

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN
PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR
THERAPY* DALAM MENINGKATKAN KONSEP DIRI
PADA ANAK BINAAN DI LEMBAGA PEMBINAAN
KHUSUS ANAK KELAS II SUNGAI RAYA**

SKRIPSI

**OLEH
DWI CINDY KURNIAWATI
F1141211019**



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK
2025**

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN
PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR
THERAPY* DALAM MENINGKATKAN KONSEP DIRI
PADA ANAK BINAAN DI LEMBAGA PEMBINAAN
KHUSUS ANAK KELAS II SUNGAI RAYA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Jurusan Ilmu
Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling

**OLEH
DWI CINDY KURNIAWATI
F1141211019**



**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
JURUSAN ILMU PENDIDIKAN
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK
2025**

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN
PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR
THERAPY* DALAM MENINGKATKAN KONSEP DIRI
PADA ANAK BINAAN DI LEMBAGA PEMBINAAN
KHUSUS ANAK KELAS II SUNGAI RAYA**

**DWI CINDY KURNIAWATI
NIM F1141211019**

Disetujui:

Pembimbing I

Pembimbing II



**Prof. Dr. H. M. Asrori, M.Pd
NIP. 196105271985031008**



**Amallia Putri, M.Pd
NIP. 199403292019032023**

Disahkan

Dekan FKIP Universitas Tanjungpura



**Dr. Ahmad Yani T, M.Pd
NIP. 196604011991021001**

Lulus tanggal: 10 Januari 2025

**EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK DENGAN
PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR
THERAPY* DALAM MENINGKATKAN KONSEP DIRI
PADA ANAK BINAAN DI LEMBAGA PEMBINAAN
KHUSUS ANAK KELAS II SUNGAI RAYA**

**DWI CINDY KURNIAWATI
NIM F1141211019**

Disetujui:

Pembimbing I



**Prof. Dr. H. M. Asrori, M.Pd
NIP. 196105271985031008**

Pembimbing II



**Amallia Putri, M.Pd
NIP. 199403292019032023**

Penguji I



**Dr. Luhur Wicaksono, M.Pd
NIP. 196004291987031003**

Penguji II



**Elli Yanti, M.Pd
NIP. 198606142024212001**

Mengetahui:

**Ketua Program Studi Bimbingan Dan Konseling
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Tanjungpura**



**Amallia Putri, M.Pd
NIP. 199403292019032023**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Dwi Cindy Kurniawati

NIM : F1141211019

Jurusan/Prodi : Ilmu Pendidikan/Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan dan pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pontianak, Januari 2025

Yang membuat pernyataan,



Dwi Cindy Kurniawati

F1141211019

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji keefektifan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam meningkatkan konsep diri pada anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Sungai Raya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen dengan bentuk *Pre-Experimental Design* dengan jenis *One-Group Pretest and Posttest Desain*. Sampel diambil berdasarkan teknik *non-probability sampling* dengan jenis *purposive sampling*. Sampel diambil sebanyak 8 orang anak binaan yang memiliki konsep diri terendah dari populasi yang berjumlah 59 anak binaan. Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh hasil presentase *Pre-test* adalah 74,25 dengan kategori rendah dan *Post-test* adalah 157,13 dengan kategorin tinggi. Selanjutnya diperoleh hasil T hitung menggunakan *Paired Sample T-test* yaitu $t=70.733$ dan nilai sig (2 tailed) adalah 0.000, yang artinya H_a diterima dan H_0 ditolak, oleh karena itu terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat konsep diri anak binaan sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*. Sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif dalam meningkatkan konsep diri pada anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Sungai Raya.

Kata kunci: *Konseling Kelompok, Rational Emotive Behavior Therapy, Konsep Diri*

MOTTO

Allah tidak mengatakan hidup itu mudah. Tetapi Allah berjanji, bahwa sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.

(Qs. Al-Insyirah:6)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya, yang selalu menjadi sumber kekuatan dan inspirasi dalam hidup saya. Terima kasih atas setiap doa, kasih sayang, dukungan, dan pengorbanan yang tak ternilai harganya. Menjadi suatu kebanggaan memiliki orang tua yang mendukung anaknya mencapai cita-cita. Semoga karya sederhana ini menjadi wujud kecil dari rasa hormat dan cinta saya kepada kalian.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur ke hadirat Allah SWT Yang Maha Esa atas berkat Rahmat dan hidayah-Nya penulis diberi kemampuan dan kemudahan untuk menyelesaikan skripsi dengan judul “Efektivitas Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Meningkatkan Konsep Diri Pada Anak Binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Sungai Raya”

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, saran, motivasi, dan dukungan dari berbagai pihak sehingga dapat terselesaikan pada waktu yang tepat. Oleh karena itu, penulis menuangkannya lewat ucapan syukur dan terimakasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. M. Asrori, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Pertama dan Dosen Pembimbing Akademik saya yang senantiasa memberikan bimbingan dan dukungan serta motivasi selama proses perkuliahan hingga sampailah pada penyusunan skripsi ini.
2. Ibu Amallia Putri, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Kedua saya sekaligus Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang senantiasa memberikan bimbingan dan dukungan serta motivasi selama proses perkuliahan hingga sampailah pada penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Dr. Luhur Wicaksono, M.Pd selaku Dosen Penguji Pertama yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Elli Yanti, M.Pd selaku Dosen Penguji Kedua yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.

5. Ibu Dr. Halida, M.Pd selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan motivasi selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu pengetahuan yang berguna dan bermanfaat dalam bidang Bimbingan dan Konseling selama proses perkuliahan.
7. Bapak Dr. H. Ahmad Yani T., M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura Pontianak yang telah memberikan fasilitas sehingga penyusunan skripsi ini dapat berjalan dengan lancar.
8. Bapak M.Khaeruddin, A.Md selaku Staf Kependidikan Jurusan Ilmu Pendidikan dan Staf Administrasi FKIP Untan, yang sudah memberikan kemudahan administrasi selama proses kuliah hingga pembuatan skripsi ini.
9. Staf Administrasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura Pontianak yang telah memberikan kemudahan administrasi selama proses kuliah hingga pembuatan skripsi ini.
10. Bapak Irwan . A.Md. IP., S.H., M.H, selaku Kepala LPKA Kelas II Sungai Raya yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian dan membantu dalam proses penyusunan dalam skripsi ini.
11. Bapak Ares Dwi Supriyadi, S.H, M.H, selaku Kasi Pembinaan di LPKA Kelas II Sungai Raya yang selalu memberikan bimbingan dan motivasi serta membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.

12. Anak binaan LPKA Kelas II Sungai Raya yang telah berkenan berpartisipasi menjadi responden dalam skripsi ini.
13. Staf Perpustakaan FKIP UNTAN yang sudah memberikan referensi buku bacaan dalam penyusunan skripsi ini.
14. Kedua orang tua saya tercinta, terimakasih atas segala pengorbanan, bantuan, semangat, motivasi serta doa yang tulus dan tak pernah putus. Kasih sayang yang selalu diberikan telah menjadi kekuatan bagi penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
15. Kepada cinta kasih ketiga saudariku, terimakasih atas segala doa, motivasi, semangat dan canda tawa yang senantiasa kalian berikan. Semua itu menjadi penyemangat bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
16. Kepada sahabat seperjuangan untuk membahagiakan orang tua, yakni Nur Azizah, Putri, Qintan. Terima kasih atas doa, semangat, serta kebersamaan yang tak pernah pudar sejak dulu hingga sekarang. Kalian adalah tempat berbagi cerita dan mendengarkan keluh kesah, yang selalu memberikan dukungan tanpa henti.
17. Kepada sahabat-sahabat terdekat yang sudah seperti keluarga sendiri, yakni Dini Mawarni, Elsa Dwi Ratna, Rahayu Winarti, dan Indira Fianti Utami. Terima kasih atas kebersamaan, bantuan, dukungan, serta semangat yang kalian berikan sejak awal perkuliahan hingga sampai pada saat penyusunan skripsi. Kalian selalu menjadi pendengar setia keluh kesah, teman berbagi cerita, serta pengukir canda tawa yang tak terlupa.

18. Kepada teman terdekat, yakni Inna Rehamni Putri dan Putri Athiya Nasywa. Terima kasih atas dukungan, kebersamaan, dan semangat yang telah kalian berikan. Kehadiran kalian menjadi sumber motivasi dan penghibur di tengah perjalanan panjang ini.

19. Rekan-rekan seperjuangan S1 Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UNTAN.

20. Terakhir peneliti persembahkan pencapaian ini untuk diri sendiri, karena telah mampu berusaha keras dan terus berjuang sejauh ini. Mampu mengatasi berbagai tekanan di luar keadaan dan tidak menyerah, meskipun proses penyusunan skripsi ini penuh tantangan. Saya telah menyelesaikan sebaik mungkin, yang merupakan kebanggaan pribadi yang layak untuk dirayakan.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa kesempurnaan hanyalah milik Allah SWT. Oleh karena itu, penulis memahami bahwa skripsi ini masih memiliki kekuarangan, baik dari segi penulisan maupun penyusunan. Dengan rendah hati, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi menyempurnakan skripsi ini.

Pontianak, Januari 2025

Penulis

Dwi Cindy Kurniawati

F1141211019

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	v
ABSTRAK	vi
MOTTO.....	vii
PERSEMBAHAN.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian	9
1. Manfaat Teoritis	9
2. Manfaat Praktis	9
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	10
1. Variabel Penelitian	10
2. Definisi Operasional	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA	13
A. Kajian Teori.....	13
1. Konsep Diri.....	13
2. Konseling Kelompok	23
3. <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i>	28
4. Konseling Kelompok dengan Pendekatan <i>Rational Emotive Behavior Therapy</i> dalam Meningkatkan Konsep Diri.....	34
B. Hipotesis Penelitian.....	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	36
A. Desain Penelitian.....	36
1. Metode Penelitian	36
2. Bentuk Penelitian.....	36

3. Rancangan Penelitian.....	37
4. Prosedur Penelitian	38
B. Populasi Dan Sampel	43
1. Populasi Penelitian.....	43
2. Sampel Penelitian	44
C. Teknik Pengumpulan Data	45
D. Instrumen Penelitian.....	46
1. Uji Validitas	48
2. Uji Reliabilitas	49
E. Teknik Analisis Data	50
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	52
A. Hasil Penelitian	52
1. Persiapan Penelitian.....	52
2. Pelaksanaan Penelitian.....	55
3. Analisis Data.....	58
B. Pengujian Hipotesis.....	63
1. Uji Normalitas.....	63
2. Uji Homogenitas	65
3. Hasil Pengujian Hipotesis.....	66
C. Pembahasan	68
BAB V PENUTUP	89
A. Kesimpulan	89
B. Saran.....	90
DAFTAR PUSTAKA	92

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Rancangan Penelitian	38
Tabel 3. 2 Jumlah Populasi Penelitian.....	44
Tabel 3. 3 Skala Pengukuran Konsep Diri	47
Tabel 4. 1 Hasil Uji Validitas Butir Instrumen	53
Tabel 4. 2 Hasil Uji Reliabilitas <i>Cronbach Alpha</i>	55
Tabel 4. 3 Kategori Tingkat Konsep Diri Anak Binaan di LPKA Kelas II Sungai Raya.....	56
Tabel 4. 4 <i>Distribusi Frekuensi</i>	57
Tabel 4. 5 Hasil <i>Pre-test</i> Inventori Konsep Diri Anak Binaan LPKA Kelas II Sungai Raya.....	58
Tabel 4.6 Tingkat Konsep Diri Anak Binaan Sebelum diberikan Konseling Kelompok dengan Pendekatan REBT.....	59
Tabel 4.7 Tingkat Konsep Diri Anak Binaan Setelah diberikan Konseling Kelompok dengan Pendekatan REBT.....	60
Tabel 4. 8 Perbedaan Hasil <i>Pre-test</i> dan Hasil <i>Post-test</i> Tingkat Konsep Diri Anak Binaan.....	61
Tabel 4. 9 Peningkatan Aspek-aspek Konsep Diri Anak Binaan LPKA Kelas II Sungai Raya.....	62
Tabel 4 10 Hasil Uji Normalitas.....	64
Tabel 4. 11 Hasil Uji Homogenitas	65
Tabel 4. 12 Hasil Uji <i>Paired Sample T-test</i>	66
Tabel 4. 13 Kategorisasi <i>Effect Size</i>	68

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4. 1	Perbedaan Hasil <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> Tingkat Konsep Diri Anak Binaan.....	62
Grafik 4. 2	Peningkatan Aspek-aspek Konsep Diri Anak Binaan LPKA Kelas II Sungai Raya	63

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kisi-Kisi Inventori Konsep Diri	99
Lampiran 2 Inventori Konsep Diri Sebelum Uji Validitas.....	101
Lampiran 3 Kunci Jawaban Inventori Sebelum Uji Validitas.....	105
Lampiran 4 Uji Validitas Inventori Konsep Diri.....	106
Lampiran 5 Kisi-Kisi Inventori Konsep Diri Setelah Uji Validitas	108
Lampiran 6 Inventori Uji Coba Instrumen.....	110
Lampiran 7 Kunci Jawaban Inventori Setelah Uji Validitas	113
Lampiran 8 <i>Informed Consent</i>	114
Lampiran 9 Rencana Pelaksanaan Layanan (Pertemuan Ke-1).....	117
Lampiran 10 Rencana Pelaksanaan Layanan (Pertemuan Ke-2).....	119
Lampiran 11 Rencana Pelaksanaan Layanan (Pertemuan Ke-3)	121
Lampiran 12 Rencana Pelaksanaan Layanan (Pertemuan Ke-4).....	123
Lampiran 13 Kepuasan Konseli Terhadap Konseling Kelompok.....	125
Lampiran 14 Sk Pembimbing	126
Lampiran 15 Izin Riset.....	127
Lampiran 16 Surat Balasan Penelitian	128
Lampiran 17 Hasil <i>Pre-Test</i> Anak Binaan.....	129
Lampiran 18 Hasil <i>Pre-Test</i> Sebelum Diberikan Layanan.....	130
Lampiran 19 Hasil <i>Post-test</i> Sesudah Diberikan Layanan.....	131
Lampiran 20 Dokumentasi.....	132

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Faktor utama yang mempengaruhi kualitas hidup seseorang baik secara fisik atau psikologis salah satunya adalah konsep diri. Konsep diri memiliki kaitan yang erat dengan seorang individu. Meskipun konsep diri tidak dinyatakan secara langsung pada saat manusia itu dilahirkan, namun konsep diri tersebut akan terbentuk secara bertahap seiring berjalannya waktu. Ini berarti, konsep diri adalah sesuatu yang dibentuk dan bukan sesuatu yang muncul sejak lahir serta terbentuk secara otomatis, tergantung dari tingkat perkembangan dan pertumbuhan individu itu sendiri. Oleh karena itu pembentukan konsep diri pada seseorang sangat berkaitan dengan lingkungan dimana individu itu berkembang, ini berarti lingkungan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap pembentukan konsep diri seorang individu.

Konsep diri adalah perasaan, sikap, dan nilai-nilai yang dimiliki seseorang untuk memandang atau mengontrol tingkah laku, kemampuan, dan harga diri. Derlega and Janda (1980, h.129) mengatakan bahwa "*The feelings, attitude, and values people have in regard to their behavior, abilities, and worth are defined as self-concept*". Menurut Branden (dalam Rahman, 2013, h.62) mendefinisikan bahwa, "konsep diri sebagai pikiran, keyakinan, dan kesan seseorang tentang sifat dan karakteristik dirinya,

keterbatasan dalam kapabilitasnya serta kewajiban dan aset-aset yang dimilikinya”.

Hurlock (2009, h.58) mengemukakan bahwa konsep diri merupakan gambaran yang dimiliki individu tentang dirinya. Hal ini menunjukkan secara tegas bahwa penampilan kepribadian akan sangat dipengaruhi oleh kualitas konsep dirinya. Konsep diri merupakan rangkuman mengenai diri sendiri yang bersumber dari suatu sikap keyakinan dan sikap terhadap dirinya. Setiap orang akan mempunyai konsep diri dalam berbagai ragam bentuk dan kadar yang akan menentukan perwujudan kualitas kepribadiannya.

Konsep diri dapat diartikan juga sebagai pandangan terhadap diri sendiri, pandangan tersebut mencakup keyakinan dan penilaian seseorang terhadap dirinya, terkait dengan pandangan fisik, karakter diri, dan motivasi diri yang terkadang pandangan tersebut akan jauh berbeda dengan pandangan orang lain terhadap dirinya. Pandangan diri bukan hanya mencakup kekuatan dan kelebihan individu tetapi juga mencakup kelemahan dan kekurangan individu. Konsep diri dapat mencakup aspek positif dan negatif. Hal pertama yang harus ditumbuhkan dalam diri individu adalah konsep diri yang positif.

Individu diharapkan memiliki kemampuan untuk mengenal makna yang jelas tentang konsep diri dan mampu menganalisis serta mengembangkannya secara tepat. Pemaknaan konsep diri, mencakup konsep diri tinggi dan konsep diri rendah. Apabila seseorang memandang

dirinya sebagai orang berguna baik untuk dirinya maupun orang lain, maka orang tersebut mempunyai konsep diri yang tinggi. Sebaliknya bagi orang yang menganggap dirinya tidak berguna, merasa menjadi sampah masyarakat, maka orang tersebut mempunyai konsep diri rendah. Konsep diri yang rendah mengarah pada perasaan diri yang rendah.

Konsep diri yang positif sangat penting dimiliki bagi anak binaan untuk membantu mereka menjadi orang yang percaya diri dan mampu menghadapi tantangan hidup. Salah satu harapannya adalah agar anak binaan belajar mengenali dan menghargai kekuatan dan kelemahan diri mereka sendiri. Menurut Harter (2021, h.102-103) *self-concept* atau konsep diri merupakan dasar perkembangan psikologis, mempunyai pemahaman diri yang kuat dan positif tentang diri mereka memungkinkan anak-anak untuk membangun identitas yang kuat dan stabil.

Anak binaan juga harus dapat menerima kesulitan dan kegagalan sebagai bagian dari proses belajar mereka tanpa merusak konsep diri mereka. Dweck (2020, h.146-148) dalam penelitiannya tentang mindset, menunjukkan bahwa anak-anak dengan mindset perkembangan lebih cenderung melihat kegagalan sebagai peluang untuk belajar dan berkembang, daripada sebagai ancaman terhadap konsep diri mereka.

Fakta yang terjadi dilapangan pada saat melakukan pra-riset melalui wawancara dengan Kasi Pembinaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak atau yang disingkat dengan LPKA terdapat masalah psikologis dan sosial yang dihadapi oleh anak binaan yaitu tingkat konsep diri yang rendah.

Masalah tersebut terlihat dari perilaku anak binaan yang menunjukkan kurangnya kepercayaan diri, memandang dirinya rendah, merasa tidak berarti, dan sering menyalahkan diri sendiri. Kondisi ini berpotensi memengaruhi perkembangan pribadi mereka serta menghambat kemampuan untuk berinteraksi secara sosial dengan baik.

Anak binaan oleh Pemerintah dimasukkan di Lembaga Pemasyarakatan yang bersifat khusus. Menurut Lesmana (2021, h.13) Pengertian lembaga pemasyarakatan dalam Pasal 1 angka 3 Undang-Undang No. 12 Tahun 1995 tentang pemasyarakatan adalah tempat untuk melaksanakan pembinaan terhadap narapidana dan anak didik pemasyarakatan. Sejalan dengan Pasal 1 angka 1 peraturan pemerintah Republik Indonesia Nomor 31 tahun 1999 tentang Pembinaan dan Bimbingan Warga Binaan Masyarakat menjelaskan bahwa Pembinaan adalah kegiatan untuk meningkatkan kualitas ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa, intelektual, sikap dan perilaku, professional, Kesehatan jasmani dan Rohani narapidana anak didik pemasyarakatan.

Pembinaan yang diberikan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) merupakan langkah penting dalam membentuk karakter melalui berbagai kegiatan pembinaan yang dirancang untuk menciptakan masa depan yang lebih baik bagi setiap anak binaan. Salah satu kegiatan pembinaan ini adalah konseling, konseling ini dapat dilakukan secara individu atau kelompok dan bertujuan untuk membantu anak-anak menghadapi dan mengatasi masalah psikologis serta mendukung proses

pembinaan mereka. Adapun model pembinaan dan pelaksanaan konseling di LPKA tidak terlepas dari sebuah dinamika, yang bertujuan untuk lebih memberikan bekal bagi remaja dalam menjalankan kehidupannya setelah menjalani hukuman tersebut.

Layanan BK secara khusus bertujuan membantu agar dapat mencapai tugas-tugas perkembangannya secara optimal. Salah satu layanan BK yang dapat dilaksanakan untuk mengintervensi individu yang memiliki konsep diri negatif adalah konseling kelompok. Gazda (dalam Latipun, 2010, h.118) mengemukakan bahwa, “konseling kelompok (*group counseling*) adalah salah satu jenis konseling yang menggunakan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (*feedback*) dan pengalaman belajar yang dalam prosesnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok (*group dynamic*)”. Di dalam pelaksanaan konseling kelompok dapat menggunakan macam-macam pendekatan atau teknik, seperti pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* atau disingkat dengan REBT.

Konseling *Rasional Emotif Behavioral Therapy* adalah suatu pemberian layanan bantuan yang diberikan oleh konselor kepada konseli dengan cara menekankan pada proses berpikir untuk mengembalikan pikiran-pikiran rasional sehingga tercapainya suatu perubahan sikap karena konseli diyakini memiliki potensi untuk dapat memecahkan masalahnya sendiri, membuat keputusan sendiri dan bertanggung jawab dengan keputusannya (Setiariawan dkk, 2018, h.4). Konseling dengan pendekatan *Rasional Emotif Behaviora therapy* membantu individu membentuk

pikiran-pikiran yang lebih rasional, mengarahkan pada penerimaan diri dan kebahagiaan, serta mendorong individu menerima hidupnya tanpa syarat (Saiful & Nikmarijal, 2020, h.11).

Pendekatan REBT dapat secara efektif meningkatkan konsep diri anak binaan dengan membantu mereka mengidentifikasi dan mengubah keyakinan irasional menjadi lebih rasional. Dengan cara ini, anak binaan diajarkan untuk menggantikan pikiran negatif dengan yang lebih positif dan realistis, yang dapat meningkatkan rasa percaya diri dan penghargaan diri. REBT juga membantu anak binaan mengembangkan keterampilan pemecahan masalah yang lebih baik, memungkinkan mereka menghadapi tantangan secara konstruktif dan meningkatkan kompetensi serta kepercayaan diri.

REBT mengajarkan perubahan perilaku adaptif, mengurangi stres dan kecemasan, dan mendorong anak binaan untuk menetapkan serta mengejar tujuan yang realistis. Dengan pendekatan yang struktur, REBT membantu anak binaan membangun konsep diri yang lebih positif dan sehat, mendukung perkembangan pribadi dan sosial mereka secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nur Azizatul Jamilah, 2023, Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) Untuk Meningkatkan Konsep Diri Pada Siswa SMP Al-Islamiyah, yang menyatakan bahwa 1) konseling kelompok dengan pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) efektif untuk meningkatkan konsep diri pada siswa SMP Al-Islamiyah, 2)

terdapat perbedaan skor yang signifikan pada siswa sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok dengan pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) yaitu perbedaannya sebesar nilai rata-rata *pre-test* 87,25 dan nilai rata-rata *post-test* 95,63, dengan selisih rata-rata skor -8.375. Hal ini dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) efektif untuk meningkatkan konsep diri pada siswa SMP Al-Islamiyah.

Atas dasar latar belakang tersebut maka penelitian ini dilakukan untuk mengkaji lebih dalam tentang “Efektivitas Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Meningkatkan Konsep Diri Pada Anak Binaan Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Sungai Raya”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, masalah umum penelitian yaitu “Apakah konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif untuk meningkatkan konsep diri pada anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Sungai Raya?”. Adapun masalah khusus penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah tingkat konsep diri sebelum dilakukan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif untuk meningkatkan konsep diri pada anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Sungai Raya?

2. Bagaimanakah tingkat konsep diri sesudah dilakukan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif untuk meningkatkan konsep diri pada anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Sungai Raya?
3. Bagaimanakah keefektifan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk meningkatkan konsep diri pada anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Sungai Raya?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, tujuan umum penelitian ini adalah untuk mendapatkan informasi objektif dan mendeskripsikan tentang keefektifan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif untuk meningkatkan konsep diri pada anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Sungai Raya

Adapun tujuan khusus penelitian ini yaitu untuk mendapatkan informasi objektif dan mendeskripsikan tentang:

1. Tingkat konsep diri sebelum dilakukan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif untuk meningkatkan konsep diri pada anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Sungai Raya
2. Tingkat konsep diri sesudah dilakukan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* efektif untuk

meningkatkan konsep diri pada anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Sungai Raya

3. Keefektifan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk meningkatkan konsep diri pada anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Sungai Raya

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah dan memperkaya pengetahuan teori bimbingan dan konseling khususnya tentang penggunaan layanan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* untuk meningkatkan konsep diri pada anak binaan di Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Sungai Raya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Anak Binaan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam meningkatkan konsep diri anak binaan di LPKA Kelas II Sungai Raya.

b. Bagi Pengelola Lembaga Pemasarakat

Penelitian ini dapat memberikan wawasan kepada pengelola tentang permasalahan yang dihadapi anak binaan, sehingga memungkinkan pengelola untuk merancang dan menerapkan kebijakan pembinaan yang lebih efektif.

c. Bagi Kasi Pembinaan

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi Kasi Pembinaan dengan memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang efektivitas pendekatan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam meningkatkan konsep diri anak binaan. Hal ini memungkinkan Kasi Pembinaan untuk mengembangkan program pembinaan yang lebih terarah dan memastikan keberhasilan pembinaan di lembaga.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan referensi dan pengetahuan bagi penelitian selanjutnya sesuai dengan penelitian ini.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2019, h.55), “Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya”.

a. Variabel Bebas

Yusuf (2021, h.109) menyatakan bahwa “variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi, menjelaskan, atau menerangkan variabel yang lain”. Variabel bebas pada penelitian ini adalah pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*, dengan tahap-

tahap berdasarkan pendapat George & Cristiani (1990, h.85-86) yaitu:

- 1) Konseli diperlihatkan dan disadarkan bahwa terdapat hal yang tidak logis dan irasional pada dirinya.
- 2) Konseli dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negatif dapat ditantang dan diubah serta mengeksplorasi ide-ide untuk menentukan tujuan-tujuan rasional.
- 3) Konseli dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional.

b. Variabel Terikat

Yusuf (2021, h.109) menyatakan bahwa “variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau diterangkan oleh variabel lain tetapi tidak dapat mempengaruhi variabel yang lain”. Variabel terikat pada penelitian ini adalah konsep diri dengan aspek-aspek berdasarkan pendapat Fitts (1971, h.20) sebagai berikut.

- 1) Diri fisik
- 2) Diri pribadi
- 3) Diri sosial
- 4) Diri moral-etik
- 5) Diri keluarga

2. Definisi Operasional

a. Konseling Kelompok

Konseling kelompok yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pemberian bantuan kepada anak binaan Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) dalam memecahkan masalah rendahnya konsep diri yang dilakukan dalam setting kelompok dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

b. Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) yang dimaksud dalam penelitian ini adalah suatu pendekatan terapi psikologis yang dimana konselor membantu serta mendorong konseli mengubah pikiran irasional menjadi rasional.

c. Konsep Diri

Konsep diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah cara pandang anak binaan Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) terhadap dirinya sendiri yang menyangkut cara pandang terhadap fisik, psikis, sosial serta moral.