**BAB II**

**TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA PIKIR DAN HIPOTESIS**

1. **Tinjauan Pustaka**
2. **Konseling Kelompok**
3. **Pengertian Konseling Kelompok**

Konseling kelompok (*group* counseling) merupakan salah satu bentuk konseling dengan memamfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (*feedback*) dan pengalaman belajar. Konseling kelompok dalam prosesnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok (*group dynamic*). Menurut Latipun (2005: 147).

Konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu dalam rangka memberikan kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Selain bersifat pencegahan, konseling kelompok dapat pula bersifat penyembuhan.

Menurut Nurihsan (2005: 21)bahwa :

Konseling kelompok adalah suatau upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan,dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya. Konseling kelompok berssifat pencegahan, dalam arti bahwwa konseli yang bersangkutan mempunyai kemampuan untuk berfungsi secara wajar dalam masyrakat, tetapi mungkin memiliki suatu titik lemah dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain.

Konseling kelompok bersifat pemberian kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti bahwa konseling kelompok itu menyajikan dan memberikan dorongan kepada individu-individu yang bersangkutan untuk mengubah dirinya selaras dengan keinginannya sendiri. Dalam hal ini, individu-individu tersebut didorong untuk melakukan tindakan yang selaras dengan kemampuanya semaksimal mungkin melalui perilaku perwujudan diri.

Konseling kelompok adalah suatu proses antarpribadi yang dinamis yang terpusat pada pemikiran dan perilaku yang sadar dan melibatkan fungsi-fungsi terapi seperti sifat permisif, orientasi pada kenyataan, katarsis, saling mempercayai, saling memperlakukan dengan mesra, saling pengertian dan saling menerima dan saling mendukung. Fungsi-fungsi terapi itu diciptakan dan dikembangkan dalam suat kelompok kecill melalui cara saling mempedulikan diantara para peserta konseling kelompok. Konseli dalam konseling kelompok pada dasarnya adalah individu-individu normal yang meemiliki berbagai kepedulian dan persoalan yang tidak memerlukan perubahan kepribadian dalam penanganannya. Konseli dalam konseling kelompok dapat menggunakan interaksi dalam kelompok untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap nilai-nilai dan tujuan-tujuan tertentu utnuk meempelajari atau menghilangkan sikap-sikap dan perilaku tertentu. Sebab pada konseling kelompok juga ada pengungkapan dan pemahaman masalah konseli, penelusuran sebab-sebab timbulnya masalah, upaya pemecahan masalah, kegiatan evaluasi dan tindak lanjut.

1. **Manfaat dan Tujuan Konseling Kelompok**

Menurut Winkel & Hastuti (2005:345) Konseling kelompok dapat bermanfaat karena melalui interaksi dengan semua anggota kelompok dapat memenuhi kebutuhan psikologis, seperti kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan teman-teman sebaya dan diterima oleh mereka; kebutuhan untuk bertukar pikiran dan berbagai perasaan; kebutuhan menemukan nilai-nilai kehidupan sebagai pegangan; dan kebutuhan untuk menjadi lebih independent serta lebih mandiri.

Dalam suasana konseling kelompok individu akan merasa lebih mudah membicarakan persoalan mendesak yang mereka hadapi daripada dalam konseling individual; lebih rela menerima sumbangan pikiran dari seorang rekan konseli ataupun konselor yang memimpin kelompok itu daripada mereka berbicara dalam koneling individual; lebih bersedia membuka isi hatinya bila menyaksikan rekannya tidak malu untuk berbicara jujur dan terbuka; lebih terbuka terhadap tuntutan mengatur tingkah lakunya supaya terbina hubungan sosial yang lebih baik; dan merasa lebih bergembira dalam hidup karena menghayati suasana kebersamaan dan persatuan yang lebih memuaskan bagi mereka daripada komunikasi dengan anggota keluarganya sendiri. Bagi konselor sendiri, konseling kelompok juga dapat sangat bermanfaat karena mendapat beberapa keuntungan seperti kesempatan untuk mengobservasi perilaku para konseli yang sedang berinteraksi satu sama lain; membuktikan dirinya sebagai orang yang bersedia melibatkan dirinya sebagai orang yang bersedia melibatkan diri dalam seluk beluk kehidupan dengan ikut berbicara sebagai partisipan dalam diskusi; dan dapat melayani lebih banyak orang daripada bila hanya tersedia kesempatan untuk berkonseling secara individual.

Menurut Winkel & Hastuti (2005:345) bahwa dapat ditemukan sejumlah tujuan umum dari pelayanan bimbingan dalam bentuk konseling kelompok sebagai berikut :

* 1. Masing-masing konseli dapat memahami dirinya dengan lebih baik dan menemukan dirnya sendiri. Berdasarkan pemahaman diri itu dia lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek-aspek positif dalam kepribadiannya.
  2. Para konseli mengembangkan kemampuan berkomunikasi satu sama lain, sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas untuk fase perkembangan mereka.
  3. Para konseli memperoleh kemampuan mengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula-mula dalam kontak antarpribadi di dalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari-hari di luar lingkungan kelompoknya.
  4. Para konseli menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain. Kepekaan dan penghayatan ini akan membuat mereka lebih sensitive juga terhadap kebutuhan psikologis dan alam perasaan sendiri.
  5. Masing-masiing konseli menetapkan suatu sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam dalam sikap dan perilaku yang lebih kostruktif
  6. Para konseli lebih menyadari dan mengayati makna dari khidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan menerima orang lain dan harapan akan diterima oleh orang lain.
  7. Masing-masing konseli semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya kerap juga mnimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain. Dengan demikian, dia tidak akan merasa terisolir lagi, seolah-olah hanya dialah yang mengalami ini dan itu.
  8. Para konseli belajar berkomunikasi dengan selruh anggota kelompok secara terbuka, dengan saling menghargai dan saling menaruh peratian. Pengalaman bahwa komunikasi yang demikian dimungkinkanakan membawa dampak positif dalam kehidupan dengan orang lain yang dekat padanya.

1. **Kelebihan dan Kekurangan Konseling Kelompok**

Dalam pelaksanaan konseling kelompok terdapat beberapa kelebihan, sebagai berikut:

1. Praktis.
2. Anggota belajar berlatih perilakunya yang baru.
3. Kelompok dapat dipakai untuk belajar mengekspresikan perasaan, perhatian dan pengalaman.
4. Anggota belajar ketrampilan sosial, belajar berhubungan pribadi lebih mendalam.
5. Kesempatan dan menerima di dalam kelompok.

Selain kelebihan dalam pelaksanaan konseling kelompok, juga terdapat beberapa kelemahan dari pelaksanaan konseling kelompok sebagai berikut:

1. Tidak semua orang cocok dengan kelompok.
2. Perhatian konselor lebih menyebar.
3. Sulit di bina kepercayaan.
4. Konseli mengharapkan lebih banyak dari kelompok.
5. Kelompok bukan dijadikan sarana berlatih melakukan perubahan, tetapi sebagai tujuan.

Yang terpenting dalam konseling kelompok adalah konselor harus mempunyai dasar teori dan terlatih untuk memimpin kelompok, karena dikhawatirkan membuat lebih buruk keadaan.

1. **Faktor-faktor Kuratif dalam Konseling Kelompok**

Menurut Yalom (Latipun, 2005: 161) ada 11 aspek yang terdapat pada faktor-faktor kuratif dalam pelaksanaan konseling kelompok, yakni :

1. Pembinaan Harapan

Harapan konseli untuk berubah akan membuatnya bertahan dalam konseling. Apalagi bila ada temannya yang berhasil sebagai saksi dalam konseling.

1. Universalitas

Konseli sering beranggapan bahwa dia sendiri yang memiliki masalah dan masalahnya itu unik yang orang lain tidak akan pernah memiliki. Namun ketika konseli tahu berbagai masalah yang juga unik yang dihadapi oleh anggota kelompok, maka dia akan merasakan dirinya tidak sendiri, tidak terisolasi.

1. Penerangan

Penerangan bersifat didaktis yang dapat dilakukan oleh profesional atau anggota. Misalnya, cara belajar yang baik, cara menumbuhkan kepercayaan diri, topik kesehatan mental.

1. Altruisme

Konseling kelompok melatih anggota menerima dan memberi. Mungkin selama ini dia menganggap dirinya sebagai beban keluarga, namun dalam konseling kelompok dia bisa berperan penting bagi orang lain. Dia dapat menolong, memberikan dukungan, keyakinan, saran-saran pada anggota lain, sehingga dapat meningkatkan harga dirinya, merasa berharga.

1. Pengulangan Korektif Keluarga Asal

Konselor, asisten konselor dan anggota kelompok dapat dipandang sebagai representasi dari keluarga asal konseli. Konseli seperti mengulang pengalaman masa kecilnya dalam keluarga asal. Dari sini konseli akan belajar perilaku baru dalam berhubungan dengan orang lain.

1. Pengembangan Teknik Sosialisasi

Umpan balik balik dari anggota akan menolong konseli untuk merubah sikapnya dalam berhubungan dengan orang lain.

1. Peniruan Perilaku

Seringkali konseli memperoleh manfaat dari pengamatannya dalam proses konseling kelompok. Konseli dapat mengamati dan meniru cara konselor maupun anggota lain dalam bersikap, memecahkan masalah.

1. Belajar Berhubungan dengan Pribadi Lain

Kelompok merupakan mikrokosmik sosial. Jika konseli dapat berhasil berinteraksi dengan baik dalam kelompok, maka pengalaman ini dapat diharapkan untuk dilakukan di luar kelompok.

1. Rasa Kebersamaan

Rasa tertarik anggota pada kelompok dapat membuat rasa bersatu, satu anggota dengan yang lain bisa saling menerima, sehingga dapat membentuk hubungan yang berarti dalam kelompok.

1. Katarsis

Katarsis merupakan faktor penyembuh dalam konseling kelompok. Konseli datang dengan penuh gejolak emosi, dalam konseling konseli dapat mengekspresikannya dengan bantuan konselor maupun anggota lainnya.

1. Eksistensi

Kadang-kadang ada konseli yang menganggap bahwa hidup ini tidak adil dan tidak seimbang. Konseli kemudian mempertanyakan tentang hidup dan mati. Didalam konseling kelompok topik seperti ini dapat timbul dan didiskusikan. Tanggapan dan dukungan dari anggota lain akan sangat banyak menolong.

1. **Proses dan Tahapan Konseling Kelompok**

Penyelenggaraan konseling kelompok memerlukan persiapan dan praktik pelaksanaan kegiatan yang memadai, dari langkah awal sampai dengan evaluasi dan tindak lanjutnya.

Menurut Winkel & hastuti (2005:607) mengusulkan bahwa ada lima fase yang harus dijalani dalam konseling kelompok. Berikut akan diuraikan secara singkat kelima fase tersebut :

1. Pembukaan.

Diletakkan dasar bagi pengembangan hubungan antar pribadi (working relationship) yang baik, yang memungkinkan pembicaaan terbuka dan terarah pada penyelesaian masalah.

1. Penjelasan masalah.

Masing-masing konseli mengutarakan masalahnya bekaitan dengan materi diskusi, sambil mengungkapkan pikiran dan perasaannya secara bebas. Selama seorang konseli mengungkapkan apa yang dipandangnya perlu dikemukakan, konseli lainnya mendengarkan dengan sungguh-sungguh dan berusaha ikut menghayati ungkapan pikian dan perasaan temannya. Sambil seorang konseli mengungkapkan pikiran dan perasaannya, konselor pun ikut mendengarkan dengan seksama, membantu konseli itu untuk mengungkapkan diri dan menunjukkan pemahamnannya serta penghayatannya dengan menggunakan teknik-teknik pemantulan seperti refleksi pikiran dan klariikasi perasaan.

1. Penggalian latar belakang

Karena para konseli pada fase dua biasanya belum menyajikan gambaran lengkap mengenai kedudukan masalah dalam keseluruhan situasi hidup masing-masing, diperlukan penjelasan lebih mendetail dan mendalam. Oleh karena itu, masing-masing konseli dalam fase analisis kasus ini menambah ungkapan pikiran dan peasaan sesuai dengan petunjuk yang diberikan oleh konselor.

Pada fase ini konselor membawa kelompok masuk ke fase analisis kasus, dengan tujuan supaya para konseli lebih memahami latar belakang masalahnya sendiri dan masalah teman, dan sekaligus mulai sedikit lebih mengerti tentang asal usul permasalahan yang dibahas bersama.

1. Penyelesaian Masalah

Berdasarkan apa yag telah digali dalam fase analisis kasus, konselor dan para konseli membahas bagaimana persoalan dapat diatasi. Kelompok konseli selama fase ini harus berpikir, memandang, dan mempertimbangkan namun peranan konselor di institusi pendidikan dalam mencari bersama penyelesaian permasalahan pada umumnya lebih besar. Oleh karena itu, para konseli mendengarkan lebih dahulu penjelasan konselor tentang hal-hal apa yang perlu ditinjau dan didiskusikan.

1. Penutup.

Bilamana kelompok sudah siap untuk melaksanakan apa yang telah diputuskan bersama, proses konseling dapat diakhiri dan kelompok dibubarkan pada pertemuan terakhir.

1. **Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy***
2. **Pengertian *Rational Emotive Behavior Therapy***

Rasional Emotif dikembangkan oleh seorang eksistensialis Albert Ellis pada tahun 1962. Sebagaimana diketahui aliran ini dilatarbelakangi oleh filsafat eksistensialisme yang berusaha memahami manusia sebagaimana adanya. Rasional Emotif yang menolak aliran psikoanalisis berpandangan bahwa peristiwa dan pengalaman manusia menyebabkan terjadinya gangguan emosional.

Menurut Ellis (Corey, 2010: 242) berpendapat bahwa:

Bukanlah pengalaman atau peristiwa eksternal yang menimbulkan emosional, akan tetapi ketergantungan kepada pengertian yang diberikan terhadap peristiwa atau pengalaman tersebut, gangguan emosi terjadi disebabkan pikiran-pikiran seseorang yang bersifat irasional terhadap peristiwa dan pengalaman tyang dilaluinya. Ellis melihat individu sebagai sosok yang unik dan memiliki kekuatan untuk mengatasi keterbatasan-keterbatasan untuk mengubah pandangan dan nilai dasar yang telah diintroyeksikan secara tidak kritis pada masa kanak-kanak dan untuk mengatasi kecenderungan menolak diri.

Ellis (Latipun, 2001: 92) “mengemukakan bahwa *Rasional Emotif Behavior Therapy* merupakan terapi yang sangat konprehensif, yang menangani masalah-masalah yang berhubungan dengan emosi, kognisi dan perilaku”.

*Rational Emotive Therapy* menekankan bahwa manusia berfikir, beremosi, dan bertindak secara simultan. Jarang manusia beremosi tanpa berpikir, sebab perasaan-perasaan biasanya dicetus oleh persepsi atas suatu situasi yang spesifik. Sebagaimana dinyatakan oleh Ellis (Corey, 2010: 238), “Ketika mereka beremosi, mereka juga berpikir dan bertindak. Ketika mereka bertindak, mereka juga beremosi. Ketika mereka berpikir, mereka juga beremosi dan bertindak”.

Dalam *Rational Emotive Therapy* mengenai manusia menurut Albert Ellis (Willis, 2010: 75) sebagai berikut:

1. Pemikiran manusia adalah penyebab dasar dari gangguan emosional yang sehat maupun yang tidak, bersumber dari pemikiran tersebut.
2. Manusia mempunyai potensi pemikiran emosional rasional dan irrasional. Dengan pemikiran rasional dan intelektualnya manusia dapat terbebas dari gangguan emosional.
3. Pem
4. ikiran irasional bersumber pada disposisi biologis lewat pengalaman masa kecil dan pengaruh budaya.
5. Pemikiran dan emosi tidak dapat dipisahkan.
6. Berpikir logis dan tidak logis dilakukan dengan simbol-simbol bahasa.
7. Pada diri manusia terjadi *self*-*verbalization*, yaitu mengatakan terus-menerus sesuatu kepada dirinya.
8. Pemikiran yang tidak logis dan irrasional dapat dikembangkan kepada pemikiran logis dengan reorganisasi persepsi. Pemikiran yang tidak logis itu merusak dan merendahkan diri melalui emosionalnya.

Selain konsep dasar mengenai manusia seperti yang telah disebutkan,

pandangan *Rational Emotive Therapy* mengenai gangguan emosional seseorang yaitu pandangan yang menyatakan bahwa masalah atau gangguan terjadi karena adanya pikiran dan perasaan yang tidak rasional. Keyakinan yang tidak rasional dari orang lain sejak kecil, ditambah pula diri sendiri yang menciptakan dogma dan tahayul yang tidak rasional.

1. **Tujuan *Rational Emotive Behavior Therapy***

Tujuan utama Konseling *Rasional Emotif Behavior Therapy* adalah menunjukkan kepada klien bahwa verbalisasi diri mereka merupakan sumber gangguan emosionalnya, sehingga kunci utama adalah bagaimana memperbaiki cara berpikir, merasa, dan berperilaku agar ia tidak lagi mengalami gangguan emosional dan berbagai masalah di masa yang akan datang.

Berdasarkan pandangan dan asumsi tentang hakekat manusia dan kepribadiannya serta konsep-konsep teoritik dari Rasional Emotif, tujuan utama konseling Rasional-Emotif menurut Surya (2003: 15) adalah:

1. Memperbaiki dan merubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan serta pandangan-pandangan klien yang irasional dan logis menjadi rasional dan logis agar klien dapat mengembangkan dirinya seoptimal mungkin.
2. Menghilangkan gangguan-gangguan emosional diri yang merusak diri sendiri seperti: rasa takut, rasa bersalah, rasa berdosa, rasa cemas, merasa was-was, dan rasa marah. Sebagai konseling dari cara berpikir keyakinan yang keliru berusaha menghilangkan dengan jalan melatih dan mengajar klien untuk menghadapi kenyataan-kenyataan hidup secara rasional dan membangkitkan kepercayaan, nilai-nilai dan kemampuan diri-sendiri.

Menurut Ellis (Latipun 2005: 92) bahwa:

“Tujuan konseling pada dasarnya membentuk pribadi yang rasional, dengan jalan mengganti cara-cara berpikir yang irrasional. Menurut pandangannya cara berpikir yang irasional itulah yang menjadikan individu mengalami gangguan emosional dan karena itu cara-cara berpikirnya harus diubah menjadi lebih tepat yaitu cara berpikir yang rasional. Hal ini mencakup meminimalkan pandangan yang mengalahkan diri dan mencapai kehidupan yang lebih realistis, falsafah hidup yang toleran, menghargai diri, fleksibel, berpikir secara ilmiah dan menerima diri”.

Menurut Ellis (Nelson-Jones, 2011: 498) *Rational Emotive Behavior Therapy*  melihat tujuan dasar manusia sebagai preferensi atau keinginan dan bukan kebutuhan atau keharusan. Hidup yang rasional terdiri atas berpikir, merasakan, dan berperilaku dengan cara yang merepresentasikan pencapaian tujuan yang dipilih, sementara irasionalitas terdiri atas berpikir, merasakan, dan berperilaku dengan cara yang menghambat atau mengganggu pencapaian tujuan. Hidup secara rasional terdiri atas mengupayakan keseimbangaan yang masuk akal antara hedonisme jangka pendek dan jangka panjang, atau antara kesenangan *here-and-now* dan kesenangan jangka panjang yang dicapai melalui kedisiplinan saat ini. Jadi, rasionalitas dapat didefinisikan sebagai penggunaan nalar dalam mengejar hedonisme jangka pendek dan jangka panjang yang dipilih.

Dalam mencapai tujuan itu diperlukan pemahaman klien tentang sistem keyakinan atau cara berpikirnya sendiri. Ada tiga tingkatan yang *insight* yang perlu dicapai dalam REBT (Gilliland dkk, 1984) yaitu:

1. Pemahaman (insight) dicapai ketika klien memahami tentang perilaku penolakan diri yang dihubungkan pada penyebab sebelumnya yang sebagian besar sesuai dengan keyakinannya tentang peristiwa-peristiwa yang lalu dan saat ini.
2. Pemahaman terjadi ketika konselor/terapis membantu klien untuk memahami apa yang mengganggu klien adalah karena keyakinan yang irrasional yang dipelajari dan diperoleh ssebelumnya.
3. Pemahaman dicapai pada saat konselor membantu klien untuk mencapai pemahaman ketika, yaitu tidak ada jalan lain untuk keluar dari hambatan emosional kecuali dengan mendeteksi dan “melawan” keyakinan yang irrasional.

Secara lebih khusus Ellis (Muhammad Surya, 2003: 215) menyebutkan bahwa dengan terapi rasional-emotif akan tercapai pribadi yang ditandai dengan:

1. Minat kepada diri sendiri.
2. Minat sosial.
3. Pengarahan diri
4. Toleransi terhadap pihak lain
5. Fleksibelitas
6. Menerima ketidakpastian
7. Komitmen terhadap sesuatu diluar dirinya
8. Berpikir ilmiah
9. Penerimaan resiko
10. Berani mengambil resiko
11. “Non utopiannism” yaitu menerima kenyataan

Willis (2004: 76) mengatakan bahwa:

“Rasional Emotif Behavoir Therapy bertujuan untuk memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan serta pandangan konseli yang irrasional menjadi rasional, sehingga ia dapat mengembangkan diri dan mencapai realisasi diri yang optimal”.

Menghilangkan gangguan emosional yang dapat merusak diri sendiri: benci, takut, rasa bersalah, cemas, was-was, marah sebagai akibat berpikir irrasional, dan melatih serta mendidik konseli agar dapat menghadapi kenyataan hidup secara rasional dan membangkitkan kepercayaan diri, nilai-nilai, dan kemampuan diri.

1. **Konsep dasar *Rational Emotive Behavior Therapy***

Menurut pendekatan ini, manusia itu memiliki tiga potensi pokok, yaitu; (a) potensi berpikir, baik yang rasional atau lurus maupun yang tidak rasional atau bengkok, (b) kecendrungan untuk menjaga kelangsungan keadaan dirinya, keberadaannya, kebahagiaan, kesempatan memikirkan dan mengungkapkannya dengan kata-kata, mencintai, berkomunikasi dengan orang lain, serta terjadinya pertumbuhan dan aktualisasi diri, (c) memiliki dorongan dari dalam dirinya untuk merusak diri sendiri, menghindar dari memikirkan sesuatu, menunda-nunda, berulang-ulang melakukan kekeliruan, percaya pada takhayul, tidak memiliki tenggang rasa, menjadi perfeksionis, menyalahkan diri sendiri, dan menghindari adanya aktualisasi potensi pertumbuhan yang dimilikinya.

Pada hakikatnya bahwa manusia itu tidak sempurna, yaitu memiliki potensi positif dan negatif, maka teori ini berusaha untuk menolong mereka untuk mau menerima dirinya sebagai makhluk yang akan selalu membuat kesalahan namun pada saat yang bersamaan juga bisa belajar hidup damai dengan dirinya sendiri. Dengan kata lain orang dapat belajar mengubah pikiran mereka sehingga pikiran mereka menjadi positif dan tidak tertekan.

Masalah atau gangguan emosional berasal dari: (a) kita mempelajari keyakinan yang tidak rasional adalah dari orang lain yang signifikan pada masa kanak-kanak, (b) kita sendirilah yang menciptakan dogma dan takhayul (*superstitions*) yang tidak rasional itu, kemudian (c) secara aktif kita menamkan kembali keyakinan keliru itu dengan jalan memproses sugesti pada diri sendiri (*autosuggestion*) dan pengulangan sendiri (*self-repetition*).

Jadi yang menjadikan sikap disfungsional tetap hidup dan beroperasi dalam diri kita adalah karena sebagian besar pengulangan yang kita buat sendiri terhadap pikiran tidak rasional yang diindoktrinasikan kepada kita dulu, bukan pengulangan dari orang tua.

Masalah yang mengganggu kepribadian seperti duka, menyesal, dan frustasi hakikatnya adalah merupakan hasil pemikiran *irasional*. Kualitas irasionalnya berasal dari tuntutan agar dunia ini *seharusnya, seyogyanya*, dan *harus berbeda*, yang bersifat mutlak Jadi masalah itu bukan peristiwa yang terjadi, tetapi pada pemikiran kita tentang hal yang terjadi itu.

Konsep dasar teori Rasional Emotif ini, mengikuti pola yang teliti, didasarkan kepada Teori A-B-C.

A = *Activating Experience* (pengalamn aktif).

Ialah suatu keadaan, fakta peristiwa atau tingkah laku yang dialami individu.

B = *Belief System* ( cara individu memandang sesuatu hal).

Pandangan dan penghayatan individu terhadap A.

C = *Emotional Consequnce* ( akibat emosional).

Akibat-emosional atau reaksi individu positif atau negatif.

Menurut pendapat Albert Ellis (2007: 4) bahwa:

“Bagaimana stimulus atau peristiwa-peritiwa pengaktivasi (A) dalam hidup ini tidak secara langsung menyebabkan berbagai konsekuensi emosional (C). Sistem keyakinan *Belief System* (B) anda yang paling menyusahkan anda dan karena itu anda memiliki kemampuan untuk membanta berbagai keyakinan yang disfungsional dan irasional serta mengubah keyakinan-keyakinan tersebut".

Hubungan dari teori A-B-C yang melandasi Konseling Rasional-Emotif dari Ellis (Sukardi,1984:96) digambarkan sebagai berikut:

Keterangan

**=** Pengaruh tak langsung **=** Pengaruh langsung

Bila disimak lebih mendalam dari teori A-B-C tersebut maka sasaran utama yang seharusnya diubah paling dini adalah aspek B (Belief system), yakni bagaimana cara seseorang itu memandang atau menghayati sesuatu yang tidak rasional. Konseling itu akan menjadi bersifat didaktis, terarah dan aktif, yang ditujukan kepada sasaran perubahan nilai-nilai atau pandangan seseorang, prasangka buruk, niat yang busuk, anggapan yang keliru dan sejenisnya adalah aspek yang harus diubah melalui hubungan konseling.

**A**, *Antecedent event* merupakan perisitiwa pendahulu yang berupa fakta, peristiwa, perilaku, atau sikap orang lain. Percaraian suatu keluarga, kelulusan bagi siswa, dan seleksi masuk bagi calon karyawan dapat merupakan *actecedent event* bagi seseorang. Prinsipnya segenap peristiwa luar yang dialami atau memapar individu adalah  *actecedent event.*

**B**, *Belief* adalah keyakinan, pandangan, nilai, atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa. Keyakinan seseorang ada dua macam, yaitu keyakinan yang rasional (*rational belief atau* rB) dan keyakinan yang tidak rasional (*irrasional belief* iB). Keyakinan yang rasional merupakan cara berpikir atau sistem kayakinan yang tepat, masuk akal, bijaksana, dan karena itu produktif. Sedangkan keyakinan yang tidak rasional merupakan keyakinan atau sistem berpikir seseorang yang salah, tidak masuk akal, emosional, dan karena itu tidak produktif.

**C**, *Emotional consequence* merupakan konsekuensi emosional sebagai akibat atau reaksi individu dalam bentuk perasaan senang atau hambatan emosi dalam hubungannya dengan *Antecedent event* (A). Konsekuensi emosional ini bukan akibat langsung dari A tetapi disebabkan oleh beberapa variabel antara dalam bentuk keyakinan (B) baik yang rasional (rB) atau yang irrasional (iB).

Teori ABC dan pendekatannya DEF dari Ellis ini kalau digambarkan dalam bentuk bagan kurang lebih demikian:

**A B C**

(*activating event*) (*belief*) (*emotional and behavioral consequence*)

**D E** ) **F**

(*disputing intervention*) (*effect*) (*new feeling*)

Setelah A, B, dan C maka munculah D,E, dan F.

**D**, adalah yang meragukan /membantah (disputing intervention). Pada isensinya merupakan aplikasi dari metode ilmiah untuk menolong klien menantang keyakinan irasional mereka. Ellis dan Bernard (Sukardi, 1984: 90) melukiskan tiga komponen dari proses meragukan/membantah ini: (1) mendeteksi, (2) memperdebatkan, (3) dan mendiskriminasi.

*Pertama*, klien belajar caranya mendeteksi keyakinan irasional mereka, terutama kemutlakan seharusnya dan harus, sifat berlebihan, dan pelecehan pada diri-sendiri. *Kedua*, klien memperdebatkan keyakinan yang disfungsional itu dengan belajar cara mempertanyakan semuanya itu secara logis dan empiris dan dengan sekuat tenaga mempertanyakannya pada diri sendiri serta berbuat untuk tidak mempercayainya. *Ketiga,* klien belajar untuk mendiskriminasi keyakinan yang irasional dan yang rasionil.

**E**, adalah efek, Falsafah rasional yang baru dan efektif terdiri dari menggantikan pikiran yang tidak pada tempatnya dengan yang cocok. Apabila kita berhasil dalam melakukan ini, kita juga menciptakan F.

**F**, adalah perangkat perasaan yang baru. Kita tidak lagi merasakan cemas yang sungguh-sungguh atau merasa tertekan, melainkan kita merasakan segala sesuatu sesuai dengan situasi yang ada. Sebab cara yang paling baik untuk memulai merasa labih baik adalah mengembangkan falsafah yang efektif dan rasionil.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dalam proses Konseling Rasional-Emotif ini adalah berbeda dengan konseling bentuk lainnya. Pada konseling ini konseling berfungsi efektif adalah dengan mengubah aspek B (*Belief System*), sedangkan peranan konselor harus berperan sebagai pendidik, pengarah, mempengaruhi, sehingga dapat mengubah pola berpikir klien yang keliru atau tidak rasional menjadi rasional.

Pendekatan yang dilakukan setelah mengetahui hakikat masalah ini adalah melakukan *disputing intervention (*meragukan /membantah) (D) terhadap keyakinan dan pemikiran yang tidak rasional pada (B) agar berubah kepada keyakinan, pemikiran dan falsafah rasional yang baru (E), sehingga lahir (F) yaitu perangkat perasaan yang baru. Kita tidak lagi merasakan cemas yang sungguh-sungguh atau merasa tertekan, melainkan kita merasakan segala sesuatu sesuai dengan situasi yang ada.

1. **Proses dan TeknikKonseling *Rational Emotive Behavior Therapy***

1). Fungsi Pengumpulan Data Dalam Konseling Rasional Emotif

Di dalam Konseling Rasional Emotif konselor tidak terlalu banyak menelusuri kehidupan masa lampau klien. Sehingga dalam konseling ini konselor tidak banyak melakukan pengumpulan data untuk keperluan analisis maupun diagnosis sebagaimana halnya dalam konseling yang lain misalnya, konseling klinikal.

Alat-alat pengumpulan data yang bersifat testing dan non testing sedikit sekali dipergunakan dalam konseling ini. Karena diagnosis dalam konseling ini dilakukan bertujuan untuk membuka ketidaklogisan pola berpikir klien.

2). Teknik Konseling Rasional Emotif

Teknik-teknik Konseling Rasional Emotif menurut Sukardi (1984: 91) adalah:

(a) Teknik Pengajaran

Dalam Konseling Rasional Emotif konselor berperan lebih aktif dari kilien. Maka dari itu teknik pengajaran di sini memberikan keleluasaan kepada konselor untuk berbicara serta menunjukkan sesuatu kepada klien, terutama menunjukkan bagaimana ketidaklogisan berpikir itu secara langsung menimbulkan gangguan emosional kepada klien.

(b) Teknik Persuasif

Teknik persuasif, yaitu meyakinkan klien untuk mengubah pandangannya, karena pandangan yang ia kemukakan itu tidak benar. Konselor langsung mencoba meyakinkan, mengemukakan berbagai argumentasi untuk menunjukkan apa yang dianggap oleh klien benar, tidak bisa diterima atau tidak benar.

(c) Teknik Konfrontasi

Dalam teknik konfrontasi ini, konselor menyerang ketidaklogisan berpikir klien dan membawa klien kearah berpikir logis.

(d) Teknik Pemberian Tugas

Dalam teknik ini konselor menugaskan klien untuk mencoba melakukan tindakan tertentu dalam situasi nyata. Teknik ini bisa dilakukan untuk menugaskan kepada klien untuk bergaul kepada anggota masyarakat kalau mereka merasa dikucilkan dari pergaulan, membaca buku untuk memperbaiki kekeliriuan cara berpikirnya.

Di samping itu menurut Surya (2003: 18) bahwa Rasional Emotif menggunakan berbagai teknik yang bersifat kognitif, afektif, dan behavioral yang disesuaikan dengan kondisi klien, yaitu:

1. Afektif
2. Teknik *Assertif Training,*yaitu teknik yang digunakan untuk melatih, mendorong dan membiasakan klien untuk secara terus menerus menyesuaikan dirinya dengan prilaku tertentu yang diinginkan.
3. Teknik Sosiodrama, yang digunakan untuk mengekspresikan berbagai jenis perasaan yang menekan (perasaan-perasaan negatif) melalui suatu suasana yang didramatisasikan sedemikian rupa sehingga klien dapat secara bebas mengungkapkan dirinya sendiri secara lisan, tulisan ataupun melalui gerakan-gerakan dramatis.
4. Teknik “*self modeling*” atau “diri sebagai model”, yakni teknik yang digunakan untuk meminta klien agar “berjanji” atau mengadakan “komitmen” dengan konselor untuk menghilangkan perasaan atau perilaku tertentu.
5. Teknik imitasi, yakni teknik yang digunakan dimana klien diminta untuk menirukan secara terus menerus suatu model prilaku tertentu dengan maksud menghadapi dan menghilangkan prilakunya sendiri yang negatif.
6. Behavioristik
7. Teknik *Reinforcement* (penguatan), yakni teknik yang digunakan untuk mendorong klien kearah perilaku yang lebih rasional dan logis dengan jalan memberikan pujian ataupun hukuman.
8. Teknik Sosial Modeling (pemodelan sosial), yakni teknik yang digunakan unutk memberikan prilaku-prilaku baru pada klien.
9. Teknik *Live Models* ( model dari kehidupan nyata), yang digunakan untuk menggambarkan prilaku-prilaku tertentu, khususnya situasi-situasi interpersonal yang kompleks dalam bentuk percakapan sosial, interaksi dengan memecahkan masalah-masalah.
10. Cognitif
11. Teknik pemberian tugas rumah

Dalam teknik ini, klien diberikan tugas-tugas rumah untuk melatih, membiasakan diri serta menginternalisasikan sistem nilai tertentu yang menuntut pola prilaku yang diharapkan.

1. Teknik *Assertive*

Teknik ini digunakan untuk melatih keberanian klien dalam mengekspresikan prilaku-prilaku tertentu yang diharapkan.

Peranan konselor dalam proses Konseling Rasional Emotive tampak dengan jelas dalam langkah-langkah konseling sebagai berikut:

(a) Langkah Pertama

Dalam langkah ini konselor berusaha menunjukkan pada klien bahwa masalah yang dihapinya berkaitan dengan keyakinannya yang tidak rasional. Di sini klien harus belajar untuk memisahkan keyakinan rasional dari yang tidak rasional. Pada tahap ini peranan konselor adalah sebagai propagandis yang berusaha mendorong, membujuk, meyakinkan, bahkan sampai kepada mengendalikan klien untuk menerima gagasan yang logis dan rasional. Jadi pada langkah ini peranan konselor ialah menyadarkan klien bahwa gangguan atau masalah yang dihadapinya disebabkan karena cara berpikirnya yang tidak logis.

Peranan konselor disini yaitu menyadarkan klien bahwa pemecahan masalah yang dihadapinya merupakan tanggung jawab sendiri. Maka dari itu dalam Konseling Rasional Emotif ini konselor berperanan untuk menunjukkan dan menyadarkan klien bahwa gangguan emosional yang selama ini dirasakannya akan terus menghantuinya apabila dirinya akan berpikir secara tidak logis. Oleh karenanya klienlah yang harus memikul tanggung jawab secara keseluruhan terhadap masalahnya sendiri.

(b) Langkah kedua

Konselor berperan mengajak klien menghilangkan cara berpikir dan gagasan yang tidak rasioanal. Konselor tidaklah cukup menunjukkan kepada klien bagaimana proses ketidaklogisan berpikir, tetapi lebih jauh dari itu konselor harus berusaha untuk mengajak klien mengubah cara berpikirnya dengan cara menghilangkan gagasan-gagasan yang tidak rasional.

(c) Langkah ketiga

Konselor mengembangkan pandangan-pandangan yang realistis dan menghindarkan diri dari keyakinan yang tidak rasional. Konselor berperan untuk menyerang inti cara berpikir yang tidak rasional dari klien dan mengajarkan bagaimana caranya mengganti cara berpikir yang tidak rasional dengan rasional.

1. **Landasan *Rational Emotive Behavior Therapy***
2. Pandangan Tentang Hakekat Manusia

Beberapa pandangan tentang hakekat manusia yang diajukan oleh Ellis (Sukardi, 1984: 92), yang mewarnai teori *Rational Emotive Behavior Therapy* sebagai berikut:

1. Manusia dipandang sebagai makhluk yang rasional dan juga tidak rasional

Pada hakekatnya manusia itu memiliki kecenderungan untuk berpikir yang rasional atau tidak logis, disamping itu juga ia memiliki kecenderungan untuk berpikir tidak rasional atau tidak logis. Kedua kecenderungan yang dimiliki manusia ini akan tampak dengan jelas dan tergambar dalam bentuk tingkah lakunya yang nyata. Dengan kata lain dapat dijelaskan bahwa apabila seseorang telah berpikir rasional atau logis yang dapat diterima dengan akal sehat, maka orang itu akan bertingkah laku yang rasional dan logis pula. Tetapi sebaliknya apabila seseorang itu berpikir yang tidak rasional atau tidak bisa diterima oleh akal sehat maka ia akan menunjukkan tingkah laku yang tidak rasional. Pola berpikir semacam inilah oleh Ellis yang disebut sebagai penyebab bahwa seseorang itu mengalami gangguan emosional.

Mengapa manusia itu berpikir tidak rasional, Albert Ellis (Sukardi, 1984: 93) mengungkapkan beberapa penyebab yang bersifat universal, diantaranya:

1. Bahwa seseorang itu pada hakekatnya ingin dihargai, dicintai ataupun disayangi oleh setiap orang.
2. Bahwa seseorang itu memiliki kecenderungan untuk ingin yang serba sempurna dalam hidup ini.
3. Bahwa diantara manusia ini tidak tergolong semuanya baik, dan ada pula manusia yang tergolong jahat, kejam dan jelek.
4. Manusia memiliki kecenderungan memandang bahwa malapetaka yang terjadi sebagai suatu yang tidak diinginkan.
5. Ketidaksenangan, ketidakpuasan ataupun ketidakbahagiaan pada seseorang itu dipandang bersumber dari kondisi diluar dirinya semata-mata.
6. Seseorang memiliki kecenderungan untuk hidup tergantung pada orang lain.
7. Seseorang memiliki kecenderungan lebih mudah menghindari tanggung jawab (kesulitan-kesulitan) daripada menghadapinya.
8. Seseorang memiliki kecenderungan untuk tidak menghiraukan masalah-masalah orang lain. Karena dipandang oleh seseorang bahwa masalah orang lain itu tidak ada sangkut pautnya dengan dirinya sendiri.
9. Pengalaman masa lalu dipandang sebagai suatu factor yang menentukan tingkah laku masa kini.
10. Seseorang memiliki kecenderungan untuk mencari pemecahan suatu masalah yang sempurna.
11. Pikiran, perasaan, dan tindakan manusia adalah merupakan suatu proses yang satu dengan yang lainnya tidak dapat dipisahkan.

*Rational Emotive Behavior Therapy* memandang bahwa manusia itu tidak akan lepas dari perasaan dan perbuatannya. Perasaan seseorang senantiasa melibatkan pikiran dan tindakannya. Tindakan selalu melibatkan pikiran dan perasaan seseorang.

Apabila seseorang merasakan sesuatu, maka ia memikirkan dan bertindak tentang sesuatu itu. Demikian pula sebaliknya. Oleh karena itu, untuk memahami bentuk-bentuk penyimpangan tingkah laku tertentu pada seseorang, maka hendaknya dipahami bagaimana ia berperasaan, berpikir, menerima dan melaksanakan sesuatu itu, serta apa yang ada dibalik semua itu.

1. Individu bersifat unik dan memiliki potensi untuk memahami keterbatasannya, serta potensi mengubah pandangan dasar dan nilai-nilai yang diterimanya secara tidak kritis.

Individu itu dilahirkan dengan membawa potensi-potensi tertentu, ia memiliki berbagai kelebihan dan kekurangannya serta keterbatasannya yang bersifat unik. Sesuai dengan prinsip diferensiasi bahwa seseorang itu tidak ada yang identik atau sama persis.

*Rational Emotive Behavior Therapy* memandang bahwa individu itu memiliki potensi untuk memahami kelebihan-kelebihan dan keterbatasan-keterbatasannya itu. Namun disela-sela kelebihan dan keterbatasan itu individu harus memiliki potensi untuk berpandangan yang rasional dan realistic, agar individu itu mampu melakukan adaptasi diri dengan baik.

1. **Kelebihan Dan Kelemahan *Rasional Emotif Behavior Therapy***
2. Kelebihan
3. Pendekatan ini cepat sampai kepada masalah yang dihadapi oleh klien. Dengan itu perawatan juga dapat dilakukan dengan cepat.
4. Kaedah pemikiran logis yang diajarkan kepada klien dapat digunakan dalam menghadapi gejala yang lain.
5. Klien merasakan diri mereka mempunyai keupayaan intelektual dan kemajuan dari cara berpikir.
6. Kelemahan
7. Klien yang boleh ditolong melalui analisa logis dan falsafah, tetapi ada pula yang tidak begitu gelisa otaknya untuk dibantu dengan cara yang sedemikian yang berasaskan kepada logika.
8. Setengah klien yang begitu terpisah dari realiti sehingga usaha untuk membawanya ke alam nyata sukar sekali dicapai.
9. Ada juga klien yang terlalu berprasangka terhadap logis, sehingga sukar untuk mereka menerima analisa logis
10. Ada juga setengah klien yang memang suka mengalami gangguan emosi dan bergantung kepadanya di dalam hidupnya, dan tidak mahu membuat apa-apa perubahan lagi dalam hidup mereka.
11. **Kebiasaan Membolos**
12. **Pengertian Perilaku Membolos**
13. **Kebiasaan Perilaku Membolos**

Menurut Gunarsa (2002: 139) ”Membolos adalah kurangnya pembentukan kesanggupan disiplin diri, pengendalian tingkah laku dan memerlukan bimbingan guru adalah antara lainketerlambatan, menentang guru, perkelahian, nyontek dan sebagainya. Menurut Pearce (2000: 107), beberapa kemungkinan alasan membolos yaitu terlalu sulit bagi anak karena disesatkan atau dipengaruhi oleh anak lain, sekolah tidak terorganisasi dengan baik dan tidak pernah memperhatikan masalah membolos, orang tua terlalu sibuk dengan pekerjaan sehingga anak tidak mendapatkan pengawasan yang cukup.

Menurut Prayitno dan Amti (1994: 61) bahwa :

Membolos adalah berhari-hari tidak masuk sekolah tanpa izin, sering keluar pada pelajaran tertentu, tidak masuk kembali setelah minta izin, masuk sekolah berganti hari, mengajak teman-teman untuk keluar pada mata pelajaran yang tidak disenangi, minta izin keluar dengan berpura-pura sakit atau alasan lainnya, mengirimkan surat izin tidak masuk sekolah dengan alasan-alasan yang dibuat-buat, tidak masuk kelas lagi setelah jam istirahat.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa perilaku bolos adalah adalah perbuatan yang menyimpang yang dilakukan oleh siswa dengan tidak masuk sekolah atau meninggalkan sekolah tidak tepat waktu, memberikan alasan yang direkayasa atau tidak mendapatkan izin dari guru atau pihak sekolah.

1. **Sebab-sebab siswa membolos**

Pearce (2000:78) mengemukakan tentang alasan-alasan yang menyebabkan siswa membolos sekolah, antara lain sebagai berikut:

1. Sekolah membosankan atau sulit bagi anak dan tampaknya tidak menawarkan sesuatu,
2. Anak disesatkan orang lain,
3. Sekolah tidak terorganisir dengan baik dan tidak memperhatikan masalah membolos,
4. Tindakan membolos terjadi pada orang tua yang terlalu sibuk bekerja,
5. Karena mendapat sesuatu yang lebih menarik untuk dikerjakan seperti pekerjaan yang dibayar atau untuk menemui teman-temannya.
6. **Faktor-faktor penyebab siswa membolos**

Menurut Gunarsa (2002), faktor penyebab anak bolos dan tidak masuk sekolah dibagi dalam 2 faktor yaitu :

1. Faktor dalam diri anak itu sendiri

a. Pada umumnya anak tidak kesekolah karena sakit

b. Ketidak mampuan anak dalam mengikuti pelajaran di sekolah

c. Kurangnya motivasi belajar anak

2. Faktor dari luar diri anak

a. Keluarga

keadaan keluarga tidak selalu memudahkan anak didik dalam menggunakan waktu untuk belajar dan sikap orang tua yang masa bodoh terhadap sekolah yang tentunya kurang membantu mendorong anak untuk hadir ke sekolah.

b. Sekolah

Hubungan anak dengan sekolah dapat dilihat dari anak-anak lain yang menyebabkan ia tidak senang di sekolah lalu membolos dan biasanya anak tidak senang ke sekolah karena tidak senang dengan gurunya.

**d. Akibat dari siswa yang suka membolos**

1. Akibat dari psikis

Anak cenderung merasa cemas jika membolos, karena jika ditemukan oleh petugas sekolah maka akan dihukum dan diskorsing, tidak naik kelas, dan akibat yang lebih buruk lagi adalah dikeluarkan dari sekolah. Perasaan cemas ini sebenarnya dirasakan oleh setiap anak yang melakukan kesalahan atau melanggar peraturan, tapi tingkat atau kadar kecemasan dari masing-masing anak berbeda. Seperti apa yang diungkap oleh Sumanto (1988: 188), bahwa kecemasan menggambarkan keadaan emosional yang dikaitkan dengan ketakutan-ketakutan akan situasi sekolah secara menyeluruh, takut aspek khusus lingkungan sekolah, guru, teman, mata pelajaran, atau ulangan. *School Phobia* menyebabkan anak menolak untuk pergi ke sekolah.

1. Akibat secara sosial

Anak yang sering membolos cenderung dibenci atau tersisihkan dari teman-temannya. Anak yang tidak membolos, enggan berteman dengan anak yang sering membolos karena khawatir akan terpengaruh pada kebiasaan-kebiasaan jelek. Seperti pendapat Pearce (2000: 107), jadi bisa dikatakan bahwa anak membolos dapat dipengaruhi atau mempengaruhi orang lain.

1. Akibat dalam Prestasi belajar

Ketler (Kartini Kartono, 1991: 80) menyatakan bahwa anak tidak masuk sekolah pasti ketinggalan langkah dasar tertentu dalam belajar. Waktu dia kembali ke sekolah dia rugi karena tidak masuk sekolah, dia membolos lagi karena hal itu dia gagal dan dengan demikian ia membuka jalan kegagalan berikutnya apabila ia masuk sekolah lagi.

Jadi jelas bahwa prestasi belajar anak yang mempunyai kebiasaan membolos sekolah akan menurun atau jelek dan jika nilai tersebut tidak dapat diperbaiki, maka akibat lebih lanjut adalah tidak naik kelas.

1. **Kerangka pikir**

Sebagaimana yang telah diuraikan sebelumnya di atas bahwa Konseling Kelompok Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*  merupakan proses pemberian bantuan yang di berikan oleh guru pembimbing kepada sekelompok siswa yang teridentifikasi mengalami kebiasaan membolos dengan memperbaiki cara berpikir negatif, merasa dan berperilaku agar ia tidak lagi mengalami mengalami kebiasaan membolos. Perilaku membolos ini disadari atau tidak disadari akan menimbulkan dampak bagi perkembangan siswa dan lingkungannya.

Siswa yang membolos akan menujukkan keberadaannya dengan berperilaku membolos. Berbagai upaya yang telah dilakukan oleh pihak sekolah dalam mengurangi kecendrungan perilaku membolos siswa. Namun, sampai saat ini belum menunjukkan hasil sesuai dengan yang diharapkan. Siswa masih saja sering melanggar peraturan sekolah menganggu teman,melukai baik secara fisik maupun secara psikis. Perilaku membolos yang di alami oleh siswa dipengaruhi oleh beberapa faktor terkait, salah satu penyebabnya karena cara berpikir siswa yang irrasional yang menganggap bahwa jika biarpun mereka tidak masuk sekolah, tidak mengerjakan tugas, dan pergi meninggalkan sekolah tanpa izin mereka tetap akan mendapatkan nilai dari guru dan akan naik kelas inilah keyakinan irrasioanal siswa yang harus diubah menjadi pemikiran rasional.

Kebiasaan membolos yang teridentifikasi di alami oleh siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Bontonompo ini dirasakan oleh peneliti perlu mendapat perhatian khusus oleh semua pihak-pihak terkait. Sebagai upaya untuk membantu siswa mengatasi masalah perilaku membolos pada siswa, maka diperlukan pemberian upaya bantuan yang paling tepat dan tidak membuat siswa merasa kurang nyaman.

Dalam Konseling Kelompok Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*  salah satu hal yang perlu diperhatikan yakni bagaimana memperbaiki dan merubah sikap, persepsi, cara berfikir, keyakinan serta pandangan-pandangan siswa yang irrasional menjadi rasional

Berdasarkan uraian di atas, maka kerangka pikir dapat dilihat pada skema di bawah ini:

**Perilaku Kebiasaan Membolos :**

* Meninggalkan sekolah sebelum jam pelajaran berakhir
* Memberikan alas an yang dibuat-buat
* Keluar masuk kelas tanpa izin dari guru
* Mengajak teman untuk keluar kelas
* Masuk sekolah berganti hari

**Treatmen Konseling Kelompok *Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy***

* Latihan mengaktifkan pengalaman
* Latihan mengenali pemikiran dan keyakinan irasional
* Latihan mengenali konsekuensi pemikiran dan keyakinan irasional
* Latihan menghapus keyakinan irasional
* Latihan mengenali pengaruh negative
* Latihan mengenal perasaan baru
* Latihan terintegrasi.

**Cara berfikir positif**

Gambar 2.1. Skema kerangka piker

1. **Hipotesis**

Berdasarkan tinjauan pustaka dan kerangka pikir yang telah diuraikan di atas, maka hipotesis penelitian ini adalah : “Pemberian teknik Konseling Kelompok Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*  dapat mengurangi tingkat kebiasaan membolos siswa di SMA Negeri 1 Bontonompo”.