BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Coasting Underachiever (Anak Berbakat Berprestasi Rendah)

1. Pengertian Coasting Underachiever (Anak Berbakat Berprestasi Rendah)

Coasting berasal dari kata *coasters* yang yang bearti meluncur. Menurut mandel and marcus Orang-orang ini mudah diidentifikasi oleh penundaan ekstrim mereka baik di rumah dan di sekolah, dan tidak merasa khawatir bahwa mereka akan gagal atau dikatakan buruk. Coaster menyerah pada tantangan atau tugas, mereka memiliki banyak alasan untuk kurangnya prestasi, dan mereka tidak menanggapi positif imbalan atau hukuman atas perilaku meluncur mereka. Mereka mampu fokus dan mencapai ketika mereka ingin (biasanya dalam kegiatan ekstrakurikuler atau menyenangkan). [1]

Underachiever dijelaskan oleh Davis dan Rimm dalam Utami Munandar[2] sebagai ketidaksesuaian antara prestasi sekolah anak dan indeks kemampuannya sebagaimana nyata dari tes intelegensi, prestasi atau kreativitas, atau dari data observasi, dimana tingkat prestasi sekolah nyata lebih rendah daripada kemampuan anak

[1] Barb Bond , "Types of Underachievers and Strategies to Help Them" http://www.flemingclt.ca/ccei/documents/CA/PMS_underachievers.pdf di akses tanggal 23 desember 2015

[2] Utami Munandar, Pengembangan Kreativitas Anak Berbakat, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009)hal. 239

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Rochmat Wahab[3] mengartikan *underachiever* sebagai AB2K (Anak Berbakat Berprestasi Kurang) yaitu anak berbakat yang menampilkan prestasi akademiknya lebih rendah secara berarti daripada potensi akademiknya, sehingga membutuhkan bantuan dan fasilitas yang sesuai agar dapat mengembangkan potensi nya secara maksimal.

Sedangkan Tarmizi mendefinisikan *underachiever* dalam bahwa *underachiever* adalah anak yang berprestasi rendah dibandingkan tingkat kecerdasan yang dimilikinya.[4]

Lebih lanjut lagi menurut Weistminster Insitute of Education *underachiever* didefinisikan sebagai ketidakmampuan atau kegagalan untuk menampilkan tingkah laku atau prestasi sesuai dengan usia atau bakat yang dimilikinya, dengan kata lain, potensi yang tidak terpenuhi (*unfulfilled potentials*).[5]

Jadi, dari beberapa definisi di atas dapat disimpulkan bahwa *coasting underachiever* adalah suatu kondisi dimana ada kesenjangan antara potensi yang dimiliki anak berbakat atau sisi intelegensia dengan prestasi yang diraihnya. Anak berbakat yang semestinya meraih prestasi yang lebih, tetapi karena beberapa faktor seperti seperti asik terhadap diri dan kehidupannya sendiri, menunda-nunda pekerjaan

---

[3]Rochmat Wahab,. *Anak Berbakat Berprestasi Kurang (The Underachieving Gifted)* dan Strategi Penanganannya.(Makalah Universitas Negeri Yogyakarta, 2005)hal. 4

[4] Tarmizi, "underachiever" (http://tarmizi.wordpress.com)di akses 26 Nopember 2015

[5]Weistminster Insitute of Education," faktor-eksternal-yang-mempengaruhi underachievement" (http://episentrum.com/artikel-psikologi) diunduh tanggal 24 Nopember 2015

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

di rumah dan disekolah, mudah menyerah tidak khawatir akan nilai-nilai yang rendah , mudah terganggu saat mengerjakan tugas sekolah, dan tampak tidak peduli terhadap masa depannya. ia tidak dapat memperolehnya. Sehingga pencapaian prestasi yang ia capai dalam kategori rendah, cukup, standar, rata-rata atau biasa.

2. Ciri-ciri dan Karakteristik Coasting Underachiever

Whitmore meringkas ciri-ciri yang paling penting dalam suatu daftar yang dapat digunakan untuk mengidentifikasi mereka. Jika siswa menunjukkan lebih dari sepuluh ciri-ciri dalam daftar, kemungkinan besar ia termasuk anak berbakat berprestasi kurang. Diantara ciri-ciri tersebut yaitu :[6]

a. Nilai rendah pada tes prestasi
b. Mencapai nilai rata-rata atau di bawah rata-rata kelas dalam keterampilan dasar membaca, menulis, berhitung.
c. Pekerjaan setiap hari tidak lengkap atau buruk
d. Memahami dan mengingat konsep-konsep dengan baik jika berminat
e. Kesenjangan antara tingkat kualitatif pekerjaan lisan dan tulisan (secara lisan lebih baik)
f. Pengetahuannya faktual sangat luas

[6]Utami Munandar, Pengembangan Kreativitas Anak Berbakat, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009)hal. 243

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

g. Daya imajinasi kuat
h. Selalu tidak puas dengan pekerjaannya, juga seni
i. Kecenderungan keperfeksionisme dan mengkritik diri sendiri menghindari kegiatan baruseperti untuk menghindari kinerja yang tidak sempurna
j. Menunjukkan prakarsa dalam mengerjakan proyek di rumah yang dipilih sendiri
k. Mempunyai minat luas dan mungkin keahlian khusus dalam suatu bidang penelitiandan riset
l. Rasa harga diri rendah nyata dalam kecenderungan untuk menarik diri atau menjadi agresif di dalam kelas
m. Tidak berfungsi konstruktif di dalam kelompok
n. Menunjukkan kepekaan dalam persepsi terhadap diri sendiri, orang lain dan terhadap hidup pada umumnya
o. Menetapkan tujuan yang tidak realistik untuk diri sendiri, terlalu tinggi atau terlalu rendah
p. Tidak menyukai pekerjaan praktis atau hafalan
q. Tidak mampu memusatkan perhatian dan berkonsentrasi pada tugas-tugas
r. Mempunyai sikap acuh dan negatif terhadap sekolah
s. Menolak upaya guru untk memotivasi atau mendisiplinkan perilaku di dalam kelas

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

t. Mengalami kesulitan dalam hubungan dengan teman sebaya, kurang dapat mempertahankan persahabatan

Karakteristik anak berbakat berprestasi kurang menurut Rimm dalam Utami Munandar terdiri dari:[7]

a. Karakteristik Primer

Karakteristik yang paling sering ditemukan secara konsisten pada anak berbakat berprestasi kurang adalah rasa harga diri yang rendah. Mereka tidak percaya bahwa mereka mampu melakukan apa yang diharapkan orangtua dan guru dari mereka, mereka dapat menutupi rasa harga dirinya yang rendah dengan perilaku berani dan menentang, atau dengan mekanisme pertahanan untuk melindungi diri.

b. Karakteristik Sekunder

Rasa harga diri yang rendah mengakibatkan perilaku menghindari yang nonproduktif baik di sekolah maupun di rumah.Misalnya, anak berbakat berprestasi kurang menghindari upaya berprestasi dengan menyatakan bahwa tidak ada gunanya belajar. Mereka juga memilki cara untuk melindungi diri misalnya dengan menentang otoritas. Selain itu juga ada cara mekanisme pertahanan yang bisa mereka lakukan yaitu dengan *perfectionism*. Siswa memberi alasan untuk prestasinya yang kurang adalah karena ia menentukan

[7]Utami Munandar, Pengembangan Kreativitas Anak Berbakat, (Jakarta: Rineka Cipta, 2009)hal. 239

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

sasaran belajar yang lebih tinggi daripada siswa lain, dengan sendirinya tidak selalu dapat mencapainya.

c. Karakteristik Tersier

Karena siswa berprestasi-kurang menghindari usaha dan prestasi untuk melindungi rasa harga diri mereka yang rentan, maka timbul karakteristik tersier seperti kebiasaan belajar buruk, masalah penerimaan oleh teman sebaya, daya konsentrasi kurang, dan masalah disiplin di rumah dan di sekolah.Untuk mengatasi prestasi rendah dari siswa berbakat, pendidik harus menangani ketiga tingkat karakteristik secara terbalik.Mula-mula karakteristik tersier yang nyata perlu dikoreksi, demikian pula karakteristik sekunder perilaku menghindari tuga akademik.Namun tujuan yang paling penting adalah membantu siswa berbakat yang berprestasi-kurang menangani masalah intinya, yaitu rasa harga diri yang rendah.

Dari pemaparan tersebut yang menjadi karakteristik siswa coasting underachiever adalah asik terhadap diri dan kehidupannya sendiri, menunda-nunda pekerjaan di rumah dan disekolah, mudah menyerah tidak khawatir akan nilai-nilai yang rendah , mudah terganggu saat mengerjakan tugas sekolah, dan tampak tidak peduli terhadap masa depannya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Type Underachiever

Mandel dan Marcus menjabarkan enam tipe utama siswa *Underachiever* serta karakteristknya yang khas yaitu :[8]

1. *Coasting Underachiever* siswa underachiever yang memiliki karakteristik seperti asik terhadap diri dan kehidupannya sendiri, menunda-nunda pekerjaan di rumah dan disekolah, mudah menyerah tidak khawatir akan nilai-nilai yang rendah , mudah terganggu saat mengerjakan tugas sekolah, dan tampak tidak peduli terhadap masa depannya.
2. *Anxious Underachiever*memiliki karakteristik seperti cenderung tegang dan tidak dapat bersantai, menghindari sekolah, terlalu khawatir dan tidak realistis tentang kompetensi dan kesalahan, perlu di yakinkan terus-menerus dan membutuhkan persetujuan, serta mungkin menjadi fobia terhadap sekolah Marcus mencatat bahwa *Anxious Underachiever* umumnya merasa tidak aman, memiliki keraguan diri dan mengalami ketegangan tingkat tinggi.
3. *Defiant Underachiever*Memiliki karakteristik seperti mudah marah, berdabat dengan figure otoritas, dan menantang mereka, sengaja mengganggu orang lain, dan menyalahkan orang lain atas tindakan atau kesalah dirinya sendiri. Tipe ini lebih sering muncul pada anak laki-laki

[8] Barb Bond , "Types of Underachievers and Strategies to Help Them" http://www.flemingclt.ca/ccei/documents/CA/PMS_underachievers.pdf di akses tanggal 23 desember 2015

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. *Wheeler-dealer Underachiever* memiliki karakteristik yang impulsive, menarik atau menakutkan, manipulative dan *self-seeking*, dan berharap kepuasan instan. Mereka cenderung hidup untuk saat ini dan untuk hadiah langsung, berbohong, menipu, atau mencuri, memanipulasi orang lain, mendapat masalah yang sama berulang kali, dan bisa saja berbicara tentang menjadi kaya dan terkenal,.
5. *Identity Search Underachiever* memiliki karakteristik seperti sangat sibuk mencari tahu identitas mereka, *self absorption* yang kuat, dan bergumul dengan pertanyaan "siapa aku?". Pencarian identitas yang terus menerus menganggu tugas mereka.
6. *Sad or Depressed Underachiever*memiliki karakteristik seperti depresi, memiliki *self-esteem* yang rendah, kesulitan untuk berkonsentrasi pada tugas sekolah.

Dari keenam tipe tersebut, yang paling umum dialami oleh siswa adalah *coasting Underachiever*. Oleh karena itu penelitian ini memfokuskan pada siswa *coasting Underachiever*.

Menurut Clemons(2008), Kategori siswa underachiever yang dikemukakan Mandel dan Marcus memiliki keterkaitan dengan kategori siswa underachiever yang disusun oleh Rimm. Rimm (1986) menyatakan 16 tipe siswa underachiever yang disusun dari dua kontinum, yaitu konformitas hingga non konformitas dan bergantung pada orang lain. (Clemons, 2008).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sejalan denagn Mandel, Marcus, &Dean, Rimm juga menyatakan bahwa tipe pasif merupakan tipe underachiever yang memiliki perilaku prokrastinasi dan tidak memperhatikan prestasinya. Siswa underachiever yang berbeda pada continuum konformitas dan bergantung pada orang lain umunya memiliki sikap tenang, menyenagkan, dan memanipulasi orang dewasa (Rimm,1986). Manipulasi dilakukan untuk menghindari tekanan atau desakan.Mereka juga cenderung memilih tugas-tugas yang mudah.Selain itu, siswa-siswa ini mampu bersosialisasi meskipun jarang ditunjuk sebagai pemimpin.

Saat duduk di SD, Coasting Underachiever barutampak saat kelas 4 atau 5(usia 9 atau 10 tahun). Mereka mulai melakukan manipulasi dan guru akan menurunkan tingkat kesulitan tugas mereka. Biasanya, mereka enggan menulis dengan alasanbahwa tugas tersebut terlalu sulit(Rimm,1986).Manipulasi tersebut tidak hanya dilakukan di sekolah,tetapi juga dirumah. Mereka memanipulasi kedua orang tua sehingga terdapat satu pihak (keduanya) yang sangat memanjakanmereka.Hal tersebut menambah “kekuatan” siswa coasting underachiever untuk memanipulasi mereka.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Factor penyebab Coasting Underachiever

Menurut Reni Akbar Hawadi, faktor-faktor penyebab *underachiever* terdiri dari: [9]

a. Faktor Sekolah

1) Apabila lingkungan sekolah tidak mendukung atau memberikan nilai tinggi pada keberhasilan akademik, artinya iklim sekolah antiintelektual. Umumnya, anak muda akan melakukan olahraga dengan baik dan mungkin saja menghargai kegiatan yang sifatnya artistik, misalnya seni dan musik. Termasuk juga siswa berbakat yang memiliki tingkat kreativitas tinggi.
2) Kurikulum mungkin saja tidak cocok untuk anak yang cerdas. Anak yang memiliki tingkat intelegensi yang tinggi kehilangan minat. Mereka menjadi bosan dan menolak untuk menyelesaikan tugas yang dianggapnya kurang relevan.
3) Lingkungan kelas kaku atau otoritarian. Siswa berbakat menginginkan adanya kesempatan untuk dapat mengendalikan pengalaman belajarnya sendiri.
4) Penghargaan tidak dibuat untuk perbedaan individual. Semua siswa harus maju melalui kurikulum pada tingkat yang sama. Padahal, ada siswa yang lebih cepat atau lebih lambat dari siswa lainnya.

[9] Hawadi, Reni Akbar. *Akselerasi A-Z Informasi Program Percepatan Belajar dan Anak Berbakat Intelektual*.(Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia, 2004)hal. 70-73

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5) Siswa lebih diharapkan untuk memperlihatkan kemampuannya daripada tampil berbeda di antara kelompok teman sekelasnya.
6) Gaya belajar siswa dapat saja tidak cocok dengan gaya mengajar guru.

b. Faktor Rumah

1) Belajar tidak dinilai tinggi atau didukung dan prestasi tidak diberi imbalan.
2) Tidak adanya sifat positif orang tua terhadap karier mereka sendiri, misalnya ayahnya petugas penjualan, tetapi selalu menghina atau merendahkan pekerjaannya.
3) Belajar didukung, tetapi orang tua bersikap dominan. Anak tidak mengembangkan disiplin yang sifatnya internal.
4) Prestasi anak menjadi ancaman bagi kebutuhan orang tua akan superiotas.
5) Perebutan kekuasaan di dalam keluarga, terutama apabila salah seorang dari orang tuanya bersikap liberal dan yang lainnya kaku sehingga menimbulkan situasi menang kalah dan anak-anak terpecah di antara dua kekuatan tersebut ketika memilih. Akibatnya, mereka sering *underachievement*.
6) Status sosial ekonomi rendah, ditambah lagi dengan pendidikan orang tua dan aspirasi yang rendah terhadap pendidikan dan karier sehingga anak-anak cenderung berprestasi rendah. Namun, ada juga keluarga miskin yang menilai tinggi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pendidikan dan mendukung anaknya yang cerdas dan ada juga yang sebaliknya.

7) Keluarga yang mengalami disfungsi karena berbagai alasan, diantaranya ketergantungan obat atau alkohol, tidak adanya keterampilan menjadi orang tua, perceraian, kehilangan pekerjaan, riwayat penyalahgunaan (*abuse*), atau penyakit-penyakit.

c. Adanya Perbedaan Budaya

Budaya tempat seorang anak dilahirkan dapat mempengaruhi pandangan terhadap keberbakatan.Ada budaya yang menganggap anak berbakat difavoritkan, ada yang menganggap mu'jizat, ada yang menganggap perlu dimanfaatkan bagi lingkungannya dan sebagainya.

d. Faktor-Faktor Lainnya

1) Terjadinya gangguan belajar, kondisi tidak mapu, atau suatu bentuk ketidaksesuaian dengan cara mengajar dapat mengarah pada rendahnya prestasi sebagaimana juga gangguan emosi.

2) Faktor-faktor kepribadian seperti *perfectionism*, terlalu sensitif, tidak berdaya guna dalam keterampilan sosial atau sebaliknya, terlalu terlibat dalam banyak kegiatan, dapat menjurus ke kesulitan belajar dan *underachievement*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3) Penyebab masalah siswa seperti ini adalah diberikannya perhatian yang berlebihan untuk tingkah laku menyimpangnya daripada program berbakatnya.
4) Malu, rendah diri karena berbeda dari siswa lainnya, merasa tidak percaya diri dan mengantisipasi penolakan akibat latihan di rumah atau di sekolah merupakan tanggung jawab setiap orang untuk tidak menciptakan ketidakpuasan. Perasaan malu harus disembunyikan sehingga menjurus ke depresi, perfectionism, membenci diri, atau sering mengakibatkan siswa berprestasi rendah.

B. Terapi Rasional Emotif

1. Pengertian Terapi Rasional Emotif

Menurut Ws. Wingkel dalam bukunya "Bimbingan dan Konseling di Institusi pendidikan" mengatakan bahwa terapi rational emotif adalah corak konseling yang menekankan kebersamaan dan interaksi antara berfikir dengan akal sehat (*Rational Thingking*), berperasaan (*Emoting*), dan berperilaku (*acting*), sekaligus menekankan bahwa suatu perubahan yang mendalam dalam cara berfikir dan berperasaan dapat mengakibatkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku. [10]

[10] Ws. Winkel, *Bimbingan dan konseling di Institusi Pendidikan*, (Jakarta : Grasindo, 1991) h. 124

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Menurut Singgih D Gunarsih mengungkapkan bahwa terapi rasional emotif suatu teknik pendekatan yang berusaha memperbaiki pola berpikirnya yang irasional.[11] Jadi disini terapi dilihat sebagai usaha untuk menddik kembali (*reeducation*). Terapis bertindak sebagai pendidik, dengan antara lain memberi tugas yang harus dilakukan klien serta memberikan terapi/ Konseling untuk memperkuat proses berpikirnya.

Menurut Gerald Corey dalam bukunya "Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi ", terapi rational emotif adalah pemecahan masalah yang menitikberatkan pada aspek berpikir, menilai, memutuskan, direktif lebih banyak berurusan dengan dimensi-dimensi pikiran ketimbang dengan dimensi-dimensi perasaan.[12]

Dari beberapa pengertian diatas, penulis dapat menyimpulkan bahwa terapi rational emotif merupakan terapi/konseling yang berusaha menghilangkan cara berfikir klien yang tidak logis dan irrasional menjadi suatu yang logis dan rasional dengan cara mengonfrontasikan klien dengan keyakinan-keyakinan irrasionalnya serta menyerang, menentang, mempertanyakan dan membahas keyakinan-keyakina irasional.

---

[11]Singgih D Gunarsih, *Psikologi Untuk Membimbing*, (Jakarta : PT. Gunung BPK Gunung Mulia, 2000) h.47

[12]Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung : Refika Aditama,2009), h. 237

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Konsep Dasar Tentang Manusia Menurut Terapi Rasional Emotif

Dalam memandang hakikat manusia, terapi rational emotif memiliki sejumlah asumsi tentang kebahagiaan dan ketidakbahagiaan dalam hubungna dengan dinamika pikiran dan perasaan. Asumsi dasar tentang hakikat manusia menurut terapi/konseling rasional emotif adalah sebagai berikut: [13]

a. Manusia adalah pribad yang unik yang dipandang sebagai makhluk rasional dan juga dapat irrasional. Pada hakikatnya manusia berpikir rasional disamping itu juga memiliki kecenderungan berpikir irasional. Kecenderungan itu termanifestasikan dalam tingkah lakunya. Ketika seseorang berpikir dan berperilaku rasional maka dia akan bertingkah laku logis dan efektif, dengan demikian ia akan memeroleh kebahagiaan dalam hidupnya. Sebaliknya, apabila ia berpikir dan berperilaku irasional ia akan menunjukan perilaku yang tidak logis dan tidak efektif.

b. Pikiran, perasaan dan tindakan manusia merupakan proses yang saling berhubunagn dengan lainnya yang tudak dapat dipisahkan. Pendekatan dengan terapi rasional emotif memandang bahwa manusia itu berpikir, tidak pernah terlepas dari perasaan dan perbuatannya. Sebaliknya tindakan selalu melibatkan pikiran dan perasaan, demikian pula perasaanya tidk terlepas dari pikiran dn tindakanya.

[13]Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi* h. 238

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

c. Manusia sebagai pribadi yang unik, yang memiliki kekuatan untuk memahami keterbatasannya serta kemampuan mengubah pandangan dasar dan system nilainya dan untuk melawan kecenderungan-kecenderungan untuk menolak diri sendiri. Terori ini memandang bahwa setiap individu mampu memahami segala kelebihan, kekuranagn dan keterbatasannya, justru dengan keterbatasan inilah ia mampu berpandangan realistis dan rasional agar bias menyesuaikan diri dengan baik.

3. Konsep Teori Kepribadian Dalam Terapi Rasional Emotif

Untuk memahami dinamika kepribadian dalam pandangan terapi rasional perlu memahami konsep-konsep dasar yang dikemukakan Ellis (1994), ada tiga hal yang terkait dengan perilaku yang disebut dengan konsep A-B-C yaitu *antecedent event* (A) merupakan peristiwa pendahulu yang berupa fakta, peristiwa, perilaku, atau sikap orang lain. *Belief* (B) adalah keyakinan, pandangan, nilai, atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa.*Emotional concequence* (C) merupakan konsekuensi emosional sebagai akibat atau reaksi individu dalam bentuk perasaan senang atau hambatan emosi dalam hubungannya dengan peristiwa (A) yang disebabkan oleh beberapa variable dalam bentuk keyakinan (B) baik rasional (rB) atau yang irrasional (irB).[14]

[14]Latipun, *Psikologi Konseling*. (Malang : UMM Press, 2006)h. 111-112

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dan dari konsep A-B-C tersebut muncul konsep D dimana merupakan penerapan metode ilmiah untuk membantu individu menantang keyakinan-keyakinannya yang irrasional yang mengakibatkan gangguan-gangguan emosi dan tingkah laku.[15]

4. Ciri – ciri Terapi Rasional Emotif

Dalam terapi rasional emotif konselor berusaha secara langsung untuk mengubah diri klien. Dalam pendekatannya terpi rasional emotif mempunyai cirri-ciri sebagai berikut :

a. Dalam menelusuri masalha klien yang dibantunya, konselor berperan lebih aktif dibandingkan klien.
b. Dalam proses hubungan konseling harus diciptakan dan dipelihara hubungan baik dengan klien.
c. Tercipta dan terpeliharanya hubungan baik ini dipergunakan oleh konselor untuk membantu klien mengubah cara berfikirnya yang tidak rasional menjadi rasional
d. Dalam proses hubungan konseling, konselor tidak terlalu banyak menelusuri kehidupan masa lampau klien.[16]

---

[15] Gerald Corey, *Teori dan praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2009), h.244

[16] Latipun, *Psikologi Konseling*. (Malang : UMM Press, 2006)h. 123-124

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

5. Tujuan Terapi Rasional Emotif

Tujuan *rational emotive behavior therapy* menurut Ellis, membantu klien untuk memperoleh filsafat hidup yang lebih realistik" yang berarti menunjukkan kepada klien bahwa verbalisasi-verbalisasi diri mereka telahdan masih merupakan sumber utama dari gangguan-gangguan emosionalyang dialami oleh mereka. Sedangkn Tujuan dari *Rational Emotive BehaviorTherapy*menurut Mohammad Surya sebagai berikut:

a. Memperbaiki dan mengubah segala perilaku dan pola fikir yang irasionaldan tidak logis menjadi rasional dan lebih logis agar klien dapatmengembangkan dirinya.
b. Menghilangkan gangguan emosional yang merusak.
c. Untuk membangun *Self Interest, Self Direction, Tolerance, Acceptance ofUncertainty, Fleksibel, Commitment, Scientific Thinking, Risk Taking,*dan *Self Acceptance Klien.*[18]

Dengan demikian tujuan r*ational emotive behaviour therapy* adalahmenghilangkan gangguan emosional yang dapat merusak diri (seperti benci,rasa bersalah, cemas, dan marah) serta mendidik klien agar mengahadapikenyataan hidup secara rasional.

6. Langkah – langkah Dalam Terapi Rasional Emotif

[17]Rochman Natawidjaya, *Konseling Kelompok Konsep Dasar & Pendekatan* (Bandung: Rizqi Press, 2009), h. 275.

[18]Mohammad Surya, *Dasar-dasar Konseling Pendidikan (Konsep dan Teori)* (Kota kembang:)h. 15

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

George & Cristiani menemukakan tahap-tahap/ langkah-langkah konseling Rational Emotif Therapy adalah sebagai berikut :[19]

a. Tahap pertama, Proses untuk menunjukan kepada klien bahwa dirinya tidak logis, membantu mereka memahami bagaimana dan mengapa menjadi demikian, dan menunjukkan hubungan-hubungan gangguan yang irasional itu dengan ketidakbahagiaan dan gangguan emosional yang dialami.
b. Tahap kedua, membantu klien meyakini bahwa berpikir dapat ditantang dan diubah.
c. Tahap ketiga, membantu klien lebih mendebatkan gangguan yang tidak tepat atau irasional yang dipertahankan selama ini menuju cara berfikir yang lebih rasional dengan cara berfikir yang rasional termasuk bersikap secara rasional.

Tahap-tahap terapi rasional emotif ini juga dijelaskan oleh Gerald Corey, diantara tahapan tersebut adalah sebagai berikut :[20]

a. Langkah pertama, menunjukan kepada klien bahwa masalah yang dihadapinya berkaitan dengan keyakinan-keyakinan irrasionalnya, menunjukkan bagaimana klien mengembangkan nilai-nilai dan sikap-sikapnya, dan menunjukkan secara kognitif bahwa klien telah memasukkan banyak “keharusan”, “sebaiknya”, dan

[19]Latipun, *Psikologi Konseling*. (Malang : UMM Press, 2006)h. 123-124
[20] Gerald Corey, *Teori dan praktek Konseling dan Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2009), h.246-247

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

"semestinya". Klien harus belajar memisahkan keyakinan-keyakinan irrasionalnya.

b. Langkah kedua, membawa klien ke seberang tahap kesadaran dengan menunjukkan bahwa dia sekarang mempertahankan gangguan-gangguan emosional untuk tetap aktif dengan terus-menerus berfikir secara tidak logis.

c. Langkah ketiga, berusaha agar klien memperbaiki pikiran-pikiranya dan meninggalkan gagasan irrasionalnya.

d. Langkah keempat, Menantang klien untuk mengembangkan filsafat-filsafat hidup yang rasional sehingga dia bisa menghindari kemungkinan menjadi korban keyakinan-keyakinan yang irrasional.

7. Teknik – teknik Terapi Rasional Emotif

Pendekatan konseling atau terapi rasional emotif menggunakan berbagai teknik yang disesuaikan dengan kondisi klien. Beberapa teknik yang dimaksud adalah sebagai berikut: [21]

a. Teknik Emotif atau Afektif

Teknik ini dapat berupa *assertive adaptive*, bermain peran, dan imitasi. Teknik yang digunakan diantaranya: Imageri rasional emotif, permainan peran, latihan menaklukan rasa malu,

[21] Anonym, "Teknik Terapi Rasional Emotif" http://kajianpsikologi.guru-indonesia.net diakses 26 Nopember 2015

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

penggunaan tenaga untuk menghindari emosi rendah dan pekerjaan rumah yang berkaitan dengan pengembangan emosi.

b. Teknik Behavioristik

Teknik ini dapat berupa *reinsforcement* dan social *modeling.* Tujuan dari intervensi ini adalah membiasakan klien ada tindakan yang disepakati dalam proses terapi. Teknik yang digunakan adalah penguatan, penghentian, pembentukan perilaku, kendali stimulus, kendali aversif, pengelolaan diri, desentisisasi sistematis, teknik relaksasi, modeling, pelatiahan asertif, dan kontrak perilaku.

c. Teknik Kognitif

Teknik kognitif merupakan serangkaian teknik yang ditujukan pada proses eliminasi pemikiran klien yang irasional teknik-teknik tersebut antara lain: pekerjaan rumah yang bersifat kognitif, pengubahan pernyataan dan bahasa klien, penggunaan humor, restrukturisasi kognitif, penghentian pemkiran irasional, diskusi dan terapi bacaan.

Sukardi juga menyebutkan teknik-teknik Terapi Rasional Emotif, diantara teknik-teknik tersebut adalah sebagai berikut: [22]

[22]Dewa Ketut Sukardi, Pengantar pelaksanaan program Bimbingan dan Konseling di Sekolah, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2008) h. 145-146

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

a. Teknik Pengajaran

Dalam teknik pengajaran di sini konselor mendapatkan keleluasaan untuk berbicara kepada klien, terutama menunjukkan bagaimana ketidaklogisan berpikir itu secara langsung menimbulkan gangguan emosional kepada klien.

b. Teknik Konfrontasi

Dalam teknik konfrontasi ini, konselor menyerang ketidaklogisan berpikir klien dan membawa klien kearah berpikir logis empiris.

c. Teknik Persuasif

Teknik persuasive yaitu meyakinkan klien untuk mengubah pandangannya, karena pandangan yang ia kemukakan itu tidak benar.

d. Teknik Pemberian Tugas

Dalam teknik ini konselor menugaskan klien untuk mencoba melakukan tertentu dalam dunia nyata.

C. Terapi Rasional Emotif dalam menangani siswa Coasting Underachiever

Setiap anak memiliki potensi keberbakatan sendiri-sendiri sebagai anugerah dari Allah SWT. Segenap potensi ini apabila dikembangkan maka akan menjadi sebuah energi perbaikan baik di

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

lingkungan masyarakat, berbangsa maupun bernegara. Sehingga dibutuhkan suatu perhatian khusus dalam upaya pendidikannya.Mengingat, pendidikan merupakan faktor yang urgen dalam kehidupan.

Coasting Underachiever merupakan permasalahan dalam keberbakatan.*CoastingUnderachiever* bisa dikatakan sebagai *unfulfilled potentials* (potensi yang tidak terpenuhi). Dikatakan demikian karena potensi yang dimiliki oleh seorang anak tidak sesuai dengan pencapaian prestasinya.

Bimbingan dan konseling memiliki peranan yang sangat penting untuk mengatasi masalah keberbakatan anak, khususnya *coastingunderachiever*. Dalam hal ini adalah teknik konseling REBT dimana memiliki tujuan utama yaitu untuk memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berpikir,keyakinan serta pandangan-pandangan klien yang irasional dan ilogis menjadi rasional dan logis, selain itu juga untuk menghilangkan gangguan-gangguan emosional yang merusak diri sendiri, seperti: rasa benci, rasa takut, rasa bersalah, rasa berdosa, rasa cemas, rasa was-was, rasa marah.

Sesuai dengan teknik konseling REBT, maka dalam mengatasi *coastingunderachiever* ini dilakukan beberapa tahap yaitu pertama, menunjukkan kepada klien bahwa masalah yang dihadapinya berkaitan dengan keyakinan-keyakinan irasionalnya, dengan terlebih dahulu membina hubungan baik dengan klien, mengidentifikasi masalah yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

klien hadapi, mencanangkan tujuan konseling, menjelaskan prinsip ABC kepada klien, menunjukkan keyakian irasional klien serta menunjukkan kepada klien bahwa dia memelihara gangguan perilaku dan emosi dengan menjaga pemikiran irasional.

Kedua, membawa klien ke seberang tahap kesadaran dengan menunjukkan bahwa dia sekarang mempertahankan gangguan emosional yang membawanya berpikir tidak logis.Ketiga, berusaha agar klien memperbaiki pikiran-pikirannya dan meninggalkan gagasan irasionalnya, dengan mempertentangkan keyakinan irasionalnya. Ketiga proses tersebut juga beriringan dengan tetap mengajarkan kepada klien cara berpikir logis dan empiris. Tahap terakhir adalah tahap evaluasi dari hasil konseling.Mengetahui sejauh mana komitmen klien dalam melaksanakan pilihan perilaku serta komitmen yang sudah dipilih.Apabila tidak terlaksana atau gagal, maka harus disusun kembali rencana-rencana selanjutnya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id