenuhi.

Peserta didik juga kerap kali melontarkan keyakinan-keyakinan irasional seperti “*teman-teman tidak mungkin mau berteman denganku*”(NAF), “*guna apa sekolah kalau akhirnya saya tidak akan fokus dengan pelajaran*”

(AR), “*guna apa saya berada di kelas kalau teman saya bahkan wali kelas pun tidak menginginkan saya ada disana*” (FAP). Kemunculan keyakinan irasional seperti ini menjadi penghambat utama dan memberikan pengaruh negatif pada peserta didik, yang mengarahkan mereka guna menolak sekolah.

Dalam konteks pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), peristiwa tersebut mencerminkan adanya masalah kognitif pada peserta didik. Para peserta didik mempunyai pola pikir irasional dan negatif, yang menghasilkan keyakinan-keyakinan yang tidak realistis dan merugikan. Keyakinan-keyakinan ini mempengaruhi perilaku mereka, menghambat partisipasi mereka dalam lingkungan sekolah, mengganggu prestasi akademik, dan bahkan dapat menyebabkan peserta didik tersebut tidak naik kelas atau bahkan pengunduran diri.

Dalam terapi ini, fokusnya akan ditempatkan pada identifikasi dan restrukturisasi keyakinan-keyakinan irasional tersebut. Peserta didik diajarkan guna mengenali pemikiran-pemikiran yang tidak realistis dan menggantinya dengan pemikiran yang lebih rasional dan adaptif. Dengan memperbaiki pola pikir dan keyakinan mereka, diharapkan peserta didik dapat mengatasi masalah kognitif yang mendasari penolakan sekolah mereka dan memperoleh perubahan positif dalam perilaku dan partisipasi sekolah.

Sejauh ini berbagai metode dapat digunakan guna mengatasi penolakan sekolah pada peserta didik kelas X SMKN 2 Mojokerto. Salah satunya diantaranya memberikan layanan bimbingan klasikal maupun kelompok, memanggil orang tua guna dilaksanakan sosialisasi, melakukan pendekatan humanis, bahkan membuat surat kontrak perilaku dengan ketentuan yang telah ditetapkan sesuai peraturan disekolah namun keberhasilan belum dicapai dengan sempurna. Banyak peserta didik yang masih tidak menghiraukan apa yang sudah diupayakan guru bimbingan dan konseling.

Namun, jika merujuk pada studi pendahuluan, bahwa perilaku *school refusal* yang terjadi di beberapa peserta didik kelas X SMKN 2 Mojokerto dilatar belakangi oleh pandangan atau penilaian peserta didik yang keliru terhadap situasi dan keyakinannya seperti (1) merasa sangat sedih dan merasa tidak berharga setiap kali dia mendapat nilai yang rendah dalam ulangan matematika, dan hal ini membuatnya enggan pergi ke sekolah; (2) *Overgeneralization*, dimana peserta didik secara salah menginterpretasikan beberapa komentar kritis dari teman sekelasnya sebagai bukti bahwa semua temannya tidak menyukainya, maka dari itu dia enggan menghadiri sekolah; (3) merasa terbebani dan stress karena dia memiliki standar yang dangat tinggi guna dirinya sendiri, maka dari itu dia enggan pergi ke sekolah jika merasa tidak memenuhi harapannya sendiri; (4) merasa sangat cemas ketika guru akan menunjuknya guna menjawab pertanyaan di depan kelas, karena dia merasa tidak yakin dan takut

dipermalukan jika menjawab salah; (5) merasa tertekan akibat orang tuanya selalu menekankan pentingnya meraih nilai yang tinggi, ketika nilai yang diperoleh tidak memuaskan, ia merasa gagal dan menyalahkan diri sendiri.

Dalam menghadapi permasalahan *school refusal* yang disebabkan oleh faktor-faktor diatas, strategi yang tepat dalam layanan bimbingan dan konseling adalah melalui penggunaan layanan konseling individu *Rational Emotive Behavior* (REB) dengan menerapkan teknik *dispute irrational beliefs*.

Melalui pendekatan REBT yang berimplementasi pada teknik *dispute irrational beliefs* (DIBs) dapat memberikan gambaran kepada konseli guna mengidentifikasi dampak kepercayaan mereka terhadap emosi dan perilaku mereka, mengeksplorasi metode guna mengatasi pemikiran tersebut secara mandiri, dan belajar mengurangi gejala yang timbul melalui perubahan dalam pandangan hidup mereka (Paramatwa & Setiawati, 2022). Pada penggunaan teknik *dispute irrational beliefs* (DIBs) peneliti menggunakan tahapan *pragmatical disputing, logical disputing, dan empirical disputing*. Tahapan tersebut berkaitan dengan permasalahan *school refusal* dimana guru BK berperan aktif dalam menguatkan dan menyadarkan peserta didik agar tidak lagi memegang kepercayaan atau pemikiran yang irasional. Maka dari itu, peserta didik dapat mengurangi *irrational beliefs* tersebut dan mempertahankan perilaku adaptifnya baik di sekolah maupun diluar sekolah.

Tujuan dari penerapan konseling Rational Emotive Behavior dengan teknik *dispute irrational beliefs* adalah guna meingkatkan dan mengubah sikap, pandangan, pola pikir yang tidak rasional menjadi lebih logis dan rasional. Hal ini bertujuan guna membantu konseli mengembangkan diri dan meningkatkan kemauan mereka guna kembali bersekolah. Dalam konseling ini, peserta didik yang mengalami penolakan sekolah tinggi diajak guna berdiskusi dalam mengidentifikasi dan mengenali keyakinan irasional mereka. Selanjutnya, mereka didorong guna menantang keyakinan yang tidak rasional tersebut melalui pengajuan pertanyaan yang berkaitan dengan kondisi dan tantangan yang dialami konseli. Setelah itu, konseli didorong guna mengubah pemikiran dan keyakinan mereka menjadi lebih rasional, yang kemudian akan berdampak pada perubahan perilaku dan perasaan mereka yang baru.

Penerapan layanan konseling individu dalam intervensi ini memberikan manfaat dalam mengatasi masalah pribadi konseli dengan menekankan interaksi secara langsung. Hal tersebut selaras dengan pendapat Prayitno mengenai arti konseling individual yakni “konseling individual adalah jenis layanan konseling yang diberikan oleh konselor kepada konseli dengan tujuan membantu mengatasi masalah pribadi yang dialami oleh konseli” (Tutiona et al., 2016).

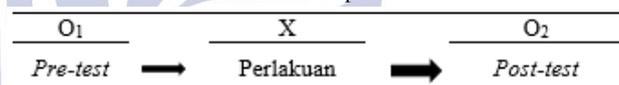
Berawal dari teori dan data lapangan, peneliti terdorong guna melanjutkan penelitian lebih mendalam

tentang konseling *Rational Emotive Behavior* terhadap perilaku penolakan sekolah peserta didik kelas X SMKN 2 Mojokerto. Mengingat, *school refusal* merupakan permasalahan yang kerap kali dirasakan beberapa peserta didik dan menimbulkan persoalan yang lebih kompleks dan menjadi salah satu fokus guru bimbingan dan konseling di sekolah.

## METODE

Penelitian ini memanfaatkan jenis penelitian eksperimen sebagai metode penelitiannya. Menurut Rachmawati dkk., (2018) penelitian eksperimen adalah metode sistematis yang dimaksudkan guna menguji hipotesis terkait hubungan sebab akibat. Dalam penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif karena data hasil penelitian diinterpretasikan dalam bentuk angka, perhitungan, dan nilai yang bersifat deterministik dari data numerik guna menentukan besaran suatu fenomena yang nantinya akan dibandingkan (Nurlan, 2019). Penelitian eksperimen ini menerapkan desain penelitian *pre-eksperimental one group pretest-posttest design*. Desainnya melibatkan kelompok yang menerima *pre-test* (O), *treatment* (X) dan *post-test*. Keberhasilan *treatment* ditentukan dengan membandingkan skor *pre-test* dan *post-test*.

Tabel 1. Desain penelitian.



Keterangan:

O<sub>1</sub> : Pemberian inventori *school refusal* sebelum perlakuan diberikan sebagai *pre-test*

X : *Treatment* kepada kelompok subjek berupa konseling individu teknik REBT

O<sub>2</sub> : Pemberian inventori *school refusal*

Desain penelitian ini merupakan desain penelitian sederhana dimana peneliti tidak melibatkan kelompok kontrol namun hanya satu kelompok eksperimen. Peneliti memilih menerapkan *one group pre-test post-test design* dikarenakan peneliti menemui kendala dan keterbatasan sumber daya seperti subjek penelitian, waktu penelitian, dan lokasi penelitian, serta memperhatikan kebermanfaatan dalam intervensi. Desain penelitian ini memungkinkan peneliti guna memperhatikan perubahan dalam satu kelompok subjek secara internal dan fokus pada perubahan individu dari waktu ke waktu daripada perbandingan antar kelompok.

Penelitian ini melibatkan dua kali tes. Tes awal dilaksanakan guna mengetahui hasil skor tingkat perilaku *school refusal* peserta didik sebelum dilaksanakannya *treatment*. Kemudian dilaksanakan *treatment* atau *treatment* terhadap peserta didik yang mengalami permasalahan *school refusal* dan tes akhir diberikan setelah subjek mendapatkan *treatment* yakni dengan

menerapkan konseling *Rational Emotive Behavior* (REB) dengan teknik *dispute irrational beliefs* (DIBs).

Penelitian ini dilaksanakan di SMKN 2 Mojokerto yang berlokasi di Jl. Pulorejo, Pulorejo, Kecamatan Prajurit Kulon, Kota Mojokerto, Jawa Timur. Penentuan lokasi penelitian tersebut didasarkan pada kesesuaian kondisi atau fakta lapangan dengan permasalahan yang diteliti. Pada penelitian ini, menerapkan metode pengambilan sampel *purposive sampling*. *Purposive sampling* menjadi salah satu strategi dari metode nonprobabilitas yang digunakan guna memilih subjek penelitian berdasarkan kriteria khusus yang telah ditetapkan oleh peneliti (Ul'fah Hernaeny, 2021).

Subjek merupakan peserta didik kelas X di SMKN 2 Mojokerto pada Tahun Ajaran 2022-2023. Subjek penelitian adalah peserta didik yang menunjukkan skor *school refusal* pada kategori tinggi.

Tabel 2. Rumus Pengkategorikan

Norma	Kategori
$X < \text{Mean} - \text{SD}$	Rendah
$\text{Mean} < X < \text{Mean} + \text{SD}$	Sedang
$X > \text{Mean} + \text{SD}$	Tinggi

Menimbang bahwa instrumen yang digunakan merupakan hasil adopsi dari penelitian Nursalim (2019) dengan kriteria dan subjek yang berbeda. Maka dari itu, peneliti tetap menguji instrumen tersebut dengan dilakukan pengujian validitas dan reliabilitas guna mengevaluasi keandalan instrumen yang akan dipakai. Adapun uji validitas dan reliabilitas yang peneliti gunakan adalah sebagai berikut:

#### Uji validitas

Pada penelitian ini, validitas instrument diuji dengan menggunakan perhitungan korelasi *product moment* dengan nilai  $r_{hitung} > r_{tabel}$  dan taraf signifikansi 5% yang dianalisis dengan dukungan *SPSS versi 25*. Guna menguji validitas instrumen tersebut diuji cobakan kepada kelompok diluar sampel penelitian pada peserta didik kelas X di SMKN 2 Mojokerto sejumlah 176 peserta didik dengan memberikan 34 item pernyataan kuesioner. Berikut disajikan tabel hasil uji validitas instrument dengan 34 item pernyataan

Tabel 3. Hasil Uji Validitas

No.	$r_{hitung}$	$r_{tabel}$	Keterangan
1.	0,542	0,148	Valid
2.	0,303	0,148	Valid
3.	0,429	0,148	Valid
4.	0,573	0,148	Valid
5.	0,593	0,148	Valid
6.	0,608	0,148	Valid
7.	0,504	0,148	Valid
8.	0,583	0,148	Valid
9.	0,475	0,148	Valid
10.	0,593	0,148	Valid

No.	$r_{hitung}$	$r_{tabel}$	Keterangan
11.	0,419	0,148	Valid
12.	0,437	0,148	Valid
13.	0,525	0,148	Valid
14.	0,236	0,148	Valid
15.	0,336	0,148	Valid
16.	0,409	0,148	Valid
17.	0,215	0,148	Valid
18.	0,578	0,148	Valid
19.	0,152	0,148	Valid
20.	0,412	0,148	Valid
21.	0,590	0,148	Valid
22.	0,515	0,148	Valid
23.	0,520	0,148	Valid
24.	0,589	0,148	Valid
25.	0,462	0,148	Valid
26.	0,281	0,148	Valid
27.	0,366	0,148	Valid
28.	0,480	0,148	Valid
29.	0,332	0,148	Valid
30.	0,332	0,148	Valid
31.	0,511	0,148	Valid
32.	0,326	0,148	Valid
33.	0,530	0,148	Valid
34.	0,585	0,148	Valid

Dari hasil uji validitas instrument menunjukkan bahwa 34 item pernyataan memiliki  $r_{hitung}$  melebihi  $r_{tabel}$  yang berarti seluruh item pernyataan dikatakan valid dan dapat digunakan dalam penelitian.

#### Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan mengevaluasi keakuratan data yang diukur dari sampel yang serupa selama periode waktu yang berbeda. Dalam eksperimen ini, realibilitas pengukuran diolah menggunakan rumus *cronbach's Alpha* dengan bantuan *SPSS for windows versi 25*. Pendekatan *cronbach's Alpha* didasarkan pada teori yang dikekumakan oleh Sujarweni (2014), di mana kuesione dianggap reliabel jika nilai *cronbach's Alpha*  $> 0,6$ .

Tabel 4. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>	Kategori	<i>N of Items</i>
<i>School Refusal</i>	.882		34

Hasil uji reliabilitas peneliti mendapatkan nilai *cronbach's Alpha* sebesar  $0,882 > 0,6$ , maka 34 pernyataan dalam kuesioner yang digunakan peneliti kepada responden adalah reliabel dan termasuk dalam kategori tinggi.

Teknik pengumpulan data yakni pendekatan yang dibutuhkan dalam penelitian dengan mengumpulkan data atau informasi tentang penelitian. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa skala *school refusal*. Skala *school refusal* tersebut disebarkan kepada responden melalui *Google Form*.

Pada pelaksanaannya, peserta didik diinstruksikan guna menjawab seluruh pernyataan berdasarkan kondisi yang dialami sebenarnya serta dilaksanakan sebelum dan setelah *treatment* diberikan. Data yang diperoleh dari skala adalah skor *school refusal* yang berpedoman pada parameter skala likert yang dirancang oleh Rensis Likert. Dengan rentang penilaian dari 1-4. Pilihan jawaban yang diberikan skor digambarkan dalam tabel berikut:

Tabel 5. Klasifikasi Skor Penilaian

	Klasifikasi Jawaban			
	Selalu (SL)	Sering (SR)	Jarang (JR)	Tidak Pernah (TP)
<i>Favorable</i>	4	3	2	1
<i>Unfavorable</i>	1	2	3	4

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data uji *non parametric* dengan menggunakan Uji Wilcoxon. Uji Wilcoxon bermaksud guna menunjukkan perbedaan antara dua kondisi yang saling berpasangan dari dua kelompok sampel yang memiliki anggota sampel yang sama (Heryana, 2017). Perhitungan uji Wilcoxon dilaksanakan dengan memanfaatkan analisis uji menggunakan program *SPSS versi 25*. Dengan memperhatikan tingkat signifikansi mencapai 5% atau 0,05 maka dapat ditentukan standar pengambilan keputusan uji Wilcoxon sebagai berikut :

- Jika nilai *asympt sig. (2-tailed) < 0,05* maka terdapat perbedaan yang signifikan ( $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima).
- Jika nilai *asympt sig. (2-tailed) > 0,05* maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan ( $H_0$  diterima  $H_a$  ditolak)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Data Pengukuran Awal

Penyajian data berupa data awal (*pre-test*) yang merupakan data pengukuran sebelum dan sesudah pemberian layanan atau *treatment* terhadap subjek penelitian. Pengukuran *pre-test* bertujuan memperoleh informasi tentang kondisi permulaan subjek penelitian. Data awal tersebut diperoleh dengan cara memberikan sebuah kuesioner berisikan skala *school refusal* yang telah tervalidasi dan telah diuji reliabilitasnya kepada peserta didik kelas X RPL 1, X RPL 2, X LPS 2, dan X Kuliner 3 di SMKN 2 Mojokerto. Hasil dari skala *school refusal* tersebut digolongkan menjadi 3 kategori yakni tinggi, sedang, dan rendah.

Subjek dalam penelitian ini merupakan 6 peserta didik dengan kriteria skor skala *school refusal* tertinggi dan bersedia diberikan *treatment* dari keseluruhan peserta didik kelas X RPL 1, X RPL 2, X LPS 2, dan X Kuliner 3 SMKN 2 Mojokerto. Berikut penentuan pengkategorian skor *school refusal* peserta didik berdasarkan hasil *pre-test*:

- Kategori tinggi  
=  $Mean + 1SD \leq X$   
=  $85 + 17 \leq X$   
=  $102 \leq X$

- Kategori sedang  
=  $Mean - 1SD \leq X < M + 1SD$   
=  $85 - 17 \leq X < 85 + 17$   
=  $68 \leq X < 102$
- Kategori rendah  
=  $X < Mean - 1SD$   
=  $X < 85 - 17$   
=  $X < 68$

Dari total 135 peserta didik yang mengisi skala *school refusal*, terpilih 8 peserta didik yang termasuk dalam kategori tinggi sebagai subjek penelitian. Sebelum penetapan subjek penelitian, peneliti menyerahkan lembar *informed consent* kepada 8 peserta didik tersebut, 2 peserta didik menolak guna menjadi subjek penelitian dengan alasan tertentu, maka dari itu diputuskan subjek penelitian yang mendapat *treatment* menjadi 6 peserta didik. Berikut ini adalah data awal dari peserta didik yang terpilih sebagai subjek dalam penelitian:

Tabel 6. Hasil Skor pretest subyek penelitian

Nama	Pre-test	Kategori
KMB	112	TINGGI
MDR	109	TINGGI
AR	107	TINGGI
NAF	110	TINGGI
FAP	107	TINGGI
NAVD	111	TINGGI

Data diatas merupakan hasil skor *pre-test* yang menunjukkan kondisi permulaan skor *school refusal* subjek penelitian sebelum menerima *treatment*. Setelah mengetahui data hasil *pre-test* subjek penelitian, maka langkah selanjutnya dilaksanakan pemberian perlakuan berupa konseling *Rational Emotive Behavior* dengan teknik *dispute irrational beliefs* secara individu kepada 6 subjek penelitian.

### Data Pengukuran Akhir Posttest

Setelah pemberian *treatment* konseling *Rational Emotive Behavior* dengan teknik *dispute irrational beliefs* terhadap 6 subjek penelitian dilaksanakan, maka langkah selanjutnya adalah pengukuran kembali (*post-test*) kepada 6 subjek penelitian dengan tujuan mengetahui ada tidaknya perbedaan atau perubahan yang terjadi kepada 6 subjek tersebut setelah diberikan *treatment*. Kegiatan pengukuran akhir (*post-test*) dilaksanakan setelah melalui 5 tahapan konseling pada 6 subjek penelitian sebelumnya yang dapat dijabarkan sebagai berikut :

- KMB : Jumat, 7 April 2023
- MDR : Jumat, 7 April 2023
- AR : Senin, 10 April 2023
- NAF : Rabu, 12 April 2023
- FAP : Senin, 10 April 2023
- NAVD : Selasa, 11 April 2023

Berikut merupakan data perolehan pengukuran akhir (*post-test*), yakni :

Tabel 7. Data Hasil Post-test Subjek Penelitian

Nama	Post-test	Kategori
KMB	93	SEDANG
MDR	75	SEDANG
AR	71	SEDANG
NAF	83	SEDANG
FAP	85	SEDANG
NAVD	87	SEDANG

Berdasarkan hasil sajian data yang terlampir diatas, diketahui bahwa terdapat penurunan skor *school refusal* dari keseluruhan atau keenam (6) subjek penelitian setelah pemberian *treatment* konseling *Rational Emotive Behavior* dengan teknik *dispute irrational beliefs*

**Analisis Hasil Penelitian**

Setelah mengetahui perolehan data *pre-test* dan *post-test* dari pemberian *treatment* konseling *Rational Emotive Behavior* dengan teknik *dispute irrational beliefs*, tahap selanjutnya adalah melakukan perbandingan antara hasil pengukuran sebelum dan sesudah pemberian *treatment* guna mengetahui perbedaannya. Guna menganalisis perbedaan tersebut, digunakan metode statistik non parametrik yakni uji Wilcoxon dengan bantuan program SPSS versi 25. Adapun hasil perhitungan uji Wilcoxon disajikan sebagai berikut:

**Tabel 8.** Hasil Perhitungan Uji Wilcoxon Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Pretest - Posttest	Negative Ranks	6 <sup>a</sup>	3,50	21,00
	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	0,00	0,00
	Ties	0 <sup>c</sup>		
	Total	6		
Test Statistics <sup>a</sup>				
				Posttest - Pretest
Z				-2.207 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)				0,027

Berdasarkan sajian tabel data diatas dapat diketahui pada bagian kolom *negative ranks* menunjukkan adanya 6 data negatif (N), Hal ini dapat diartikan bahwa terdapat 6 peserta didik mengalami penurunan skor dengan *mean rank* sebesar 3,50 dan *sum of ranks* sebesar 21,00. Selanjutnya pada bagian kolom *test statistics* diketahui bahwa nilai Z sebesar -2,207 (tanda – tidak relevan, karena menunjukkan arah) dengan *asympt. Sig (2-tailed)* sebesar 0,027. Jika berpedoman pada ketetapan  $\alpha$  (taraf kesalahan) sebesar 5% maka z tabel 1,927. Dikarenakan nilai z hitung lebih besar dari 1,927 (z hitung > z tabel), dengan demikian *H0* ditolak. Oleh karena angka probablilitas pada kolom *Asymp. Sig (2-tailed)* adalah 0,027 yang lebih kecil dari 0,05 ( $p < \alpha$ ) maka keputusannya adalah menolak *H0* dan menerima *Ha*, yang artinya ada penurunan skor *school refusal* peserta didik kelas X SMKN 2 Mojokerto setelah pemberian *treatment* konseling *Rational Emotive Behavior*.

Setelah pemberian *treatment* konseling individu, didapati perbedaan skor antara *pre-test* dan *post-test school refusal* dari subjek penelitian. Adapun perbedaan hasil data tersebut dapat dilihat dalam tabel berikut:

**Tabel 9.** Hasil analisis pretest dan posttest

No.	Nama	Pre-test	Post-test	Selisih	Keterangan
1.	KMB	112	93	19	Menurun
2.	MDR	109	75	34	Menurun
3.	AR	107	71	36	Menurun
4.	NAF	110	83	27	Menurun
5.	FAP	107	85	22	Menurun
6.	NAVD	111	87	24	Menurun
<b>Rata-rata</b>		109,3	82,3		

Dari data yang tercantum dalam tabel 4.5 diketahui bahwa keenam subjek penelitian mengalami penurunan nilai *school refusal* dengan perbedaan yang bervariasi. Penurunan nilai tersebut terlihat dari hasil perhitungan rata-rata nilai *pre-test* sebesar 109,3 dan rata-rata nilai *post-test* sebesar 82,3. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat selisih penurunan skor sebanyak 27. Dengan begitu, dapat dikatakan bahwa penerapan konseling *Rational Emotive Behavior* dengan teknik *dispute irrational beliefs* dapat mengurangi perilaku *school refusal* peserta didik. Sehingga hipotesis yang berbunyi “ada penurunan skor *school refusal* peserta didik kelas X SMKN 2 Mojokerto setelah pemberian *treatment* konseling *Rational Emotive Behavior* “ diterima

**Pembahasan**

Penelitian diawali dengan pengambilan data awal (*pre-test*) yang diperoleh dari pembagian skala *school refusal* terhadap 176 peserta didik. Skala tersebut terdiri dari 34 item pernyataan yang kemudian dianalisis menggunakan SPSS versi 25 guna menguji validitas dan realibilitasnya. Hasil dari uji validitas diperoleh 34 item yang dinyatakan valid dengan nilai korelasi berkisar 0,152-0,608. Sedangkan hasil uji reliabilitas menggunakan *alpa cronbach* diperoleh 0,882 yang menunjukkan keandalan yang tinggi.

Tahap selanjutnya setelah menguji validitas dan reabilitas dilaksanakan penyebaran skala *school refusal* guna memperoleh data awal (*pre-test*). Pengukuran awal (*pre-test*) dilaksanakan dengan memberikan skala *school refusal* kepada peserta didik yang berjumlah 135 terdiri dari kelas X RPL 1, X RPL 2, X LPS 2, dan X Kuliner 3 SMKN 2 Mojokerto. Setelah data pengukuran awal (*pre-test*) diperoleh dilaksanakan analisis dengan mengkategorikan menjadi tiga yakni tinggi, sedang, dan rendah. Dari hasil analisis skala *school refusal* didapatkan 8 peserta didik mendapatkan nilai dengan kategori tinggi yang menandakan bahwa peserta didik tersebut mengalami *school refusal* dan dapat dijadikan sebagai subjek penelitian. Namun dari 8 peserta didik tersebut hanya 6 peserta didik yang bersedia guna melakukan *treatment (treatment)* sedangkan 2 peserta didik lainnya tidak bersedia karena alasan tertentu, maka dari itu diputuskan subjek penelitian yang mendapatkan *treatment* berjumlah 6 peserta didik.

Kemudian 6 subjek penelitian menjalani *treatment (treatment)* konseling individu *rational emotive behavior*. Konseling individu *rational emotive behavior* menggunakan teknik *dispute irrational beliefs* dilaksanakan sebanyak 5 kali sesi. Sesi sebanyak 5 kali tersebut diharapkan mampu mengembalikan pemikiran irasional mereka menjadi pemikiran yang lebih rasional. Pernyataan tersebut sejalan dengan Paramatata & Setiawati (2022) yang menyatakan pendekatan REBT yang berimplementasi pada teknik *dispute irrational beliefs* dapat memberikan gambaran kepada konselor agar menelusuri, mencari, menemukan, mempertanyakan, membantah, mendebat, dan menentang keyakinan irasional individu hingga tidak memegang kepercayaan tersebut serta individu mampu mencapai perubahan emosi serta perilaku yang lebih baik. Hasil dari *treatment (treatment)* yang telah didapatkan kemudian akan dilaksanakan analisis.

Analisis hasil *treatment (treatment)* terhadap 6 subjek penelitian diperoleh bahwa ada perubahan yang terjadi pada setiap subjek. Perubahan tersebut ditunjukkan pada sesi ketiga dimana para peserta mulai mampu mengidentifikasi pemikiran irasionalnya setelah konseli melakukan *empirical disputing*. Pemikiran irasional yang muncul seperti dipermalukan orang lain ketika salah berperilaku, ketidak mampuan menyelesaikan tugas, merasa selalu disalahkan, bahkan sampai tuntutan akademik menunjukkan adanya *activating event (A)*, dan *belief (B)* subjek sama seperti teori A-B-C-D-E-F yang telah dijelaskan peneliti. Pemikiran irasional dari subjek ini juga memunculkan *self defeating* seperti *demanding* (permintaan/ tuntutan pada diri yang berlebihan) terlihat ketika subjek mendapatkan tuntutan akademik dari orangtua, *self rating* (penilaian diri yang berlebihan) terlihat ketika subjek memiliki jabatan yang banyak tanggung jawab, bahkan sampai *procrastination* (kebiasaan menunda-nunda pekerjaan). Hal ini juga didukung dengan pernyataan Purwanto (2020) bahwa perilaku *school refusal* memiliki berbagai bentuk penolakan yang seringkali dilaksanakan peserta didik dengan macam alasan seperti sering tidak mengikuti kegiatan pembelajaran di dalam maupun luar kelas tanpa keterangan, izin keluar kelas saat pembelajaran berlangsung dan tidak kembali, serta tidak masuk kelas saat jam istirahat selesai. Nasution (2017) juga menyatakan bahwa ciri peserta didik mengalami *school refusal* adalah 1) Sering tidak menghadiri kegiatan pembelajaran di sekolah, 2) masuk sekolah namun tidak mengikuti kegiatan pembelajaran sampai selesai, 3) ketika berangkat sekolah ia mengalami masalah yang berat seperti tantrum, dan 4) mengalami kecemasan ketika pergi sekolah maka dari itu menimbulkan keluhan fisik yang dirasakan berulang kali.

Pemikiran irasional tersebut kemudian dikonfrontasi dalam tahap *logical disputing* dan *pragmatical disputing*. *Logical disputing* yang dilaksanakan peneliti terhadap subjek seperti memberikan pertanyaan pembanding, melakukan pertentangan terhadap penilaian diri yang berlebihan, dan mencoba mengukur kemampuan subjek sampai sejauh mana, hal ini mampu mengarahkan subjek guna bisa menerima diri. Selanjutnya peneliti melakukan *pragmatical disputing* seperti mengoreksi kesalahan pandangan subjek (*correct miss perception of reality*), memunculkan pemikiran positif dengan memberikan contoh sikap positif, sampai subjek dapat mengembangkan pemikiran rasionalnya. Hal tersebut juga sejalan dengan teori A-B-C-D-E-F yang telah dijelaskan peneliti khususnya pada poin D (*discuss, dispute, and debate*), E (*effect*), dan F (*feel*). Dari tahap yang telah dilaksanakan itu subjek menunjukkan perubahan dengan mulai membangun pemikiran rasionalnya yang lebih positif dan kritis.

Pernyataan tersebut juga memberikan penguatan terhadap asumsi peneliti maupun pernyataan Goerge dan Christiani (dalam Komalasari & Wahyuni, 2018) bahwa individu memiliki ciri-ciri berupa pikiran dan perasaan negatif dan merugikan diri sendiri dapat diatasi dengan mengubah pandangan dan pikiran mereka sampai menjadi masuk akal dan rasional. Hasil penelitian lain yang relevan dan mendukung adalah penelitian yang dilaksanakan oleh Oktaviani (2018) dengan judul “Penerapan Konseling Rasional Emotif (REP) Guna Mengurangi *School Refusal* (Penolakan Sekolah) Siswa kelas VIII SMPN 1 Cerme” yang menyatakan bahwa penerapan konseling *Rational Emotive Behavior* dapat mengurangi perilaku *school refusal* peserta didik kelas VIII di SMPN 1 Cerme.

Setelah peneliti melakukan *treatment (treatment)* terhadap subjek, peneliti melakukan pengukuran akhir (*post-test*) guna melihat perubahan skor yang terjadi pada subjek sesudah diberikan pelakuan pada saat konseling berlangsung. Dari hasil *post-test* diperoleh data yakni 6 subjek mengalami penurunan nilai *school refusal* dibandingkan dengan data awal saat dilaksanakan *pre-test*. Penurunan nilai *school refusal* ditunjukkan pada hasil rata-rata nilai *pre-test* sebesar 109,3 dan rata-rata nilai *post-test* sebesar 82,3. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat selisih penurunan skor sebanyak 27

Jika dilihat dari hasil secara individu mulai dari subjek KMB memperoleh hasil *pre-test* 112, *post-test* 93 selisih 19, subjek MDR memperoleh hasil *pre-test* 109, *post-test* 75 selisih 34, subjek AR memperoleh hasil *pre-test* 107, *post-test* 71 selisih 36, subjek NAF memperoleh hasil *pre-test* 107, *post-test* 83 selisih 27, subjek FAP memperoleh hasil *pre-test* 107, *post-test* 85 selisih 22, dan subjek NAVD memperoleh hasil *pre-test* 111, *post-test* 87 selisih

24. Hasil tersebut sudah menunjukkan adanya penurunan nilai *school refusal* dari masing-masing subjek.

Dari hasil analisis penerapan konseling *Rational Emotive Behavior* teknik *dispute irrational beliefs* guna mengurangi perilaku *school refusal*, ditemukan bahwa individu yang menjadi subjek penelitian mampu melaksanakan proses konseling dengan baik. Konselor dan konseli mengikuti tahapan konseling sesuai prosedur yang telah ditetapkan sebelumnya, yang berbeda hanyalah pada jumlah pertemuan pada setiap konselinya. Dimana pada sesi kedua yang memuat satu tahapan konseling yang sebenarnya dirancang guna dapat dilaksanakan satu pertemuan terbagi menjadi dua pertemuan. Begitu juga pada sesi ketiga yang memuat dua tahapan sekaligus, dapat selesai dalam satu pertemuan dan guna beberapa konseli perlu dilaksanakan lebih dari satu pertemuan.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa subjek KMB mengalami kesulitan dan membutuhkan waktu lebih lama dalam melaksanakan praktik teknik *dispute irrational beliefs* pada tahap *empirical disputing* selama sesi latihan saat pelaksanaan konseling. Perihal tersebut disebabkan subjek penelitian memerlukan suasana yang nyaman dan damai serta kepercayaan yang lebih kepada konselor guna berani mengungkapkan permasalahan yang sedang dialami dan mengidentifikasi keyakinan irasional yang dimilikinya. Sama halnya dengan subjek FAP dan NAVD, subjek-subjek tersebut membutuhkan waktu lebih lama dengan menambahkan pertemuan pada tahap *logical disputing* dan *pragmatical disputing*. Hal ini dikarenakan subjek merasa kesulitan dalam mengakses keyakinan irasional mereka akibat kurangnya pemahaman tentang *irrational beliefs* diantara peserta didik.

Perbedaan kondisi fisik konseli dan kemampuan mereka dalam memahami makna dan tujuan konseling menyebabkan variasi dalam durasi dan jumlah pertemuan konseling. Ada yang dapat mencapai tujuan konseling dalam satu sesi selama 40 menit, sementara ada yang membutuhkan waktu yang lebih lama.

Berdasarkan hasil analisis individual sebenarnya subjek memiliki kepercayaan terhadap pemikiran rasional, hanya saja mereka memiliki ketakutan yang berlebih maka dari itu kepercayaan atau pemikiran rasionalnya tidak berkembang. Hal ini sejalan dengan Ellis dalam Corey (2013) yang menjelaskan bahwa sejak lahir, kita secara alami memiliki keinginan dan potensi guna berkembang dan mencapai potensi terbaik kita, namun seringkali kita menghalangi kemajuan diri kita sendiri karena pola pikir yang kita pelajari tentang diri kita sendiri. Subjek nampak tidak mengalami kesulitan yang berarti ketika mengidentifikasi apa saja pemikiran irasionalnya, mengkonfrontasi dengan pemikiran yang lebih logis, bahkan sampai pada subjek mampu berpikir rasional yang lebih positif. Maka dari itu peneliti bisa lebih maksimal

dalam mengarahkan subjek (konseli) guna berpikir lebih rasional. Selain itu peneliti juga memberikan penguatan berupa motivasi kepada subjek agar pemikiran yang sudah dibangun mampu konsisten guna dilaksanakan.

Kemudian hasil akhir dari *pre-test* dan *post-test* dianalisa menggunakan uji wilcoxon dengan SPSS versi 25. Dari hasil uji tersebut diperoleh bahwa 6 data negatif (N) yang menunjukkan bahwa 6 subjek mengalami penurunan skor, dengan *mean rank* sebesar 3,50, dan *sum of ranks* sebesar 21,00. Selanjutnya pada kolom *test statistic* diketahui nilai Z sebesar -2,207 dengan *asympt. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,027. Jika berpedoman pada ketetapan  $\alpha$  (taraf kesalahan) sebesar 5% adalah 0,05 maka hasil tersebut menunjukkan bahwa  $0,027 < 0,05$  maka dari itu dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa konseling *rational emotive behavior* dengan teknik *dispute irrational beliefs* dapat mengurangi perilaku *school refusal* peserta didik kelas X SMKN 2 Mojokerto

## PENUTUP

### Simpulan

Merujuk pada hasil penelitian serta pengolahan data yang sudah dilaksanakan, bisa diputuskan bahwa penerapan layanan konseling *Rational Emotive Behavior* dengan teknik *dispute irrational beliefs* secara signifikan dapat menurunkan skor *school refusal* peserta didik kelas X SMKN 2 Mojokerto dengan fokus mengenali pemikiran dan keyakinan individu yang mendasari perilaku mereka.

Keberhasilan penerapan layanan konseling *Rational Emotive Behavior* dengan teknik *dispute irrational beliefs* dibuktikan dengan variasi dalam nilai rata-rata *post-test* 82,3 dengan total nilai rata-rata sebelum menjalani proses konseling *Rational Emotive Behavior* dengan teknik *dispute irrational beliefs* dimana nilai *pre-test* adalah 109,3. Selanjutnya, berdasarkan hasil analisis uji Wilcoxon menggunakan SPSS versi 25, diperoleh nilai  $z = -2.207$  dengan nilai probabilitas 0.027. Karena  $p < \alpha$ , maka keputusannya adalah  $H_0$  ditolak, artinya ada penurunan skor *school refusal* peserta didik kelas X SMKN 2 Mojokerto setelah pemberian *treatment* konseling *Rational Emotive Behavior*.

### Saran

Berpedoman pada hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, rekomendasi yang dapat diajukan yakni:

- Bagi guru BK atau konselor perlu meningkatkan dan memperbarui pengetahuan serta keterampilan mereka dalam memberikan layanan konseling *Rational Emotive Behavior* teknik *dispute irrational belief* agar dapat memberikan layanan yang berkualitas dan efektif bagi peserta didik, serta menjadi solusi yang

tepat dalam mengatasi masalah school refusal peserta didik.

- Bagi peneliti berikutnya yang tertarik melakukan studi serupa, diharapkan dapat mencermati lamanya durasi konseling sebagai pertimbangan dan jika dimungkinkan dapat menggunakan desain kelompok kontrol guna menilai efektivitas *treatment* dengan lebih akurat serta menjaga validitas internal yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hemasti, R. A. G., Rahman, P. R. U., Rumanti, G. K., & Simatupang, M. (2023). Stres Akademik Ditinjau Dari Self-Regulated Learning Dan Student Well-Being Pada Siswa Kelas X Di Smkn 1 Karawang. *Jurnal Ilmiah Global Education*, 4(1), 88–95.
- Heryana, A. (2017). Uji Mcnemar Dan Uji Wilcoxon (Uji Hipotesa Non-Parametrik Dua Sampel Berpasangan). *Catatan Ade Heryana, May*, 3–8.
- Heyne, D. (2022). Practitioner Review: Signposts For Enhancing Cognitive-Behavioral Therapy For School Refusal In Adolescence. *Zeitschrift Für Kinder-Und Jugendpsychiatrie Und Psychotherapie*.
- Ingul, J. M., Havik, T., & Heyne, D. (2019). Emerging School Refusal: A School-Based Framework For Identifying Early Signs And Risk Factors. *Cognitive And Behavioral Practice*, 26(1), 46–62.
- Insiyroh, L. (2017). *Studi Tentang Penanganan Siswa Yang Terlambat Tiba Di Sekolah Oleh Guru Bk Sma Negeri 1 Gresik*. State University Of Surabaya.
- Lestari, M. D., & Nursalim, M. (2020). Studi Kepustakaan Faktor-Faktor Penyebab “School Refusal” Di Sekolah Dasar. *Jurnal Bk Unesa*, 11(4), 565–582.
- Nasution, E. S. (2017). Gambaran School Refusal Pada Anak. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan Sdm*, 6(1).
- Novitasari, Z., Aliriad, H., & Khotimah, K. (2018). Keefektifan Teknik Behavior Contract Guna Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Smk Pondok Pesantren Abu Dzarrin Bojonegoro. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 7(2), 31–34.
- Nurlan, F. (2019). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Cv. Pilar Nusantara.
- Nursalim, M. (2019). *Kemampuan Konseling Bescb (Brief Ego State Cognitive-Behavioral) Guna Mengurangi Mogok Sekolah Pada Siswa Sekolah Menengah Atas*. Universitas Negeri Malang.
- Nursalim, M., Hidayah, N., Atmoko, A., & Radjah, C. L. (2018). Pattern Of School Refusal Behavior On Students; Background, Triggers, Family Profile And Treatment. *European Journal Of Education Studies*.
- Oktaviani, T. L. (2018). *Penerapan Konseling Kelompok Rasional Emotif Perilaku (Rep) Guna Mengurangi School Refusal (Penolakan Sekolah) Siswa Kelas Viii Smpn 1 Cerme*. State University Of Surabaya.
- Paramatatwa, Z. D., & Setiawati, D. (2022). Efektivitas Teknik Dispute Irrational Belief Guna Meningkatkan Self Efficacy Dalam Pemilihan Karier Siswa Sma. *Jurnal Bk Unesa*, 12(4).
- Purwanto, E. (2020). Menurunkan Perilaku Membolos Dengan Teknik Kontrak Perilaku Di Sma Negeri 2 Sangatta Utara. *Jurnal Inovasi Bimbingan Dan Konseling*, 2(2), 57–64.
- Rachmawati, D. W., Ghozali, M. I., Nasution, B., Firmansyah, H., Asiah, S., Ridho, A., & Kusuma, Y. Y. (2018). *Teori Dan Konsep Pedagogik*. Jakarta: Insania.
- Sriyanto, H., & Nuh, A. (2023). Bagian Iii Pentingnya Pendidikan Karakter. *Wawasan Pendidikan Global*, 47.
- Sujarweni, W. (2014). *Spss Guna Penelitian*. Yogyakarta Pustaka Baru Press, 2014.
- Susanto, A. (2021). *Pendidikan Anak Usia Dini: Konsep Dan Teori*. Bumi Aksara.
- Tutiona, M. Y., Munir, A., & Ratu, B. (2016). Upaya Mengurangi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Dengan Teknik Behavior Contract Pada Siswa Smp Negeri 6 Palu. *Jurnal Konseling Dan Psikoedukasi*.
- Ul’fah Hernaeny, M. P. (2021). Populasi Dan Sampel. *Pengantar Statistika 1*, 33.