

PENYUSUNAN MODEL KONSELING DENGAN PENDEKATAN REBT UNTUK MENGURANGI PERILAKU AGRESIF PADA ANAK TUNARUNGU DI SLB ISLAM QOTHRUNNADA

Winda Safarina¹, Budi Susetyo²

¹Mahasiswa Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia

²Dosen Universitas Pendidikan Indonesia

Email : winda@upi.edu¹, budisusetyo@upi.edu²

ABSTRAK: Penelitian ini bertujuan untuk menyusun model konseling dengan pendekatan REBT dalam mengurangi perilaku agresif pada anak tunarungu di SLB Qotrunnada berdasarkan hasil asesmen pada subjek penelitian. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan desain studi kasus pada satu orang subjek tunarungu berinisial RZ di SLB Islam Qotrunnada. Teknik pengumpulan data dengan wawancara dan observasi dengan triangulasi sumber dari guru, orangtua dan anak. Hasilnya RZ memiliki perilaku yang agresif sebagai akibat dari kematangan sosial emosi RZ yang belum optimal dan pola pengasuhan orangtua yang masih kurang tepat. Sehingga untuk memudahkan guru mengubah perilaku RZ ke arah yang lebih baik disusunlah sebuah model pelaksanaan konseling dengan pendekatan REBT yang diharapkan dapat membantu dalam melaksanakan konseling guna mengurangi perilaku agresif pada MZ secara lebih terarah.

Kata Kunci: Konseling, Prilaku, Tunarungu

ABSTRACT: This research aims to develop a counseling model using the REBT approach to reduce aggressive behavior in deaf children at Qotrunnada SLB based on the results of assessments on research subjects. This research is a qualitative research with a case study design on one deaf subject with the initials RZ at Qotrunnada Islamic SLB. Data collection techniques using interviews and observations with triangulation of sources from teachers, parents and children. As a result, RZ has aggressive behavior as a result of RZ's social and emotional maturity which is not yet optimal and his parents' parenting patterns are still inappropriate. So, to make it easier for teachers to change RZ's behavior for the better, a model for implementing counseling using the REBT approach was developed which is expected to help in implementing counseling to reduce aggressive behavior in MZ in a more targeted manner.

Keywords: Counseling, Behavior, Deafness

PENDAHULUAN

Konseling merupakan proses untuk membantu individu menangani hambatan-hambatan ke arah pencapaian tujuan perkembangan secara optimal. Dalam ranah pendidikan khusus konseling sangat penting dilaksanakan baik pada anak dengan berkebutuhan khusus dan keluarganya. Menurut Sunardi (2005; Badiah, 2017) tujuan konseling bagi ABK secara umum 1) Membantu peserta didik melewati tahapan perkembangan dengan baik, 2) Mengatasi hambatan belajar, hambatan perkembangan, dan permasalahan lainnya melalui pemenuhan kebutuhan, 3) Menyiapkan perkembangan mental anak untuk ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi, 4) Membantu peserta didik mencapai taraf kemandirian dan kebahagiaan hidup. Berbagai macam pendekatan Konseling yang dilakukan dalam ranah pendidikan khusus salah satu contohnya adalah dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy* atau REBT.

Pendekatan REBT adalah bentuk konseling yang pertama kali dikembangkan oleh Albert Ellis pada akhir 1950 an. REBT berpendapat bahwa dalam menghadapi kesulitan, bukan situasi itu sendiri yang menyebabkan difungsional emosi seperti depresi, mengasihani diri sendiri, marah, sakit hati, bersalah panic, tetapi keyakinan tentang situasi (Ellis & Dryden, 1997; Bastomi, 2018). Menurut Nadila, dkk (2021) konseling REBT adalah pendekatan behavior kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pendekatan . Tujuan rational emotive behavior therapy (REBT) menurut Ellis (Bastomi, 2018) adalah membantu konseli untuk memperoleh tujuan hidup yang lebih realistic, menunjukkan kepada konseli bahwa verbalisasi diri mereka merupakan sumber utama dari gangguan emosi yang dialami. Dalam pendekatan ini terkenal dengan 5 kunci ABCDE yakni pengalaman aktif, kepercayaan individu memandang satu hal, akibat emosional, tindakan, efektivitas tindakan. Lebih lanjut menurut Turner (1985 dalam Marlina, dkk, 2021), penjelasan mengenai 5 teori kunci ini yakni sebagai berikut:

1. Activating event (A): Seluruh peristiwa yang actual yang dialami oleh individu yang berpotensi menjadi pemicu yang memunculkan belief (B). Activating event dapat bersumber dari kejadian yang actual, kejadian yang merupakan penilaian, kejadian yang terjadi secara eksternal atau internal, kejadian yang dapat mengacu pada masa lalu, sekarang atau masa depan.

2. Belief (B): Keyakinan, pandangan, nilai atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa A. Keyakinan seseorang ada dua maca yaitu keyakinan rasional dan keyakinan irasional. Keyakinan rasional merupakan keyakinan yang benar, produktif, dan masuk akal. Keyakinan irasional adalah keyakinan yang salah, emosional tidak produktif, dan tidak masuk akal. Keyakinan individu berasal dari orangtua, masyarakat, dan agama.
3. Consequence of belief (C): Merupakan konsekuensi sebagai akibat atau reaksi individu dalam hubungannya dengan belief (B) dan activating event (A).
4. Disputing irrational belief (D) yakni melakukan tindakan terapi untuk menjadikan pikiran irasional konseli menjadi rasional
5. Effective (E): hasil dari ABCD, jika ABCD dalam prosesnya berpikir rasional; dan logis maka hasilnya akan positif begitupun juga sebaliknya.

Pendekatan ini terbukti banyak menangani permasalahan klien pada bimbingan konseling untuk mengatasi permasalahan yang dimilikinya, dimana pendekatan ini meyakini bahwa segala permasalahan muncul dari kepercayaan yang irasional, seperti merasa cemas, keawatiran yang berlebihan, putus asa dan emosi negatif lainnya. Dalam dunia pendidikan khusus pendekatan REBT digunakan untuk mengatasi permasalahan anak berkebutuhan khusus seperti perasaan rendah diri, prestasi belajar yang menurun, ketidakinginan bersekolah, Kesulitan berinteraksi dan perundungan, hingga masalah keluarga yang memiliki anak berkebutuhan khusus .

Observasi lapangan menemukan salah satu anak tunarungu di SLB Qothrunnada yang menunjukkan gejala agresif, ditambah perilaku berbohong, dan melimpahkan kesalahan pada orang lain, bahkan beberapa kali melakukan pencurian. Akibatnya, beberapa waktu belakangan, RZ tidak mampu menyelesaikan tugas sekolah, ditambah dengan menunjukkan minat belajar yang rendah, serta beberapa kali menunjukkan ketidakstabilan emosi, sampai kepada gejala tantrum dan menangis, disertai teriakan saat keinginannya tidak dipenuhi. Sejauh ini upaya dari sekolah adalah dengan memberikan nasihat kepada anak namun belum ada perubahan perilaku yang signifikan sehingga perlu adanya pendekatan lain yang dapat mengubah pikiran irasionalnya menjadi rasional salah satunya dengan pendekatan REBT. Di Sekolah sendiri pun belum memiliki program yang dapat memandu guru BK untuk memberikan konseling melalui pendekatan REBT ini sehingga perlu dilakukanny asesmen lebih lanjut kepada anak untuk mengetahui

penyebab perilaku ini yang selanjutnya menjadi bahan untuk penyusunan model konseling dengan pendekatan REBT

Beberapa penelitian terdahulu yang terkait menjadi bukti kebermanfaatan dan efektifitas pendekatan ini untuk menangani permasalahan dalam pelaksanaan konseling anak berkebutuhan khusus. Penelitian dari Ayuningtyas, dkk. (2019) yang menunjukkan bahwa pendekatan REBT dalam pelaksanaan konseling dapat meningkatkan *self-esteem* pada siswa dengan difabel, subjek penelitian menjadi lebih percaya diri, berpenampilan rapi dan menggunakan kursi roda dengan baik. Selanjutnya peneliti dari Daroni, G., dkk (2018) berupa temuan deskriptif pelaksanaan konseling dengan pendekatan REBT dalam meningkatkan kepercayaan diri orangtua yang memiliki anak autis. Hasil temuan berdasarkan observasi dan wawancara menemukan bahwa dengan pendekatan ini orangtua sadar akan dukungan yang dibutuhkan anaknya dan mampu menerima kondisi anaknya sehingga membangun kepercayaan diri pada subjek yakni orangtua dengan anak autis. Penelitian dari Purwaningrum, S dan Bayu (2018) yang membuat pengembangan sebuah model konseling untuk mengurangi perilaku bullying pada siswa ABK disekolah inklusif. Penerapan model ini terbukti dapat mengurangi perilaku bullying. Penelitian berupa survey dari Marlina, dkk. (2022). dengan hasil penelitian bahwa perlunya ada model pelayanan REBT pada anak tunarungu yang menjadi korban kekerasan seksual yang disampaikan dengan komunikasi bisindo agar dalam pelaksanaan konseling dapat terjadi komunikasi dua arah antara konseli dengan tunarungu dan konselor. Penelitian dari Ningsih (2019) menunjukkan hasil penelitian eksperimen bahwa teknik REBT juga mampu menurunkan sikap sensitive pada siswa tunarungu tingkat SMK. Penelitian-penelitian sebelumnya akan menjadi referensi dan panduan bagi penulis untuk penyusunan model, sejauh ini belum ada penelitian serupa yang mengkaji tentang perumusan model konseling dengan pendekatan REBT untuk mengurangi perilaku agresif pada anak tunarungu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif studi kasus pada anak tunarungu. Menurut Bimo Walgito (2010), metode studi kasus adalah metode yang bertujuan untuk mempelajari dan menyelidiki suatu kejadian atau fenomena mengenai individu, seperti riwayat hidup seseorang yang menjadi objek penelitian. Bimo

juga menambahkan bahwa untuk melaksanakan penelitian studi kasus diperlukan informasi sebanyak mungkin dan integrasi data. Integrasi data ini bisa diperoleh dari metode penelitian lain untuk bisa memberikan informasi yang lebih detail dan mendalam responden dari penelitian ini adalah siswa tunarungu berinisial RZ berusia 13 tahun dan guru kelas, dan orangtua RZ. Adapaun pengumpulan data akan dilakukan dengan observasi tidak langsung dan wawancara mendalam untuk menemukan data asesmen terkait perilaku agresif pada RZ dari segi kondisi sosial-emosi dan peran keluarga RZ, hasil asesmen yang dianalisis dengan triangulasi sumber.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah melakukan wawancara bersama guru dan orangtua serta observasi anak yang instrumennya disusun berdasarkan teori kematangan sosial-emosi (Huberman, 2016) dan peran keluarga (Friedman, 2003 dalam Nawawi, 2010) untuk menemukan kondisi objektif anak. hasil penelitian menemukan sebagai berikut:

1. Kondisi objektif Emosi dan Sosial RZ

Razaq selama beberapa lama tinggal di Pondok menunjukkan gejala agresif yang semakin meningkat, selain juga gejala suka bohong dan melimpahkan kesalahan pada orang lain, bahkan beberapa kali melakukan pencurian. Bahkan pada beberapa waktu belakangan, tidak menyelesaikan beberapa tugas sekolah, minat belajar juga rendah, serta beberapa kali menunjukkan turbulensi emosi yang kurang jelas. Sering pula menunjukkan gejala tantrum dan menangis, serta teriak-teriak saat keinginannya tidak dipenuhi. adanya kesulitan pada Razaq dalam hal pengenalan dan pengelolaan emosi. Sebagian besar emosi yang dikenalnya adalah emosi marah, sehingga hampir semua ekspresi emosi yang diberikan oleh Razaq juga bersifat marah, baik saat dia sedih, kecewa maupun saat dia merasa tidak berdaya. Selain itu, Razaq juga tampak tertinggal dalam hal berbagai aspek perkembangan penting, seperti perkembangan moral dan perkembangan sosial. Beberapa unsur penting dalam perkembangan moral Razaq terlihat tertinggal, seperti tentang konsekuensi dan tanggung jawab, tentang daya juang dan integritas (kejujuran).

Razaq mengalami keterlambatan dalam kematangan sosialnya. Kematangan sosial adalah sebuah keadaan anak yang telah memiliki kesiapan untuk menyesuaikan diri pada aturan serta norma dalam lingkungan sosialnya (Doll, 1953). Salah satu hal penting yang menjadi faktor dalam perkembangan kematangan sosial anak adalah pola asuh orang tua,

relasi keluarga, kecerdasan anak serta kondisi budaya anak. Salah satu contoh manifestasi dari keterlambatan kematangan sosial adalah, saat Razaq tidak mampu beradaptasi dan bertanggung jawab atas segala yang dilakukan secara menyeluruh, menerima tugas secara amanah, serta percaya diri terhadap apa yang ada dalam dirinya. Hal ini membuat Razaq mengalami kesulitan saat harus beradaptasi dan diterima oleh lingkungan sosialnya.

2. Kondisi Objektif Peran Keluarga

Menurut Friedeman (2003 dalam Nadrawati, 2018) , keluarga mempunyai fungsi afektif, sosialisasi, reproduksi, ekonomi dan pemeliharaan kesehatan, Hasil temuan menunjukkan kedua orangtua belum memenuhi beberapa fungsi secara optimal. Ayah dan Ibu RZ yang memiliki kesibukan kurang berinteraksi dengan anak terutama sang ayah, orangtua sering memanjakan MZ dengan menuruti segala kemauan RZ tanpa adanya kontrol secara positif. ditemukan bahwa peran ayah pada tumbuh kembang masih kurang dimaknai oleh Razaq. Hal ini sangat penting karena memang dalam diri anak laki-laki, akan mencari role model pada ayahnya. Perilaku ayah biasanya akan diterjemahkan dalam perilakunya sehari-hari. Dalam kasus Razaq, hal ini terlihat tampak sangat kurang, sehingga RZ belum mampu mencontohkan perilaku positif dari sang ayah. Sementara itu, peran ibu telah dipersepsi lebih jelas dan positif, namun dimaknai anak sebagai sosok yang jauh atas pemenuhan kelekatan (kedekatan secara psikologis).

Berdasarkan paparan dari dua temuan tersebut muncul beberapa kemungkinan yang menyebabkan perilaku agresifitas pada RZ yakni:

1. Adanya hambatan pendengaran yang menyulitkan RZ untuk mengkomunikasikan keinginannya, rasa kesal karena diacuhkan akibat orang lain kurang mengerti keinginannya yang membentuk perilaku RZ menjadi agresif
2. Kurangnya kontrol perilaku RZ dari orangtua sedari kecil sehingga keliru untuk membedakan perilaku yang benar dan salah
3. Minimnya interaksi antar keluarga yang menjadi RZ belum mampu membentuk kepribadian dan emosi RZ sesuai dengan usianya

3. Rekomendasi Model Konseling REBT

Berdasarkan temuan dari kondisi objektif RZ maka rekomendasi model untuk penerapan konseling dengan pendekatan REBT yakni sebagai berikut:

a. Pendekatan REBT

Vaida, Kallay & Opre (2008) mengungkapkan REBT adalah bentuk konseling yang pertama kali dikembangkan oleh Albert Ellis pada akhir 1950 an . REBT berpendapat bahwa dalam menghadapi kesulitan, bukan situasi itu sendiri yang menyebabkan difungsional emosi seperti depresi, mengasihani diri sendiri, marah, sakit hati, bersalah panic, tetapi keyakinan tentang situasi (Ellis & Dryden, 1997; Bastomi, 2018). REBT adalah terapi yang berusaha menghilangkan cara berpikir konseli yang tidak logis, tidak rasional dan menggantinya dengan sesuatu yang logis dan rasional dengan mengonfrontasi konseli dengan keyakinan keyakinan irasionalnya serta menyerang, menentang, mempertanyakan, dan membahas keyakinan-keyakinan yang irasional

Konsep dasar REBT yang dikembangkan oleh Alberts Ellis (1995) adalah sebagai berikut:

- 1) Pemikiran manusia adalah penyebab dasar gangguan emosional. Reaksi emosional yang sehat maupun tidak, bersumber dari pemikiran itu.
- 2) Manusia mempunyai potensi pemikiran rasional dan irasional dan inteletnya manusia dapat terbebas dari gangguan emosional.
- 3) Pemikiran irrasional bersumber pada disposisi biologis lewat pengalaman masa kecil dan pengaruh budaya.
- 4) Pemikiran dan emosi tak dapat dipisahkan
- 5) Berpikir logis dan tidak logis dilakukan dengan symbol-simbol bahasa.
- 6) Pada diri manusia sering terjadi self-Verbalization. Yaitu mengatakan sesuatu terus menerus kepada dirinya.
- 7) Pemikiran tak logis (irrasional) dapat dikembalikan kepada pemikiran logis dan reorganisasi persepsi. Pemikiran tak logis itu merusak dan merendahkan diri melalui emosionalnya. Ide-ide irrasional bahkan dapat menimbulkan neurosis dan psikosis.

Konsep kunci terapi rasional emotif dari Ellis (1995) mengikuti pola yang didasarkan pada teori A-B-C. A= Activating Experience (Pengalaman aktif), B= Belief System (cara individu memandang suatu hal, C= Emotional Consequence . yakni sebagai berikut

- 1) Activating event (A): Seluruh peristiwa yang actual yang dialami oleh individu yang berpotensi menjadi pemicu yang memunculkan belief (B).
- 2) Belief (B): Keyakinan, pandangan, nilai atau verbalisasi diri individu terhadap suatu peristiwa A. Keyakinan seseorang ada dua macam yaitu keyakinan rasional dan keyakinan irasional.
- 3) Consequence of belief (C): Merupakan konsekuensi sebagai akibat atau reaksi individu dalam hubungannya dengan belief (B) dan activating event (A).
- 4) Disputing irrational belief (D) yakni melakukan tindakan terapi untuk menjadikan pikiran irasional konseli menjadi rasional
- 5) Effective (E): hasil dari ABCD, jika ABCD dalam prosesnya berpikir rasional; dan logis maka hasilnya akan positif begitupun juga sebaliknya

b. Teknik pendekatan REBT

Terdapat tiga teknik atau pendekatan yang actual dalam terapi REBT ini yakni teknik kognitif, teknik emotif dan teknik perilaku (Dryden. 2012; Marlina, dkk, 2021).

- 1) Teknik Kognitif Merupakan teknik untuk mengubah cara pikir konseli. Teknik kognitif dilakukan dalam beberapa cara. a) Disputing, adalah cara aktif untuk menolong konseli mengevaluasi manfaat dari sistem belief. Konselor mengidentifikasi, memperdebat dan mengganti belief yang kaku, yang memberikan masalah dalam kehidupan konseli.; b) Functional Disputing, teknik yang dilakukan dengan mempertanyakan belief konseli yang melibatkan emosi dan perilaku. Seperti “apakah hal tersebut membantu?” atau “bagaimana pemikiran tersebut dapat mempengaruhi kamu?”, functional disputing bertujuan untuk menyatakan kepada konseli bahwa belief adalah cara dalam mencapai tujuan.; c) Empirical dispute, untuk memeriksa keyakinan yang konsisten dengan kenyataan sosial. Tujuannya untuk menolong konseli mengerti bahwa ia memiliki keyakinan yang tidak mendukung.; d) Referenting, dengan melibatkan konseli membuat daftar keuntungan dan kerugian yang nyata dari perubahan pikiran irasional dan perilakunya.; e) Cognitive homework, untuk melatih pikiran rasional konseli dengan menanyakan konseli untuk mengidentifikasi irasional belief dan secara aktif mempertentangkan untuk menggantinya dengan pernyataan coping yang efektif.

- 2) Teknik Emotif. digunakan untuk melengkapi dan memperkuat intervensi kognitif yang digunakan dalam REBT. Teknik ini mengubah fokus perhatian dari mengidentifikasi keyakinan irasional mengarah kepada perubahan positif dalam berpikir yang diperoleh melalui teknik kognitif a) Rational Emotive imagery, adalah teknik emotif yang bertujuan untuk menolong konseli mengidentifikasi emosi yang layak yang dirasakan dalam situasi bermasalah, dan mengeksplorasi statement dan mekanisme coping yang dialami konseli. Kemudian mempraktikkan dengan REI sampai mereka menjadi lebih siap dalam situasi menekan; b) Forceful coping statements, konseli mempraktikkan pernyataan yang rasional dan irasional.; c) Role playing, konseli memerankan dirinya sendiri dan konselor memotret apa yang sedang digambarkan konseli. Setelah itu konselor menanyakan apa yang dipikirkan selama role playing. Role playing juga dapat dilakukan dengan konselor berperan sebagai konseli, konseli dapat berperan sebagai terapis atau orang terdekatnya. Role playing sering digunakan untuk konseli yang memperlakukan keyakinan irasionalnya.
 - 3) Teknik Perilaku Intervensi perilaku digunakan untuk mendukung pencapaian kognitif yang dibuat melalui pertentangan dan pergantian keyakinan irasional konseli mengenai kehidupannya di dunia. Pendekatan dalam teknik perilaku yakni sebagai berikut. a) Reinforcement, penguatan yang diberikan jika konseli mengerjakan tugas setiap sesi. Reinforcement berupa kegiatan yang menyenangkan bagi konseli yang membantu menurunkan pikiran negatif.; b) Penalties, penalty diukur sebagai hasil dari konseli yang tidak melengkapi pekerjaan rumahnya. Penalties diidentifikasi sebagai hal yang tidak menyenangkan seperti membersihkan toilet.; c) Skill training. Permasalahan konseli dapat berupa kurangnya keterampilan, contohnya dalam menggunakan komputer. Konselor dapat menyarankan konseli untuk mengikuti kursus untuk memperbaiki keterampilannya; d) In vivo desensitization, bertujuan untuk mengetahui penyebab kemarahan dan emosi yang ekstrim bukan dari sesuatu yang ditakuti. Konselor dapat memulai dengan memainkan irasional yang kuat melalui pertunjukan yang berulang.
- c. Tahapan konseling dengan pendekatan REBT

Terdapat beberapa tahapan dalam konseing dengan pendekatan REBT (Komalasari, 2011);

- 1) Tahap 1 Memperlihatkan dan menyadarkan bahwa konseli tidak logis dan irasional. Proses ini membantu konseli memahami bagaimana dan mengapa dapat menjadi irasional. Pada tahap ini mereka diajarkan bahwa mereka memiliki potensi untuk mengubah hal tersebut
- 2) Tahap 2 Konseli dibantu untuk yakin bahwa pemikiran dan perasaan negative dapat ditantang dan di ubah. Konseli mengeksplorasi ide-ide untuk menentukan tujuan rasional. Konselor mendebatkan pikiran irasional konseli dengan menggunakan pertanyaan untuk menentang validitas ide tentang diri, orang lain, dan lingkungan sekitar. Pada tahap ini konseling menggunakan teknik konseling REBT dalam mengembangkan pikiran rasionalnya

Tahap akhir Tahapan akhir dimana konseli dibantu secara terus menerus mengembangkan pikiran rasional serta mengembangkan filosof hidup yang rasional sehingga konseli tidak terjebak pada masalah yang disebabkan oleh pemikiran rasional.

d. Rancangan Model Intervensi

N o	Sesi	Tujuan	Aktivitas	Waktu
1.	Tahap Awal (Megidentifikasi dan mempertentangan perilaku irasional)	• Mengetahui prosedur umum pelaksanaan konseling • Pemahaman perilaku irasional yang dilakukan RZ • Pemahaman akan tujuan akhir sesi yakni perubahan perilaku yang lebih positif pada RZ	• Menyampaikan kepada RZ maksud dan tujuan sesi konseling dilakukan • Membahas list perilaku agresif yang dilakukan oleh RZ seperti, marah, berteriak, berbohong dan mencuri sampaikan dengan contoh berupa gambaran perilaku yang dimaksud disamping dengan komunikasi secara komtal	90 Menit

			• Memberikan contoh dampak negatif pada diri sendiri dan orang lain kepada RZ atas perilaku irasional yang dilakukannya • Memberikan contoh dampak positif apabila RZ melakukan perilaku yang rasional • Memberikan list perilaku positif yang ingin dicapai,	
2	Tahap Pelaksanaan (Pembentukan perilaku rasional)	• Membentuk perilaku positif yang diharapkan didalam sesi konseling	• Merekam perilaku agresif RZ sebagai bukti setiap dia melakukan hal tersebut (90 Menit, satu pertemuan) • Guru memperlihatkan beberapa perilaku agresif atau irasional yang ditunjukkan RZ • Guru berperan sebagai RZ yang memerankan perilaku-perilaku yang mempertentangkan perilaku agresifnya yakni perilaku positif • Menugaskan RZ untuk melaksanakan peran yang telah dicontohkan oleh gurunya dalam satu minggu selama disekolah	1 Minggu Selama kegiatan disekolah berlangsung

			• Setelah RZ mencapai target telah melakukan perilaku yang diharapkan yakni dalam satu minggu berikan RZ reward yang dia sukai	
3.	Tahap Akhir (Evaluasi)	• Menyampaikan progress perkembangan konseling kepada RZ • Mempertimbangkan kelanjutan sesi	• Menyampaikan perubahan perilaku kepada RZ sekecil apapun baik itu negatif ataupun positif • Mempertimbangkan bersama apakah sesi konseling akan dilanjutkan atau selesai	60 Menit

KESIMPULAN DAN SARAN

RZ merupakan siswa tunarungu di SLB Islam Qotrunnada. dari hasil penelitian ditemukan bahwa RZ memiliki perilaku yang mengganggu kenyamanan oranglain seperti marah yang berlebihan, berbohong hingga mencuri. Hasil asesmen menunjukkan RZ belum matang secara sosial dan emosinya. Keluarga RZ bercukupan secara finansial namun antara RZ dan keluarga kurang dalam berinteraksi, selama pengasuhannya RZ sering dikabulkan apapun keinginannya dan kurang diberikan pembiasaan apabila RZ melakukan perilaku yang salah di rumah. Sehingga perlu adanya upaya untuk meminimalisir perilaku ini. Sekolah tempat RZ bersekolah telah memberikan upaya untuk menangani perilaku agresif pada RZ dengan memberikan nasihat dan hukuman seperti siswa pada umumnya namun hal ini masih belum berdampak jauh. Sehingga diperlukan rekomendasi berupa modul untuk membantu guru melaksanakan konseling kepada RZ secara lebih terarah. Rational Emotive therapy bertujuan untuk menyadarkan RZ bahwa apa yang dia lakukan merupakan pikirannya yang irasional, yang harus diubah dengan perilaku positif melalui pikiran yang rasional. Dengan model ini

diharapkan dapat membantu guru RZ dalam memperbaiki perilaku agresif pada dirinya kearah perilaku yang diharapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Albert Ellis. (1995) Changing rational-emotive therapy (RET) to rational emotive behavior therapy (REBT),13(2), 85–89. Tersedia di: <https://doi.org/10.1007/BF02354453>.
- Walgitu, B. (2010). Bimbingan dan Konseling Studi & Karis. Yogyakarta: Andi
- Zed, M. (2014). Metode Penelitian Kepustakaan. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia
- Ayuningtyas,P,dkk. (2019). Upaya Meningkatkan Self Esteem Pada Penampilan Difavek Melalui Konseling Rational Emotive Behavior Therapy di Difabel Slawi Mandiri In Tegal Regency.Suluh: Jurnal Bimbingan Konseling 4(2), 21-27. Tersedia di: <http://journal.umpalangkaraya.ac.id/index.php/suluh>
- Daroni,G., dkk. (2018). Konseling Individu untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Orangtua yang Memiliki Anak Autis. Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konselin. 8(2), 100-113. DOI: 10.25273/counsellia.v8i2.2904
- Purwaningrum,S ., dan Bayu,Pamungkas. (2018). Pengembangan Model Konseling Kelompok dengan Pendekatan Rational Emotive Therapy (REBT) untuk Mengurangi Perilaku Bullying pada siswa ABK di Sekolah Dasar Inklusif. Jurnal Bimbingan Konseling Ar-Rahman. 4 (1), 35-19. Tersedia Online: <http://ojs.uniska.ac.id/index.php/BK>
- Marlina,M,dkk.(2022). Helping Girls With Deafness Victims of Sexual Harrasment: REBT with Bisindo as a Mental Health Education Service in School. *Journal of ICSAR*. 6(1), 30-36. DOI: <http://dx.doi.org/10.17977/um005v6i12022p030>
- Doll, E. A. (1953). *The measurement of social competence: A manual for the Vineland Social Maturity Scale*. Educational Test Bureau Educational Publishers. <https://doi.org/10.1037/11349-000>
- Ningsih,W. (2019). Pengaruh Teknik Rasional Emotive Therapy Terhadap Sikap Sensitif pada Siswa Tunarungu di Sekolah Inklusi SMK Negeri 5 Mataram. *Jurnal Realita*. 4(8), 761-774.
- Bastomi, H. (2018). Konseling Rational Behavior Therapy (REBT)- Islami. Jurnal Guidance & Counseling IAIN KUDUS. Vol 2 (2). Hlm 25-45.

Nadila,E. (2021). Analisis Konseling Rational Emotive Behavior Therapy dalam Pendidikan. *JUBIKOPS*. 1(2), 99-10.

Nawawi, A. (2010). Konseling Keluarga yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus. PLB UPI: Bandung

Zeman,J. (2001). Emotional Development University of Maine.

Huberman, B. (2002). Growth and Development, Ages 13 to 17, What you Need to know. (online)

<https://www.advocatesforyouth.org/resources/health-information/parents-16/#:~:text=EMOTIONAL%20DEVELOPMENT-,Most%20teens%20ages%2013%20to%2017%20will%3A,they%20feel%20a%20certain%20way>