

Tabel 4.1
Perbandingan Proses di Lapangan Dengan Teori *Rational Emotive Therapy*

No	Data Teori	Data Empiris atau lapangan
1.	<p>Identifikasi masalah</p> <p>Langkah yang digunakan untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber yang berfungsi untuk mengenal kasus beserta gejala-gejala yang nampak pada diri konseli</p>	<p>Konselor mengumpulkan data dari berbagai sumber data mulai dari konseli, ibu tiri konseli, kakak kandung konseli, teman konseli, dan pengurus pondok. Dari hasil wawancara dan observasi menunjukkan bahwa konseli mempunyai <i>negatif thinking</i> pada ibu tirinya. Terlihat dari sikap konseli yang tertutup dan tidak berkomunikasi dengan ibu tirinya, kurang akrab dan suka menyendiri dikamar serta konseli terlihat kurang semangat.</p>
2.	<p>Diagnosa</p> <p>Menetapkan masalah yang dihadapi konseli beserta latar belakangnya</p>	<p>Dilihat dari identifikasi masalah dapat disimpulkan bahwa permasalahan yang sedang dialami oleh konseli yaitu berawal dari adanya negatif thingking atau persepsi jelek terhadap ibu tirinya sehingga menimbulkan perilaku atau sikap yang tidak baik pula terhadap ibu tirinya.</p>
3.	<p>Prognosa</p> <p>Menentukan jenis bantuan atau terapi yang sesuai</p>	<p>Melihat dari jenis bantuan berdasarkan diagnosa yaitu berupa konseling dengan menggunakan</p>

	<p>dengan permasalahan konseli. Langkah ini ditetapkan berdasarkan kesimpulan dari prognosa</p>	<p><i>Rational Emotive Therapy</i> karena konseli mempunyai <i>negatif thinking</i> terhadap ibu tirinya yang mengakibatkan munculnya perilaku atau sikap yang tidak baik terhadap ibu tirinya seperti tertutup, kurang akrab, komunikasi seperlunya saja, suka menyendiri, cuek dan acuh tak acuh terhadap ibu tirinya, cengeng dan perasa, manja dan selalu bergantung dengan orang lain. Dengan <i>Rational Emotive Therapy</i> bisa membantu konseli mencapai identitas berhasil. Dengan cara <i>mendispute</i> pikiran-pikiran irasional konseli ke arah yang lebih rasional. Dengan demikian perilaku atau sikapnya yang tidak baik terhadap ibu tirinya akan berubah seiring dengan berubahnya pikiran konseli.</p>
4.	<p>Treatment/terapi</p> <p>Proses pemberian bantuan terhadap konseli berdasarkan prognosis. Adapun terapi yang digunakan adalah Rational Emotive Therapy. Langkah-langkah yang digunakan adalah sebagai berikut:</p>	
	<p>a. Self Modeling, dalam</p>	<p>a). Konselor memberikan cerpen</p>

	<p>teknik ini konselor bertindak sebagai guru atau model untuk dijadikan contoh bagi konseli</p>	<p>dengan judul “bidadari pertamaku” kepada konseli. Cerpen tersebut karya konselor sendiri mengenai perjalanan masuk ke perguruan tinggi negeri, yang diharapkan dari membaca cerpen tersebut ada pelajaran yang dapat dijadikan contoh untuk konseli.</p> <p>b). Konselor memberikan motivasi pada konseli agar konseli bisa merubah sikap konseli ke arah yang lebih baik lagi.</p> <p>c). Konselor berperan sebagai penasehat bagi konseli dengan memberikan masukan pada konseli yang mampu membangun kesadaran dalam diri konseli akan tindakan-tindakan yang tidak benar yang selama ini konseli lakukan kepada ibu tirinya, sehingga konseli mampu berfikir secara lebih rasional yang bisa merubah tingkah laku konseli agar bisa lebih baik lagi.</p> <p>d). Konselor mengajak konseli untuk berpikir positif terhadap ibu tirinya. Mengajak konseli untuk memandang ibu tirinya dari berbagai sisi, bukan hanya memandang dari sisi negatifnya saja, karna tentu ada hal</p>
--	--	---

		positif dari seorang ibu tiri.
	<p>b. <i>Dispute Cognitive</i>, dalam teknik ini konselor mengajak konseli untuk berdiskusi, konselor sebagai media untuk mencurahkan argumen konseli kemudian konselor mendebatnya dengan cara mengajukan pertanyaan-pertanyaan balik kepada konseli, hingga konseli bingung, diam tidak bisa berargumen lagi kemudian dari sini konselor membimbing dan mengarahkan konseli kepada arah pikiran yang rasional</p>	<p>a). Konselor menjadi media bagi konseli untuk mendengarkan argumennya, setelah menjelaskan argumennya konselor mengkritisi segala bentuk argumen yang sudah dijelaskan oleh konseli dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan sistematis dan mendebat argumen konseli. Saat konseli sudah bingung dan istilahnya adalah saat konseli sudah kalah dan tidak mempunyai lagi alasan maka disini konselor mencoba untuk menggerakkan konseli dengan merubah pola pikir konseli yang semula dengan menunjukkan kondisi yang sebenarnya yang ada pada diri konseli.</p> <p>b). Konselor mencoba mengarahkan argumen konseli yang berhubungan dengan negative thinking terhadap ibu tirinya dengan menunjukkan apa yang seharusnya dilakukan dan apa yang tidak seharusnya dilakukan konseli terhadap ibu tirinya.</p> <p>c). Konselor memberikan motivasi dan dukungan pada konseli agar konseli bisa berubah ke kondisi yang lebih baik lagi dari sebelumnya, agar</p>

		dalam kehidupan konseli bisa berjalan dengan baik dan harmonis.
	<p>c. Assertive Training, dalam teknik ini konselor dan konseli menyepakati hal-hal yang telah dibuat bersama-sama kemudian dilakukan terus menerus oleh konseli. Teknik ini juga digunakan untuk melatih konseli agar membiasakan hal-hal yang belum pernah dilakukan konseli</p>	<p>a). Jika konseli ada masalah dan dia langsung ingin menangis atau saat konseli tiba-tiba ingat ibu tirinya dan muncullah pikiran-pikiran negatif maka konseli melakukan relaksasi dengan cara menarik nafas dalam-dalam kemudian dikeluarkan sambil mengucapkan kalimat istighfar.</p> <p>b). Membiasakan konseli untuk lebih mandiri, seperti saat ada apa-apa konseli harus menyelesaikannya sendiri tidak langsung minta bantuan kepada ayah ataupun kakaknya.</p> <p>c). Bersikap biasa dengan ibu tiri saya.</p> <p>d). Mencoba menganggap ibu tiri seperti ibu saya sendiri.</p> <p>e). Mencoba memahami sifat yang dimiliki ibu tiri saya.</p> <p>f). Belajar lebih dewasa.</p> <p>g). Saat dipondok mau bersalaman dengan ibu tiri saya.</p> <p>h). Ketika dipondok sering menanyakan kabar lewat via telepon meskipun hanya sebentar.</p> <p>i). Membiasakan untuk membantu ibu tiri saya melakukan pekerjaan rumah.</p> <p>j). Membuat ibu tiri merasa nyaman</p>

		ketika dengan saya. k). Membiasakan untuk selalu mengomunikasikan segala sesuatu dengan ibu tiri saya l). Membiasakan memanggil ibu bukan “buk na”
	d. Teknik Reframing , teknik ini digunakan untuk membingkai ulang pikiran-pikiran irasional konseli ke arah yang lebih rasional.	Cermin sebagai media konselor untuk merubah pikiran-pikiran irasional konseli serta konseli menyadari bahwa pikiran-pikiran dan perilakunya selama ini tidak baik terhadap ibu tirinya.
5.	Follow up/evaluasi Mengetahui sejauh mana langkah terapi yang dilakukan dalam mencapai hasil.	Konselor melakukan pengamatan dan wawancara terhadap konseli, kakak kandung, teman dan ibu tirinya.

B. Analisis Hasil Akhir Proses *Rational Emotive Therapy* Dalam Menangani *Negative Thinking* Seorang Anak Terhadap Ibu Tirinya di Desa Tlogo Pojok Gresik

Untuk lebih jelas lagi analisis data tentang hasil akhir dari proses pelaksanaan konseling dengan *Rational Emotive Therapy* yang dilakukan dari awal pelaksanaan konseling hingga akhir konseling, apakah ada perubahan yang terjadi pada diri konseli antara sebelum dan sesudah pelaksanaan konseling dilakukan. Berikut pemberian gambaran dari hasil proses pelaksanaan konseling pada tabel di bawah ini:

pikiran negatif sekarang sudah hilang, dulu awalnya yang suka menyendiri dikamar sekarang sudah bisa membaaur dengan ibu tirinya, yang semula tidak akrab, acuh tak acuh, cuek dan tertutup sekarang sudah mulai berkomunikasi lagi dan sudah mulai mengakrabi ibu tirinya. Konseli menyadari bahwa sikap atau perilaku yang sudah dilakukan itu membuat dampak yang tidak baik pada dirinya dan keluarganya.

Sedangkan untuk melihat tingkat keberhasilan dan kegagalan proses konseling dengan *Rational Emotive Therapy*, peneliti mengacu pada prosen tes kualitatif dengan standart uji sebagai berikut:

- a. $\geq 75\%$ - 100 % (dikategorikan berhasil)
- b. 50 % - 75 % (cukup berhasil)
- c. $\leq 60\%$ (kurang berhasil)

Perubahan sesudah konseling sesuai tabel analisis diatas adalah sebagai berikut:

- a. Gejala yang tidak pernah = 6 \longrightarrow $6/8 \times 100 = 75\%$
- b. Gejala kadang-kadang = 1 \longrightarrow $1/8 \times 100 = 12,5\%$
- c. Gejala masih dilakukan = 1 \longrightarrow $1/8 \times 100 = 12,5\%$

Berdasarkan hasil prosentase diatas dapat diketahui bahwa konseling dengan *Rational Emotive Therapy* dalam menangani *negative thinking* seorang anak terhadap ibu tirinya dilihat dari analisis data tentang hasil prosentase tersebut adalah 75 % dengan standart 50 % - 70 % yang dikategorikan cukup berhasil.

