

## **BAB IV**

### **LAPORAN HASIL PENELITIAN**

#### **A. Gambaran Umum Objek Penelitian**

##### **1. Letak Geografis SMP Negeri 4 Surabaya**

SMP Negeri 4 Surabaya adalah salah satu sekolah menengah pertama di Surabaya, Jawa Timur, Indonesia. Sekolah ini berada di jalan Tanjung Anom 12 Surabaya termasuk wilayah Kecamatan Genteng, kotamadya Surabaya, selain itu sekolah ini juga berada di kawasan pusat Surabaya bersama SMP Negeri 3 Surabaya.<sup>54</sup>

##### **2. Sejarah Singkat Berdirinya SMP Negeri 4 Surabaya**

Berdasarkan riwayatnya, SMP negeri 3 dan 4 adalah lembaga pendidikan setingkat SMP yang tertua sekaligus pertama di Indonesia wilayah timur. Hal ini cukup beralasan karena pada zaman kolonial Belanda sampai dengan tahun 1941 gedung yang terletak di jalan Praban no.3 dan Tanjung Anom no 12 (Berada dibelakang jalan Praban) ini adalah gedung M.U.L.O (Meer Uitgebreid Lager Onderwijs) yang dibangun pada tahun 1890. Tidak hanya digunakan untuk M.U.L.O gedung ini juga pernah digunakan markas "gakkutotai" dan chuutai pada zaman Jepang serta digunakan untuk markas BKR pelajar-rayon praban, markas TKR pelajar-staf III.<sup>55</sup>

---

<sup>54</sup> [http://id.wikipedia.org/wiki/SMP\\_Negeri\\_4\\_Surabaya](http://id.wikipedia.org/wiki/SMP_Negeri_4_Surabaya)

<sup>55</sup> Ibid.

Struktur bangunan SMP Negeri 4 Surabaya sampai saat ini sebagian masih mempertahankan struktur aslinya, yaitu struktur bangunan Belanda. Bangunan yang masih berstruktur aslinya yaitu antara kelas 9 A - 9 G. Dengan adanya Struktur bangunan Belanda yang masih ada di SMP Negeri 4 Surabaya ini, maka sekolah ini termasuk bangunan cagar budaya. SMP Negeri 4 Surabaya juga memiliki lagu yang khusus diciptakan untuk SMP Negeri 4 Surabaya, yang berjudul Mars SMP 4. SMP Negeri 4 Surabaya juga telah berhasil menjadi Sekolah Adiwiyata tingkat Surabaya, bahkan saat ini SMP Negeri 4 Surabaya akan mewakili Surabaya untuk program Adiwiyata tingkat Nasional.

### **3. Profil SMP Negeri 4 Surabaya**

SMP Negeri 4 Surabaya yang terletak di jalan Tanjung Anom no 12 Surabaya memiliki profil dengan rincian sebagai berikut:

Nama Sekolah	: SMP Negeri 4 Surabaya
Alamat Sekolah	: Jl. Tanjung Anom No. 12
Kecamatan	: Genteng
Kabupaten/Kota	: Surabaya
Propinsi	: Jawa Timur
Telepon Sekolah	: 031-5341431, 5453378
Fax Sekolah	: 031-5453378
Nomor Statistik Sekolah	: 201056009004
Status Sekolah	: Negeri

Nilai Akreditasi Sekolah	: 99,00 ; Skor = A
Jenjang Akreditasi	: Lama : A ; Baru : A
Tahun Pendirian	: 1954
Kategori Sekolah	: SSN
Kepemilikan Tanah	: Milik Negara
Status Tanah	: Hak Pakai
Luas Tanah	: 3.460 m <sup>2</sup>
Status Bangunan	: Pemerintah
Luas Seluruh Bangunan	: 2.625 m <sup>2</sup>
Luas Lahan Kosong	: 389 m <sup>2</sup>
Jumlah ruang pada lantai	: 27 ruang
Jumlah ruang pada lantai 2	: 16 ruang
Jumlah ruang pada lantai 3	: 1 ruang

#### **4. Visi, Misi, Motto dan Tujuan SMP Negeri 4 Surabaya**

##### **a. Visi**

Unggul dalam IMTAQ dan IPTEK terbentuk SDM yang berwawasan lingkungan dan kebangsaan.

Indikator:

- 1) Terwujudnya lulusan yang berprestasi, arif dan bijaksana.
- 2) Terwujudnya pengembangan kurikulum yang adaptif dan proaktif.
- 3) Terwujudnya proses pembelajaran yang efektif dan efisien.
- 4) Terwujudnya sarana prasarana yang relevan dan memadai.

- 5) Terwujudnya manajemen sekolah yang memadai sesuai standar nasional pendidikan.
- 6) Terwujudnya SDM peduli dan berbudaya lingkungan.

**b. Misi**

- 1) Menumbuhkan penghayatan terhadap ajaran agama yang dianut dan budaya bangsa, sehingga menjadi sumber kearifan dalam bertindak.
- 2) Mewujudkan SDM yang kompeten, profesional dan beretos kerja tinggi.
- 3) Meningkatkan komitmen seluruh tenaga kependidikan terhadap tugas pokok dan fungsinya.
- 4) Menciptakan lingkungan pembelajaran yang kondusif dan sinergis dalam upaya meningkatkan mutu pembelajaran.
- 5) Mengembangkan teknologi dan komunikasi dalam pembelajaran.
- 6) Membangkitkan semangat peserta didik untuk berinovasi.
- 7) Terselenggaranya program layanan pengembangan bakat, minat dan kepribadian peserta didik secara terstruktur dan berkelanjutan.
- 8) Menghasilkan lulusan yang memiliki prestasi akademik dan non akademik yang optimal.
- 9) Mewujudkan sistem penilaian berbasis kelas dengan pelaporan hasil belajar akurat, menyeluruh, berkesinambungan dan obyektif.
- 10) Menerapkan manajemen partisipatif antar stakeholder (warga sekolah dan masyarakat lingkungan sekolah) secara demokratis.

11) Mewujudkan ilmu pengetahuan tentang lingkungan hidup beserta pelestariannya.

**c. Motto Sekolah**

“Spenpat Selalu Top “

SMP Negeri 4 Sejahtera, Empati, Lingkungan Aman, Lugas dan Unggul, Tekun, Optimis, Prestasi.

**d. Tujuan**

- 1) Meningkatkan aktifitas keagamaan peserta didik untuk bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berkepribadian, berbudi pekerti luhur dan berakhlak mulia.
- 2) Meningkatkan kualitas tenaga pendidik sesuai dengan program pembelajaran yang ada.
- 3) Terwujudnya tata kehidupan warga sekolah yang mencerminkan hubungan kekeluargaan yang harmonis sebagai masyarakat belajar yang penuh keteladanan.
- 4) Tersedianya sarana dan fasilitas sumber belajar yang beragam serta memadai untuk mendukung terselenggaranya proses pembelajaran.
- 5) Terselenggaranya proses pembelajaran yang berbasis kelas dengan berbagai teknik yang relevan (berkala, obyektif, akurat dan akuntabel).
- 6) Memenuhi pendidikan yang bermutu, berkualitas, efisien dan relevan serta berdaya saing tinggi.
- 7) Mencapai target 5 besar dalam prestasi ujian diwilayah Surabaya.

- 8) Terwujudnya budaya senyum, sapa dan salam, salim, sopan dan santun.
- 9) Meningkatkan pelaksanaan ekstrakurikuler unggulan sesuai potensi dan minat siswa.
- 10) Meraih juara lomba kesenian dan olah raga.
- 11) Terwujudnya peserta didik untuk mencintai budaya bangsa.
- 12) Meningkatkan dedikasi, loyalitas, potensi dan pengembangan diri tenaga pendidik.
- 13) Meningkatkan apresiasi seni budaya bagi peserta didik.
- 14) Tercapainya pembelajaran dengan metode CTL & Pakem

#### 5. Pendidik Dan Tenaga Kependidikan Di SMP Negeri 4 Surabaya

Adapun sumber daya manusia yang ada di lembaga SMPN 4 adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.1**  
**Daftar Nama Kepala dan Wakil Kepala SMP Negeri 4 Surabaya**

No	Jabatan	Nama	Jenis Kelamin		Usia	Pendidikan Akhir	Masa Kerja
			L	P			
1	Kepala Sekolah	Dra. Hj. Sofia Nurbaya, M.M.		√	52	S2	28
2	Wakil Kepala Sekolah	Dra. Suprihatin, M.Pd		√	51	S2	26

Sumber: data dokumentasi SMP negeri 4 Surabaya

**Tabel 4.2**  
**Daftar Tingkat Pendidikan, Jumlah, dan Status Guru di SMP Negeri 4 Surabaya**

No	Tingkat pendidikan	Jumlah dan status guru				Jumlah
		GT/ PNS		GTT/ Guru Bantu		
		L	P	L	P	
1	S3/ S2	1	10			11
2	S1	5	20	4	3	32
3	D4	-	-	-	-	-
4	D3/ Sarjana Muda	2	1	-	-	3
5	D2	-	-	-	-	-
6	D1	-	-	-	-	-
7	SMA/ Sederajat	-	-	-	-	-
Jumlah		8	31	4	3	46

Sumber: data dokumentasi SMP Negeri 4 Surabaya

**Tabel 4.3**  
**Daftar Tenaga Kependidikan dan Tenaga Pendukung di SMP Negeri 4 Surabaya**

No.	Tenaga Pendukung	Jumlah Tenaga Pendukung dan Kualifikasi Pendidikannya						Jumlah Tenaga Pendukung Berdasarkan Status Dan Jenis Kelamin				Jumlah
		SMP	SMA	D1	D2	D3	S1	PNS		Honoror		
								L	P	L	P	
1	Tata Usaha	-	6	-	-	-	-	1	-	-	4	5
2	Perpustakaan	-	2	-	-	-	-	-	-	-	2	2
3	Laboran lab. IPA	-	-	-	-	-	1	-	-	-	1	1
4	Teknisi lab. Komputer	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5	Laboran Lab. Bahasa	-	-	-	-	-	1	-	-	-	1	1
6	PTD (Pend Tek. Dasar)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
7	Kantin	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
8	Penjaga Sekolah	2	-	-	-	-	-	-	-	2	-	4
9	Tukang Kebun	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
10	Keamanan	2	-	-	-	-	-	-	-	2	-	4
11	Lainnya...	1	-	-	-	-	-	-	-	-	1	2
Jumlah		5	8	-	-	-	2	1	-	4	-	14

Sumber: Data Dokumentasi SMP Negeri 4 Surabaya

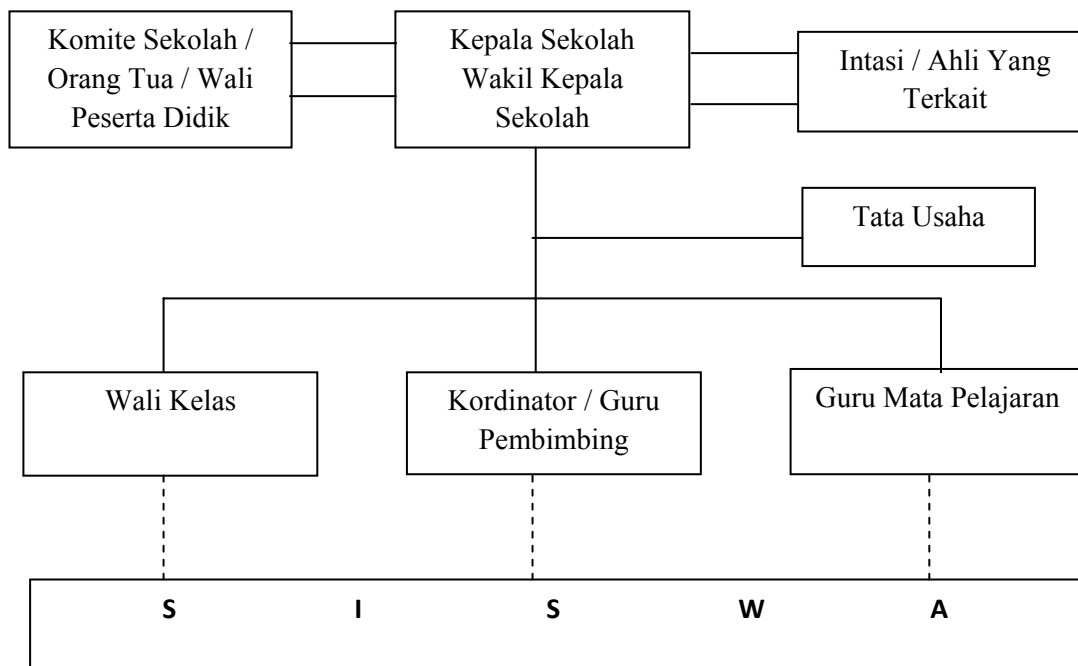
**Tabel 4.4**  
**Daftar jumlah peserta didik SMP Negeri 4 Surabaya tahun 2008-2012**

Tahun Pelajaran	Jumlah Pendaftar (Calon Siswa Baru)	Kelas VII		Kelas VIII		Kelas IX		Jumlah (Kls. VII + VIII + IX)	
		Jml Siswa	Jumlah Rombel	Jml Siswa	Jumlah Rombel	Jml Siswa	Jumlah Rombel	Siswa	Rombel
2008-2009		266	7	239	6	238	6	743	19
2009-2010		266	7	266	7	239	7	771	21
2010-2011		266	7	262	7	264	7	792	21
2011-2012	2500	266	7	266	7	266	7	798	21

Sumber : data dokumentasi SMP Negeri 4 Surabaya

## 6. Bimbingan dan Konseling di SMP Negeri 4 Surabaya

### a. Struktur Organisasi Bimbingan dan Konseling (pola organisasi)<sup>56</sup>



<sup>56</sup> Dokumentasi SMPN 4 Surabaya tahun 2012-2013



## Keterangan :

_____	: Hubungan Komando
=====	: Hubungan Koordinasi
-----	: Hubungan Layanan Bimbingan

## Keterangan:

1. Kepala Sekolah adalah Penanggung jawab pelaksanaan teknik bimbingan dan konseling di sekolahnya. Dan menyediakan sarana prasarana, tenaga, sarana, dan berbagai kemudahan bagi terlaksananya pelayanan bimbingan yang efektif dan efisien. Melakukan pengawasan dan bimbingan terhadap perencanaan dan pelaksanaan program, penilaian, dan upaya tindak lanjut pelayanan bimbingan. Mempertanggung jawabkan pelaksanaan bimbingan di sekolah kepada atasan yang lebih tinggi
2. Koordinator BK/Guru Pembimbing adalah Pelaksana utama yang mengkoordinir semua kegiatan yang terkait dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah.
3. Guru Mata Pelajaran adalah pelaksana pengajaran dan bertanggung jawab memberikan informasi untuk pelaksana kegiatan Bimbingan dan Konseling. Membantu memasyarakatkan pelayanan bimbingan kepada siswa, membantu guru pembimbing / konselor mengidentifikasi siswa-siswi yang memerlukan layanan bimbingan, mengalih tangankan siswa yang memerlukan layanan kepada guru pembimbing, menerima siswa

alih tangan dari pembimbing atau konselor yaitu siswa yang menurut Guru pembimbing atau konselor memerlukan pelayanan pengajar khusus, membantu mengembangkan suasana kelas, hubungan guru-siswa dan hubungan siswa-siswa yang menunjang pelaksanaan pelayanan bimbingan, memberikan kesempatan dan kemudahan kepada siswa yang memerlukan layanan / kegiatan bimbingan untuk mengikuti atau menjalani kegiatan yang dimaksudkan, berpartisipasi dalam kegiatan khusus penanganan masalah siswa, seperti konferensi kasus, serta membantu pengumpulan informasi yang diperlukan dalam rangka penilaian bimbingan dan upaya tindak lanjut.

4. Wali Kelas adalah sebagai guru Pembina, wali kelas diberi tugas tambahan sebagai pengelola satu kelas disamping mengajar dan bertanggung jawab untuk membantu kegiatan layanan Bimbingan dan Konseling. Membantu guru pembimbing atau konselor melaksanakan tugas-tugas khususnya di kelas yang menjadi tanggung jawab, membantu guru mata pelajaran melaksanakan perannya dalam pelayanan bimbingan, khususnya di kelas yang menjadi tanggung jawabnya, membantu memberikan kesempatan dan kemudahan bagi siswa, khususnya di kelas yang menjadi tanggung jawab, untuk mengerti atau menjalani kegiatan bimbingan.
5. Siswa adalah Peserta didik yang berhak menerima pengajaran, latihan serta layanan Bimbingan dan Konseling.

6. Tata Usaha adalah Pembantu Kepala Sekolah dalam penyelenggara administrasi, ketatausahaan sekolah dan pelaksanaan administrasi bimbingan dan konseling.
7. Komite Sekolah Badan mandiri yang mewadahi peran serta masyarakat dalam rangka meningkatkan mutu, pemerataan, dan efisiensi pengelolaan pendidikan di satuan pendidikan, baik pada pendidikan pra sekolah, jalur pendidikan sekolah maupun jalur pendidikan luar sekolah.

**b. Keadaan guru bimbingan dan konseling disekolah SMP Negeri 4 Surabaya**

SMP Negeri 4 Surabaya merupakan sekolah negeri yang sudah berkembang. Ruangan bimbingan dan konseling di SMP Negeri 4 sudah sangat baik. Keadaan Guru Bimbingan dan konseling di sekolah ini memiliki empat guru, yaitu:

**Tabel 4.5**  
**Daftar Guru Pembimbing SMP Negeri 4 Surabaya**  
**Tahun 2012 / 2013**

No.	Nama	Pendidikan terakhir	Tugas
1.	Dra.Moerbudi Setya Ningsih	S-1 BK	Koordinator BK
2.	Dra. Nur Nila Nirwana	S-1 BK	Sekretaris / Guru BK
3.	Dra. Murtiningsih	S-1 BK	Bendahara / Guru BK
4.	Dra. Fatimah	S-1 BK	Guru BK

Guru pembimbing sudah memperoleh pembinaan serta pengembangan guru pembimbing, sehingga kebanyakan masalah yang dihadapi siswa khususnya anak-anak yang mempunyai masalah di bidang individu bisa teratasi dengan baik dan maksimal.

**c. Sarana dan Prasarana Konseling**

- 1) Ruang bimbingan dan konseling, meliputi:
  - a) Ruang tamu
  - b) Ruang konseling
  - c) Ruang data
- 2) Inventaris yang ada di ruang bimbingan dan konseling, meliputi:
  - a) Almari
  - b) Jam dinding
  - c) Kursi dan meja
  - d) Rak buku
  - e) Papan untuk jadwal kegiatan<sup>57</sup>

**B. Penyajian Data Hasil Penelitian**

Data yang akan penulis sajikan ini adalah data hasil penelitian mengenai Implementasi Terapi REBT Dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa “X” di SMP Negeri 4 Surabaya. Untuk memperjelas penyajian data maka di susun berdasarkan dua kategori, yaitu: bagaimana cara mengidentifikasi kasus siswa “X”

---

<sup>57</sup> Observasi ruang bimbingan dan konseling pada tanggal 11 juni 2013

yang memiliki rasa kurang percaya diri di SMP Negeri 4 Surabaya, dan bagaimana pelaksanaan terapi REBT dalam menangani siswa kurang percaya diri di SMP Negeri 4 Surabaya.

### **1. Cara Mengidentifikasi Kasus Siswa “X” yang kurang percaya diri di SMP Negeri 4 Surabaya.**

Cara mengidentifikasi kasus siswa “X” yang kurang percaya diri, dilakukan untuk mengetahui kasus dan gejala-gejala yang muncul pada klien. Data-data dikumpulkan dari informant untuk mengetahui gejala-gejala dan bentuk permasalahan klien dengan lebih jelas lagi. Data penelitian ini diperoleh dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi. Dimana data hasil penelitian disusun sebagai berikut :

#### **Deskripsi Klien**

Klien adalah individu (seseorang) yang mengalami masalah pribadi atau sosial, dan tidak mampu mengatasi sendiri permasalahannya, sehingga membutuhkan suatu bantuan dari seseorang yang memang mampu dan kompeten, dalam hal ini yang dimaksud yaitu konselor.

Seperti masalah yang dihadapi oleh seorang siswa di SMP Negeri 4 Surabaya yang berkaitan tentang rasa percaya dirinya (*confident*). Adapun identitas klien yang dijadikan objek adalah sebagai berikut:

“X” (nama samaran) ialah seorang siswa kelas VIII E di SMP Negeri 4 Surabaya. “X” berasal dari keluarga yang berkecukupan, “X” adalah anak ke dua dari tiga bersaudara. Ayah “X” bekerja sebagai pegawai negeri sipil

angkatan udara, dan ibunya bekerja sebagai pegawai swasta di salah satu perusahaan di Surabaya.

Di sekolah “X” sering terlihat diam dan menyendiri. Ia merasa kalau dirinya berbeda dengan teman-teman yang lainnya. “X” kurang percaya diri dengan kelebihan yang ia miliki. “X” kurang percaya diri dikarenakan beberapa faktor, yakni : orang tua tidak memberi kebebasan atau kesempatan “X” dalam bergaul, apapun yang dilakukan “X” harus sesuai dengan kemauan dan peraturan orang tuanya (terkekang), dan cara mendidik orang tua “X” yang terlalu memanjakan dirinya selama ini.<sup>58</sup>

Sehingga, dari beberapa faktor di atas dapat disimpulkan bahwa si “X” kurang percaya diri dikarenakan ia merasa tertekan dengan kondisinya.

Di lihat dari data dokumentasi yang berupa anecdotal record (catatan pribadi siswa):<sup>59</sup>

Catatan Anekdotial Record

Catatan Tingkah Laku Siswa Pada

Waktu Menerima Pelajaran Di Kelas

Mata Pelajaran : Bimbingan Dan Konseling

Guru : Dra.Moerbudi Setya Ningsih

---

<sup>58</sup> Hasil wawancara dengan klien pada tanggal 05 juni 2013

<sup>59</sup> Documentasi SMP Negeri 4 Surabaya 20 juni 2013

Dari data di atas, dapat di lihat bahwa “X” termasuk anak yang kurang percaya diri, ini semua di lihat dari tingkah laku siswa saat proses bimbingan dan konseling yang di laksanakan di dalam kelas. Seperti, malu- malu dalam mengemukakan pendapatnya, lebih pendiam, suka menyendiri, susah bersosialisasi, dan cenderung lebih pasif di banding teman-teman yang lain.

Dan untuk mengetahui kondisi klien dengan lebih jelas maka peneliti menunjukkan data-data tentang klien secara berurutan yaitu dari beberapa kondisi:

1) Kondisi Keluarga

Keluarga konseli berjumlah lima anggota keluarga, terdiri dari ayah, ibu, kakak, konseli sendiri, dan adiknya. Ayahnya bekerja sebagai Pegawai Negeri Sipil Angkatan Udara dan ibu konseli sebagai Pegawai Swasta, sedangkan kakak konseli masih sekolah dan adiknya juga masih sekolah.

2) Kondisi Perekonomian

Kondisi perekonomian dari keluarga konseli lumayan cukup. Untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari mengandalkan dari gaji pokok ayahnya sedangkan kakak konseli masih sekolah di SMA Negeri Kota Surabaya.

3) Kondisi Lingkungan

Kondisi lingkungan disekitar rumah cukup baik konseli bertempat tinggal didekat sekolah yang ia tempati untuk bersekolah saat ini. Kondisi lingkungan sekolah konseli juga baik jarena sarana prasarana sekolah sudah terpenuhi dan

tenaga pengajar yang berkompeten dibidangnya. Selain itu disekitar rumahnya juga ada guru yang mengadakan les untuk anak-anak usia sekolah.

## **2. Pelaksanaan Terapi REBT dalam Menangani Siswa Kurang Percaya Diri di SMP Negeri 4 Surabaya.**

Untuk menangani siswa kurang percaya diri di sekolah ini, konselor menggunakan berbagai strategi agar konseli dapat berubah secara perlahan. Salah satu cara yang digunakan oleh konselor adalah dengan menggunakan terapi REBT pada konseli. Berikut akan penulis paparkan bagaimana konselor menggunakan terapi REBT dalam menangani siswa kurang percaya diri ini.

### **a. Analisis**

Konselor mengumpulkan informasi tentang diri konseli beserta latar belakangnya. Dalam langkah analisis ini, konselor menggunakan teknik non testing yaitu melalui observasi dan wawancara, berikut data yang didapatkan oleh konselor:

Dari hasil wawancara dengan konseli, dapat diperoleh data sebagai berikut:

“ Saya itu orang nya minder banget lho mbag, apa lagi sama temen-temen kelas saya. Ketika teman saya bermain bersama, saya lebih memilih main TAB sendirian di dalam kelas. Saya juga jarang ngobrol sama teman-teman. Karena saya, paling malu kalau berhadapan dengan orang banyak. Selain itu, saya juga malu mbag untuk mengemukakan pendapat saya, karena saya takut kalau pendapat saya nanti tidak cocok atau salah dan paling takut ditertawakan teman-teman saat saya berpendapat. Oleh karena itu,



saya lebih memilih untuk diam saja dan memendam pendapat saya.”<sup>60</sup>

Dilihat dari hasil wawancara dengan konseli, konseli merasa tertekan dengan keadaan ia sekarang. Ia merasa kalau dirinya kurang mampu dibanding dengan teman-teman yang lain.

b. Diagnosis

Diagnosis merupakan langkah yang dilakukan untuk mengidentifikasi penyebab permasalahan klien. Dalam hal ini diagnosis dilakukan untuk mengetahui latar belakang penyebab dari kesulitan belajar klien dalam hal kepercayaan diri, dan menemukan alternatif solusi-solusi yang dapat digunakan untuk membantu mengatasi permasalahan klien. Diagnosis ini akan menjabarkan kemungkinan penyebab timbulnya permasalahan. Berdasarkan data yang diperoleh melalui observasi dan wawancara ternyata siswa X mengalami masalah dalam hal kurangnya rasa percaya diri. Masalah yang dialaminya ini bisa jadi akibat yang kurang baik untuk perkembangannya.

Akibat dari masalahnya ini, X cenderung menjadi pribadi yang pendiam dan suka menyendiri di karenakan rasa kurang percaya dirinya. Oleh karena itu, untuk membantunya dapat menggunakan terapi-terapi yang didalamnya terdapat tehnik yang dapat digunakan untuk membangkitkan rasa percaya dirinya lagi.

---

<sup>60</sup> Hasil wawancara dengan konseli pada tanggal 28 juni 2013

c. Prognosis

Setelah memahami permasalahan yang dialami oleh klien, maka dibutuhkan alternatif bantuan yang diberikan untuk membantu klien dalam mengatasi permasalahan yang dihadapinya. Menurut guru yang pernah menjadi wali kelasnya, siswa X tersebut belum pernah mendapatkan layanan konseling secara khusus. Dalam menentukan terapi yang tepat yang akan diberikan pada X, peneliti berdiskusi dengan gurunya dalam membahas beberapa penyebab permasalahan yang dialami oleh X. Kemudian peneliti bekerjasama dengan guru wali kelas X untuk memberikan terapi REBT agar dapat membantu mengatasi kesulitan yang dialaminya. Di dalam terapi REBT sendiri ada beberapa teknik yang dapat di gunakan untuk menyelesaikan masalah klien. Salah satunya yang di gunakan oleh konselor adalah teknik kognitif. Di mana teknik ini adalah teknik yang di gunakan untuk mengubah cara berfikir klien. Dan di tiap-tiap tahap memiliki prioritas dan tujuan tertentu yang membantu konselor dalam mengorganisasikan proses konseling.

d. *Treatment*

Langkah ini merupakan upaya untuk melaksanakan perbaikan atau penyembuhan atas masalah yang dihadapi konseli, berdasarkan pada keputusan yang diambil dalam langkah prognosis. Dalam prognosis, maka konselor menggunakan terapi REBT dalam menangani rasa kurang percaya diri pada siswa "X". Dengan tujuan, untuk memperbaiki dan

mengubah segala perilaku dan pola pikir yang irasional dan tidak logis menjadi rasional dan logis agar siswa dapat mengembangkan potensi yang ada pada dirinya.

Adapun pelaksanaan terapi ini meliputi lima tahap yaitu tahap pertama (pengajaran), tahap kedua (*persuasive*), tahap ketiga (*konfrontasi*), tahap keempat (pemberian tugas), dan tahap kelima (*ending*).

#### 1) Tahap pertama (pengajaran)

Langkah pertama yang dilakukan untuk memulai proses terapi adalah melakukan pendekatan kepada konseli. Peneliti dibantu oleh bu Moerbudi selaku guru bimbingan konseling yang ada di sekolah. Bu Moerbudi sendiri memberikan pengarahan kepada X agar tidak malu-malu dan takut saat bertemu peneliti. Kemudian bu Moerbudi menyuruh konseli untuk masuk ke salah satu ruang kelas yang kosong agar X merasa nyaman ketika mengobrol dengan peneliti, setelah itu peneliti berbincang-bincang tentang klien, sekolah dan keluarganya. Beberapa saat kemudian klien sudah terlihat nyaman dan akrab dengan peneliti. Selanjutnya peneliti mulai menayakan beberapa hal yang berhubungan dengan permasalahan yang dihadapinya khususnya tentang ketidakpercayaan diri klien ketika diajak berkomunikasi di dalam kelas saat diskusi pelajaran maupun berkomunikasi dengan teman-temannya ketika jam istirahat. Peneliti mengamati bagaimana klien ketika diajak share tentang masalahnya, X terkesan sangat malu-

malu dan kurang percaya diri. Disini peneliti memotivasi dan meyakinkan klien bahwa ia mampu belajar seperti teman-teman yang lain dan mampu bersaing dalam hal positif dengan teman-temannya. Peneliti sendiri juga memberikan arahan kepada X agar dapat berfikir positif dan membuang cara berfikir dia yang irasional dan kurang logis.

2) Tahap kedua (*persuasive*)

Pada tahap ini konseling berlanjut pada pelaksanaan tehnik secara spesifik. Berdasarkan permasalahan yang dialami oleh klien konselor mencoba meyakinkan X untuk mengubah pandangannya terhadap ketidak mampuan dirinya dalam hal pelajaran maupun hal bersosialisasi itu adalah tidak benar. Karena disatu sisi peneliti menangkap bahwa X adalah siswa yang cukup mampu menyelesaikan semua tugas-tugasnya dan mampu berkomunikasi atau berinteraksi secara baik didalam diskusi maupun diluar jam pelajaran.

3) Tahap ketiga (konfrontasi)

Pada tahap ini konselor mengubah ketidak logikaan berfikir klien dan membawa klien berfikir kearah yang lebih logis. Ketidak logikaan berfikir klien disini adalah anggapan bahwa semua teman-temannya lebih baik dari pada dirinya dan X berfikir bahwa dirinya adalah seorang yang mempunyai banyak kekurangan dan keterbatasan. X sendiri juga sering berfikir bahwa dia tidak akan pernah mampu

bersaingan lebih baik lagi dengan teman-temannya. Dari ketidak yakinannya ini X terkesan tidak percaya diri dengan setiap kemampuan yang dimiliki. Disinilah peneliti mencoba memotifasi agar X lebih yakin dan percaya lagi dengan kemampuan yang dimilikinya dan lebih mendukung X belajar lebih baik agar dapat bersaing secara positif dengan teman-teman sekelasnya dalam hal pelajaran yang ada.

4) Tahap keempat (pemberian tugas)

Pada tahap ini konselor memberi tugas klien untuk mencoba melakukan tindakan tertentu dalam situasi nyata. Disini konselor meminta kepada klien untuk melaksanakan tugas yang memiliki dua tahap. konselor menyuruh agar klien mampu menceritakan apa yang jadi keinginannya selama ini dan berani mengutarakan secara langsung gagasannya atau argumentasinya ketika ada diskusi kelompok didalam kelas. Dengan begitu klien akan lebih terbiasa berkomunikasi dan mengutarakan setiap apa yang seharusnya ia katakan ketika sosialisai terjadi, baik didalam kelas maupun diluar kelas atau ditengah masyarakat yang ada.

5) Tahap kelima (*ending*)

Tahap ini adalah tahap pertemuan terakhir dengan klien. Pada tahap ini peneliti mereview kembali kemampuan X dalam berkomunikasi dan bersosialisasi dengan teman sekelas. Dengan

begitu rasa percaya dirinya sedikit demi sedikit akan mulai terlihat dan secara tidak langsung X lebih berani mengungkapkan argumentasinya secara logis didepan kelas maupun didepan teman-temannya. Kemudian peneliti berusaha mendorong X agar tidak bosan dan lelah untuk terus berlatih untuk menjadi pribadi yang lebih percaya diri dalam menghadapi segala hal yang ada. Setelah berbincang-bincang sebentar dengan klien, peneliti mengucapkan terimakasih dan mohon maaf atas proses konseling yang telah dilakukan bersamanya.

#### 6) Evaluasi

Setelah proses konseling usai, maka peneliti melakukan evaluasi untuk mengetahui perubahan-perubahan yang terjadi pada klien dan sejauh mana keefektivan terapi *REBT* yang diterpkan pada klien. Berdasarkan pengamatan peneliti pada saat sebelum dan sesudah proses konseling dilakukan, maka peneliti menyimpulkan perubahan yang terjadi pada klien adalah sebagai berikut:

- a. Mampu berfikir secara logis dan rasional.
- b. Lebih percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya.
- c. Lebih berani bersosialisasi atau bercengkrama dengan teman-temannya dan mulai berani mengutarakan argumentasinya ketika ada diskusi.

### **C. Analisis Data**

Analisis data ini merupakan hasil data atau informasi yang sudah disajikan pada pembahasan sebelumnya yang diperoleh dari wawancara, observasi, dan dokumentasi dengan pihak terkait di SMP Negeri 4 Surabaya. Berdasarkan judul “Implementasi Terapi REBT dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri Siswa di SMP Negeri 4 Surabaya ” ditemukan data-data tentang pelaksanaan Terapi REBT dalam meningkatkan rasa percaya diri siswa. Hal ini merupakan pekerjaan yang telah diproses dalam aktifitas penelitian yang telah ditetapkan.

Dengan demikian, penulis mencoba menganalisa data sesuai dengan temuan-temuan di lapangan yang dihubungkan dengan teori yang ada dari penelitian yang penulis lakukan di SMP Negeri 4 Surabaya. Maka peneliti menemukan data sebagai berikut:

#### **1. Cara Mengidentifikasi Kasus Siswa “X” yang kurang percaya diri di SMP Negeri 4 Surabaya.**

Dalam pembahasan sebelumnya, penulis sudah menyebutkan tentang bagaimana cara konselor di sekolah ini menemukan siswa kurang percaya diri, yaitu dengan cara melakukan mengadakan pengamatan secara langsung.

Secara teori, teknik-teknik memahami siswa adalah dengan melakukan hal-hal sebagai berikut:

- a. Wawancara
- b. Observasi
- c. Angket atau daftar isian

- d. Sosiometri
- e. Pemeriksaan fisik dan kesehatan
- f. Tes hasil belajar
- g. Tes psikologis
- h. Biografi
- i. Studi dokumenter, dan
- j. Studi kasus<sup>61</sup>

Namun, dalam hal ini konselor dalam mengidentifikasi masalah siswa yaitu dengan melalui observasi, tes psikologi dan wawancara pada klien. Dimana Konselor mengamati langsung tentang klien di dalam kelas, dan melanjutkan wawancara kepada konselor secara face to face. Sehingga dari data tersebut, konselor mengetahui penyebab dari rasa kurang percaya diri pada diri klien.

Jadi, konselor di sini menerapkan tiga teknik studi kasus dalam terapi REBT untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa.

## **2. Pelaksanaan Terapi REBT dalam Menangani Siswa Kurang Percaya Diri di SMP Negeri 4 Surabaya.**

Dalam pelaksanaan terapi REBT, terlebih dahulu di adakan tahap awal. Adapun tahap-tahap dalam pelaksanaan terapi REBT adalah sebagai berikut:

---

<sup>61</sup> Djumhur, *Bimbingan dan konseling* hal. 49



a. Tahap pertama (pengajaran)

Pada tahap ini konselor mengambil peranan lebih aktif dari klien. Tahap ini juga memberikan keleluasaan kepada konselor untuk berbicara serta menunjukkan sesuatu kepada klien, terutama menunjukkan bagaimana ketidak logikaan berfikir itu secara langsung. Secara garis besar, proses yang dilalui dalam konseling pada tahap pertama adalah menciptakan tempat yang aman dan nyaman untuk proses konseling, mengembangkan hubungan kolaboratif, mengumpulkan data, dan pengalaman konseling.

b. Tahap kedua (*persuasive*)

Pada tahap ini konseling berlanjut pada strategi-strategi yang lebih spesifik. Peran konselor adalah meyakinkan klien untuk mengubah pandangannya karena pandangan yang ia kemukakan itu tidak benar dan konselor juga mencoba meyakinkan berbagai argumentasi untuk menunjukkan apa yang dianggap oleh klien itu adalah tidak benar.

c. Tahap ketiga (*konfrontasi*)

Pada tahap ini konselor mengubah ketidak logikaan klien dan membawa klien ke arah berfikir yang lebih logika. Pada fase ini konselor memberikan dukungan dan motifasi kepada klien agar dapat berfikir lebih positif lagi.

d. Tahap keempat (pemberian tugas)

Pada tahap ini konselor member tugas kepada klien untuk mencoba melakukan tindakan tertentu dalam situasi nyata. Misalnya, menugaskan klien bergaul dengan anggota masyarakat atau teman-temannya, kalau mereka merasa dikucilkan dari pergaulan yang ada.

e. Tahap kelima (ending)

Pada tahap ini konseli siap untuk memulai kehidupan yang lebih percaya diri lagi tanpa ada rasa minder yang ada didalam benaknya.

Dari teori di atas, pada faktanya diperoleh data sebagai berikut:

a. Tahap pertama

Langkah pertama yang dilakukan untuk memulai proses terapi adalah melakukan pendekatan kepada konseli. Peneliti dibantu oleh konselor. Kemudian konselor peneliti berbincang-bincang tentang klien, sekolah dan keluarganya. Beberapa saat kemudian klien sudah terlihat nyaman dan akrab dengan peneliti. selanjutnya peneliti mulai menayakan beberapa hal yang berhubungan dengan permasalahan yang dihadapinya khususnya tentang ketidak percayaan diri klien ketika diajak berkomunikasi di dalam kelas saat diskusi pelajaran maupun berkomunikasi dengan teman-temanya ketika jam istirahat. Peneliti mengamati bagaimana klien ketika diajak share tentang masalahnya, X terkesan sangat malu-malu dan kurang percaya diri. Disini peneliti memotivasi dan meyakinkan klien bahwa ia mampu belajar seperti teman-teman yang lain dan mampu bersaing dalam hal positif dengan teman-

temanya. Peneliti sendiri juga memberikan arahan kepada X agar dapat berfikir positif dan membuang cara berfikir dia yang irasional dan kurang logis.

b. Tahap kedua (persuasive)

Pada tahap ini konseling berlanjut pada pelaksanaan tehnik secara spesifik. Berdasarkan permasalahan yang dialami oleh klien konselor mencoba meyakinkan X untuk mengubah pandangannya terhadap ketidakmampuan dirinya dalam hal pelajaran maupun hal bersosialisasi itu adalah tidak benar. Karena disatu sisi peneliti menangkap bahwa X adalah siswa yang cukup mampu menyelesaikan semua tugas-tugasnya dan mampu berkomunikasi atau berinteraksi secara baik didalam diskusi maupun diluar jam pelajaran.

c. Tahap ketiga (konfrontasi)

Pada tahap ini konselor mengubah ketidak logikaan berfikir klien dan membawa klien berfikir kearah yang lebih logis. Ketidak logikaan berfikir klien disini adalah anggapan bahwa semua teman-temannya lebih baik dari pada dirinya dan X berfikir bahwa dirinya adalah seorang yang mempunyai banyak kekurangan dan keterbatasan. X sendiri juga sering berfikir bahwa dia tidak akan pernah mampu bersaing lebih baik lagi dengan teman-temannya. Dari ketidak yakinannya ini X terkesan tidak percaya diri dengan setiap kemampuan yang dimiliki. Disinilah peneliti mencoba memotifasi agar X lebih yakin dan percaya lagi dengan

kemampuan yang dimilikinya dan lebih mendukung X belajar lebih baik agar dapat bersaing secara positif dengan teman-teman sekelasnya dalam hal pelajaran yang ada.

d. Tahap keempat (pemberian tugas)

Pada tahap ini konselor memberi tugas klien untuk mencoba melakukan tindakan tertentu dalam situasi nyata. Disini konselor meminta kepada klien untuk melaksanakan tugas yang memiliki dua tahap. konselor menyuruh agar klien mampu menceritakan apa yang jadi keinginannya selama ini dan berani mengutarakan secara langsung gagasannya atau argumentasinya ketika ada diskusi kelompok didalam kelas. Dengan begitu klien akan lebih terbiasa berkomunikasi dan mengutarakan setiap apa yang seharusnya ia katakan ketika sosialisai terjadi, baik didalam kelas maupun diluar kelas atau ditengah masyarakat yang ada

e. Tahap kelima (ending)

Tahap ini adalah tahap pertemuan terakhir dengan klien. Pada tahap ini peneliti mereview kembali kemampuan X dalam berkomunikasi dan bersosialisasi dengan teman sekelas. Dengan begitu rasa percaya dirinya sedikit demi sedikit akan mulai terlihat dan secara tidak langsung X lebih berani mengungkapkan argumentasinya secara logis didepan kelas maupun didepan teman-temannya. Kemudian peneliti berusaha mendorong X agar tidak bosan dan lelah untuk terus berlatih untuk menjadi pribadi yang lebih percaya diri dalam menghadapi segala hal yang ada.

Jadi, terapi yang digunakan oleh konselor dalam menangani siswa kurang percaya diri disekolah ini sudah sesuai dengan teori yang menyebutkan tentang tahap-tahap terapi REBT.