

**IMPLEMENTASI KONSELING MODEL RATIONAL EMOTIF
UNTUK MENANGGULANGI GANGGUAN EMOSIONAL
SISWA KELAS IX A SMP PGRI 3 DENPASAR
TAHUN PELAJARAN 2018/2019**

**Putu Agus Semara Putra Giri
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Ilmu Pendidikan
IKIP PGRI Bali**

ABSTRACT

In the world of education in the current era of globalization, there are many cases found in schools that are related to the problem of emotional disorders in students who are influenced by internal and external factors. So that it will have an adverse effect on the purpose of education itself. Where education is a conscious and planned effort to realize the learning process so that students actively develop their potential to have a spiritual spiritual level, self-control, personality, intelligence, noble character and skills needed by themselves, society, nation and country.

The purpose of this study was to determine whether the emotive rational model counseling could overcome emotional disturbances in class IXA students of SMP PGRI 3 Denpasar academic year 2018/2019. The object of this study was students of class IXA SMP PGRI 3 Denpasar, with a total number of 48 people. Students who have problems are as many as 5 people consisting of 3 men and 2 women, problems faced around emotional disorders such as low self-esteem, unhappiness, anxiety, mental disorders, lack of self-control, sadness without reason and guilt.

Students who take counseling services on emotive rational models of effort to overcome students' emotional disturbances are given for two cycles allocated for one month. After being given counseling services to the rational emotive model to overcome the emotional disturbances of students, students showed a decrease in emotional disturbances, compared to emotional disorders before the action of counseling guidance services.

Based on the analysis, and discussion, it can be concluded that the emotive rational counseling service can overcome the emotional disturbances of class IXA students of SMP PGRI 3 Denpasar, 2018/2019 academic year.

Kata Kunci : Implementasi konsling, Model rational emotif, gagngguan emosional

PENDAHULUAN

Manusia pada dasarnya adalah unik yang memiliki kecenderungan untuk berpikir rasional dan irasional. Manusia pada saat berpikir dan bertindak laku rasional akan memiliki perilaku efektif, kompeten dan bahagia. Ketika berpikir dan bertindak laku irasional seseorang akan menjadi tidak efektif. Reaksi emosional

seseorang sebagian besar disebabkan oleh evaluasi, interpretasi, dan filosofi yang disadari maupun tidak disadari. Hambatan psikologis atau emosional terjadi pada seseorang akibat dari cara berpikir yang tidak logis dan irasional. Emosi menyertai individu yang berpikir dengan penuh prasangka, sangat personal, dan irasional. Berpikir irasional diawali dengan belajar

secara tidak logis yang diperoleh dari orang tua dan budaya tempat seseorang itu dibesarkan. Berpikir secara irasional akan tercermin dari verbalisasi yang digunakan. Verbalisasi yang tidak logis menunjukkan cara berpikir yang salah dan verbalisasi yang tepat menunjukkan cara berpikir yang tepat. Perasaan dan pikiran negatif serta penolakan diri harus dilawan dengan cara berpikir yang rasional dan logis, yang dapat diterima menurut akal sehat, serta menggunakan cara verbalisasi yang rasional.

Seorang tokoh teori konseling rasional emotif yaitu Albert Ellis (Corey,1986;215) memandang bahwa manusia itu bersifat rasional dan juga irasional. Unsur pokok terapi rasional-emotif adalah asumsi bahwa berpikir dan emosi bukan dua proses yang terpisah, menurut Ellis (1973), pikiran dan emosi merupakan dua hal yang saling bertumpang tindih, dan dalam prakteknya kedua hal itu saling terkait. Pandangan yang penting dari teori rasional-emotif adalah konsep bahwa banyak perilaku emosional individu yang berpangkal pada “*selftalk*” atau “omong diri” atau internalisasi kalimat-kalimat yaitu orang yang mengatakan kepada dirinya sendiri tentang pikiran dan emosi yang bersifat negatif.

Kehidupan nyata yang terjadi saat ini, tidak bisa terlepas dari era globalisasi dan derasny arus informasi yang begitu kuat. Selanjutnya akan memberi dampak yang besar terhadap seluruh warga masyarakat di dalam mencapai tujuan hidupnya dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Oleh karena itu, dalam mencapai kehidupan tentu ada yang berhasil dan ada yang gagal. Kegagalan akan identik dengan masalah. Masalah dalam keluarga maupun sosial. Gangguan emosional ini biasanya timbul karena ketidakmampuannya menyesuaikan diri dengan lingkungan. Sifat agresifitas dapat juga disebabkan oleh pengaruh lingkungan yang kurang menguntungkan atau kebiasaan tingkah laku teman-temannya.

Dalam dunia pendidikan di era globalisasi seperti sekarang ini ternyata banyak ditemui kasus –kasus di sekolah yang berkaitan dengan masalah gangguan emosional pada siswa yang dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal. Sehingga akan berdampak tidak baik bagi tujuan dari pendidikan itu sendiri. Dimana pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki taraf spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian,

kecerdasan, akhlak mulia serta ketrampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Gangguan –gangguan emosional tersebut, akan dapat mengakibatkan pribadi seseorang dapat menarik diri dari realitas kehidupan dan melakukan tindakan –tindakan kriminal, seperti; narkoba yang berujung pada membunuh, mencuri, membrontak, premanisme dan sebagainya. Menurut H.J. Eysenck mengemukakan aspek-aspek emosional adalah seperti : rendahnya penghargaan diri (*low self esteem*), tidak bahagia (*low happiness*), kecemasan (*anxiety*), gangguan pikiran (*obsessivesensa*), kurangnya pengendalian diri (*lack of autonomy*), kesedihan tanpa alasan (*hypochondriasia*), perasaan-perasaan bersalah (*guilt feeling*). (Eysenck, 1981 : 12)

Proses pendidikan di sekolah , di mana peran guru bimbingan dan konseling sangat menentukan perilaku siswa. Pelayanan bimbingan dan konseling merupakan pendekatan pribadi kepada setiap siswa dalam keseluruhan proses pendidikan. Guru bimbingan dan konseling sebagai guru pembimbing khususnya konselor sekolah, hendaknya memiliki bekal pengetahuan yang cukup dalam masalah proses penanggulangan

gangguan emosional setiap siswa dan membantunya agar tercapai perkembangan yang optimal.

Kenyataan pada era sekarang ini yang menjadi sorotan adalah mengenai perilaku dan lebih-lebih sekarang dengan antusiasnya pembangunan disegala komponen fasilitas lainnya dalam upaya menunjang terjadinya kesehatan mental yang memadai. Hal tersebut diataslah yang melatar belakangi penulisan penelitian yang berjudul implementasi konseling model rational emotif untuk menanggulangi gangguan emosional siswa kelas X SMK PGRI 4 DENPASAR Tahun Ajaran 2018/2019.

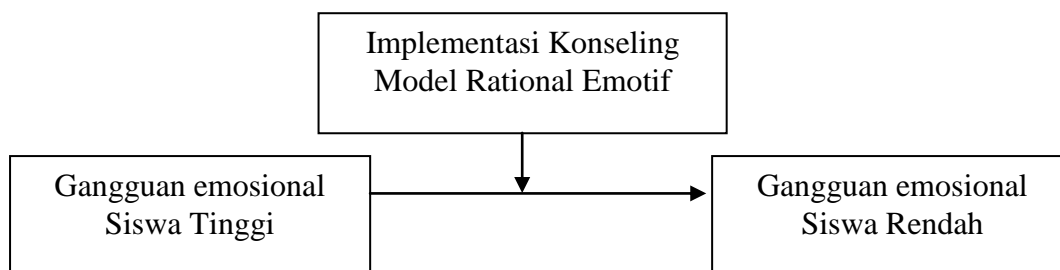
METODE PENELITIAN

Adapun rancangan Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling dengan topik : Implementasi konseling model rational emotif untuk menanggulangi gangguan emosional siswa kelas X SMK PGRI 4 DENPASAR, tahun ajaran 2018/2019, bertujuan menerapkan konseling model rational emotif untuk menanggulangi gangguan emosional siswa kelas X SMK PGRI 4 DENPASAR, Tahun Ajaran 2018/2019.

Penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) yang mengacu pada PTK.. Pelaksanaan

tindakan berlangsung selama 4 minggu yang di rancang dalam dua siklus, setiap siklus antara lain : observasi awal, rencana

tindakan, pelaksanaan tindakan, evaluasi tindakan dan refleksi, dengan rancangan sebagai berikut:



Gambar 1. Model rencana penelitian

Sasaran Perbaikan

Subjek penelitian ini adalah penggunaan konseling model rational emotif untuk menanggulangi gangguan emosional siswa kelas X SMK PGRI 4 DENPASAR, tahun ajaran 2018/2019.

Objek penelitian ini adalah siswa kelas X SMK PGRI 4 DENPASAR, dengan jumlah keseluruhan adalah 48 orang. Siswa yang bermasalah sebanyak 5 orang yang terdiri dari 3 laki-laki dan 2 perempuan, masalah yang dihadapi seputar gangguan emosional seperti rendahnya penghargaan diri, tidak bahagia, kecemasan, gangguan pikiran, kurangnya pengendalian diri, kesedihan tanpa alasan dan perasaan-perasaan bersalah.

Teknik Pengumpulan Data

3.3.1 Kuesioner

Pengumpulan data sangat erat kaitannya dengan jenis data yang diperlukan, sebab dengan teknik yang sangat tepat akan memperoleh data yang benar-benar sesuai dengan data yang diharapkan. Adapun metode yang dapat digunakan dalam kegiatan pengumpulan data terdiri dari beberapa macam seperti yang dikemukakan oleh Sanafiah Faisal, (1982:75) mengatakan bahwa ada metode yang dapat digunakan untuk mengumpulkan data yaitu : angket, wawancara, tes psikologi, observasi, dan sebagainya.

Jadi dalam penelitian ini digunakan metode kuesioner dan melakukan wawancara konseling individual yang dilanjutkan dengan observasi

Kuesioner adalah pengumpulan data dengan memberikan daftar pertanyaan

yang harus dijawab responden atau subyek penelitian. Hal ini sejalan dengan pendapat yang menyatakan bahwa kuesioner adalah pertanyaan yang harus dijawab dan diberikan kepada sejumlah subyek dan berdasarkan jawaban itu peneliti mengambil kesimpulan mengenai subyek yang diteliti (Suryabrata, 1969: 17). Berikut ini merupakan lembaran kuesioner yang diberikan kepada subyek penelitian dalam hal ini adalah siswa kelas X SMK PGRI 4 DENPASAR.

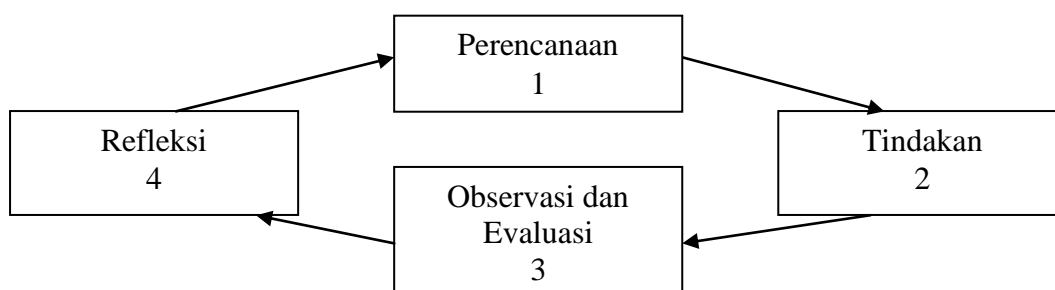
Wawancara konseling individual

Hasil pengisian kuesioner siswa yang diberikan akan digali melalui wawancara konseling individual dengan pendekatan rasional emotif, untuk mendapatkan gambaran yang lebih mendalam tentang permasalahan yang dihadapi siswa atau kesulitan yang dialami

siswa dalam bertingkah laku, mengungkapkan ide, dan menyatakan perasaannya.

Prosedur Penelitian

Penelitian ini diawali dengan mengadakan refleksi awal. Pada tahap ini dilakukan pemberian kuesioner yang bertujuan untuk mengetahui siswa yang mengalami gangguan emosional dan dilanjutkan dengan wawancara konseling individual kepada siswa (klien), dengan tujuan untuk memperoleh gambaran yang jelas tentang konsepsi awal siswa tentang permasalahan yang dihadapi atau kesulitan yang dialami dalam bertingkah laku, mengungkapkan ide, dan menyampaikan perasaannya. Selanjutnya dilakukan triangulasi dengan guru tentang data yang didapat sebagai dasar untuk menetapkan dan merumuskan rancangan tindakan.



Gambar 2. Rumusan Rancangan Penelitian

Tahap Perencanaan Siklus I

- a) Mohon ijin kepada Bapak Kepala Sekolah untuk melaksanakan

- penelitian tindakan bimbingan konseling di X SMK PGRI 4 DENPASAR .
- b) Menyebarkan kuesioner kepada siswa kelas X SMK PGRI 4 DENPASAR.
 - c) Mencatat data siswa yang menunjukkan gangguan emosional lewat penyebaran kuesioner.
 - d) Menyusun materi wawancara konseling individual dengan pendekatan rational emotif dalam usaha mengurangi gangguan emosional siswa.
 - e) Menyusun dan menyiapkan pedoman observasi yang akan digunakan untuk memantau hasil tindakan terhadap gangguan emosional siswa yang dikenakan tindakan.

Siklus II

- a) Berdasarkan refleksi akhir siklus I, peneliti menyusun rencana tindakan yang berupa wawancara konseling individual, yaitu tindakan 2. Tindakan 2 membahas tentang usaha menanggulangi gangguan emosional melalui wawancara konseling individual melalui pendekatan rational emotif dengan teknik kognitif.

- b) Wawancara konseling direncanakan dilaksanakan secara individual pada klien di ruang konseling yang telah disiapkan sebelumnya.
- c) Peneliti menyusun dan merancang instrumen yang diperlukan pada tindakan I dan alat evaluasi akhir siklus I.

Pelaksanaan Tindakan

Pelaksana tindakan adalah peneliti sendiri, adapun pelaksanaan tindakan dapat diuraikan sebagai berikut:

Siklus I

- a) Sesuai dengan jadwal yang ditetapkan, peneliti melaksanakan wawancara konseling individual dengan rencana tindakan I
- b) Wawancara dilaksanakan secara individual terhadap klien pada tempat yang telah disiapkan, yaitu ruang BK,
- c) Peneliti mengkaji hasil wawancara sebagai bahan memberikan informasi lebih lanjut bagi klien.
- d) Memberikan perhatian khusus kepada klien melalui 3 tahapan:
 - 1) Tahap I : dimana konseli diperlihatkan dan disadarkan bahwa mereka tidak logis dan irasional. Proses ini membantu konseli memahami bagaimana dan mengapa dapat menjadi irasional. Pada tahap ini konseli diajarkan bahwa

mereka memiliki potensi untuk mengubah hal tersebut. Dengan jalan menanamkan dalam diri konseli sebuah keyakinan bahwa konseli mampu mengatasi pikiran-pikiran yang irasional.

- 2) Tahap 2 : Tahapan ini konseli dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negatif tersebut dapat ditantang dan diubah . Pada tahap ini konseli mengeksplorasi ide-ide untuk menentukan tujuan-tujuan rational. Konselor juga mendebat pikiran irasional konseli dengan menggunakan pertanyaan untuk menantang validitas ide tentang diri, orang lain dan lingkungan sekitar. Pada tahap ini konselor menggunakan pendekatan konseling rational emotif dengan teknik kognitif (*home work assigment* dan *latihan aserrtive*) untuk membantu konseli mengembangkan pikiran rasional.
- 3) Tahap 3 : Tahapan akhir, konseli dibantu untuk secara terus menerus mengembangkan pikiran rasional serta mengembangkan filosofi hidup yang rasional sehingga konseli tidak terjebak pada masalah yang disebabkan oleh pemikiran irasional (Geogre & Cristiani, 1990,pp.85-86).

Tahap-tahap konseling ini merupakan proses natural dan berkelanjutan. Tahap-tahap ini menggambarkan keseluruhan

proses konseling yang dilalui oleh konselor dan konseli. Dari tahap-tahap terdapat dua tugas utama konselor yaitu: a) Interpersonal yaitu membangun hubungan terapeutik, membangun ratpot dan suasana yang kolaboratif, b) organisational, yaitu bersosialisasi dengan konseli untuk melalui terapi, mengadakan proses assigment awal, menyetujui wilayah masalah dan membangun tujuan konseling (Walen et.al., 1992, p.39).

Pada akhir siklus I, peneliti melaksanakan evaluasi akhir siklus I, untuk mengetahui perkembangan pemahaman siswa tentang permasalahan yang dihadapi siswa atau kesulitan yang dialami siswa dalam bertingkah laku, mengungkapkan ide dan menyampaikan perasaannya.

Siklus II

- a) Sesuai dengan jadwal yang ditetapkan, peneliti melaksanakan wawancara konseling individual dengan rencana tindakan II. Pelaksanaan juga dengan memperhatikan kekurangan pelaksanaan pada siklus I.
- b) Wawancara konseling tindakan II dilaksanakan secara individual terhadap klien pada tempat yang telah disiapkan, yaitu ruang BK,
- c) Setelah wawancara konseling individual selesai, maka peneliti mengkaji hasil wawancara sebagai

bahan memberikan informasi lebih lanjut bagi klien.

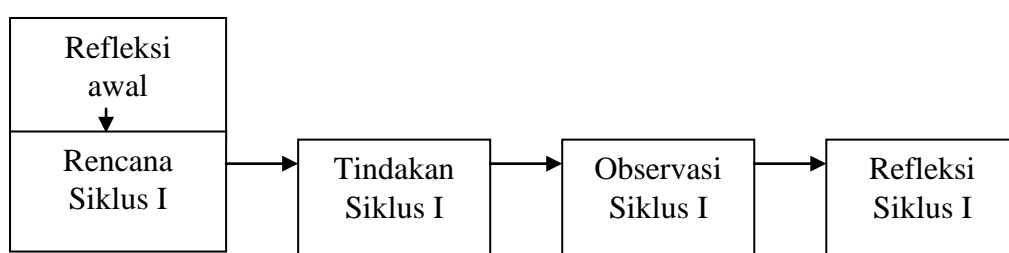
- d) Pada akhir siklus II, peneliti melaksanakan evaluasi akhir siklus II, untuk mengetahui perkembangan pemahaman siswa tentang permasalahan yang dihadapi siswa atau kesulitan yang dialami siswa dalam bertingkah laku, mengungkapkan ide dan menyampaikan perasaannya.

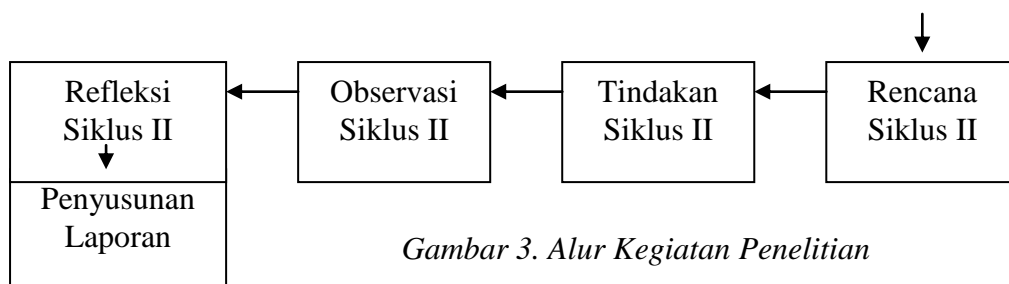
Observasi dan Evaluasi

Langkah observasi ini dilakukan oleh peneliti pada jam proses pembelajaran dengan menggunakan instrumen berupa pedoman observasi aktivitas siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar, dilakukan langsung oleh peneliti dengan berkolaborasi dengan wali kelas X SMK PGRI 4 DENPASAR. Pemantauan ini dilakukan terhadap perubahan –perubahan aktivitas yang ditunjukkan oleh siswa terutama yang terkait dengan aktivitas-aktivitas belajar baik yang menyangkut perubahan kognitif, afektif, dan psikomotorik yang diamati melalui beberapa kegiatan di awal pertemuan

Refleksi

Berdasarkan analisis data dari pelaksanaan siklus I maka dilaksanakan penafsiran oleh peneliti secermat-cermatnya mengenai keberhasilan tindakan mengacu pada kriteria, baru menentukan refleksi dan revisi pada siklus II. Pada siklus II dilaksanakan langkah-langkah yang sama pada tindakan, tetapi pelaksanaannya lebih dimantapkan pada komponen –komponen yang belum mencapai hasil optimal. Sehingga melalui perbaikan tersebut hasilnya lebih sempurna. Pelaksanaan refleksi dilaksanakan oleh peneliti dan klien sehingga kekurangan yang terjadi di siklus I dapat diperbaiki di siklus berikutnya. Secara umum setiap siklus dilakukan dalam satu minggu yang mana dalam setiap minggunya ada satu kali pertemuan atau setiap siklus ada dua kali pertemuan. Tahap pelaksanaan dan refleksi atau revisi sangat dipengaruhi oleh hasil analisis data siklus sebelumnya. Sesuai dengan uraian prosedur tindakan di atas, maka alur kegiatan penelitian dapat digambarkan sebagai berikut:





Gambar 3. Alur Kegiatan Penelitian

Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh melalui observasi dianalisis dengan langkah sebagai berikut :

- Melakukan kuantifikasi data, maksudnya adalah mengubah data kualitatif menjadi data kuantitatif berdasarkan hasil observasi baik sebelum tindakan diberikan, siklus I, maupun setelah siklus II dilaksanakan.
- Menjumlah skor yang diperoleh masing-masing siswa yang dijadikan kasus.
- Menentukan tingkat gangguan emosional yang dialami masing-masing siswa berdasarkan skor yang diperoleh . Kriteria yang digunakan adalah sebagai berikut :

25 – 45	= Sangat Rendah
46 – 65	= Rendah
66 – 85	= Cukup Tinggi
86 – 105	= Tinggi
106 – 125	= Sangat Tinggi
- Untuk mengetahui persentase penurunan tingkat gangguan

emosional siswa maka digunakan rumus sebagai berikut :

$$P = (\sum X / SMI) \times 100\% \text{ (Dirjen Dikti. 1989 : 54)}$$

Keterangan :

P = Persentase

$\sum X$ = Jumlah skor

SMI = Skor Maksimal Ideal

HASIL PENELITIAN

Penelitian tindakan ini dilaksanakan pada kelas X SMK Pariwisata Dalung, Denpasar. Siswa yang menunjukkan gangguan emosional berjumlah lima orang. Gangguan emosional ini dimaksudkan adalah persentase skor perolehan siswa setelah menjawab kuesioner gangguan emosional yang banyak butir pertanyaannya adalah 25 item, yang diskor dengan rentangan 1 sampai dengan 5 untuk setiap butir, sehingga didapatkan skor tertinggi dari kuesioner tersebut adalah 125, sedangkan skor terendah adalah 25.

Tabel 04 : Daftar Nama Siswa dan Gangguan Emosional yang Diperoleh dari Penyebaran Kuesioner Sebelum Tindakan

No.	Nama Siswa	Skor Gangguan Emosional	Persentase	Kategori Gangguan Emosional
1	Reno Bagus Hendrajaya	110	88%	Sangat Tinggi
2	Ida Bagus Baskara	118	94.4%	Sangat Tinggi
3	Genfil Damaris	101	80.8%	Sangat Tinggi
4	Ni Luh Sariasih	105	84%	Sangat Tinggi
5	Ni Km. Sri Widyari	112	89,6%	Sangat Tinggi
	Jumlah	546	436.8	
	Rata-Rata	109.2	87.4%	

Berdasarkan skor di atas , dapat diketahui bahwa kelima siswa tersebut diatas masih berada diatas nilai rata-rata gangguan emosional. Ini dibuktikan dengan rata-rata persentase gangguan emosional siswa masih tinggi berada di atas 62,5%. ($SMI : 2 \times 100\% = 125 : 2 \times 100\% = 62.5\%$)

Deskripsi hasil data penelitian dimaksudkan untuk memberi gambaran umum mengenai penyebaran data yang telah dilakukan baik data yang diperoleh sebelum pemberian tindakan maupun data yang diperoleh setelah dilakukan pemberian tindakan (siklus I dan siklus II).

Hasil peneltian yang dihimpun tersebut diharapkan dapat memberikan

gambaran tentang peranan layanan konseling rational emotif terhadap penanggulangan gangguan emosional siswa kelas X SMK Pariwisata Dalung, tahun pelajaran 2018/2019, mulai dari sebelum tindakan, tindakan siklus I sampai dengan tindakan siklus II. Disamping itu juga akan dapat dilihat perbandingan persentase penurunan gangguan emosional siswa antar siklus.

Prosedur Pelaksanaan

Tindakan siklus I

Penerpaan layanan konseling rational emotif untuk menanggulangi gangguan emosional siswa dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan.

Secara singkat dapat disampaikan kegiatan pelaksanaan tindakan meliputi :

- a. Melaksanakan wawancara konseling individual kepada klien/siswa yang dinyatakan mengalami gangguan emosional lewat penyebaran kuesioner sebelum dilakukan tindakan.
- b. Menerapkan pendekatan konseling rational emotif dengan teknik kognitif untuk menanggulangi gangguan emosional siswa.
- c. Memberikan penjelasan tentang pentingnya pengarah dan pengendalian emosi seperti : kenapa gangguan emosional itu harus ditanggulangi dan apa saja langkah-langkah dalam menanggulangi gangguan emosional tersebut.
- d. Membantu klien untuk mengerti sifat dari konseling dalam memberi pengertian tentang tujuan konseling, peranan dari konselor, peranan dari klien, pembatasan waktu konseling, dan kerahasiaan wawancara.
- e. Menolong klien mengemukakan masalahnya, sejauhmana konselor dapat mempersilakan klien untuk mengemukakan masalahnya, merefleksi, mengungkapkan kembali dan menerangkan, mendapatkan titik

pandang masalah serta mampu membuat klien mendiskusikan masalahnya.

- f. Membantu klien untuk memformulasikan tujuan konseling sampai sejauhmana konselor dapat membantu klien untuk menemukan dan mencari tujuan membaca ke pemecahan masalah klien, menolak tanggapan klien yang bernada menyalahkan diri sendiri, orang lain serta keadaan. Menanyakan tanggapan-tanggapan yang menuju ke suatu tujuan serta mempersiapkan klien untuk respon-respon yang baru melalui latihan *assertive* atau bermain peran , dan lain-lain.

Pemantauan dan Evaluasi Tindakan Siklus I

Dari hasil pemantauan dan evaluasi selama pelaksanaan tindakan siklus I seperti tertera pada tabel diatas ,ternyata terjadi perubahan dalam penanggulangan gangguan emosional siswa. Siswa sudah menampakkan peningkatan penanggulangan gangguan emosional. Untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa terhadap gangguan emosional melalui wawancara konseling individual dengan pendekatan rational emotif dengan teknik kognitif, kemudian siswa kembali diberikan kuesioner. Setelah dievaluasi

hasil kuesioner tersebut menampakkan hasil yang cukup baik, namun masih ada beberapa komponen yang perlu

dimantapkan pelaksanaannya. Adapun skor yang dicapai adalah sebagai berikut :

Tabel 06 : Daftar Nama Siswa dan Gangguan Emosional Siswa yang Diperoleh Setelah Tindakan Siklus I

No	Nama	Skor Gangguan Emosional Setelah Tindakan I	Persentase Pencapaian siklus I	Kategori Gangguan Emosional
1	Reno Bagus Hendrajaya	74	59.2%	Cukup Tinggi
2	Ida Bagus Baskara	78	62.4%	Cukup Tinggi
3	Genfil Damaris	78	62.4%	Cukup Tinggi
4	Ni Luh Sariasih	76	60.8%	Cukup Tinggi
5	Ni Komang Sri Widyari	77	61.6%	Cukup Tinggi
	Jumlah	383	306.4	
	Rata-rata	76.6	61.3%	

Berdasarkan skor diatas, ternyata rata-rata persentase siswa yang mengalami gangguan emosional sudah berada di bawah nilai rata-rata gangguan emosional (Kurang dari 62,5%) Yaitu sebesar 61.3%, ini membuktikan bahwa sudah terjadi penurunan pada gangguan emosional siswa.

Refkelsi hasil evaluasi

Berdasarkan hasil observasi dan evaluasi pada siklus I dapat dikemukakan bahwa penelitian penanggulangan gangguan emosional melalui pelayanan konseling model rational emotif pada

siswa sudah berjalan sesuai dengan rencana, walaupun hasilnya belum optimal. Dalam usaha mengoptimalkan pelaksanaan konseling model rational emotif untuk menanggulangi gangguan emosional pada siswa, maka akan diadakan revisi atau perbaikan pada siklus II. Mengenai penurunan gangguan emosional pada siswa pada siklus I, para siswa sudah menunjukkan gejala penurunan yang mengarah pada prilaku yang positif dan normal. Adapun hal-hal yang belum optimal dalam pelaksanaan yang juga menjadi permintaan dari siswa

antara lain: siswa sangat membutuhkan layanan konseling model rational emotif karena siswa merasa kurang memiliki kemampuan dalam mengatasi permasalahan seputar gangguan emosional yang dihadapi serta masih memiliki keyakinan yang irasional dalam mengatasi

permasalahan. Dari refleksi siklus I diatas, maka akan diadakan revisi atau perbaikan dalam pelaksanaan siklus selanjutnya yaitu pada siklus II. Berikut tabel penurunan gangguan emosional siswa dari sebelum tindakan ke setelah dilakukan tindakan , sebagai berikut:

Tabel 07 : Daftar Nama Siswa dan Penurunan Gangguan Emosional Siswa Yang Diperoleh Setelah Tindakan Siklus I

N o.	Nama Siswa	Skor Awal	Persentase Tingkat Gangguan Emosional	Skor Tindakan I	Persentase Tingkat Gangguan Emosional	Persentase Penurunan yang Dicapai	Ket
1	Reno Bagus	110	88%	74	59.2%	28.2%	Menurun
2	IB Baskara	118	94.4%	78	62.4%	32%	Menurun
3	Genfil	101	80.8%	78	62.4%	18.4%	Menurun
4	Sariasih	105	84%	76	60.8%	23.2%	Menurun
5	Sri Widyari	112	89,6%	77	61.6%	28%	Menurun
	Jumlah	546	436.8	383	306.4	129.8	Menurun
	Rata-rata	109.2	87.4%	76.6	61.3%	26.1%	Menurun

Berdasarkan table diatas menunjukkan adanya penurunan gangguan emosional melalui wawancara dengan pendekatan konseling model rational emotif rata-rata sebesar 26,1% (setelah tindakan I). Jadi melalui konseling model rational emotif terjadi penurunan gangguan emosional pada siswa.

Hasil Penelitian Siklus II

Pelaksanaan tindakan yang dilakukan pada siklus II ini tidak berbeda dengan dengan tindakan yang diterapkan pada siklus I. Jadi pada siklus II hanya mengulang dan mengoptimalkan semua jenis kekurangan yang ada pada siklus I, serta yang dianggap perlu untuk dikembangkan sehingga terjadi penurunan terhadap gangguan emosional siswa.

Pelaksanaan Pemantauan dan Evaluasi Siklus II

Dalam siklus II, pemantauan terhadap tindakan konselor maupun perubahan tingkah laku klien melalui konseling model rational emotif dalam menanggulangi gangguan emosional siswa dengan menggunakan pedoman observasi yang sama pada siklus I. Hasil yang diperoleh dari pemantauan terhadap perubahan prilaku siswa disajikan dalam table berikut ini :

Prilaku sesudah tindakan I : 61 : 125 x
100% : 48.8%

Prilaku sesudah tindakan II : 94 : 125 x
100% : 75.2%

Terjadi peningkatan penanggulangan gangguan emosional sebesar 26.4%

Dari hasil pemantauan dan evaluasi selama pelaksanaan tindakan siklus II seperti tertera pada tabel diatas ,ternyata terjadi perubahan dalam penanggulangan gangguan emosional siswa. Untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa terhadap gangguan emosional melalui wawancara konseling individual dengan pendekatan rational emotif dengan teknik kognitif yang sudah dilaksanakan terhadap lima orang klien/siswa, kemudian siswa diberikan kuesioner gangguan emosional . Setelah dievaluasi hasil kuesioner tersebut sudah menunjukkan gejala penurunan gangguan emosional yang mengarah kearah prilaku yang positif dan normal serta bertambah baik dan mantap pelaksanaannya jika dibandingkan dengan siklus I. Dalam hal ini konselor atau peneliti telah berupaya untuk mengoptimalkan penerapan komponen wawancara konseling individual dengan pendekatan rational emotif dengan teknik kognitif yang belum optimal pada siklus I . Adapun skor yang dicapai adalah sebgai berikut :

Tabel 09 : Daftar Nama Siswa dan Penurunan Gangguan Emosional Siswa Yang Diperoleh Setelah Tindakan Siklus I dan II

N o.	Nama Siswa	Skor Tindakan I	Persentase Tingkat Gangguan Emosional	Skor Tindakan II	Persentase Tingkat Gangguan Emosional	Persentase Penurunan yang Dicapai	Ket
1	Reno Bagus	74	59.2%	54	43.2%	16%	Menurun
2	IB Baskara	78	62.4%	52	41.6%	20.8%	Menurun
3	Genfil	78	62.4%	53	42.4%	20%	Menurun
4	Sariasih	76	60.8%	55	44%	16.8%	Menurun
5	Widyari	77	61.6%	58	46.4%	15.2%	Menurun
	Jumlah	383	306.4	272	217.6	88.8	Menurun
	Rata-rata	76.6	61.3%	54.4	43.5%	17.8%	Menurun

Berdasarkan table diatas menunjukkan adanya penurunan gangguan emosional siswa melalui wawancara dengan pendekatan konseling rasional emotif rata-rata sebesar 26.1% siklus I menjadi rata-rata 17.8% siklus II. Jadi melalui layanan konseling model rasional emotif terjadi penurunan persentase rata-rata yang dicapai sebesar 17.8% yang signifikan terhadap penanganan gangguan emosional siswa.

Refleksi hasil evaluasi

Berdasarkan hasil observasi dan evaluasi pada siklus II dapat dikemukakan bahwa penelitian penanganan gangguan

emosional pada siswa melalui pelayanan konseling rasional emotif dengan teknik kognitif pada siswa sudah berjalan dengan baik dan mantap dibandingkan dengan pelaksanaan pada siklus I ,pada pelaksanaan tindakan siklus II , siswa sudah menunjukkan gejala penurunan gangguan emosional yang mengarah ke arah perilaku yang positif dan normal.

Penurunan gangguan emosional siswa melalui wawancara konseling dengan pendekatan konseling rasional emotif dengan teknik kognitif dapat dilihat pada table berikut

:

Tabel 10 : Persentase Penurunan Gangguan Emosional Siswa Siklus I dan II

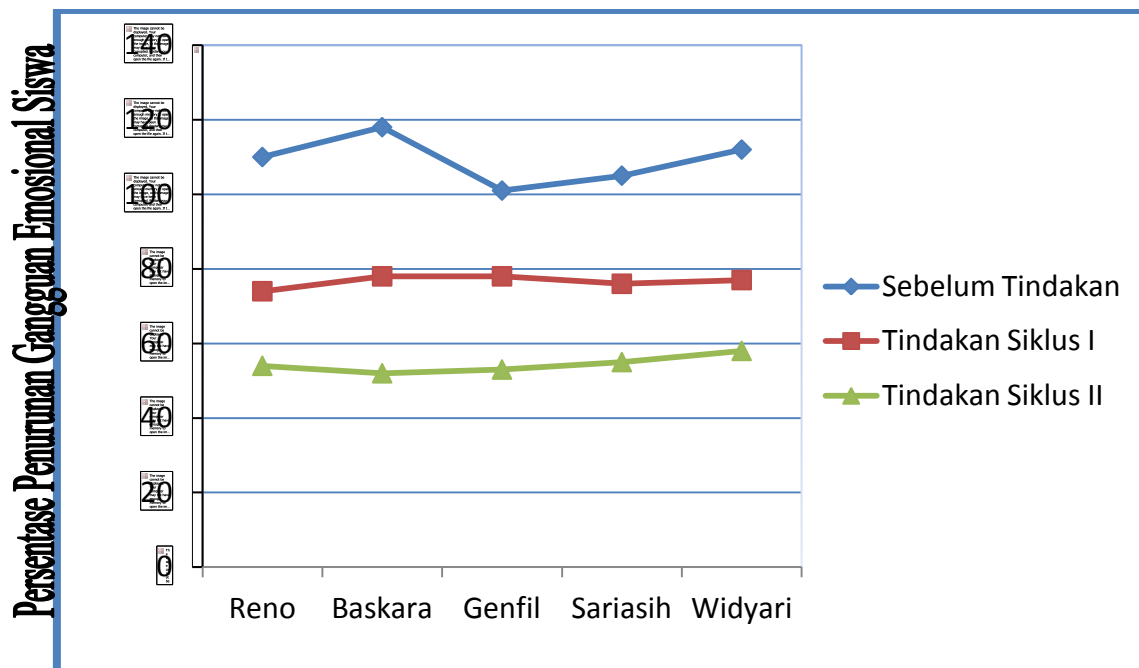
No	Nama Siswa	Persentase awal	Persentase Tingkat Gangguan Emosional		Persentase Penurunan Yang Dicapai		Ket.
			Siklus I	Siklus II	Siklus I	Siklus II	
1	Reno Bagus	88%	59.2%	43.2%	28.2%	16%	Menurun
2	IB Baskara	94.4%	62.4%	41.6%	32%	20.8%	Menurun
3	Genfil	80.8%	62.4%	42.4%	18.4%	20%	Menurun
4	Sariasih	84%	60.8%	44%	23.2%	16.8%	Menurun
5	Widyari	89,6%	61.6%	46.4%	28%	15.2%	Menurun
	Jumlah	436.8	306.4	217.6	129.8	88.8	Menurun
	Rata-rata	87.4%	61.3%	43.5%	26.1%	17.8%	Menurun

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa implementasi konseling model rational emotif melalui tindakan wawancara konseling memiliki pengaruh yang signifikan dalam menanggulangi gangguan emosional siswa X SMK

Pariwisata Dalung tahun pelajaran 2018/2019.

Untuk lebih jelasnya , penurunan gangguan emosional siswa dapat disajikan dalam grafik sebagai berikut :

Grafik 1. Penurunan Gangguan Emosional Siswa



Hasil penelitian menunjukkan bahwa penanganan gangguan emosional siswa kelas X SMK Pariwisata Dalung sebanyak lima orang dijadikan kasus, setelah diberi tindakan berupa pelayanan konseling model rational emotif, maka dapat diuraikan sebagai berikut :

Pada awal tindakan ternyata kelima siswa tersebut mengalami masalah gangguan emosional yang cukup besar, mencapai rata-rata tingkat gangguan hingga mencapai 87.4%. Setelah diberikan tindakan pada siklus I berupa pelayanan konseling model rational emotif terjadi

penurunan rata-rata persentase tingkat gangguan emosional menjadi 26.1%. Sehingga persentase gangguan emosional menjadi 61,3%. Melalui tindakan siklus I ke siklus II menunjukkan adanya penurunan gangguan emosional pada siswa, rata-rata sebesar 26.1% (siklus I) menjadi 17.8% (siklus II). Jadi melalui pelayanan konseling model rational emotif terjadi penurunan gangguan emosional di kalangan siswa.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa layanan konseling model rational emotif dapat menurunkan tingkat

gangguan emosional di kalangan siswa kelas X SMK Pariwisata Dalung tahun pelajaran 2018/2019.

SIMPULAN

Berdasarkan dari analisis hasil pemantauan dan evaluasi setelah dilaksanakan tindakan sebanyak dua kali siklus, yakni siklus I dan siklus II, maka dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa penerapan layanan konseling model rational emotif dapat menanggulangi gangguan emosional siswa kelas X SMK Pariwisata Dalung tahun pelajaran 2018/2019. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya keberhasilan penurunan tingkat gangguan emosional siswa baik setelah siklus I maupun setelah siklus II dilaksanakan.

Rata-rata tingkat gangguan emosional siswa hingga mencapai 84,7%. Setelah diberikan tindakan pada siklus I berupa pelayanan konseling model rational emotif terjadi penurunan rata-rata persentase tingkat gangguan emosional menjadi 26,1%. Melalui tindakan siklus I ke siklus II menunjukkan adanya penurunan gangguan emosional pada siswa, rata-rata sebesar 26,1% pada siklus I dan menjadi 17,8% pada siklus II. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa

layanan konseling model rational emotif dapat menurunkan tingkat gangguan emosional di kalangan siswa kelas X SMK Pariwisata Dalung tahun pelajaran 2018/2019.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi Abu, 2009. *Psikologi Umum*. Jakarta : PT Rineka.
- Albert Ellis, 2007. *Terapi REB Agar Hidup Bebas Derita*. Jakarta : B-firts (mizan group).
- Adhiputra, 2006. *Warna Arah Bimbingan dan Konseling di era global*. Diklat.
- Carr, W & Kemmis, S. 1989. *Being Critical : Education, Knowledge, and Action Research*. London : Cambridge University.
- Danim. Sudarwan. 2000. *Metode Penelitian Untuk Ilmu-Ilmu Perilaku*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Gie., The Liang, 1980. *Kamus Logika*. Yogyakarta : Karya Kencana.
- Hansen., James C, dkk. 1982. *COUNSELING Third Edition Theory and Proses*. Amerika : Allyn and Bacon, inc.
- Kartini, Kartono. 1981. *Psikologi Sosial*. Jakarta : CV Rajawali.
- Komalasari, Gantina, dkk. 2011. *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta : PT Indeks.
- M. Surya. 2003. *Teori-Teori Konseling*. Bandung : Pustaka Bani Quraisy.

-
- Munro, E.A.,R.J.Manthei & J.J.Small. 1983. *Penyuluhan (Counseling)*. Jakarta : Ghalia Indonesia.
- Madya, Suwarsih. 1994. *Panduan Penelitian Tindakan*. Yogyakarta : Lembaga Penelitian IKIP Yogyakarta.
- Netra. 1978. *Statistik Inferensial*. Surabaya : USAHA NASIONAL.
- Nurkencana, Wayan. 1989. *Evaluasi Pendidikan*. Surabaya : Usaha Nasional.
- Nelson., Jones. 1995,p.309, *The Theory and Practice of Counseling Psychology*. Jakarta : Penebar Aksara.
- Prayitno, 2000. *Pelayanan Bimbingan dan Konseling di SMP*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Prayitno & Erman Amti, 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta : PT Rineka
- Rindjin., Ketut, 1980. *Petunjuk Menyusun Kerangka Ilmiah*. Singaraja : Lembaga Penerbitan Fakultas Keguruan, Unud.
- Riyanto, Yatim. 2011. *Metodelogi Penelitian Pendidikan*. Surabaya : SIC
- Suharsimi Arikunto, 1997. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta : PT Bumi Aksara
- Suharsimi Arikunto, 2008. *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta : Bumi Aksara .
- Sudjana, Nana. & Ibrahim. 2001. *Penelitian dan Penilaian Pendidikan*. Bandung : Sinar Baru Algensido.
- Sardiman A.M, 2007. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta : PT Raja Grafindo .
- Surya., Moh. 1985. *Kesehatan Mental*. Bandung : Publikasi Jurusan PPB, FIP IKIP Bandung.
- Wardhani, I G A K dkk. 2007 . *Penelitian Tindakan Kelas*. Universitas Terbuka : Jakarta.
- Winkel, W.S. 1991. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta : PT Gramedia