

ABSTRAK

Nur Azizatul Jamilah, 2023, Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Pendekatan REBT (Rational Emotive Behavior Therapy) Untuk Meningkatkan Konsep Diri Pada Siswa SMP Al-Islamiyah, Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah, IAIN Madura, Pembimbing: Anna Aisa, M. Pd.

Kata Kunci: *Konseling Kelompok dengan Pendekatan REBT, Konsep Diri*

Penelitian ini dilatar belakangi oleh hasil pra penelitian ketika melaksanakan wawancara kepada guru BK yang ada di SMP Al-Islamiyah. Menurutnya, konsep diri 8 siswa dari kelas VIII masih tergolong rendah, dengan permasalahan seperti, kurang semangat dalam belajar, kurang percaya diri pada kemampuannya, dan sering membolos. Sikap itu muncul karena pengaruh teman sebaya, juga dari pemikiran diri mereka sendiri yang menganggap dirinya tidak bisa, selalu pesimis dan mereka selalu menganggap pergi kesekolah itu karena takut dimarahi orang tua tanpa dari keinginan sendiri untuk meraih masa depannya. Permasalahan yang terjadi karena pikiran salah satu alternatifnya yaitu menggunakan pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*), sehingga judul penelitian ini adalah “Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) Untuk Meningkatkan Konsep Diri Pada Siswa SMP Al-Islamiyah”. Adapun rumusan masalah pada penelitian ini, adalah: 1) Apakah layanan konseling kelompok dengan pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) efektif untuk meningkatkan konsep diri pada siswa SMP Al-Islamiyah?, 2) Apakah ada perbedaan yang signifikan pada skor konsep diri siswa antara sebelum dan sesudah diberikan pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) untuk meningkatkan konsep diri pada siswa SMP Al-Islamiyah?

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan jenis penelitian *design pre-experimental*. Bentuk rancangan pada penelitian ini adalah *one group pretest-posttest*, yaitu pengukuran diawal dan diakhir. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa skala konsep diri yang diberikan kepada 8 siswa kelas VIII berdasarkan rekomendasi dari guru BK disana. Teknik Analisa data dalam penelitian ini menggunakan uji *paired samples t test*.

Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa 1) konseling kelompok dengan pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) efektif untuk meningkatkan konsep diri pada siswa SMP Al-Islamiyah, 2) terdapat perbedaan skor yang signifikan pada siswa sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok dengan pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) yaitu perbedaannya sebesar nilai rata-rata *pre-test* 87,25 dan nilai rata-rata *post-test* 95,63, dengan selisih rata-rata skor -8.375. berdasarkan hasil uji *paired samples t test* yaitu nilai signifikansi (sig. 2-tailed) sebesar $0,000 < 0,005$. Selain itu juga dibuktikan dengan nilai *t* hitung yaitu (-10,768) dan nilai *t* tabel (2,365) yang artinya nilai *t* hitung ($10,786 > t$ tabel (2,365)). Sehingga hipotesis dalam penelitian ini H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal ini dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) efektif untuk meningkatkan konsep diri pada siswa SMP Al-Islamiyah.