

**PENGGUNAAN PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE THERAPY*
MELALUI KONSELING KELOMPOK UNTUK MEREDUKSI
PERILAKU AGRESIF PESERTA DIDIK**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Panitia Ujian Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Program Studi Bimbingan dan Konseling
untuk Memenuhi Salah Satu Syarat guna Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan**

OLEH

YOSEPINA RIKHARDA DUA KUKI

NIM : 11115007

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

JURUSAN ILMU PENDIDIKAN



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDIRA

KUPANG

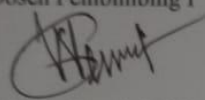
2022

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini telah disetujui dan disahkan pada tanggal : 05 Mei 2021

Oleh

Dosen Pembimbing I



Drs. Wens Nagul, M.Pd., Kons
NIDN. 0828116301

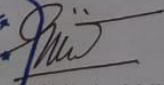
Dosen Pembimbing II



Dra. Rosa M. Bulor, M.Pd
NIDN.0807056401

Mengetahui

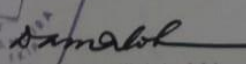
Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling



Dra. Maria Erlinda, M.Pd
NIDN.0815056602

Mengesahkan

Dekan KKIP Unwira



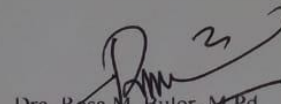
Dr. Damianus Talok, MA
NIDN.0812026001

Skripsi ini telah dipertanggungjawabkan di hadapan Panitia Ujian Skripsi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Program Studi Bimbingan dan Konseling, dan diterima untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jenjang Strata I pada tanggal 05 Mei 2021.


Panitia Ujian



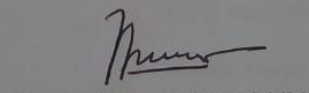
Drs. Wens Nagul, M.Pd, Kons
NIDN: 0828116301
Ketua



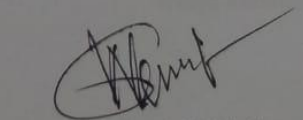
Dra. Rosa M. Bulor, M.Pd
NIDN: 08070556401
Sekretaris



Drs. Yohanes Demon, M.Si
NIDN: 0806086001
Penguji I



Dra. Mathilda P. Bone, M.Pd
NIDN: 0818066201
Penguji II



Drs. Wens Nagul, M.Pd., Kons
NIDN: 0828116301
Penguji III

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

“Karena masa depan sungguh ada dan
harapanmu tidak akan hilang ” (*Amsal, 23:18*)

Persembahan :

Skripsi ini kupersembahkan kepada :

1. Bapak Bertholomeus Tunto dan Mama
Antonia Dorce
2. Almamater tercinta Universitas Katolik
Widya Mandira

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur peneliti panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat-Nya kepada peneliti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Judul skripsi Penggunaan Pendekatan *Rational Emotive Therapy* Melalui Konseling Kelompok untuk Mereduksi Perilaku Agresif Peserta Didik. Masalah yang dikaji dalam penulisan skripsi ini adalah : 1) Mengapa pendekatan *rational emotive therapy* melalui konseling kelompok digunakan untuk mereduksi perilaku agresif peserta didik? 2) Bagaimana prosedur penggunaan pendekatan *rational emotive therapy* melalui konseling kelompok untuk mereduksi perilaku agresif peserta didik? 3) Apakah pendekatan *rational emotive therapy* melalui konseling kelompok efektif untuk mereduksi perilaku agresif peserta didik ?

Tujuan dari penulisan skripsi ini adalah untuk mengetahui : 1) Alasan penggunaan pendekatan *rational emotive therapy* melalui konseling kelompok untuk mereduksi perilaku agresif peserta didik 2) Prosedur penggunaan pendekatan *rational emotive therapy* melalui konseling kelompok untuk mereduksi perilaku agresif peserta didik 3) Efektivitas penggunaan pendekatan *rational emotive therapy* melalui konseling kelompok untuk mereduksi perilaku agresif peserta didik.

Selama menyusun skripsi ini, peneliti telah mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Damianus Talok, MA. Sebagai Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Katolik Widya Mandira yang telah memfasilitaskan peneliti dalam urusan administrasi penelitian.
2. Dra. Maria Erlinda, M.Pd. Sebagai Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Katolik Widya Mandira yang memberikan dukungan dan arahan-arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Drs. Wens Nagul, M.Pd., Kons. sebagai Pembimbing I dan Dra. Rosa M. Bulor, M.Pd. sebagai Pembimbing II yang selalu merelakan waktu dan pikiran dalam membimbing peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Ibu Dosen pada Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan arahan-arahan yang mendukung peneliti dalam penulisan skripsi ini.
5. Ibu Martini A. Setu, S.T. sebagai pegawai tata usaha program studi bimbingan dan konseling yang telah membantu peneliti dalam pengurusan administrasi yang berkaitan dengan penulisan skripsi ini.
6. Bapak Bertholomeus Tunto dan Mama Antonia Dorce yang selalu mendoakan dan mendukung baik dalam bentuk materi maupun moril dari awal perkuliahan sampai pada penyelesaian penulisan skripsi ini.
7. Sahabat Oa Kabelen, Ikha Nuwa, Mensi, dan teman-teman angkatan 2015 yang selalu memberikan dukungan dan semangat bagi peneliti.

8. Adik-adik kos Gladiol yang selalu memberikan dukungan dan semangat bagi peneliti.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca sangat diharapkan peneliti guna penyempurnaan penelitian ini.

Kupang, Mei 2021

Peneliti

ABSTRAK

Judul Skripsi penggunaan pendekatan *rational emotive therapy* melalui konseling kelompok untuk mereduksi perilaku agresif peserta didik. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : 1). Mengapa pendekatan *rational emotive therapy* melalui konseling kelompok digunakan untuk mereduksi perilaku agresif peserta didik? 2). Bagaimana prosedur penggunaan pendekatan *rational emotive therapy* melalui konseling kelompok untuk mereduksi perilaku agresif verbal? 3). Apakah penggunaan pendekatan *rational emotive therapy* melalui konseling kelompok efektif untuk mereduksi perilaku agresif peserta didik?. Penulisan skripsi ini bertujuan untuk mengetahui :1) Alasan penggunaan pendekatan *rational emotive therapy* melalui konseling kelompok untuk mereduksi perilaku agresif peserta didik. 2). Prosedur penggunaan pendekatan *rational emotive therapy* melalui konseling kelompok dalam mereduksi perilaku agresif peserta didik. 3). Efektivitas penggunaan pendekatan *rational emotive therapy* melalui konseling kelompok untuk mereduksi perilaku agresif peserta didik. Metode kajian dalam penulisan skripsi ini menggunakan metode kajian kepustakaan. Objek kajian dalam penulisan skripsi ini adalah: Pendekatan *rational emotive therapy*, konseling kelompok, dan perilaku agresif. Sumber data yang digunakan dalam penulisan skripsi ini adalah sumber data sekunder, dan Jenis data kualitatif. Hasil pembahasan sebagai berikut:1) Alasan peneliti menggunakan pendekatan *rational emotive therapy* melalui konseling kelompok untuk mereduksi perilaku agresif karena pendekatan *rational emotive therapy* dapat membantu konseli untuk memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan serta pandangan konseli yang irasional menjadi rasional, sehingga konseli dapat mengembangkan diri dan mencapai realisasi diri yang optimal. Menghilangkan gangguan emosional yang dapat merusak diri sendiri seperti benci, takut, rasa bersalah, cemas, wa-was, marah, sebagai akibat berpikir yang irasional dan melatih serta mendidik konseli agar dapat menghadapi kenyataan hidup secara rasional dan membangkitkan kepercayaan diri, nilai-nilai, kemampuan diri. 2) Prosedur penggunaan pendekatan *rational emotive therapy* melalui konseling kelompok untuk mereduksi perilaku agresif mengikuti enam tahapan konseling kelompok yaitu tahap prakonseling, tahap permulaan, tahap transisi, tahap kerja, tahap akhir, dan tahap pascakonseling. Pada tahap kerja dari konseling kelompok, konselor membantu konseli untuk mereduksi perilaku agresif menggunakan pendekatan *rational emotive therapy* dengan langkah-langkah berikut : bekerjasama dengan konseli, melakukan assesmen terhadap masalah, orang dan situasi, mempersiapkan konseli untuk terapi, mengevaluasi kemajuan dan mempersiapkan konseli untuk mengakhiri konseling. 3) Efektivitas penggunaan pendekatan *rational emotive therapy* melalui konseling kelompok untuk mereduksi perilaku agresif peserta didik didukung oleh hasil penelitian Rian (2017) . Bertolak dari kajian ini, maka peneliti memberikan saran kepada : 1). Guru BK diharapkan untuk menambah pengetahuan tentang pendekatan *rational emotive therapy* agar dapat di manfaatkan untuk membantu peserta didik yang berperilaku agresif. 2). Peneliti, diharapkan untuk meningkatkan wawasan pengetahuan dan keterampilan tentang pendekatan-pendekatan konseling khususnya pendekatan *rational emotive therapy* untuk membantu mereduksi perilaku agresif peserta didik.

DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	i
ABSTRAK	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR LAMPIRAN	
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penulisan.....	3
D. Manfaat Penulisan.....	4
BAB II TINJAUAN TEORETIS	5
A. Pendekatan <i>Rational Emotive Therapy</i>	5
1. Pengertian Pendekatan RET.....	5
2. Konsep Dasar RET.....	6
3. Konsep Teori ABC.....	7
4. Tujuan Konseling RET.....	8
5. Peran dan Fungsi Konselor.....	9
6. Tahap-Tahap Konseling dalam pendekatan RET.....	11
7. Teknik Konseling dalam Pendekatan RET.....	12
B. Konseling Kelompok.....	14
1. Pengertian Konseling Kelompok.....	14
2. Fungsi Konseling Kelompok.....	15
3. Tujuan Konseling Kelompok.....	15
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konseling Kelompok.....	18
5. Struktur Konseling Kelompok.....	21
6. Tahap-Tahap Konseling Kelompok.....	23
7. Interaksi dalam Konseling kelompok.....	24
C. Perilaku Agresif.....	25
1. Pengertian Perilaku Agresif.....	25
2. Tipe-tipe Perilaku Agresif.....	26
3. Bentuk-bentuk Perilaku Agresif.....	27
4. Penyebab Terjadinya Perilaku Agresif.....	28
5. Faktor-faktor Penyebab Perilaku Agresif.....	28

6. Mereduksi Perilaku Agresif.....	29
D. Hasil Kajian yang Relevan.....	31
BAB III METODE KAJIAN DAN PEMBAHASAN.....	38
A. Metode Kajian.....	38
B. Objek Kajian.....	39
C. Sumber Data.....	39
D. Jenis Data.....	40
E. Pembahasan Masalah.....	41
BAB IV PENUTUP.....	53
A. Simpulan.....	53
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA.....	55
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Artikel dari Putri, Indri Ikada dengan judul *Rational Emotive Therapy* untuk mengatasi perilaku *bullyng* pada siswa SMPN 20 Kota Serang.
- Lampiran 2: Artikel dari Ulfi fadhilah dengan judul Konseling Islam dengan Pendekatan *Rasional Emotive Therapy* untuk Menangani Pikiran Irasional seorang anak akibat *Broken Home* di SMA Nahdlatul ulama (SMANU) 1 Gresik.
- Lampiran 3: Artikel dari Rian Afandi dengan judul Penggunaan Layanan Konseling Kelompok Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy (Home Work)* untuk Mengurangi Perilaku Agresif pada Siswa kelas VII.
- Lampiran 4 : Artikel dari Fata Pralaska dengan judul Keefektifan Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Mengurangi Agresivitas Santri di Pondok Pasantren Assalafy Putra-Putri Al-Asror Patemon Gunungpati Semarang.
- Lampiran 5: Artikel dari Lukman Fahmi dengan judul Terapi Belaka Kombinasi Bimbingan Konseling Islam dengan *Rational Emotive Behavior Therapy*) pada Penanganan Perilaku Agresif Anak di SD Al-Falah Assalam Tropodo Sidiarjo.