



Penerapan Konseling Rational Emotif Behavior Therapy Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Mahasiswa Dalam Mengikuti Pelajaran Matematika

Rosmawati¹, Andi Zam Immawan Alam², Salmiati³

¹³Bimbingan dan Konseling, STKIP Andi Matappa

Email: rosmawaticen@gmail.com

²Pendidikan Matematika, STKIP Andi Matappa

Artikel info

Article history:

Received: Juli-2020

Revised: Agustus-2020

Accepted: Agustus-2020

Publish: September-2020

DOI: doi.org/10.31960/ijolec.v3i1.599

Abstract. The purpose of this study was to apply rational emotive behavior therapy counseling to increase student motivation to take mathematics lessons in the PGSD Study Program of STKIP Andi Matappa. The research design used was one group pretest posttest design with stages including; 1) preliminary studies, 2) preparation of instruments, 3) preliminary data collection (pretest), 4) application of rational emotive behavior therapy techniques 5) final data collection (posstest), 6) data analysis and discussion, 7) conclusions and reporting. The population in this study were all students of STKIP Andi Matappa as many as 811 with a total sample of 10 students of PGSD Study Program with the sampling technique of purposive sampling. The results of the research through the descriptive analysis test showed that before being given treatment in the form of rational emotional behavior therapy counseling for PGSD students, the student's learning motivation in participating in mathematics was in the low category. Meanwhile, after being given treatment in the form of rational emotive behavior therapy counseling, students' learning motivation in taking mathematics lessons experienced changes, namely being in the high category. Hypothesis testing using the Z test shows that there is a real or positive effect, namely the application of rational emotive behavior therapy counseling can increase student learning motivation in taking mathematics lessons at the PGSD STKIP Andi Matappa study program.

Abstrak. Tujuan penelitian adalah untuk menerapkan konseling rational emotive behavior therapy untuk meningkatkan motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika. Desain penelitian yang digunakan adalah one group pretest posttest desain dengan tahapan meliputi; 1) studi pendahuluan, 2) penyusunan instrument, 3) pengumpulan data awal (pretest), 4) penerapan teknik rasional emotif behavior therapy 5) pengumpulan data akhir (posstest), 6) analisis data dan diskusi, 7) kesimpulan dan pelaporan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa STKIP Andi matappa sebanyak 811 dengan jumlah sampel sebanyak 10 mahasiswa Prodi PGSD dengan Teknik penarikan sampel yaitu purposive sampling. Hasil penelitian melalui uji analisis deskriptif menunjukkan bahwa

sebelum diberikan perlakuan berupa konseling rasional emotive behavior therapy terhadap mahasiswa PGSD, motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika berada kategori rendah. Sedangkan setelah diberikan perlakuan berupa konseling rasional emotive behavior therapy, motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika mengalami perubahan yaitu berada pada kategori tinggi. Pengujian hipotesis dengan menggunakan uji Z menunjukkan adanya pengaruh yang nyata atau positif yaitu penerapan konseling rational emotif behavior therapy dapat meningkatkan motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika di prodi PGSD STKIP Andi Matappa.

Keywords:

Konseling
Rasional Emotif
Behavior
Therapy, Motivasi
Belajar

Corresponden author:

Jalan: ³Perumahan Nusa Harapan Permai, Cluster 3 Blok A11
No. 24 Kel. Tamalanrea, Kec. Tamalanrea Kota Makassar
Email: Salmi@stkip-andi-matappa.ac.id



Artikel dengan akses terbuka dibawah licensi CC BY-NC-4.0

PENDAHULUAN

Motivasi belajar merupakan kekuatan yang mendorong terjadinya proses belajar. Motivasi belajar pada diri mahasiswa dapat menjadi lemah, dan lemahnya motivasi atau tiadanya motivasi belajar akan melemahkan kegiatan belajar (Dimiyati & Mudjiono, 2009 :239). Selanjutnya, mutu hasil belajar akan menjadi rendah. Oleh karena itu, motivasi belajar pada diri mahasiswa perlu diperkuat terus-menerus agar dapat meningkatkan prestasi belajar. Purwanto (2006:107) mengemukakan bahwa prestasi belajar dilatar belakangi oleh beberapa faktor yang pada dasarnya dapat dikelompokkan menjadi dua bagian, yaitu faktor yang bersumber dari dalam diri mahasiswa (faktor internal) dan faktor yang bersumber dari luar diri mahasiswa (faktor eksternal). Salah satu faktor internal yang dapat mempengaruhi prestasi belajar adalah motivasi belajar. Motivasi belajar ini akan mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu sehingga mencapai tujuan. Jika mahasiswa terdorong untuk belajar, maka akan terjadi suatu pembelajaran yang efektif yang pada akhirnya akan menghasilkan prestasi belajar yang tinggi. Hal ini sejalan dengan pendapat Sardiman A. M (Madiawati, 2010:135) yang menyatakan bahwa motivasi dapat berfungsi sebagai pendorong usaha dan pencapaian prestasi.

Di kampus ditemukan beberapa mahasiswa di prodi PGSD yang kurang motivasi belajarnya dalam mengikuti perkuliahan, khususnya pada mata kuliah matematika. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan ditemukan beberapa mahasiswa yang hasil prestasi belajarnya rendah terutama pada mata kuliah matematika, hal itu disebabkan karena mahasiswa memiliki pikiran irasional berupa perasaan cemas, tidak percaya diri jika sedang belajar matematika dan mereka juga menganggap mata kuliah matematika itu sebagai mata kuliah yang paling sulit. Sehingga mahasiswa ketika belajar matematika tidak ada motivasi untuk mengikuti pembelajaran. Mahasiswa yang belajar tanpa ada motivasi maka mahasiswa tidak ada semangat atau gairah untuk mengikuti kuliah tersebut dengan baik, sebagaimana yang dikatakan Djamara (2002: 114) bahwa dalam proses belajar motivasi sangat diperlukan, sebab seseorang yang tidak mempunyai motivasi dalam belajar tidak akan mungkin melakukan aktifitas belajar.

Melihat fenomena di atas, menarik untuk diteliti yaitu bagaimana meningkatkan motivasi mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran mata kuliah matematika, dimana motivasi belajar mahasiswa yang rendah itu disebabkan karena mahasiswa berpikiran irasional terhadap mata kuliah matematika. Salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan

tersebut adalah dengan pendekatan Konseling Rasional Emotif. Konseling Rasional Emotif bertujuan mengubah keyakinan yang irasional menjadi rasional (Ellis: 2007), sehingga mahasiswa yang motivasi belajarnya rendah karena pemikiran yang irasional dapat termotivasi mengikuti perkuliahan.

Pemecahan masalah peningkatan motivasi belajar mahasiswa yakni dengan menggunakan strategi bimbingan dan konseling melalui penerapan konseling rasional emotif behavior therapy bagi mahasiswa yang memiliki motivasi belajar rendah. Strategi penerapan konseling rasional emotif dilakukan dengan memberikan latihan untuk mengubah keyakinan irasional menjadi keyakinan yang rasional. Adapun muatan materi pelatihannya meliputi: 1) *Activating Event* (Latihan Mengaktifkan Pengalaman), 2) *Belief About (Irrational Belief)* (Latihan Mengenali Pemikiran Dan Keyakinan Irasional), 3) *Consequency* (Latihan Mengenali Konsekuensi Pemikiran Dan Keyakinan Irasional), 4) *Disputing Irrational Belief* (Latihan Menghapus Keyakinan Irasional) 5) *Effect* (Latihan Mengenali Pengaruh Negatif), 6) *New Feeling* (Latihan Mengenal Perasaan Baru), dan 7) Latihan Terintegrasi.

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yakni apakah penerapan konseling rasional emotif behavior therapy dapat meningkatkan motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika di Prodi PGSD STKIP Andi Matappa? Selanjutnya tujuan penelitian ini yakni untuk menerapkan konseling konseling rasional emotif behavior therapy untuk meningkatkan motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika di Prodi PGSD STKIP Andi Matappa.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian yang menggunakan Pendekatan kuantitatif, dengan jenis penelitian penelitian eksperiment. Desain penelitian adalah one group pretest posttest desaign (Sugiyono, 2016). Tahapan pelaksanaan penelitian dalam penelitian ini adalah 1) studi pendahuluan, 2) penyusunan instrument, 3) pengumpulan data awal, 4) penerapan teknik rasional emotif behavior therapy 5) pengumpulan data akhir, 6)

analisis data dan diskusi, 7) kesimpulan dan pelaporan.

Populasi dan sampel dalam penelitian ini yaitu seluruh mahasiswa STKIP Andi Matappa dijadikan sebagai populasi penelitian sebanyak 811 orang mahasiswa yang berasal dari tiga Prodi yaitu Prodi BK, Pendidikan Matematika dan PGSD dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 10 orang mahasiswa prodi PGSD yang ditentukan secara *purposive sampling* agar difokuskan pada mahasiswa yang memiliki tingkat motivasi belajar yang rendah pada pelajaran matematika .

Pengumpulan data dengan menggunakan angket motivasi belajar mahasiswa yang merupakan pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pernyataan tertulis kepada responden yang mejadi sampel penelitian. Angket tersebut diberikan kepada subjek penelitian untuk memperoleh gambaran motivasi belajar mahasiswa sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa teknik konseling rasional emotive behavioral therapy. Sebelum angket digunakan, terlebih dahulu dilakukan uji validasi oleh validator. Data hasil angket *pretest* dan *posttest* dianalisis dengan menggunakan analisis data statistika inferensial untuk mengetahui gambaran tingkat motivasi belajar mahasiswa sebelum dan sesudah pemberian perlakuan berupa Teknik reasional emotive behavioral therapy. Sedangkan pengujian hipotesis penelitian dianalisis dengan menggunakan statistika non-parametrik yaitu uji Z untuk mengetahui pengaruh Penerapan Konseling Rasional Emotif Behavior Therapy Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Mahasiswa Dalam Mengikuti Pelajaran Matematika Di Prodi PGSD STKIP Andi Matappa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian terhadap 10 orang siswa mengenai Penerapan Konseling Rasional Emotif Behavior Therapy Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Mahasiswa Dalam Mengikuti Pelajaran Matematika Di Prodi PGSD STKIP Andi Matappa. Data yang peroleh melalui instrument pengumpulan data angket motivasi belajar mahasiswa untuk mengukur tingkat keberhasilan teknik rational emotive behavioral therapy dalam meningkatkan

motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika. Adapun data hasil penelitian diuraikan sebagai berikut:

1. Tingkat motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika

Data hasil *pretest* dan *posttest* dianalisis dengan menggunakan statistic inferensial untuk mengetahui gambaran tingkat motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 1. Presentase Distribusi Data Frekuensi

Interval	Kategorisasi	Sampel Penelitian			
		<i>Pretest</i>		<i>Posttest</i>	
		F	%	F	%
130-154	Sangat Tinggi	-	-	-	-
105-129	Tinggi	-	-	7	70
80-104	Sedang	-	-	3	30
55-79	Rendah	8	80	-	-
30-54	Sangat Rendah	2	20	-	-
Jumlah		10	100	10	100

Sumber : Hasil angket penelitian.

Data tersebut di atas, menjelaskan bahwa gambaran umum tentang motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika di Prodi PGSD STKIP Andi Matappa pada saat *pretest*, tidak ada responden atau 0 persen siswa yang memiliki motivasi belajar sangat tinggi atau berada pada interval 130-154 dan pada kategori tinggi atau berada pada interval 105-129 begitupun dengan kategori sedang atau interval 80-104. Pada kategori rendah atau berada pada interval 55-79, terdapat 8 responden atau sebesar 80 persen dan 2 responden atau 20 persen responden yang berada pada kategori sangat rendah dengan

interval 30-54. Hasil berbeda didapatkan setelah diberikan perlakuan berupa konseling rasional emotive behavioral therapy, tingkat motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika mengalami peningkatan. Sebanyak 3 responden atau 30 persen berada pada kategori sedang atau berada pada interval 80-104. Terdapat 7 responden atau 70 persen responden yang berada pada kategori tinggi atau berada pada interval 105-129. Data ini mengartikan bahwa responden dominan berada pada kategori yang tinggi setelah diberikan perlakuan konseling rasional emotive behavioral therapy.

Tabel 2. Kecenderungan umum penelitian berdasarkan kategori tingkat motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika tahun ajaran 2019/2020

Jenis Data	N	Mean	Interval	Kategori
<i>Pretest</i>	10	61.30	55-79	Rendah
<i>Posttest</i>	10	113.60	105-129	Tinggi

Sumber : Hasil Angket Penelitian

Data di atas menunjukkan rata-rata *pretest* yaitu 61,30 yang berarti motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika berada pada kategori rendah, sedangkan pada *posttest* yaitu 113,60 yang berarti motivasi belajar mahasiswa dalam

menikuti pelajaran matematika menjadi kategori tinggi. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan SPSS for windows, sebelum perlakuan (*pretest*) diperoleh hasil skor rata-rata 61,30 dan setelah diberikan perlakuan (*posttest*) diperoleh skor rata-rata

113,60 dengan nilai $Z = -2.805$ dan nilai Asymp Sig (2-Tailed) = 0.005 dengan taraf signifikansi sebesar 5% atau 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa konseling rasional emotive behavioral therapy dapat meningkatkan motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika di Prodi PGSD STKIP Andi Matappa.

Berdasarkan statistik deskriptif, digambarkan bahwa terdapat peningkatan motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika yang dibuktikan melalui hasil uji analisis hipotesis yang menunjukkan bahwa tingkat motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika meningkat. Kondisi ini tergambar dengan jelas pada hasil analisis uji hipotesis yang menunjukkan bahwa penerapan konseling rasional emotif behavioral therapy berpengaruh positif atau dapat meningkatkan motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika di Prodi PGSD STKIP Andi Matappa pada tahun akademik 2019/2020.

Pembahasan

Rasional Emotif behavioral therapy adalah aliran psikoterapi yang berlandaskan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berfikir rasional dan jujur maupun untuk berfikir irasional dan jahat. Manusia memiliki kecenderungan-kecenderungan untuk memelihara diri, berbahagia, berpikir dan mengatakan, mencintai, bergabung dengan orang lain serta tumbuh dan mengaktualkan diri. Sebagaimana yang dikemukakan, Ellis (Corey, 2009: 240) bahwa: pada dasarnya Manusia memiliki kecenderungan-kecenderungan ke arah penghancuran diri, menghindari pikiran, berlambat-lambat, menyesali kesalahan-kesalahan secara tak berkesudahan, takhyul, intoleransi, profesinisme dan mencela diri serta menghindari pertumbuhan dan aktualisasi diri. Manusia pun berkenderungan untuk terpaku pada pola-pola tingkah laku lama yang disfungsi dan mencari berbagai cara untuk terlibat dalam sabotase diri.

Proses Konseling Rasional Emotif behavioral therapy berusaha agar klien mampu melakukan perubahan secara psikologis, olehnya itu klien perlu diarahkan agar mampu menerima kenyataan bahwa meskipun mereka menciptakan gangguan pada dirinya sendiri, namun klien memiliki

kemampuan untuk mengatasi hal tersebut dan memahami masalah kepribadian mereka sendiri, terutama yang berasal dari keyakinan irasionalnya.

Rasional Emotif behavioral therapy merupakan suatu bentuk terapi behavioral yang berorientasi pada kognitif, yang seiring dengan kebutuhan masyarakat kemudian berkembang menjadi pendekatan yang tidak menekankan aspek kognitif dan pengolahan emosional, namun juga aspek behavioral sehingga menjadi sebuah terapi yaitu sifatnya relatif, aktif, didaktif, persuasi konfrontatif, dan edukatif.

Motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika di prodi PGSD tergolong rendah. Hal ini diperkuat dengan tingkat motivasi belajar siswa dalam mengikuti pelajaran matematika yang berada pada kategori rendah, sebelum diberikan perlakuan berupa Konseling Rasional Emotif behavioral therapy.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa subyek eksperimen pada saat *pre-test*, secara umum menunjukkan tingkat motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika berada dalam kategori rendah. Namun setelah diberikan perlakuan Konseling Rasional Emotif behavioral therapy berupa latihan mengaktifkan pengalaman, latihan mengenali pemikiran dan keyakinan irasional, latihan mengenali konsekuensi pemikiran dan keyakinan irasional, latihan menghapus keyakinan irasional, latihan mengenali pengaruh negatif, latihan mengenali perasaan baru dan latihan terintegrasi. Hal ini menunjukkan perubahan positif yang signifikan, itu berarti bahwa tingkat motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika mengalami peningkatan dari kategori rendah menjadi kategori tinggi atau dari motivasi belajar yang rendah menjadi motivasi belajar yang tinggi.

Berdasarkan hasil analisis statistik deskriptif, diperoleh bahwa pada hakekatnya terdapat perubahan tingkat motivasi belajar pada subjek eksperimen karena telah diberikan perlakuan berupa Konseling Rasional Emotif behavioral therapy. Hal ini dibuktikan dengan pengkajian hipotesis yang menunjukkan adanya perbedaan tingkat motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika antara sebelum dan sesudah diberikan Konseling Rasional Emotif

behavioral therapy di Prodi PGSD STKIP Andi Matappa.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tersebut di atas, maka kesimpulan penelitian ini bahwa 1) gambaran tingkat motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika sebelum diberikan konseling rasional emotive behavioral therapy berada dalam kategori rendah dan setelah diberikan konseling rasional emotive behavioral therapy berada dalam kategori tinggi. 2) konseling rasional emotive behavioral therapy dapat meningkatkan motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika di prodi PGSD hal terlihat dari motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika yang meningkat setelah diberikan konseling rasional emotive behavioral therapy. Artinya semakin diterapkan konseling rasional emotive behavioral therapy semakin meningkatkan motivasi belajar mahasiswa dalam mengikuti pelajaran matematika di Prodi PGSD STKIP Andi Matappa

Berdasar dari kesimpulan di atas, maka disarankan: 1) Bagi guru bimbingan dan konseling di sekolah agar menerapkan konseling rasional emotive behavioral therapy secara sistematis/berkelanjutan sehingga mampu membantu mahasiswa dalam meningkatkan motivasinya dalam belajar. 2) Bagi mahasiswa, agar mampu melakukan perubahan dalam meningkatkan motivasi dalam belajar untuk pencapaian hasil prestasi akademik yang tinggi

DAFTAR RUJUKAN

- Kompri. 2015. Motivasi Pembelajaran Perspektif Guru dan Mahasiswa. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Mediawati, Elis. 2010. Pengaruh Motivasi Belajar Mahasiswa dan Kompetensi Dosen Terhadap Prestasi Belajar. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Dinamika Pendidikan*. Vol. V, No. 2, Desember 2010 Hal. 134 – 146.

Corey, G. 2009. *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy: Cengage Learning*.

Desi, Haryanti. D. 2013. Penerapan Konseling Kelompok Rasional Emotive Behavior Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Mahasiswa Kelas VIII G SMP Yogyakarta Pendidikan 17 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*. Volume 01 Nomor 01 Tahun 2013 hal 1 – 216

Dimiyati & Mudjiono. 2009. *Belajar & Pembelajaran*. Jakarta: PT Raja Grafindo persada.

Djamarah, Syaiful Bahri. 2002. *Psikologi belajar*. Jakarta: Rine Cipta.

Ellis, Albert. 2007. *Terapi R- E- B*. Yogyakarta: B- First.

Jones & Nelson, R . 2011. *Teori Dan Praktik Konseling Dan Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Karsih, W. E., & Komalasari, G. 2011. *Teori Dan Konseling*. Jakarta: PT.Indeks.

Khodijah M. 2014. Psikologi Pendidikan. Jakarta: Remaja Pres.

Palmer, S. 2011. *Konseling Dan Psikoterapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Purwanto, Ngalim. 2006. Psikologi Pendidikan. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Sardiman. 2014. Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar.

Uno. H. B. 2016. Teori Motivasi dan Pengukurannya. Jakarta: PT. Bumi Aksara