

Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Keluarga *Broken Home*

Tria Utami^{1*}, Sri Ilham Nasution²

Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, Indonesia^{1,2}

*Corresponding Author: triautami757@gmail.com

Received: 12-03-2026

Revised: 19-05-2026

Accepted: 21-05-2026

Cite this article: Utami, T., & Nasution, S., I. (2026). Konseling Kelompok dengan Pendekatan T=Rational Emotive Behavior Therapy dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Keluarga Broken Home. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 10(1), 113-137
<https://dx.doi.org/10.29240/jbk.v10i1.16453>

Abstract

Learning motivation is an important factor in students' academic success, especially for students from broken homes who often experience decreased motivation due to family conflict, lack of attention, and emotional instability. This study aims to examine the group counseling process using the Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) approach in improving the learning motivation of students from broken homes at SMK Negeri 1 Martapura. This study used a descriptive qualitative method involving 10 students as research subjects. Data were collected through observation, interviews, and documentation, and analyzed using the Miles and Huberman model, which includes data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The results showed that group counseling with the REBT approach resulted in positive changes in students' cognitive, behavioral, and emotional aspects. Cognitively, students were able to change irrational thought patterns to more rational ones and accept family conditions more healthily. Behaviorally, there was an increase in attendance, participation in learning, and responsibility for assignments. Emotionally, students became more confident, more open, and showed a decrease in withdrawal behavior. These findings indicate that REBT group counseling provides meaningful support in improving students' learning motivation in the school context.

Keywords: *Group Counseling; REBT Approach; Learning Motivation; Broken Home.*

Abstrak

Motivasi belajar merupakan faktor penting dalam keberhasilan akademik siswa, khususnya bagi siswa dari keluarga *broken home* yang sering mengalami penurunan motivasi akibat konflik keluarga, kurangnya perhatian, dan ketidakstabilan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji proses konseling kelompok menggunakan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) dalam meningkatkan motivasi belajar siswa keluarga *broken home* di SMK Negeri 1 Martapura. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif yang melibatkan 10 siswa sebagai subjek penelitian. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, dan dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan REBT memberikan perubahan positif pada aspek kognitif, perilaku, dan emosional siswa. Secara kognitif, siswa mampu mengubah pola pikir irasional menjadi lebih rasional dan menerima kondisi keluarga secara lebih sehat. Secara perilaku, terjadi peningkatan kehadiran, partisipasi dalam pembelajaran, dan tanggung jawab terhadap tugas. Secara emosional, siswa menjadi lebih percaya diri, lebih terbuka, serta menunjukkan penurunan perilaku menarik diri. Temuan ini menunjukkan bahwa konseling kelompok REBT memberikan dukungan yang bermakna dalam meningkatkan motivasi belajar siswa dalam konteks sekolah.

Kata Kunci: Konseling Kelompok; Pendekatan REBT; Motivasi Belajar; *Broken Home*

Pendahuluan

Pendidikan merupakan sarana utama dalam membentuk kualitas sumber yang berdaya saing tinggi. Pendidikan menjadi hal yang penting pada setiap diri individu, karena dengan pendidikan dapat menumbuhkan generasi yang baik dan bahkan lebih baik dari generasi sebelumnya. Meskipun keluarga merupakan lingkup terkecil, namun justru karena hal itulah lingkungan keluarga menjadi bagian yang penting dalam pengenalan pendidikan awal, maka dari itu keluarga merupakan sumber pendidikan pertama kali yang diterima seorang anak sebagai individu baru. Keluarga bukanlah satu satunya pendidikan, namun keluarga tetaplah menjadi peletak dasar moral pada anak sebelum memasuki pendidikan formal dalam arti sekolah (Bua et al., 2024). Oleh karena itu, peneliti mengkaitkan persoalan tersebut dengan tingkat motivasi belajar siswa, yang secara tidak langsung motivasi belajar siswa sangatlah berperan dalam hasil akhir yang didapatkan oleh peserta didik.

Dalam proses pendidikan, motivasi belajar menjadi faktor psikologis yang sangat menentukan keberhasilan siswa dalam mencapai prestasi akademik. Siswa dengan motivasi belajar tinggi akan memiliki dorongan kuat untuk berusaha, tekun, dan pantang menyerah dalam menghadapi tantangan belajar. Sebaliknya, siswa yang memiliki motivasi belajar yang rendah cenderung menunjukkan perilaku belajar yang pasif, mudah menyerah dan kurang mampu mengoptimalkan potensi dirinya. Berdasarkan penelitian Yuli, Ulpah dan Opan, mengenai kedudukan motivasi dalam pembelajaran terbukti bahwa, peserta didik yang memiliki motivasi belajar tinggi, akan selalu berusaha untuk lebih baik dan ingin selalu dipandang sebagai peserta didik yang berhasil dalam lingkungannya, sedangkan peserta didik yang tidak mempunyai motivasi belajar akan tidak menunjukkan kesungguhan dalam belajar, sehingga hasil belajar yang diperoleh tidak memuaskan (Supriani et al., 2020). Oleh sebab itu, motivasi belajar yang rendah sering menjadi pemicu munculnya perilaku negatif di sekolah, seperti membolos, kurang disiplin, bahkan putus sekolah. Sehingga motivasi belajar menjadi isu penting dalam pendidikan yang perlu mendapat perhatian serius dari berbagai pihak, termasuk guru dan konselor sekolah. Dalam kegiatan belajar, motivasi merupakan keseluruhan daya penggerak di dalam diri yang menimbulkan kegiatan belajar, yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar. Motivasi belajar merupakan faktor psikis yang bersifat non intelektual. Seseorang yang mempunyai intelegensi yang cukup tinggi, bisa gagal karena kurang adanya motivasi dalam belajarnya (Jainiyah et al., 2023). Faktor-faktor yang memengaruhi motivasi belajar antara lain adalah minat terhadap pelajaran, tujuan pribadi, lingkungan belajar, gaya mengajar guru, dan dukungan dari keluarga. Jika faktor-faktor ini saling mendukung, maka motivasi belajar siswa dapat meningkat. Oleh karena itu, penting bagi guru dan orang tua untuk menciptakan kondisi belajar yang mendorong siswa agar terus termotivasi (Ramdhani, R. L., Annur, A. K., 2024).

Namun, tidak semua siswa memiliki latar belakang keluarga yang kondusif terhadap perkembangan motivasi belajar. Kondisi keluarga broken home, seperti perceraian orang tua, disharmoni, atau konflik keluarga, seringkali menimbulkan dampak psikologis yang signifikan terhadap anak. Berdasarkan penelitian salsabila, tentang peran orang tua pada anak dari latar belakang *broken home*, hasil penelitian memberikan gambaran mendalam tentang dampak psikologis anak dari keluarga broken home serta pentingnya dukungan emosional orang tua (Adristi, 2021). Selaras dengan penelitian Bua, Pandang dan Saman yang meneliti dampak keluarga broken home terhadap motivasi belajar siswa dan penanganannya, hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang berasal dari keluarga broken home cenderung memiliki motivasi belajar rendah karena mengalami kekosongan emosional, kurangnya perhatian orang tua, dan perasaan rendah diri (Bua et al., 2024). Fenomena keluarga broken home dalam masyarakat saat ini sudah menjadi hal yang wajar atau biasa. Keluarga broken home

merupakan pasangan suami dan istri yang mengalami permasalahan dalam keluarga kemudian memutuskan untuk mengakhiri suatu hubungan dengan kata perceraian yang pada umumnya berdampak pada psikologis anak baik dalam pendidikan maupun lingkungan sosialnya. Perilaku anak yang tidak sesuai dengan norma karena kurang adanya perhatian, kasih sayang atau salah satu dari orang tua yang tidak ikut berperan dalam proses tumbuh kembangnya pendidikan anak, sehingga anak merasa kehilangan salah satu figure teladan yang seharusnya menjadi panutan dalam perilaku moral anak. Di Indonesia sendiri, penyebab *broken home* yang paling umum yakni perpisahan atau perceraian pasangan suami-isteri. Hal tersebut ditunjukkan oleh meningkatnya angka perceraian di Indonesia. Badan Pusat Statistik menunjukkan data angka perceraian di Indonesia berkisar pada 175.713 sampai 365.633 kasus terhitung sejak tahun 2007 hingga tahun 2016 (Badan Pusat Statistik, 2016). Angka perceraian tertinggi terjadi tahun pada tahun 2016 yakni 365.633 kasus, bila diuraikan maka dalam sehari ada sekitar 998 gugatan cerai, dan berlangsung kurang lebih 40 sidang perceraian setiap jam nya (Elza & Ina, 2021). Sesudah perceraian, menuntut peran ganda dari orang tua untuk memperhatikan pendidikan moral anak, sehingga anak dalam bersikap tidak merasa kehilangan sosok panutan teladan dalam hidupnya .

Keluarga yang berantakan (*broken home*) dapat dilihat dari dua aspek: yang pertama keluarga itu terpecah karena strukturnya tidak utuh sebab salah satu dari kepala keluarga meninggal dunia atau telah bercerai, dan kedua orang tua tidak bercerai akan tetapi struktur keluarga itu tidak utuh lagi karena ayah atau ibu sering tidak di rumah atau tidak memperlihatkan hubungan yang kasih sayang. Misalnya orang tua sering bertengkar sehingga keluarga itu tidak sehat secara psikologis sehingga berdampak terhadap anak, seperti malas belajar, menyendiri, agresif, membolos, dan suka menentang orang tua atau guru (Ariyanto, 2023).

Fenomena serupa juga terlihat di SMK N 1 Martapura, dimana sejumlah siswa dari keluarga *broken home* mengalami kesulitan dalam mempertahankan motivasi belajar. Kondisi tersebut terlihat dari kehadiran yang menurun, kurang aktif dalam pembelajaran, tidur saat jam pelajaran, bersikap menyendiri dan menarik diri dari lingkungan sosial, serta rendahnya semangat dalam mencapai prestasi akademik. Masalah ini menuntut perhatian serius dari guru dan konselor sekolah agar siswa dapat kembali dan memiliki pandangan positif terhadap pendidikan .

Sejumlah penelitian telah mencoba menjawab persoalan tersebut melalui intervensi layanan konseling. Berdasarkan penelitian Repalita, Suratini dan Diswantika, membuktikan bahwa penerapan pendekatan REBT efektif meningkatkan motivasi belajar siswa di SMK Negeri 9 Bandar Lampung, hal tersebut dapat dilihat dari meningkatnya minat dan semangat belajar siswa yang signifikan setelah dilakukan intervensi (Repalita et al., 2023). Kemudian penelitian Rismayanti dan Arifin menunjukkan bahwa pendekatan REBT yang dikombinasikan dengan teknik dzikir mampu mengurangi perilaku negatif siswa

broken home dengan membantu mereka mengubah pola pikir irasional menjadi lebih positif. Hasil implementasi menunjukkan bahwa pendekatan REBT sangat efektif dalam membantu siswa menyadari dan mengubah pola pikir negatif menjadi lebih rasional, realistis, dan sehat secara emosional. Siswa menjadi lebih terbuka, mampu mengelola emosi, bersikap sopan, dan lebih bertanggung jawab terhadap perilakunya (Rismayanti & Arifin, 2025). *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah pendekatan yang bersifat direktif yang dikembangkan oleh Albert Ellis, yaitu pendekatan yang membelajarkan kembali konseli untuk memahami input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional, mencoba mengubah pikiran konseli agar membiarkan pikiran irasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat atau konsekuensi dari tingkah laku (Komalasari et al., 2011). REBT memiliki tujuan utama yaitu membantu individu menyadari bahwa mereka dapat membentuk emosi dan perilaku mereka, dengan melemahkan keyakinan irasional mereka dan memperkuat keyakinan rasional (Nejati et al., 2024)

Di sisi lain, Salmawati, Saman dan Latif meneliti efektivitas konseling kelompok dengan teknik role playing untuk meningkatkan motivasi belajar siswa broken home di SMA Negeri 1 Watopute. Penelitian mereka menunjukkan adanya peningkatan motivasi belajar secara signifikan, Hasil Pretest menunjukkan bahwa sebagian siswa berada pada kategori motivasi rendah, sedangkan posttest menunjukkan peningkatan signifikan dengan 62% siswa berada pada kategori sangat tinggi. Namun belum secara spesifik menyoroti penggunaan pendekatan REBT dalam format kelompok (Salmawati et al., 2024). Dalam penelitian Kasih, Nita dan Sani yang meneliti penerapan konseling REBT dalam mengentaskan afeksi overpersonal berbasis curahan kasih sayang pada peserta didik *broken home*, hasil penelitian membuktikan REBT membantu siswa broken home dalam mengelola perasaan kehilangan, kesepian, dan rendah diri. Intervensi ini menumbuhkan penerimaan diri dan pemikiran yang rasional. Namun demikian, dalam penelitian ini lebih berfokus pada afeksi emosional dan hubungan interpersonal, bukan pada peningkatan motivasi belajar, sehingga konteks akademik belum menjadi sasaran utama penelitian (Kasih et al., 2023).

Dari berbagai penelitian yang sudah dilakukan, terlihat bahwa pendekatan REBT telah terbukti efektif dalam menangani masalah emosional maupun motivasi belajar siswa. Namun, sebagian besar penelitian masih berfokus pada konteks siswa umum, layanan konseling individual, atau teknik spesifik seperti role playing, bukan pada konseling kelompok dengan pendekatan REBT untuk siswa broken home di tingkat SMK. Belum banyak penelitian yang secara spesifik mengkaji bagaimana konseling kelompok REBT dapat meningkatkan motivasi belajar siswa *broken home* di lingkungan sekolah kejuruan. Padahal, konseling kelompok memiliki potensi besar karena menyediakan ruang bagi siswa untuk saling memberikan dukungan sosial (social support) ke teman sebaya yang menghadapi masalah serupa. Hal ini penting karena siswa broken home sering

merasa sendirian. Dan dalam kelompok, siswa bisa belajar dari pengalaman orang lain (modeling) dan merasa tidak sendiri dalam kesulitannya.

Penelitian ini menjadi penting dilakukan karena siswa *broken home* memerlukan pendekatan konseling yang tidak hanya membantu mereka memahami pola pikir irasional, tetapi juga memberi dukungan sosial melalui interaksi kelompok. Pendekatan REBT dalam format kelompok diharapkan mampu membantu siswa mengenali dan mengganti pikiran negatif dengan rasional, sekaligus membangun kembali motivasi intrinsik dalam belajar. Rendahnya motivasi belajar pada siswa *broken home* bukan hanya berdampak pada pencapaian akademik, tetapi juga pada kesiapan mereka menghadapi dunia kerja, terutama di tingkat SMK yang menuntut keterampilan praktis dan mental kuat. Kebaruan penelitian ini terletak pada penerapan pendekatan REBT dalam format konseling kelompok yang secara khusus difokuskan pada siswa *broken home* di tingkat sekolah menengah kejuruan SMK. Penelitian ini tidak hanya mengkaji aspek emosional, tetapi juga menghubungkannya dengan motivasi belajar sebagai aspek akademik. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis bagi konselor sekolah dalam mengembangkan model layanan konseling yang berkontribusi terhadap perubahan dan aplikatif di lingkungan sekolah menengah kejuruan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji proses konseling kelompok dengan pendekatan REBT dalam meningkatkan motivasi belajar siswa dari keluarga *broken home* di SMK N 1 Martapura. Diharapkan, penelitian ini dapat berkontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan di bidang konseling umum dan konseling pendidikan serta membuka wawasan dan pengetahuan peneliti maupun pembaca mengenai bagaimana motivasi belajar siswa dari keluarga *broken home* sehingga dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya dalam merancang strategi intervensi yang lebih memberikan perubahan positif.

Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif, dimana penelitian ini digunakan untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang fenomena sosial dengan menganalisis data yang bersifat non-numerik, seperti wawancara, observasi, dan analisis dokumen. Penelitian kualitatif berfokus pada pemahaman yang mendalam terhadap fenomena sosial atau perilaku manusia. Penelitian ini sering kali digunakan untuk mengeksplorasi pengalaman, persepsi atau makna yang diberikan individu terhadap suatu kejadian atau konteks tertentu (Hasan, 2024). Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif karena bertujuan untuk memahami secara mendalam fenomena sosial dan psikologi yang dialami oleh siswa dari keluarga *broken home* dalam konteks motivasi belajar, serta proses konseling kelompok dengan pendekatan REBT dapat membantu mereka mengubah pola pikir dan perilaku belajar.

Dengan menggunakan sifat penelitian deskriptif, penelitian ini menuangkan data-data yang diperoleh dan menggambarkannya secara alamiah mengenai proses pelaksanaan serta teknik yang digunakan dalam kegiatan konseling kelompok dalam meningkatkan motivasi belajar siswa dari keluarga *broken home* di SMK N 1 Martapura. Dalam penelitian ini terdapat dua sumber data yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh langsung dari guru bimbingan dan konseling serta siswa *broken home* yang menjadi subjek konseling di SMK Negeri 1 Martapura.

Subjek penelitian berjumlah 10 siswa kelas XI dari berbagai jurusan yang memiliki tingkat motivasi belajar rendah dan berasal dari latar belakang keluarga *broken home*. Pemilihan subjek dilakukan menggunakan teknik *purposive sampling* dengan mempertimbangkan karakteristik tertentu, adapun karakteristiknya yaitu Siswa kelas XI, siswa yang mengalami *broken home*, serta siswa yang mengalami *broken home* dan motivasi belajarnya rendah. Sumber data sekunder diperoleh dari dokumen-dokumen pendukung seperti data kehadiran siswa serta catatan konseling. Proses konseling kelompok dilaksanakan sebanyak 4 sesi, dengan frekuensi satu kali dalam seminggu. Setiap sesi berlangsung selama 45 menit dan dilaksanakan di ruang BK SMK N 1 Martapura.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk mengamati secara langsung perilaku siswa dan dinamika yang terjadi selama kegiatan konseling kelompok berlangsung. Wawancara dilakukan untuk menggali informasi mendalam mengenai pengalaman klien dalam kegiatan konseling REBT dan faktor-faktor yang memengaruhi motivasi belajar. Serta dokumentasi digunakan untuk memperoleh data pelengkap berupa dokumen tertulis, arsip, maupun foto kegiatan yang berkaitan dengan proses pelaksanaan konseling kelompok.

Analisis data dilakukan mengikuti tahapan model Miles dan Huberman, yang meliputi tiga langkah utama yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan cara memilih, memusatkan perhatian, dan menyederhanakan data mentah agar fokus pada hal-hal yang relevan dengan tujuan penelitian. Penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi deskriptif untuk memudahkan peneliti dalam memahami hubungan antarfenomena. Selanjutnya, penarikan kesimpulan dilakukan secara terus-menerus selama proses penelitian untuk menemukan makna, pola, dan hubungan dari data yang telah dikumpulkan dan diverifikasi di lapangan (Sugiyono, 2022).

Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi, yaitu triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari siswa dan guru BK, sedangkan triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi.

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Negeri 1 Martapura, melalui pendekatan kualitatif deskriptif, diharapkan penelitian ini dapat memberikan

pemahaman yang mendalam mengenai peran konseling kelompok dengan pendekatan REBT dalam meningkatkan motivasi belajar siswa *broken home* di lingkungan sekolah kejuruan.

Hasil dan Pembahasan

1. Kondisi Motivasi Belajar Siswa *Broken Home* sebelum mengikuti Kegiatan Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*

Hasil pengamatan awal serta berdasarkan keterangan dari guru BK, siswa dari keluarga *broken home* di SMK Negeri 1 Martapura menunjukkan kerentanan terhadap masalah psikologis dan akademik, seperti rendahnya semangat belajar, ketidakstabilan emosi, serta kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial sekolah. Kondisi *broken home* yang dialami siswa beragam, mulai dari perceraian orang tua, salah satu orang tua meninggal dunia, hingga orang tua yang secara fisik hadir namun kurang memberikan perhatian karena kesibukan pekerjaan. Situasi tersebut berdampak pada pemenuhan kebutuhan emosional siswa, yang pada akhirnya memengaruhi sikap dan perilaku mereka dalam proses pembelajaran. Beberapa siswa tampak menarik diri dari pergaulan, kurang percaya diri, serta menunjukkan perilaku pasif selama kegiatan belajar mengajar di kelas.

Kondisi motivasi belajar siswa sebelum mengikuti kegiatan konseling kelompok dengan pendekatan REBT berada pada kategori rendah. Hal ini ditandai dengan kurangnya keinginan untuk berprestasi, rendahnya dorongan belajar dari dalam diri, serta ketidakjelasan harapan dan cita-cita masa depan. Hal ini diperkuat oleh hasil wawancara, salah satu subjek menyatakan:

“Hmm... sebenarnya nggak ada yang spesifik sih, kak. Saya cuma pengen sekolah, cari ketenangan, sama belajar seadanya aja. Ikut alur aja, kalau teman-teman naik kelas, saya juga harus naik kelas”. (R.S.S)

Dalam aktivitas pembelajaran, siswa cenderung pasif, kurang fokus, sering mengantuk di kelas, dan tidak menunjukkan antusiasme terhadap kegiatan belajar. Beberapa siswa juga menunjukkan perilaku membolos atau kurang disiplin dalam mengerjakan tugas sekolah.

“Kalau sudah malas, ya benar-benar malas, kak... kayak nggak ada semangat sama sekali” (P.L.A)

“Iya kak... saya sering merasa malas. Apalagi kalau lagi kepikiran masalah di rumah, jadi makin nggak semangat belajar”. (W.O)

“Biasanya mengantuk... jadi ya malas buat belajar” (Z.K)

Kondisi awal motivasi belajar yang rendah tersebut tidak dapat dilepaskan dari latar belakang keluarga siswa. Minimnya dukungan, perhatian, serta komunikasi yang efektif di lingkungan keluarga membuat siswa kesulitan membangun motivasi intrinsik dalam belajar. Oleh karena itu, pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan REBT dipandang sebagai upaya yang

relevan untuk membantu siswa memahami dan mengubah pola pikir irasional, mengelola emosi secara lebih sehat, serta menumbuhkan kembali motivasi belajar yang positif.

Berdasarkan hasil wawancara awal dengan siswa, diketahui bahwa kondisi motivasi belajar siswa sebelum mengikuti konseling kelompok berada pada tingkat yang bervariasi, namun cenderung rendah dan tidak stabil. Motivasi belajar siswa muncul dalam bentuk dorongan sesaat, belum terbangun secara konsisten, serta sangat dipengaruhi oleh emosional dan lingkungan keluarga. Sebagian siswa menunjukkan adanya dorongan dalam diri untuk mencapai keberhasilan, namun dorongan tersebut lebih bersifat emosional dan personal, terutama berkaitan dengan keinginan untuk membanggakan kedua orang tua dan mengubah kondisi keluarga. Beberapa siswa menyatakan bahwa keberhasilan disekolah dipandang sebagai bentuk pembuktian diri, baik kepada orang tua maupun lingkungan sosialnya. Selain itu, terdapat pula siswa yang memandang kesuksesan sebagai upaya untuk mengubah nasib keluarga, sehingga sekolah menjadi sarana untuk keluar dari kondisi hidup yang dirasa berat.

“Hmm... saya ingin bisa dapat peringkat di kelas, kak. Biar orang tua saya bangga sama saya. (Z.K)

“Saya sebenarnya ingin berhasil supaya bisa membantu keluarga saya, kak. Apalagi kondisi sekarang, saya merasa harus bisa lebih mandiri.” (D.W)

“Saya ingin membuktikan kalau saya bisa sukses. Saya juga ingin membahagiakan orang tua, dan menunjukkan ke teman-teman kalau saya juga bisa berhasil.” (N.W.S)

“Hmm... sebenarnya saya ingin berhasil juga kak, supaya bisa punya kehidupan yang lebih baik ke depannya. Soalnya sekarang saya juga sudah ikut bantu kerja. (J.F)

Namun di sisi lain, beberapa siswa menunjukkan keinginan sukses yang sangat lemah, menjalani sekolah hanya sekedar mengikuti alur, tanpa tujuan akademik yang jelas. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat keinginan untuk sukses, orientasi tersebut belum sepenuhnya terinternalisasi menjadi motivasi belajar yang kuat dan berkelanjutan.

Siswa yang *broken home* menunjukkan kondisi motivasi yang fluktuatif, faktor internal seperti rasa lelah, mengantuk, dan malas sering kali menjadi penghambat utama dalam proses belajar. Beberapa siswa menyampaikan bahwa mereka sering merasa tidak bersemangat dan kesulitan melawan rasa malas, sehingga belajar dilakukan secara minimal. Namun demikian, sebagian siswa mencoba membangun dorongan belajar dengan cara-cara sederhana, seperti mendengarkan musik atau memaksa diri untuk mengerjakan tugas ketika sudah mendekati tenggat waktu. Salah satu siswa menyampaikan bahwa rasa malas justru menjadi pendorong ketika tugas mulai menumpuk, sehingga tetap menyelesaikan tugas meskipun dalam kondisi terpaksa. Hal ini menunjukkan

bahwa kebutuhan belajar siswa belum sepenuhnya didorong oleh motivasi intrinsik, melainkan lebih banyak dipengaruhi oleh tekanan situasional.

“Saya biasanya mendengarkan musik, kak. Dari situ saya jadi lebih semangat lagi untuk belajar”. (N.W.S)

“Kadang malah rasa malas itu jadi pendorong buat saya, kak. Soalnya kalau makin malas, tugas jadi numpuk. Jadi mau nggak mau saya kerjakan, walaupun mepet-mepet waktunya”. (R.S.S)

“Waktu itu saya pernah diminta membantu guru menjelaskan materi ke teman-teman yang belum paham. Dari situ saya merasa lebih semangat belajar”. (A)

Dalam hal cita-cita masa depan, sebagian siswa memiliki cita-cita yang jelas, seperti ingin menjadi abdi negara, dokter, atau pengusaha sukses. Cita-cita tersebut umumnya disertai dengan harapan untuk membahagiakan dan mengangkat derajat orang tua. Hal ini menunjukkan bahwa peran keluarga, meskipun dalam kondisi *broken home* tetap menjadi sumber motivasi emosional bagi sebagian siswa.

“Iya, saya ingin jadi dokter”. (P.L.A)

“Saya ingin punya pekerjaan yang tetap dan bisa hidup lebih baik kak... tidak seperti sekarang yang harus kerja sambil sekolah”. (J.F)

“Iya, saya ingin menjadi abdi negara, dan juga ingin menjadi pengusaha sukses”. (A)

Namun, terdapat juga siswa yang mengaku tidak memiliki cita-cita yang jelas dan merasa pesimis terhadap masa depan. Pandangan seperti ini mencerminkan kondisi motivasi belajar yang lemah, dimana siswa belum mampu untuk mengaitkan proses pendidikan dengan tujuan hidup jangka panjang.

“Kalau cita-cita sih... jujur saya nggak terlalu tahu. Saya cuma pengen punya pekerjaan yang bagus dan hidup tenang tanpa gangguan orang lain”. (R.S.S)

“Ada sih kak, tapi saya kadang masih ragu... belum yakin juga bisa tercapai”. (D.W)

Lingkungan belajar juga memberikan pengaruh yang signifikan terhadap motivasi belajar siswa. Sebagian besar siswa menyatakan bahwa kondisi lingkungan sangat memengaruhi semangat belajar mereka. Lingkungan rumah yang tidak kondusif, seperti kurangnya ketenangan dan perhatian dari orang tua, membuat siswa sulit untuk fokus belajar di sekolah dibandingkan di rumah. Namun, terdapat siswa yang menyatakan bahwa pengaruh lingkungan tidak selalu menjadi faktor utama, karena ingin berusaha tetap fokus pada nilai dan tanggung jawab akademik. Meskipun demikian, secara umum lingkungan keluarga yang tidak harmonis tetap menjadi faktor yang memengaruhi kestabilan motivasi belajar siswa *broken home*.

“Iya, sangat berpengaruh. Saya lebih semangat belajar di sekolah. Kalau di rumah, kadang justru membuat saya kurang semangat”. (N.W.S)

Iya kak, sangat berpengaruh. Orang tua saya sudah bercerai, kak... sekarang saya tinggal sama nenek.Hmm... kadang merasa harus mandiri sendiri, kak. Jadi saya juga ikut kerja buat bantu kebutuhan”. (J.F)

“Iya kak, menurut saya lingkungan sangat memengaruhi, Orang tua saya sering bertengkar, kak .Hmm... saya merasa kurang diperhatikan, jadi sering merasa sendiri”. (S.R.A.G)

“Iya, itu sangat berpengaruh, kak, Waktu saya ikut ibu tiri, perlakuannya membuat saya jadi tidak fokus dan kepikiran terus”. (S.A)

Untuk memperoleh gambaran awal mengenai kondisi subjek penelitian, peneliti melakukan identifikasi terhadap siswa yang memiliki motivasi belajar rendah berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK). Identifikasi ini mencakup aspek perilaku belajar yang ditunjukkan siswa di kelas, seperti keaktifan dalam pembelajaran, kehadiran, serta tanggung jawab terhadap tugas. Selain itu, latar belakang keluarga siswa juga menjadi pertimbangan penting, khususnya siswa yang berasal dari keluarga *broken home*. Berdasarkan hasil identifikasi tersebut, diperoleh sejumlah siswa yang memenuhi kriteria sebagai subjek penelitian. Adapun data siswa yang memiliki motivasi belajar rendah disajikan pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Data Siswa dengan Motivasi Belajar Rendah di SMK Negeri 1 Martapura

No.	Nama	Kelas	Tingkat Motivasi Belajar	Keterangan
1.	N.W.S	DKV	Rendah	Menarik diri, jarang mengerjakan tugas
2.	S.A	DKV	Rendah	Sering bercerita dengan teman ketika guru menjelaskan, jarang mengerjakan tugas
3.	D.W	DKV	Rendah	Jarang mengerjakan tugas, sering tidur saat kegiatan belajar
4.	S.R.A.G	DKV	Rendah	Sulit konsentrasi saat guru menjelaskan materi sehingga sering bermain hp
5.	W.O	DKV	Rendah	Tidak pernah terlibat aktif dalam kegiatan belajar dikelas serta jarang mengerjakan tugas

6.	P.L.A	AKL	Rendah	Jarang mengerjakan tugas, sering keluar kelas saat jam pelajaran
7.	R.S.S	AKL	Rendah	Sering tidak hadir tanpa keterangan serta sering tidur saat kegiatan belajar
8.	A	AKL	Rendah	Datang tidak tepat waktu dan sering tidak hadir tanpa keterangan
9.	Z.K	TKJ	Rendah	Sering tidur saat kegiatan belajar di kelas
10.	J.F	TSM	Rendah	Sering tidak hadir tanpa keterangan dan sering tidur saat kegiatan belajar di kelas

2. Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa *Broken Home*

Pada observasi dan wawancara awal menegaskan, perlunya intervensi yang tepat untuk membantu siswa mengenali dan mengubah pola pikir serta perilaku mereka. Pelaksanaan konseling kelompok diikuti oleh 10 siswa, sebanyak 3 laki-laki dan 7 perempuan. Kegiatan konseling kelompok bertempat di ruang BK SMK Negeri 1 Martapura. Pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan REBT memberikan hasil yang memuaskan. Pendekatan ini dirancang untuk membantu siswa mengubah pola pikir irasional yang memengaruhi emosi serta perilaku belajar mereka menjadi pikiran rasional dan realistis. REBT ini bertujuan untuk menghilangkan gangguan emosional yang dapat merusak diri individu tersebut seperti cemas, benci, takut, rasa bermasalah, marah, dan sebagainya. Salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi siswa yaitu motivasi. Dengan adanya motivasi, siswa akan belajar lebih keras, ulet, tekun dan memiliki konsentrasi yang penuh dalam proses belajar atau pembelajaran (Marwah et al., 2025). Proses konseling dilaksanakan melalui empat tahap, yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan dan pengakhiran.

Tahap pembentukan, pada tahap ini guru BK membuka kegiatan dengan salam, doa, serta penejelasan mengenai tujuan dan asas konseling kelompok. Suasana awal kegiatan masih ditandai dengan sikap canggung dan pasif dari sebagian siswa. Perilaku tersebut nampak pada NWS, WO dan JF. Namun, melalui kegiatan perkenalan dan ice breaking, siswa mulai merasa lebih nyaman dan bersedia terlibat dalam kelompok.

Tahap peralihan, guru BK mulai menggali perasaan siswa yang berkaitan dengan permasalahan belajar serta kondisi keluarga yang mereka alami.

Tahap ini ditandai dengan munculnya keterbukaan emosional siswa, meskipun pada awalnya beberapa siswa masih menunjukkan sikap ragu dan hati-hati dalam mengungkapkan pengalaman pribadinya. Melalui suasana kelompok yang aman dan suportif, siswa secara bertahap mulai berani menyampaikan kondisi keluarga dan dampaknya terhadap motivasi belajar mereka. Subjek pertama NWS mengungkapkan bahwa hubungannya dengan ayah sambung tidak berjalan dengan baik. Kondisi tersebut membuatnya merasa tidak nyaman di lingkungan keluarga dan berdampak pada perilakunya di sekolah, yaitu cenderung menarik diri dari lingkungan sosial dan kurang berinteraksi dengan teman sebaya. Subjek kedua SA menyampaikan bahwa secara tampak luar keluarganya terlihat harmonis, namun ia merasakan perlakuan yang kurang menyenangkan sejak tinggal bersama ibu sambung. Perlakuan tersebut menyebabkan mengalami kesulitan untuk fokus, baik di rumah maupun di sekolah. Perilaku yang tampak di sekolah antara lain jarang mengerjakan tugas dan sering bercerita dengan teman saat guru sedang menjelaskan materi. Subjek ketiga DW mengungkapkan bahwa orang tuanya telah berpisah dan dirinya tinggal bersama ibu serta adik-adiknya. Karena ibunya sibuk bekerja, sehingga merasa kurang mendapatkan perhatian dan harus ikut membantu mengurus adik-adiknya. Kondisi ini berdampak pada motivasi belajarnya di sekolah, yang ditunjukkan dengan perilaku jarang mengerjakan tugas dan sering tertidur saat kegiatan pembelajaran berlangsung. Subjek keempat SRAG menyampaikan bahwa orang tuanya sering terlibat pertengkaran, sehingga dirinya merasa kurang mendapatkan perhatian dan kasih sayang. Akibatnya, dirinya lebih banyak menghabiskan waktu sendiri dan merasakan kesepian. Di lingkungan sekolah, perilaku yang tampak adalah kesulitan berkonsentrasi saat guru menyampaikan materi, merasa jenuh, dan lebih memilih bermain hp selama pembelajaran. Subjek kelima WO mengungkapkan bahwa kondisi rumah yang tidak kondusif, ditandai dengan seringnya pertengkaran orang tua, membuatnya merasa tidak dianggap penting dalam keluarga. Perasaan tersebut terbawa ke lingkungan sekolah, sehingga dirinya juga merasa pendapatnya tidak penting di kelas. Hal ini tercermin dari perilaku pasif dalam kegiatan pembelajaran serta jarang mengerjakan tugas.

Selain itu subjek keenam PLA menyampaikan bahwa orang tuanya telah berpisah dan saat ini dirinya tinggal bersama nenek, ibu, kakak dan adiknya. Hubungan keluarga dirasakannya berjalan biasa saja tanpa adanya kehangatan atau perhatian khusus. Di sekolah, kondisi ini berdampak pada perilaku belajar, seperti jarang mengerjakan tugas dan sering keluar masuk kelas saat jampelajaran. Subjek ketujuh RSS mengungkapkan bahwa meskipun tinggal bersama kedua orang tua, hubungan emosionalnya lebih dekat dengan ibu, sedangkan dengan ayah interaksi cenderung minim akibat konflik yang pernah terjadi. Pertengkaran orang tua tersebut berdampak pada kondisi emosionalnya, yang sempat membuatnya tidak masuk sekolah dan menjadi pribadi yang kurang peduli. Di sekolah, perilaku yang tampak antara lain sering tidak hadir tanpa keterangan

serta sering tidur saat kegiatan belajar. Subjek kedelapan A menyampaikan bahwa orang tuanya telah berpisah dan tinggal bersama ayah. Dirinya merasa kurang mendapatkan perhatian dari orang tua, yang berdampak pada kedisiplinan belajarnya. Perilaku yang tampak di sekolah yaitu sering datang terlambat dan tidak hadir tanpa keterangan. Subjek kesembilan ZK mengungkapkan bahwa kedua orang tuanya sering terlibat pertengkaran dan dirinya tinggal bersama nenek. Kondisi tersebut memengaruhi motivasi belajarnya, yang ditunjukkan dengan perilaku sering tidak mengerjakan tugas sekolah. Subjek terakhir kesepuluh JF menyampaikan bahwa orang tuanya telah bercerai dan dirinya tinggal bersama nenek. Selain itu, dirinya juga ikut bekerja untuk membantu memenuhi kebutuhan hidup. Kondisi ini berdampak pada aktivitas belajarnya di sekolah, yang ditunjukkan dengan perilaku sering tidak hadir tanpa keterangan serta sering tidur di kelas saat kegiatan pembelajaran berlangsung.

Tahap kegiatan, menjadi bagian terpenting dalam penerapan pendekatan REBT dengan menggunakan teori ABCDE. Tahap kejadian atau *actifating events* (A), dimana guru BK mengajak siswa mengidentifikasi peristiwa yang memicu rendahnya motivasi belajar, seperti pertengkaran orang tua, kurangnya perhatian dari keluarga, atau tekanan sosial dari teman sebaya. Berdasarkan hasil pengungkapan siswa, peristiwa pemicu yang muncul beragam namun memiliki pola yang sama, yaitu berkaitan dengan kondisi keluarga yang tidak harmonis. Beberapa siswa, seperti NWS, mengungkapkan bahwa hubungan yang kurang baik dengan ayah sambung membuatnya merasa tidak nyaman berada di rumah sehingga berdampak pada perilaku menarik diri di sekolah. SA menyampaikan bahwa meskipun keluarganya tampak utuh secara struktur, perlakuan yang kurang menyenangkan dari ibu sambung membuatnya sulit berkonsentrasi dalam belajar. Siswa lain, seperti DW, PLA, A, ZK, dan JF, mengungkapkan peristiwa perceraian orang tua dan minimnya perhatian sebagai pemicu utama munculnya rasa lelah emosional dan penurunan semangat belajar. Selain itu, konflik orang tua yang terus-menerus, seperti yang dialami SR, WO, dan RSS, menimbulkan ketidaknyamanan psikologis yang berdampak langsung pada konsentrasi dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Peristiwa-peristiwa ini menjadi dasar awal munculnya permasalahan motivasi belajar pada siswa.

Selanjutnya tahap keyakinan atau *belief* (B), siswa diarahkan untuk mengenali pikiran irasional yang muncul akibat peristiwa tersebut, misalnya keyakinan bahwa mereka tidak akan berhasil karena kondisi keluarga yang tidak utuh. seperti WO dan NWS, meyakini bahwa pendapat dan keberadaan mereka tidak penting, baik di rumah maupun di sekolah, sehingga keadaan tersebut sering kali membuat mental breakdown dan berkeyakinan hal itu sangat berpengaruh terhadap fokus belajar di sekolah. Selain itu DW dan PLA mengungkapkan keyakinan bahwa kondisi keluarga yang tidak utuh membuat mereka tidak mungkin bisa berprestasi seperti teman-teman lainnya. RSS menunjukkan keyakinan bahwa konflik orang tua membuatnya kehilangan semangat hidup,

sehingga belajar dianggap sebagai hal yang tidak bermakna. SA meyakini bahwa situasi rumah yang tidak nyaman menyebabkan dirinya tidak mampu berkonsentrasi dalam belajar, sehingga muncul pikiran bahwa usaha belajar yang dilakukan tidak akan memberikan hasil yang maksimal. SRAG mempunyai pengalaman yang menyebabkan muncul keyakinan bahwa dirinya tidak cukup penting bagi orang tuanya serta tidak mendapat dukungan emosional dari keluarga, maka dirinya tidak memiliki alasan kuat untuk bersungguh-sungguh dalam belajar. ZK meyakini bahwa suasana keluarga yang tidak harmonis membuat dirinya sulit untuk fokus dan termotivasi, sehingga muncul pemikiran bahwa kegagalan dalam belajar adalah hal yang wajar dan sulit untuk dihindari. Keyakinan irasional lainnya juga muncul dalam bentuk perasaan putus asa, seperti yang diungkapkan JF dan A, yang merasa bahwa apa pun usaha yang dilakukan tidak akan mengubah keadaan hidup mereka. Pikiran-pikiran ini menjadi hambatan utama dalam membangun motivasi belajar yang sehat.

Tahap konsekuensi atau consequences (C), siswa diminta untuk menceritakan konsekuensi setelah apa yang mereka rasakan terkait pembahasan pemicu rendahnya motivasi belajar. Secara emosional, siswa banyak merasakan perasaan sedih, kecewa, marah dan putus asa. Secara perilaku, antara lain ZK, PLA dan WO yang mengaku sering tidak mengerjakan tugas dan berdampak pada nilai yang kecil, sementara itu DW mengungkapkan dirinya sulit untuk memahami materi yang dijelaskan oleh guru karena sering tertidur di kelas sehingga tugas-tugasnya numpuk dan tidak dikerjakan. RSS mengaku absennya jadi banyak yang kosong karena sering membolos dan tertinggal mata pelajaran. SA mengaku sering di tegur guru karena selalu berisik dan tidak memperhatikan guru saat menjelaskan, kurang fokus saat pembelajaran berlangsung sehingga berpengaruh terhadap hasil belajarnya. Selain itu JF merasakan lelah secara emosional dan kehilangan semangat untuk belajar, keyakinan bahwa dirinya harus bekerja menyebabkan fokus belajar semakin menurun, sering tidak hadir tanpa keterangan dan tidur saat kegiatan pembelajaran berlangsung berdampak pada hasil belajar yang rendah. A mengaku sering datang terlambat dan sering memilih tidak hadir ke sekolah sehingga berdampak terhadap dirinya sering mendapat teguran dari guru dan tertinggal banyak mata pelajaran. Selanjutnya berdasarkan pengakuan SRAG terhadap perlakuannya yang sering bermain hp saat jam pembelajaran membuat dirinya sering mendapat teguran dari guru dan hp nya disita sementara sehingga menyebabkan keterlibatan ortu dalam hal tersebut. Selain itu NWS mengungkapkan dirinya kurang berinteraksi dengan teman-teman lainnya sehingga minimnya keterlibatan dalam proses pembelajaran yang membuatnya tidak aktif seperti teman-teman lainnya dan nilainya juga tertinggal.

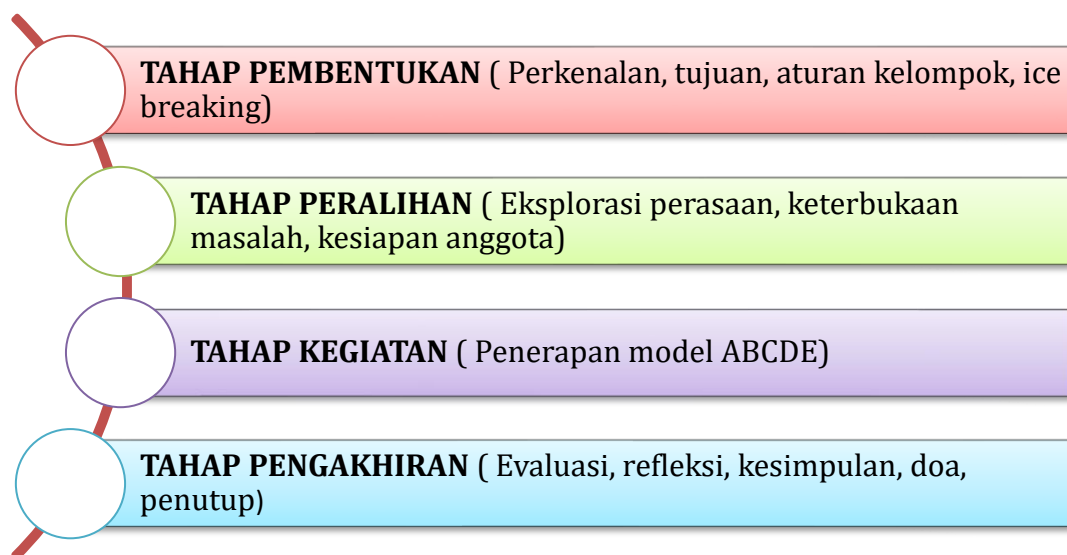
Tahap membantah atau dispute (D), guru BK membantu menentang seluruh pikiran siswa yang tidak rasional, seperti apakah benar mereka tidak bisa sukses hanya karena keluarga yang tidak utuh atau harmonis. Seperti SA yang mulai menyadari bahwa keyakinannya selama ini belum tentu benar, dirinya

mengungkapkan bahwa tidak semua anak yang berasal dari keluarga yang kurang harmonis selalu gagal dalam pendidikan dan masih banyak siswa lain yang tetap mampu berprestasi. Selain itu JF yang pada awalnya meyakini bahwa kondisi keluarganya membuat dirinya sulit untuk sukses, kemudian dirinya mulai membantah pikiran tersebut dengan menyadari bahwa bekerja dan sekolah merupakan dua hal yang bisa dijalani secara bertahap, dirinya menyadari bahwa kondisi keluarga bukan alasan mutlak untuk menyerah dan dirinya masih memiliki kesempatan untuk memperbaiki masa depan melalui pendidikan meskipun menghadapi keterbatasan. Selanjutnya A menyadari bahwa ketidakhadiran dan keterlambatan di sekolah bukanlah solusi dari masalah keluarga yang dihadapinya, dirinya menyatakan bahwa masih banyak peluang untuk berubah dan memperbaiki motivasi belajar. SRAG menyadari bahwa keluarga tidak sepenuhnya menentukan nilai dirinya sebagai individu, dirinya membantah dengan menyadari bahwa tetap memiliki potensi meskipun berasal dari keluarga yang sering berkonflik. NWS membantah keyakinan negatifnya dengan menyadari bahwa keberhasilan belajar ditentukan oleh usaha dan kemauan pribadi, bukan oleh siapa yang ada di dalam keluarganya. PLA mengungkapkan bahwa meskipun keluarganya kurang memberikan dukungan emosional, dirinya tetap memiliki tanggung jawab terhadap masa depan sendiri, dirinya menyadari bahwa keberhasilan tidak selalu bergantung pada perhatian orang tua, melainkan pada usaha dan keputusan pribadi dalam menjalani pendidikan. DW mulai menyadari bahwa kondisi keluarganya bukan satu-satunya faktor penentu keberhasilan, dirinya mengungkapkan bahwa tidak semua siswa dari keluarga broken home gagal. Selain itu WO menyadari bahwa tidak ada bukti kuat yang menunjukkan bahwa dirinya tidak bisa sukses karena latar belakang keluarganya yang broken home serta keberhasilan akademik ditentukan oleh usaha diri sendiri. RSS awalnya kehilangan semangat belajar akibat konflik orang tua namun dirinya mulai memahami bahwa tetap memiliki potensi dan akan bersekolah dengan sungguh-sungguh. Dan yang terakhir ZK dirinya menyadari bahwa konflik keluarga memang memengaruhi perasaan, tetapi tidak sepenuhnya menentukan masa depan akademiknya dan dirinya mengakui masih ada kesempatan untuk berubah dalam meningkatkan motivasi belajar.

Selanjutnya tahap efek atau effect (E), siswa belajar membentuk pemikiran baru yang lebih memotivasi, proses ini membantu siswa menyadari bahwa kondisi keluarga tidak sepenuhnya menentukan keberhasilan akademik mereka. Sebagian besar siswa mampu menyusun afirmasi positif, seperti *“Saya tetap bisa berhasil walaupun keluarga saya tidak utuh”* atau *“Belajar adalah untuk masa depan saya sendiri.”* Selain perubahan cara berpikir, siswa juga mulai menyusun rencana kecil untuk meningkatkan motivasi belajar, seperti membuat jadwal belajar sederhana, menetapkan target nilai, dan berkomitmen untuk lebih aktif mengikuti pembelajaran di kelas. Guru BK memberikan penguatan dan apresiasi terhadap setiap perubahan positif yang ditunjukkan siswa.

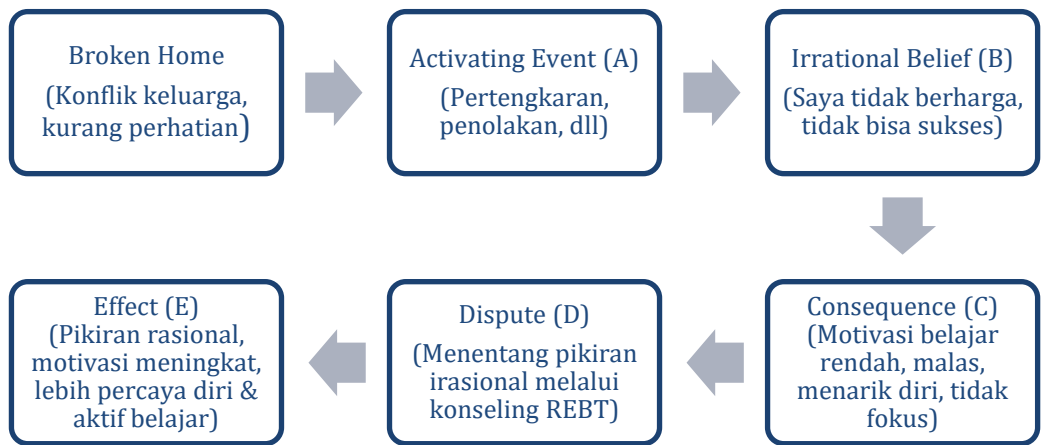
Tahap pengakhiran, pada tahap ini guru BK menjelaskan bahwa kegiatan konseling kelompok akan segera berakhir. Guru BK melakukan evaluasi dengan menanyakan pemahaman yang diperoleh siswa dari kegiatan konseling serta perasaan yang mereka alami selama proses berlangsung. Siswa diberikan kesempatan untuk menyampaikan kesan dan perubahan yang dirasakan, baik dalam cara berpikir, perasaan, maupun semangat belajar. Berdasarkan pengungkapan siswa, dalam kegiatan konseling mereka merasa senang dan didengarkan oleh teman-teman tanpa adanya tekanan serta mendapatkan pengalaman baru. Kegiatan konseling kelompok ditutup dengan ucapan terima kasih dari guru BK kepada seluruh siswa atas partisipasi dan keterbukaan mereka selama kegiatan berlangsung. Selanjutnya, guru BK memimpin doa dan mengakhiri kegiatan dengan salam sebagai penutup.

Proses konseling kelompok dalam penelitian ini berlangsung melalui beberapa tahapan, yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran.



Gambar 1
Proses Konseling Kelompok dengan Pendekatan REBT.

Pada tahap kegiatan, pendekatan REBT diterapkan secara sistematis melalui model ABCDE. Secara konseptual, alur proses dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 2
Model Konseptual Penerapan REBT dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa *Broken Home*.

3. Perubahan Motivasi Belajar Siswa Setelah Mengikuti Konseling Kelompok REBT

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan konseling kelompok dengan pendekatan REBT memberikan perubahan yang signifikan terhadap motivasi belajar siswa yang berasal dari keluarga *broken home*, perubahan tersebut tampak pada perilaku belajar dan sikap emosional siswa. Pada subjek pertama NWS sebelum mengikuti konseling menunjukkan perilaku menarik diri dan kurang terlibat aktif dalam kegiatan pembelajaran, setelah mengikuti konseling perubahan terlihat pada peningkatan keterlibatan dalam kelas, lebih percaya diri dan berkurangnya sikap pasif saat proses kegiatan belajar mengajar. Selanjutnya subjek kedua SA yang sebelumnya mengalami kesulitan konsentrasi belajar, jarang mengerjakan tugas dan sering bercerita dengan teman saat guru sedang menjelaskan materi, perubahan yang terlihat yaitu lebih rajin mengerjakan tugas, berkurangnya perilaku bercerita dikelas dan lebih fokus ketika guru menjelaskan materi. Subjek ketiga DW sebelumnya menunjukkan sikap belajar yang kurang memiliki tujuan, seperti perilaku jarang mengerjakan tugas dan sering tertidur dikelas, perubahan perilaku setelah konseling yaitu berkurangnya perilaku tidur dikelas dan tidak malas ketika diberikan tugas. Subjek keempat SRAG sebelum mengikuti konseling kelompok menunjukkan perilaku motivasi belajar rendah, seperti sulit berkonsentrasi saat guru menjelaskan materi, merasa jenuh dan sering bermain hp selama pembelajaran berlangsung, namun setelah mengikuti konseling kelompok, perubahan yang terlihat yaitu lebih fokus, tidak pernah bermain hp saat pembelajaran berlangsung dan berkurangnya perilaku bosan ketika belajar dikelas. Subjek kelima WO dimana sebelumnya menunjukkan perilaku pasif dalam kegiatan pembelajaran

serta jarang mengerjakan tugas, setelah mengikuti konseling kelompok perubahan perilaku yang terlihat yaitu lebih aktif saat kegiatan pembelajaran dan lebih rajin dalam mengerjakan tugas.

Selain itu, subjek keenam PLA yang sebelumnya mengalami perilaku motivasi belajar rendah seperti sering keluar masuk kelas saat pembelajaran serta sering tidak mengerjakan tugas, setelah mengikuti konseling kelompok terlihat ada perubahan yang nampak dari perilakunya yaitu berkurangnya perilaku keluar masuk kelas saat jam pembelajaran karena bosan dan tidak malas saat diberi tugas. Subjek ketujuh RSS yang sebelumnya menunjukkan perilaku motivasi belajar rendah seperti sering tidak hadir tanpa keterangan dan sering tertidur saat kegiatan pembelajaran, setelah mengikuti konseling kelompok perubahan yang terlihat pada dirinya yaitu tidak pernah membolos dan lebih fokus saat kegiatan pembelajaran. Subjek kedelapan A sebelumnya menunjukkan perilaku sering datang terlambat serta sering tidak hadir tanpa keterangan, namun setelah mengikuti konseling kelompok dirinya menunjukkan perubahan seperti selalu datang tepat waktu dan tidak pernah membolos. Subjek kesembilan ZK sebelumnya menunjukkan perilaku sering tidak mengerjakan tugas sekolah, setelah mengikuti konseling kelompok dirinya mengalami perubahan seperti tidak malas mengerjakan tugas dan lebih rajin mengumpulkan tugas sekolah. Selanjutnya subjek kesepuluh JF dimana perilaku sebelum mengikuti konseling kelompok, dirinya sering tidak hadir tanpa keterangan dan sering tidur di kelas saat kegiatan pembelajaran berlangsung, namun setelah mengikuti konseling kelompok dirinya menunjukkan perubahan seperti selalu hadir ke sekolah dan berkurangnya perilaku tidur di kelas saat jam pembelajaran.

Tabel 2. Hasil Perubahan Motivasi Belajar Setelah Konseling.

Nama	Perilaku Sebelum Konseling	Perubahan Perilaku Setelah Konseling
N.W.S	Menarik diri, jarang mengerjakan tugas	peningkatan keterlibatan dalam kelas, lebih percaya diri dan berkurangnya sikap pasif saat proses kegiatan belajar mengajar
S.A	Sering bercerita dengan teman ketika guru menjelaskan, jarang mengerjakan tugas	lebih rajin mengerjakan tugas, berkurangnya perilaku bercerita dikelas dan lebih fokus ketika guru menjelaskan materi
D.W	Jarang mengerjakan tugas, tidur saat kegiatan belajar	berkurangnya perilaku tidur dikelas dan tidak malas ketika diberikan tugas

S.R.A.G	Sulit konsentrasi saat guru menjelaskan materi sehingga sering bermain hp	lebih fokus, tidak pernah bermain hp saat pembelajaran berlangsung dan berkurangnya perilaku bosan ketika belajar dikelas
W.O	Tidak pernah terlibat aktif dalam kegiatan belajar dikelas serta jarang mengerjakan tugas	lebih aktif saat kegiatan pembelajaran dan lebih rajin dalam mengerjakan tugas
P.L.A	Jarang mengerjakan tugas, sering keluar kelas saat jam pelajaran	berkurangnya perilaku keluar masuk kelas saat jam pembelajaran karena bosan dan tidak malas saat diberi tugas
R.S.S	Sering tidak hadir tanpa keterangan serta sering tidur saat kegiatan belajar	tidak pernah membolos dan lebih fokus saat kegiatan pembelajaran
A	Datang tidak tepat waktu dan sering tidak hadir tanpa keterangan	selalu datang tepat waktu dan tidak pernah membolos
Z.K	Sering tidur saat kegiatan belajar di kelas	tidak malas mengerjakan tugas dan lebih rajin mengumpulkan tugas sekolah
J.F	Sering tidak hadir tanpa keterangan dan sering tidur saat kegiatan belajar di kelas	selalu hadir ke sekolah dan berkurangnya perilaku tidur di kelas saat jam pembelajaran

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori REBT yang dikemukakan oleh Ellis, yang menyatakan bahwa respons emosional dan perilaku individu dipengaruhi oleh keyakinan terhadap suatu peristiwa, bukan semata-mata oleh peristiwa itu sendiri. Dalam konteks penelitian ini, siswa dengan latar belakang *broken home* menunjukkan kecenderungan memiliki keyakinan irasional, seperti merasa tidak berharga dan pesimis terhadap masa depan. Melalui proses konseling kelompok dengan pendekatan REBT, siswa diarahkan untuk mengidentifikasi dan membantah keyakinan irasional tersebut melalui tahapan ABCDE. Proses ini terbukti membantu siswa mengubah pola pikir menjadi lebih rasional, sehingga berdampak pada peningkatan motivasi belajar baik secara kognitif, emosional, maupun perilaku

Hasil penelitian ini sejalan dengan (Marwah et al., 2025) bahwa pendekatan konseling REBT dengan teknik ABCDE berhasil meningkatkan motivasi belajar siswa, dimana siswa dapat belajar tentang hubungan antara peristiwa, keyakinan, dan konsekuensi emosionalnya. Selain itu, teknik ini menumbuhkan pandangan yang lebih optimis dan praktis tentang kehidupan pada siswa sambil juga mengajari mereka cara berpikir logis dan fleksibel. Oleh karena itu, REBT sangat relevan bagi guru bimbingan dan konseling untuk digunakan dalam membantu siswa mencapai keseimbangan emosional dan terus meningkatkan kualitas motivasi belajar mereka.

Studi sebelumnya juga mendukung keberhasilan pendekatan ini dalam mengatasi masalah perilaku tertentu. Dalam penelitian yang berjudul “Penerapan Konseling Kelompok dengan Pendekatan REBT Untuk Mengatasi Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian”, hasil penelitian ini terbukti bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan REBT dapat menyelesaikan permasalahan kecemasan siswa dalam menghadapi ujian. Pendekatan REBT bertujuan mengubah irrational belief siswa yang memiliki kecemasan menjadi rational belief. Penelitian ini menggunakan pendekatan konseling kelompok sebagai layanan kuratif dalam mengentaskan permasalahan kecemasan peserta didik dalam menghadapi ujian. Adanya dinamika kelompok mendukung penurunan kecemasan siswa karena adanya proses interaksi, diskusi, saling memberikan saran, semangat dan support antar anggota kelompok (Mahmmudah, Agustini & Muhammad, 2023). Dinamika kelompok dalam proses konseling menunjukkan peran penting dalam perubahan siswa. Pada awalnya, beberapa siswa cenderung tertutup dan ragu untuk mengungkapkan perasaan. Namun, seiring berjalannya proses, muncul keterbukaan, empati, dan dukungan antar anggota kelompok. Siswa mulai menyadari bahwa mereka tidak sendiri dalam menghadapi masalah keluarga. Proses saling berbagi pengalaman (*sharing*) dan dukungan sosial (*social support*) menjadi faktor penting yang mempercepat perubahan pola pikir dan perilaku siswa. Dinamika ini juga memperkuat efektivitas pendekatan REBT karena siswa dapat belajar dari pengalaman orang lain (*modeling*).

Penelitian berjudul “Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk Mereduksi Sikap Tidak Percaya Diri pada Siswa Korban Bullying” oleh (Difa Sukma Milenia & Ulfa Danni Rosada, 2023), penelitian ini bertujuan untuk membantu para siswa meningkatkan kepercayaan diri mereka dengan layanan konseling kelompok yang dapat dijadikan tempat untuk bertukar pikiran atau ide serta membantu para siswa untuk menyelesaikan permasalahan yang dialami. REBT membantu siswa korban bullying dalam mengembangkan keterampilan koping yang efektif untuk menghadapi pengalaman bullying dan meningkatkan kepercayaan diri mereka. Melalui konseling kelompok, mereka dapat berbagi pengalaman, strategi, dan dukungan satu sama lain dalam mengatasi dampak negatif dari bullying. REBT membantu siswa untuk mengubah pola pikir negatif dan self-talk yang

memperkuat sikap tidak percaya diri. Dalam konseling kelompok, mereka diajarkan untuk mengenali dan menantang pikiran-pikiran irasional, serta menggantinya dengan pikiran yang lebih positif dan realistis. Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa layanan konseling kelompok dengan pendekatan REBT berkontribusi terhadap perubahan dalam mereduksi sikap tidak percaya diri pada siswa. Hasil penelitian ini memiliki implikasi praktis bagi layanan Bimbingan dan Konseling di SMK. Guru BK dapat menggunakan pendekatan REBT sebagai salah satu strategi yang memberikan perubahan positif dalam menangani siswa dengan motivasi belajar rendah, khususnya yang berasal dari keluarga *broken home*.

Penutup

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMK Negeri 1 Martapura, dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan REBT terbukti efektif dalam membantu meningkatkan motivasi belajar siswa yang berasal dari keluarga *broken home*. Sebelum diberikan intervensi, siswa-siswa menunjukkan motivasi belajar rendah yang ditandai dengan pola pikir negatif, kurangnya tujuan akademik yang jelas, rendahnya tanggung jawab terhadap tugas, sering tidak hadir di sekolah, sering datang terlambat, tidur dikelas saat pelajaran, kurang aktif dalam pembelajaran, serta munculnya sikap emosional seperti menarik diri dan tidak percaya diri. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh konflik keluarga, perceraian orang tua, kurangnya perhatian, serta lingkungan rumah yang kurang kondusif.

Intervensi yang diberikan yaitu berupa layanan konseling kelompok dengan pendekatan REBT. Pendekatan ini dipilih karena siswa *broken home* memerlukan pendekatan konseling yang tidak hanya membantu mereka memahami pola pikir irasional, tetapi juga memberi dukungan sosial melalui interaksi kelompok. Pendekatan REBT dalam format kelompok diharapkan mampu membantu siswa mengenali dan mengganti pikiran negatif dengan rasional, sekaligus membangun kembali motivasi intrinsik dalam belajar. Hasil implementasi menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan pendekatan REBT efektif dalam membantu siswa mengubah pola pikir irasional yang memengaruhi emosi serta perilaku belajar mereka menjadi pikiran rasional dan realistis. Terjadi perubahan yang signifikan pada aspek kognitif, perilaku, dan emosional siswa. Pada aspek kognitif, siswa mampu mengubah pola pikir irasional menjadi lebih rasional dan menerima kondisi keluarga secara lebih sehat. Pada aspek perilaku, terlihat peningkatan kehadiran di kelas, keterlibatan dalam pembelajaran, serta tanggung jawab terhadap tugas sekolah. Sementara pada aspek emosional, siswa menunjukkan peningkatan rasa percaya diri, keterbukaan sosial, serta penurunan perilaku menarik diri.

Dengan demikian, pendekatan REBT dalam format konseling kelompok terbukti membantu siswa menyadari bahwa kondisi keluarga bukanlah faktor penentu mutlak keberhasilan akademik. Perubahan pola pikir yang lebih rasional menjadi dasar munculnya motivasi belajar yang lebih kuat dan adaptif.

Guru bimbingan dan konseling diharapkan untuk terus mengembangkan pemahaman mengenai penerapan pendekatan REBT secara berkelanjutan dengan monitoring dan evaluasi yang sistematis. Sekolah perlu memberikan dukungan penuh terhadap pelaksanaan layanan konseling kelompok, baik dalam bentuk penyediaan waktu, fasilitas, maupun kebijakan yang mendukung penguatan kesehatan mental siswa. Selain itu, sekolah dapat mengintegrasikan program penguatan karakter dan motivasi belajar secara lebih komprehensif. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan menggunakan jumlah subjek yang lebih besar dan bearagam yang mempertimbangkan faktor pendukung lainnya.

Referensi

- Adristi, S. P. (2021). Peran Orang Tua pada Anak dari Latar Belakang Keluarga Broken Home. *Lifelong Education Journal*, 1(2), 134.
- Ariyanto, K. (2023). Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Anak. *Metta : Jurnal Ilmu Multidisiplin*, 3(1), 15–23. <https://doi.org/10.37329/metta.v3i1.2380>
- Bua, D. B., Pandang, A., & Saman, A. (2024). Dampak Keluarga Broken Home Terhadap Motivasi Belajar Siswa dan Penanganannya. *Guidance*, 21(01), 78–89. <https://doi.org/10.34005/guidance.v21i01.3816>
- Difa Sukma Milenia, & Ulfa Danni Rosada. (2023). Efektivitas Konseling Kelompok Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk Mereduksi Sikap Tidak Percaya Diri pada Siswa Korban Bullying. *CERDAS - Jurnal Pendidikan*, 2(1), 44–54. <https://doi.org/10.58794/cerdas.v2i1.455>
- Elza, I., & Ina, S. (2021). Studi Fenomenologi Mengenai Forgiveness Pada Perempuan Dewasa Awal Dari Keluarga Broken Home. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 08(01), 167–184.
- Hasan, H. (2024). *Metode Penelitian Kualitatif* (Rudy (ed.)). Yayasan Tri Edukasi Ilmiah.
- Jainiyah, J., Fahrudin, F., Ismiasih, I., & Ulfah, M. (2023). Peranan Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(6), 1304–1309. <https://doi.org/10.58344/jmi.v2i6.284>

- Kasih, F., Nita, R. W., & Sani, H. O. F. (2023). Penerapan konseling REBT dalam mengentaskan afeksi overpersonal berbasis curahan kasih sayang pada peserta didik broken home. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 11(4), 255. <https://doi.org/10.29210/1104500>
- Komalasari, G., Wahyuni, E., & Karsih. (2011). *Teori dan Teknik Konseling* (Cetakan Pe). PT INDEKS.
- Mahmmudah Dewi Ednawati, Agustini Kadarwati, Muhammad Fikri Hidayati, F. M. T. S. (2023). Penerapan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan REBT Untuk Mengatasi kecemasan Siswa Menghadapi Ujian. *Empati-Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 10, 46–56.
- Marwah, M. S., Sulistiyawati, W., Hayati, L., Agnia, B., & Khairat, I. (2025). Pendekatan Konseling Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa: Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Counseling Approach To Improve Students' learning Motivation. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 5(4), 1417–1430.
- Nejati, M., Farsi, A., Moteshareie, E., & Turner, M. J. (2024). *The effects of rational emotive behaviour therapy on performance under pressure in adolescent soccer athletes: a randomised control design*. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2022.2152852>
- Ramdhani, R. L., Annur, A. K., & S. A. N. (2024). Cendikia pendidikan. *Cendekia Pendidikan*, 4(4), 50–54. <https://doi.org/10.8734/SINDORO.v1i2.36>
- Repalita, S., Suratini Zain, S., & Diswantika, N. (2023). Penerapan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Pada Kelas XI SMK Negeri 9 Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Ilmu Pendidikan Bimbingan Dan Konseling STKIP PGRI Bandar Lampung*, 53–62. <http://eskripsi.stkippgribl.ac.id/53>
- Rismayanti, R., & Arifin, I. Z. (2025). *Penerapan Layanan Konseling Individu Melalui Pendekatan Rational Emotive Therapy Dengan Teknik Dzikir Untuk Mengurangi Perilaku Negative Siswa Broken Home*. 9(1), 76–89.
- Salmawati, S., Saman, A., & Latif, S. (2024). Efektivitas Konseling Kelompok Dengan Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Broken Home Di Sma Negeri 1 Watopute. *Al-Irsyad*, 14(2), 174. <https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v14i2.22610>

Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D* (29th ed.). ALFABETA, cv.

Supriani, Y., Ulfah, U., & Arifudin, O. (2020). Upaya Meningkatkan Motivasi Peserta Didik Dalam Pembelajaran. *Jurnal Al-Amar: Ekonomi Syariah, Perbankan Syariah, Agama Islam, Manajemen Dan Pendidikan*, 1(1), 1–10. <https://ojs-steialamar.org/index.php/JAA/article/view/90>