

# Pendekatan Rasional Emotif Behavior Therapy Terhadap Perkembangan Emosi Remaja Yang Terdampak Perceraian Orang Tua (Studi Kasus Remaja Desa Sambimulyo)

Dian ayu aromawati

\*Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam  
Institut Agama Islam Darussalam Blokagung Banyuwangi

e-mail: [akuayu1570@gmail.com](mailto:akuayu1570@gmail.com)

## ABSTRAK

Penelitian ini di latar belakang dengan adanya remaja yang memiliki tingkat emosional tinggi akibat perceraian orang tua. Akibatnya dia cenderung lebih memiliki sikap yang negative yaitu suka terges-gesa dalam bertindak, suka marah-marah, suka pulang bermain larut malam melebihi batas jam, dan tidak percaya diri dalam hal apapun. Padahal sebenarnya remaja tersebut sebelum orang tua bercerai memiliki kepribadian yang normal seperti remaja pada umumnya. Dia juga sangat merasa kesepian, rasa kesalnya kepada orang tua juga masih ada hingga sekarang. Fokus dalam penelitian skripsi ini adalah bagaimana proses pelaksanaan *Rasional Emotif Behavior Therapy* terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian orang tua? Dan hasil dari pelaksanaan *Rasional Emotif Behavior Therapy* terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian orang tua?

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Subjek penelitian ini yaitu remaja yang terdampak perceraian orang tua yaitu bernama Cece (nama samaran ) dan Eka (nama samara) tetangga dekat Cece. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara, observasi, dan dokumentasi yang disajikan dalam bab penyajian data, serta analisis data yang digunakan adalah reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan.

Kata kunci: Pendekatan *REBT*, Perkembangan emosi, Perceraian.

## ABSTRAC

This research is motivated by the existence of teenagers who have high emotional levels due to parental divorce. As a result, he tends to have a more negative attitude, that is, he likes to act hastily, likes to be angry, likes to come home playing late at night beyond the hour limit, and is not confident in anything. In fact, the teenager before his parents divorced had a normal personality like teenagers in general. He also felt very lonely, his resentment towards his parents

was still there until now. The focus in this thesis research is how is the process of implementing Rational Emotive Behavior Therapy on the emotional development of adolescents who are affected by parental divorce? And the results of the implementation of Rational Emotive Behavior Therapy on the emotional development of adolescents affected by parental divorce?

This study uses a qualitative method with the type of case study research. The subjects of this study were teenagers who were affected by their parents' divorce, namely Cece (a pseudonym) and Eka (a pseudonym), Cece's close neighbors. Data collection techniques in this study used interviews, observations, and documentation presented in the data presentation chapter, and data analysis used was data reduction, data presentation, and conclusion drawing.

Keywords: REBT approach, Emotional development, Divorce.

## **PENDAHULUAN**

Keluarga merupakan tempat yang pertama dan utama bagi anak. Selain itu keluarga juga merupakan pondasi primer bagi perkembangan anak, karena keluarga merupakan tempat anak untuk menghabiskan sebagian besar waktu dalam kehidupannya. Keluarga pada awalnya terbentuk karena adanya perkawinan. Perkawinan merupakan proses dimana manusia dari berbagai perbedaan dan berusaha untuk mengintegrasikan dirinya untuk membangun kebersamaan dalam rumah tangga. Dalam sebuah hubungan tidak jarang menimbulkan harapan-harapan yang tidak realistis baik di pihak suami ataupun istri. Namun ketika harapan-harapan yang tidak realistis ini dihadapkan dengan realistik kehidupan sehari-hari sebagai suami istri, maka tidak jarang hal-hal yang dianggap sepele kemudian dapat menimbulkan kekecewaan, seperti sikap egois, mudah marah, keras kepala, dan lain-lain. Jika keluarga yang merupakan fungsi pertama dan yang utama bagi anak untuk tumbuh berkembang dinodai perpecahan seperti perceraian, maka anak akan menjadi sosok korban yang paling terluka.

Perkembangan emosi remaja yang orang tuanya mengalami perceraian akan berbeda dengan remaja yang orang tuanya tidak bercerai. Salah satu dari 2 dampak perceraian orang tua bagi perkembangan emosi remaja adalah kurangnya perhatian dari kedua orang tua terhadap mereka, akibatnya remaja tersebut merasa bahwa tidak ada lagi yang peduli terhadap mereka, sehingga mereka merasa bebas dan membuat remaja menjadi tidak terarah dalam bergaul dan melawan orang tua. Remaja memiliki emosi yang labil sehingga terkadang muncul dalam bentuk yang meledak-ledak. Pada fase ini perilaku remaja mendadak menjadi sulit diduga dan sering

kali agak melawan norma sosial yang berlaku. Bentuk-bentuk emosi yang sering nampak dalam masa remaja seperti marah, malu, takut, cemas, cemburu, iri hati, sedih, gembira, kasih sayang, dan rasa ingin tahu. Remaja yang dapat mengendalikan emosinya dapat mendatangkan kebahagiaan, sedangkan remaja yang belum dapat mengontrol emosi negative dengan baik dapat mengakibatkan remaja dalam bertingkah laku sangat dikuasai oleh emosinya. Hal ini dapat mengakibatkan remaja dalam menghadapi masalahnya merasa tidak aman, tidak senang, khawatir dan kesepian.

Seperti yang di alami Cece (nama samaran) remaja Desa Sambimulyo yang tingkat kematangan emosionalnya tinggi akibat perceraian orang tuanya. Ciri atau karakteristik nya yakni tidak dapat menerima keadaan yang dia alami, sering tergesa-gesa dalam bertindak tidak dipikirkan lebih dahulu, pulang dari main suka larut malam melewati batas jam, kurang percaya diri, dan suka marah-marah. Orang tua konseli berpisah dikarenakan adanya banyak masalah yang muncul, masalah yang dihadapi salah satunya karena krisis ekonomi yang mengakibatkan seringnya pertengkaran antara ayah dan ibu. Sehingga mereka memutuskan untuk mengakhiri pernikahannya di pengadilan agama secara baik-baik.

Adapun salah satu metode konseling yang dijadikan untuk menangani remaja terdampak perceraian adalah menggunakan pendekatan *Rasional Emotif Behavior Therapy* yaitu terapi yang dikembangkan oleh Albert ellis sebagai salah satu bentuk perubahan dari pendekatan-pendekatan yang sudah ada pada saat itu. *Rasional Emotif Behavior Therapy* (REBT) merupakan terapi yang berbeda, dimana terapi ini menekankan kepada faktor kognisi, perasaan dan perbuatan. *Rasional Emotif Behavior Therapy* berusaha memahami manusia sebagaimana adanya yang sadar akan dirinya dan sadar akan objek-objek yang dihadapinya. Manusia adalah makhluk berbuat dan berkembang dan merupakan individu dalam satu kesatuan yang berarti manusia bebas berpikir, bernafas, dan berkehendak.

## **METODE**

### **A. Jenis penelitian**

Dalam skripsi penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Creswell mengatakan studi kasus ini merupakan jenis pendekatan yang

digunakan untuk menyelidiki dan memahami sebuah kejadian atau masalah yang telah terjadi dengan mengumpulkan berbagai macam informasi yang kemudian diolah untuk mendapatkan sebuah solusi agar masalah yang diungkap dapat terselesaikan. Susilo Rahardjo & Gudnanto pada tahun 2010 juga menjelaskan bahwa studi kasus merupakan suatu metode untuk memahami individu yang dilakukan secara integrative dan komprehensif agar diperoleh pemahaman yang mendalam tentang individu tersebut beserta masalah yang dihadapinya dengan tujuan masalahnya dapat terselesaikan dan memperoleh perkembangan diri yang baik.

#### B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian menunjukkan dimana penelitian tersebut hendak dilakukan. Wilayah penelitian biasanya berisi tentang lokasi (Desa, organisasi, peristiwa, teks dan sebagainya) dan unit analisis. Adapun lokasi penelitian yang akan diteliti oleh peneliti yaitu bertempat di Desa Sambimulyo. Dan untuk waktu penelitiannya yakni dilakukan mulai dari tanggal 20 Mei sampai 11 Juni 2022.

#### C. Kehadiran peneliti

Penelitian dilaksanakan secara bertahap yang mana mungkin bisa terjadi penelitian jika peneliti dan yang diteliti ketika tidak ada halangan apapun. Peneliti melakukan observasi langsung dilapangan dengan wawancara dan dokumentasi.

#### D. Informan penelitian

Subjek penelitian adalah remaja yang terdampak perceraian orang tua di Desa Sambimulyo yang bernama Cece (nama samaran) yang berumur 20 tahun dan orang yang berada di lingkungan tersebut yaitu Eka (nama samara) tetangga Cece yang berumur 23 tahun yang sekarang masih melanjutkan perguruan tinggi di UIN Khas Jember. Sedangkan konselornya adalah mahasiswa Institut Agama Islam Darussalam semester 8 Prodi BKI atas nama Dian ayu aromawati yang berumur 22 tahun.

#### E. Data dan Sumber data

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan sumber primer dan sekunder. Yaitu sebagai berikut:

### 1. Data primer

Data primer merupakan data utama atau data pokok yang digunakan dalam suatu penelitian. Data primer diperoleh dari sumber pertama subjek penelitian atau informan yang dilakukan melalui proses wawancara. Data primer dalam penelitian ini yaitu hasil wawancara yang dilakukan pada remaja yang terdampak perceraian orang tua.

### 2. Data sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber kedua atau sumber sekunder dari data yang kita butuhkan. Sumber data sekunder diharapkan dapat berperan mengungkap data yang diharapkan.

Pada penelitian ini sumber sekunder merupakan studi literatur dari beberapa penelitian terdahulu, buku, dan jurnal yang berkaitan dengan penelitian ini. Dan juga mendapat sumber dari tetangga remaja yang bersangkutan.

Fungsi dari sumber data sekunder ini adalah untuk melengkapi data yang didapat dari sumber data primer.

## F. Prosedur pengumpulan data

Pada bagian ini diuraikan teknik pengumpulan data yang akan digunakan, misalnya observasi partisipan, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Masing-masing harus dideskripsikan tentang data apa saja yang diperoleh melalui teknik-teknik tersebut.

### 1. Observasi

Observasi sebagai teknik pengumpulan data mempunyai ciri yang spesifik bila dibandingkan dengan teknik yang lain, yaitu wawancara dan kuesioner. Wawancara dan kuesioner selalu berkomunikasi dengan orang, maka observasi tidak terbatas pada orang, tetapi juga objek-objek alam yang lain. Dalam penelitian kualitatif teknik observasi digunakan untuk mendapat informasi yang real dari data-data yang sedang diobservasi seperti apa yang dikatakan Nasution bahwa observasi adalah dasar dari semua ilmu pengetahuan yaitu fakta mengenai dunia kenyataan yang diperoleh melalui observasi.

## 2. Wawancara

Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu, percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu. Maksud mengadakan wawancara, seperti ditegaskan oleh Linclon dan Guba antara lain: mengkonstruksi mengenai orang, kejadian, organisasi, perasaan, motivasi, tuntutan, kepedulian dan lain-lain.

## 3. Dokumentasi

Dokumentasi ialah setiap bahan tertulis atau film yang tidak dipersiapkan karena ada permintaan seorang peneliti. Dokumen dapat berupa catatan, buku teks, jurnal, makalah, memo, surat, notulen rapat dan sebagainya. Dokumen pada hakikatnya merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumen dibedakan dengan record, yang artinya setiap pernyataan tertulis yang disusun oleh seseorang atau lembaga untuk keperluan pengujian suatu peristiwa.

## G. Keabsahan data

Untuk menjamin validitas dan data temuan yang diperoleh dalam penelitian ini, peneliti melakukan beberapa upaya disamping menanyakan langsung kepada subjek, peneliti juga berupaya mencari jawaban dari sumber lain, yaitu teman dari anak korban perceraian yang mengetahui permasalahan dalam penelitian ini.

Keabsahan data dilakukan untuk meneliti kredibilitasnya menggunakan teknik triangulasi yaitu teknik pemeriksaan keabsahan data yang memanfaatkan sesuatu yang lain diluar data untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data. Diluar data itu untuk keperluan pengecekan atau sebagai pembanding terhadap data itu. Triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

### 1. Triangulasi sumber

Triangulasi sumber dilakukan dengan menanyakan hal yang sama melalui sumber yang berbeda dalam hal ini sumber datanya adalah teman subyek.

## 2. Triangulasi teknik

Triangulasi teknik dilakukan dengan cara melakukan hal yang sama dengan menggunakan teknik yang berbeda, yaitu wawancara dan pengecekan melalui observasi dalam pelaksanaan. Dalam penelitian ini akan dilakukan wawancara, observasi, dan dokumentasi.

## H. Analisis data

Analisis data berarti mengatur semua hasil bahan wawancara, observasi, menafsirkannya dan menghasilkan pemikiran, pendapat, atau teori yang terpercaya. Dalam analisis data diolah, diorganisir dan dipecahkan dalam unit yang lebih kecil. Analisis data dilakukan sebelum memasuki lapangan, selama dilapangan, dan selesai dilapangan. Analisis data dibagi menjadi tiga bagian yaitu:

### 1. Reduksi data

Ketika data yang dihimpun peneliti sudah cukup banyak terkumpul dilapangan dan sudah kompleks, maka data-data tersebut perlu direduksi data. Reduksi data digunakan untuk menyeleksi, merangkum, dan menganalisis sehingga dengan kerangka konseptual dan tujuannya yang sudah direncanakan. Reduksi data ini, dalam proses penelitian akan menghasilkan ringkasan catatan dari lapangan. Proses reduksi data akan dapat memperpendek, mempertegas, membuat fokus, dan membuang hal yang tidak perlu.

### 2. Penyajian data

Langkah selanjutnya adalah penyajian data. Penyajian data akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, merencanakan kerja selanjutnya sehingga dari situ dapat diambil hipotesis dan pengambilan tindakan. Penyajian data dapat berupa narasi, bagan, diagram maupun yang lain dengan alur yang terstruktur.

### 3. Analisis data

Analisis data adalah mengambil kesimpulan dari data-data yang sudah didapat. Kesimpulan ini juga bermaksud untuk memudahkan orang lain memahami data. Selain itu kesimpulan yang sudah didapat ini akan memudahkan peneliti untuk menemukan hipotesa (dugaan sementara) dan verifikasi data. Proses untuk

mendapatkan bukti yang digunakan memperkuat hipotesa inilah yang disebut verifikasi data.

## HASIL

Pelaksanaan layanan konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) telah dilakukan terhadap Cece, remaja yang mengalami perkembangan emosi akibat perceraian kedua orang tuanya. Pendekatan REBT berdasarkan pada layanan konseling yang telah dilakukan ini menghasilkan beberapa dampak, antara lain:

- a. Konseli menjadi sadar tentang pikiran rasional dan irasional. Ia mampu membedakan keduanya dan dengan dorongan kemampuan yang dimunculkan ia mampu memilih antara keduanya. Tentunya, pendekatan ini menghendaki konseli untuk mengikis habis pikiran irasionalnya dan mengedepankan pikiran rasional. Dengan itu, konseli akan memiliki kejernihan pikiran sehingga masalah apapun tidak akan menghambatnya jauh dari yang diharapkan sebelumnya.
- b. Berdasarkan poin nomor 1 di atas selanjutnya konseli mampu untuk menghadapi segala bentuk gejala masalah yang menimpanya, karena ia sudah memiliki pandangan yang baik. Hal ini sesuai dengan teori pendekatan REBT.
- c. Konseli memiliki afektif (emosi) yang baik karena ditunjang terlebih dahulu dari pikiran yang rasional, karena memang salah satu aspek yang besar pengaruhnya terhadap perasaan adalah pikiran seseorang. Hal ini tentunya berdampak pada perkembangan emosi yang menjadi salah satu variabel dalam penelitian ini. Konseli yang sebelumnya suka marah-marah, tidak bertanggung jawab, acuh dengan lingkungan sekitar, dan serangkaian emosi negatif lainnya pelan-pelan berubah menjadi pribadi yang sebaliknya. Perkembangan emosi ke arah positif ini merupakan *goal* utama dalam layanan konseling ini.
- d. Selain afektif, perilaku yang nampak dari konseli juga mengalami perkembangan. Sebelumnya ia sering pulang larut malam, namun sekarang berkurang. Behavioristik yang berubah ke arah positif ini tentu merupakan dampak dari pendekatan REBT ini. Akhirnya, pendekatan REBT ini memiliki hasil, yakni adanya perkembangan emosi ke arah yang lebih baik (positif) pada diri konseli pasca ikut layanan konseling.

## PEMBAHASAN

Perceraian orang tua pasti berdampak kepada anak. Perkembangan emosi yang terjadi pada Cece akibat dari perceraian orang tuanya mengarah pada perkembangan emosi yang negatif, seperti suka marah, suka tergesa-gesa dalam bertindak, acuh terhadap lingkungan, dan kurang percaya diri. Perkembangan emosi negatif inilah oleh peneliti ingin diubah ke positif dengan layanan konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy*.

Ellis berpandangan bahwa *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) menangani masalah-masalah yang berhubungan dengan emosi, kognisi, dan perilaku. Konseling *Rational Emotive Behavior Therapy* menekankan kebersamaan antara berpikir dengan akal sehat (*rational thinking*), berperasaan (*emoting*), dan berperilaku (*acting*), serta menekankan bahwa suatu perubahan yang mendalam dalam cara berpikir dan menghasilkan perubahan yang berarti dalam cara berperasaan dan berperilaku.

Pendekatan REBT digunakan dalam penelitian ini dengan beberapa teknik konseling dalam prosedur yang sesuai dengan prosedur umum dalam layanan konseling, yakni yakni: 1) *Assessment*, 2) *Diagnosis*, 3) *Prognosis*, 4) *Treatment*, dan 5) *Evaluasi*

Pembahasan proses pelaksanaan layanan konseling dengan pendekatan REBT telah usai diuraikan dan didapati bahwa proses layanan tersebut berjalan lancar karena konseli juga kooperatif dalam mengikuti semua proses layanan. Pendekatan REBT berdasarkan pada layanan konseling yang telah dilakukan ini menghasilkan beberapa dampak, antara lain:

1. Konseli menjadi sadar tentang pikiran rasional dan irasional. Ia mampu membedakan keduanya dan mampu memilih antara keduanya. Tentunya, pendekatan ini mengarahkan konseli agar memilih pikiran rasionalnya dan mengikis habis pikiran irasionalnya.
2. Dari pikiran yang rasional, konseli memiliki afektif (emosi) yang baik karena memang salah satu aspek yang besar pengaruhnya terhadap perasaan adalah pikiran seseorang. Hal ini tentunya berdampak pada perkembangan emosi yang menjadi salah satu variabel dalam penelitian ini. Konseli yang sebelumnya suka marah-marah, tidak bertanggung jawab, acuh

dengan lingkungan sekitar, dan serangkaian emosi negatif lainnya pelan-pelan berubah menjadi pribadi yang sebaliknya. Perkembangan emosi ke arah positif ini merupakan *goal* utama dalam layanan konseling ini yang sesuai dengan teori bahwa tujuan konseling terutama untuk menghilangkan kecemasan, ketakutan, kekhawatiran, ketidak keyakinan diri, dan semacamnya dan mencapai perilaku rasional, kebahagiaan, dan aktualisasi diri.

3. Selain afektif, perilaku yang nampak dari konseli juga mengalami perkembangan. Sebelumnya ia sering pulang larut malam, namun sekarang berkurang. Karena memang pendekatan REBT ini mencakup tiga unsur utama dalam manusia, yakni pikiran, perasaan dan perilaku.
4. Berdasarkan 3 poin diatas selanjutnya konseli mampu untuk menghadapi segala bentuk masalah, karena telah diberikan Teori yang berhubungan dengan konsep konseling yang telah diberikan oleh konselor yaitu pendekatan *Rasional emotif behavior therapy* yang menggunakan berbagai Teknik. Adapun Teknik konseling dalam REBT yang digunakan adalah:
  - a. Teknik-teknik kognitif dengan teknik *home work assignment* yaitu teknik dengan memberikan tugas rumah agar konseli secara mandiri dapat selalu memandang semua hal dengan pikiran rasional. kemudian teknik *assertive* yaitu teknik yang digunakan untuk melatih keberanian konseli dalam mengekspresikan perilaku-perilaku tertentu yang diharapkan.
  - b. Teknik-teknik emotif (afektif) dengan teknik *assertive training* yaitu teknik dengan ciri kedisiplinan konseli dalam mengulang dan mempertahankan suatu bentuk latihan. Kemudian teknik imitasi yaitu teknik yang digunakan dimana klien diminta untuk menirukan secara terus menerus meniru suatu model perilaku tertentu dengan maksud menghadapi periakunya sendiri yang negative.
  - c. Teknik-teknik behavioral yang menggunakan teknik *reinforcement* yakni teknik yang salah satu contohnya adalah memberikan pujian verbal (*reward*) dan hukuman (*punishment*). kemudian teknik *social modelling* teknik yang digunakan untuk membentuk perilaku - perilaku baru pada konseli. Teknik ini dilakukan agar konseli dapat hidup dalam suatu

model sosial yang diharapkan dengan cara mengimitasi, mengobservasi dan menyesuaikan dirinya dengan social model yang dibuat itu.

Selain hasil utama di atas, ada beberapa hasil yang nampak juga dari pendekatan REBT ini dalam diri konseli. Hasil tersebut yakni:

- a. Konseli lebih dapat memahami dirinya sendiri. Memahami diri sendiri disini artinya dapat mengetahui apa yang dibutuhkan dirinya pada suatu waktu sehingga dapat bertindak sesuai koridornya.
- b. Konseli lebih bisa menghargai dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungannya sehingga ia bisa mengembangkan perilaku sosial yang bertanggung jawab. Hal ini sesuai dengan salah satu tugas perkembangan remaja menurut Asrori.
- c. Konseli lebih mampu untuk mengekspresikan perasaannya yang sesuai dengan salah satu tujuan konseling dengan pendekatan REBT.

Akhirnya, dengan hasil ini diharapkan ini dapat menjadi suatu kesepakatan bersama bahwa perkembangan emosi merupakan hal yang penting yang harus diperhatikan dalam kehidupan, terutama bagi dalam masa remaja. Perkembangan emosi yang negatif atau yang tidak seharusnya dapat ditangani dengan layanan konseling salah satunya dengan pendekatan REBT sebagaimana yang telah dibahas di atas.

## **SIMPULAN**

Kesimpulan yang dapat diambil dari hasil analisis data mengenai Pendekatan *Rational Emotif Behavior Therapy* terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian orang tua yaitu:

Proses pelaksanaan Rasional Emotif Behavior Therapy terhadap perkembangan emosi remaja yang terdampak perceraian orang tua terlaksana dengan menggunakan proses konseling pada umumnya yaitu dengan: *assessment*, *diagnosis*, *prognosis*, *treatment*, dan evaluasi. Proses konseling yang digunakan dengan pendekatan *Rasional emotif behavior therapy* bertujuan agar konseli dapat dengan lebih leluasa mengungkapkan emosinya, lebih rasional dan produktif dalam berpikir, berhenti membuat tuntutan berlebih, serta menghilangkan berbagai macam bentuk kecemasan akan suatu hal. Adapun dalam proses konseling konselor melakukan 5 tahap

seperti yang disebutkan diatas yaitu dengan mengidentifikasi kekurangan dan kelebihan yang ada dalam diri konseli, melakukan praktek konseling dengan pendekatan *Rasional Emotif Behavior Therapy*, mendiagnosis perasaan-perasaan yang dialami konseli, mengevaluasi seberapa efektif pengungkapan perasaan, pikiran dan perilaku rasional konseli.

## DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Hardiansah. 2016. Skripsi, "*Bimbingan dan Konseling Islam Dengan Terapi Gestalt Untuk Menangani Seorang Siswi Depresi Akibat Perbedaan Cita-Cita dengan Orang Tua di SMA Terpadu Nurul Huda Surabaya*", Surabaya: UIN Sunan Ampel.
- Agoes Dariyo. 2008. *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Asrori, Mohammad. 2008. *Memahami dan Membantu Perkembangan Peserta Didik*. Pontianak: Untan Press.
- Burhan Bugin, *Metode Penelitian Sosial: Format-Format Kuantitatif*
- Dariyo, Agoes. 2005. *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: Grasindo.
- Desak Era Puspita Santi et.all. 2014. *Penerapan Konseling Karir Trait dan Factor dengan Menggunakan Teknik Modeling untuk Mengembangkan Rencana Pilihan Karir Siswa Kelas X TPM 1 SMK Negeri 3 Singaraja, Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling, 2(1)*.
- Desmita. 2015. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Elizabeth, Hurlock. 1980. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Penerjemah: istiwidayati & Soedjarwo .Jakarta: Erlangga
- Ellis dalam Latipun. 2006. *Bimbingan dan Konseling Kelompok*. PT Bumi Aksara: Jakarta
- Erna Hasni, Tesis. 2020. "*Efektivitas Layanan Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) dengan Menggunakan Teknik Kognitif untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri dan Kemampuan Beradaptasi Siswa Korban Perceraian Orang Tua*". Medan: UIN Sumatera Utara.
- Heronimus D. P., M. N. Wangid. 2016. Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar Siswa Sekolah Dasar di Kecamatan Kota Tambolaka, *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar, 2(1)*.
- Ihromi. T.O 2004. *Bunga Rampai Sosiologi Keluarga*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- Lembaga Penelitian Mahasiswa Universitas Negeri Malang, *Metode Penelitian Kualitatif Dengan Jenis Pendekatan Studi Kasus*, <http://penalaran-unm.org,2020>
- Lexy J. Moleong. 2016. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung, PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Mappiare, Andi. 2010. *Pengantar Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Ratrioso, Imam. *Remaja Unggul Kamukah Itu?*. Jakarta: Nobel Edumedia.
- Sarlito Wirawan Sarwono. 2008. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PR Rajagrafindo Persada.

- Sarlito Wirawan Sarwono. 2014. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PR Rajagrafindo Persada.
- Siti Murwani, Laporan Studi Kasus, *Artikel*.
- Siti Wahyuni Siregar. 2016. Assessment dalam Bimbingan dan Konseling, *Artikel Hikmah*, 10(2).
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*.
- Sugiyono. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sulaiman Rasjid. 2015 *Fiqih Islam*, Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Surya, Mohammad. 2003. *Teori-Teori Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.
- Syafiuddin, Muhammad, dkk. 2014. *Hukum Perceraian*. Jakarta: Sinar Grafika.
- Willis. 2009. *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.
- Winkel, Ws. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan (Edisi Revisi)*. Jakarta: Gramedia Widiasarna Indonesia