

**PENERAPAN KONSELING INDIVIDU PENDEKATAN *RATIONAL
EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN *SELF
CONTROL* KLIEN DEWASA DI BALAI PEMASYARAKATAN KELAS II
KLATEN**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam

Jurusan Dakwah dan Komunikasi

Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial



OLEH:

AMANDA FILDZA SHABRINA

NIM. 191.221.164

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

JURUSAN DAKWAH DAN KOMUNIKASI

FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA

2023

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang beretanda tangan dibawah ini:

Nama : Amanda Fildza Shabrina
NIM : 191221164
Tempat, Tanggal Lahir : Sukoharjo, 29 Maret 2001
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Jurusan : Dakwah dan Komunikasi
Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah
Alamat : Kauman Baru, Tonggalan, Klaten
Judul Skripsi : Penerapan Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* untuk Meningkatkan *Self Control* Klien Dewasa di Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten

Menyatakan dengan sesungguhnya dan penuh kesadaran bahwa skripsi ini benar adalah hasil karya sendiri, jika dikemudian hari terbukti bahwa ia merupakan duplikat, tiruan, plagiat, atau hasil penelitian orang lain, sebagian atau seluruhnya, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya dapat dinyatakan batal demi hukum.

Demikian pernyataan ini saya buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Surakarta, Mei 2023

Penulis,



Amanda Fildza Shabrina

191.221.164

NOTA PEMBIMBING

AGIT PURWOHARTANTO, M.Pd.

DOSEN BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA

NOTA PEMBIMBING

Hal: Skripsi Sdr. Amanda Fildza Shabrina

Kepada Yth,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta

Assalamu 'alaikum Wr Wb.

Setelah membaca, meneliti, mengoreksi, dan mengadakan perbaikan seperlunya terhadap skripsi saudara:

Nama : Amanda Fildza Shabrina
NIM : 191221164
Judul : Penerapan Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* untuk Meningkatkan *Self Control* Klien Dewasa di Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten

Dengan ini kami menilai skripsi tersebut dapat disetujui untuk diajukan pada sidang munaqosah Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

Wassalamu 'alaikum Wr Wb.

Surakarta, 03 Mei 2023

Pembimbing



Agit Purwo Hartanto, M.Pd.

NIP. 19920112 202112 2 004

HALAMAN PENGESAHAN
PENERAPAN KONSELING INDIVIDU PENDEKATAN *RATIONAL*
EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN *SELF
***CONTROL* KLIEN DEWASA DI BALAI PEMASYARAKATAN KELAS II**
KLATEN

Disusun Oleh:

Amanda Fildza Shabrina

NIM. 191.221.164

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta
Pada Hari Senin Tanggal 15 Mei 2023
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Guna memperoleh Gelar S.Sos

Surakarta, 29 Mei 2023

Penguji Utama

Dr. H. Lukman Harahap, M. Pd.

NIP. 19730902 199903 1 003

Penguji II/Ketua Sidang

Penguji I/ Sekretaris Sidang

Agit Purwo Hartanto, M.Pd.

NIP. 19920112 202112 2 004

Athia Tamyizatun Nisa, S.Pd., M.Pd.

NIP. 19920808 201903 2 027

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta



Prof. Dr. Islah, M.Ag.
NIP. 19730522 200312 1 001

HALAMAN PERSEMBAHAN

Atas berkah dan rahmat Allah SWT, dengan penuh rasa syukur, dan perjuangan sepenuh hati, saya persembahkan skripsi ini untuk orang-orang tercinta dan terkasih. Saya persembahkan bagi mereka yang selalu setia berada disisi saya, terkhusus kepada:

1. Kedua orang tua yang saya cintai, Almarhum Bapak Muh. Joko Pramono dan Ibu Tatik Sundari yang telah mendidik dan memberikan motivasi tiada batas, sehingga saya mampu menjadi perempuan yang mandiri dan penuh percaya diri.
2. Kedua saudaraku, Hafizhan Pramanda Putra dan Ahadina Hanifati Amimah, yang telah memberikan dukungan serta semangat dengan sepenuh hati.

MOTTO

“Salah satu pengkerdilan terkejam dalam hidup adalah membiarkan pikiran yang cemerlang menjadi budak bagi tubuh yang malas, yang mendahulukan istirahat sebelum lelah”

-Buya Hamka –

“calm down, breath, sometimes you gotta get through your fear to see the beauty on the other side”

-The Good Dinosaur-

“Everyone you meet is fighting a battle you know nothing about. be kind. Always”

-13-

ABSTRAK

Amanda Fildza Shabrina, NIM 191.221.1.64. Penerapan Konseling Individu Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy Untuk Meningkatkan *Self Control* Klien Dewasa di Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten. Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam. Fakultas Ushuluddin dan Dakwah. Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, 2023.

Penelitian ini memiliki latar belakang adanya klien dewasa yang memiliki *self control* rendah. Permasalahan terkait *self control* ini dapat meningkatkan resiko klien di Balai Pemasarakatan berstatus residivis. Dengan adanya kondisi tersebut maka dibutuhkan intervensi agar klien tersebut memiliki kontrol diri yang baik, sehingga permasalahan dapat terselesaikan. Untuk mengatasi permasalahan tersebut penelitian ini menerapkan konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* dikarenakan pendekatan tersebut telah sesuai dengan aspek yang terkandung dalam *self control*. Tujuan dari adanya penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah konseling individu dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* dapat meningkatkan *self control* klien dewasa. Sehingga dengan adanya intervensi tersebut dapat menanggulangi tindakan residivis pada klien dewasa di Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten. Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah kuantitatif dengan metode penelitian eksperimental yang menerapkan desain *quasi experimental*. Penelitian ini menggunakan 12 subjek yang terbagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan masing-masing kelompok terdiri dari 6 subjek. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner *self control*. Uji validitas terdiri dari 30 pernyataan dan didapatkan 28 item pernyataan yang valid dengan skor terkecil adalah 0,088 dan skor tertingginya adalah 0,654. Sedangkan uji reliabilitas dari 28 soal yang valid adalah .853 yang berarti dapat disimpulkan bahwa butir item *self control* adalah reliabel.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada uji prasyarat yang digunakan yaitu uji homogenitas dan normalitas menunjukkan bahwa data yang di dapat adalah homogen dan berdistribusi normal. Hal ini dibuktikan dalam uji homogenitas didapatkan angka signifikansi sebesar $0,060 > 0,05$. Sedangkan dalam uji normalitas didapatkan angka signifikansi 0,200 dan 0,136 $> 0,05$. Setelah pada pengujian prasyarat dilakukan uji hipotesis dengan hasil pada kelompok eksperimen di dapatkan angka Sig. (2-tailed) sebesar 0.006 sedangkan pada kelompok kontrol di dapatkan angka sebesar 0.363. Dari hasil pengujian tersebut dapat disimpulkan bahwa pada kelompok eksperimen terdapat perubahan rata-rata hasil skor yang di dapat karena $0.006 < 0.05$ sehingga H_0 diterima dan menunjukkan bahwa konseling individu pendekatan *rational emotive behaviour therapy* dapat meningkatkan *self control* klien dewasa.

Kata Kunci: Konseling Individu, *Rational Emotive Behaviour Therapy*, Klien Dewasa, *Self Control*.

ABSTRACT

Amanda Fildza Shabrina, NIM 191.221.1.64. Application of Individual Counseling Rational Emotive Behavior Therapy Approach to Improve Self Control of Adult Clients at Class II Klaten Correctional Center. Thesis. Islamic Guidance and Counseling Study Program. Faculty of Ushuluddin and Da'wah. Raden Mas Said State Islamic University Surakarta, 2023.

This study has a background of adult clients who have low self-control. Problems related to self-control can increase the risk of clients in correctional centers having recidivist status. With these conditions, intervention is needed so that the client has good self-control, so that the problem can be resolved. To overcome these problems, this study applies individual counseling with a Rational Emotive Behavior Therapy approach because the approach is in accordance with the aspects contained in self-control. The purpose of this study is to find out whether individual counseling using the Rational Emotive Behavior Therapy approach can improve the self-control of adult clients. So that the intervention can overcome recidivist actions in adult clients at the Class II Klaten Correctional Center. The type of research used by researchers is quantitative with experimental research methods that apply quasi-experimental designs. This study used 12 subjects divided into two groups, namely the experimental group and the control group with each group consisting of 6 subjects. The data collection instrument used was a self-control questionnaire. The validity test consists of 30 statements and 28 valid statement items are obtained with the smallest score being 0.088 and the highest score being 0.654. While the reliability test of the 28 valid questions is .853 which means it can be concluded that the item of self-control items is reliable.

The results of this study show that the prerequisite tests used, namely homogeneity and normality tests, show that the data obtained are homogeneous and normally distributed. This is evidenced in the homogeneity test obtained a signification number of $0.060 > 0.05$. Meanwhile, in the normality test, signification numbers were obtained at 0.200 and $0.136 > 0.05$. After testing the prerequisites, a hypothesis test was carried out with the results in the experimental group obtained a Sig. (2-tailed) number of 0.006 while in the control group a figure of 0.363 was obtained. From the test results, it can be concluded that in the experimental group there was a change in the average score results obtained due to $0.006 < 0.05$ so that H_a was accepted and showed that individual counseling rational emotive behavior therapy approach can improve adult client self-control.

Keywords: Individual Counseling, Rational Emotive Behaviour Therapy, Adult Client, Self Control.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah rabbil'alamin puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul “Penerapan Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* untuk Meningkatkan *Self Control* Klien Dewasa di Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Sosial pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, UIN Raden Mas Said Surakarta. Selama proses pengerjaan skripsi sampai dengan selesai ini saya banyak menerima bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu dalam kesempatan ini saya menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberika ridho, memberi kemudahan, dan kekuatan pada proses ini.
2. Bapak Dr. H. Mudhofir, S.Ag, M.Pd selaku Rektor UIN Raden Mas Said Surakarta yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk menyelesaikan pendidikan di UIN Raden Mas Said Surakarta.
3. Bapak Prof. Dr. Ishlah., M.Ag. selaku Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah UIN Raden Mas Said Surakarta.
4. Bapak Agit Purwohartanto, M.Pd. selaku Dosen Pembimbing yang selalu meluangkan waktu, memberikan arahan, memberikan saran dan bimbingan. Selalu memberikan motivasi dan semangat untuk menyelesaikan skripsi dan atas ilmu-ilmunya yang telah disampaikan.
5. Bapak Dr. H. Lukman Harahap, M.Pd. selaku Dosen Penguji Utama yang telah memberikan bimbingan, masukan, kritik, dan saran yang membangun sehingga skripsi inilayak sebagaimana mestinya.

6. Ibu Athia Tamyizatun Nisa, S.Pd., M.Pd. selaku Dosen Penguji Pertama yang telah memberikan bimbingan atas masukan, kritik, dan saran yang membangun sehingga skripsi ini layak sebagaimana mestinya.
7. Bapak Eko Bakti Susanto selaku Kepala Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten
8. Bapak Basriyana selaku Kepala Urusan Tata Usaha Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten
9. Bapak Ariyanto, bapak Ari Eka, bapak Taufik, ibu Puji Rahayu Ningsih, dan ibu Roswita selaku konselor dalam penelitian ini.
10. Seluruh Staff Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten yang telah memberikan bantuan dalam kelancaran kegiatan penelitian.
11. Seluruh Dosen Bimbingan dan Konseling Islam dan Dosen-dosen Fakultas Ushuluddin dan Dakwah yang membekali ilmu.
12. Staf Fakultas Ushuluddin dan Dakwah yang sudah membeikan pelayanan yang terbaik.
13. Kedua orang tuaku, Bapak Alm. Muh. Joko Pramono dan Ibu Tatik Sundari yang selalu membuatku termotivasi untuk menjadi anak yang bermanfaat.
14. Saudaraku Hafizhan Pramanda Putra dan Ahadina Hanifati Amimah yang telah memberikan motivasi dan semangat dalam penulisan skripsi ini.
15. Seluruh informan yang telah bersedia memberikan informasinya terkait penelitian ini sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
16. Seluruh sahabatku sebagai pendukung yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.
17. Teman-temanku kelas BKI E yang selalu memberikan motivasi dan semangat dalam mengerjakan skripsi.
18. Teman-teman BKI angkatan 2019, yang sudah mendukung, membantu dan berjuang bersama-sama yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.
19. Teman-teman Pegiat Laboratorium, yang telah mendukung dan memotivasi yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu
20. Almamater Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

21. Dan seluruh pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu, peneliti mengucapkan banyak terima kasih atas bantuan, informasi, tenaga, waktu dan pikiran dalam penyusunan skripsi ini, Semoga Allah SWT selalu memberikan jalan, ridho, dan kelancaran atas kebaikan yang telah diberikan.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	i
NOTA PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
MOTTO	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah	10
C. Batas Masalah.....	11
D. Rumusan Masalah	11
E. Tujuan Penelitian.....	11
F. Manfaat Penelitian	12
BAB II.....	14
LANDASAN TEORI.....	14
A. Kajian Teori.....	14
1. <i>Self Control</i> (Kontrol Diri)	14
2. Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)	22
3. Konseling Individu	37
4. Klien Dewasa.....	46
B. Hasil Penelitian yang Relevan.....	53
C. Kerangka Berfikir.....	55
D. Hipotesis Penelitian	57
BAB III	58
METODE PENELITIAN.....	58

A.	Desain Penelitian	58
B.	Tempat dan Waktu Penelitian	61
1.	Tempat	61
2.	Waktu.....	61
C.	Populasi dan Subyek	63
1.	Populasi.....	63
2.	Subyek	63
D.	Teknik Pengumpulan Data	64
E.	Variabel Penelitian	68
1.	Variabel Bebas (X)	68
2.	Variabel Terikat (Y).....	68
F.	Definisi Operasional Variabel.....	68
G.	Uji Instrumen Penelitian.....	70
1.	Uji Validitas	70
2.	Uji Reliabilitas	71
H.	Teknik Analisis Data	72
1.	Uji Prasyarat	72
a.	Uji Homogen	72
b.	Uji Normalitas	73
2.	Teknik Analisis Data	74
Uji Hipotesis	74	
BAB IV	75	
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	75	
A.	Deskripsi Lokasi Penelitian.....	75
1.	Deskripsi Waktu dan Tempat	75
2.	Deskripsi Subyek Penelitian	75
B.	Deskripsi Data	76
C.	Hasil Uji Prasyarat.....	78
1.	Uji Homogen	78
2.	Uji Normalitas	79
D.	Hasil Uji Hipotesis	80
Uji Paired t-test	80	

E. Pembahasan	81
BAB V.....	84
PENUTUP.....	84
A. Kesimpulan.....	84
B. Keterbatasan Penelitian	84
C. Saran.....	85
DAFTAR PUSTAKA	86
LAMPIRAN.....	91

DAFTAR GAMBAR

DAFTAR GAMBAR	xiv
Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	57

DAFTAR TABEL

DAFTAR TABEL	xv
Tabel 2.1 Klasifikasi sistem teori konseling pada model pendekatan beserta konsep utama dan Teknik intervensinya	34
Tabel 3.1 Desain Penelitian.....	60
Tabel 3.2 Waktu Penelitian	62
Tabel 3.3 Skala <i>Likert</i>	65
Tabel 3.4 Blueprint Self Control	67
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas.....	70
Tabel 3.6 Hasil Uji <i>Alfa Cronbach</i>	72
Tabel 4.1 Perubahan skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Berdasarkan Aspek.....	76
Tabel 4.2 Perubahan skor <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Berdasarkan Subjek.....	77
Tabel 4.3 Hasil Uji Homogen	78
Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov.....	79
Tabel 4.5 Hasil Uji <i>Paired T-Test</i>	80

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia diciptakan dengan keberagaman yang ada di dalamnya. Keberagaman ini dipengaruhi oleh adanya proses perkembangan yang terjadi pada manusia itu sendiri. Perkembangan dari manusia itu sendiri mengarah pada pendewasaan atau kematangan yang berlangsung secara sistematis, progresif, dan berkesinambungan. Progresif disini dimaksudkan bahwa perubahan yang terjadi bersifat maju, meningkat, dan mendalam. Sedangkan berkesinambungan dimaksudkan dengan adanya keberaturan dan keberurutan dalam perubahan pada suatu bagian dan fungsinya. Perkembangan yang terjadi pada manusia meliputi tujuh aspek yaitu aspek fisik, emosi, bahasa, sosial, kepribadian, moral, dan minat beragama. Aspek-aspek tersebut apabila terdapat dalam kondisi yang baik dalam diri manusia telah membuktikan bahwa perkembangan yang terjadi dalam dirinya berjalan dengan baik (Imam, 2018). Sebaliknya jika aspek tersebut tidak dalam kondisi yang baik maka akan memunculkan suatu permasalahan. Salah satu permasalahan tersebut yaitu kriminalitas.

Kriminalitas merupakan suatu hal yang sudah tidak asing lagi di dengar oleh masyarakat di muka bumi ini. Tindakan kriminalitas atau kejahatan di deskripsikan oleh Bawegan sebagai suatu perbuatan atau rangkaian perbuatan manusia yang berlawanan dengan undang-undang atau peraturan-peraturan yang berlaku, dimana harus diadakannya penjatuhan

hukum kepada pelanggaran yang dilakukan (dalam Ariusni, 2019). Secara psikologis Yochelson dan Samenov mengungkapkan bahwa individu melakukan tindak kejahatan atau menjadi seorang penjahat karena individu tersebut berada dalam kondisi marah yang merasa suatu sense superioritas, menyangka bahwa ia tidak akan bertanggung jawab atas tindakan yang mereka ambil, yang memiliki harga diri yang sangat melambung (dalam Phami Tomas, Abdul Wahid, 2021). Sedangkan secara sosiologis adanya tindakan kejahatan dipengaruhi oleh kondisi masyarakatnya. Adanya hubungan antar kelompok masyarakat yang dilengkapi dengan kondisi budaya, moral, kepercayaan, sosial, politik, ekonomi, hukum, hankam, dan struktur-struktur yang ada di dalamnya dapat memunculkan tindakan kejahatan. Selaras dengan yang sebelumnya Robert K. Merton menyatakan bahwa dasarnya manusia adalah individu yang baik, akan tetapi adanya kondisi sosial yang mengakibatkan tekanan atau stress hingga terjadi ketegangan yang bersumber dari empat hal yaitu gagal mencapai tujuan yang bernilai positif, hilangnya stimulus atau rangsangan positif dalam diri individu, hadirnya stimulus atau rangsangan negatif dalam diri individu, dan adanya perbedaan ekspektasi dan harapan yang ada pada individu (dalam Phami et al., 2021).

Masih berkaitan tentang kriminalitas atau tindak kejahatan Benedict S. Alper mengemukakan bahwa kejahatan adalah masalah sosial yang paling tua, karena kejahatan telah hadir dengan adanya masyarakat manusia sehingga terdapat pendapat yang menerangkan bahwa setiap dari

masyarakat akan disertai dengan tindak kejahatan didalamnya (dalam Daulat, 2018). Dari hal ini masih di usahakan berbagai hal pula untuk menanggulangi atau menyelesaikan permasalahan tersebut. Salah satu cara untuk menghadapi kriminalitas adalah dengan pembedaan. Dihadirkannya pidana bertujuan untuk mengubah tingkah laku dari penjahat atau orang-orang yang berpotensi melakukan tindak kejahatan (Mubayyinah, 2021). Dengan adanya upaya pengadaan pidana maka terdapat harapan bahwa tindak kejahatan dapat dikondisikan dengan baik. Adanya pidana yang berlaku juga menjadi hal penting dalam tatanan hidup bermasyarakat. Hal ini dikarenakan adanya hukum pidana tidak hanya terdapat pada permasalahan tujuan yang akan dicapai, tetapi pada seberapa jauh untuk mencapai tujuan yang ada. Selain itu pelanggaran yang terjadi tidak dapat dibiarkan begitu saja karena dapat merusak tatanan masyarakat. Hukum pidana sendiri juga tidak hanya ditujukan kepada pelaku kejahatan, melainkan kepada orang-orang yang tidak melakukan juga. Hal ini bertujuan untuk memberikan batasan-batasan agar masyarakat menaati norma dan peraturan yang ada (Daulat, 2018).

Terkait tindakan kriminal, individu yang melakukan tindakan tersebut akan diberikan arahan untuk mengikuti proses pengadilan. Individu yang telah menjalani masa pidana dan hilang kemerdekaannya disebut dengan Warga Binaan Pemasyarakatan (WBP) (Karima et al., 2019). Balai Pemasyarakatan merupakan sebuah lembaga yang melakukan penelitian, pembimbingan, pengawasan, dan pendampingan kepada penerima layanan.

Dalam hal ini penerima layanan dari Balai Pemasyarakatan adalah WBP yang dalam lingkup Balai Pemasyarakatan disebut dengan klien (Melinda et al., 2022). Kategori klien yang berada di Balai Pemasyarakatan salah satunya adalah klien dewasa. Menurut database klien Balai Pemasyarakatan Kelas II Klaten jumlah klien dewasa dibagi menjadi tiga wilayah kerja yaitu Kabupaten Klaten dengan jumlah klien dewasa sebanyak 187 orang. Kabupaten Sukoharjo dengan jumlah klien dewasa sebanyak 189 orang. Dan Kabupaten Wonogiri dengan jumlah klien dewasa sebanyak 94 orang. Data ini diketahui dari hasil observasi di lapangan.

Terjeratnya individu pada kasus hukum sudah membuktikan bahwa terdapat individu dengan kontrol diri yang rendah. Dalam studi kasus awal yang telah dilakukan diketahui bahwa di dalam balai pemasyarakatan timbul fenomena yang berkaitan tentang kontrol diri klien. Fenomena ini diketahui dari hasil wawancara yang menghasilkan bahwa masih terdapat klien di balai pemasyarakatan yang kembali pada tindak kejahatan atau residivisme. Residivisme merupakan pengulangan tindak pidana yang dilakukan oleh pelaku yang sama dimana tindak kejahatan yang sebelumnya telah dijatuhi pidana dan berkekuatan hukum tetap, pengulangan tindakan tersebut terjadi dalam waktu tertentu dan menjadikan pelaku sebagai narapidana kembali. (Nugroho, 2022). Penyebab dari fenomena tersebut diantaranya adalah individu tersebut berada pada lingkungan yang mendukung untuk bertindak negatif, terpaku pada emosi

sesaat, selalu mengikuti keinginan diri, dan bertindak tanpa memikirkan akibatnya.

Dari fenomena yang terjadi selaras dengan yang dikemukakan oleh Gottfredson dan Hirschi (dalam Yusuf & Patrisia, 2011) bahwa gagalnya pembentukan kontrol diri mengakibatkan individu mudah terlibat tindakan kriminalitas atau perilaku menyimpang. Mereka juga memaparkan tentang hal-hal yang menunjukkan bahwa seorang individu yang memiliki kontrol diri yang rendah adalah apabila individu tersebut selalu mengikuti kata hati nurani, mementingkan diri sendiri, dan bertindak tanpa memikirkan secara matang ketika menghadapi sebuah tekanan (Nugroho, 2022). Selain itu (Yusuf & Patrisia, 2011) juga memaparkan bahwa individu yang memiliki kontrol diri rendah dikarenakan individu tersebut mudah dipengaruhi oleh emosi, kondisi lingkungan dan stimulasi sosial yang mendatangkan tekanan.

Kontrol diri merupakan keterampilan untuk mengkondisikan dirinya dari api emosi yang terlihat mencolok. Keterampilan ini ditandai dengan ketegangan saat menghadapi stress atau saat menghadapi individu yang memberikan sikap permusuhan tanpa memberikan sikap yang sama, pendapat ini di paparkan oleh Goleman (dalam Ahmad, 2022). Dengan adanya pengendalian diri yang baik pada individu akan memberikan dampak positif bagi individu itu sendiri. Hal ini dikarenakan individu tersebut mampu mengendalikan dirinya dengan mengambil keputusan yang efektif untuk mendapatkan hasil yang mereka inginkan dan terhindar dari

sesuatu yang tidak mereka inginkan (Hartati et al., 2021). Di dalam keterampilan kontrol diri terdiri dari beberapa aspek yang menurut Averill diantaranya adalah kemampuan dalam mengontrol perilaku, kemampuan dalam mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi sebuah kejadian, kemampuan menafsirkan peristiwa, dan kemampuan mengambil keputusan (dalam Anas & Anselmus, 2018). Dari beberapa aspek tersebut apabila dilaksanakan dengan maksimal, maka akan mengarahkan individu pada sesuatu hal yang positif dan tidak terjerumus pada hal-hal negatif yang akan merugikan dirinya sendiri.

Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) merupakan salah satu *treatment* yang digunakan dalam dunia konseling untuk menjadikan individu yang lebih baik. Penerapan ini dimaksudkan dengan sebuah pendekatan yang lebih menekankan pada pentingnya peran pemikiran pada tingkah laku, hal ini dikemukakan oleh Dryden dan Bernard (dalam Fitriani, 2018). Dari pendapat tersebut dapat diketahui bahwa dengan pendekatan tersebut maka tingkah laku yang tidak tepat dapat diubah dengan mengendalikan pemikiran mereka. Dapat diketahui pula bahwa setiap manusia memiliki pilihannya masing-masing untuk menentukan perilaku atau kegiatan yang mereka lakukan. Untuk menentukan perilaku yang positif maka harus mengatur atau mengkondisikan pikiran dan emosi mereka (Hartati & Rahman, 2017)

Efektifitas dari pendekatan REBT ini dapat digunakan untuk menangani permasalahan seperti *self control* pada siswa dalam pencegahan

penyalahgunaan narkoba SMP Negeri 4 Batang Anai Padang Pariaman yang di teliti oleh Rahmat Hidayat dan Yeni Karneli. Dalam penelitian tersebut peneliti menemukan sebuah keefektifan dalam meningkatkan kontrol diri siswa dengan menggunakan REBT dikarenakan siswa merasa lebih nyaman berdiskusi dengan teman-teman mereka. Dengan adanya diskusi tersebut maka siswa akan terbantu untuk menemukan nilai positif dan akan timbul rasa tanggung jawab dalam membantu temannya menghadapi suatu permasalahan. Maka dari sinilah dapat disimpulkan bahwa dari penelitian tersebut REBT efektif digunakan untuk meningkatkan kontrol diri (Hidayat et al., 2022).

Penerapan pendekatan REBT dapat dilaksanakan melalui konseling. Salah satu konseling yang dapat diaplikasikan dalam lembaga masyarakat adalah konseling individu. Konseling ini dapat dilaksanakan untuk memaksimalkan layanan konseling yang diberikan. Hal ini dikarenakan dengan menggunakan konseling individu konselor dan konseli dapat dengan leluasa menyampaikan apa saja yang berkaitan dengan masalah yang dihadapi. Dengan adanya konseling individu maka diharapkan para konseli atau klien masyarakat bisa lebih maksimal dalam upaya mengeluarkan dirinya dari permasalahan yang menghampiri (Putra, 2019).

Pemilihan layanan yang tepat dapat memaksimalkan hasil yang akan di dapat di akhir sesi layanan. Akan tetapi teknik yang digunakan juga perlu diperhatikan. Perlu adanya pemikiran yang matang dan kesesuaian antara

masalah yang terjadi, layanan yang digunakan dan teknik konseling yang dipilih. Pemilihan teknik yang akan digunakan disesuaikan dengan permasalahan yang dihadapi, jika dalam hal ini masalah yang dihadapi berkaitan dengan emosi, kognitif, dan perilaku maka teknik yang dapat digunakan adalah *Rational Emotive Behaviour Therapy*. Dalam pemilihan teknik tersebut disesuaikan dengan hasil yang ingin di capai pula.

Dalam upaya menyelesaikan sebuah permasalahan yang hadir di lingkungan masyarakatan perlu dilakukan adanya kerjasama antara individu yang bersangkutan. Kerjasama yang dibangun dengan baik ditambah dengan layanan yang sesuai dengan kebutuhan klien, maka akan di dapat hasilnya memuaskan. Dalam hal ini apabila layanan yang diberikan membuahkan sebuah keberhasilan, maka permasalahan yang terjadi telah teratasi dengan baik. Hal-hal yang berkaitan dengan kondisi psikologi klien tidak lagi perlu dicemaskan karena mereka telah mendapatkan penyelesaian atas permasalahan yang pernah mereka hadapi (Aini, 2022). Hasil nyata yang dapat dilihat dari adanya layanan konseling tersebut adalah para klien masyarakatan dapat menjalankan kehidupan mereka dengan normal kembali dan mereka dapat terhindar dari hal-hal yang dapat merugikan mereka sendiri.

Dengan hadirnya layanan konseling di sekitar klien masyarakatan maka terdapat harapan bahwasanya klien masyarakatan dapat lebih mengontrol dirinya dengan baik. Selain itu dengan konseling ini diharapkan pula setelah klien masyarakatan tidak lagi menjadi tanggung jawab balai

pemasyarakatan, mereka mampu menjaga dirinya dari hal-hal negatif kembali. Dengan adanya tujuan tersebut maka sangat diperlukan perencanaan layanan konseling yang dapat menyelesaikan permasalahan yang ada. Perencanaan ini harus dibuat secara maksimal karena hasil yang didapatkan akan berkaitan dengan kelangsungan hidup seseorang (Ali Sati, 2020).

Dari berbagai uraian yang telah dijabarkan diatas menjadi alasan mengapa penelitian ini dilaksanakan. Melihat kenyataan bahwa masih terdapat tindakan pengulangan tindak kriminal yang menjadi bukti masih rendahnya kontrol diri individu. Tindak pengulangan ini juga dibuktikan dari penelitian yang dilaksanakan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas I Sukamiskin Bandung yang membuktikan adanya tindak residivis atau pengulangan tindak kriminal (Yusuf & Patrisia, 2011). Dengan adanya permasalahan ini maka diperlukan sebuah solusi untuk mengentaskan klien pemasyarakatan dari masalah tersebut. Penelitian ini juga dimaksudkan untuk memberikan solusi bagi permasalahan yang akan timbul yang berkaitan dengan emosi manusia utamanya di dalam lingkungan balai pemasyarakatan. Tidak hanya sekedar memberikan solusi semata tetapi dapat memberikan sebuah solusi yang efektif dalam menangani masalah yang hadir tersebut.

Dengan hal tersebut maka peneliti bermaksud melakukan penelitian yang berkaitan dengan kontrol diri klien pemasyarakatan dengan menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT).

Pemilihan pendekatan ini disesuaikan dengan permasalahan yang terjadi di lingkungan masyarakat yaitu pengulangan tindak kejahatan. Menurut Zamble & Quinsey pengulangan dari tindakan kriminal adalah hasil dari rangkaian peristiwa yang dialami sebelumnya, yang berkaitan dengan emosi, pikiran, persepsi, dan peristiwa lainnya yang berkaitan dengan proses psikologis yang aktif menjadikan perilaku tertentu (dalam Yusuf & Patrisia, 2011). Dari pengertian tersebut maka pendekatan REBT dinilai mampu untuk mengatasi permasalahan yang ada. Hal ini dikarenakan pendekatan REBT berkaitan pada penyelesaian masalah terkait emosi, perilaku, dan pemikiran. Penelitian ini dilaksanakan dengan menerapkan konseling individu. Dengan maksud agar *treatment* yang diberikan dapat berjalan dengan maksimal dan klien dapat dengan leluasa membicarakan keresahan yang ada pada diri mereka. Adanya penelitian ini juga akan mempersiapkan klien untuk menghadapi permasalahan-permasalahan yang akan mereka hadapi di kemudian hari.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, dapat diidentifikasi permasalahannya yaitu:

1. Klien dewasa masyarakat belum dapat mengendalikan emosinya.
2. Terdapat klien dewasa masyarakat yang kembali terjerat kasus yang sama.

3. Klien dewasa pemasyarakatan tidak berpikir secara matang mengenai tindakan yang mereka lakukan.

C. Batas Masalah

Untuk menghindari adanya kesalahpahaman dan meluasnya permasalahan dalam penelitian dan juga mengingat keterbatasan peneliti serta agar penelitian dapat dilaksanakan lebih fokus dan lebih mendalam maka peneliti membatasi penelitiannya hanya pada penerapan konseling individu pendekatan *rational emotive behaviour therapy* untuk meningkatkan *self control* klien dewasa di Balai Pemasyarakatan Kelas II Klaten.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka masalah yang dirumuskan oleh peneliti adalah “Apakah konseling individu pendekatan *rational emotive behaviour therapy* dapat meningkatkan *self control* klien dewasa di Balai Pemasyarakatan Kelas II Klaten?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang telah dirumuskan maka tujuan dari penelitian ini adalah “Untuk mengetahui apakah penerapan konseling individu pendekatan *rational emotive behaviour therapy* dapat meningkatkan *self control* klien dewasa di Balai Pemasyarakatan Kelas II Klaten atau tidak.”

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi masyarakat umum dan khususnya bagi mahasiswa bimbingan dan konseling Islam baik secara teoritis maupun praktis, di antaranya:

1. Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini dimaksudkan untuk menambah wawasan dan dapat dijadikan sumber ilmu pengetahuan di bimbingan dan konseling Islam khususnya dalam konseling individu, *rational emotive behavior therapy* atau REBT, dan *self control*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dimaksudkan untuk memberikan pemahaman mengenai kaidah yang benar dalam melakukan penulisan sebuah penelitian dan dapat memberikan pengalaman serta pemahaman kepada peneliti mengenai pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan *ratioional emotive behaviour therapy* untuk klien dewasa.

b. Bagi Klien Dewasa Balai Pemasarakatan

Penelitian ini dimaksudkan untuk memberikan pemahaman kepada klien dewasa mengenai *self control*

atau pengendalian diri dalam melakukan kehidupan sehari-hari.

c. Bagi Balai Pemasarakatan

Penelitian ini dimaksudkan untuk menjadi bahan pembaharuan mengenai pelaksanaan konseling individu untuk klien dewasa dalam menangani *self control* atau pengendalian diri.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kajian Teori

1. *Self Control* (Kontrol Diri)

a. Pengertian *Self Control*

Self control atau kontrol diri dapat disebut juga dengan pengendalian diri. Pengendalian diri ini banyak di definisikan oleh para ahli. Goldfried dan Merbaum mendefinisikan bahwa kontrol diri merupakan suatu kemampuan dalam menyusun, membimbing, mengatur, serta mengarahkan bentuk dari perilaku yang dapat mengarahkan individu pada konsekuensi positif (dalam Waluwandja & Dami, 2018). Sedangkan Averill berpendapat bahwa kontrol diri dipaparkan sebagai kendali diri dari individu untuk mengatasi keluhan negatif, sehingga keadaannya menjadi lebih baik (dalam Wulandari, 2020). Selain itu terdapat juga pendapat dari Ghuffron dan Risnawita yang mengutarakan bahwa kontrol diri merupakan keterkaitan antara cara individu mengendalikan emosi dan dorongan-dorongan dari dalam dirinya (dalam Priyambodo et al., 2021).

Dari beberapa pengertian yang telah diuraikan dapat diketahui pula bahwa pengendalian diri atau kontrol diri merupakan upaya tiap individu dalam mengatur sesuatu hal yang mendorong dirinya baik yang berasal dari dalam dirinya sendiri

maupun dari luar yang mungkin dapat merugikan dirinya sendiri. Dengan adanya kontrol diri individu juga mampu mengarahkan dirinya sendiri dalam bertingkah laku. Hal ini disebabkan dengan adanya kontrol diri maka setiap individu mampu mengontrol apa yang mereka harus lakukan maupun yang tidak seharusnya mereka lakukan.

b. Aspek *Self Control*

Pengendalian diri memiliki beberapa aspek di dalamnya, yang menurut Ghufroon diantaranya adalah kemampuan dalam mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan dalam mengantisipasi peristiwa, kemampuan dalam menafsirkan peristiwa, dan kemampuan dalam mengambil keputusan (dalam Zulfah, 2021). Beberapa aspek tersebut jika dimiliki oleh seorang individu maka individu tersebut akan memiliki kemampuan pengendalian diri yang baik. Dengan demikian hal tersebut juga dapat menghindarkan individu dari masalah-masalah yang tidak di kehendaki.

Sedangkan menurut Averill, dkk aspek kontrol diri diantaranya adalah

- 1) *Behavioral control*, yang diartikan dengan kemampuan individu dalam mengambil tindakan untuk mengurangi penyebab dan akibat dari stressor yang dirasakan oleh seorang individu. Di dalam

kemampuan ini terdapat dua komponen yaitu mengatur pelaksanaan dan kemampuan dalam memodifikasi stimulus.

- 2) *Cognitive control*, yang diartikan dengan kemampuan individu dalam mengerjakan proses berpikir untuk memodifikasi akibat dari stressor.
- 3) *Decision control*, yang diartikan dengan kemampuan individu untuk memutuskan hasil atau tindakan yang didasari dengan apa yang diyakininya (dalam Ariyanto, 2017).

Terdapat juga empat aspek kontrol diri menurut Patty, dkk diantaranya adalah

- 1) Kontrol pada pemikiran atau kognitif

Yaitu sebuah kemampuan dari individu dalam mengendalikan pikirannya dan menghasilkan perilaku yang positif.

- 2) Kontrol pada impuls atau dorongan hati

Yaitu kemampuan dari individu dalam mengendalikan dirinya dalam menyikapi dorongan hati yang negatif pada individu tersebut.

3) Kontrol pada emosi

Yaitu kemampuan dari individu dalam menyadari emosi yang hadir pada hubungan dalam dirinya maupun dengan orang lain.

4) Kontrol pada unjuk kerja

Yaitu kemampuan dari individu untuk mendapatkan penilaian yang bagus dalam jangka waktu yang panjang. (dalam Siallagan et al., 2021)

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek kontrol diri berdasarkan pemikiran dari beberapa ahli diatas adalah berkaitan dengan adanya stimulus, emosi, pemikiran, dan pengambilan keputusan.

c. Faktor *Self Control*

Adanya sesuatu hal diikuti dengan faktor yang mempengaruhinya, begitu juga dengan pengendalian diri. Dalam pengendalian diri terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi keterbentukannya. Menurut Ghufroon & Risnawati, faktor yang berpengaruh dalam pengendalian diri ada dua yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal disini berkaitan dengan usia, karena seiring bertambahnya umur individu maka semakin banyak juga hal-hal yang mempengaruhi. Sedangkan faktor eksternal berkaitan dengan orang tua dan lingkungan di sekitar individu hidup, seperti

pola asuh orang tua (dalam Nurhaini, 2018). Dari kedua hal yang mempengaruhi adanya kontrol diri, maka ketika kondisi internal maupun eksternalnya pada kondisi yang baik seorang individu juga akan memiliki kontrol diri yang baik pula.

d. Fungsi *Self Control*

Self control memiliki fungsi yang menurut Mesina dan Mesina diantaranya adalah (dalam Nurhaini, 2018)

- 1) Membatasi perhatian individu kepada orang lain.

Dengan adanya pembatasan perhatian seorang individu kepada orang lain maka individu tersebut tidak akan mengabaikan dirinya sendiri. Sehingga dengan tidak mengabaikan dirinya sendiri kebutuhan, kepentingan, dan keinginan individu tersebut akan terpenuhi dengan baik.

- 2) Membatasi keinginan individu untuk mengendalikan orang lain di lingkungannya.

Dengan adanya pembatasan ini maka individu tersebut akan membatasi ruang aspirasi dalam dirinya untuk dikolaborasikan dengan aspirasi orang lain sehingga dapat berjalan bersama-sama. Adanya pembatasan ini juga akan menghindarkan individu tersebut pada perilaku yang negati.

- 3) Membatasi individu untuk bertingkah laku negatif.

Dengan adanya pengendalian diri yang baik pada individu berarti individu tersebut akan menahan dirinya untuk berperilaku yang tidak sesuai dengan aturan.

- 4) Membantu individu dalam memenuhi kebutuhannya secara seimbang.

Adanya pengendalian diri yang baik di dalam diri individu berarti individu tersebut akan mengusahakan hidupnya agar berjalan dengan baik.

(A. Hartati et al., 2021)

e. Jenis-jenis *Self Control*

Di dalam *self control* terbagi beberapa jenis di dalamnya. Menurut Nur Gufron dan Rini Risnawati terdapat lima jenis pembagian *self control* yaitu

1) Over control

Kontrol diri ini dimaksudkan dengan kemampuan dari individu yang berlebihan dalam mengontrol dirinya dan menyebabkan individu tersebut terlalu banyak menahan diri atas adanya impuls yang hadir.

2) *Under control*

Kontrol diri ini dimaksudkan dengan adanya kecenderungan individu dalam melepaskan *impuls* yang ada secara bebas tanpa perhitungan.

3) *Appropriate control*

Appropriate control atau pengendalian yang sesuai dimaksudkan dengan kontrol diri yang mampu mengatur adanya impuls dengan tepat.

4) *Informational control*

Informational control atau kontrol informasi dimaksudkan dengan sebuah peluang untuk mendapatkan informasi atas peristiwa yang terjadi.

5) *Retrospective control*

Kontrol diri ini dimaksudkan dengan kemampuan dalam menyinggung sebuah kepercayaan mengenai apa ataupun siapa yang menjadi penyebab adanya peristiwa. (dalam Ahmad, 2022)

f. Teknik *Self Control*

Di dalam pengendalian diri juga terdapat cara atau teknik yang dapat digunakan untuk mengendalikan diri. Menurut Sukadji terdapat lima teknik yang dapat digunakan yaitu:

1) Teknik pemantauan diri

Merupakan teknik yang berkaitan dengan memantau dan mencatat perilaku individu itu sendiri, dengan demikian maka individu dapat memahami secara objektif tentang perilakunya sendiri.

2) Teknik pengukuhan diri

Merupakan teknik yang menyatakan bahwa perilaku yang dilakukan secara berulang biasanya merupakan perilaku yang diikuti dengan sesuatu yang menyenangkan atau positif. Maka bentuk pengukuhan yang dilakukan adalah dengan memberikan hal-hal yang positif kepada diri individu.

3) Teknik kontrol stimulus

Merupakan teknik yang berasumsi bahwa hadirnya stimulus mempengaruhi respon yang terjadi. Adanya teknik ini memiliki tujuan mengontrol sebuah kecemasan dengan cara mengatur stimulus yang ada yaitu dengan memberikan arahan untuk memikirkan hal-hal positif, rasional, dan objektif

4) Teknik kognitif

Merupakan teknik yang mempengaruhi perilaku individu. Maka apabila individu mampu mengubah atau mengganti pemikiran yang menyimpang dengan

pemikiran yang objektif dan rasional, individu tersebut akan lebih mudah untuk mengendalikan dirinya sendiri.

5) Teknik relaksasi

Merupakan teknik yang dilakukan individu dengan penuh kesadaran mempelajari cara melemaskan ototnya sesuai dengan keinginannya sendiri. Dengan melemasnya otot-otot pada diri individu maka jika mengalami sebuah kekhawatiran maka rasa khawatir tersebut juga akan berkurang. (dalam Dikria, 2016)

2. Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)

a. Pengertian REBT

Menurut Dryden & Bernard, *Rational Emotive Behaviour Therapy* atau REBT adalah sebuah pendekatan yang lebih menekankan pada pentingnya peran pemikiran pada tingkah laku (Fitriani, 2018). Teori yang dikembangkan oleh Albert Ellis ini memiliki konsep umum bahwa pendekatan yang digunakan dalam teknik ini merupakan psiko-pendidikan, yang mana memiliki asas berupa aktif-direktif atau mengarah dan didaktif atau mengajar. Maka, dari konsep tersebut Ellis mengemukakan pendapatnya bahwa REBT merupakan sistem psikoterapi yang memberikan pengajaran kepada individu tentang bagaimana sistem keyakinan dari individu tersebut dapat menentukan apa

yang dirasakan dan dilakukannya di berbagai peristiwa kehidupan (dalam S. Hartati & Imas Kania Rahman, 2017). Dari uraian diatas dapat diketahui bahwa REBT adalah terapi yang dilakukan dengan cara menghilangkan pikiran klien yang tidak logis dan rasional dengan cara mempertemukan klien dengan keyakinan irasionalnya dan mendiskusikan pemikiran irasional tersebut.

b. Pandangan REBT Tentang Manusia

Teori *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) memandang jika manusia memiliki sifat rasional dan irasional. Masing-masing individu memiliki cara berperilaku berdasarkan kepercayaan bahwa dirinya harus melakukan tindakan dengan cara tersebut. Hadirnya masalah terkait emosional bertempat pada cara berpikir yang tidak rasional. Dalam pendekatan REBT percaya bahwa individu tidak disalahkan atas segala yang mereka lakukan, tetapi setiap individu bertanggung jawab atas segala perilakunya (Suriati et al., 2020).

Pada terapi emotif rasional merupakan salah satu aliran psikoterapi yang di dasarkan pada anggapan bahwa setiap manusia hadir dengan potensi.. Dari hal ini dapat diketahui bahwa manusia merupakan makhluk yang unik dan memiliki kecenderungan dalam berpikir. Apabila pikiran dan tingkah laku manusia mengarah ke rasional maka manusia tersebut akan

efektif, bahagia, dan kompeten. Sedangkan jika pikiran dan tingkah laku manusia mengarah ke rasional, maka manusia tersebut akan tidak efektif dan mengarah pada hal-hal negatif. Ketika manusia memiliki pemikiran irasional maka akan menimbulkan hambatan emosi dalam dirinya. Hadirnya pemikiran tidak logis tersebut didapat manusia dari lingkungan di sekitarnya (Suriati et al., 2020).

c. Prinsip REBT

Dari pandangan yang dikemukakan Ellis, terdapat enam prinsip dari teori REBT, diantaranya:

- 1) Pikiran, yaitu yang menentukan proksimal terpenting pada emosi seorang individu.
- 2) Disfungsi berpikir yaitu penyebab utama dari stress emosi.
- 3) Hal yang paling berpengaruh dalam mengurangi stress yaitu dengan mengubah cara berpikir individu.
- 4) Datangnya pikiran yang tidak rasional berasal dari kepercayaan atas berbagai faktor genetik dan lingkungan.
- 5) Dibandingkan memikirkan pengaruh dari masa lalu, akan lebih baik jika menekankan pada sesuatu hal dimasa sekarang.

- 6) Adanya perubahan tidak terjadi dengan mudah. (dalam Marlina et al., 2021)

Dalam pendekatan REBT menurut teori Albert Ellis terdapat tiga pilar yang membangun tingkah laku individu yang dikenal dengan teori ABC. Tiga pilar tersebut adalah *activating event* (A), *belief* (B), dan *emotional consequence* (C). penjelasan dari ketiga pilar tersebut adalah sebagai berikut:

- 1) A atau *activating event*.

Dalam konseling *rational emotive behavior* terdapat dua jenis A yaitu situasional dan kritis. A situasional merujuk pada aspek objektif dari situasi yang menghalangi individu. Sedangkan A kritis merujuk pada aspek subjektif dari situasi yang menghalangi individu.

- 2) B atau *belief*

Belief atau keyakinan adalah kesadaran atas hal-hal yang ada di sekitar individu. Ketika individu memiliki keyakinan rigid, maka individu tersebut cenderung membuat kesimpulan atau pemikiran yang irasional.

- 3) C atau *consequence*

Consequence dimaknai dengan konsekuensi atau akibat dari emosional, pikiran, dan perilaku yang

muncul dari B (*belief*) pada situasi pemicu A (*activating event*). Dalam konseling *rational emotive behaviour*, jika C meyakini irasional tentang A yang bersifat negatif maka akan memiliki sifat mengganggu dan dinamaka konsekuensi negatif yang tidak sehat. Sedangkan jika C meyakini rasional tentang A yang bersifat negatif, maka tidak akan memiliki sifat mengganggu dan dinamaka konsekuensi negatif yang sehat. (Suriati et al., 2020)

Berdasarkan teori yang dikemukakan Ellis, Turner & Barker memaparkan terkait makna dan mengembangkan konsep teori model ABC dengan:

- 1) *Activating event* (A) yang berarti semua kejadian actual yang terjadi pada individu berpotensi menjadi pemicu munculnya *belief* (B), yang mana kejadian tersebut bisa terjadi secara internal atau eksternal.
- 2) *Belief* (B) yang berarti keyakinan, sudut pandang, atau nilai diri individu dalam suatu peristiwa yang terjadi. Keyakinan ini dapat berupa keyakinan yang rasional dan tidak rasional.
- 3) *Consequence of belief* (C) yang berarti sebuah konsekuensi dari akibat adanya hubungan antara *belief* dan *activating event*. Bentuk dari *consequence*

itu sendiri berupa reaksi emosi individu baik emosi positif ataupun negatif.

- 4) *Disputing irrational belief* (D) yang berarti untuk mengubah pemikiran irasional menjadi pemikiran rasional diperlukan sebuah terapi.
- 5) *Effective* (E) yang merupakan hasil dari ABCD dari emotif, behavior, dan kognitif. (dalam Marlina et al., 2021)

d. Karakteristik REBT

Partha mengemukakan bahwa REBT memiliki beberapa karakteristik, diantaranya adalah:

- 1) Setiap individu memiliki kemampuan yang unik dalam berpikir rasional dan irasional.
- 2) Pikiran rasional akan di dapat melalui sebuah proses belajar sedangkan pemikiran irasional di dapat dari lingkup eksternal individu, seperti lingkungan dan orang tua.
- 3) Gangguan emosi yang terjadi pada manusia bersumber dari verbalisasi ide dan pemikiran yang irasional.
- 4) Sumber dari sebuah permasalahan dari gangguan emosional adalah dari verbalisasi diri yang dilakukan terus menerus serta sikap dan pandangan individu pada kejadian.

- 5) Setiap individu memiliki kemampuan untuk membawa kehidupan personal dan sosialnya ke arah manapun.
- 6) Untuk menghilangkan pemikiran dan perasaan negatif yang dapat merusak diri individu dapat dilakukan dengan mengatur ulang pandangan dan pemikiran sehingga kembali menjadi logis dan rasional. (Marlina et al., 2021)

Selain itu pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* memiliki ciri-ciri sebagai berikut :

- 1) Konselor berperan aktif dalam menggali masalah yang dihadapi klien. Maksud dari ciri ini adalah konselor harus efektif dalam melibatkan dirinya dan berusaha memberikan pertolongan pada kliennya. Hal ini dimaksudkan agar klien dapat berkembang sesuai dengan keinginannya yang telah disesuaikan dengan potensi yang dimilikinya.
- 2) Konselor menciptakan dan memelihara hubungan baik dengan klien. Ciri pendekatan ini dimaksudkan dari adanya hubungan baik yang telah dibangun berpengaruh pada kesuksesan proses konseling. Hal ini dikarenakan dengan adanya hubungan yang baik konselor dapat merubah cara berpikir klien yang irasional menjadi rasional.

- 3) Konselor tidak banyak menggali masa lalu klien. Masa lalu merupakan hal yang sensitif bagi tiap individu. Konselor dapat memberikan batasan pada dirinya sendiri untuk melangkah lebih jauh pada hal-hal yang bersifat pribadi, sehingga tidak merusak hubungan yang telah dibangun. (Bastomi, 2018)

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pendekatan REBT memiliki ciri yang berkaitan dengan mendorong klien untuk menemukan penyelesaian dalam permasalahan yang sedang dihadapi. Dalam hal ini klien lebih banyak berperan dibandingkan konselor. Tugas konselor pada pendekatan REBT hanya membantu klien dalam memunculkan penyelesaian atas permasalahan yang mereka hadapi yang berasal dari dalam diri mereka sendiri.

e. Teknik REBT

Terdapat tiga pendekatan yang dapat dilakukan untuk menolong klien. Pendekatan tersebut menurut Dryden adalah

- 1) Teknik Kognitif

Teknik ini dapat digunakan untuk mengubah cara berpikir klien. Akan tetapi dalam prosesnya ada dua komponen yang perlu diperhatikan yaitu perlu menjelaskan kepada klien tentang model ABC baik secara teori maupun praktek sehingga klien dapat

memahami terapi yang diberikan dan apabila klien ragu tentang terapi yang dilakukan maka akan mempengaruhi responnya.

2) Teknik Emotif

Teknik ini digunakan untuk mengubah fokus perhatian dan bertujuan untuk memfasilitasi upaya identifikasi keyakinan yang tidak rasional. Teknik ini merupakan lanjutan dari teknik kognitif, sehingga pada teknik ini juga memfasilitasi perubahan positif yang telah di dapat dalam teknik kognitif.

3) Teknik Perilaku

Teknik ini merupakan teknik pendukung dari pencapaian kognitif yang dilakukan melalui sebuah pertentangan dan perubahan keyakinan irasional klien terhadap kehidupan dunianya. Teknik ini untuk memperjelas pola pikir klien. (dalam Marlina et al., 2021)

Sedangkan menurut Oemarjoedi pendekatan konseling rational emotif terdapat beberapa teknik yang dapat diterapkan. Teknik tersebut bersifat kognitif, afektif, dan behavioral yang penerapannya disesuaikan dengan kondisi klien. Teknik-teknik tersebut diantaranya adalah

a. *Home work assignment*

Teknik ini diterapkan dalam bentuk pemberian tugas rumah sebagai sarana pelatihan, pembiasaan diri, dan internalisasi sistem nilai tertentu yang mengatur pada perilaku yang diinginkan. Penerapan teknik klien diwajibkan memberikan laporan mengenai tugas yang diberikan konselor pada saat sesi pertemuan. Teknik ini memiliki tujuan untuk membina dan mengembangkan sikap tanggung jawab, kepercayaan diri, dan kemampuan mengarahkan diri, pengelolaan diri serta mengurangi ketergantungan kepada konselor.

b. Teknik asertif

Tujuan dari adanya teknik asertif adalah untuk melatih keberanian klien dalam menunjukkan perilaku tertentu yang diharapkan. Penerapan teknik ini dapat dilaksanakan dengan cara bermain peran, latihan, dan meniru model-model sosial. Teknik ini juga dimaksudkan untuk mendorong kemampuan dari seorang klien dalam menunjukkan berbagai hal yang terkait dengan emosi yang dimilikinya.

c. Teknik-teknik emotif (efektif)

Teknik ini bermaksud untuk mendorong klien agar mampu mengekspresikan dirinya sendiri,

mempersiapkan klien untuk menghadapi masalah yang akan di hadapi, dan menghilangkan perilaku mereka yang negatif. Dalam teknik ini konselor dapat menerapkan asertif adaptif, bermain peran, dan imitasi.

d. Teknik behavioristik

Dalam teknik ini terdapat dua kegiatan yang dapat dilakukan yaitu memberi penguatan atau *reinforcement* dan *social modeling*. Dalam kegiatan pemberian penguatan konselor dapat mendorong klien untuk berperilaku rasional dan logis dengan cara memberikan pujian atau hukuman. Hal ini dilakukan untuk mengetahui sistem nilai dan keyakinan irasional pada klien sehingga dapat diubah ke arah rasional. Sedangkan *social modeling* merupakan kegiatan untuk membentuk perilaku yang baru pada klien. Dengan melaksanakan teknik ini diharapkan klien dapat mengikuti model sosial yang diharapkan dengan cara meniru contoh yang diberikan dengan penyesuaian pada masing-masing klien. (dalam Dharmayana et al., 2017)

Berdasarkan paparan yang telah diuraikan dapat disimpulkan bahwa Teknik-teknik yang disampaikan oleh para ahli berfokus pada pelatihan kemampuan diri untuk mengubah

pemikiran irasional yang diyakini oleh klien menjadi pemikiran yang rasional. Selain itu Teknik tersebut juga digunakan untuk mengatur perilaku klien agar dapat berperilaku lebih baik.

f. Sistem Teori Pendekatan Konseling

Teori dalam praktik konseling merupakan salah satu hal yang dibutuhkan. Adanya teori tersebut berguna untuk kerangka kerja dalam mengembangkan hipotesis yang terkait dengan masalah konseling dan rencana pemberian *treatment*. Teori digunakan konselor untuk dasar penerapan dugaan tentang sifat konseling dan sifat dasar manusia, penetapan tujuan konseling, penetapan teknik yang digunakan, membagi peran dan tanggung jawab konselor dan klien pada hubungan terapeutik, serta bagian diagnostik dan tes psikologi dalam proses konseling. Pendekatan dalam konseling memiliki fokusnya sendiri-sendiri. Berikut merupakan klasifikasi sistem teori konseling pada model pendekatan beserta konsep utama dan Teknik intervensinya yang ditulis oleh Hansen, Stevic, dan Warmer pada buku milik Corey. (dalam Rofiq, 2017)

Tabel 2.1 Klasifikasi sistem teori konseling pada model pendekatan beserta konsep utama dan Teknik intervensinya

Sistem Teori	Pendekatan	Konsep-konsep Teoritis	Teknik atau Strategi
<i>Psychoanalytic</i>	afektif / kognitif	deterministik, topografi, genetik, analitik, perkembangan, sejarah, wawasan, <i>unconscious</i> , motivasi	Interpretasi, analisis mimpi, asosiasi bebas, resistensi analisis, analisis transferensi
Eksistensial	<i>Affective</i>	kesadaran diri, kebebasan untuk memutuskan, tanggung jawab dan kebebasan, kecemasan merupakan elemen dasar, mencari makna, sendirian dan berada dalam hubungan dengan orang lain, <i>finitenes</i> dan kematian, dan kecenderungan aktualisasi diri	Stres memahami pertama dan teknik kedua. Terapis dapat meminjam Teknik dari pendekatan lain dan <i>incorporate</i> mereka ke dalam kerangka eksistensial.
<i>Person centered</i>	<i>Affective</i>	<i>Humanistik</i> , pengalaman, eksistensial, <i>organismic</i> ,	Menekankan sikap terapis. teknik dasar termasuk

		<i>selfteoritis</i> , fenomenologis, di sini dan sekarang berorientasi, positif, berfungsi penuh	mendengarkan aktif, refleksi, klarifikasi, dan berada di sana untuk klien.
Gestalt	<i>Affective</i>	eksistensial, <i>experiential</i> , <i>humanistik</i> , <i>organismic</i> , kesadaran menggugah, di sini dan sekarang orienred, berpusat pada klien, <i>confontatif</i> .	Konfrontasi, dialog dengan polaritas, peran bermain, tinggal dengan perasaan, mencapai jalan buntu, <i>reexperiencing</i> bisnis yang belum selesai
Aanalisis Transak- sional (TA)	Afektif, Kognitif, Perilaku	Kognitif, <i>analitik</i> , <i>redicional</i> , kontrak, penafsiran, konfrontatif, tindakan- berorientasi, kesadaran menggugah, sosial- interaktif	sebuah <i>script</i> <i>checklist</i> analisis, atau kuesioner, berguna dalam mengenal <i>injuction</i> awal. Konfrontasi sering digunakan, dan kontrak penting
Perilaku Rasionalemotif	kognitif, perilaku	rasional, kognitif, ilmiah, pengetahuan filsafati,	Pengajaran, membaca, tugas pekerjaan

		berorientasi pada tindakan, <i>relativistik</i> , didaktik, di sini dan sekarang , putusan, kontrak, humanistik.	rumah, dan pemecahan masalah, berpikir <i>stopping</i> , restrukturisasi kognitif, <i>reframing</i> , stres <i>Inokulasi</i>
Perilaku	Perilaku	<i>behavioristik</i> , pragmatis, ilmiah, belajar-teoritis, kognitif, berorientasi pada tindakan, pengalaman, <i>goal-</i> berorientasi, kontrak.	Sistem <i>desensitisasi</i> , terapi impulsif, pelatihan asertif, terapi aversion, pemodelan, manajemen diri, penguatan, membentuk, kepunahan
<i>Reality</i>	kognitif, perilaku	berbasis realitas, rasional, kognitif, tindakan-berorientasi, ilmiah, direktif, didaktik, kontrak, <i>supportive</i> , <i>nonpunitive</i> , <i>positivistik</i> , di sini dan sekarang berorientasi.	Pendekatan ini aktif, direktif, bersifat mendidik, kontrak, mendukung, <i>confrontional</i> , pertimbangan nilai

3. Konseling Individu

a. Pengertian Konseling Individu

Konseling yang dipaparkan oleh Prayitno, merupakan sebuah layanan yang secara khusus dilaksanakan secara berhadapan oleh konselor dan konseli. Di dalam sebuah layanan tersebut tercipta sebuah hubungan yang di dalamnya seorang konselor mencermati dan mengupayakan sebuah penyelesaian dari masalah yang dihadapi konseli. Penyelesaian yang dilakukan berdasarkan dari upaya yang diusahakan konseli itu sendiri (dalam D. Setyaningrum, 2013). Sedangkan menurut Dewa Ketut Sukardi, konseling adalah bantuan yang diberikan kepada klien (*counselee*) dalam memecahkan masalah-masalah secara *face to face*, dengan cara yang sesuai dengan keadaan klien (*counselee*) yang dihadapi untuk mencapai kesejahteraan hidup (dalam Nasution et al., 2019). Konseling juga dapat diartikan dengan proses memberikan bantuan melalui wawancara konseling dari orang ahli atau orang yang berprofesi sebagai konselor kepada individu atau konseli yang sedang mengalami masalah dan bertujuan pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh konseli (Putra, 2019). Jadi dalam hal ini hubungan yang tercipta merupakan hasil dari tatap muka atau pertemuan antara konselor dan konseli dengan tujuan untuk menyelesaikan masalah dengan cara yang diusahakan konseli.

Definisi dari konseling individu yang diungkapkan oleh Gibson & Mitchel adalah sebuah hubungan berbentuk bantuan satu-satu yang fokusnya pada pertumbuhan dan penyesuaian pribadi dan memenuhi kebutuhan dalam pengambilan keputusan untuk menyelesaikan permasalahan. Sedangkan menurut Willis, konseling individu merupakan pertemuan antara konselor dan konseli secara individual, memberikan bantuan untuk mengembangkan pribadi klien dan siap menjalani masalah yang dapat datang kapan saja pada dirinya (dalam Ahmad Putra, 2019). Dari pendapat tersebut dapat dikatakan pula bahwa konseling individu merupakan upaya pemberian bantuan dalam penyelesaian masalah yang dilakukan konselor secara individual kepada konseli. Selain itu, konseling individu juga merupakan usaha konselor untuk memberikan kesiapan bagi konseli untuk menghadapi masalah yang datang kapanpun

b. Fungsi Konseling Individu

Di dalam konseling individu sendiri terdapat fungsi yang dapat digunakan untuk mencapai tujuan dari diselenggarakannya konseling individu. Beberapa fungsi konseling individu diantaranya adalah:

1) Fungsi Pengentasan

Fungsi yang dimaksudkan bahwa konseling ini dapat memberikan hasil berupa teratasinya masalah yang dialami seseorang.

2) Fungsi Pengembangan dan Pemeliharaan

Fungsi yang artinya dalam menyelesaikan permasalahan didasarkan pada pengembangan dan pemeliharaan potensi konseli serta unsur positif yang ada di dalam diri konseli.

3) Fungsi Pemahaman

Fungsi yang artinya dalam konseling tersebut menghasilkan pemahaman tentang sesuatu hal dari pihak tertentu yang disesuaikan dengan kepentingan pengembangan individu tersebut.

4) Fungsi Pencegahan

Fungsi yang artinya dalam konseling tersebut dapat membantu individu untuk bergerak aktif dalam melakukan pencegahan agar tidak mengalami masalah kejiwaan karena kekurangan perhatian.

5) Fungsi Advokasi

Fungsi yang artinya dalam konseling ini dapat memberikan layanan yang bersifat advokasi atau pembelaan atas masalah yang di hadapi konseli berupa

pelanggaran hak-hak yang dimiliki konseli sehingga konseli merasa teraniaya. (Putra, 2019)

c. Teknik Konseling Individu

Konseling individual memiliki tiga Teknik khusus yang dikemukakan oleh Moh. Surya, yaitu

1) Direct counseling

Teknik ini merupakan teknik konseling yang mana konselor berperan aktif dalam mengarahkan kliennya sesuai dengan masalah yang dihadapi

2) Non-directive counseling

Teknik ini merupakan teknik konseling yang mana klien berperan aktif dalam proses konseling. Dengan Teknik ini klien bebas mengemukakan pendapatnya dan konselor bertugas menampung pembicaraan dan mengarahkannya.

3) Elective counseling

Teknik ini merupakan gabungan dari kedua teknik sebelumnya. (dalam Masdudi, 2015)

Sedangkan WS. Winkel mengemukakan bahwa teknik konseling dibagi menjadi dua jenis, yaitu

1) Teknik konseling verbal

Teknik ini merupakan teknik yang berisi tanggapan verbal yang diberikan konselor, yang

merupakan wujud konkrit dari maksud, pikiran dan perasaan yang terbentuk di dalam batin seorang konselor untuk membantu klien.

2) Teknik konseling non-verbal

Teknik ini merupakan teknik yang berisi tanggapan non-verbal yang diberikan konselor. Wujud dari tanggapan ini adalah ekspresi wajah, gerakan tangan, anggukan kepala, isyarat pandangan, *volume* suara, dan lain-lain. (dalam Masdudi, 2015)

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa teknik konseling individu dapat dilaksanakan secara langsung maupun tidak langsung. Konseling individu juga dapat dilaksanakan dengan menggabungkan kedua Teknik tersebut.

d. Proses Konseling Individu

Dalam proses pelaksanaan konseling setiap tahapannya memerlukan keterampilan khusus yang harus dimiliki oleh seorang konselor. Dengan adanya keberagaman keterampilan yang dimiliki oleh seorang konselor dapat menentukan proses konseling yang akan dilakukan. Keterampilan konselor yang dipilih dalam membentuk sebuah proses konseling akan menentukan makna yang dirasakan oleh konseli terkait proses konseling yang dilakukan. Dalam pelaksanaan konseling, tahapan yang dilakukan dibagi menjadi tiga, diantaranya adalah

1) Tahap Awal Konseling

Tahapan ini merupakan proses sejak terjadinya pertemuan antara konselor dan konseli hingga kedua belah pihak menemukan arti permasalahan atas isu yang beredar dan kepedulian pada kondisi tertentu pada masalah yang dihadapi.

2) Tahap Pertengahan (tahap kerja)

Dalam tahap ini terdapat kegiatan yang dilakukan yaitu eksplorasi masalah dan merumuskan bantuan yang akan diberikan.

3) Tahap Akhir Konseling (tahap tindakan)

Ketika proses konseling telah memasuki tahap ini maka ditandai dengan beberapa hal yaitu menurunnya kecemasan konseli yang diketahui dari pertanyaan yang diajukan konselor, terdapat perubahan perilaku konseli ke arah yang positif, dan terdapat rencana hidup untuk masa mendatang bagi konseli yang dilengkapi dengan program yang jelas. (Aini, 2022)

e. Kualitas Pribadi Konselor

Konselor merupakan sebuah profesi yang membutuhkan keahlian khusus. Proses konseling ditentukan oleh konselor yang menanganinya. Konseling dapat dikatakan berkualitas ketika konselor yang terlibat juga memiliki kualitas yang baik pula. Hal

ini juga berkaitan dengan keefektifan proses konseling. Untuk menjadikan proses konseling tersebut efektif dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi klien diperlukan konselor yang efektif.. Konselor yang efektif merupakan konselor yang memiliki pengetahuan akademik, kualitas pribadi, dan keterampilan konseling dalam dirinya. Uraian dari beberapa hal tersebut adalah sebagai berikut:

1) Pengetahuan akademik

Pengetahuan akademik merupakan pengetahuan yang wajib dimiliki oleh konselor. Dengan adanya pengetahuan ini maka konselor akan paham layanan, tahapan, pendekatan, dan hal-hal lain yang berkaitan dengan konseling. Pengetahuan akademik ini bias didapatkan ketika kuliah, seminar, dan workshop yang dapat menunjang pengetahuan konselor.

2) Kualitas pribadi

Kualitas pribadi konselor menurut Eisenberg dan Delancy dalam Mappiare memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a) Konselor yang efektif sangat terampil mendapatkan keterbukaan.

- b) Konselor yang efektif membangkitkan rasa percaya diri, kredibilitas, dan keyakinan dari orang yang mereka bantu.
- c) Konselor yang efektif mampu menjangkau wawasan luas.
- d) Berkomunikasi dengan hati-hati dan menghargai orang yang mereka upayakan dibantu.
- e) Mengakui dan menghargai diri mereka sendiri dan tidak menyalahgunakan orang yang coba mereka bantu untuk memuaskan kebutuhan pribadi mereka.
- f) Mempunyai pengetahuan khusus dalam beberapa bidang keahlian.
- g) Konselor yang efektif berusaha memahami, bukan menghakimi tingkah laku yang diupayakan dibantu.
- h) Mampu bernalar secara sistematis dan berpikir dengan pola sistem.
- i) Berpandangan mutakhir dan memiliki wawasan yang luas atas peristiwa yang berkaitan dengan manusia.

- j) Mampu mengidentifikasi pola tingkah laku yang merusak diri dan membantu orang lain untuk berubah dari perilaku merusak ke pola tingkah laku yang memuaskan.
- k) Sangat terampil dalam membantu orang lain untuk melihat diri sendiri dan merespon secara terbuka terhadap pertanyaan tentang dirinya sendiri.

(Ngalimun & Ihsan Mz, 2020)

3) Keterampilan konseling

Konselor yang efektif wajib memiliki keterampilan konseling agar dapat melaksanakan konseling. Beberapa keterampilan tersebut diantaranya adalah

a) Keterampilan antar pribadi

Hal-hal yang termasuk dalam keterampilan antar pribadi adalah kemampuan konselor dalam memberikan dampingan kepada klien, mendengarkan, dan mendorong klien untuk menceritakan apa yang mereka rasakan. Dalam keterampilan ini memerlukan dalam mendengar, berkomunikasi, empati,

kehadiran, kesadaran komunikasi non verbal, sesitif dalam kualitas suara, responsive pada emosi, penggunaan bahasa, pengaturan waktu, dan mengambil alih keadaan.

b) Keterampilan intervensi

Keterampilan ini merupakan kemampuan konselor untuk melibatkan klien dalam menyelesaikan masalahnya. Dalam penyelesaian masalah ini diperlukan strategi dan cara yang berbeda untuk mengatasinya.

c) Keterampilan integrase

Keterampilan ini merujuk pada kemampuan konselor untuk menerapkan strategi pada situasi tertentu. (Ngalimun & Ihsan Mz, 2020)

4. Klien Dewasa

Balai Pemasarakatan menangani individu-individu yang sedang berhadapan dengan hukum . Individu yang telah berada dalam bimbingan balai pemasarakatan atau Bapas akan disebut dengan klien pemasarakatan. Klien tersebut dibagi menjadi dua yaitu klien dewasa dan klien anak. Klien dewasa adalah individu yang sudah

memasuki usia dewasa. Sedangkan klien anak adalah individu yang masih anak-anak berdasarkan Undang-Undang No. 3 tahun 2004 tentang Peradilan Anak. (dalam Pratidina et al., 2022)

Setiap individu melewati berbagai perkembangan yang mana dalam setiap perkembangannya memiliki tugas-tugas yang harus mereka penuhi. Terpenuhinya tugas perkembangan pada setiap individu dapat ditandai dengan perubahan dari segi fisik maupun psikisnya (Sari, 2021). Salah satu perjalanan perkembangan yang dialami individu adalah masa dewasa. Masa dewasa adalah masa yang paling lama dalam kehidupan manusia. Hal ini ditandai dengan adanya pembagian pada masa dewasa yaitu masa dewasa dini (*early adulthood*) dengan rentang usia 20-40 tahun, masa dewasa madya (*middle adulthood*) dengan rentang usia 40-65 tahun, dan masa dewasa akhir (*late adulthood*) yang berada pada usia 65 tahun keatas (Iswati, 2019).

Hurlock mengemukakan bahwa individu dewasa merupakan seorang yang telah menyelesaikan pertumbuhannya dan telah siap menerima kedudukannya di lingkungan masyarakat bersama orang dewasa lainnya. Ia juga mengemukakan bahwa masa dewasa awal berada pada umur 18 sampai 40 tahun yang ditandai dengan perubahan psikis dan psikologis dan di sertai penurunan kemampuan reproduktif. Selain itu pada masa dewasa ini individu juga melakukan penyesuain diri pada kondisi kehidupan yang baru. Bahkan menurut

Mappiare individu dewasa awal adalah perubahan yang terjadi secara fisik, intelektual, peran sosial dan psikologis yang disertai berkurangnya kemampuan reproduktif (dalam Putri, 2018).

Pada umumnya individu yang memasuki masa dewasa memiliki beberapa karakteristik yang melekat dalam diri individu tersebut. Pada masa dewasa awal terdapat 10 karateristik yang menandai seorang individu, yaitu :

a) Masa Pencarian Kemantapan/ Pengaturan

Pada masa ini individu akan mencoba berbagai hal untuk menemukan atau menentukan hal-hal yang dapat memberikan kepuasan permanen dalam dirinya.

b) Masa Usia Produktif

Pada masa ini merupakan masa yang cocok untuk menentukan pasangan hidup dan memiliki keturunan. Masa produksi individu akan mengalami penurunan di masa selanjutnya.

c) Masa yang Penuh Masalah

Pada masa ini di katakan penuh dengan masalah karena individu telah berada pada masa mengemban peran ganda. Hal ini dikarenakan individu tersebut telah menikah bahkan memiliki anak.

d) Masa Ketegangan Emosional

Pada masa ini biasanya terjadi di umur 30 tahun yang mana emosi individu sudah mulai stabil sehingga kekhawatiran akan pekerjaan, perkawinan, dan keuangan yang sebelumnya menyebabkan emosi tidak terkendali dapat disikapi dengan lebih tenang.

e) Masa Isolasi Sosial

Pada masa ini diperlukan penyesuaian yang baik karena apabila individu tidak dapat menyesuaikan dirinya, maka ia akan terasingkan pada kelompok sosial.

f) Masa Komitmen

Pada masa ini individu mulai sadar akan pentingnya komitmen untuk diri individu sehingga dapat membentuk pola hidup yang baik untuk diri individu

g) Masa Ketergantungan

Pada masa ini seorang individu masih merasakan ketergantungan kehidupan dengan orang tua.

h) Masa Perubahan Nilai-nilai

Nilai-nilai yang dimiliki oleh individu berubah seiring dengan interaksi sosial yang dilakukan oleh individu. Interaksi sosial itu akan membuat individu menyesuaikan dirinya dengan masyarakat di sekitarnya.

i) Masa Kreativitas

Pada masa ini individu bebas melakukan apa yang mereka sukai sesuai dengan potensi yang mereka miliki.

j) Masa Penyesuaian Diri

Pada masa ini individu dituntut untuk bertanggung jawab atas apa yang telah mereka pilih (Iswati, 2019).

Sedangkan pada masa dewasa madya (*middle adulthood*) yang berada pada kisaran umur 41-46 tahun memiliki karakteristik sebagai berikut:

a) Masa yang Menakutkan

Dikatakan sebagai masa yang menakutkan dikarenakan pada masa ini kondisi fisik dari individu mulai mengalami penurunan. Salah satu tanda adanya penurunan tersebut adalah pada wanita telah mengalami menopause.

b) Masa Transisi

Masa ini berada ketika individu tidak dikatakan tua atau muda.

c) Masa Stress

Dikatakan demikian karena pada masa ini individu mulai merasa tidak sekuat sebelumnya, atau dalam karir sudah mulai memasuki masa pension sehingga merasa dipandang lemah oleh orang lain. Dengan adanya perasaan tersebut maka individu tersebut memikirkan masa

kejayaannya yang pernah dilalui secara terus menerus hingga menyebabkan stress.

d) Usia yang Berbahaya

Disebut usia berbahaya karena pada masa ini individu lebih mudah terserang penyakit baik secara fisik maupun psikis.

e) Usia Canggung

Keadaan pada masa ini ketika individu tidak dapat dikatakan sebagai individu dewasa awal maupun akhir. Akibatnya terjadi sebuah kecanggungan atau ketidaknyamanan antar individu.

f) Masa Berprestasi

Disebut demikian karena terdapat individu yang mengalami kesuksesan di dunia karir pada masa ini. Para individu berada pada posisi penting seperti dalam hal pekerjaan, pendidikan, maupun pemerintahan ketika mereka berada pada masa dewasa ini.

g) Masa Sepi

Pada masa ini individu cenderung telah memiliki anak yang memiliki aktivitas kehidupan lainnya. Sehingga mereka akan banyak meninggalkan orang tuanya dan memilih fokus pada kehidupan mereka yang lain. Maka di masa inilah individu dewasa madya mengalami masa sepi.

h) Keseimbangan dan ketidakseimbangan

Kondisi yang terjadi pada individu dewasa madya adalah mengalami keseimbangan dan ketidakseimbangan dalam menyesuaikan dirinya pada perubahan yang terjadi dalam hidupnya (Iswati, 2019).

Setelah melewati masa dewasa madya, individu memasuki masa dewasa akhir yang mana berada di umur 65 tahun ke atas. Masa ini juga memiliki karakteristiknya sendiri yaitu

a) Merupakan periode kemunduran

Disebut masa kemunduran karena pada masa ini tidak hanya fisiknya saja yang mengalami perubahan tetapi juga mentalnya.

b) Perbedaan individual pada efek menua

Dalam masa ini individu mengalami perubahan berdasarkan sifat bawaan yang ada dalam individu tersebut, sosio ekonomi, dan pendidikan. Ketiga hal tersebut mempengaruhi cara menyikapi masa tua yang dialami individu. Tidak jarang mereka menyembunyikan hal-hal yang menandai bukti penuaan mereka ini dengan berdandan seperti anak muda atau berpura-pura memiliki tenaga yang kuat seperti ketika mereka muda. Dengan kegiatan tersebut maka akan menghadirkan ilusi tentang penuaan yang mereka alami (Iswati, 2019).

B. Hasil Penelitian yang Relevan

Beberapa karya ilmiah terdahulu yang menjadi acuan pembandingan dalam karya ilmiah ini diantaranya:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Fadillah Khairun Nisa yang berjudul “Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020” (Nisa, 2018). Hal-hal yang menjadi pembeda antara karya ilmiah tersebut dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah dalam karya ilmiah tersebut menggunakan bimbingan kelompok sedangkan dalam penelitian yang akan saya lakukan menggunakan konseling individu. Selain itu subjek yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah siswa kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun ajaran 2019/2022, sedangkan di dalam penelitian yang akan saya lakukan subjeknya adalah klien dewasa yang berada dalam masa akhir binaan di Bapas Kelas II Klaten.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Husrin Konadi dan Syarifah Ainy Rambe ini yang berjudul “Meningkatkan Self Control dalam Penggunaan Smartphone dengan Menggunakan Rational Emotif Behaviour Therapy (REBT)” (Konadi & Rambe, 2020). Perbedaan karya ilmiah ini dengan penelitian yang akan saya

lakukan adalah karya ini menggunakan subjek mahasiswa PGMI Semester 2, sedangkan penelitian yang akan saya lakukan subjeknya adalah klien dewasa yang berada dalam masa akhir binaan di Bapas Kelas II Klaten.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Rahmat Hidayat dan Yeni Karneli yang berjudul “Efektivitas Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy Setting Kelompok untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa dalam Pencegahan Penyalahgunaan Narkoba” (Hidayat et al., 2022). Terdapat perbedaan karya ilmiah tersebut dengan penelitian yang akan saya lakukan yaitu dalam penelitian ini menerapkan konseling kelompok, sedangkan di dalam penelitian yang akan saya lakukan adalah konseling individu. Selain itu subjek yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan siswa kelas VIII.3 dan VIII.4 di SMP Negeri 4 Padang Pariaman
4. Penelitian yang dilakukan oleh Ifan Setiawan dan Heru Mugiarto yang berjudul “Konseling Kelompok Berbasis *Cybercounseling* Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa” (Setiawan & Mugiarto, 2021). Perbedaan antara karya ilmiah ini dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah jenis konseling dan objek yang digunakan. Jenis konseling yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah konseling kelompok dan objek

sasarannya adalah siswa kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Rawalo. Sedangkan di dalam penelitian yang akan saya lakukan jenis konseling yang digunakan adalah konseling individu dan objek sasarannya adalah klien dewasa di Bapas Kelas II Klaten.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Fandi Ahmady yang berjudul “Penerapan Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Pengendalian Diri Siswa Kelas XI SMA Laksamana Martadinata Medan Tahun Pembelajaran 2016/2017” (Ahmady, 2017a). Perbedaan antara karya ilmiah ini dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah objek yang digunakan. Objek pada karya ilmiah ini menggunakan siswa kelas XI. Sedangkan di dalam penelitian yang akan saya laksanakan menggunakan objek klien dewasa Bapas Kelas II Klaten.

C. Kerangka Berfikir

Kontrol diri merupakan suatu hal yang mengatur pikiran dan tingkah laku individu ke arah pikiran dan tingkah laku yang positif. Masing-masing dari individu tentu saja memiliki cara masing-masing untuk mengatur dirinya sendiri sehingga melakukan kegiatan yang memberikan dampak positif untuk dirinya sendiri. Individu yang menjadi klien Balai Pemasarakatan membuktikan bahwa dirinya memiliki kontrol diri yang rendah. Hal ini dikarenakan individu tersebut tidak mampu menahan dirinya untuk tidak melakukan hal-hal yang merugikan dirinya sendiri.

Ketika klien Balai Pemasyarakatan tersebut merupakan klien dewasa telah menunjukkan pula bahwa kontrol diri yang ada pada klien tersebut tidak berjalan dengan baik. Hal ini disebabkan karena salah satu faktor yang mempengaruhi kontrol diri adalah usia individu. Semakin bertambahnya usia pada diri individu berarti semakin tinggi pula tingkat kontrol diri individu. Maka apabila individu dewasa melakukan hal-hal yang negatif dan dapat merugikan dirinya sendiri maka dapat dikatakan bahwa kontrol diri individu tersebut tidak bekerja dengan baik.

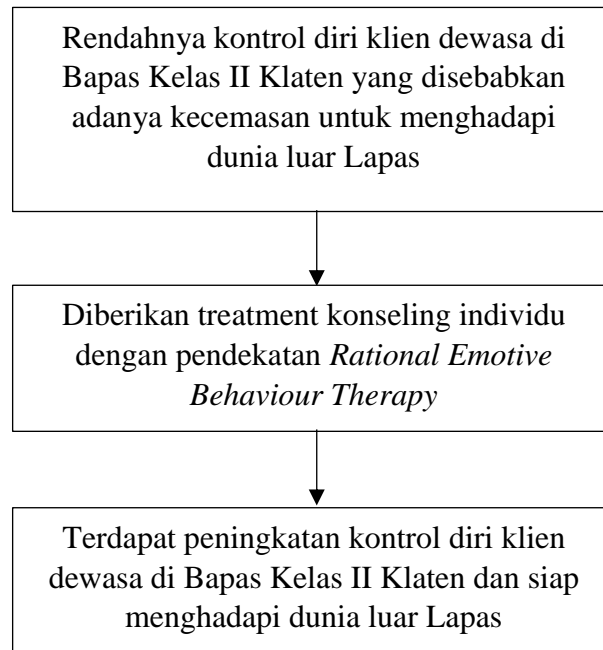
Klien dewasa yang telah memasuki masa akhir binaan muncul kekhawatiran terkait kehidupan mereka di luar Lembaga Pemasyarakatan. Adanya kekhawatiran ini dapat menimbulkan rasa stress pada klien karena memikirkan kelangsungan hidupnya. Stress yang ada dalam diri klien menunjukkan bahwa klien tersebut memiliki kontrol diri yang rendah. Sehingga klien tersebut perlu diberikan kesiapan untuk menjalani kehidupannya di dunia luar lapas.

Dalam mempersiapkan klien dewasa menghadapi dunia luar Lapas, Balai Pemasyarakatan memberikan konseling individu dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*. Treatment yang diberikan kepada klien dewasa ini berfokus pada aspek-aspek yang ada kontrol diri yaitu terkait perilaku klien, cara berfikir, dan pengambilan keputusan. Aspek tersebut menjadi pedoman dalam pelaksanaan treatment untuk mendapatkan hasil peningkatan kontrol diri klien dewasa. Dengan adanya peningkatan kontrol

diri tersebut maka klien dewasa juga akan lebih siap dalam menghadapi dunia luar Lapas.

Berikut kerangka berfikir yang dapat digambarkan dengan

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir



D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan teori yang telah dipaparkan, maka dalam penelitian ini peneliti merumuskan dua hipotesis, yaitu hipotesis nihil (H_0) dan hipotesis alternatif (H_a).

H_a : Konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dapat meningkatkan *self control* klien dewasa di Bapas Kelas II Klaten

H_0 : Konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* tidak dapat meningkatkan *self control* klien dewasa di Bapas Kelas II Klaten.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian merupakan cara manusia untuk menjawab suatu permasalahan, rasa ingin tahu maupun menjelaskan suatu peristiwa yang terjadi. Menurut Woody, penelitian adalah suatu metode atau cara untuk menemukan sebuah kebenaran yang merupakan pemikiran kritis atau *critical thinking*. Di dalam penelitian meliputi pemberian definisi dan redefinisi pada masalah, merumuskan hipotesis, membuat kesimpulan, dan minimal mengadakan pengujian atas semua kesimpulan yang bertujuan untuk menemukan kesesuaian dengan hipotesis (dalam Paramita et al., 2021). Arti dari penelitian juga disampaikan oleh Soebidjo yang mengartikan penelitian dengan mencari lagi dan terus mencari. Makna tersebut dapat dipahami pula dengan rangkaian pengamatan yang dilakukan secara berulang dan berkesinambungan, berakumulasi dan menghasilkan teori-teori yang dapat memberikan penjelasan mengenai suatu fenomena (dalam Balaka, 2022). Dari penjelasan yang telah dipaparkan dapat ditarik kesimpulan bahwa penelitian merupakan rangkaian dari kegiatan yang terstruktur dan dilakukan secara berulang untuk menghasilkan teori atau kebenaran kritis terkait suatu fenomena, Dalam penelitian juga melibatkan pemikiran kritis di dalamnya. Adanya hal tersebut berkaitan dengan tujuan dari adanya penelitian yaitu untuk menghasilkan sesuatu yang lain dan aktual, mengembangkan hal-hal yang telah ada sebelumnya, menguji

kebenaran dari pengetahuan yang dirasa masih dalam sebuah keraguan, dan mengubah kesimpulan yang di dapatkan (Abdullah, 2015).

Dalam pelaksanaan penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif menurut Sugiyono merupakan sebuah penelitian yang memiliki landasan pada filsafat *positivisme* dalam meneliti populasi atau subyek tertentu dan mengambil subyek secara acak dengan mengumpulkan data menggunakan instrumen, dan analisis data bersifat statistik (Sugiyono, 2018). Filsafat *positivisme* melihat suatu peristiwa dalam sebuah penelitian merupakan suatu hal yang dapat diklasifikasikan, relatif konsisten, nyata, dapat diukur, dapat di amati, dan memiki gejala hubungan sebab akibat (Paramita et al., 2021). Selain itu penelitian kuantitatif juga dapat diartikan dengan penelitian yang dimaksudkan untuk mengungkapkan tanda-tanda secara *holistic-kontekstual* melalui pengumpulan data dari konteks alami dengan memanfaatkan diri peneliti sebagai instrument kunci. Penelitian ini menitikberatkan pada pengukuran dan analisis dari adanya hubungan sebab dan akibat antar macam-macam variabel (Priadana & Denok, 2021).

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif eksperimental. Penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap orang lain dalam kondisi yang terkendalikan (Sugiyono, 2018). Selain itu penelitian eksperimen juga diartikan dengan penelitian yang digunakan untuk memberikan penjelasan terkait suatu hal atau variabel tertentu

melalui upaya manipulasi variabel atau hubungan antar variabel tersebut dengan tujuan untuk mengetahui hubungan, pengaruh, maupun perbedaan yang ada di antara variabel (Abdullah, 2015). Dapat dikatakan juga bahwa penelitian eksperimen merupakan sebuah penelitian yang disesuaikan dengan kebutuhan peneliti yang di dalamnya biasanya memuat dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok pembanding. Kedua kelompok tersebut terdapat salah satu yang diberikan perlakuan sesuai dengan tujuan peneliti, kelompok ini disebut dengan kelompok kontrol (Priyono, 2008).

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experimental*. Penelitian *quasi experimental* adalah kegiatan penelitian eksperimen yang menggunakan unit terkecil eksperimen dalam kelompok eksperimen dan kontrol yang penempatannya tidak dilaksanakan secara acak (Hastjarjo, 2019).

Tabel 3.1 Desain Penelitian

	Kelas	<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
NR	Eksperimen	O1	X	O2
NR	Kontrol	O1	-	O2

Keterangan:

NR : Subyek yang diambil secara *non random*

O1 : Pemberian *pretest* pada sample

X : Pemberian *treatment* atau perlakuan

O2 : Pemberian *posttest* pada sample

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di Balai Pemasyarakatan Kelas II Klaten. Tempat tersebut beralamatkan di Jl. Andalas, Bareng, Klaten Tengah, Klaten, Jawa Tengah dengan nomor telepon 0272-3393402.

2. Waktu

Tabel 3.2 Waktu Penelitian

No	Kegiatan	2022	2023				
		Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei
1.	Studi pendahuluan penelitian						
2.	Penyusunan proposal penelitian						
3.	Seminar proposal						
4.	Revisi proposal						
5.	Persiapan penelitian						
	a. Penyusunan instrument						
	b. Penyusunan panduan eksperimen						
	c. Pengajuan surat izin penelitian						
6.	Pelaksanaan penelitian						
	a. Pengambilan data						
	b. Fase treatment						
7.	Penyusunan laporan						
	a. Analisis data						
	b. Penyusunan laporan						
8.	Ujian skripsi dan revisi						

C. Populasi dan Subyek

1. Populasi

Populasi merupakan kumpulan obyek yang karakteristiknya sedang di pelajari atau di teliti, dan jika populasinya terlalu besar, peneliti harus mengambil subyek atau bagian dari populasi untuk di pelajari. Hal ini berarti populasi merupakan keseluruhan obyek penelitian dan pada populasi inilah hasil penelitian diterapkan. Pada pengertian lainnya populasi merupakan kumpulan item yang menunjukkan karakteristik tertentu yang dapat digunakan dalam menarik kesimpulan (Abdullah, 2015).

Dalam penelitian ini menggunakan populasi klien dewasa Bapas Kelas II Klaten sebanyak 180 orang.

2. Subyek

Subyek merupakan bagian dari jumlah dan ciri-ciri yang ada di dalam populasi. Ciri-ciri yang ada pada subyek akan menunjukkan kualitas dari subyek tersebut. Subyek yang baik menurut A. Muri Yusuf dikategorikan dengan dipilih dengan cara hari-hati atau menggunakan cara yang benar, harus mewakili populasi sehingga mewakili keseluruhan karakteristik yang terdapat pada populasi, dan ukuran subyek dipertimbangkan tingkat kesalahan yang dapat ditolerir dan tingkat kepercayaan yang mampu diterima secara statistik (dalam Barlian, 2016).

Dalam pengambilan subyek pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik ini merupakan cara penentuan subyek dari populasi yang berdasarkan pertimbangan tertentu (Garaika & Darmanah, 2019). Pada penelitian ini subyek yang diambil adalah sebanyak 12 subyek yang akan dibagi menjadi dua kelompok penelitian. Kelompok tersebut terdiri atas kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang masing-masing kelompok terdiri dari 6 subyek. Mempertimbangkan keterbatasan peneliti dalam pemberian *treatment* kepada subyek yang berjumlah lebih dari 12 individu, maka peneliti menetapkan kategori subyek dalam penelitian ini sebagai berikut

- 1) Merupakan klien dewasa berumur 35-50 tahun,
- 2) Berdomisili di Kabupaten Klaten.
- 3) Masih berada dalam masa bimbingan.
- 4) Berjenis kelamin laki-laki.
- 5) Terlibat kasus hukum narkoba.
- 6) Memiliki skor nilai *pretest self control* terendah.

D. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket atau kuesioner. Angket merupakan teknik pengumpulan data yang diambil dari sejumlah pertanyaan tertulis yang tujuannya untuk mendapatkan data dari responden (Syahrudin & Salim, 2014). Dalam penyusunan angket yang digunakan dalam pengambilan data didasarkan pada skala. Sugiyono

memaparkan bahwa skala pengukuran adalah sebuah kesepakatan data yang digunakan sebagai rujukan dalam menentukan Panjang pendeknya interval yang ada dalam alat ukur, sehingga alat ukur tersebut bila digunakan dalam pengukuran akan menghasilkan data kuatitatif (Sugiyono, 2018). Teknik skala digunakan untuk mendapatkan akurasi data yang maksimal mengenai efektifitas konseling individu dengan pendekatan *rational emotive behaviour therapy* untuk meningkatkan *self control* pada klien dewasa. Bentuk skala yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala *likert*. Skala ini menurut Sugiyono digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2018). Skala *likert* mengandung komponen pernyataan dan responden berkewajiban untuk memberikan respon pernyataan tersebut dengan memberikan pilihannya pada empat alternative jawaban. Keempat alternatif jawaban tersebut adalah sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Dari pernyataan-pernyataan tersebut di kategorikan pada kategori positif (*favourable*) dan kategori negatif (*unfavourable*).

Tabel 3.3 Skala *Likert*

No	Item	Favourable	Unfavorable
1	Sangat Setuju (SS)	4	1
2	Setuju (S)	3	2
3	Tidak Setuju (TS)	2	3
4	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Skala *self control* atau kontrol diri disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Averill (dalam Ariyanto, 2017). Para responden diminta untuk mengisi jawaban atas pernyataan-pernyataan positif dan negatif yang berkaitan dengan kontrol diri. Dalam pernyataan yang tertera akan diberikan empat pilihan jawaban yaitu SS (Sangat Setuju), S (Setuju), TS (Tidak Setuju), dan STS (Sangat Tidak Setuju). Masing-masing dari jawaban tersebut akan diberikan nilai sesuai dengan kriteria jawaban. Pada kriteria jawaban positif akan diberikan nilai 4,3,2,1. Sedangkan pada kriteria jawaban negatif akan diberikan nilai 1,2,3,4. Berikut *blue print* skala penerimaan diri dapat disimak dalam table di bawah ini.

Tabel 3.4 Blueprint Self Control

Variabel	Aspek	Indikator	Butir Item		Jumlah Item
			Fav	Unfav	
Self Control atau Kontrol Diri	<i>Behaviour Control</i> (kontrol perilaku)	Kemampuan dalam mengatur situasi	1,3	2,4,5	5
		Kemampuan dalam mengontrol perilaku positif	9,10	6,7,8	5
	<i>Cognitive Control</i> (kontrol pikiran)	Kemampuan dalam melihat peristiwa yang tidak menyenangkan dari segi positif	11,13,14	12,15	5
		Kemampuan dalam menilai situasi secara subyektif dan positif	16,17,18	19,20	5
	<i>Decision Control</i> (kontrol keputusan)	Kemampuan dalam mengantisipasi peristiwa	21,24	22,23,25	5
		Kemampuan dalam menafsirkan peristiwa	28,29,30	26,27	5
Jumlah			15	15	30

E. Variabel Penelitian

Pengertian variabel telah di dipaparkan oleh Walizen dan Wiener yang menyebutkan bahwa variabel merupakan gagasan yang berkembang sebagai hasil dari oleh mental. Variabel juga dapat dikatakan sebagai bagian dari kelengkapan keilmuan atau kegiatan (dalam Garaika & Darmanah, 2019).

1. Variabel Bebas (X)

Variabel bebas dapat disebut juga dengan variabel *independent* yang diartikan dengan variabel yang mampu memberikan pengaruh pada variabel *dependen* atau terikat. Dalam penelitian ini terdapat satu variabel bebas yaitu konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy*.

2. Variabel Terikat (Y)

Variabel terikat dapat disebut juga dengan variabel *dependen* yaing diartikan dengan variabel yang terpengaruh atau yang menjadi dampak dari variabel bebas. Dalam penelitian ini terdapat satu variabel terikat yaitu *self control* atau kontrol diri.

F. Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel merupakan suatu pendefinisian yang mampu memberikan penjelasan atas seluruh variabel. Hal ini bertujuan untuk memberikan makna ataupun menspesifikasikannya .

Variabel terikat pada penelitian ini adalah *self control* atau kontrol diri pada klien dewasa yang ada di Bapas Kelas II Klaten. *Self control* adalah salah satu keterampilan individu dalam mengatur dirinya sendiri. di dalam penelitian ini skala yang digunakan berdasarkan dengan aspek dari *self control* atau kontrol diri itu sendiri. Menurut Averill aspek kontrol diri meliputi *behaviour control*, *cognitive control*, dan *decision control*. *Behavioral control*, dapat diartikan dengan kemampuan individu dalam mengambil tindakan untuk mengurangi penyebab dan akibat dari stressor yang dirasakan oleh seorang individu. Di dalam kemampuan ini terdapat dua komponen yaitu mengatur pelaksanaan dan kemampuan dalam memodifikasi stimulus. *Cognitive control*, dapat diartikan dengan kemampuan individu dalam mengerjakan proses berpikir untuk memodifikasi akibat dari stressor. Sedangkan *decision control*, yang diartikan dengan kemampuan individu untuk memutuskan hasil atau tindakan yang didasari dengan apa yang diyakininya (dalam Ariyanto, 2017).

Sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) merupakan layanan khusus untuk memberikan bantuan kepada individu yang membutuhkan dengan menggunakan pendekatan REBT. Pendekatan REBT merupakan sebuah pendekatan konseling yang dapat diterapkan dengan Teknik *home work assignment*, teknik asertif, teknik emotif, dan teknik behavioristik (Dharmayana et al., 2017).

G. Uji Instrumen Penelitian

1. Uji Validitas

Pengujian validasi dari instrument penelitian yang digunakan adalah menggunakan program SPSS 22 dengan rumus korelasi *product moment*. Rumus ini dilakukan dengan melakukan korelasi antar masing-masing item dengan skor total. Skor total merupakan hasil dari penjumlahan seluruh item. Instrument yang digunakan akan dikatakan valid apabila r hitung $\geq r$ tabel.

Berdasarkan pengujian instrumen yang dilakukan kepada 45 subjek, maka r tabel yang akan digunakan adalah 0,294

Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas

No Item	r hitung	r tabel	Keterangan
Item1	0,341	0,294	Valid
Item2	0,326	0,294	Valid
Item3	0,399	0,294	Valid
Item4	0,408	0,294	Valid
Item5	0,557	0,294	Valid
Item6	0,304	0,294	Valid
Item7	0,527	0,294	Valid
Item8	0,439	0,294	Valid
Item9	0,536	0,294	Valid
Item10	0,528	0,294	Valid
Item11	0,654	0,294	Valid
Item12	0,328	0,294	Valid
Item13	0,486	0,294	Valid
Item14	0,574	0,294	Valid
Item15	0,424	0,294	Valid
Item16	0,088	0,294	Tidak Valid
Item17	0,310	0,294	Valid
Item18	0,517	0,294	Valid
Item19	0,442	0,294	Valid
Item20	0,331	0,294	Valid
Item21	0,413	0,294	Valid

Item22	0,553	0,294	Valid
Item23	0,519	0,294	Valid
Item24	0,363	0,294	Valid
Item25	0,488	0,294	Valid
Item26	0,532	0,294	Valid
Item27	0,463	0,294	Valid
Item28	0,357	0,294	Valid
Item29	0,422	0,294	Valid
Item30	0,222	0,294	Tidak Valid

Berdasarkan hasil uji validitas dengan rumus korelasi *product moment* diatas, perolehan skor terkecil adalah 0,088 dan skor tertinggi adalah 0,654. Dari hasil uji validitas tersebut pada variabel *self control* yang berjumlah item sebanyak 30 item dinyatakan valid sebanyak 28 item dan dinyatakan tidak valid sebanyak 2 item.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan uji *Alfa Cronbach* karena dalam instrument penelitian yang digunakan mengandung lebih dari satu jawaban benar. Dengan pengujian ini instrument penelitian akan masuk pada kategori reliabel ketika koefisien reliabilitas *Alfa Cronbach* lebih dari 0,70 atau $r > 0,70$ (Yusup, 2018). Hasil perhitungan nilai reliabilitas dengan *Alfa Cronbach* adalah sebagai berikut

Tabel 3.6 Hasil Uji *Alfa Cronbach*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.853	28

Dari hasil perhitungan tersebut diketahui bahwa nilai Alpha dari item yang diuji adalah .853 nilai tersebut $>0,70$ sehingga dapat disimpulkan bahwa 28 soal yang valid dapat dinyatakan reliabel.

H. Teknik Analisis Data

1. Uji Prasyarat

a. Uji Homogen

Uji homogenitas merupakan sebuah uji analisis data yang digunakan untuk menunjukkan bahwa dalam dua atau lebih kelompok data asalnya dari populasi yang mempunyai variansi yang sama (Gunawan, 2015). Perhitungan yang dilakukan menggunakan bantuan *SPSS 22 for windows*. Dalam pengujian ini ditetapkan hipotesis sebagai berikut :

Ho : Variansi pada tiap kelompok sama (homogen)

Ha : Variansi pada tiap kelompok tidak sama (tidak homogen)

Ketentuan :

1. Apabila signifikansi yang diperoleh $> \alpha$ (0,05), maka variansi setiap subyek sama (homogen).

2. Apabila signifikansi yang diperoleh $< \alpha$ (0,05), maka variansi setiap subyek tidak sama (tidak homogen).

b. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan sebuah uji analisis data yang digunakan untuk menunjukkan bahwa subyek yang digunakan berasal dari populasi yang distribusinya normal (Gunawan, 2015). Pada penelitian ini, uji normalitas yang digunakan adalah Teknik Kolmogorov-Smirnov. Perhitungan yang dilakukan menggunakan bantuan *SPSS 22 for windows*. Dalam pengujian ini ditetapkan hipotesis sebagai berikut :

Ho : Subyek berasal dari populasi berdistribusi normal

Ha : Subyek tidak berasal dari populasi berdistribusi normal

Ketentuan :

1. Apabila signifikansi yang diperoleh $> \alpha$ (0,05), maka subyek berasal dari populasi yang berdistribusi normal.
2. Apabila signifikansi yang diperoleh $< \alpha$ (0,05), maka subyek tidak berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

2. Teknik Analisis Data

Uji Hipotesis

Hipotesis statistik menurut Walpole dan Myers merupakan suatu anggapan atau pernyataan yang memiliki kemungkinan benar atau tidak mengenai suatu populasi atau lebih. (dalam Gunawan, 2015). Dari hal tersebut dapat diketahui pula bahwa dalam statistik kebenaran atau ketidakbenaran pada suatu karakteristik tidak dapat diketahui dengan pasti kecuali dengan pengamatan secara menyeluruh. Pengujian pada penelitian ini bergantung pada hasil uji prasyarat. Apabila data dapat dinyatakan homogen dan berdistribusi normal maka pengujian akan dilakukan dengan teknik uji parametrik. Sedangkan apabila data tidak dinyatakan homogen dan berdistribusi normal maka pengujian akan dilakukan dengan teknik uji nonparametrik. Uji ini merupakan teknik analisis data yang digunakan untuk menunjukkan ada atau tidaknya perbedaan data sebelum dan sesudah adanya perlakuan. Pada penelitian ini uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan bantuan *SPSS 22 for Windows*.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi Penelitian

1. Deskripsi Waktu dan Tempat

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret – April 2023, di Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten yang beralamat di Jl. Andalas, Tegalputihan, Semangkak, Klaten Tengah, Klaten. Balai Pemasarakatan (Bapas) merupakan wadah pembimbingan untuk anak dan mantan narapidana sesuai peraturan yang berlaku. Bapas menangani klien pemasarakatan anak dan dewasa. Di dalam Bapas yang bertugas memberikan pembimbingan adalah pembimbing kemasyarakatan (PK).

2. Deskripsi Subyek Penelitian

Dengan mempertimbangkan keterbatasan yang ada dilapangan penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan 12 subyek yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang masing-masing kelompok terdiri dari 6 orang. Seluruh subjek berjenis kelamin laki-laki dengan kasus hukum narkoba. Subjek seluruhnya berdomisili di Kabupaten Klaten dengan rentang usia 35-50 tahun dikarenakan pada usia tersebut banyak terjerat kasus hukum narkoba. Selain itu subjek yang digunakan sudah berada pada masa akhir bimbingan dan memiliki skor nilai *pretest self control* terendah.

B. Deskripsi Data

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan pada subjek klien dewasa dengan kasus hokum narkotika, maka peneliti mendapatkan hasil data penelitian dengan perbandingan data antar aspek *pretest* dan *posttest*. Hasil penelitian tersebut adalah:

Tabel 4.1 Perubahan skor *Pretest* dan *Posttest* Berdasarkan Aspek

No	Aspek	Skor Aspek		Skor Aspek		Selisih	
		Pretest		Posttest			
		M	SD	M	SD	M	SD
Kelompok Eksperimen							
1.	<i>Behaviour Control</i>	2,50	0,65	2,65	0,58	0,15	-0,07
2.	<i>Cognitive Control</i>	2,56	0,69	2,85	0,53	0,30	-0,16
3.	<i>Decision Control</i>	2,78	0,72	3,04	0,71	0,26	0,00
	Total	7,83	2,06	8,54	1,82	0,71	-0,24
Kelompok Kontrol							
1.	<i>Behaviour Control</i>	2,50	0,65	2,50	0,65	0,00	0,00
2.	<i>Cognitive Control</i>	2,56	0,63	2,56	0,63	0,00	0,00
3.	<i>Decision Control</i>	2,85	0,60	2,83	0,61	-0,02	0,01
	Total	7,91	1,88	7,89	1,89	-0,02	0,01

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa pada kelompok eksperimen terdapat perubahan pada setiap aspeknya. Perubahan tersebut dibuktikan dengan adanya peningkatan nilai mean pada setiap aspek. Nilai mean pada *pretest* kelompok eksperimen adalah 7,83 dan pada *posttest* adalah 8,54. Sedangkan pada kelompok kontrol, hasil perhitungan nilai meannya mengalami penurunan. Nilai mean pada *pretest* kelompok kontrol adalah 7,91 dan pada *posttest* adalah 7,89. Maka jika dilihat dari hasil

perhitungan diatas dapat disimpulkan bahwa kelompok eksperimen yang diberikan konseling REBT mengalami perubahan pada aspeknya. Sedangkan dalam kelompok kontrol tidak mengalami perubahan.

Dalam penelitian yang diterapkan pada klien dewasa dengan kasus hukum narkoba diperoleh hasil data penelitian dengan perbandingan data nilai *pretest* dan *posttest* sebagai berikut

Tabel 4.2 Perubahan skor *Pretest* dan *Posttest* Berdasarkan Subjek

No	Subjek	Skor Pretest		Skor Posttest		Selisih	
		M	SD	M	SD	M	SD
Kelompok Eksperimen							
1.	AS	2,821	0,612	2,929	0,604	0,107	-0,008
2.	HS	2,536	0,793	2,786	0,686	0,250	-0,106
3.	NR	2,821	0,670	2,893	0,685	0,071	0,016
4.	KT	2,429	0,742	2,821	0,723	0,393	-0,019
5.	SP	2,464	0,637	2,786	0,630	0,321	-0,007
6.	AK	2,571	0,634	2,821	0,390	0,250	-0,244
Total		15,643	4,087	17,036	3,718	1,393	-0,369
Kelompok Kontrol							
1.	WH	2,821	0,548	2,786	0,568	-0,036	0,020
2.	BS	2,536	0,793	2,536	0,793	0,000	0,000
3.	JS	2,857	0,651	2,857	0,651	0,000	0,000
4.	ST	2,464	0,637	2,464	0,637	0,000	0,000
5.	WT	2,500	0,577	2,500	0,577	0,000	0,000
6.	AW	2,607	0,567	2,607	0,567	0,000	0,000
Total		15,786	3,773	15,750	3,793	-0,036	0,020

Berdasarkan perolehan hasil perhitungan data diatas dapat dilihat bahwa pada skor *pretest* kelompok eksperimen bernilai mean 15,64 dan nilai standar deviasi sebesar 4,087. Skor *posttest* pada kelompok eksperimen memiliki nilai mean sebesar 17,036 dan nilai standar deviasi

sebesar 3,718. Sedangkan pada kelompok kontrol diketahui bahwa pada skor *pretest* memiliki nilai mean sebesar 15,786 dan nilai standar deviasi sebesar 3,773. Skor *posttest* pada kelompok kontrol memiliki nilai mean sebesar 15,75 dan nilai standar deviasi sebesar 4,793.

Dari uraian tersebut diketahui bahwa terdapat kenaikan jumlah skor pada *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa penerapan konseling individu pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* dapat meningkatkan *self control* pada klien dewasa. Dari data diatas diketahui pula pada kelompok kontrol tidak terdapat kenaikan skor pada *pretest* dan *posttest*, maka dapat disimpulkan bahwa *self control* pada klien dewasa tidak mengalami peningkatan.

C. Hasil Uji Prasyarat

1. Uji Homogen

Tabel 4.3 Hasil Uji Homogen

		Test of Homogeneity of Variance			
		Levene	df1	df2	Sig.
		Statistic			
Hasil	Based on Mean	2.907	3	20	.060
Skor	Based on Median	1.229	3	20	.325
	Based on Median and with adjusted df	1.229	3	16.27 6	.331
	Based on trimmed mean	2.707	3	20	.073

Berdasarkan hasil uji homogen diatas diketahui bahwa nilai signifikansi dari data kelompok eksperimen dan kontrol adalah sebesar 0,060. Apabila $0,060 > 0,05$ maka H_0 diterima, sehingga

dapat disimpulkan bahwa varian data terkait hasil skor kelompok eksperimen adalah homogen.

2. Uji Normalitas

Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

Kelas		Tests of Normality					
		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hasil Skor	Pre-Test Eksperimen	.248	6	.200*	.842	6	.136
	Post-Test Eksperimen	.286	6	.136	.863	6	.201
	Pre-Test Kontrol	.223	6	.200*	.858	6	.184
	Post-Test Kontrol	.211	6	.200*	.888	6	.309

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov diketahui bahwa hasil skor kelompok eksperimen pada *pretest* memiliki nilai signifikansi 0,200 dan pada *posttest* memiliki nilai signifikansi 0,136. Sedangkan hasil skor kelompok kontrol pada *pretest* dan *posttest* memiliki nilai signifikansi sebesar 0,200. Apabila nilai signifikansi yang diperoleh $>0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak. Hal ini berarti data yang diperoleh berdistribusi normal.

D. Hasil Uji Hipotesis

Uji Paired t-test

Tabel 4.5 Hasil Uji *Paired T-Test*

		Paired Samples Test							
		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	Pretest Kelompok Eksperimen - Posttest Kelompok Eksperimen	6.500	3.450	1.408	-10.120	-2.880	4.615	5	.006
Pair 2	Pretest Kelompok Kontrol - Posttest Kelompok Kontrol	.167	.408	.167	-.262	.595	1.000	5	.363

Berdasarkan hasil perhitungan data diatas diketahui bahwa :

1. Pada Pair 1 didapatkan Sig.(2-tailed) sebesar 0.006. Hal ini berarti nilai tersebut $<0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata hasil skor *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen.
2. Pada Pair 2 didapatkan Sig.(2-tailed) sebesar 0,363. Hal ini berarti nilai tersebut $>0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan rata-rata hasil skor *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol.

Dari kedua hal diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa adanya perbedaan nilai rata-rata pada hasil skor *pretest* dan *posttest* dapat membuktikan bahwa konseling individu pendekatan *REBT* dapat

meningkatkan *self control* klien dewasa. Sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan konseling individu pendekatan *REBT* tidak ada perubahan skor dari hasil nilai *pretest* dan *posttest*.

E. Pembahasan

Berdasarkan hasil perhitungan data yang telah dilaksanakan pada *pretest* dan *posttest* untuk masing-masing kelompok menghasilkan data bahwa pada kelompok eksperimen terdapat perubahan pada setiap aspek yang diberikan pendekatan *REBT*. Perubahan ini dibuktikan dengan adanya kenaikan nilai mean pada setiap aspek, nilai tersebut pada *pretest* kelompok eksperimen sebesar 7,83 dan pada *posttest* menghasilkan nilai sebesar 8,54. Sedangkan pada kelompok kontrol dihasilkan perhitungan data pada *pretest* sebesar 7,91 dan pada *posttest* sebesar 7,89. Hal ini membuktikan adanya penurunan nilai mean pada setiap aspek. Maka, dapat diambil kesimpulan bahwa pada kelompok eksperimen yang diberikan konseling individu pendekatan *REBT* terdapat perubahan pada setiap aspeknya, sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat perubahan.

Dari uraian diatas yang mengatakan bahwa terdapat kenaikan nilai mean dari hasil perhitungan *pretest* dan *posttest* berdasarkan penilaian aspek *self control* maka dapat disimpulkan bahwa konseling individu dengan menerapkan pendekatan *REBT* dapat meningkatkan *self control* klien dewasa. Hal ini dikarenakan dengan adanya kenaikan nilai pada aspek *self control* membuktikan bahwa kenaikan tersebut juga menunjukkan peningkatan dari *self control* itu sendiri. Hasil tersebut sesuai dengan

penelitian yang telah dilaksanakan (Herlina, 2017) bahwa hasil kenaikan nilai dari aspek kontrol diri yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan dapat menunjukkan adanya peningkatan kontrol diri dari subjek yang diuji. Selain itu diperkuat pula dari hasil penelitian yang dilaksanakan oleh (Konadi & Rambe, 2020) bahwa pendekatan REBT mampu meningkatkan *self control* terlihat dari nilai yang diperoleh atas kontrol dirinya. Semakin tinggi nilai yang diperoleh maka semakin tinggi pula *self control* yang dimilikinya.

Sedangkan dilihat dari hasil perhitungan *pretest* dan *posttest* berdasarkan subjek yang telah dilakukan, diketahui bahwa terdapat perbedaan *self control* antar individu. Pada kelompok eksperimen didapat hasil *pretest* berdasarkan nilai mean sebesar 15,643 dan nilai standar deviasi sebesar 4,087. Sedangkan pada hasil *posttest* didapatkan nilai mean sebesar 17,036 dan nilai standar deviasi sebesar 3,718. Pada kelompok kontrol didapatkan hasil *pretest* berdasarkan nilai mean sebesar 15,786 dan nilai standar deviasi sebesar 3,773. Sedangkan pada hasil *posttest* didapatkan nilai mean sebesar 15,750 dan nilai standar deviasi sebesar 3,793.

Pada pengujian hipotesis yang menggunakan teknik *paired t-test*. Pada pengujian ini didapatkan hasil pada kelompok eksperimen nilai Sig.(2-tailed) adalah 0.006. Hal ini berarti nilai tersebut $<0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat perbedaan rata-rata hasil skor *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen. Pada kelompok kontrol didapatkan Sig.(2-tailed) sebesar 0,363. Hal ini berarti nilai tersebut $>0,05$ sehingga tidak

terdapat perbedaan rata-rata hasil skor *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol. Pengambilan keputusan dalam pengujian ini adalah H_0 diterima apabila nilai signifikasinya $> 0,05$ atau H_a diterima jika nilai signifikasinya $< 0,05$. Dari hasil perhitungan tersebut dapat disimpulkan bahwa pada kelompok eksperimen H_a diterima karena nilai signifikasinya $< 0,05$. Hal ini menunjukkan adanya kenaikan *self control* pada klien dewasa. Kenaikan ini dapat diketahui dari hasil perhitungan nilai mean pada *pretest* dan *posttest* di kedua kelompok.

Pada pengujian yang telah dilaksanakan dan hasil yang didapatkan selaras dengan penelitian yang telah dilaksanakan (Ahmady, 2017) bahwa pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) terbukti mampu meningkatkan *self control* terhadap subjek yang diuji. Adanya kenaikan nilai *self control* yang disebabkan adanya penerapan REBT juga dibuktikan oleh (Setiawan & Mugiarto, 2021) yang menerapkan pendekatan tersebut pada siswa. Peningkatan tersebut dibuktikan dengan naiknya tingkatan *self control* siswa dari rendah ke sedang.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa konseling individu pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* dapat meningkatkan *self control* klien dewasa. Hal ini dibuktikan dari data hasil penelitian yang menunjukkan bahwa kelompok eksperimen memiliki nilai mean pada *pretest* sebesar 15,643 dan pada *posttest* sebesar 17,036. Sedangkan pada kelompok kontrol memiliki nilai mean pada *pretest* sebesar 15,786 dan pada *posttest* sebesar 15,750. Dan berdasarkan hasil uji *paired t-test* didapatkan hasil bahwa pada kelompok eksperimen memiliki nilai signifikansi sebesar 0,006. Apabila $0,006 < 0,05$ maka H_0 ditolak, sehingga didapatkan bahwa terdapat perubahan pada penerapan konseling individu yang menggunakan pendekatan REBT dalam meningkatkan *self control* klien dewasa. Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,363. Apabila $0,363 > 0,05$ maka H_0 diterima, sehingga didapatkan bahwa tidak terdapat perubahan pada *self control* klien dewasa.

B. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini tentunya memiliki kekurangan dalam beberapa hal yang masih dapat diperbaiki. Beberapa kekurangan tersebut adalah:

1. Kurangnya kedisiplinan subjek dalam mengikuti sesi konseling, sehingga sesi konseling tidak terlaksana sesuai jadwal.

2. Pemilihan sample yang kurang luas, menyebabkan keterbatasan peneliti dalam melaksanakan penelitian.

C. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah terlaksana, terdapat beberapa hal yang dapat diajukan sebagai saran. Beberapa hal tersebut adalah:

1. Bagi klien dewasa
 - a. Kepada klien dewasa agar lebih berhati-hati dalam mengambil keputusan di dalam hidupnya agar tidak terjadi penyesalan di kemudian hari.
 - b. Berusaha memilih lingkungan pertemanan yang lebih baik lagi sehingga dapat menciptakan hal-hal positif.
2. Bagi peneliti selanjutnya
 - a. Pada penelitian selanjutnya disarankan untuk lebih menjalin komunikasi kepada para subjek agar dapat lebih disiplin dalam mengikuti sesi konseling dengan jadwal yang telah disepakati.
 - b. Pada penelitian selanjutnya disarankan untuk lebih memperluas sample, sehingga penelitian dapat dilaksanakan dengan lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. (2015). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Aswaja PressIndo.
- Ahmad, H. (2022). Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 6(2). <https://doi.org/10.33394/realita.v6i2.4495>
- Ahmady, F. (2017a). *Penerapan Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Pengendalian Diri Siswa Kelas XI SMA Laksamana Martadinata Medan*.
- Ahmady, F. (2017b). *PENERAPAN PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY (REBT) UNTUK MENINGKATKAN PENGENDALIAN DIRI SISWA KELAS XI SMA LAKSAMANA MARTADINATA MEDAN TAHUN PEMBELAJARAN 2016/2017*.
- Aini, N. (2022). EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING INDIVIDU DALAM MENGHADAPI ANAK BROKEN HOME DI SMA NEGERI 1 TEBING TINGGI. *Al-Mursyid*, 4(2), 1–22.
- Ali Sati, S. H. (2020). INTENSITAS DUKUNGAN KELUARGA DALAM MENGURANGI TINGKAT STRES PADA WARGA BINAAN WANITA DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN. *TAKZIR: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial Dan Keislaman*, 06(1), 69–86.
- Ariusni, R. P. A. dan. (2019). PENGARUH KUALITAS SUMBER DAYA MANUSIA TERHADAP TINGKAT KRIMINALITAS DI INDONESIA. *Jurnal Kajian Ekonomi Dan Pembangunan*, 1(2), 653–666.
- Ariyanto, A. (2017). *HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN KECANDUAN INTERNET PADA REMAJA DI SURAKARTA*. UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA.
- Balaka, Muh. Y. (2022). *METODOLOGI PENELITIAN KUANTITATIF*. Widina Bhakti Persada Bandung.
- Barlian, E. (2016). *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Sukabina Press.
- Bastomi, H. (2018). Konseling Rational Emotif Behaviour Theraphy (Rebt)-Islami (Sebuah Pendekatan Integrasi Keilmuan). *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 2(2), 25–45.
- D. Setyaningrum. (2013). Pengaruh Persepsi Siswa Tentang layanan Konseling Individu dan Persepsi Tentang Kompetensi Kepribadian Konselor Terhadap Minat Memanfaatkan Layanan Bimbingan dan Konseling. *Jurnal BK UNESA*, 1(1), 245–252.

- Daulat, P. A. S. (2018). Urgensi Penggunaan Sanksi Hukum Pidana Dalam Konteks Penanggulangan Kejahatan. *Hukum Dan Dinamika Masyarakat*, 16(1), 79–86. <https://doi.org/10.36356/hdm.v16i1.848>
- Dharmayana, I. W., Sinthia, R., & Afriyati, V. (2017). Efektivitas Penerapan Konseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) untuk Menghilangkan Kecemasan pada Klien. *Konselor*, 6(2). <https://doi.org/10.24036/02017627562-0-00>
- Dikria, O. (2016). Pengaruh literasi keuangan dan pengendalian diri terhadap perilaku konsumtif mahasiswa jurusan ekonomi pembangunan fakultas ekonomi universitas negeri malang angkatan 2013. 09(2), 128–139.
- Fitriani, D. (2018). Peran Konselor Terhadap Klien Yang Mengalami Trauma Melalui Teknik Rational Emotif Behaviour Therapy (REBT). 3, 63–67.
- Garaika, & Darmanah. (2019). *METODOLOGI PENELITIAN*. CV. Hira Tech. www.hira-tech.com
- Gunawan, M. A. (2015). *Statistik Penelitian Bidang Pendidikan, Psikologi dan Sosial*. Parama Publishing.
- Hartati, A., Ahmad, H., & Mandasingi, A. R. (2021). Hubungan Antara Pengendalian Diri Dengan Prestasi Belajar Siswa Smkn 1 Sumbawa Besar. *Realita : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), 1051–1066. <https://doi.org/10.33394/realita.v5i2.3413>
- Hartati, S., & Rahman, I. K. (2017). KONSEP PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY (REBT) BERBASIS ISLAM UNTUK MEMBANGUN PERILAKU ETIS. *GENTA MULIA*, VIII(2), 13–26.
- Hastjarjo, T. D. (2019). Rancangan Eksperimen-Kuasi. *Buletin Psikologi*, 27(2), 187–203. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.38619>
- Herlina, Y. (2017). Penerapan Rational Emotive Behaviour Therapy Terhadap Kontrol Diri Dalam Mengurangi Penyalahgunaan Narkotika, Psikotropika, dan Zat Adiktif di Bandung. *PEKSOS: Jurnal Ilmiah Pekerjaan Sosial*, 16(1), 119–133.
- Hidayat, R., Karneli, Y., & Padang, N. (2022). Efektivitas Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy Setting Kelompok untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa dalam Pencegahan Penyalahgunaan Narkotika. 13(2), 35–44.
- Imam, H. (2018). Perkembangan Manusia Dalam Tinjauan Psikologi Dan Alquran. *IQ (Ilmu Al-Qur'an): Jurnal Pendidikan Islam*, 1(01), 84–99.

- Iswati, I. (2019). Karakteristik Ideal Sikap Religiusitas Pada Masa Dewasa. *At-Tajdid: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 2(01), 58–71. <https://doi.org/10.24127/att.v2i01.859>
- Karima, D., Gimmy, A., Siswadi, P., Abidin, Z., Psikologi, F., & Padjadjaran, U. (2019). *Psychological Well-Being Warga Binaan Lapas Wanita Kelas IIA Sukamiskin Bandung Menjelang Pembebasan*. 113–127.
- Konadi, H., & Rambe, S. A. (2020). Meningkatkan Self Control dalam Penggunaan Smartphone dengan Menggunakan Rational Emotif Behaviour Therapy (REBT). *Jurnal SOMASI (Sosial Humaniora Komunikasi)*, 1(2), 315–321. <https://doi.org/10.53695/js.v1i2.116>
- Marlina, Ningsih, Y. T., Fikry, Z., & Fransiska, D. R. (2021). Panduan Pelaksanaan REBT BERBASIS BISINDO Untuk Korban Pelecehan Seksual Perempuan Disabilitas (Perempuan Tunarungu). In *Bisindo* (Issue 1).
- Masdudi. (2015). *Bimbingan dan Konseling Perspektif Sekolah*. Nurjati Press.
- Melinda, B., Safitri, A., Faz, G. O., & Asfi, N. (2022). Persepsi Klien Terhadap Konseling Individu di Bapas Kelas I Palangkaraya. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 8(3), 234–241.
- Mubayyinah, F. (2021). URGENSI PENJATUHAN PIDANA TAMBAHAN BERUPA PEMBAYARAN BIAYA PENANGANAN PERKARA BAGI PELAKU TINDAK PIDANA KORUPSI. / *Mukammil: Jurnal Kajian Keislaman Volume, IV(2)*, 142–162.
- Nasution, H. S., Abdillah, & Rahmat Hidayat. (2019). *Bimbingan Konseling “Konsep, Teori dan Aplikasinya”* (R. Hidayat, Ed.). Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (LPPPI).
- Ngalimun, & Ihsan Mz. (2020). *Bimbingan Konseling di Sekolah Dasar dan Madrasah Ibtidaiyah* (Juairiyah, Ed.). Penerbit Litera.
- Nisa, F. K. (2018). *Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa Kelas VII SMP Muhammadiyah 49 Medan Tahun Ajaran 2019/2020*. UNIVERSITAS MUHAMMIDIYAH SUMATERA UTARA.
- Nugroho, R. S. (2022). Pengaruh Self Control Dan Self-Esteem Dalam Pencegahan Residivis Narapidana. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 9(1), 262–270.
- Nurhaini, D. (2018). Pengaruh Konsep Diri dan Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Terhadap Gadget. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 92–100. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v6i1.4532>

- Paramita, R. W. D., Rizal, N., & Sulistyan, R. B. (2021). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF*.
- Phami, T., Wahid, A., & Rohadi. (2021). PELAKSANAAN TUGAS POLRI MENDUKUNG PROTOKOL KESEHATAN SELAMA PANDEMI COVID-19 DALAM RANGKA TERWUJUDNYA SITUASI KAMTIBMAS YANG KONDUSIF. *Jurnal De Jure Muhammadiyah Cirebon*, 5(2), 1–10.
- Pratidina, A. G., Muhammad, A., & Tando, C. E. (2022). Efektivitas Peran Bimbingan Bapas Pada Klien Dalam Mengurangi Tindak Pidana Residivis di Bapas Kelas II Purwokerto. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(6), 2977–2982.
- Priadana, M. S., & Denok, S. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Pascal Books.
- Priyambodo, A. B., Rifany Humairah Purnama Katili, & Moh. Bisri. (2021). Sikap terhadap Uang dan Kontrol Diri sebagai Prediktor Perilaku Manajemen Keuangan pada Mahasiswa Rantau. *Jurnal Sains Psikologi*, 10(2), 109–117. <https://doi.org/10.17977/um023v10i22021p109-117>
- Priyono. (2008). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF*. Zifatama Publishing.
- Putra, A. (2019). Dakwah Melalui Konseling Individu. *ENLIGHTEN (Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam)*, 2(2), 97–111. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v2i2.1201>
- Putri, A. F. (2018). Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Rofiq, A. A. (2017). *Teori dan Praktik Konseling*. Raziev Jaya.
- Sari, D. P. (2021). Tingkat Ketercapaian Tugas Perkembangan Dewasa Awal: Studi Deskriptif pada Mahasiswa IAIN Curup. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 5(2), 243. <https://doi.org/10.29240/jbk.v5i2.3330>
- Setiawan, I., & Mugiarto, H. (2021). Konseling Kelompok Berbasis Cybercounseling Pendekatan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) untuk Meningkatkan Kontrol Diri Siswa. *ENLIGHTEN (Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam)*, 4(1), 30–41. <https://doi.org/10.32505/enlighten.v4i1.2635>
- Siallagan, A. M., Derang, I., & ... (2021). Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Pada Mahasiswa Di Stikes Santa Elisabeth Medan. *Jurnal Darma Agung ...*, 8(1), 54–61.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.

- Suriati, Mulkiyan, & Makmur Jaya Nur. (2020). *Teori dan Teknik Bimbingan dan Konseling* (Takdir & Rahmatullah, Eds.). CV. Latinulu.
- Syahrum, & Salim. (2014). *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (R. Ananda, Ed.). Citapustaka Media.
- Waluwandja, P. A., & Dami, Z. A. (2018). Upaya Pengendalian Diri Melalui Layanan Bimbingan Kelompok. *Ciencias: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 1(1), 109–123.
- Wulandari, A. (2020). *Hubungan Kontrol Diri dengan Fear of Missing Out Pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial* [UIN RADEN INTAN LAMPUNG]. <https://doi.org/10.1128/AAC.03728-14>
- Yusuf, U., & Patrisia, R. (2011). Pengaruh Terapi Kognitif Perilaku Terhadap Peningkatan Kontrol Diri Pada Residivis. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 3(2), 245–256.
- Yusup, F. (2018). UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS INSTRUMEN PENELITIAN KUANTITATIF. *Januari-Juni*, 7(1), 17–23.
- Zulfah. (2021). Karakter : Pengendalian Diri. *IQRA: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 1(1), 28–33.

LAMPIRAN

LAMPIRAN 1**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

Nama : Amanda Fildza Shabrina
Tempat, Tanggal Lahir : Sukoharjo, 29 Maret 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
e-mail : amandafildza754@gmail.com
Warga Negara : Indonesia
Agama : Islam
Alamat : Kauman Baru, Tonggalan, Klaten
Riwayat Pendidikan : SD Negeri 4 Klaten
SMP Negeri 1 Klaten
SMA Negeri 2 Klaten

Surakarta, Mei 2023

Peneliti,

Amanda Fildza Shabrina

NIM. 191.221.164

LAMPIRAN 2**LEMBAR PENILAIAN AHLI**

Mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian terhadap instrumen dengan aspek-aspek berikut ini. Mohon diberikan tanda checklist (√) pada skala penilaian yang dianggap sesuai. Rentang skala penilaian adalah 1,2,3,dan 4 dengan kriteria bahwa semakin besar bilangan yang dirujuk, maka semakin baik atau sesuai dengan aspek yang disebutkan.

Bapak/Ibu memberikan saran revisi atau komentar pada tempat yang telah disediakan. Skala penilaian:

1= tidak relevan/tidak baik

2= kurang relevan/kurang baik

3= cukup relevan/cukup baik

4= relevan/baik

Untuk penilaian yang bersifat kualitatif mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan masukan pada lembar yang disediakan. Kami mengucapkan terimakasih atas kesediaan Bapak/Ibu untuk mengisi lembar validasi ini. Masukan yang Bapak/Ibu berikan menjadi bahan perbaikan pada pengembangan instrumen ini.

Tabel Penilaian

No.	Aspek Penilaian	Deskriptor	Skala Nilai			
			1	2	3	4
1.	Sistematika penyusunan instrumen	1. Instrumen disusun berdasarkan landasan instrumen			√	
		2. Instrumen disusun secara lengkap dan terstruktur				√
		3. Penyusunan instrument disesuaikan dengan			√	

		penggunaan yang mudah dan praktis				
		4. Penyusunan item pernyataan sesuai dengan jenis instrumen yang akan digunakan			√	
2.	Keefektifan penggunaan bahasa	1. Bahasa yang digunakan dalam instrumen baku dengan tata bahasa dan Ejaan Bahasa Indonesia (EBI)				√
		2. Bahasa ditulis dengan gaya yang komunikatif dan relatif mudah dipahami			√	
		3. Bahasa tidak mengandung unsur SARA, pornografi, dan tidak menyinggung pihak tertentu			√	
3.	Kemenarikan instrumen	1. Desain instrumen sesuai dengan topik			√	
		2. Komposisi instrumen memuat judul serta petunjuk penggunaan			√	
		3. Desain instrumen disusun secara kreatif dan inovatif			√	
4.	Relevansi	1. Indikator relevan dengan aspek			√	
		2. Indikator relevan dengan definisi operasional			√	
		3. Indikator sesuai dengan butirbutir instrumen			√	

		4. Kelengkapan butir sesuai dengan topik yang disajikan			√	
		5. Ilustrasi dalam butir-butir instrumen sesuai dengan perkembangan klien dewasa			√	
		6. Kesesuaian antar setiap butir dalam instrumen			√	
5.	Keakuratan	1. Butir-butir instrumen yang disajikan sesuai dengan <i>grand design theory</i>			√	
		2. Butir-butir instrument yang disajikan sesuai dengan perkembangan yang mutakhir			√	
		3. Butir-butir instrument yang disajikan sesuai dengan kehidupan sehari-hari			√	
		4. Pengemasan butir-butir dalam instrument sesuai dengan pendekatan keilmuan yang bersangkutan (pendekatan saintifik)			√	
		5. Instrumen yang disusun merupakan karya orisinalitas oleh pembuat instrumen			√	

Saran Perbaikan dan Kesimpulan:

Sudah cukup baik

Yogyakarta, 8 Maret 2023

CURRICULUM VITAE

A. Biodata Pribadi

Nama : Zahro Varisna Rohmadani, S.Psi, M.Psi, Psikolog

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat, tanggal lahir : Kulon Progo, 2 Maret 1989

Alamat : Nogosari, Sidokarto, Godean, Sleman, Yogyakarta

No HP : 0895-3838-48541

Email : zahrovarisna@unisayogya.ac.id

B. Riwayat Pendidikan

Tahun Lulus	Pendidikan
2011	Prodi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
2016	Magister Psikologi Profesi UMS

C. Riwayat Pekerjaan

Tahun	Instansi
2016-sekarang	Owner Biro Konsultasi Psikologi Paripurna
2016-sekarang	Dosen Universitas Aisyiyah Yogyakarta
2020-sekarang	Psikolog di klikdokter

LEMBAR PENILAIAN AHLI

Mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan penilaian terhadap instrumen dengan aspek-aspek berikut ini. Mohon diberikan tanda checklist (√) pada skala penilaian yang dianggap sesuai. Rentang skala penilaian adalah 1,2,3,dan 4 dengan kriteria bahwa semakin besar bilangan yang dirujuk, maka semakin baik atau sesuai dengan aspek yang disebutkan.

Bapak/Ibu memberikan saran revisi atau komentar pada tempat yang telah disediakan. Skala penilaian:

1= tidak relevan/tidak baik

2= kurang relevan/kurang baik

3= cukup relevan/cukup baik

4= relevan/baik

Untuk penilaian yang bersifat kualitatif mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan masukan pada lembar yang disediakan. Kami mengucapkan terimakasih atas kesediaan Bapak/Ibu untuk mengisi lembar validasi ini. Masukan yang Bapak/Ibu berikan menjadi bahan perbaikan pada pengembangan instrumen ini.

Tabel Penilaian

No.	Aspek Penilaian	Deskriptor	Skala Nilai			
			1	2	3	4
1.	Sistematika penyusunan instrumen	1. Instrumen disusun berdasarkan landasan instrumen				√
		2. Instrumen disusun secara lengkap dan terstruktur				√
		3. Penyusunan instrument disesuaikan dengan penggunaan yang mudah dan praktis				√

		4. Penyusunan item pernyataan sesuai dengan jenis instrumen yang akan digunakan				√
2.	Keefektifan penggunaan bahasa	1. Bahasa yang digunakan dalam instrumen baku dengan tatabahasa dan Ejaan Bahasa Indonesia (EBI)				√
		2. Bahasa ditulis dengan gaya yang komunikatif dan relatif mudah dipahami				√
		3. Bahasa tidak mengandung unsur SARA, pornografi, dan tidak menyinggung pihak tertentu				√
3.	Kemenarikan instrumen	1. Desain instrumen sesuai dengan topik				√
		2. Komposisi instrumen memuat judul serta petunjuk penggunaan				√
		3. Desain instrumen disusun secara kreatif dan inovatif				√
4.	Relevansi	1. Indikator relevan dengan aspek			√	
		2. Indikator relevan dengan definisi operasional				√
		3. Indikator sesuai dengan butir-butir instrumen				√
		4. Kelengkapan butir sesuai dengan topik yang disajikan				√

		5. Ilustrasi dalam butir-butir instrumen sesuai dengan perkembangan klien dewasa				√
		6. Kesesuaian antar setiap butir dalam instrumen				√
5.	Keakuratan	1. Butir-butir instrumen yang disajikan sesuai dengan <i>grand design theory</i>			√	
		2. Butir-butir instrument yang disajikan sesuai dengan perkembangan yang mutakhir				√
		3. Butir-butir instrument yang disajikan sesuai dengan kehidupan sehari-hari				√
		4. Pengemasan butir-butir dalam instrument sesuai dengan pendekatan keilmuan yang bersangkutan (pendekatan saintifik)				√
		5. Instrumen yang disusun merupakan karya orisinalitas oleh pembuat instrumen				√

Saran Perbaikan dan Kesimpulan:

Pernyataan-pernyataan yang dibuat sudah menggambarkan hal apa yang mau diukur dan sudah sesuai dengan teori yang di pakai. Hanya saja ada beberapa butir yang harus ditinjau kembali, terutama dalam pemilihan-pemilihan kalimat yang digunakan, sehingga partisipan dapat memahami langsung apa yang dimaksudkan dan tidak terlalu general

Jakarta, 5 Maret 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Michelle Tania' in a cursive style.

Michelle Tania, M.Psi.,
Psikolog

CURRICULUM VITAE

A. Biodata Pribadi

Nama : Michelle Tania, M.Psi., Psikolog

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat, tanggal lahir : Bandung, 31 Desember 1995

Alamat : Jalan kelapa hibrida II RA 7 No 17
Kelapa Gading, Jakarta Utara

No HP : 087782549403

Email : michelletania3112@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

Tahun	Pendidikan
2013 - 2017	S1 Psikologi
2018 - 2021	S2 Magister Klinis

C. Riwayat Pekerjaan

Tahun	Instansi
2021 - Now	Lingkar Psikologi
2021 - Now	Ohana Space

LAMPIRAN 3*Skala Self Control*

Nama :
 Usia :
 Jenis Kelamin : L / P
 Tanggal Pengisian :

Dalam rangka melengkapi data yang diperlukan untuk penelitian tugas akhir, bersama ini peneliti menyampaikan kuesioner penelitian mengenai “Penerapan Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* untuk Meningkatkan *Self Control* Klien Dewasa di Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten” adapun hasil dari kuesioner ini akan digunakan sebagai bahan menyusun tugas akhir pada program sarjana Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

Peneliti memahami waktu bapak/ibu sangat terbatas dan berharga, namun peneliti juga mengharap ketersediaan bapak/ibu untuk membantu pelaksanaan penelitian ini dengan mengisi secara lengkap kuesioner yang terlampir. Peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya atas ketersediaan bapak/ibu yang telah meluangkan waktu untuk menjawab semua pertanyaan dalam kuesioner ini.

Petunjuk Pengisian

1. Bacalah pertanyaan dengan seksama dan teliti
2. Isi dengan jujur sesuai dengan yang sesungguhnya.
3. Hasil pengisian tidak mempengaruhi hukuman yang ada.
4. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan memberi (√) pada pernyataan di bawah ini
5. Kembali teliti seluruh jawaban sebelum diserahkan dan jangan sampai ada yang terlewat.

Contoh

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya mampu menahan marah		√		

Keterangan

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai


No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya tetap mengerjakan pekerjaan yang tidak saya senangi dengan baik				
2.	Saya selalu mengeluh dengan tugas-tugas dari pembimbing kemasyarakatan				
3.	Saya mampu mengendalikan diri disaat saya sedang marah dengan orang lain				
4.	Saya selalu marah-marah kepada orang lain ketika saya merasa kacau				
5.	Saya bersikap tidak baik kepada orang lain				
6.	Saya bersikap tidak peduli kepada orang yang kurang di senangi				
7.	Saya bersikap marah ketika ada teman lain yang sedang membicarakan saya				
8.	Saya selalu berkata kasar ketika saya sedang marah dengan orang disekitar saya.				
9.	Saya mampu memikirkan hal-hal yang menyenangkan di saat saya sedang marah				
10.	Saya mampu memikirkan hal positif di saat saya sedang kacau				
11.	Saya mampu mengalihkan perhatian saya dengan kegiatan positif ketika saya sedang marah				

12.	Saya bersikap gelisah ketika ada orang yang menuduh saya				
13.	Saya mampu mengolah pikiran positif saya ketika menghadapi masalah				
14.	Saya mampu berpikir positif terhadap kondisi diri saya				
15.	Saya masih labil dalam mempertahankan prinsip hidup saya				
16.	Saya dapat menolak ajakan teman yang melakukan perilaku kurang baik				
17.	Saya mampu bertanggung jawab untuk melakukan pekerjaan dibandingkan menongkrong bersama teman				
18.	Saya memilih berkumpul dengan teman-teman yang menganggur dibanding datang ke pelatihan kerja				
19.	Saya bingung memilih menghabiskan waktu untuk mengembangkan bakat saya atau berdiam diri				
20.	Saya akan menyisihkan uang yang saya dapat untuk masa depan saya				
21.	Saya tidak akan bertanggung jawab dengan kesalahan yang saya perbuat.				
22.	Saya akan menyerahkan masalah saya kepada teman ketika saya tidak mampu menyelesaikannya				
23.	Saya membuat rencana terhadap apa yang saya lakukan				
24.	Saya akan memilih diam dirumah daripada mengikuti kegiatan apapun				

25.	Saya akan marah-marrah ketika teman menuduh saya melakukan kesalahan				
26.	Saya selalu mengejek teman yang memiliki kekurangan				
27.	Saya akan aktif dalam kegiatan yang positif daripada berdiam diri di rumah				
28.	Saya tidak akan mengulangi kesalahan saya				

LAMPIRAN 5

SURAT PERIZINAN PENELITIAN

 KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
REPUBLIK INDONESIA
KANTOR WILAYAH JAWA TENGAH
Jl. Dr. Cipto No.64 Semarang 50128 – Jawa Tengah
Telepon : 024 - 3543063 Fak.024 - 3546795
Laman : <http://jateng.kemerkumham.go.id>, Surel: kanwil.jateng@kemerkumham.go.id

20 Februari 2023

Nomor : W13.UM.01.01 – 246
Sifat : Biasa
Lampiran : 1 (Satu) Lembar
Perihal : Ijin Penelitian

Yth.
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta
Di –
Tempat



Sehubungan dengan surat Saudara Nomor : B-403/Un.20/F.I/PP.01.1/02/2023 tanggal 14 Februari 2023 perihal sebagaimana tersebut pada pokok surat, bersama ini dengan hormat kami sampaikan bahwa pada prinsipnya menyetujui atau memberikan ijin kepada mahasiswa tersebut dibawah ini untuk melaksanakan penelitian di Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten dalam rangka penyusunan Skripsi dengan judul skripsi " Penerapan Konseling Individu Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* untuk Meningkatkan *Self Control* Klien Dewasa di Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten " yang akan dilaksanakan pada bulan Februari 2023 sampai dengan bulan Maret 2023.
Adapun identitas mahasiswa yang dimaksud yaitu :

Nama : Amanda Fildza Shabrina
NIM : 191221164

Sebelum mengadakan penelitian agar memperhatikan hal-hal sebagai berikut :

1. Terlebih dahulu berkoordinasi dengan Kepala Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten.
2. Selama melaksanakan kegiatan penelitian harus mentaati SOP yang ada dan menerapkan protokol kesehatan Covid-19 serta menunjukkan sertifikat vaksin dan menunjukkan sudah rapit pcr atau antigen.
3. Menyerahkan hasil penelitian kepada Kepala Divisi Pemasarakatan Kanwil Kumham Jateng dan Kepala Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten masing-masing 1 (satu) eksemplar.

Demikian surat persetujuan ini diberikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

  An. Kepala Kantor Wilayah
Kepala Divisi Pemasarakatan
Supriyanto
NIP. 196501271988111001

Tembusan Yth. :
1. Kepala Kantor Wilayah Kementerian Hukum dan HAM Jateng (sebagai laporan).
2. Kepala Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten.

LAMPIRAN 6

DOKUMENTASI KONSELING INDIVIDU PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY*

Pertemuan ke-1



Pertemuan ke-2



Pertemuan Ke-3



Pertemuan Ke-4



LAMPIRAN 9

PANDUAN EKSPERIMEN

**KONSELING INDIVIDU DENGAN PENDEKATAN *RATIONAL
EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY* UNTUK MENINGKATKAN *SELF
CONTROL* KLIEN DEWASA DI BALAI PEMASYARAKATAN KELAS II
KLATEN**



DISUSUN OLEH:

AMANDA FILDZA SHABRINA

NIM. 191221164

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

JURUSAN DAKWAH DAN KOMUNIKASI

FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA

2023

PANDUAN KONSELING INDIVIDU PENDEKATAN

RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY

A. PENGANTAR

Konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) untuk meningkatkan kontrol diri klien dewasa merupakan sebuah layanan bimbingan konseling yang digunakan untuk membantu individu dalam menyelesaikan permasalahan terkait kontrol diri dalam dirinya. Konseling ini diterapkan secara individu.

Penerapan layanan konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) ini memiliki tujuan yang diselaraskan dengan diselenggarakannya penelitian ini adalah agar klien dewasa mampu meningkatkan kontrol diri individu tersebut. Adanya kontrol diri ini dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan yang hadir dalam hidupnya. Kontrol diri juga dapat digunakan untuk menuntun individu agar tidak terjerumus pada hal-hal negatif yang akan merugikan dirinya sendiri maupun orang lain.

B. PETUNJUK PENGGUNAAN

Dalam penggunaan panduan eksperimen ini terdapat petunjuk dalam penggunaannya. Hal ini dilakukan agar penggunaan panduan eksperimen ini dapat diterapkan secara efektif. Berikut petunjuk penggunaannya:

1. Panduan eksperimen dapat digunakan sebagai pedoman dalam pelaksanaan eksperimen dengan melaksanakan uji coba teknik *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) untuk meningkatkan kontrol diri.
2. Eksperimenter menjelaskan terkait pendahuluan dan petunjuk penggunaan terlebih dahulu. Hal ini bertujuan agar eksperimenter memahami pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) untuk meningkatkan kontrol diri.
3. Eksperimenter mempelajari prosedur yang telah disusun sebelum memberikan materi bimbingan pada kondisi yang telah terjadi.

C. SASARAN DAN KRITERIA

Pelaksanaan eksperimen dapat berjalan dengan efektif jika subjek yang diberikan perlakuan sesuai dengan karakteristik yang dibutuhkan. Sasaran dalam penelitian ini adalah klien dewasa yang ada di Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten. Sedangkan kriteria yang diperbolehkan mengikuti pelaksanaan eksperimen dengan pendekatan *Rational Emotive Bahviour Therapy* (REBT) ini diantaranya adalah :

1. Merupakan klien dewasa berumur 35-50 tahun,
2. Berdomisili di Kabupaten Klaten.
3. Masih berada dalam masa bimbingan.
4. Berjenis kelamin laki-laki.
5. Terlibat kasus hukum narkoba.
6. Memiliki skor nilai *pretest* terendah.

D. PERAN KONSELOR DALAM KONSELING INDIVIDU DENGAN PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAAPY* (REBT)

Dalam pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) terdapat ciri-ciri yang menunjukkan peran konselor dalam proses konseling ini. Ciri-ciri tersebut diantaranya adalah

- 1) Konselor berperan aktif dalam menggali masalah yang dihadapi klien. Maksud dari ciri ini adalah konselor harus efektif dalam melibatkan dirinya dan berusaha memberikan pertolongan pada kliennya. Hal ini dimaksudkan agar klien dapat berkembang sesuai dengan keinginannya yang telah disesuaikan dengan potensi yang dimilikinya.
- 2) Konselor menciptakan dan memelihara hubungan baik dengan klien. Ciri pendekatan ini dimaksudkan dari adanya hubungan baik yang telah dibangun berpengaruh pada kesuksesan proses konseling. Hal ini dikarenakan dengan adanya hubungan yang baik konselor dapat merubah cara berpikir klien yang irasional menjadi rasional.

- 3) Konselor tidak banyak menggali masa lalu klien. Masa lalu merupakan hal yang sensitif bagi tiap individu. Konselor dapat memberikan batasan pada dirinya sendiri untuk melangkah lebih jauh pada hal-hal yang bersifat pribadi, sehingga tidak merusak hubungan yang telah dibangun. (Bastomi, 2018)

Pada pelaksanaan konseling ini terdapat kriteria konselor yang harus dipenuhi. Kriteria tersebut diantaranya adalah:

1. Menduduki jabatan Pembimbing Kemasyarakatan tingkat I atau Madya
2. Berlatar pendidikan Psikologi, Bimbingan dan Konseling, atau telah mengikuti pelatihan konseling.
3. Pernah menangani klien dengan kasus penyalahgunaan narkotika.

E. KONSEP DASAR

1. Konseling Individu *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT)

Menurut Dryden & Bernard, *Rational Emotive Behaviour Therapy* atau REBT adalah sebuah pendekatan yang lebih menekankan pada pentingnya peran pemikiran pada tingkah laku (Fitriani, 2018). Teori yang dikembangkan oleh Albert Ellis ini memiliki konsep umum bahwa pendekatan yang digunakan dalam teknik ini merupakan psiko-pendidikan, yang mana memiliki asas berupa aktif-direktif atau mengarah dan didaktif atau mengajar. Maka, dari konsep tersebut Ellis mengemukakan pendapatnya bahwa REBT merupakan sistem psikoterapi yang memberikan pengajaran kepada individu tentang bagaimana sistem keyakinan dari individu tersebut dapat menentukan apa yang dirasakan dan dilakukannya di berbagai peristiwa kehidupan (S. Hartati & Rahman, 2017). Dari uraian diatas dapat diketahui bahwa REBT adalah terapi yang dilakukan dengan cara menghilangkan pikiran klien yang tidak logis dengan cara mempertemukan klien dengan keyakinan irasionalnya dan mendiskusikan pemikiran irasional tersebut.

Pada terapi emotif rasional merupakan salah satu aliran psikoterapi yang di dasarkan pada anggapan bahwa setiap manusia hadir dengan potensi.. Dari hal ini dapat diketahui bahwa manusia merupakan makhluk yang unik dan memiliki kecenderungan dalam berpikir. Apabila pikiran dan tingkah laku manusia mengarah ke rasional maka manusia tersebut akan efektif, bahagia, dan kompeten. Sedangkan jika pikiran dan tingkah laku manusia mengarah ke rasional, maka manusia tersebut akan tidak efektif dan mengarah pada hal-hal negatif. Ketika manusia memiliki pemikiran irasional maka akan menimbulkan hambatan emosi dalam dirinya. Hadirnya pemikiran tidak logis tersebut didapat manusia dari lingkungan di sekitarnya (Suriati et al., 2020).

Berdasarkan teori yang dikemukakan Ellis, Turner & Barker memaparkan terkait makna dan mengembangkan konsep teori model ABC dengan:

- 1) *Activating event* (A) yang berarti semua kejadian aktual yang terjadi pada individu berpotensi menjadi pemicu munculnya *belief* (B), yang mana kejadian tersebut bisa terjadi secara internal atau eksternal.
- 2) *Belief* (B) yang berarti keyakinan, sudut pandang, atau nilai diri individu dalam suatu peristiwa yang terjadi. Keyakinan ini dapat berupa keyakinan yang rasional dan tidak rasional.
- 3) *Consequence of belief* (C) yang berarti sebuah konsekuensi dari akibat adanya hubungan antara *belief* dan *activating event*. Bentuk dari *consequence* itu sendiri berupa reaksi emosi individu baik emosi positif ataupun negatif.
- 4) *Disputing irrational belief* (D) yang berarti untuk mengubah pemikiran irasional menjadi pemikiran rasional diperlukan sebuah terapi.

- 5) *Effective* (E) yang merupakan hasil dari ABCD dari emotif, behavior, dan kognitif. (dalam Marlina et al., 2021)

2. Tujuan Konseling Individu dengan pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT)

Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* (REBT) merupakan teknik konseling yang memandang bahwa manusia memiliki sifat rasional dan irasional. Teknik ini merupakan pendekatan konseling yang merubah pemikiran irasional manusia menjadi pemikiran rasional untuk mengarahkan manusia pada tingkah laku yang efektif, bahagia, dan kompeten. Dalam teknik REBT pemikiran manusia dianggap berperan penting pada tingkah laku manusia. Dari hal ini maka teknik REBT lebih berfokus pada perubahan pemikiran dalam mengatasi permasalahan yang hadir pada diri manusia.

Pada pelaksanaan konseling ini juga memiliki beberapa tujuan diantaranya adalah

1. Mendorong klien dewasa untuk menghilangkan pemikiran irasionalnya.
2. Mengarahkan klien dewasa untuk mengontrol perilaku positif.
3. Mengarahkan klien dewasa untuk melihat peristiwa yang tidak menyenangkan dalam segi positif.
4. Mengarahkan klien dewasa dalam mengambil keputusan yang positif.

3. *Self Control* (Kontrol Diri)

Self control atau kontrol diri dapat disebut juga dengan pengendalian diri. Pengendalian diri ini banyak di definisikan oleh para ahli. Goldfried dan Merbaum mendefinisikan bahwa kontrol diri merupakan suatu kemampuan dalam menyusun, membimbing, mengatur, serta mengarahkan bentuk dari perilaku yang dapat mengarahkan individu pada konsekuensi positif (dalam Waluwandja & Zummy Anselmus Dami, 2018). Sedangkan Averill berpendapat bahwa

kontrol diri dipaparkan sebagai kendali diri dari individu untuk mengatasi keluhan negatif, sehingga keadaannya menjadi lebih baik (dalam Wulandari, 2020). Selain itu terdapat juga pendapat dari Ghuffron dan Risnawita yang mengutarakan bahwa kontrol diri merupakan keterkaitan antara cara individu mengendalikan emosi dan dorongan-dorongan dari dalam dirinya (dalam Priyambodo et al., 2021).

Dari beberapa pengertian yang telah diuraikan dapat diketahui pula bahwa pengendalian diri atau kontrol diri merupakan upaya tiap individu dalam mengatur sesuatu hal yang mendorong dirinya baik yang berasal dari dalam dirinya sendiri maupun dari luar yang mungkin dapat merugikan dirinya sendiri. Dengan adanya kontrol diri individu juga mampu mengarahkan dirinya sendiri dalam bertingkah laku. Hal ini disebabkan dengan adanya kontrol diri maka setiap individu mampu mengontrol apa yang mereka harus lakukan maupun yang tidak seharusnya mereka lakukan.

Pengendalian diri memiliki beberapa aspek di dalamnya, yang menurut Ghuftron diantaranya adalah kemampuan dalam mengontrol perilaku, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan dalam mengantisipasi peristiwa, kemampuan dalam dalam menafsirkan peristiwa, dan kemampuan dalam mengambil keputusan (Zulfah, 2021). Beberapa aspek tersebut jika dimiliki oleh seorang individu maka individu tersebut akan memiliki kemampuan pengendalian diri yang baik. Dengan demikian hal tersebut juga dapat menghindarkan individu dari masalah-masalah yang tidak di kehendaki. Sedangkan menurut Averill, dkk aspek kontrol diri diantaranya adalah *behavioral control*, yang diartikan dengan kemampuan individu dalam mengambil tindakan untuk mengurangi penyebab dan akibat dari stressor yang dirasakan oleh seorang individu. Di dalam kemampuan ini terdapat dua komponen yaitu mengatur pelaksanaan dan kemampuan dalam memodifikasi stimulus. *Cognitive control*, yang diartikan dengan kemampuan individu dalam mengerjakan proses berpikir untuk memodifikasi akibat

dari stressor. Dan *decision control*, yang diartikan dengan kemampuan individu untuk memutuskan hasil atau tindakan yang didasari dengan apa yang diyakininya (Ariyanto, 2017).

Dalam pengendalian diri terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi keterbentukannya. Menurut Ghufron & Risnawati, faktor yang berpengaruh dalam pengendalian diri ada dua yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal disini berkaitan dengan usia, karena seiring bertambahnya umur individu maka semakin banyak juga hal-hal yang mempengaruhi. Sedangkan faktor eksternal berkaitan dengan orang tua dan lingkungan di sekitar individu hidup, seperti pola asuh orang tua (Nurhaini, 2018). Dari kedua hal yang mempengaruhi adanya kontrol diri, maka ketika kondisi internal maupun eksternalnya pada kondisi yang baik seorang individu juga akan memiliki kontrol diri yang baik pula.

F. PELAKSANAAN KEGIATAN

Pelaksanaan konseling individu dengan pendekatan *Rational emotive Behaviour Therapy* untuk meningkatkan kontrol diri klien dewasa didasarkan pada aspek kontrol diri yang di paparkan oleh Averill. Aspek tersebut diantaranya adalah *behaviour control* (kontrol perilaku) yang memunculkan topik mengenai kemampuan dalam mengontrol perilaku positif. Kemudian aspek *cognitive control* (kontrol kognitif) yang memunculkan topik mengenai kemampuan klien dalam melihat peristiwa yang tidak menyenangkan dalam segi positif. Aspek selanjutnya yaitu *decision control* (mengontrol keputusan) yang memunculkan topik kemampuan dalam pengambilan keputusan yang positif. Dalam pelaksanaan konseling ini juga memberikan evaluasi dan tindak lanjut kegiatan.

Program pelaksanaan dalam konseling ini melibatkan dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Masing-masing kelompok terdiri dari enam individu. Dalam kegiatan konseling ini diawali dengan pemberian *pretest* pada masing-masing kelompok dan diakhiri

dengan pemberian *posttest*. Dalam kelompok kontrol individu tersebut tidak diberikan *treatment* konseling *rational emotive behaviour therapy*. Sedangkan pada kelompok eksperimen di terapkan konseling tersebut. Hal ini dilakukan untuk mengukur tingkat keefektifan konseling individu dengan pendekatan *rational emotive behaviour therapy* dalam meningkatkan kontrol diri pada klien dewasa.

Proses konseling individu yang diterapkan pada kelompok eksperimen dilaksanakan selama empat kali pertemuan dan menerapkan 4 rancangan pelaksanaan layanan dengan susunan sebagai berikut:

1. Pelaksanaan konseling individu hari pertama:
 - a. Tahap awal berupa pengenalan, penyampaian tujuan konseling individu, penyampaian tujuan, penyampaian peran masing-masing individu .
 - b. Tahap transisi berupa pernyataan kesiapan konseli untuk melakukan konseling dilaksanakan pada pertemuan pertama setelah tahap awal.
 - c. Tahap kerja sesuai RPL I dilanjutkan dengan penyelesaian permasalahan konseli.
 - d. Tahap akhir sesuai RPL I dilaksanakan hingga tahap pemberian lembar evaluasi proses dan evaluasi hasil.
2. Pelaksanaan konseling individu hari kedua:
 - a. Dimulai dengan tahap awal konseling sesuai dengan RPL II.
 - b. Menerapkan tahap transisi untuk mengetahui kesiapan konseli.
 - c. Memasuki tahap kerja sesuai dengan RPL II.
 - d. Tahap akhir sesuai RPL II dilaksanakan hingga tahap pemberian lembar evaluasi proses dan evaluasi hasil.
3. Pelaksanaan konseling individu hari ketiga:
 - a. Dimulai dengan tahap awal konseling sesuai dengan RPL III.
 - b. Menerapkan tahap transisi untuk mengetahui kesiapan konseli.
 - c. Memasuki tahap kerja sesuai dengan RPL III.

- d. Tahap akhir sesuai RPL III dilaksanakan hingga tahap pemberian lembar evaluasi proses dan evaluasi hasil.
4. Pelaksanaan konseling individu hari keempat:
- a. Dimulai dengan tahap awal konseling sesuai dengan RPL IV
 - b. Menerapkan tahap transisi untuk mengetahui kesiapan konseli
 - c. Memasuki tahap kerja sesuai dengan RPL IV.
 - d. Tahap akhir sesuai RPL IV dilaksanakan hingga tahap pemberian lembar evaluasi proses dan evaluasi hasil

Kegiatan konseling yang diterapkan pada klien dewasa ini berlangsung selama empat kali pertemuan. Setiap pertemuan memiliki durasi waktu 1x45 menit. Hal ini juga disesuaikan dengan kesepakatan antara klien dan konselor.

PERTEMUAN I

RPL (RENCANA PEMBERIAN LAYANAN)

PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY (REBT)*

(Kelompok Eksperimen)

A.	Komponen Layanan	Layanan Responsif
B.	Bidang Layanan	Pengembangan Pribadi/Sosial
C.	Fungsi Layanan	Pengentasan Masalah dan Pengembangan
D.	Topik Layanan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membangun hubungan baik antara konselor dan konseli 2. Mengidentifikasi permasalahan yang terjadi 3. Meyakinkan konseli bahwa solusi dari permasalahan terdapat pada dirinya sendiri
E.	Tujuan Layanan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Terjadi hubungan yang baik antara konselor dan konseli 2. Konselor dan konseli mampu menafsirkan permasalahan yang terjadi 3. Menempatkan konseli sebagai sumber solusi
F.	Sasaran Layanan	Klien dewasa Bapas Kelas II Klaten
G.	Pendekatan yang Digunakan	<i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i>
H.	Waktu Pelaksanaan	1x45 menit
I.	Tanggal Pelaksanaan	Disesuaikan
J.	Tempat Pelaksanaan	Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten
K.	Tahapan Kegiatan	

	Tahap Awal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor mempersilahkan konseli memasuki ruangan dan menyambut konseli dengan baik 2. Konselor membangun hubungan baik (<i>good rapport</i>) dengan konseli dan melakukan pembukaan (<i>opening</i>) dengan mengucapkan salam serta menanyakan kabar konseli 3. Konselor memimpin doa sebagai tanda akan dimulainya kegiatan konseling 4. Konselor menjelaskan mengenai pengertian serta tujuan diadakannya konseling individu. 5. Konselor menjelaskan mengenai asas konseling individu menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh konseli 6. Konselor menjelaskan peran konselor dan konseli 7. Konselor mendiskusikan batasan waktu 8. Konselor memberikan lembar <i>informed consent</i>
	Tahap Transisi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor memastikan keadaan konseli untuk siap melakukan proses konseling 2. Konselor membangun kepercayaan diri konseli

		<p>3. Konselor menyampaikan bahwa kegiatan inti konseling akan segera dimulai saat dirasa situasi dan kondisi konseli sudah siap</p>
	<p>Tahap Pelaksanaan</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor memberikan materi mengenai kontrol diri 2. Konselor meminta konseli untuk menyampaikan masalah yang sedang dihadapi 3. Konselor memahami apa yang dirasakan oleh konseli, sehingga konselor mulai memimpin konseli untuk bercerita lebih dalam lagi (<i>leading</i>) 4. Konselor mengarahkan konseli untuk berfokus pada masalah yang ingin diselesaikan dengan mengajukan pertanyaan terbatas (<i>limited question</i>) 5. Konselor menerima apapun keadaan konseli dengan baik (<i>acceptance</i>) 6. Konselor mencari informasi lebih lanjut mengenai penyebab dari masalah yang dialami konseli (<i>reflection</i>) 7. Konselor memahami perasaan dan kondisi yang ada pada konseli (<i>understanding</i>) 8. Konselor memberi dukungan kepada konseli (<i>encouragement</i>)

		<p>9. Konselor menghargai setiap keputusan yang diambil oleh konseli (<i>respect</i>)</p> <p>10. Konselor memberikan dorongan kepada konseli untuk menyimpulkan hal-hal yang di dapat selama proses konseling berlangsung (<i>summarizing</i>)</p> <p>11. Konselor meyakinkan konseli bahwa apa yang sudah disebutkan untuk menjadi solusi dari masalahnya akan berjalan sesuai rencana dan bisa mengubah konseli secara perlahan (<i>reassurance</i>)</p>
	Tahap Akhir	<p>1. Konselor meminta konseli menyampaikan pesan dan kesan selama mengikuti kegiatan</p> <p>2. Konselor membahas mengenai tindakan lanjutan setelah pertemuan pertama selesai</p> <p>3. Konselor menutup kegiatan dengan doa</p> <p>4. Konselor mengucapkan terima kasih kepada konseli atas kerjasama yang telah dilakukan selama proses konseling berlangsung</p>
L.	Evaluasi	
	Evaluasi Proses	Hal yang perlu dievaluasi antara lain:

		<ol style="list-style-type: none"> 1. Dinamika hubungan yang terbangun 2. Proses berjalannya kegiatan konseling individu
	Evaluasi Hasil	<p>Hal yang perlu dievaluasi antara lain:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pengetahuan mengenai perilaku kontrol diri 2. Mengetahui rencana kedepan konseli untuk meningkatkan perilaku kontrol diri
M.	Rencana Tindak Lanjut	Pertemuan ke-2

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli :

Nama Konselor :

Topik Pembahasan :

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (√)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran Anda			
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu			
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat			
4.	Kepercayaan yang Anda berikan kepada konselor			
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu			
6.	Kenyamanan dalam			

	pelaksanaan konseling individu			
--	--------------------------------------	--	--	--

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Kapan anda merasa tidak mampu mengontrol diri anda?

.....
.....
.....

2. Bagaimana cara anda menyikapi hal tersebut?

.....
.....
.....

3. Apakah cara tersebut anda nilai efektif untuk mengembalikan kontrol diri anda?

.....
.....
.....

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (√)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan				
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung				
3.	Hubungan terjalin dengan baik				
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling				
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri				

....., 2023

PERTEMUAN II

RPL (RENCANA PEMBERIAN LAYANAN)

PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY (REBT)*

(Kelompok Eksperimen)

A.	Komponen Layanan	Layanan Responsif
B.	Bidang Layanan	Pribadi/Sosial
C.	Fungsi Layanan	Pengentasan Masalah dan Pengembangan
D.	Topik Layanan	Meningkatkan Perilaku Positif
E.	Tujuan Layanan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klien mampu menganalisis saat dirinya merasa rendah diri 2. Klien mampu berperilaku positif saat dirinya merasa rendah diri 3. Klien mampu mengkondisikan perasaan rendah dirinya terutama di depan umum
F.	Sasaran Layanan	Klien Dewasa Bapas Kelas II Klaten
G.	Pendekatan yang Digunakan	<i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i>
H.	Waktu Pelaksanaan	1x45 menit
I.	Tanggal Pelaksanaan	Disesuaikan
J.	Tempat Pelaksanaan	Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten
K.	Tahapan Kegiatan	
	Tahap Awal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor mempersilahkan konseli memasuki ruangan dan menyambut konseli dengan baik 2. Konselor membangun hubungan baik (<i>good rapport</i>)

		<p>dengan konseli dan melakukan pembukaan (<i>opening</i>) dengan mengucapkan salam serta menanyakan kabar konseli</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Konselor memimpin doa sebagai tanda akan dimulainya kegiatan konseling 4. Konselor menjelaskan kembali tentang diadakannya konseling 5. Konselor mendiskusikan batasan waktu 6. Konselor memberikan lembar <i>informed consent</i>
	Tahap Transisi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor memastikan keadaan konseli untuk siap melakukan proses konseling 2. Konselor membangun kepercayaan diri konseli 3. Konselor menyampaikan bahwa kegiatan inti konseling akan segera dimulai saat dirasa situasi dan kondisi konseli sudah siap
	Tahap Pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> 4. Konselor menyampaikan tentang pelaksanaan strategi <i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i> (REBT) dan memberikan contoh permasalahannya

		<ol style="list-style-type: none">5. Konselor mengarahkan konseli untuk menceritakan permasalahannya6. Konselor mengarahkan konseli untuk memfokuskan kepada masalah yang ingin diselesaikan dengan mengajukan pertanyaan terbatas (<i>limited question</i>)7. Konselor menerima seluruh keadaan konseli dengan baik (<i>acceptance</i>)8. Konselor mencari tau lebih dalam mengenai penyebab masalah yang dialami konseli (<i>reflection</i>)9. Konselor memahami perasaan dan kondisi konseli (<i>understanding</i>)10. Konselor memberi penguatan kepada konseli (<i>encouragement</i>)11. Konselor mengajak konseli untuk menemukan kemampuan yang ada pada dirinya12. Konselor menghargai setiap keputusan yang diambil oleh konseli (<i>respect</i>)13. Konselor memberikan dorongan kepada konseli untuk menyimpulkan hal-hal yang di dapat selama proses konseling berlangsung (<i>summarizing</i>)
--	--	---

		14. Konselor meyakinkan konseli bahwa apa yang sudah disebutkan untuk menjadi solusi dari masalahnya akan berjalan sesuai rencana dan bisa mengubah konseli secara perlahan (<i>reassurance</i>)
	Tahap Akhir	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor meminta konseli menyampaikan pesan dan kesan selama mengikuti kegiatan 2. Konselor membahas mengenai tindakan lanjutan setelah pertemuan pertama selesai 3. Konselor menutup kegiatan dengan doa 4. Konselor mengucapkan terima kasih kepada konseli atas kerjasama yang telah dilakukan selama proses konseling berlangsung
L.	Evaluasi	
	Evaluasi Proses	<p>Hal yang perlu dievaluasi antara lain:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dinamika hubungan yang terjalin 2. Proses berjalannya kegiatan konseling individu
	Evaluasi Hasil	<p>Hal yang perlu dievaluasi antara lain:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pengetahuan mengenai perilaku yang positif

		2. Mengetahui rencana kedepan konseli untuk meningkatkan perilaku positif
M.	Rencana Tindak Lanjut	Pertemuan ke-3

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli :

Nama Konselor :

Topik Pembahasan :

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (√)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran anda			
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu			
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat			
4.	Kepercayaan yang anda berikan kepada konselor			
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu			
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu			

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Apakah anda mengetahui tentang berperilaku positif?

.....
.....
.....

2. Bagaimana cara anda untuk meningkatkan perilaku positif?

.....
.....
.....

3. Apakah cara tersebut anda nilai efektif untuk meningkatkan perilaku positif dalam diri anda?

.....
.....
.....

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (√)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan				
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung				
3.	Hubungan terjalin dengan baik				
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling				
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri				

....., 2023

PERTEMUAN III

RPL (RENCANA PEMBERIAN LAYANAN)

PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY (REBT)*

(Kelompok Eksperimen)

A.	Komponen Layanan	Layanan Responsif
B.	Bidang Layanan	Pribadi/Sosial
C.	Fungsi Layanan	Pengentasan Masalah dan Pengembangan
D.	Topik Layanan	Meningkatkan kemampuan untuk melihat peristiwa yang tidak menyenangkan dalam segi positif
E.	Tujuan Layanan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klien mampu melihat sisi positif dari terjadinya suatu peristiwa 2. Klien mampu mengendalikan dirinya pada peristiwa yang mereka alami 3. Klien mampu menerima dirinya atas peristiwa yang mereka alami
F.	Sasaran Layanan	Klien Dewasa Bapas Kelas II Klaten
G.	Pendekatan yang Digunakan	<i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i>
H.	Waktu Pelaksanaan	1x45 menit
I.	Tanggal Pelaksanaan	Disesuaikan
J.	Tempat Pelaksanaan	Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten
K.	Tahapan Kegiatan	
	Tahap Awal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor mempersilahkan konseli memasuki ruangan dan menyambut konseli dengan baik

		<ol style="list-style-type: none"> 2. Konselor membangun hubungan baik (<i>good rapport</i>) dengan konseli dan melakukan pembukaan (<i>opening</i>) dengan mengucapkan salam serta menanyakan kabar konseli 3. Konselor memimpin doa sebagai tanda akan dimulainya kegiatan konseling 4. Konselor menjelaskan kembali tentang diadakannya konseling 5. Konselor mendiskusikan batasan waktu 6. Konselor memberikan lembar <i>informed consent</i>
	Tahap Transisi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor memastikan keadaan konseli untuk siap melakukan proses konseling 2. Konselor membangun kepercayaan diri konseli 3. Konselor menyampaikan bahwa kegiatan inti konseling akan segera dimulai saat dirasa situasi dan kondisi konseli sudah siap
	Tahap Pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menyampaikan tentang pelaksanaan strategi <i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i> (REBT) dan memberikan materi terkait topik yang diangkat

		<ol style="list-style-type: none">2. Konselor mengarahkan konseli untuk menceritakan permasalahannya3. Konselor mengarahkan konseli untuk memfokuskan kepada masalah yang ingin diselesaikan dengan mengajukan pertanyaan terbatas (<i>limited question</i>)4. Konselor menerima seluruh keadaan konseli dengan baik (<i>acceptance</i>)5. Konselor mencari tau lebih dalam mengenai penyebab masalah yang dialami konseli (<i>reflection</i>)6. Konselor memahami perasaan dan kondisi konseli (<i>understanding</i>)7. Konselor memberi penguatan kepada konseli (<i>encouragement</i>)8. Konselor mengajak konseli untuk menemukan kemampuan yang ada pada dirinya9. Konselor menghargai setiap keputusan yang diambil oleh konseli (<i>respect</i>)10. Konselor memberikan dorongan kepada konseli untuk menyimpulkan hal-hal yang di dapat selama proses konseling berlangsung (<i>summarizing</i>)
--	--	--

		<p>11. Konselor meyakinkan konseli bahwa apa yang sudah disebutkan untuk menjadi solusi dari masalahnya akan berjalan sesuai rencana dan bisa mengubah konseli secara perlahan (<i>reassurance</i>)</p>
	Tahap Akhir	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor meminta konseli menyampaikan pesan dan kesan selama mengikuti kegiatan 2. Konselor membahas mengenai tindakan lanjutan setelah pertemuan pertama selesai 3. Konselor menutup kegiatan dengan doa 4. Konselor mengucapkan terima kasih kepada konseli atas kerjasama yang telah dilakukan selama proses konseling berlangsung
L.	Evaluasi	
	Evaluasi Proses	<p>Hal yang perlu dievaluasi antara lain:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dinamika hubungan yang terjalin 2. Proses berjalannya kegiatan konseling individu
	Evaluasi Hasil	<p>Hal yang perlu dievaluasi antara lain:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pengetahuan mengenai kemampuan melihat peristiwa

		<p>tidak menyenangkan dari segi positif</p> <p>2. Mengetahui rencana kedepan konseli untuk meningkatkan kemampuan melihat peristiwa tidak menyenangkan dari segi positif</p>
M.	Rencana Tindak Lanjut	Pertemuan ke-4

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli :

Nama Konselor :

Topik Pembahasan :

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (√)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran anda			
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu			
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat			
4.	Kepercayaan yang anda berikan kepada konselor			
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu			
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu			

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Bagaimana cara anda melihat peristiwa yang tidak menyenangkan dalam segi positif?

.....
.....
.....

2. Apakah cara tersebut anda nilai sebagai cara yang efektif untuk meningkatkan kemampuan anda untuk melihat peristiwa tidak menyenangkan dari segi positif?

.....
.....
.....

3. Apakah anda dapat menerima kondisi diri anda setelah mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan?

.....
.....
.....

4. Bagaimana cara Anda untuk mengendalikan diri ketika mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan?

.....
.....
.....

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (√)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan				
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung				
3.	Hubungan terjalin dengan baik				
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling				
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri				

....., 2023

PERTEMUAN IV

RPL (RENCANA PEMBERIAN LAYANAN)

PENDEKATAN *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY (REBT)*

(Kelompok Eksperimen)

A.	Komponen Layanan	Layanan Responsif
B.	Bidang Layanan	Pribadi/Sosial
C.	Fungsi Layanan	Pengentasan Masalah dan Pengembangan
D.	Topik Layanan	Meningkatkan kemampuan untuk mengambil keputusan dalam hidup
E.	Tujuan Layanan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Klien mampu memberikan keputusan atas hidupnya 2. Klien mampu membuat perencanaan untuk hidupnya
F.	Sasaran Layanan	Klien Dewasa Bapas Kelas II Klaten
G.	Pendekatan yang Digunakan	<i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i>
H.	Waktu Pelaksanaan	1x45 menit
I.	Tanggal Pelaksanaan	Disesuaikan
J.	Tempat Pelaksanaan	Balai Pemasarakatan Kelas II Klaten
K.	Tahapan Kegiatan	
	Tahap Awal	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor mempersilahkan konseli memasuki ruangan dan menyambut konseli dengan baik 2. Konselor membangun hubungan baik (<i>good rapport</i>) dengan konseli dan melakukan pembukaan (<i>opening</i>) dengan

		<p>mengucapkan salam serta menanyakan kabar konseli</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Konselor memimpin doa sebagai tanda akan dimulainya kegiatan konseling 4. Konselor menjelaskan kembali tentang diadakannya konseling 5. Konselor mendiskusikan batasan waktu 6. Konselor memberikan lembar <i>informed consent</i>
	Tahap Transisi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor memastikan keadaan konseli untuk siap melakukan proses konseling 2. Konselor membangun kepercayaan diri konseli 3. Konselor menyampaikan bahwa kegiatan inti konseling akan segera dimulai saat dirasa situasi dan kondisi konseli sudah siap
	Tahap Pelaksanaan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor menyampaikan tentang pelaksanaan strategi <i>Rational Emotive Behaviour Therapy</i> (REBT) dan memberikan materi sesuai topik yang diangkat 2. Konselor mengarahkan konseli untuk menceritakan permasalahannya

		<ol style="list-style-type: none">3. Konselor mengarahkan konseli untuk memfokuskan kepada masalah yang ingin diselesaikan dengan mengajukan pertanyaan terbatas (<i>limited question</i>)4. Konselor menerima seluruh keadaan konseli dengan baik (<i>acceptance</i>)5. Konselor mencari tau lebih dalam mengenai penyebab masalah yang dialami konseli (<i>reflection</i>)6. Konselor memahami perasaan dan kondisi konseli (<i>understanding</i>)7. Konselor memberi penguatan kepada konseli (<i>encouragement</i>)8. Konselor mengajak konseli untuk menemukan kemampuan yang ada pada dirinya9. Konselor menghargai setiap keputusan yang diambil oleh konseli (<i>respect</i>)10. Konselor memberikan dorongan kepada konseli untuk menyimpulkan hal-hal yang di dapat selama proses konseling berlangsung (<i>summarizing</i>)11. Konselor meyakinkan konseli bahwa apa yang sudah
--	--	--

		disebutkan untuk menjadi solusi dari masalahnya akan berjalan sesuai rencana dan bisa mengubah konseli secara perlahan (<i>reassurance</i>)
	Tahap Akhir	<ol style="list-style-type: none"> 1. Konselor meminta konseli menyampaikan pesan dan kesan selama mengikuti kegiatan 2. Konselor membahas mengenai tindakan lanjutan setelah pertemuan pertama selesai 3. Konselor menutup kegiatan dengan doa 4. Konselor mengucapkan terima kasih kepada konseli atas kerjasama yang telah dilakukan selama proses konseling berlangsung
L.	Evaluasi	
	Evaluasi Proses	<p>Hal yang perlu dievaluasi antara lain:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Dinamika hubungan yang terjalin 2. Proses berjalannya kegiatan konseling individu
	Evaluasi Hasil	<p>Hal yang perlu dievaluasi antara lain:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pengetahuan mengenai kemampuan pengambilan keputusan

		2. Mengetahui rencana kedepan konseli untuk membuat keputusan
M.	Rencana Tindak Lanjut	Pemberian <i>Posttest</i>

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli :

Nama Konselor :

Topik Pembahasan :

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (√)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran Anda			
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu			
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat			
4.	Kepercayaan yang Anda berikan kepada konselor			
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu			
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu			

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Apakah anda mengetahui tentang pengambilan keputusan?

.....
.....
.....

2. Hal apa yang menjadi pertimbangan anda dalam mengambil keputusan?

.....
.....
.....

3. Apakah hal-hal tersebut dapat menjadikan keputusan anda pada arah yang positif?

.....
.....
.....

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (√)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan				
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung				
3.	Hubungan terjalin dengan baik				
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling				
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri				

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN
(*INFORMED CONSENT*)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :
Jenis kelamin :
Alamat :

Saya yang tersebut di atas menyatakan **SETUJU** dan **BERSEDIA** untuk terlibat dan berpartisipasi aktif sebagai peserta konseling individu dari awal sampai akhir proses konseling. Konseling individu tersebut akan dilaksanakan oleh Sdr. Amanda Fildza Shabrina selaku mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam UIN Raden Mas Said Surakarta. Kegiatan tersebut adalah bagian dari rangkaian penulisan tugas akhir guna mendapatkan gelar sarjana sosial.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa :

1. Saya bersedia terlibat penuh dan aktif selama proses terapi berlangsung.
2. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejujur-jujurnya berkaitan dengan masalah yang dihadapi
3. Identitas dan informasi yang saya berikan akan **DIRAHASIAKAN** dan tidak akan disampaikan terbuka kepada umum.
4. Mahasiswa praktikan berhak menyampaikan hasil tes secara lisan, mahasiswa tidak menjamin keakuratan data yang disampaikan.
5. Guna menunjang kelancaran proses yang akan dilaksanakan, maka segala hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama-sama.

Saya dalam keadaan **SADAR** dan **TIDAK ADA PAKSAAN** dari pihak manapun dalam menandatangani surat persetujuan ini sehingga saya bersedia untuk mengikuti kegiatan konseling individu dari awal sampai selesai.

.....,.....2023

Mengetahui

Mahasiswa Praktikan

Peserta

(.....)

(.....)

LAMPIRAN 10

LEMBAR PERSETUJUAN DAN EVALUASI KLIEN

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN
(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : G. Kristiyono budiarto
 Jenis kelamin : Laki - Laki
 Alamat : Jl. Ceplok piringan RT 3 RW 7
kelaseman, Tonggalan Klaten


Saya yang tersebut di atas menyatakan **SETUJU** dan **BERSEDIA** untuk terlibat dan berpartisipasi aktif sebagai peserta konseling individu dari awal sampai akhir proses konseling. Konseling individu tersebut akan dilaksanakan oleh Sdr. Amanda Fildza Shabrina selaku mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam UIN Raden Mas Said Surakarta. Kegiatan tersebut adalah bagian dari rangkaian penulisan tugas akhir guna mendapatkan gelar sarjana sosial.

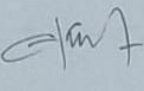
Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa :

1. Saya bersedia terlibat penuh dan aktif selama proses terapi berlangsung.
2. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejujur-jujurnya berkaitan dengan masalah yang dihadapi
3. Identitas dan informasi yang saya berikan akan **DIRAHASIAKAN** dan tidak akan disampaikan terbuka kepada umum.
4. Mahasiswa praktikan berhak menyampaikan hasil tes secara lisan ^{mahasiswa} ~~Laboratorium~~ tidak menjamin keakuratan data yang disampaikan.
5. Guna menunjang kelancaran proses yang akan dilaksanakan, maka segala hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama-sama.

Saya dalam keadaan **SADAR** dan **TIDAK ADA PAKSAAN** dari pihak manapun dalam menandatangani surat persetujuan ini sehingga saya bersedia untuk mengikuti kegiatan konseling individu dari awal sampai selesai.

Klaten 27.03.2023

Mengetahui
 Mahasiswa Praktikan

 (..... Amanda F.S.)

Peserta

 (..... G. Kristiyono budiarto)

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : Feulhyonobudianto
 Nama Konselor : Ari Eko
 Topik Pembahasan : Kontrol diri

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran Anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu	✓		
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang Anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu		✓	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Kapan anda merasa tidak mampu mengontrol diri anda?

saat terlalu dekat dengan teman-teman

2. Bagaimana cara anda menyikapi hal tersebut?

tidak berkumpul bersama teman-teman

3. Apakah cara tersebut anda nilai efektif untuk mengembalikan kontrol diri anda?

ya, efektif

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling	✓			
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

Klaten, 21.03.2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : G. Kristyonebrudianto
 Nama Konselor : Ari Eka
 Topik Pembahasan : Perilaku positif

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu	✓		
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu		✓	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu		✓	

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Apakah anda mengetahui tentang berperilaku positif?

ya.. mengetahui

2. Bagaimana cara anda untuk meningkatkan perilaku positif?

dengan lebih dekat ke keluarga

3. Apakah cara tersebut anda nilai efektif untuk meningkatkan perilaku positif dalam diri anda?

ya.. efektif

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Apakah anda mengetahui tentang berperilaku positif?

ya mengetahui

2. Bagaimana cara anda untuk meningkatkan perilaku positif?

dengan lebih dekat ke keluarga

3. Apakah cara tersebut anda nilai efektif untuk meningkatkan perilaku positif dalam diri anda?

ya efektif

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling		✓		
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

Klaten 3.09.2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : G. Kristiyonobudianto
 Nama Konselor : Ari Eka
 Topik Pembahasan : Melihat peristiwa flood menganangkan dari segi positif

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu		✓	
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu		✓	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Bagaimana cara anda melihat peristiwa yang tidak menyenangkan dalam segi positif?

..... dengan memikirkan bahwa setiap perbuatan
..... mendapat konsekuensinya
.....

2. Apakah cara tersebut anda nilai sebagai cara yang efektif untuk meningkatkan kemampuan anda untuk melihat peristiwa tidak menyenangkan dari segi positif?

..... ya, efektif
.....
.....

3. Apakah anda dapat menerima kondisi diri anda setelah mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan?

..... ya dapat tetapi membutuhkan waktu
.....
.....

4. Bagaimana cara Anda untuk mengendalikan diri ketika mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan?

..... bersabar
.....
.....

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling		✓		
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

Klaten 10.09.2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : G. Kristiyono budianto
 Nama Konselor : Adu Ben
 Topik Pembahasan : Pengambilan keputusan

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran Anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu	✓		
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang Anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu		✓	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Apakah anda mengetahui tentang pengambilan keputusan?

.....ya.....mengetahui.....
.....
.....

2. Hal apa yang menjadi pertimbangan anda dalam mengambil keputusan?

.....dapat.....ke depannya.....
.....
.....

3. Apakah hal-hal tersebut dapat menjadikan keputusan anda pada arah yang positif?

.....ya.....
.....
.....

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan.	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling	✓			
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

Klaten, 17.09.2023

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN
(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Anes Kalias Cahya
 Jenis kelamin : Laki-laki
 Alamat : Klaten

Saya yang tersebut di atas menyatakan **SETUJU** dan **BERSEDIA** untuk terlibat dan berpartisipasi aktif sebagai peserta konseling individu dari awal sampai akhir proses konseling. Konseling individu tersebut akan dilaksanakan oleh Sdr. Amanda Fildza Shabrina selaku mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam UIN Raden Mas Said Surakarta. Kegiatan tersebut adalah bagian dari rangkaian penulisan tugas akhir guna mendapatkan gelar sarjana sosial.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa :

1. Saya bersedia terlibat penuh dan aktif selama proses terapi berlangsung.
2. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejujur-jujurnya berkaitan dengan masalah yang dihadapi
3. Identitas dan informasi yang saya berikan akan **DIRAHASIAKAN** dan tidak akan disampaikan terbuka kepada umum.
4. Mahasiswa praktikan berhak menyampaikan hasil tes secara lisan ^{mahasiswa} ~~laboratorium~~ tidak menjamin keakuratan data yang disampaikan.
5. Guna menunjang kelancaran proses yang akan dilaksanakan, maka segala hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama-sama.

Saya dalam keadaan **SADAR** dan **TIDAK ADA PAKSAAN** dari pihak manapun dalam menandatangani surat persetujuan ini sehingga saya bersedia untuk mengikuti kegiatan konseling individu dari awal sampai selesai.

Klaten 27.03.2023

Mengetahui

Mahasiswa Praktikan

Peserta

(Amanda F.S)

(.....)

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : Eglek
 Nama Konselor : Taufik
 Topik Pembahasan : Kontrol diri

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran Anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu	✓		
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang Anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu	✓		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Kapan anda merasa tidak mampu mengontrol diri anda?

..... saat berada di lingkungan yang memfasilitasi
..... pada hal negatif.....
.....

2. Bagaimana cara anda menyikapi hal tersebut?

..... mengurangi pergaulan.....
.....
.....

3. Apakah cara tersebut anda nilai efektif untuk mengembalikan kontrol diri anda?

..... ya, efektif.....
.....
.....

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik		✓		
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling		✓		
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

Klaten 27.03.2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : Eglek
 Nama Konselor : Taufik
 Topik Pembahasan : Kontrol diri

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran Anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu	✓		
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang Anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu	✓		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Apakah anda mengetahui tentang berperilaku positif?

ya, mengetahui

2. Bagaimana cara anda untuk meningkatkan perilaku positif?

mendekatkan diri pada agama

3. Apakah cara tersebut anda nilai efektif untuk meningkatkan perilaku positif dalam diri anda?

ya, efektif

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling		✓		
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

Klaten, 3.09.2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : Egleh
 Nama Konselor : Taufik
 Topik Pembahasan : Melihat perusaha tidak menyenangkan
 dari segi positif

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran Anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu	✓		
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang Anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu	✓		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Bagaimana cara anda melihat peristiwa yang tidak menyenangkan dalam segi positif?

Melihat bahwa yang terjadi adalah keburukan

2. Apakah cara tersebut anda nilai sebagai cara yang efektif untuk meningkatkan kemampuan anda untuk melihat peristiwa tidak menyenangkan dari segi positif?

Ya

3. Apakah anda dapat menerima kondisi diri anda setelah mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan?

Ya

4. Bagaimana cara Anda untuk mengendalikan diri ketika mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan?

bertaubat

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling		✓		
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

Klaten 10.09.2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : Eglek
 Nama Konselor : Taufik
 Topik Pembahasan : Pengambilan keputusan

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran Anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu	✓		
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang Anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu		✓	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Apakah anda mengetahui tentang pengambilan keputusan?

ya, mengetahui
.....
.....
.....

2. Hal apa yang menjadi pertimbangan anda dalam mengambil keputusan?

ingat arah, konsekuensi ke depan
.....
.....
.....

3. Apakah hal-hal tersebut dapat menjadikan keputusan anda pada arah yang positif?

ya, dapat
.....
.....
.....

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling		✓		
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

Klaten, 17.04.2023

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN
(*INFORMED CONSENT*)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : SP
 Jenis kelamin : KAWAN L
 Alamat : Klaten

Saya yang tersebut di atas menyatakan **SETUJU** dan **BERSEDIA** untuk terlibat dan berpartisipasi aktif sebagai peserta konseling individu dari awal sampai akhir proses konseling. Konseling individu tersebut akan dilaksanakan oleh Sdr. Amanda Fildza Shabrina selaku mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam UIN Raden Mas Said Surakarta. Kegiatan tersebut adalah bagian dari rangkaian penulisan tugas akhir guna mendapatkan gelar sarjana sosial.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa :

1. Saya bersedia terlibat penuh dan aktif selama proses terapi berlangsung.
2. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejujur-jujurnya berkaitan dengan masalah yang dihadapi
3. Identitas dan informasi yang saya berikan akan **DIRAHASIAKAN** dan tidak akan disampaikan terbuka kepada umum.
4. Mahasiswa praktikan berhak menyampaikan hasil tes secara lisan ^{mahasiswa} ~~Laboratorium~~ tidak menjamin keakuratan data yang disampaikan.
5. Guna menunjang kelancaran proses yang akan dilaksanakan, maka segala hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama-sama.

Saya dalam keadaan **SADAR** dan **TIDAK ADA PAKSAAN** dari pihak manapun dalam menandatangani surat persetujuan ini sehingga saya bersedia untuk mengikuti kegiatan konseling individu dari awal sampai selesai.

Klaten 27 - 03 - 2023

Mengetahui

Mahasiswa Praktikan

Peserta

(..... Amanda P.S)

(..... SP)

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : SP
 Nama Konselor : Pacwita
 Topik Pembahasan : Kontrol diri

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran Anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu		✓	
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat		✓	
4.	Kepercayaan yang Anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu	✓		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Apakah anda mengetahui tentang berperilaku positif?

SAAT BERSAMA TEMAN

2. Bagaimana cara anda untuk meningkatkan perilaku positif?

TIDAK EKSEMPLU

3. Apakah cara tersebut anda nilai efektif untuk meningkatkan perilaku positif dalam diri anda?

ya

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling		✓		
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

Halat, 27.03.2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : SP
 Nama Konselor : Roswita
 Topik Pembahasan : Perilaku positif

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu		✓	
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat		✓	
4.	Kepercayaan yang anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu	✓		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Apakah anda mengetahui tentang berperilaku positif?

SAYA MENGETAHUI

2. Bagaimana cara anda untuk meningkatkan perilaku positif?

PERFORMA LEBIH BAIK DENGAN BERTAMBAH

3. Apakah cara tersebut anda nilai efektif untuk meningkatkan perilaku positif dalam diri anda?

SANGAT EFEKTIF

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling		✓		
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

K-lan 3.04. 2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : S.P
 Nama Konselor : Roxwita
 Topik Pembahasan : Melihat peristiwa tidak menyenangkan
 dr segi positif

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu		✓	
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat		✓	
4.	Kepercayaan yang anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu	✓		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Bagaimana cara anda melihat peristiwa yang tidak menyenangkan dalam segi positif?

MENYARANI KESEKELIHAN SAMA DAN MUNGKIN
 NYI SBO. JERUMAH TERDEPAN TIDAK MENYULU CANOL
 KETAKA HON (LAD)

2. Apakah cara tersebut anda nilai sebagai cara yang efektif untuk meningkatkan kemampuan anda untuk melihat peristiwa tidak menyenangkan dari segi positif?

YA SANGAT EFEKTIF

3. Apakah anda dapat menerima kondisi diri anda setelah mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan?

DAPAT MENERIMA, KARENA MENYARANI
 KESEKELIHAN SAMA

4. Bagaimana cara Anda untuk mengendalikan diri ketika mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan?

LEGIU BANYAK KE HARAU

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling		✓		
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

Klaten, 10.09.2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : S.P
 Nama Konselor : Raswita
 Topik Pembahasan : Pengambilan keputusan

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran Anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu	✓		
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang Anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu	✓		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Apakah anda mengetahui tentang pengambilan keputusan?

Y.A.

2. Hal apa yang menjadi pertimbangan anda dalam mengambil keputusan?

- faktor keluarga
- nilai nilai agama

3. Apakah hal-hal tersebut dapat menjadikan keputusan anda pada arah yang positif?

YA

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan		✓		
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung		✓		
3.	Hubungan terjalin dengan baik		✓		
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling		✓		
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

Klaten, 17.09.2023

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN
(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : AMANDA F.S.
Jenis kelamin : LAKI-LAKI
Alamat : KLATEN

Saya yang tersebut di atas menyatakan **SETUJU** dan **BERSEDIA** untuk terlibat dan berpartisipasi aktif sebagai peserta konseling individu dari awal sampai akhir proses konseling. Konseling individu tersebut akan dilaksanakan oleh Sdr. Amanda Fildza Shabrina selaku mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam UIN Raden Mas Said Surakarta. Kegiatan tersebut adalah bagian dari rangkaian penulisan tugas akhir guna mendapatkan gelar sarjana sosial.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa :

1. Saya bersedia terlibat penuh dan aktif selama proses terapi berlangsung.
2. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejujur-jujurnya berkaitan dengan masalah yang dihadapi
3. Identitas dan informasi yang saya berikan akan **DIRAHASIAKAN** dan tidak akan disampaikan terbuka kepada umum.
4. Mahasiswa praktikan berhak menyampaikan hasil tes secara lisan ^{mahasiswa} ~~Laboratorium~~ tidak menjamin keakuratan data yang disampaikan.
5. Guna menunjang kelancaran proses yang akan dilaksanakan, maka segala hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama-sama.

Saya dalam keadaan **SADAR** dan **TIDAK ADA PAKSAAN** dari pihak manapun dalam menandatangani surat persetujuan ini sehingga saya bersedia untuk mengikuti kegiatan konseling individu dari awal sampai selesai.

Klaten, 28 - 03 - 2023

Mengetahui

Mahasiswa Praktikan

Peserta

(..... Amanda F.S)

(.....)

①

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : Huda
 Nama Konselor : Roswita
 Topik Pembahasan : kontrol diri

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran Anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu		✓	
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang Anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu	✓		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Kapan anda merasa tidak mampu mengontrol diri anda?

... Saat diajak teman

2. Bagaimana cara anda menyikapi hal tersebut?

... Menolak ajakan teman, berteman secukupnya

3. Apakah cara tersebut anda nilai efektif untuk mengembalikan kontrol diri anda?

... Ya, efektif

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling		✓		
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

Klaten, 28.03.2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : HENDRIE SETYO IC
 Nama Konselor : Roswita
 Topik Pembahasan : Perilaku positif

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu	✓		
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu	✓		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Apakah anda mengetahui tentang berperilaku positif?

... MENGETAHUI

2. Bagaimana cara anda untuk meningkatkan perilaku positif?

... BELAJAR

3. Apakah cara tersebut anda nilai efektif untuk meningkatkan perilaku positif dalam diri anda?

... EFEKTIF

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling	✓			
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri	✓			

Klaten, 4.09.2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : Hendri Sedyo - L
 Nama Konselor : Roswita
 Topik Pembahasan : Melihat perilaku tidak menyenangkan dalam segi positif

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (√)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran anda	√		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu	√		
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	√		
4.	Kepercayaan yang anda berikan kepada konselor	√		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu	√		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	√		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Bagaimana cara anda melihat peristiwa yang tidak menyenangkan dalam segi positif?

Pengingat agar lebih hati-hati

2. Apakah cara tersebut anda nilai sebagai cara yang efektif untuk meningkatkan kemampuan anda untuk melihat peristiwa tidak menyenangkan dari segi positif?

Efektif

3. Apakah anda dapat menerima kondisi diri anda setelah mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan?

Bisa

4. Bagaimana cara Anda untuk mengendalikan diri ketika mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan?

ingat ketu. at. so

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (√)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	√			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	√			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	√			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling	√			
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri	√			

Klaten, 11.04.2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : HSNIAH T B
 Nama Konselor : ROLITA
 Topik Pembahasan : Pengambilan keputusan

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran Anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu	✓		
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang Anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu	✓		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Apakah anda mengetahui tentang pengambilan keputusan?

Tau
.....
.....
.....

2. Hal apa yang menjadi pertimbangan anda dalam mengambil keputusan?

KELUARGA
.....
.....
.....

3. Apakah hal-hal tersebut dapat menjadikan keputusan anda pada arah yang positif?

Ya
.....
.....
.....

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling	~			
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri	✓			

Klaten, 18-04-2023

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN
(*INFORMED CONSENT*)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : N. P.
 Jenis kelamin : Laki-laki
 Alamat : Klaten

Saya yang tersebut di atas menyatakan **SETUJU** dan **BERSEDIA** untuk terlibat dan berpartisipasi aktif sebagai peserta konseling individu dari awal sampai akhir proses konseling. Konseling individu tersebut akan dilaksanakan oleh Sdr. Amanda Fildza Shabrina selaku mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam UIN Raden Mas Said Surakarta. Kegiatan tersebut adalah bagian dari rangkaian penulisan tugas akhir guna mendapatkan gelar sarjana sosial.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa :

1. Saya bersedia terlibat penuh dan aktif selama proses terapi berlangsung.
2. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejujur-jujurnya berkaitan dengan masalah yang dihadapi
3. Identitas dan informasi yang saya berikan akan **DIRAHASIAKAN** dan tidak akan disampaikan terbuka kepada umum.
4. Mahasiswa praktikan berhak menyampaikan hasil tes secara lisan ^{mahasiswa} ~~laboratorium~~ tidak menjamin keakuratan data yang disampaikan.
5. Guna menunjang kelancaran proses yang akan dilaksanakan, maka segala hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama-sama.

Saya dalam keadaan **SADAR** dan **TIDAK ADA PAKSAAN** dari pihak manapun dalam menandatangani surat persetujuan ini sehingga saya bersedia untuk mengikuti kegiatan konseling individu dari awal sampai selesai.

Klaten, 28.03.2023

Mengetahui

Mahasiswa Praktikan

Peserta



(.....
AMANDA.....)



(.....)

1

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : N.R
 Nama Konselor : Puji
 Topik Pembahasan : Kontrol Diri

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran Anda		✓	
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu		✓	
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang Anda berikan kepada konselor		✓	
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu		✓	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu		✓	

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Kapan anda merasa tidak mampu mengontrol diri anda?

...saat berkumpul di lingkungan yang menjerumuskan.....
.....
.....

2. Bagaimana cara anda menyikapi hal tersebut?

...mengurangi untuk berkumpul dg teman-teman.....
.....
.....

3. Apakah cara tersebut anda nilai efektif untuk mengembalikan kontrol diri anda?

...Ya, efektif.....
.....
.....

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan		✓		
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung		✓		
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling		✓		
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

Kel. 28-03-2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : N-R
 Nama Konselor : Rgi
 Topik Pembahasan : Perilaku positif

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran anda		✓	
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu		✓	
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang anda berikan kepada konselor		✓	
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu		✓	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu		✓	

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Apakah anda mengetahui tentang berperilaku positif?

Ya, mengetahui

2. Bagaimana cara anda untuk meningkatkan perilaku positif?

Bekerja

3. Apakah cara tersebut anda nilai efektif untuk meningkatkan perilaku positif dalam diri anda?

Ya

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung		✓		
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling		✓		
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

Klaten 9.04.2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : N. R.
 Nama Konselor : Paji
 Topik Pembahasan : melihat peserta tidak menyenangkan dalam segi pasif

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran anda		✓	
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu		✓	
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang anda berikan kepada konselor		✓	
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu		✓	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Bagaimana cara anda melihat peristiwa yang tidak menyenangkan dalam segi positif?

..... sebagai pengingat
.....
.....

2. Apakah cara tersebut anda nilai sebagai cara yang efektif untuk meningkatkan kemampuan anda untuk melihat peristiwa tidak menyenangkan dari segi positif?

..... Ya
.....
.....

3. Apakah anda dapat menerima kondisi diri anda setelah mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan?

..... Ya
.....
.....

4. Bagaimana cara Anda untuk mengendalikan diri ketika mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan?

..... memikirkan tentang yang terjadi adalah yang
..... takdir
.....

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan		✓		
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung		✓		
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling		✓		
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

Klaten, 11.04.2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : N.P.
 Nama Konselor : Paji
 Topik Pembahasan : Pengambilan keputusan

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran Anda		✓	
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu		✓	
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang Anda berikan kepada konselor		✓	
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu		✓	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu		✓	

14

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Apakah anda mengetahui tentang pengambilan keputusan?

..... Ya

2. Hal apa yang menjadi pertimbangan anda dalam mengambil keputusan?

..... Hukuman

..... Keluarga

3. Apakah hal-hal tersebut dapat menjadikan keputusan anda pada arah yang positif?

..... Ya

(iv)

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan		✓		
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik		✓		
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling		✓		
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri		✓		

Klaten, 18.04.2023

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN
(*INFORMED CONSENT*)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : A.S
 Jenis kelamin : Laki - laki
 Alamat : Klaten

Saya yang tersebut di atas menyatakan **SETUJU** dan **BERSEDIA** untuk terlibat dan berpartisipasi aktif sebagai peserta konseling individu dari awal sampai akhir proses konseling. Konseling individu tersebut akan dilaksanakan oleh Sdr. Amanda Fildza Shabrina selaku mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam UIN Raden Mas Said Surakarta. Kegiatan tersebut adalah bagian dari rangkaian penulisan tugas akhir guna mendapatkan gelar sarjana sosial.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami, dan menerima bahwa :


1. Saya bersedia terlibat penuh dan aktif selama proses terapi berlangsung.
2. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejujur-jujurnya berkaitan dengan masalah yang dihadapi
3. Identitas dan informasi yang saya berikan akan **DIRAHASIAKAN** dan tidak akan disampaikan terbuka kepada umum.
4. Mahasiswa praktikan berhak menyampaikan hasil tes secara lisan ^{mahasiswa} ~~laboratorium~~ tidak menjamin keakuratan data yang disampaikan.
5. Guna menunjang kelancaran proses yang akan dilaksanakan, maka segala hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama-sama.

Saya dalam keadaan **SADAR** dan **TIDAK ADA PAKSAAN** dari pihak manapun dalam menandatangani surat persetujuan ini sehingga saya bersedia untuk mengikuti kegiatan konseling individu dari awal sampai selesai.

Klaten, 28.03.2023

Mengetahui

Mahasiswa Praktikan


 (.....AMANDA.....)

Peserta


 (.....A S.....)

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : A.S
 Nama Konselor : Arianto
 Topik Pembahasan : Kontrol diri

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran Anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu	✓		
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang Anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu		✓	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Kapan anda merasa tidak mampu mengontrol diri anda?

..... Saat bergaul di lingkungan keluarga
.....
.....

2. Bagaimana cara anda menyikapi hal tersebut?

..... Menjauh orang-orang yang menjembatani
..... saya
.....

3. Apakah cara tersebut anda nilai efektif untuk mengembalikan kontrol diri anda?

..... Ya, efektif.
.....
.....



EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (√)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	√			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	√			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	√			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling	√			
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri	√			

Klaten, 28.03.2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : A.S
 Nama Konselor : Ariyanto
 Topik Pembahasan : Perilaku positif

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu	✓		
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu	✓		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Apakah anda mengetahui tentang berperilaku positif?

Ya, saya mengetahui.....

2. Bagaimana cara anda untuk meningkatkan perilaku positif?

Berkumpul dengan kelompok masyarakat yang positif.....

3. Apakah cara tersebut anda nilai efektif untuk meningkatkan perilaku positif dalam diri anda?

Ya, efektif.....

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling	✓			
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri	✓			

Klaten, 4.09. 2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : A.S
 Nama Konselor : Arlyanto
 Topik Pembahasan : Melihat peristiwa tidak menyenangkan dari segi positif

Bagian I

Petunjuk:

- a. Bacalah dengan teliti
- b. Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu	✓		
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu	✓		
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Bagaimana cara anda melihat peristiwa yang tidak menyenangkan dalam segi positif?

Menganggap bahwa hal tersebut adalah teguran
.....
.....
.....

2. Apakah cara tersebut anda nilai sebagai cara yang efektif untuk meningkatkan kemampuan anda untuk melihat peristiwa tidak menyenangkan dari segi positif?

Ya
.....
.....
.....

3. Apakah anda dapat menerima kondisi diri anda setelah mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan?

Ya
.....
.....
.....

4. Bagaimana cara Anda untuk mengendalikan diri ketika mengalami peristiwa yang tidak menyenangkan?

Berdiam diri
.....
.....
.....

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (✓)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	✓			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	✓			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	✓			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling	✓			
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri	✓			

Klaten, 11.04. 2023

EVALUASI HASIL KONSELING INDIVIDU

Identitas

Nama Konseli : A.S
 Nama Konselor : Ariyanto
 Topik Pembahasan : Pengambilan keputusan

Bagian I

Petunjuk:

- Bacalah dengan teliti
- Berilah tanda centang (✓)

No.	Aspek yang Dinilai	Sangat Memuaskan	Memuaskan	Kurang Memuaskan
1.	Penerimaan konselor saat menyambut kehadiran Anda	✓		
2.	Waktu yang disediakan untuk konseling individu	✓		
3.	Kesempatan yang diberikan konselor kepada konseli untuk menyampaikan pendapat	✓		
4.	Kepercayaan yang Anda berikan kepada konselor	✓		
5.	Hasil yang diperoleh dari konseling individu		✓	
6.	Kenyamanan dalam pelaksanaan konseling individu	✓		

Bagian II

- a. Bacalah pertanyaan dibawah ini dengan cermat
- b. Isilah pertanyaan dibawah ini sesuai kondisi anda saat ini

1. Apakah anda mengetahui tentang pengambilan keputusan?

Ya, mengetahui.....
.....
.....

2. Hal apa yang menjadi pertimbangan anda dalam mengambil keputusan?

ingat hukuman.....
ingat keluarga.....
.....

3. Apakah hal-hal tersebut dapat menjadikan keputusan anda pada arah yang positif?

Ya.....
.....
.....

EVALUASI PROSES KONSELING INDIVIDU

Petunjuk:

1. Bacalah pernyataan dibawah ini dengan teliti
2. Pilihlah salah satu pilihan yang sesuai dengan kondisi anda saat ini dengan memberikan tanda centang (√)

Keterangan:

1. SS = Sangat Sesuai
2. S = Sesuai
3. TS = Tidak Sesuai
4. STS = Sangat Tidak Sesuai

NO.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Konseli datang dengan penuh keikhlasan	√			
2.	Konseli merasa nyaman saat proses konseling individu berlangsung	√			
3.	Hubungan terjalin dengan baik	√			
4.	Pelayanan penyelesaian masalah tercapai melalui proses konseling	√			
5.	Konseli mampu menemukan pemecahan masalahnya sendiri	√			

Klaten, 18.04.2023



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
 Jl. Pandawa Pucangan Kartasura Sukoharjo Telp. (0271) 781516 Fax. (0271) 782774
 Homepage : www.iain-surakarta.ac.id E-mail: fud.uin@iain-surakarta.ac.id

SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Tim Turnitin Fakultas Ushuluddin dan Dakwah (FUD) UIN Raden Mas Said Surakarta menerangkan bahwa setelah melakukan cek plagiasi skripsi dengan menggunakan perangkat lunak **Turnitin** maka pihak di bawah ini:

Nama : Amanda Fildza Shabrina
 NIM : 191221164
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
 Judul Skripsi : PENERAPAN KONSELING INDIVIDU PENDEKATAN RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY UNTUK MENINGKATKAN SELF CONTROL KLIEN DEWASA DI BALAI PEMASYARAKATAN KELAS II KLATEN
 Hasil Turnitin : 30 %

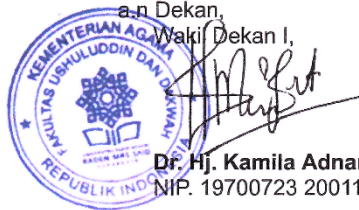
Dinyatakan telah lulus cek plagiasi dengan "Similarity Index" di bawah 30 persen.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagai syarat pelaksanaan munaqosyah.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Sukoharjo, 16/05/2023

a.n Dekan,
 Wakil Dekan I,



Dr. Hj. Kamila Adnani, M.Si.
 NIP. 19700723 200112 2 003