

ABSTRAK

Dita Purwanti, Konseling Individu dengan *Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa (Penelitian di SMP Persatuan Guru Islam Indonesia 1 Bandung).

Kesulitan belajar merupakan permasalahan yang sering dialami oleh siswa dalam proses pembelajaran di sekolah khususnya di SMP PGII 1 Bandung, seperti kurangnya keyakinan terhadap kemampuan diri, hasil belajar rendah, lambat dalam mengerjakan tugas, serta kesulitan fokus dan perhatian. Kondisi tersebut dapat menghambat proses perkembangan dan pencapaian hasil belajar siswa. Kesulitan belajar yang dialami siswa tidak hanya bersumber dari faktor interlektual, melainkan dari beragam faktor baik internal maupun eksternal yang semakin kompleks. Hal tersebut menunjukkan diperlukan upaya penanganan yang tepat, salah satunya melalui layanan konseling individu yang dilakukan oleh Guru BK.

Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui faktor penyebab kesulitan belajar siswa di SMP PGII 1 Bandung, mengetahui proses konseling individu dengan pendekatan REBT dalam membantu mengatasi kesulitan belajar siswa di SMP PGII 1 Bandung, serta mengetahui hasil konseling individu dengan pendekatan REBT dalam mengatasi kesulitan belajar siswa di SMP PGII 1 Bandung.

Penelitian berlandaskan pada teori konseling individu pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) yang dikemukakan oleh Albert Ellis 1962. REBT menekankan bahwa individu berkontribusi terhadap masalah psikologis diri sendiri melalui cara individu menafsirkan peristiwa dan situasi yang dialami. Salah satu penyebab kesulitan belajar siswa yaitu adanya penilaian negatif terhadap kemampuan diri sendiri yang dipengaruhi oleh pola pikir atau keyakinan irasional. Melalui komponen REBT yaitu tahapan ABCDE, siswa dibantu untuk mengubah pola pikir irasional menjadi pola pikir yang lebih rasional dan adaptif.

Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif, bertujuan untuk mendeskripsikan mengenai temuan-temuan yang didapatkan di lapangan sesuai dengan tujuan penelitian yang telah ditentukan. Sementara, untuk teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara dan dokumentasi dengan beberapa subjek yaitu Guru BK, Wali Kelas VII-F dan dua Siswa Kelas VII-F.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan REBT mampu mengatasi kesulitan belajar siswa. Siswa menunjukkan perubahan positif melalui perubahan pola pikir yang lebih rasional ditandai dengan berkurangnya pemikiran negatif terhadap diri sendiri, serta perubahan pada aspek emosional dan perilaku. Siswa menjadi lebih percaya diri, memiliki motivasi dan kemauan untuk belajar, menunjukkan sikap tenang nyaman serta lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran. Dengan demikian, pendekatan REBT dinilai mampu membantu siswa dalam mengatasi kesulitan belajar dengan memahami hubungan antara pikiran, perasaan dan perilaku.

Kata Kunci: Konseling Individu, Pendekatan REBT, Kesulitan Belajar