

Optimalisasi Konseling Rasional Emotif Perilaku dengan Teknik *Homework Assignment* dalam Meningkatkan Kecakapan Hidup Siswa SMP

Galih Fajar Oktariansyah¹; Bakhrudin All Habsy²; Siti Arifah³

SMP Progresif Zainul Ulum Malang¹ Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Darul ‘Ulum Jombang^{2,3}

email: ✉ arifahanas3@gmail.com

Article History

Received:

10-08-2023

Revised:

18-09-2023

Accepted:

25-11-2023

Abstract ----- *Life skills are a skill that every individual has, life skills can be in the form of social skills, vocational skills and individual life skills. With good life skills, individuals can properly develop their potential. Conversely, if an individual has low life skills, the individual will have difficulty developing himself to be better. This study aims to determine the process, effectiveness, and constraints in the process of implementing behavioral-emotive rational counseling on students' life skills which include aspects of personal, social, academic, and vocational skills at Progressive Junior High School Zainul Ulum Malang. This research is a quantitative research with a pre-experimental design with the type of One-Group Pretest-Posttest Design. The subjects of this study included class VIII students at Progressive Middle School Zainul Malang who would be given an instrument in the form of a questionnaire that had gone through the validation test stage by experts for further sample selection. The result of this research is that rational emotive behavior counseling is effective in improving students' life skills at Progressive Middle School Zainul Malang. This is evidenced by the calculation results of the pretest and posttest data analysis.*

Keywords: *Rational Emotive Behavioral Counseling, Home Work Assigmenn Technique; Life Skills.*

Abstrak ----- Kecakapan hidup adalah sebuah skill yang dimiliki setiap individu, kecakapan hidup bisa berupa kecakapan bersosial, kecakapan vokasional dan kecakapan hidup perorangan. Dengan kecakapan hidup yang baik, individu dapat dengan baik mengembangkan potensi yang dimilikinya. Sebaliknya, jika individu memiliki kecakapan hidup yang rendah maka individu tersebut akan kesulitan dalam mengembangkan dirinya untuk lebih baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses, keefektifan, dan kendala dalam proses implementasi konseling rasional emotif perilaku pada kecakapan hidup siswa yang meliputi aspek kecakapan personal, sosial, akademik, dan vaksional di SMP Progresif Zainul Ulum Malang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *Pre-eksperimental* dengan jenis *One-Group Pretest-Posttest Design*. Subjek penelitian ini meliputi siswa SMP Progresif Zainul Malang kelas VIII yang akan diberikan instrument berupa angket yang sudah melalui tahap uji validasi oleh ahli untuk pemilihan sampel lebih lanjut. Hasil dari penelitian ini yaitu konseling rasional emotif perilaku efektif dalam meningkatkan kecakapan hidup siswa pada SMP Progresif Zainul Malang. Hal ini dibuktikan dengan hasil perhitungan analisis data *pre-test* dan *post-test*.

Kata kunci: *Konseling Rasional Emotif Perilaku; Teknik Home Work Assigmenn; Kecakapan Hidup*

PENDAHULUAN

Pendidikan di Indonesia pada dasarnya harus kembali pada tujuan asalnya, yaitu mengembangkan potensi siswa sesuai dengan tujuan pendidikan yang tersurat dalam UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional yang menjelaskan bahwa pendidikan nasional bertujuan untuk berkembangnya potensi siswa agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab. Makna yang terkandung dalam tujuan pendidikan nasional tersebut adalah untuk menciptakan sumber daya manusia yang berkualitas diperlukan pendidikan. Melalui pendidikan, kepribadian, kecerdasan, keterampilan maka wawasan akan menjadi lebih luas, sehingga dapat meningkatkan dan mengembangkan kecakapan hidup siswa. Intinya, kecakapan hidup perlu dikembangkan dalam pendidikan sehingga siswa mampu mengatasi berbagai persoalan hidupnya dalam kehidupan nyata (Suprayitno, 2019).

Sekolah merupakan salah satu lembaga pendidikan sebagai wadah untuk mencapai tujuan pembangunan nasional. Diantara tanggung jawab lembaga pendidikan adalah membina siswa supaya berani berdiri sendiri dan berusaha sendiri serta memiliki kecakapan untuk mengatasi permasalahan dalam kehidupannya. Sekolah sebagai agen perubahan dan tempat berkembangnya aspek intelektual, moral, dan keterampilan tidak dapat direduksi hanya untuk satu tujuan belajar saja (Nuraeni, 2022).

Masa remaja merupakan sebuah tahapan dalam kehidupan seseorang yang berada di antara tahap anak-anak sampai dengan tahap dewasa. Seorang remaja akan melalui tugas perkembangannya seperti menerima peranan sosial, mencapai kemandirian emosional, belajar bergaul, dan menjadi pribadi yang bertanggung jawab. Dalam melewati tantangan tugas perkembangan tersebut tidaklah mudah, mengingat dalam diri remaja ada banyak perubahan mulai dari biologis, kognitif, psikologis, sosial, moral dan spiritualnya. Tentunya setiap remaja memiliki kemampuan yang berbeda – beda dalam menghadapi tantangan tersebut. Hal ini dipengaruhi oleh karakteristik kepribadian, pengalaman masa kecil, dan lingkungan (Geldard & Geldard, 2011).

Bimbingan dan konseling juga berperan penting pada kecakapan hidup seseorang, terlebih pada anak-anak di usia remaja. Pada dasarnya, anak- di usia remaja harus mendapatkan kasih sayang orang tua yang cukup karena berpengaruh kepada pertumbuhan. Anak sendiri merupakan aset penting yang akan meneruskan perjuangan orang tuanya nanti. Dalam tumbuh kembangnya, anak membutuhkan naungan, cinta kasih secara seutuhnya dari pihak keluarga. Kebutuhan pada anak di usia remaja yang paling mendasar salah satunya adalah fisiologis dan psikologis (Azahro et al., 2019). Perkembangan fisik merupakan dasar bagi berkembangnya aspek-aspek lain dalam diri setiap individu, termasuk usia dewasa awal. Apabila perkembangan fisik berjalan dengan baik dan normal, maka usia dewasa awal akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi, emosi yang stabil, dan mampu menjalankan kehidupan sosialnya dengan baik. Mereka akan menjadi pribadi yang menyenangkan, akan tetapi tidak semua anak mempunyai fisik dan psikologi yang normal. Anak yang mengalami gangguan jiwa akan merasakan ketidak setabilan dalam mengontrol emosi sehingga tidak mampu menjalankan kehidupan sosialnya dengan baik (Andesta, 2018).

Penerapan dan pelatihan kecakapan hidup (*lifeskill*) pada remaja juga termasuk faktor penting, karena dalam kehidupan, kecakapan hidup adalah faktor utama untuk kelangsungan perkembangan kehidupan yang akan dilalui. Kepribadian yang beragam antara satu dengan yang lain, tentunya

dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya pengembangan dan pengajaran yang diberikan kepada masing-masing karakter yang sangat beragam dan menyesuaikan pada kemampuan diri masing-masing. pengembangan bila dikaitkan dengan pendidikan berarti suatu proses perubahan secara bertahap ke arah tingkat yang berkecendrungan lebih tinggi, meluas dan mendalam yang secara menyeluruh dapat tercipta suatu kesempurnaan atau kematangan (Rahman & Kurniawan, 2023).

Broling (1989) dalam pedoman penyelenggaraan program kecakapan hidup pendidikan non formal mengelompokkan *life skill* menjadi tiga kelompok, yaitu: (1) Kecakapan hidup sehari-hari (*daily living skill*), antara lain meliputi ; pengelolaan rumah pribadi, kesadaran kesehatan, kesadaran keamanan, pengelolaan makanan-gizi, pengelolaan pakaian, kesadaran pribadi warga negara, pengelolaan waktu luang, rekreasi, dan kesadaran lingkungan. (2) kecakapan hidup sosial/pribadi (*personal /social skill*), antara lain meliputi ; kesadaran diri (minat, bakat, sikap, kecakapan), percaya diri, komunikasi dengan orang lain, tenggang rasa dan kepedulian pada sesama, hubungan antar personal, pemahaman masalah, menemukan dan mengembangkan kebiasaan positif, kemandirian dan kepemimpinan. (3) kecakapan hidup karir (*vocational skill*), meliputi: kecakapan memilih pekerjaan, perencanaan kerja, persiapan keterampilan kerja, latihan keterampilan, pengusaha kompetensi, menjalankan suatu profesi, kesadaran untuk menguasai berbagai keterampilan, kemampuan menguasai dan menerapkan teknologi, merancang dan melaksanakan proses pekerjaan, dan menghasilkan produk barang dan jasa.

SMP Progresif Zainul Ulum Rejoso Kec. Pagak Kab. Malang memiliki kondisi siswa yang ideal sebagaimana sekolah unggulan di Kab. Malang pada umumnya. Namun SMP Progresif Zainul Ulum tidak luput dari permasalahan yang dialami oleh siswa-siswanya, termasuk dalam permasalahan kecakapan hidup. Berdasarkan observasi awal hari Senin 19 juni 2023 di SMP Progresif Zainul Ulum Rejoso Kec. Pagak Kab. Malang melalui wawancara dengan salah seorang guru bimbingan dan konseling siswa disekolah menunjukkan bahwa pengembangan kecakapan hidup siswa memiliki beberapa permasalahan mengenai kecakapan hidup siswa. Hal ini ditunjukkan bahwa adanya data yang menunjukkan beberapa siswa terindikasi dari bidang kecakapan hidup adalah beberapa siswa mengalami : (1) kesulitan pengambilan keputusan, (2) *problem solving*, (3) kesusahan berpikir kreatif, (4) sulit berpikir kritis, (5) Komunikasi yang kurang efektif, (6) Keterampilan hubungan interpersonal yang kurang, (7) kurangnya kepedulian dan empati, (8) kesulitan mengendalikan emosi (9) mengalami *stress* (10) hubungan sosial yang kurang baik. Kecakapan hidup juga mencakup bagaimana seorang siswa diharapkan memperoleh keterampilan yang diperlukan bagi dirinya dalam menghadapi lingkungannya di era globalisasi.

Walaupun pengembangan kecakapan hidup siswa telah menjadi kewajiban seorang guru, namun realisasi dilapangan yang ditemukan peneliti menunjukkan bahwa pada umumnya guru telah memasukkan konsep pendidikan kecakapan hidup kedalam muatan kurikulum yang yang sudah ada, akan tetapi kurang maksimal dikarenakan konsep yang diterapkan terlalu meluas keseluruh siswa. Program pengembangan kecakapan hidup yang dimasukkan kedalam konsep kurikulum dinilai kurang maksimal dan tidak mengkrucut kepada siswa yang benar-benar membutuhkan pengembangan kecakapan hidup siswa tersebut. Program sekolah yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan siswa juga giat dilakukan seperti pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler

yang terjadwal, bimbingan belajar untuk mata pelajaran bagi siswa yang akan mengikuti lomba, olimpiade, dan pelaksanaan program Pramuka.

Namun demikian, pengembangan kecakapan hidup masih dirasa perlu ditingkatkan. Hal ini terlihat dari sejumlah program/kegiatan sekolah di SMP Progresif Zainul Ulum Rejoso Kec. Pagak Kab. Malang yang hanya dipersiapkan ketika siswa akan menghadapi suatu event/lomba. Pengembangan yang dilakukan dengan membentuk koordinator pada setiap program yang terdiri atas wakil kepala sekolah dan guru-guru. Disamping itu, masih adanya guru yang belum optimal dalam mengembangkan kecakapan hidup siswa, terlihat dari adanya siswa yang jenuh dan bosan dengan rutinitas pembelajaran.

Kegiatan pembelajaran kecakapan hidup mencakup beberapa hal yang berhubungan dengan kepentingan anak dalam kehidupan sehari-hari seperti, kebutuhan merawat diri, kebutuhan mengurus diri, kebutuhan menolong diri, kebutuhan komunikasi, kebutuhan sosialisasi, kebutuhan keterampilan hidup dan kebutuhan mengisi waktu luang. Kecakapan hidup disini diartikan sebagai keberanian dan kemauan yang dimiliki oleh anak dalam menghadapi permasalahan hidup dan kehidupan secara wajar tanpa merasa tertekan, kemudian secara proaktif dan kreatif mencari serta menemukan solusi sehingga pada akhirnya mampu mengatasinya (Rosalina & Pratomo, 2022).

Pendekatan rasional emotif perilaku menggunakan prosedur yang bervariasi dan sistematis yang secara khusus untuk mengubah tingkah laku dalam batas-batas tujuan yang disusun secara bersama-sama oleh konselor dan konseli. Pada penelitian ini, peneliti mengamati proses pembelajaran dan tingkah laku sampel yang akan diuji coba dengan menggunakan data dari hasil observasi. Peneliti juga mencoba untuk menekankan perilaku menyimpang yang mengakibatkan siswa mengalami penurunan dalam segi kecakapan hidupnya, sehingga siswa dengan kecakapan hidup rendah dapat memulai dengan perubahan tingkah laku yang kurang adaptif dan mendorong siswa untuk lebih berpola pikir positif yang menunjukkan bahwa seorang siswa adalah individu yang berjiwa sosial (Habsy, 2019).

Konseling rasional emotif perilaku dilakukan dengan menggunakan prosedur yang bervariasi dan sistematis yang secara khusus dimaksudkan untuk mengubah tingkah laku dalam batas-batas tujuan yang disusun secara bersama-sama oleh konselor dan konseli. Karakteristik proses konseling rasional emotif perilaku: 1) Aktif-direktif, artinya bahwa dalam hubungan konseling konselor lebih aktif membantu mengarahkan konseli dalam menghadapi dan memecahkan masalahnya. 2) Kognitif-eksperiensial, artinya bahwa hubungan yang dibentuk berfokus pada aspek kognitif dari konseli dan berintikan pemecahan masalah yang rasional. 3) Emotif-eksperiensial, artinya bahwa hubungan konseling yang dikembangkan juga memfokuskan pada aspek emosi konseli dengan mempelajari sumber-sumber gangguan emosional, sekaligus membongkar akar-akar keyakinan yang keliru yang mendasari gangguan tersebut. 4) Behavioristik, artinya bahwa hubungan konseling yang dikembangkan hendaknya menyentuh dan mendorong terjadinya perubahan tingkah laku konseli (Rizal et al., 2020).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui proses, keefektifan, dan kendala dalam proses implementasi konseling rasional emotif perilaku pada kecakapan hidup siswa meliputi aspek kecakapan personal, sosial, akademik, dan vokasional di SMP Progresif Zainul Ulum Malang.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif untuk mengujiteori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antara variabel. Peneliti melakukan penelitian terhadap Implementasi Konseling Rasional Emotif Perilaku Untuk Meningkatkan Kecakapan Hidup Siswa SMP di SMP Progresif Zainul Ulum Malang. Rancangan penelitian menggunakan desain *pre-experimental* dengan jenis *one-group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di SMP Progresif Zainul Ulum Rejoso Kec. Pagak Kab. Malang. Pengambilan sampel (*sampling*) dalam penelitian ini diambil sesuai dengan hasil observasi dan juga wawancara kepada guru bimbingan dan konseling di SMP Progresif Zainul Ulum Rejoso Kec. Pagak Kab. Malang.

Selanjutnya, hasil data menunjukkan bahwa siswa SMP Progresif Zainul Ulum yang memiliki kecakapan hidup rendah terletak pada kelas VIII B. Dari hasil tersebut, penelitian ini mengambil sampel sebanyak sepuluh siswa yang berada pada kelas VIII B yang akan diberikan kuisioner berupa angket. Variabel pada penelitian ini yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas yang digunakan yaitu kecakapan hidup sedangkan variabel terikat yang digunakan yaitu konseling rasional emotif perilaku. Dalam penelitian ini sebagai instrumen utama, peneliti menggunakan instrumen kuisioner berupa angket. Peneliti juga menggunakan instrumen tambahan seperti alat tulis, buku catatan, dan handphone yang digunakan untuk mengambil gambar dan sebagai perekam suara.

Teknik analisis data ini menggunakan *software* SPSS dan juga excel untuk menghitung analisis deskriptifnya dalam menentukan nilai rata-rata. Pengujian hipotesis menggunakan desain *pre-experimental* yaitu suatu rancangan percobaan dengan setiap langkah tindakan yang terdefinisi, sehingga informasi yang berhubungan dengan atau diperlukan untuk persoalan yang akan diteliti dapat dikumpulkan secara faktual. Untuk menjawab pengujian hipotesis dalam penelitian ini, disajikan data hasil pretes dan posttest yang diperoleh dari hasil angket yang telah dikumpulkan dari beberapa responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Untuk menganalisis secara deskriptif kualitas dari setiap variabel penelitian, maka digunakan teknik statistik deskriptif. Pada pengolahan data statistik yang akan dikemukakan pada tugas ini adalah pengolahan data statistik deskriptif dan statistik inferensi. Dalam penelitian ini angket yang digunakan adalah angket pada peserta didik siswa kelas VIII B. Angket ini diberikan pada subjek penelitian pada saat melakukan pre-test dan post-test. Setelah penyebaran angket dilakukan, maka didapat hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Pre-Test Kecakapan Diri Siswa kelas VIII B.

No	Inisial Peserta Didik	Hasil <i>Pre_test</i>	Kriteria
1	AR	60	Rendah
2	AST	59	Rendah
3	AD	50	Rendah
4	AHY	62	Rendah
5	ARY	60	Rendah
6	BR	57	Rendah
7	BS	52	Rendah
8	HY	59	Rendah
9	HD	62	Rendah
10	IKJ	54	Rendah
JML	N : 10	579	Rendah
Mean		56,9	

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan hasil *pre-test* siswa memiliki nilai rata-rata sangat rendah maka dalam hal ini perlunya pemberian perlakuan (*treatment*) pada peserta didik yang mengalami konsentrasi belajar yang rendah, Konseling Rasional Emotif Perilaku membantu konseli mengenali dan memahami perasaan, pemikiran dan tingkah laku yang irasional. Dalam proses ini konseli di ajarkan untuk menerima bahwa perasaan, pemikiran dan tingkah laku tersebut diciptakan dan diverbalisasikan oleh konseli sendiri. Untuk mengatasi hal tersebut, konseli membutuhkan konselor untuk membantu mengatasi permasalahannya. Adapun layanan Konseling Rasional Emotif Perilaku sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Post-Test Kecakapan Diri Siswa kelas VIII B.

No	Inisial Peserta Didik	Hasil <i>Post_test</i>	Kriteria
1	AR	78	Tinggi
2	AST	96	Tinggi
3	AD	84	Tinggi
4	AHY	78	Tinggi
5	ARY	78	Tinggi
6	BR	88	Tinggi
7	BS	78	Tinggi
8	HY	63	Tinggi
9	HD	80	Tinggi
10	IKJ	73	Tinggi
JML	N : 10	796	Tinggi
Mean		79,25	

Berdasarkan hasil tabel diatas menunjukkan peningkatan secara signifikansi dengan menggunakan konseling rasional emotif perilaku. Jadi dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *homework assigment* untuk meningkatkan kecakapan hidup siswa sudah mengalami perubahan yang lebih baik dari sebelumnya.

B. Pengujian Hipotesis

a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan salah satu bagian dari uji persyaratan analisis data, untuk mendeteksi normalitas data dalam penelitian ini dilakukan dengan mengolah data secara manual melalui bantuan aplikasi *microsoft excel* yaitu sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Validitas Pre-test

Pre-test	X	S	A	Lhitung	Ltabel	Keputusan Uji
	56.9	4.024922359	0.05	0.936489793	0.195	Ha Diterima

Berdasarkan pada tabel di atas dapat diketahui bahwa data pretest konsentrasi belajar peserta didik memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 56.9 dan nilai simpangan baku 4.024922359, kemudian didapat L-hitung = 0,936489793 yaitu nilai tertinggi. Untuk sampel sebanyak 20 siswa dan taraf signifikansi $\alpha = 0.05$ maka diperoleh L-tabel = 0.195 dan L-hitung < L-tabel, sehingga Ha diterima yang artinya sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

Tabel 4. Hasil Uji Validitas Pos-test

Posttest	x	S	A	Lhitung	Ltabel	Keputusan Uji
	79.25	8.264540615	0.05	0.878655031	0.195	Ha Diterima

Berdasarkan pada tabel di atas dapat diketahui bahwa data posttest konsentrasi belajar peserta didik memiliki rata-rata (*mean*) sebesar 79.25 dan nilai simpangan baku 8.264540615, kemudian didapat L-hitung = 0.878655031 yaitu nilai tertinggi. Untuk sampel sebanyak 20 siswa dan taraf signifikansi $\alpha = 0.05$ maka diperoleh L-tabel = 0.195 dan L-hitung < L-tabel, sehingga Ha diterima yang artinya sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

b. Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil uji statistik pada bimbingan konseling rasional emotif perilaku dengan teknik *homework Assignment* untuk meningkatkan konsentrasi belajar pada peserta didik, perhitungan dilakukan dengan menggunakan perhitungan manual dengan bantuan *platform microsoft excel* didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis Posttest-Pretest

Kelompok	Rata-rata	Varians	t hitung	t tabel	Keputusan
Posttest	79.25	68.30263158	10.8732	2.093	Ha diterima
Pretest	56.9	16.2			

Berdasarkan uji hipotesis *pretest-posttest* konsentrasi belajar dapat dilihat bahwa rata-rata konsentrasi belajar peserta didik mengalami peningkatan, yaitu rata-rata pada *pre-test* : 56.9 dan *post-test* : 79.25, kemudian didapat $t_{hitung} = 10.8732 \geq t_{tabel} = 2.093$ pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kecakapan hidup siswa mengalami peningkatan, maka dapat Ha diterima.

Berdasarkan hasil *pretest-posttest* pada peserta didik mengalami skor *pretest* yang sangat rendah, maka dalam hal ini perlu adanya pemberian *treatment/* perlakuan pada peserta didik yang mengalami konsentrasi yang rendah.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh sebagaimana tercantum pada Bab sebelumnya, maka peneliti menyimpulkan konseling rasional emotif perilaku efektif dalam meningkatkan kecakapan hidup siswa pada SMP Progresif Zainul Ulum Malang. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya perhitungan data hasil penelitian dari sebelum diberikan *treatment* (*pre-test*) dan sesudah diberikan *treatment* (*post-test*). Jadi dapat disimpulkan bahwa konseling rasional emotif perilaku dapat meningkatkan kecakapan hidup yang rendah yang dimiliki oleh siswa.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dibuktikan dengan adanya perubahan siswa yang dikategorikan memiliki kecakapan hidup rendah, maka beberapa saran yang dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan yaitu:

1. Diharapkan siswa mampu untuk mengerti dan memahami dampak dari kecakapan hidup yang rendah, maka diharapkan mampu untuk meningkatkan kecakapan hidupnya sesuai dengan yang dibutuhkan dilingkungan yang sedang ditempati.
2. Untuk peneliti selanjutnya, diharapkan mampu untuk mengembangkan dan mengimplementasikan konseling rasional emotif perilaku dengan jangkauan yang lebih luas, dan mengadakan layanan konseling individu maupun kelompok untuk mengetahui problem dan masalah-masalah yang sedang dihadapi konseli yang terisolir secara mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Andesta, D. (2018). Analisis kebutuhan anak usia dasar dan Implikasinya dalam penyelenggaraan pendidikan. *JIP Jurnal Ilmiah PGMI*, 4(1), 82–97.
- Ary, Yessy Estiani Sutopo. 2016. Peningkatan Kepercayaan Diri Dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Pada Siswa kelas XI Di SMA Negeri
- Azahro, I. F., Machendrawaty, N., & Tajiri, H. (2019). Pola Bimbingan Orang Tua Asuh dalam Menumbuhkan Kecerdasan Emosional Remaja. *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, Dan Psikoterapi Islam*, 7(3), 311–330.
- Habsy, B. A. (2022). *Panorama Teori-Teori Konseling Modern dan Post Modern: Refleksi Keindahan dalam Konseling*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).
- Habsy, B. A. (2018). Konseling rasional emotif perilaku: Sebuah tinjauan filosofis. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 2(1), 13-30.

- Hidayah, Zulfajri. 2014. Peningkatan Kepercayaan Diri Siswa Dalam Pembelajaran Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Therapy Pada Siswa kelas VIII Di SMP Negeri 3 Natar Lampung Selatan Tahun Pelajaran 2013/2014. Skripsi. Bandar Lampung: Universitas Lampung.
- Nuraeni, Y. A. (2022). Peran Pendidikan Dalam Pembentukan Jiwa Wirausaha: Pendidikan Kewirausahaan. *Jurnal Ilmu Pendidikan (ILPEN)*, 1(2), 38–53.
- Rahman, Z. A., & Kurniawan, B. (2023). *Penguatan Personal branding Lembaga Melalui Pendidikan Kecakapan Hidup (Life Skills Education) Di Madrasah Ibtidaiyah*. PT Arr Rad Pratama.
- Rizal, A., Purwoko, B., & Hariastuti, R. T. (2020). *Islamic Cognitive Behavior Therapy to Improve Student Self-Compassion*. 385–388.
- Rosalina, R., & Pratomo, H. (2022). Peran Media Edukasi Kesehatan Life Skills Remaja Disabilitas Intelektual Selama Pembelajaran Jarak Jauh. *JURNAL HERITAGE*, 10(1), 49–58.
- Suprayitno, A. (2019). *Pedoman penyusunan dan penulisan jurnal ilmiah bagi guru*. Deepublish.