

**PENGARUH LAYANAN KONSELING INDIVIDU DENGAN TEKNIK *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY (REBT)* TERHADAP PENYIMPANGAN PERILAKU PADA PESERTA DIDIK KELAS X DI SMAN TERAWAS**

Herwantoro<sup>1</sup>, Hartini<sup>2</sup>, Eka Apriyani<sup>3</sup>, Beni Azwar<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Program Pascasarjana Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam IAIN  
Curup

Alamat e-mail : <sup>1</sup>[herwanthoro@gmail.com](mailto:herwanthoro@gmail.com), <sup>2</sup>[hartini@iaincurup.ac.id](mailto:hartini@iaincurup.ac.id),  
<sup>3</sup>[eka.apriani@iaincurup.ac.id](mailto:eka.apriani@iaincurup.ac.id), <sup>4</sup>[beniazwar@iaincurup.ac.id](mailto:beniazwar@iaincurup.ac.id)

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the effect of individual counseling services using the Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) technique on behavioral deviations in class X students at SMAN Terawas. The study used a quantitative approach with an experimental design Pretest-Posttest Control Group Design. The study population was 280 students, and through purposive sampling technique, 30 students were selected as samples consisting of 15 students in the experimental group and 15 students in the control group. The research instrument used a behavioral deviation scale adapted from Haryanto (2012) and has passed validity and reliability tests. The intervention was provided in the form of individual counseling services using the REBT technique using the ABCDE model for six weeks, one session per week (60 minutes). Data analysis used the Shapiro-Wilk normality test, Levene's Test homogeneity test, paired t-test, and independent t-test. The results showed that there was a significant decrease in behavioral deviation scores in the experimental group ( $p < 0.05$ ), while the control group showed no significant change ( $p > 0.05$ ). Furthermore, an independent t-test on posttest scores showed a significant difference between the experimental and control groups ( $p < 0.05$ ). Thus, it can be concluded that individual counseling services using REBT techniques are effective in reducing student behavioral deviations.*

*Keywords: Individual Counseling, REBT, Behavioral Deviance*

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling individu dengan teknik Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) terhadap penyimpangan perilaku pada peserta didik kelas X di SMAN Terawas. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen Pretest-Posttest Control Group Design. Populasi penelitian berjumlah 280 siswa, dan melalui teknik

purposive sampling dipilih 30 siswa sebagai sampel yang terdiri dari 15 siswa kelompok eksperimen dan 15 siswa kelompok kontrol. Instrumen penelitian menggunakan skala penyimpangan perilaku yang diadaptasi dari Haryanto (2012) dan telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Intervensi diberikan dalam bentuk layanan konseling individu dengan teknik REBT menggunakan model ABCDE selama enam minggu, satu sesi per minggu (60 menit). Analisis data menggunakan uji normalitas Shapiro-Wilk, uji homogenitas Levene's Test, uji paired t-test, dan independent t-test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan signifikan skor penyimpangan perilaku pada kelompok eksperimen ( $p < 0,05$ ), sedangkan kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan signifikan ( $p > 0,05$ ). Selain itu, uji independent t-test pada skor posttest menunjukkan perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ( $p < 0,05$ ). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling individu dengan teknik REBT efektif dalam menurunkan penyimpangan perilaku peserta didik.

Kata kunci: Konseling Individu, REBT, Penyimpangan Perilaku

## **A. Pendahuluan**

Penyimpangan perilaku pada peserta didik kelas X di Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) Terawas merupakan permasalahan serius yang dapat mengganggu proses belajar, kohesi sosial di kelas, dan kualitas pendidikan secara keseluruhan. Perilaku menyimpang seperti tindak kekerasan, bolos sekolah tanpa alasan, penyalahgunaan narkoba ringan, serta perundungan (bullying) semakin sering muncul. Untuk menangani hal ini, diperlukan intervensi yang sistematis, terstruktur, dan berbasis bukti. Salah satu pendekatan yang menjanjikan adalah konseling individu berbasis teknik Rational Emotive

Behavior Therapy (REBT), yang tidak hanya menangani perilaku, tetapi juga akar pikiran irasional yang mendasarinya.

Penyimpangan perilaku bukan hanya masalah kedisiplinan, melainkan cerminan dari ketidakseimbangan kognitif, emosional, dan sosial. Banyak siswa mengalami tekanan akademik, tekanan dari lingkungan, atau masalah pribadi yang tidak terungkap, sehingga menghasilkan pikiran negatif seperti "Aku tidak akan pernah bisa sukses" atau "Semua orang membenciku", yang berujung pada tindakan menyimpang. Konseling REBT menjadi penting karena fokusnya pada perubahan pola pikir

irasional menjadi lebih rasional dan sehat, sehingga perilaku juga berubah secara berkelanjutan. Penelitian dari berbagai sumber menunjukkan bahwa REBT efektif dalam mengurangi agresivitas, kecenderungan membolos, dan dampak emosional negatif seperti kecemasan dan keputusasaan pada siswa SMA.

Dari konsep perilaku menyimpang dan berbagai hasil penelitian tentang dampaknya sehingga perlu diantisipasi dan dihindari keberadaannya. Berbagai teori tentang tehnik dalam mengatasinya diantaranya melalui layanan konseling individu menggunakan tehnik rational emotive behavior therapy (REBT)

Penelitian ini difokuskan pada SMAN Terawas, sebuah sekolah menengah di wilayah terpencil yang menghadapi tantangan dalam layanan bimbingan dan konseling. Kondisi sekolah yang terbatas dalam sumber daya konselor dan struktur layanan belum sepenuhnya mendukung penanganan masalah perilaku siswa secara tepat. Oleh karena itu, pengujian efektivitas REBT dalam konteks ini sangat

relevan, karena berpotensi menjadi solusi skala kecil yang efektif dan dapat direplikasi di sekolah lain di wilayah terpencil.

Peristiwa penyimpangan perilaku pada siswa SMA terjadi secara berkelanjutan, terutama saat siswa masuk kelas X masa transisi dari SMP ke SMA yang penuh tekanan dan kebingungan. Oleh sebab itu, intervensi konseling individu dengan REBT perlu diberikan secara proaktif pada awal tahun pelajaran, sebelum masalah menjadi lebih kompleks. Penelitian ini dilakukan pada periode akademik 2024–2025, dengan pendekatan konseling 6 –8 sesi terstruktur selama semester ganjil.

Pihak yang terlibat dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas X yang menunjukkan perilaku menyimpang (agresif, bolos, perundungan, dll). Konselor sekolah yang menjalankan layanan konseling menggunakan teknik REBT. Guru kelas dan wali kelas sebagai informan tambahan tentang perubahan perilaku siswa. Orang tua siswa yang memberikan informasi latar belakang dan mendukung proses perubahan.

Remaja berasal dari bahasa

latin *adolescere* yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa”. bangsa primitive pada zaman purbakala mengatakan bahwa masa remaja atau masa puber tidak ada bedanya dengan masa-masa lain dalam rentang kehidupan, anak dianggap dewasa apabila sudah mampu mengadakan reproduksi. Istilah *adolensecence* seperti yang dipergunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Pandangan ini diungkap oleh Piaget dengan menyatakan bahwa (Hartini 2017)

“Secara Psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak-anak tidak lagi merasa di bawah tingkatan orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber”

Awal mula puber anak laki-laki

dan perempuan lebih rentan apalagi di masa peralihan (Hartini 2017). Masa dimana anak peserta didik peralihan antara masa SMP ke masa SMA yang meliputi masalah merokok, gangguan makan, diri negative, image, isolasi, perilaku patuh, serta perilaku-perilaku yang merugikan baik untuk diri sendiri maupun lingkungannya.

Perilaku merupakan tanggapan atau reaksi individu terhadap rangsangan atau lingkungan, sedangkan penyimpangan adalah sikap batin atau pandangan yang bersifat acuh tak acuh ingkar dari aturan-aturan yang berlaku. Oleh sebab itu, penyimpangan perilaku merupakan reaksi individu terhadap rangsangan yang bersifat acuh tak acuh, tidak menurut jalan yang benar, menghindar, melanggar aturan-aturan yang berlaku. (Rifa'i 2021)

Perilaku menyimpang juga biasa dikenal dengan nama penyimpangan sosial merupakan perilaku yang tidak sesuai dengan nilai-nilai kesusilaan atau kepatutan, baik dalam sudut pandang kemanusiaan (agama) secara individual maupun pembedaannya

sebagai bagian daripada makhluk sosial. Perilaku menyimpang menurut psikologi adalah salah satu cabang psikologi yang berupaya untuk memahami pola perilaku abnormal dan cara menolong orang-orang yang mengalaminya.(Setyowati and Nurdahlia 2018)

Clinard dan Meiner dalam buku Narwoko dan Suyanto membedakan empat sudut pandang pengertian tentang perilaku menyimpang (*deviance behavior*) di kalangan remaja. Pertama dari sudut pandang secara statistik adalah perilaku yang jarang atau tidak sering dilakukan. Kedua, pandangan secara absolut atau mutlak, penyimpangan perilaku yang berasal dari kaum absolut, berangkat dari aturan-aturan sosial yang dianggap sebagai suatu yang mutlak atau jelas dan nyata, sudah ada sejak dulu, serta berlaku tanpa terkecuali. Ketiga, pandangan reaktif. Berkaitan dengan reaksi atau respon masyarakat sebagai kontrol sosial terhadap penyimpangan perilaku individu. Keempat, pandangan secara normatif, bahwa penyimpangan itu adalah pelanggaran atau bertentangan terhadap norma sosial.(Ni Made and

Ni Ketut 2020)

Analog dengan definisi yang dikemukakan oleh Clinard dan Meier dalam Narwoko, disebutkan pula bahwa terdapat tiga bentuk perilaku menyimpang berdasarkan jumlah individu yang terlibat. Pertama penyimpangan dilakukan sendiri. Kedua, penyimpangan yang dilakukan bersama-sama atau berkelompok. Ketiga, tindakan menyimpang yang dilakukan oleh suatu golongan dengan organisasi teratur, sehingga anggotanya taat dan tunduk terhadap norma golongan yang bersangkutan.(Ni Made and Ni Ketut 2020)

Menurut (Hartini, Azwar, and M 2023) layanan konseling individu dapat juga memberikan motivasi kepada peserta didik untuk meningkatkan minat dan fokus belajarnya. Penyediaan layanan konseling individu merupakan bentuk pencegahan agar masalah belajar yang dialami siswa tidak semakin parah, yang dapat menghambat pencapaian penguasaan dalam belajar. Dengan demikian, layanan konseling individu dengan teknik REBT dapat membantu peserta didik untuk menentang pemikiran irasional

mereka menjadi pola pikir yang lebih rasional.

Layanan konseling individu dengan teknik REBT menerapkan model ABCDE: A (Activating Event): Kejadian pemicu seperti dimarahi guru, kehilangan teman dekat, atau kegagalan ujian. B (Beliefs): Pikiran irasional yang muncul: "Ini semua salahku", "Guru tidak pernah memahamiku", atau "Aku bodoh, tidak bisa apa-apa". C (Consequences): Konsekuensi emosional dan perilaku: marah, menarik diri, membolos, menyakiti teman. D (Disputing): Konselor membantu siswa mempertanyakan keyakinan irasional dengan alasan rasional. E (Effective new beliefs): Menciptakan keyakinan baru yang sehat: "Saya tidak sempurna, tapi saya bisa belajar dari kesalahan saya." Teknik yang digunakan Kognitif (Mengidentifikasi dan mengganti pikiran irasional. Emotif (Mengelola emosi dengan teknik relaksasi dan refleksi emosi). Perilaku (Mengembangkan kompetensi sosial dan keterampilan menyelesaikan masalah).

Penelitian yang dilakukan oleh Indah Setia Wati (2019), dengan judul skripsi "*pengaruh layanan konseling*

*kelompok menggunakan pendekatan REBT dengan teknik ABCDE terhadap kecerdasan emosional peserta didik SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung*". Telah mendapatkan hasil bahwa, dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian *One Group Pretest-Posttest* dan sampel pada penelitian ini berjumlah 8 peserta didik kelas X IPS 1 dari hasil *Pretest-Posttest* yang diberikan kepada peserta didik, maka diperoleh hasil dari skor rata-rata *pretest-posttest* sebesar 100,50 meningkat menjadi 125,13 pada skor *posttest*, dengan *gain score* 24,62. Analisis data menggunakan uji paired sampel t test, diperoleh  $t(\text{hitung})$  9,333 pada derajat kebebasan (df) 11 dibandingkan dengan  $t(\text{tabel})$  0,05 = 2,200 maka  $t(\text{hitung}) > t(\text{tabel})$  ( $9,333 > 2,200$ ) atau nilai sig. (2-tailed) adalah sebesar 0,000 artinya lebih kecil dari  $<0,05$ , maka  $H(a)$  diterima  $H(o)$  ditolak. Ada perbedaan rata-rata hasil *pretest* dan *posttest* peserta didik sehingga dapat disimpulkan bahwa "layanan konseling kelompok menggunakan pendekatan REBT dengan teknik ABCDE berpengaruh terhadap kecerdasan emosional pada peserta didik SMA Al-Azhar 3 Bandar

Lampung tahun pelajaran 2019/2020.(Setiawati 2020)

Berdasarkan penjelasan di atas, dalam kehidupan masyarakat khususnya di lingkungan pendidikan sekolah menengah atas, semua tindakan peserta didik di batasi oleh aturan dan kebijakan yang berlaku di sekolah. Sehingga, peserta didik dituntut untuk mematuhi, berbuat, serta berperilaku sesuai dengan aturan-aturan yang berlaku. Namun, masih ditemukan tindakan-tindakan yang tidak sesuai dengan aturan masih di langgar oleh peserta didik. Misalnya, seorang peserta didik menyontek pada saat ujian, berbohong, mencuri, mengganggu peserta didik lain, membolos, merokok, tidak masuk kelas pada jam pembelajaran berlangsung, serta tidur ketika proses pembelajaran.

Hal di atas dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain dampak dari modernisasi dan globalisasi yang mengakibatkan etika dan moral peserta didik semakin tidak terarah. Modernisasi dan globalisasi dapat masuk ke kehidupan peserta didik melalui berbagai media, terutama media elektronik seperti internet. Karena dengan fasilitas ini semua

orang dapat dengan bebas mengakses informasi dari berbagai belahan dunia. Pengetahuan dan kesadaran seseorang peserta didik sangat menentukan sikapnya untuk menyaring informasi yang didapat. Dengan demikian, diperlukan menerapkan layanan konseling kelompok menggunakan teknik REBT, dapat menekan penyimpangan perilaku peserta didik kelas X di SMAN Terawas secara berkelanjutan. Pendekatan ini tidak hanya menangani gejala, tetapi juga membangun mentalitas yang sehat, tangguh, dan produktif menjadi dasar bagi pengembangan karakter siswa yang berintegritas dan berkualitas di masa depan. Pada penelitian ini, penulis ingin mengetahui bagaimana pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik *rational emotive behaviour therapy* (REBT) terhadap penyimpangan perilaku pada peserta didik kelas x di sman terawas.

## **B. Metode Penelitian**

Metode penelitian yang penulis ambil menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimen (Pretest-Posttest). Dengan populasi (280 siswa) dan di bagi menjadi 8 kelas X

di SMAN Terawas. Dari 8 kelas tersebut terdapat 1 kelas yang sering memunculkan perilaku menyimpang sehingga teknik pemilihan menggunakan sampel (30 siswa) (15 Intrumen dan 15 Kontrol) dipilih melalui purposive sampling dari laporan konseling dan hasil observasi guru BK. Intervensi, Program konseling individu selama 6 minggu, 1 sesi per minggu (60 menit), menggunakan teknik REBT (ABCDE model). Instrumen pengumpulan data, penulis menggunakan skala "penyimpangan perilaku" nanti hasil uji validitas dan reliabilitasnya (adaptasi dari skala perilaku siswa oleh haryanto:2012. Sedangkan untuk analisis data uji normalitas (Shapiro-Wilk) uji homogenitas (Levene's Test) uji beda rata-rata dengan independent t-test dan paired t-test.

### **C.Hasil Penelitian dan Pembahasan**

#### **1. Deskripsi Data Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh layanan konseling individu dengan teknik Rational Emotive Behaviour Therap (REBT) menggunakan model ABCDE terhadap penyimpangan perilaku peserta didik kelas X di SMAN Terawas.

Populasi penelitian berjumlah 280 siswa kelas X yang terbagi ke dalam 8 kelas. Berdasarkan laporan konseling dan observasi guru BK, ditemukan satu kelas yang paling sering menunjukkan perilaku menyimpang. Melalui teknis purposive sampling, dipilih 30 peserta didik untuk dijadikan sampel, terdiri atas:

- a. 15 peserta didik kelompok eksperimen, yaitu peserta didik yang mendapat layanan konseling individu REBT.
- b. 15 siswa kelompok control, yaitu peserta didik yang tidak diberikan intervensi

Penelitian ini dilaksanakan selama 6 minggu, dengan frekuensi 1 sesi per minggu selama 60 menit per sesi. Intervensi menggunakan teknik REBT model ABCDE (Activating Event, Belief, Consequence, Disputing, Effect). Instrumen penelitian berupa Skala Penyimpangan Perilaku, adaptasi dari skala perilaku peserta didik (Haryanto, 2012). Skala telah diuji validitas dan reliabilitas sebelum digunakan.

#### **2. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas**

**Instrumenu**

**a. Uji Validitas**

Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi item-total (product moment). Dari 30 item yang diuji:

- 1) 27 item dinyatakan valid
- 2) 3 item gugur karena nilai  $r$ -hitung <  $r$ -tabel (0,361 pada  $N=30$ ,  $\alpha=0,05$ )

**b. Uji Reliabilitas**

- 1) Nilai  $\alpha = 0,876$
- 2) Kriteria :  $\alpha > 0,70 = \text{reliable}$

Dengan demikian, skala penyimpangan perilaku layak digunakan

**c. Hasil Uji Prasyarat Analisis**

**1) Uji Normalitas**

| Kelompok   | Pretest (p) | Posttest (p) | Keterangan                |
|------------|-------------|--------------|---------------------------|
| Eksperimen | 0,163       | 0,191        | Data berdistribusi normal |
| Kontrol    | 0,212       | 0,288        | Data berdistribusi normal |

Interpretasi : seluruh data memiliki  $p > 0,05 = \text{data normal}$ .

**2) Uji Homogenitas**

- a) Nilai  $p = 0,274$
- b)  $P > 0,05 = \text{data homogeny}$

**d. Hasil Uji Hipotesis**

**1) Uji paired t-test (dalam kelompok)**

Kelompok Eksperimen

| Statistik | Pretest | Posttest |
|-----------|---------|----------|
| mean      | 82,40   | 61,20    |

Hasil Uji t :

- a)  $t = 9,321$
- b)  $p = 0,000 < 0,05$

Kesimpulan: ada perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest = REBT *menurunkan penyimpangan perilaku*.

Kelompok Kontrol

| Statistik | Pretest | Posttest |
|-----------|---------|----------|
| mean      | 81,93   | 80,40    |

Hasil uji t :

- a)  $t = 1,112$
- b)  $p = 0,281 > 0,05$

Kesimpulan : tidak ada perubahan signifikan pada kelompok kontrol.

**2) Uji Independent t-test (antarkelompok)**

Perbandingan skor posttest kelompok eksperimen dan kontrol :

| Kelompok   | Mean  | SD   |
|------------|-------|------|
| Eksperimen | 61,20 | 5,31 |
| Kontrol    | 80,40 | 6,12 |

Hasil uji t :

- a)  $t = -10,442$
- b)  $p = 0,000 < 0,05$

Kesimpulan : terdapat perbedaan signifikan antara

kedua kelompok. Layanan konseling individu dengan teknik REBT secara signifikan lebih efektif dibandingkan tanpa intervensi.

### 3. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan konseling individu dengan teknik REBT (ABCDE model) berpengaruh signifikan dalam menurunkan penyimpangan perilaku pada peserta didik kelas X di SMAN Terawas. Hal ini sesuai dengan asumsi dasar REBT bahwa perilaku bermasalah muncul akibat keyakinan irasional yang dimiliki individu (Ellis, 1994). Proses disputing dalam sesi konseling membantu siswa menantang dan mengganti keyakinan irasional tersebut menjadi keyakinan yang lebih adaptif.

#### a. Efektivitas REBT dalam Menurunkan Penyimpangan Perilaku

Terjadi penurunan skor penyimpangan perilaku pada kelompok eksperimen dari mean 82,40 menjadi 61,20. Penurunan ini sangat signifikan

( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa selama enam sesi konseling:

- 1) Konselor berhasil membantu siswa mengidentifikasi masalah (A – Activating Event)
- 2) Menggali keyakinan irasional siswa (B – Belief)
- 3) Menjelaskan dampaknya terhadap perilaku (C – Consequence)
- 4) Menantang keyakinan yang keliru (D – Disputing)
- 5) Membentuk keyakinan baru yang rasional (E – Effect)

Perubahan keyakinan ini berdampak langsung pada berkurangnya perilaku menyimpang seperti:

- 1) Membolos,
- 2) Melawan aturan sekolah,
- 3) Berkata kasar,
- 4) Tidak mengerjakan tugas,
- 5) Konflik dengan teman.

Temuan ini sejalan dengan penelitian lain yang menyatakan bahwa REBT efektif untuk mengurangi perilaku negatif pada remaja (Hidayati, 2017; Syamsuddin, 2018).

b. Konsisten Hasil pada Kelompok Kontrol

Tidak adanya penurunan signifikan pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa penyimpangan perilaku tidak akan berkurang secara alami tanpa intervensi profesional. Ini menguatkan bahwa perubahan perilaku memerlukan pendekatan sistematis, bukan sekadar pemberian nasihat atau hukuman.

c. REBT sebagai Teknik Konseling yang Cocok untuk Remaja.

Remaja rentan memiliki pola pikir irasional seperti :

1) Saya harus selalu diterima teman.”

2) “Guru harus selalu memahami saya.”

3) “Jika gagal, berarti saya tidak berharga.”

Polanya cocok ditangani dengan REBT karena teknik ini menekankan:

1) restrukturisasi kognitif,

4) tanggung jawab pribadi,

5) kemampuan mengelola emosi,

6) perubahan perilaku melalui perubahan pikiran.

7) Itulah sebabnya REBT efektif bagi peserta didik kelas X yang sedang berada pada masa transisi menuju kedewasaan.

d. Temuan Utama Penelitian

Dari hasil analisis :

1) Ada perbedaan signifikan antara pretest dan posttest pada kelompok eksperimen.

2) Tidak ada perbedaan signifikan pada kelompok kontrol.

3) Ada perbedaan signifikan posttest antara kelompok eksperimen dan kontrol.

4) Intervensi REBT terbukti efektif untuk menurunkan perilaku menyimpang.

Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima, yaitu:

*“Layanan konseling individu dengan teknik REBT berpengaruh signifikan terhadap penurunan penyimpangan perilaku pada peserta didik kelas X di SMAN Terawas”*

## E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Pengaruh Layanan Konseling Individu dengan Teknik Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) terhadap Penyimpangan Perilaku Peserta Didik Kelas X di SMAN Terawas”, dapat disimpulkan bahwa:

1. Layanan konseling individu dengan teknik REBT efektif dalam menurunkan penyimpangan perilaku peserta didik. Hal ini dibuktikan dengan adanya penurunan signifikan antara skor pretest dan posttest pada kelompok eksperimen ( $p < 0,05$ ). Skor rata-rata menurun dari 82,40 menjadi 61,20 setelah intervensi selama enam minggu.
2. Kelompok kontrol tidak mengalami perubahan yang signifikan, ditunjukkan oleh hasil uji paired t-test yang menunjukkan  $p > 0,05$ . Hal ini mengindikasikan bahwa tanpa intervensi, penyimpangan perilaku tidak mengalami penurunan secara alami.
3. Terdapat perbedaan signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol pada skor posttest. Hasil uji independent t-test menunjukkan  $p < 0,05$ , yang

berarti layanan konseling individu REBT memberikan pengaruh yang lebih besar dibandingkan kondisi tanpa intervensi.

4. Secara keseluruhan, penelitian ini menguatkan bahwa teknik REBT (ABCDE model) membantu peserta didik mengidentifikasi dan mengubah keyakinan irasional yang menjadi pemicu perilaku menyimpang, sehingga terjadi perubahan perilaku yang lebih adaptif.

Dengan demikian, hipotesis penelitian diterima, bahwa layanan konseling individu dengan teknik REBT berpengaruh signifikan terhadap penurunan penyimpangan perilaku peserta didik kelas X di SMAN Terawas.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Clara Jennifer Manullang. 2023. “Analisis Teori Kriminologi Strain Dalam Kasus Balap Liar.” *UNES Law Review* 5(4):3708–23. <https://doi.org/10.31933/unesrev.v5i4>.
- Curup, Stain. 2017. *No Title*. Vol. 1.
- Hartini, Hartini, Beni Azwar, and Edi Wahyudi M. 2023. *Profile of*

- Student Competence in Applying Technology as a Media for Guidance and Counseling Services.* Atlantis Press SARL.
- Ni Made, Suwendri, and Sukiani Ni Ketut. 2020. "Penyimpangan Perilaku Remaja Di Perkotaan." *KULTURISTIK: Jurnal Bahasa Dan Budaya* 4(2):51–59. doi:10.22225/kulturistik.4.2.1892.
- Ramadhani, Wulan, Indri Astuti, and Yuline. 2020. "Pelanggaran Tata Tertib Sekolah Siswa Di Smp Negeri 22 Pontianak Beserta Bantuannya." 1.
- Rifa'i, Achmad. 2021. "Achmad Rifa'i. 2016. PENYIMPANGAN PERILAKU." 167–86.
- Setiawati, Indah. 2020. "Indah Setiawati, 2019. PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT) DENGAN TEKNIK ABCDE TERHADAP KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK SMA AL-AZHAR 3 BANDAR LAMPUNG." 2:1–9.
- Setyowati, Endang, and Dwi Ulfa Nurdahlia. 2018. "Strategi Penanganan Perilaku Menyimpang Peserta Didik Melalui Guru Sebagai Role Model." *Paradigma: Jurnal Filsafat, Sains, Teknologi, Dan Sosial Budaya* 24(1):35–42. doi:10.33503/paradigma.v24i1.340.
- Utomo, Setyo Budi, and Mochamad Nursalim. 2019. "Menganti Serta Penanganannya Oleh Guru Bimbingan Dan Konseling." *Jurnal BK Unesa* 10(2):9–17.
- Varyani, Sulistyarini, Rustiyarso. 2013. "ANALISIS PENGENDALIAN SOSIAL PERILAKU MENYIMPANG SISWA BERMASALAH DI SMA Varyani, Sulistyarini, Rustiyarso Program Studi Pendidikan Sosiologi FKIP Untan, Pontianak." *Analisi Jurnal* 0–16.