EFEKTIVITAS KONSELING *RATIONAL-EMOTIF BEHAVIOR THERAPY (REBT)* DENGAN PENDEKATAN NARATIF UNTUK MENINGKATKAN KECERDASAN EMOSIONAL

(Studi Kuasi Eksperimen terhadap Siswa Kelas X SMA Laboratorium-Percontohan UPI, Bandung Tahun Ajaran 2012/2013)

TESIS

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat untuk Memperoleh Gelar Magister Pendidikan Program Studi Bimbingan dan Konseling

Oleh :

Prias Hayu Purbaning Tyas
(1009516)

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
SEKOLAH PASCA SARJANA
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2013

Prias Hayu Purbaning Tyas,2013
Efektivitas Konseling Rational-Emotif Behavior Therapy REBT Dengan Pendekatan Naratif Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

HALAMAN PENGESAHAN

DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH PEMBIMBING :

Pembimbing I,

Dr. Nani M. Sugandhi, M. Pd
195708301981012001

Pembimbing II,

Dr. Mubiar Agustin, M. Pd
197708282003121002

Diketahui oleh

Ketua Jurusan Program Studi Bimbingan dan Konseling Pascasarjana

Prof. Dr. Syamsu Yusuf L. N, M. Pd
19520620198021001

ABSTRAK

Prias Hayu Purbaning Tyas. (2012). Efektivitas Konseling REBT dengan Pendekatan Naratif untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional.
Pembimbing I: Dr. Nani M. Sugandhi, M. Pd
Pembimbing II: Dr. Mubiar Agustin, MPd

Penelitian bertujuan memperoleh gambaran efektivitas konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dengan pendekatan naratif untuk meningkatkan kecerdasan emosional. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode kuasi eksperimen. Desain penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design* dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Populasi penelitian adalah 172 siswa kelas X SMA Laboratorium-Percontohan UPI Bandung dengan sampel sejumlah 6 siswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner untuk mengungkap profil kecerdasan emosional siswa kelas X. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Kecerdasan emosional siswa 87, 20% berada pada kategori sedang dan 12, 79 berada pada kategori rendah; (2) Konseling REBT dengan pendekatan naratif efektif untuk meningkatkan kecerdasan emosional pada aspek kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial. Rekomendasi ditujukan kepada guru Bimbingan dan Konseling, peneliti selanjutnya dan Program Studi Bimbingan dan Konseling.

Kata kunci: Konseling REBT, Pendekatan Naratif, Kecerdasan Emosional

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus, yang telah memberikan ilmu, kekuatan, kesabaran dan ketekunan kepada penulis dalam menyelesaikan penulisan dan penyusunan tesis yang berjudul "Efektivitas Konseling REBT Dengan Pendekatan Naratif Untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional (Studi Kuasi Eksperimen Terhadap Siswa Kelas X SMA Laboratorium-Percontohan UPI Bandung)".

Penulisan tesis ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan studi pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung. Penulisan tesis ini terdiri dari lima bab yaitu Bab satu adalah pendahuluan, bab dua adalah kajian pustaka, bab tiga adalah metode penelitian, bab empat adalah hasil penelitian dan pembahasan, bab lima adalah kesimpulan dan rekomendasi. Dengan melakukan penelitian ini penulis berhasil menunjukkan bahwa konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dengan Pendekatan Naratif efektif untuk Meningkatkan Kecerdasan Emosional Siswa.

Bandung, Januari 2013
Penulis

Prias Hayu Purbaning Tyas

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis merasakan dan menyadari sepenuhnya bahwa selesainya tesis ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan motivasi dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Nani M Sugandhi, M. Pd selaku pembimbing I penulis, yang berkenan meluangkan waktu di tengah kesibukannya untuk membimbing, mengarahkan dan memotivasi penulis sehingga tesis dapat diselesaikan.
2. Bapak Dr. Mubiar Agustin, M.Pd. selaku Pembimbing II yang di tengah-tengah kesibukannya, berkenan menyempatkan waktu memberikan bimbingan, petunjuk, dan dorongan dengan sabar dan kritis terhadap berbagai permasalahan yang dihadapi penulis dalam proses menyelesaikan tesis, serta memberikan motivasi bagi penulis sehingga tesis ini diselesaikan.
3. Ibu dan Bapak dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia yang telah memberi ilmu, pengalaman dan semangat untuk selalu belajar mencari ilmu di sekolah kehidupan.
4. Seluruh staf administrasi Sekolah Pascasarjana UPI yang telah membantu dalam menyelesaikan masalah teknis dan administatif dalam proses penyelesaian tesis ini.
5. Bapak Drs. Ahmad Fachrudin selaku Kepala SMA Laboratorium-Percontohan UPI Bandung yang telah mengizinkan penulis untuk mengadakan penelitian.
6. Ibu Dian Anita, S. Pd. selaku Guru Bimbingan dan Konseling di SMA Laboratorium-Percontohan UPI Bandung yang telah banyak membantu penulis selama pelaksanaan penelitian di lapangan.

7. Yang terkasih Kedua orang tuaku Bapak FX. Djoko Priyono dan Ibu MG. Astuti Agustini, yang telah atas doa dan kesabarannya membimbing dan mendampingi penulis, serta memberikan semangat kepada penulis untuk menyelesaikan tesis.
8. Yang terkasih Kedua adikku Sigit Pradipta dan Puthut Nugraha yang selalu mengingatkan penulis agar selalu semangat dan sabar dalam proses menyelesaikan tesis
9. Yang terkasih Willibrordus Boy yang selalu setia memberikan dukungan, semangat dan doa bagi penulis untuk selalu sabar dan ikhlas menyelesaikan tesis.
10. Rekan-rekan Angkatan 2010 semester genap kelas C di Sekolah Pascasarjana UPI Program Studi Bimbingan dan Konseling (Ingki, Pipit, Vina, Pak Slamet, Pak Asep, bang Gusnarwanto, Uda Faizal, Husni, Prihantoro, Bunda Euis, Mbak Mujiyati, Ainur, *teteh* Siti Nuriyah, *teteh* Uri Tri, Bu Sekadanta, dan *teteh* Irma) yang telah banyak mewarnai hari-hari penulis selama mengikuti perkuliahan. Semoga silaturahmi kita tetap terjaga.

Akhir kata, atas segala bantuan, bimbingan, dan dukungan yang telah bapak dan ibu serta teman-teman berikan kepada penulis dengan tulus dan ikhlas semoga peran serta dalam menemani perjalanan penulis di sekolah Pascasarjana UPI Bandung mendapat berkat dari Tuhan. Semoga tesis ini bermanfaat, khususnya bagi penulis dan para pembaca umumnya.

Bandung, Januari 2013

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN …… i
ABSTRAK …….. ii
KATA PENGANTAR …… iii
DAFTAR ISI ……... iv
DAFTAR TABEL ……... v
DAFTAR LAMPIRAN …….. vi

BAB I. PENDAHULUAN
A. Latar Belakang Penelitian ……. 1
B. Identifikasi Masalah Penelitian ……... 6
C. Rumusan Dan Pertanyaan Penelitian ……..……. 7
D. Tujuan Penelitian …….. 7
E. Manfaat Penelitian …… 8
F. Asumsi/Hipotesis …….. 8

BAB II. KAJIAN TEORETIS
A. *Rational-Emotive BehaviorTherapy* …… 10
1. Dinamika kepribadian menurut REBT …….. 12
2. Perilaku bermasalah menurut pandangan REBT …….. 15
3. Tahapan konseling …….. 17
B. Pendekatan Naratif ……... 18
C. Kecerdasan Emosional
1. Pengertian Emosi ..…….. 23
2. Dinamika Emosi ……. 28
3. Kecerdasan Emosional …… 34
D. Pendekatan Naratif dalam Konseling REBT ……... 48
E. Penelitian yang Relevan …… 53
F. Hipotesis Penelitian ……... 55

BAB III. METODE PENELITIAN
A. Lokasi dan subjek Penelitian …….. 57
B. Desain Penelitian …… 58
C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel ……. 58
D. Instrumen penelitian …….. 63
E. Pengembangan instrument ……. 64
F. Teknik pengumpulan data …….. 69
G. Analisis data ……... 70

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
A. Hasil Penelitian …… 74
1. Gambaran Umum Kecerdasan Emosional Siswa-Siswa SMA Laboratorium-Percontohan UPI Bandung …… 74
2. Rancang Bangun Program Intervensi Konseling REBT dengan Pendekatan Naratif …… 78

3. Efektivitas Konseling REBT dengan Pendekatan Naratif dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional …… 88
B. Pembahasan
1. Gambaran Umum Kecerdasan Emosional …… 92
2. Implementasi Rancang Bangun Program Intervensi Konseling REBTdengan Pendekatan Naratif …… 100
C. Keterbatasan Penelitian ……. 119

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN
A. Kesimpulan …….. 121
B. Rekomendasi ……... 122

DAFTAR PUSTAKA ……... 125
LAMPIRAN-LAMPIRAN …….. 128

DAFTAR TABEL

Tabel

a. Kisi-Kisi Instrumen Kecerdasan Emosional (Sebelum Penimbangan dan Uji Coba) …… 61

b. Kisi-Kisi Instrumen Kecerdasan Emosional (Sesudah Penimbangan dan Uji Coba) …… **62**

3.3 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi …….. 66

3.4 Kategorisasi Kecerdasan Emosional Siswa SMA Laboratorium Percontohan UPI …… 68

4.1 Gambaran Umum Kecerdasan Emosional kelas X SMA Laboratorium Percontohan UPI Bandung tahun ajaran 2012-2013……... 71

4.2 Gambaran Aspek-aspek Kecerdasan Emosional …… 72

4.3 Gambaran Umum Kecerdasan Emosional Siswa Berdasarkan Indikator Indikator Kecerdasan Emosional…… 73

4.4 Hasil Uji Normalitas Data *Pre test* dan *Post test*……. 85

4.5 Hasil Uji Homogenitas Data *Pre test* dan *Post test* …… 85

4.6 Uji *wilcoxon pre test* dan *post test* Kelompok Eksperimen …… 87

4.7 Profil Peningkatan Kecerdasan Emosional Siswa setelah mengikuti Konseling REBT dengan Pendekatan Naratif ditinjau dari setiap Indikator…….. 88