

Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Rational Emotive Imagery* dan *Homework Assigment* untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Remaja

Slamet Suryatmoko¹ , Purwati², Paramita Nuraini³

¹ Department of Guidance and Counseling, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

² Department of Guidance and Counseling, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

³ Department of Guidance and Counseling, Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

 slametsuryatmoko@gmail.com

Abstract

Because of the consequences of low youth responsibility in Menayu Hamlet, Menayu Village, Muntilan, Magelang, this study was performed on the youth of Menayu Hamlet, Menayu Village, Muntilan, Magelang. The purpose of this study is to see whether group counseling using the Rational Emotive Imagery Technique and the Homework Assignment Technique can help youth in Menayu Hamlet, Menayu Village, Muntilan, Magelang get more responsible.

With a Randomized Pretest Posttest Comparison Group Design research design, this type of study is a true experiment. The subjects in this research were 10 teens whose are divided into 2 groups: 5 teenagers in the Rational Emotive Imagery Technique group and 5 teenagers in the Homework Assignment Technique group. Sample was executed using a random sampling technique. With the help of SPSS 25, the data was analyzed using One Way Anova parametric analysis. The therapy of group counseling services occurs over the course of nine meetings.

The findings of this study show that group counseling using the Rational Emotive Imagery Technique and the Homework Assignment Technique can help teenagers are becoming more responsible. The study's findings were supported by the One Way Anova Parametric Statistics test, which returned a probability considerable value of 0.001. There is a difference in the average score of the responsibility questionnaire between the two classes after testing the data. The experimental group 1 had a percentage increase of 10.26%, whereas the experimental group 2 have seen a percentage increase of 12.21%. This study found that group counseling using the Homework Assignment technique is more effective than group counseling using the Rational Emotive Imagery technique in improving responsibility.

Keywords: *Group Counseling 1; Rational Emotive Imagery 2; Homework Assignment 3; Responsibility 4; Responsibilities of Youth 5.*

Efektivitas Konseling Kelompok Teknik *Rational Emotive Imagery* dan *Homework Assigment* untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Remaja

Abstrak

Penelitian ini dilakukan pada remaja Dusun Menayu, Desa Menayu, Muntilan, Magelang karena permasalahan rendahnya Tanggung Jawab remaja di Dusun Menayu. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas konseling kelompok teknik Teknik *Rational Emotive Imagery* dan Teknik *Homework Assigment* untuk meningkatkan Tanggung Jawab Remaja Dusun Menayu, Desa Menayu, Muntilan, Magelang.

Jenis penelitian penelitian ini adalah true eksperimen dengan desain penelitian *Randomized Pretest Posttest Comparison Group Design*. Sampel yang diambil dalam penelitian ini sebanyak 10 remaja yang dibagi dalam 2 kelompok yaitu 5 remaja sebagai kelompok eksperimen 1 dengan Teknik *Rational Emotive Imagery* dan 5 remaja sebagai kelompok eksperimen 2 dengan Teknik *Homework Assigment*. Teknik *random sampling*



peneliti gunakan untuk pengambilan sampel. Analisis data menggunakan bantuan SPSS 25 untuk analisis parametrik *One Way Anova*. Perlakuan layanan konseling kelompok peneliti laksanakan sebanyak 9 kali pertemuan.

Hasil Penelitian ini adalah konseling kelompok Teknik *Rational Emotive Imagery* dan Teknik *Homework Assigment* efektif untuk meningkatkan tanggung jawab remaja. Hasil penelitian dibuktikan dari hasil uji Statistik Parametrik *One Way Anova* dengan probabilitas nilai signifikansi 0,001. Setelah pengujian data terdapat perbedaan skor rata-rata angket tanggung jawab antara dua kelompok. Kelompok eksperimen 1 memiliki persentase peningkatan sebesar 10,26% sedangkan kelompok eksperimen 2 sebesar 12,21%. Kesimpulan dari penelitian ini adalah Konseling kelompok teknik *Homework Assigment* lebih efektif untuk meningkatkan tanggung jawab daripada konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Imagery*.

Kata kunci: Konseling kelompok 1; *Rational Emotive Behavior Therapy* 2; *Rational Emotive Imagery* 3; *Homework Assigment* 4; Tanggung Jawab Remaja 5.

1. Pendahuluan

Sikap tanggung jawab merupakan salah satu sikap yang perlu diberi perhatian khusus di zaman modernisasi tepatnya di era 4.0 ini. Apalagi di zaman yang perkembangannya sangat cepat, tanggung jawab erat kaitannya dengan diri sendiri dan menyangkut orang lain. Tanggung jawab merupakan nilai moral penting di kehidupan sehari-hari baik itu di sekolah, di keluarga ataupun di masyarakat.

Tanggung jawab merupakan sikap yang harus dimiliki oleh setiap manusia dikarenakan dengan tanggung jawab setiap individu/manusia, menurut Lickona (2012) tanggung jawab dapat diartikan sebagai bentuk lanjutan dari rasa hormat, menghormati orang lain. Tanggung jawab meliputi usaha aktif untuk membangun diri sendiri dengan orang lain. Ketika individu melakukan tanggung jawab maka, ia akan memenuhi kewajibannya, dan berkontribusi terhadap masyarakatnya. Sedangkan menurut Miller (Yaumi, 2014) tanggung jawab secara tidak langsung akan membentuk karakter yaitu dapat dipercaya oleh orang lain karena orang yang bertanggung jawab akan dapat diandalkan dalam melakukan tugasnya, sejalan dengan pendapat Miller, pernyataan Mustari (2014:19) tentang pengertian tanggung jawab dapat diartikan sebagai kewajiban untuk melaksanakan suatu tugas sebagaimana yang harusnya dilakukan seperti kewajibannya terhadap diri pribadi, kewajiban terhadap masyarakat, kewajiban terhadap lingkungan seperti lingkungan alam, lingkungan sosial dan lingkungan budaya serta kewajiban terhadap negara dan kewajiban terhadap Tuhan. Kementerian Pendidikan Nasional Indonesia telah merumuskan 18 nilai-nilai yang harus ditanamkan dalam Pendidikan di Indonesia, dalam 18 nilai-nilai tersebut terdapat salah satu nilai yang sangat penting yaitu tanggung jawab. Namun nyatanya dalam membentuk sifat dan sikap tanggung jawab tidak dapat dilakukan pada salah satu lingkungan saja. Pembentukan karakter tanggung jawab dapat dilakukan pada 3 tempat yaitu dilakukan di lingkungan keluarga, lingkungan sekolah serta lingkungan masyarakat.

Fase remaja merupakan salah satu tahap peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa, belum siapnya remaja dalam menerima nilai-nilai yang baru dalam rangka mencapai kedewasaan sering mengakibatkan penyimpangan tingkah laku. Hal ini bisa dilihat dari tingkah laku remaja sehari-hari baik di rumah, di sekolah maupun di lingkungan masyarakat. Wirawan (dalam Khamim Zarkasih Putro, 2017) mendefinisikan remaja seharusnya disesuaikan dengan budaya setempat, sehingga untuk di Indonesia digunakan batasan usia 11-24 tahun dan belum menikah. Masa remaja menurut Peraturan

Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 25 tahun 2014 dan UU Perlindungan Anak remaja adalah seseorang yang berusia antara 10-18 tahun.

Pada tahap perkembangan masa remaja awal, perilaku tanggung jawab remaja belum seutuhnya terbentuk, karena pada tahap ini remaja masih mencari jati diri, remaja juga mengalami perubahan perasaan, emosi dan pikiran. Beberapa Ciri Masa Remaja awal 12-14 tahun menurut Hurlock (2002) adalah keadaan emosi remaja yang masih labil dan belum stabil, senang mencari perhatian sekitar, sering terikat dengan kelompok pertemanan sebayanya sehingga dalam perilaku remaja berusah untuk berbuat yang sama dengan temannya misalnya tawuran dan berpacaran. Banyak faktor atau sumber yang menjadi penyebab timbulnya perilaku menyimpang, baik yang berasal dari dalam diri individu seperti tidak percaya diri, takut mengambil keputusan yang benar, tidak mau disalahkan maupun berasal dari luar diri individu yang bersangkutan seperti ajakan teman.

Tugas perkembangan harus dilalui oleh setiap remaja pada setiap tahap perkembangannya, jika seorang remaja gagal melaksanakan tugas perkembangannya, maka perkembangan pada tahap berikutnya akan mengalami gangguan sehingga memunculkan masalah pada diri remaja. Pada masa remaja, remaja mulai memperhatikan pendapat orang lain, selain menginginkan kebebasan dan keyakinan diri. Kenakalan remaja disebabkan oleh permasalahan yang tidak terselesaikan dengan baik pada masa kanak-kanak, sehingga fase remaja gagal dalam menjalani proses perkembangan jiwanya sehingga menciptakan rasa tidak peduli dan enggan bertanggung jawab. Pengalaman pada masa kanak-kanak dapat menimbulkan rasa traumatik seperti dipukul dan diejek yang pada akhirnya menimbulkan gangguan pada fase pertumbuhannya. Mereka yang mengalami tekanan di lingkungan keluarga atau di lingkungan masyarakat serta mereka yang memiliki status sosial ekonomi yang lemah juga dapat menimbulkan perasaan rendah diri. Hal itu dikarenakan remaja belum dapat mengelola emosinya.

Penelitian Febri Fajar Pratama dan Rahmat tahun 2018 dengan judul “Peran karang taruna dalam mewujudkan tanggung jawab sosial pemuda sebagai gerakan warga negara” dari Universitas Pendidikan Indonesia didapatkan hasil bahwa peran karang taruna sangat berpengaruh dalam mewujudkan tanggung jawab sosial remaja oleh karena itu peneliti ingin melaksanakan penelitian di remaja Dusun Menayu tepatnya dalam organisasi PIK-R (Pusat Informasi dan Konseling Remaja) yang ada di Dusun Menayu. Permasalahan yang akan penulis teliti adalah tentang tanggung jawab remaja organisasi PIK-R (Pusat Informasi dan Konseling Remaja). Seiring perkembangan zaman, tingkat tanggung jawab di Dusun Menayu kini kian berkurang. Dari hasil wawancara dengan ketua dan wakil ketua PIK-R Dusun Menayu didapatkan hasil bahwa anggota PIK-R tidak begitu antusias dalam setiap pelaksanaan kegiatan yang diadakan PIK-R seperti sosialisasi bahaya rokok, kegiatan perlombaan antar PIK-R, kegiatan rapat rutin PIK-R dan kegiatan kerja bakti di desa, remaja Dusun Menayu juga kurang dalam tanggung jawab sosial di masyarakat, contohnya ketika ada kegiatan yang seharusnya melibatkan remaja, seperti acara pernikahan, saat ada orang meninggal, mereka akan ikut berpartisipasi jika sudah dimarahi oleh beberapa orang yang dituakan di masyarakat.

Peneliti juga telah lama melakukan kegiatan observasi di Dusun Menayu, peneliti mengamati sikap remaja saat peneliti mengadakan kegiatan yang melibatkan remaja. Banyak remaja yang tidak mau mengikuti kegiatan dengan memberi alasan seperti kegiatan yang diadakan tidak bermanfaat untuk diri remaja, remaja tidak datang karena tidak ada teman yang ikut datang juga dan remaja merasa kegiatan yang diadakan tidak menarik. Selain itu peneliti juga mendapatkan informasi dari hasil wawancara tidak terstruktur

dengan orang tua yang memiliki anak berusia remaja, mengeluhkan anaknya enggan belajar dan malah selalu bermain smartphone, enggan membantu pekerjaan rumah orang tuanya seperti mencuci piring, menyapu, mengepel dan mencuci baju. Jadi dapat disimpulkan bahwa permasalahan yang ada di Dusun Menayu adalah remaja yang kurang bertanggung jawab.

Peneliti akan melaksanakan konseling kelompok dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) agar remaja Dusun Menayu dapat meningkatkan tanggung jawab di masyarakat. Alasan penggunaan pendekatan REBT ini dikarenakan permasalahan tanggung jawab berkaitan dengan 11 identifikasi keyakinan irasional menurut Ellis yaitu “lebih mudah menghindari kesulitan dan tanggung jawab tertentu ketimbang menghadapinya”. Penulis menggunakan pendekatan REBT dalam konseling kelompok yang akan dilaksanakan dengan Teknik *Rational Emotive Imagery* dan Teknik *Homework Assigment* dengan harapan bahwa Teknik *Rational Emotive Imagery* dan Teknik *Homework Assigment* efektif dalam meningkatkan tanggung jawab remaja dengan mengubah pemikiran irasional para anggota kelompok (konseli) menjadi pemikiran yang rasional sehingga dapat menciptakan keyakinan dan perilaku tanggung jawab yang baik.

Layanan Konseling Kelompok menggunakan pendekatan REBT Teknik *Rational Emotive Imagery* ini merupakan salah satu upaya dalam membantu seseorang dalam mengatasi masalahnya dengan kegiatan konseling kelompok. Peneliti akan melaksanakan Konseling Kelompok dengan format kelompok yaitu 1 pemimpin kelompok dan anggota yang berjumlah 10 yang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok eksperimen 1 dan kelompok eksperimen 2.

Menurut Corey (2010) REBT adalah pemecahan masalah berfokus pada aspek berpikir, menilai, memutuskan, direktif yang lebih banyak berhubungan dengan dimensi pikiran ketimbang dengan dimensi perasaan. Pendekatan REBT memandang manusia bahwa dalam kejiwaan manusia dikuasai oleh pikiran dan perasaan yang berkaitan serta keberfungsian secara kejiwaan setiap manusia dipengaruhi oleh 3 aspek yang saling berkaitan yaitu fikiran, perasaan dan tingkah laku. Teknik *Rational Emotive Imagery* menurut Corey (2009:283-285) dapat diartikan sebagai bentuk latihan mental yang dilakukan secara intens yang berguna untuk membentuk pola emosi yang baru, biasanya digunakan pada masalah interpersonal konseli. Sedangkan tujuan utama dari teknik *Rational Emotive Imagery* menurut Ellis adalah berusaha mengubah peraaan negative tidak sehat menjadi perasaan sehat melalui visualisasi kejadian yang mengganggu (Nelson-Jones, 2011). Keunggulan teknik ini adalah dapat melatih diri konseli dalam mengembangkan emosi dan meminimalkan gangguan emosi, sedangkan kekurangan teknik ini adalah konseli yang baru pertama kali menjalani layanan dengan teknik ini akan merasa kesulitan dan membutuhkan waktu yang lama dalam mengembangkan emosi yang sehat.

Teknik *Homework Assigment* menurut Willis (2013: 74) adalah kegiatan pemberian tugas rumah yang bertujuan untuk melatih, membiasakan diri, dan menginternalisasikan sistem nilai baru yang menuntut pola tingkah laku baru yang diharapkan. Sedangkan menurut Corey (2013) tujuan Teknik *Homework Assigment* yaitu membantu konseli membuat perubahan yang mereka inginkan dengan cara konselor membantu konseli untuk membawa mereka dalam suatu kegiatan, yang pelaksanaannya disepakati bersama anggota kelompok.

Kelebihan Teknik *Homework Assigment* yaitu mudah untuk dilaksanakan dikarenakan acuan yang sudah tertera serta konseli hanya perlu melakukan kegiatan yang sudah ditugaskan konselor. Sedangkan kelemahan Teknik *Homework Assigment* yaitu

konselor tidak tahu apakah konseli benar-benar mengerjakan tugasnya dirumah atau tidak serta sulitnya memberikan tugas rumah karena kebutuhan setiap konseli yang berbeda.

Berdasarkan jurnal penelitian yang dilakukan Esya Anesty Mashudi pada tahun 2016 dengan judul “Konseling *Rational Emotive Behavior* dengan Teknik Pencitraan untuk Meningkatkan Resiliensi Mahasiswa Berstatus Sosial Ekonomi Lemah”, hasil dari penelitian ini yaitu konseling *rational emotive behavior* melalui teknik pencitraan atau *imagery* dapat meningkatkan resiliensi mahasiswa berstatus sosial ekonomi lemah dan berdasarkan jurnal penelitian yang dilakukan oleh Nurhalimah Sa’dah pada tahun 2021 yang berjudul “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Homework Assignment untuk Meningkatkan *Self Regulation Learning* Siswa Kelas Viii SMPN 9 Banjarmasin” dengan hasil penelitian bahwa teknik *homework assignment* efektif untuk meningkatkan *self regulation learning* pada siswa kelas VIII SMPN 9 Banjarmasin, maka peneliti tertarik untuk membandingkan kedua teknik ini, yaitu teknik *Imagery* dan *homework assignment* dalam meningkatkan tanggung jawab remaja.

2. Metode

Tanggung jawab remaja merupakan variabel *dependent* (variabel terikat) dan Layanan konseling kelompok Teknik *Rational Emotive Imagery & Homework Assignment* merupakan variabel *independent* (variabel bebas). Populasi dari penelitian ini adalah remaja Dusun Menayu yang mengikuti organisasi PIK-R Dusun Menayu sejumlah 19 orang. Sampel berjumlah 10 remaja, 5 anggota untuk kelompok eksperimen 1 dan 5 anggota kelompok untuk kelompok eksperimen 2. Pemilihan sampel yang peneliti lakukan dengan cara diundi (*Random Sampling*). Metode pengumpulan data dilakukan observasi, wawancara dan angket. Skala pada instrumen angket yang peneliti gunakan adalah skala *Likert* dengan 4 pilihan yaitu SS (Sangat Setuju), S (Sesuai), KS (Kurang Sesuai), TS (Tidak Sesuai).

Instrumen angket diuji dengan 2 pengujian yaitu, uji validitas dan reliabilitas menggunakan bantuan program SPSS 25. Jumlah item pernyataan angket tanggung jawab yang peneliti gunakan berjumlah 52 dengan jumlah responden 75, dengan kriteria valid adalah $r_{hitung} > t_{tabel}$ (probabilitas kesalahan 0.05 atau 5%), dengan jumlah N 75 adalah 0,227. Hasil analisis didapatkan hasil item pertanyaan valid berjumlah 41 yang $r_{hitung} > t_{tabel}$ (0,227) dan item gugur atau tidak valid berjumlah 11 item yang $r_{hitung} < t_{tabel}$ (0,227). Pengujian reliabilitas penelitian juga menggunakan SPSS Statistic 25, instrumen dikatakan reliabel jika nilai *alpha cronbach* lebih besar dari nilai standar 0,5% *alpha cronbach* yang diperoleh dari kriteria 75 responden yaitu 0,227. Hasil analisis instrumen angket tanggung jawab menggunakan SPSS Statistic 25.0 *for windows* adalah 0,868 maka (0,868 > 0,227). Sehingga dapat disimpulkan bahwa item dalam instrument angket tanggung jawab remaja reliabel.

2.1. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian yang akan dilakukan merupakan jenis penelitian eksperimen murni atau *true eksperiment*. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode *Randomized Pretest Posttest Comparison Group Design* yaitu metode penelitian komparasi dengan menggunakan 2 kelompok dengan anggota yang dipilih secara acak. Peneliti menggunakan sistem undian kemudian diberikan *pretest* dilanjutkan dengan pemberian perlakuan dengan teknik yang berbeda dan akhirnya diberikan *posttest*. Layanan konseling

kelompok untuk masing-masing kelompok peneliti melaksanakan sebanyak 9 kali pertemuan yang diberi jarak 2-3 hari dari setiap pertemuannya.

2.2. Langkah Penelitian

Langkah dalam penelitian ini yaitu, pertama adalah memberikan *pretest* kepada kelompok eksperimen 1 dan kelompok eksperimen 2 sebagai data awal untuk mengetahui tingkat tanggung jawab remaja, kedua adalah memberikan layanan konseling kepada kelompok eksperimen 1 menggunakan dengan Teknik *Rational Emotive Imagery* dan memberikan konseling kelompok kepada kelompok eksperimen 2 dengan konseling kelompok dengan Teknik *Homework Assigment*, langkah ketiga yaitu melaksanakan *posttest* sebagai data dari hasil perlakuan yang diberikan kepada kedua kelompok dan yang keempat adalah mengolah data dan membandingkan hasil *pretest* dan *posttest* untuk mengetahui hasil dari layanan yang diberikan.

3. Hasil dan Pembahasan

Setelah dilakukan perlakuan konseling kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (Teknik *Rational Emotive Imagery* dan *Homework Assigment*) untuk meningkatkan tanggung jawab remaja, kedua kelompok yang menjadi subjek penelitian mengalami perubahan yang signifikan. Sebelum dilakukan pengujian *Anova* peneliti melakukan pengujian normalitas dan homogenitas menggunakan data *pretest* dan *posttest* sebagai syarat untuk uji *Anova*. Hasil uji prasyarat menunjukkan data berdistribusi normal dan memiliki variansi homogen dan hasil analisis melalui uji *anova* memiliki hasil signifikansi yaitu 0,001 yang dapat diartikan kurang dari 0,05 ($0,001 < 0,05$) maka kesimpulannya adalah H_0 ditolak dan H_a diterima atau dapat dikatakan ada pengaruh dari teknik yang digunakan saat kegiatan konseling kelompok.

3.1. Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Tabel 1. Perbandingan Skor *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Eksperimen 1

No	Konseli	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Peningkatan	
				Nilai	Persen %
1	ASL	138	154	16	11,59
2	LS	129	133	4	3,10
3	SAN	126	144	18	14,29
4	IFN	129	154	25	19,38
5	EF	135	139	4	2,96
	Rata-rata			13,40	10,26
	Minimum			4	3,03
	Maksimum			25	22,03

Berdasarkan **Tabel 1**, dapat diketahui bahwa peningkatan skor tertinggi adalah 25 poin atau 19,38% dan peningkatan terendah adalah 4 poin atau 2,96 % dengan kenaikan rata-rata perubahan skor sebanyak 13 poin atau 10,26 %.

Tabel 2. Perbandingan Skor *Pretest* dan *Posttest* Kelompok Eksperimen 2

No	Konseli	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Peningkatan	
				Nilai	Persen %
1	UNL	132	136	4	3,03
2	KR	122	131	9	7,38
3	MD	118	144	26	22,03
4	FM	124	133	9	7,26
5	DW	117	142	25	21,37
	Rata-rata			15	12,21
	Minimum			4	3,03
	Maksimum			26	22,03

Berdasarkan Tabel 2, dapat diketahui bahwa peningkatan skor tertinggi adalah 26 poin atau 22,03% dan peningkatan skor terendah adalah 4 poin atau 3,03% dengan rata-rata perubahan skor sebanyak 15 poin atau 12,21%.

3.2. Uji Prasyarat

Pengujian prasyarat dilakukan sebelum pengujian hipotesis bertujuan untuk mengetahui deskripsi data dan distribusi data. Pada penelitian ini terdapat 3 uji prasyarat sebelum peneliti melakukan uji hipotesis yaitu uji deskriptif, uji normalitas dan homogenitas. Hasil analisis dari masing-masing pengujian sebagai berikut:

a. Uji Deskriptif

Uji *Descriptive Statistics* bertujuan untuk mendeskripsikan data yang akan diolah, berikut adalah uji Descriptive Statistics dari data hasil *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen 1 dan eksperimen 2.

Tabel 3. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Subjek Variabel	N	Descriptive Statistics			
		Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PreEksKelSatu	5	126	138	131,40	4,930
PostEksKelSatu	5	133	154	144,80	9,257
PreEksKelDua	5	117	132	122,60	5,983
PostEksKelDua	5	131	144	137,20	5,630
Valid N (listwise)	5				

Pada **Tabel 3**, dapat diketahui beberapa informasi diantaranya angka dalam Tabel 3 bagian N berjumlah 10 yang dapat diartikan ada 10 remaja yang berpartisipasi dalam penelitian ini, data *pretest* kelompok eksperimen 1 adalah jumlah nilai terendahnya yaitu 126 serta nilai tertingginya adalah 138 dengan nilai *Mean* sebesar 131.40 dan standar deviasi senilai 4.930. Informasi dari data *posttest* kelompok eksperimen 1 adalah jumlah nilai terendahnya yaitu 133 sedangkan nilai tertingginya adalah 154 dengan nilai *Mean* sebesar 144.80 dan standar deviasi senilai 9.257. Informasi hasil diatas menunjukkan bahwa kelompok eksperimen 1 mengalami peningkatan setelah melaksanakan konseling kelompok Teknik *Rational Emotive Imagery*. Informasi lain, data *pretest* kelompok eksperimen 2 adalah mempunyai nilai terendah yaitu 117 dan nilai tertingginya adalah 132, memiliki nilai *Mean* sebesar 122.60 dan memiliki standar deviasi sebesar 5.983. Informasi dari data *posttest* kelompok eksperimen 2 adalah memiliki jumlah nilai terendah yaitu 131 sedangkan nilai tertingginya adalah 144, memiliki rata-rata nilai sebesar 137.20 dan memiliki standar deviasi sebesar 5.630. Informasi hasil diatas menunjukkan bahwa kelompok eksperimen 2 mengalami peningkatan setelah melaksanakan konseling kelompok Teknik *Homework Assignment*.

b. Uji Normalitas

Hasil pengujian normalitas menggunakan klasifikasi *Shapiro-Wilk* karena jumlah data responden kurang dari 50. Data dapat nyatakan normal apabila nilai signifikansi > 0,05. Data hasil uji normalitas *pretest* dan *posttest* dapat diketahui dari

Tabel 4:

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas

Subjek Variabel	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
PreEksKelSatu	,287	5	,200*	,914	5	,490
PostEksKelSatu	,240	5	,200*	,901	5	,417
PreEksKelDua	,207	5	,200*	,910	5	,470
PostEksKelDua	,203	5	,200*	,922	5	,543

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

a. Lilliefors Significance Correction

Dari **Tabel 4**, terlihat data *pretest* dan *posttest* berdistribusi normal, hal ini dibuktikan dengan nilai $Sig > 0,05$, sehingga data dapat digunakan untuk pengujian selanjutnya.

c. Uji Homogenitas

Data dikatakan homogen apabila nilai $Sig > 0,05$, sedangkan jika nilai $Sig < 0,05$ maka data dikatakan heterogen. Hasil uji homogenitas *pretest-posttest* dapat diketahui pada **Tabel 5**:

Tabel 5. Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances					
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil	Based on Mean	1,199	3	16	,342
	Based on Median	,850	3	16	,487
	Based on Median and with adjusted df	,850	3	14,743	,489
	Based on trimmed mean	1,232	3	16	,331

Berdasarkan **Tabel 5**, dapat diketahui bahwa data *pretest* dan *posttest* memiliki data yang homogen, hal tersebut ditandai dengan nilai $Sig > 0,05$. Sehingga data dapat digunakan untuk uji selanjutnya.

3.3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis Uji *Anova* dan Uji BNT (Beda Nyata Terkecil)/ LSD (Least Significance Different).

a. Uji *Anova*

Uji ini digunakan untuk mengetahui perbedaan skor *pretest* dan *posttest* yang didapat dari kelompok eksperimen 1 dan 2. Berdasarkan hasil uji *Anova* pada **Tabel 6**, dapat diketahui bahwa signifikansi $0,001 < 0,05$ maka dapat diambil kesimpulan H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok teknik Teknik *Rational Emotive Imagery* dan *Homework Assigment* berpengaruh atau efektif untuk meningkatkan tanggung jawab remaja. Hasil uji *Anova* disajikan dalam **Tabel 6**:

Tabel 6. Hasil Uji *Anova*

ANOVA					
Hasil					
Subjek Variabel	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	1318,000	3	439,333	9,900	,001
Within Groups	710,000	16	44,375		
Total	2028,000	19			

b. Uji BNT (Beda Nyata terkecil)/ LSD (*Least Significance Different*)

Uji BNT (Beda Nyata terkecil)/ LSD (*Least Significance Different*) bertujuan untuk mengetahui kenaikan rata-rata dua perlakuan apakah berbeda secara statistik atau tidak. Berdasarkan data dari analisa BNT/LSD pada **Tabel 7**, dapat diketahui bahwa data nilai rata-rata dari hasil *posttest* kelompok eksperimen 1 dengan *pretest* kelompok eksperimen 1 naik sebanyak 13,40 dan memiliki nilai signifikansi $0,006 < 0,05$ maka kenaikan nilai rata-rata dari konseling kelompok teknik *Rational Emotive Imagery* dapat dinyatakan signifikan, sedangkan data nilai rata-rata dari hasil *posttest* kelompok eksperimen 2 dengan *pretest* kelompok eksperimen 2 naik sebanyak 14,60 dan memiliki nilai signifikansi $0,003 < 0,05$ maka kenaikan nilai rata-rata dari konseling kelompok

teknik *Homework Assignment* dapat dinyatakan signifikan. Hasil data diatas dapat diambil kesimpulan bahwa teknik *Homework Assignment* lebih efektif daripada teknik *Rational Emotive Imagery*. Hasil uji LSD disajikan dalam Tabel 7 :

Multiple Comparisons						
Dependent Variable: Hasil						
LSD						
(I) Kelompok	(J) Kelompok	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
PostTestEksperimen_1	PreTestEksperimen_1	13,400*	4,213	,006	4,47	22,33
PostTestEksperimen_2	PreTestEksperimen_2	14,600*	4,213	,003	5,67	23,53

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

Tabel 7. Uji BNt (Beda Nyata terkecil)/ LSD (*Least Significance Different*)

Hasil ini selaras dengan hasil kenaikan rata-rata kelompok eksperimen 1 yang memiliki persentase peningkatan sebesar 10,26% dan kelompok eksperimen 2 sebesar 12,21 % data kenaikan rata-rata ini dapat dilihat pada Tabel 1 dan Tabel 2. Hasil analisis dari penelitian ini dapat disimpulkan pertama, konseling kelompok pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy Teknik *Rational Emotive Imagery* dan *Homework Assignment* berpengaruh atau efektif untuk meningkatkan tanggung jawab remaja, kesimpulan kedua adalah konseling kelompok teknik *Homework Assignment* lebih efektif untuk meningkatkan tanggung jawab remaja daripada konseling kelompok dengan teknik *Rational Emotive Imagery*.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil peneliti Esya Anesty Mashudi dengan judul “Konseling *Rational Emotive Behavior* dengan Teknik Pencitraan untuk Meningkatkan Resiliensi Mahasiswa Berstatus Sosial Ekonomi Lemah” Hasil pengolahan data uji t terhadap hasil *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen adalah HO ditolak (dengan t hitung = 8,152 dan t tabel = 1,760). Kesimpulan dari penelitian ini yaitu konseling *rational emotive behavior* melalui teknik pencitraan atau *imagery* dapat meningkatkan resiliensi mahasiswa berstatus sosial ekonomi lemah. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian pada tahun 2021 yang dilakukan oleh Nurhalimah Sa’dah dengan judul “Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik Homework Assignment untuk Meningkatkan *Self Regulation Learning* Siswa Kelas Viii SMPN 9 Banjarmasin”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengujian dari data yang diperoleh dengan menggunakan rumus Uji T-test menunjukkan bahwa $t_{hit} > t_{tab}$ ($8,28 > 2,306$ dengan probabilitas kesalahan 0.05 atau 5%), dengan hasil kesimpulan adanya perbedaan tingkat *self regulation learning* siswa sebelum serta sesudah diberikan teknik *homework assignment* dalam layanan konseling kelompok.

4. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok pendekatan Teknik *Rational Emotive Imagery* dan *Homework Assignment* efektif dalam meningkatkan tanggung jawab remaja.

Semoga hasil penelitian ini dapat menjadi dedikasi dalam ilmu bimbingan dan konseling serta semoga dapat menjadi referensi untuk penelitian yang akan datang.

Harapan peneliti untuk penelitian selanjutnya, agar para peneliti khususnya pada bidang ilmu pendidikan bimbingan dan konseling dapat mengkolaborasikan antar

teknik sehingga hasil yang didapat agar bermanfaat untuk para guru bimbingan dan konseling, dalam artian supaya guru bimbingan dan konseling dapat memilih teknik-teknik yang terbaik diantara teknik untuk diterapkan di sekolah.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti berterimakasih kepada Kepala Desa Menayu dan Ketua PIK-R Dusun Menayu yang telah memberikan ijin untuk penelitian. Peneliti juga berterimakasih kepada para *reviewer* dan *proofreader* yang telah memberi masukan dan memeriksa ulang artikel ini.

Referensi

Jurnal dan Artikel

- [1] Anesty Mashudi, Esya. Konseling Rational Emotive Behavior dengan Teknik Pencitraan untuk Meningkatkan Resiliensi Mahasiswa Berstatus Sosial Ekonomi Lemah. *Universitas Ahmad Dahlan*. Vol. 5, No. 1 ISSN: 2301-6167. 2016.
- [2] Arnold A. Lazarus. Emotive Imagery. *Rutgers University and Center for Multimodal Psychological Services. Encyclopedia of Psychotherapy, VOLUME 1*. 2002.
- [3] Aulia, Riski. Mengatasi Learned Helplessness Siswa Tinggal Kelas Melalui Konseling Rasional Emotive Teknik Homework Assigment. *Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia*. 2012.
- [4] Catharine Maclaren, Kristene A. Doyle and Raymond DiGiuseppe. Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Theory and Praktice. *SAGE Publications, Inc.* Cahpter 9. 2016.
- [5] Mahmoud Roghanchi, Abdul Rashid Mohamad, See Ching Mey, Khoda Morad Momeni, dan Mohsen Golmohamadian, "The effect of integrating rational emotive behavior therapy and art therapy on self-esteem and resilience School of Social Science", *Razi University, Kermanshah, Iran*, Hlm. 179–184, 2013.
- [6] Tiba, Alexandru I. and Manea, Laura. The embodied simulation account of cognition in Rational Emotive Behaviour Therapy. *Oradea, Bihor, Romania. A.I. Tiba, L. Manea / New Ideas in Psychology 48 (2018) 12e20*. 2017.
- [7] Zarkasih Putro, Khamim. Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan (FITK) Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Indonesia*. Volume 17, Nomor 1, Page: 25-32. 2017.

Buku

- [8] Dryden, Windy, Neenan, Michael, "Rational Emotive Behavior Therapy: 100 Key Point", *New York: Routledge*, 2006.
- [9] Elizabeth. B. Hurlock, "Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan", Cet.5., *Jakarta: Erlangga*, 2002.
- [10] Hikmawati Fenti, "METODOLOGI PENELITIAN", *Depok: PT. Raja Grafindo Persada*, 2017.
- [11] Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, "Mengembangkan tanggung jawab pada anak", *Jakarta*, 2016.
- [12] Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, "Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini Memebangun tanggung jawab pada anak". *Jakarta*, 2020.
- [13] Lickona, Thomas. Mendidik Untuk Membentuk Karakter: Bagaimana Sekolah dapat Memberikan Pendidikan Sikap Hormat dan Bertanggung Jawab. (*Penerjemah: Juma Abdu Wamaungo. Jakarta: Bumi Aksara*). 2012.
- [14] Nelson-Jones, R, "Theory and Practice of Counseling and Therapy" 4th. *Terjemahan Helly Prajitno & Sri Mulyantini, Jakarta: Pustaka Pelajar*, 2012.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)