

**P ISSN : 2503 - 1708**

**E ISSN : 2722 - 7340**

# **REALITA**

*Jurnal Bimbingan dan Konseling*

<b>REALITA JURNAL</b>	<b>VOLUME 9</b>	<b>NOMOR 1</b>	<b>EDISI April 2024</b>	<b>P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340</b>
---------------------------	---------------------	--------------------	-----------------------------	--

Diterbitkan oleh:

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**

**REALITA**  
**JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING**  
*Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*

**DEWAN REDAKASI**

<b>Pelindung</b>	:	Rektor Universitas Pendidikan Mandalika
<b>Penasehat</b>	:	Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika
<b>Penanggung Jawab</b>	:	Kaprodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika
<b>Editors in Chief</b>	:	
Hariadi Ahmad, M.Pd		Universitas Pendidikan Mandalika
<b>Editors</b>	:	
Prof. Drs. Kusno, DEA., Ph.D		Universitas Negeri Jember
Dr. I Made Sonny Gunawan, S.Pd., M.Pd		Universitas Pendidikan Mandalika
Drs. Wayan Tamba, M.Pd		Universitas Pendidikan Mandalika
Farida Herna Astuti, M.Pd		Universitas Pendidikan Mandalika
<b>Section Editors</b>	:	
Mustakim, M.Pd		Universitas Pendidikan Mandalika
M. Chaerul Anam, M.Pd		Universitas Pendidikan Mandalika
Jessica Festi Maharani, M.Pd		Universitas Pendidikan Mandalika
Mujiburrahman, M.Pd		Universitas Pendidikan Mandalika
Ichwanul Mustakim, M.Pd		Universitas Pendidikan Mandalika
Ahmad Muzanni, M.Pd		Universitas Pendidikan Mandalika
Dr. Haromain, S.Pd., M.Pd.		Universitas Pendidikan Mandalika
Dr. A. Hari Witono, M.Pd		Universitas Mataram
Reza Zulaifi, M.Pd		Universitas Pendidikan Mandalika
<b>Reviewers</b>	:	
Prof. Dr. Sutarto. S.Pd., M.Pd		Universitas Pendidikan Mandalika
Dr. Wiryo Nuryono, M.Pd		Universitas Negeri Surabaya
Dr. Hasrul, S.PdI., M.Pd		Institut Sains dan Kependidikan Kie Raha Maluku Utara
Dr. Roro Umy Badriyah. M.Pd., Kons		Universitas PGRI Maha Dewa
Dr. Ari Khusumadewi, M.Pd		Universitas Negeri Surabaya
Dr. Arbin Janu Setiowati, M.Pd		Universitas Negeri Malang
Dr. Mutmain'nah, M.Pd		Universitas Negeri Yogyakarta
Dr. Gunawan, M.Pd		Universitas Mataram

Dr. Uli Agustina Gultom, S.Pd., M.Pd	Universitas Borneo Tarakan
Dr. Asep Sahrudin, S.Pd., M.Pd	Universitas Mathla'ul Anwar Banten
Dr. Hadi Gunawan Sakti, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Dr. Suciati Rahayu Widyastuti, S.Pd., M.Pd	Universitas Nahdlatul Ulama Cirebon
Dr. I Ketut Sukarma	Universitas Pendidikan Mandalika
Drs. I Made Gunawan, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Dra. Ni Ketut Alit Suarti, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Ginancar Nugraheningsih, S.Pd. Jas., M.Or	Universitas Mercu Buana Yogyakarta
Dewi Ariani, S.Pd., M.Pd	Universitas Mahaputra M. Yamin Solok
Rahmawati M, S.Pd., M.Pd	Universitas Muhammadiyah Kendari
Dita Kurnia Sari, M.Pd	Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
St. Muriati, S.Pd., M.Pd	Universitas Bosowa Makassar
Indra Zultiar, S.Pd., M.Pd.	Universitas Muhammadiyah Sukabumi
M. Samsul Hadi, M.Pd	Universitas Mataram
Aluh Hartati, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Ahmad Zainul Irfan, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Baiq Sarlita Kartiani, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Eneng Garnika, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Lalu Jaswandi, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
M. Najamuddin, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
M. Zainuddin, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Nuraeni, S.Pd., M.Si	Universitas Pendidikan Mandalika
Nurul Iman, M.Pd	Universitas Pendidikan Mandalika
Suharyani, M.Pd.	Universitas Pendidikan Mandalika
B. Fitria Maharani, M.Si	Universitas Nahdlatul Ulama Nusa Tenggara Barat

**Alamat Redaksi:**

Redaksi Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling (**JRbk**)

Program Studi Bimbingan dan Konseling

Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi

Universitas Pendidikan Mandalika

Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59 A Mataram Telp. (0370) 638991

Email : [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id)

Web : [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

**Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling** menerima naskah tulisan penulis yang original (belum pernah diterbitkan sebelumnya) dalam bentuk *soft file, office word document (Email)* atau *Submission* langsung di akun yang diterbitkan setiap bulan April dan Oktober setiap tahun.

**Diterbitkan Oleh:** Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

## DAFTAR ISI

## Halaman

### **Shobrina**

Pelaksanaan Layanan Bimbingan Karier dalam Membantu Pemilihan Karier Siswa ..... 2209 – 2216

### **Nurul Hafizhah Salsabila Sitorus, Tarisha Putri, Mhd. Haical Eriyanto, Silvy Nurhasanah, dan Rosita Dongoran**

Analisis Bimbingan dan Konseling dalam Lingkup Pendidikan ..... 2217 – 2225

### **Gina Furi Pramanik, Ujang Rohman, dan Shalahudin Ismail**

Analisis Dampak Bullying terhadap Kepercayaan Diri Remaja ..... 2226 – 2236

### **Diah Nurul Fitriani, Ayu Auliya, Yulfi dan Silvianetri**

Pelaksanaan Layanan Konseling Budaya di Pondok Pesantren Modern Darunna'im Lebak - Banten (Studi Deskriptif terhadap Pelayanan Bimbingan Konseling terhadap Anak Baru) ..... 2237 – 2247

### **Santi Fatmawati, Winda Mei Lestari, dan Salma Fadila Salsabila**

Peran Konseling Keluarga dalam Mengatasi Kenakalan Remaja ..... 2248 – 2255

### **Nurjannah, Najdah Faroh, Fikri Nur Hidayat, dan Mumtaz Afridah**

Studi Resiliensi Remaja Korban Kekerasan Seksual di Pesantren X: Efektivitas Intervensi Cognitive Behavioral (CB) ..... 2256 – 2264

### **Chintya Salsha Azzahra, Nandang Budiman, dan Nadia Aulia Nadhirah**

Analisis Tantangan dalam Membentuk Konselor yang Kompeten dan Beretika ..... 2265 – 2274

### **Aluh Hartati dan Yasinta Milda**

Pengaruh Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) terhadap Sikap Konformitas Siswa SMP Negeri 1 Mataram ..... 2275 – 2282

### **Hariadi Ahmad dan Elfida Utami**

Pengaruh Teknik Role Playing terhadap Keterampilan Komunikasi Verbal Siswa SMP ..... 2283 – 2293

### **Ni Made Sulastri**

Identifikasi Tipe Kepribadian Ditinjau dari Teori Alrbert Bandura ..... 2294 – 2300

### **Farida Herna Astuti**

Pengaruh Teknik Art Therapy Terhadap Emosi Marah pada Siswa Kelas VIII di SMPN 5 Praya ..... 2301 – 2307

### **Ahmad Muzanni dan Baiq Sarlita Kartiani**

Peningkatan Literasi Digital: Studi Kasus dan Best Practice ..... 2308 – 2316

**Nuraeni**

Penerapan Teori Belajar Behavioristik dalam Membentuk Kepribadian Siswa yang Berlandaskan pada Nilai Tindih Etnis Sasak ..... 2317 – 2327

**Mustakim, Lalu Jaswandi, dan Yanti Komala Sari**

Pengaruh Teknik Role Playing dalam Meningkatkan Empati Siswa di Sumbawa Barat ..... 2328 – 2334

**Muhammad Iqbal, Haromain, dan Nurul Hidayati**

Implementasi Program Kelas Unggulan di SMA Negeri 3 Mataram ..... 2335 – 2342

**M. Najamuddin dan Mujiburrahman**

Pengaruh Teknik Relaksasi terhadap Pengendalian Emosi pada Siswa SMP Peduli Anak Langko Lombok Barat ..... 2343 – 2349

**Baiq Rohiyatun dan Eneng Garnika**

Studi Literatur: Implementasi Pendidikan Profil Pelajar Pancasila pada Lembaga Pendidikan ..... 2350 – 2357

**Miftahurrizki**

Implementasi Bimbingan Perkawinan Pra Nikah di Kutai Kartanegara Kalimantan Timur ..... 2358 – 2372

**Ahmad Zainul Irfan**

Meningkatkan Kreativitas Anak melalui Permainan Konstruktif pada Anak Kelompok A ..... 2373 – 2381

**Jessica Festi Maharani, Lalu Jaswandi dan Rosita Diantini**

Pengaruh Teknik Role Playing terhadap Perilaku Bullying pada Siswa SMP Negeri 10 Mataram ..... 2382 – 2389

## **PENGARUH KONSELING *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOUR THERAPY (REBT)* TERHADAP SIKAP KONFORMITAS SISWA SMP NEGERI 1 MATARAM**

Oleh:

**Aluh Hartati dan Yasinta Milda**

Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi  
Universitas Pendidikan Mandalika Mataram Nusa Tenggara Barat Indonesia

Email: [aluhhartati@undikma.ac.id](mailto:aluhhartati@undikma.ac.id); [yasintamilda91@gmail.com](mailto:yasintamilda91@gmail.com)

**Abstrak.** Konformitas adalah kecenderungan dalam perubahan keyakinan, perilaku seseorang sehingga sesuai dengan perilaku orang lain yang ditentukan oleh kelompok sekitar. Siswa di SMPN 1 Mataram melakukan sikap konformitas seperti keluar kelas pada saat jam pelajaran sedang berlangsung, merokok dalam lingkungan sekolah, dan membolos. Faktor yang mempengaruhi sikap konformitas pada siswa yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal (Faktor dalam keluarga) siswa memiliki sikap konformitas memiliki harga diri yang rendah membuat siswa cenderung mencari teman dan ikut dalam suatu kelompok untuk meningkatkan harga dirinya, lemahnya tingkat keyakinan agama siswa tersebut, kurangnya kasih sayang dan perhatian dari keluarga, sedangkan faktor eksternal (Faktor dari luar/lingkungan) yaitu sikap konformitas dipengaruhi oleh tekanan dari kelompok yang dapat mempengaruhi sikap dan perilakunya, dipengaruhi dari media sosial. Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini yaitu Untuk mengetahui Pengaruh Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* Terhadap Sikap Konformitas Pada Siswa Kelas VIII C di SMPN 1 Mataram. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 37 sedangkan sampelnya adalah 12 dengan metode pengumpulan data yang digunakan yaitu angket sebagai metode pokok, observasi, dokumentasi sebagai metode pelengkap. Teknik analisis data yang digunakan yaitu metode statistic dengan menggunakan rumus *t-test*. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan nilai (t-hitung) sebesar 8,226 dan nilai (t-tabel) sebesar 2,201 dengan demikian nilai t-hitung hasil penelitian lebih besar dari nilai t-tabel yaitu  $8,226 > 2,201$  maka hipotesis nihil ( $H_0$ ) yang diajukan ditolak, dan sebaliknya hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yang diajukan diterima, maka hasil penelitian ini adalah “signifikan” yaitu Ada Pengaruh Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* Terhadap Sikap Konformitas Pada Siswa Kelas VIII C di SMPN 1 Mataram

**Kata Kunci:** Konseling *REBT*, Sikap Konformitas

### **PENDAHULUAN**

Peserta didik merupakan individu yang memiliki karakteristik yang berbeda-beda dalam proses perkembangan memerlukan bantuan dalam mengenal jati dirinya terutama dalam lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat. Peserta didik yang memiliki sikap konformitas dapat menghambat pembentukan kepribadian dan aktualisasi diri dalam kehidupan terutama dalam lingkungan sekolah. Sikap konformitas ini dapat di lakukan oleh siapapun dalam berbagai kalangan baik anak, remaja maupaun orang dewasa baik itu di sekolah, dirumah dan bahkan di lingkungan masyarakat.

Pada zaman diera globalisasi saat ini, sikap konformitas seringkali kita lihat dalam kehidupan sehari-hari, baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan masyarakat. Berikut ini adalah pendapat menurut para ahli mengenai sikap konformitas. Myres (2016:80) berpendapat bahwa “sikap konformitas adalah perubahan perilaku sebagai akibat dari tekanan kelompok. Ini terlihat dari kecenderungan remaja untuk selalu menyamakan perilakunya dengan kelompok acuan sehingga dapat terhindar dari celaan maupun keterasingan”. Demikian juga dalam sumber yang

berbeda dikatakan bahwa sikap konformitas merupakan “pengaruh sosial dalam bentuk penyamaan pendapat atau pola tingkah laku seseorang terhadap orang lain yang mempengaruhinya”.

Sikap konformitas seringkali kurang diterima oleh siswa, sehingga peran guru bimbingan dan konseling sangat penting untuk memberikan berbagai penyuluhan, salah satu solusi yang dilakukan untuk mengatasi sikap konformitas adalah memberikan layanan konseling dengan teknik *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* karena pada dasarnya konseling *REBT* dapat membantu klien untuk mengubah pandangan dan keyakinan dan irasional klien menjadi rasional, membantu mengubah sikap, cara berpikir, emosi, keyakinan serta pandangan klien sehingga klien dapat mengembangkan diri.

Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* adalah Pendekatan yang mengatasi masalah yang berkaitan dengan emosi, kognitif dan tingkah laku yang dapat mengubah cara pandang yang irasional menjadi rasional. Berikut adalah pendapat menurut para ahli mengenai Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* yaitu sebagai berikut: George & Cristiani (1990:81) mengatakan Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* adalah “pendekatan yang bersifat direktif, yaitu pendekatan yang membelajarkan kembali konseli untuk memahami input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional, mencoba mengubah pikiran konseli agar membiarkan pikiran irasional mencoba mengubah pikiran konseli agar membiarkan pikiran irasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat atau konsekuensi dari tingkah laku”.

Berdasarkan observasi yang telah peneliti lakukan di SMPN 1 Mataram peneliti menemukan sejumlah masalah

pada siswa diantaranya menunjukkan sikap atau perilaku konformitas siswa yaitu beberapa siswa menggunakan seragam yang sempit dan ketat, dan datang ke sekolah saat menjelang jam pelajaran dimulai. Peneliti melakukan observasi pada siswa yang menunjukkan sikap atau perilaku konformitas, dimana siswa SMPN 1 Mataram membentuk dan memiliki grup masing-masing serta melakukan kegiatan bersama kelompoknya. Selain itu peneliti mendapatkan beberapa siswa SMPN 1 Mataram diketahui dan ditemukan peneliti sedang membolos sekolah, merokok di gudang bagian belakang kelas XI pada saat jam belajar sedang berlansung, dan peneliti juga mendapatkan informasi dari ibu kantin yang berada di belakang sekolah, bahwa siswa kelas VIII SMPN 1 Mataram sering kali merokok pada jam istirahat di dalam area lingkungan sekolah.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi sikap konformitas pada siswa yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal (Faktor dari dalam keluarga) siswa memiliki sikap konformitas memiliki harga diri yang rendah membuat remaja cenderung mencari teman dan ikut dalam suatu kelompok untuk meningkatkan harga dirinya, lemahnya tingkat keyakinan agama siswa tersebut, kurangnya kasih sayang dan perhatian dari keluarga. Sedangkan faktor eksternal (Faktor dari luar/lingkungan) dari faktor lingkungan remaja yang memiliki sikap konformitas dipengaruhi oleh tekanan dari kelompok yang dapat mempengaruhi sikap dan perilakunya dapat dipengaruhi dari media sosial.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa pendidikan merupakan proses atau upaya untuk melatih sikap atau tingkah laku seseorang dalam usaha mendewasakan diri melalui pengajaran

dan pelatihan untuk masa depan yang akan datang. Tanpa pendidikan, manusia tidak akan berkembang dan berbudaya. Disamping itu juga kehidupan akan tidak berubah keadanya tanpa ada kemajuan, bahkan bisa jadi akan mengalami kemunduran dan kepunahan. Oleh karena itu pendidikan sangat penting bagi generasi bangsa karena pendidikan adalah ilmu dalam kehidupan manusia dan pendidikan sangat penting karena untuk memberikan dorongan agar sikap konformitas tidak dilakukan oleh siswa tersebut.

Sikap konformitas adalah suatu jenis pengaruh dari sosial dimana individu mengubah sikap dan perilaku mereka agar sesuai dengan norma sosial yang ada. Berdasarkan hal tersebut perlu dilaksanakan cara mengurangi sikap konformitas pada siswa yaitu salah satunya dengan menggunakan konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* dalam menyelesaikan masalah pada siswa, dimana konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* ini adalah salah satu cara untuk membantu klien mengatasi masalah untuk mengubah sikap dan perilaku yang irrasional menjadi rasional.

## **KAJIAN PUSTAKA**

Konformitas adalah perubahan sikap, perilaku serta kepercayaan seseorang yang disebabkan oleh tekanan dari kelompok sekitar. Pengertian Konformitas menurut para ahli yaitu antara lain: Cialdini & Gold Stein (2009:253) mengatakan konformitas adalah tendensi untuk mengubah keyakinan atau perilaku seseorang agar sesuai dengan perilaku orang lain. Pendapat lain yang senada yaitu: Subhan Hafiz (2018:134)) menjelaskan konformitas adalah kecendrungan dalam perubahan keyakinan, perilaku seseorang sehingga sesuai dengan perilaku orang

lain yang ditentukan oleh kelompok sekitar.

Dari beberapa pengertian yang dipaparkan di atas, dapat diambil kesimpulan bahwa konformitas adalah sebuah perubahan perilaku atau sikap karena pengaruh sosial atau sebagai hasil dari tekanan kelompok baik nyata maupun yang dibayangkan. Aspek-aspek yang terdapat pada konformitas yaitu: Aspek kekompakan, Aspek kesepakatan, Aspek ketaatan.

Dari ketiga aspek-aspek tersebut merupakan atau menjadi petunjuk kepada setiap siswa yang berkecenderungan mempunyai sikap konformitas (Sears, 2004). Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi konformitas, antara lain: (1) kohesivitas, 2) ukuran kelompok, 3) Norma sosial deskriptif, 4) Norma injungtif (Baron&Byrne, 2005). Adapun lebih lengkapnya adalah sebagai berikut: 1) Kohesivitas yaitu: faktor yang ditingkatkan cenderung untuk menyesuaikan diri karena tertarik dengan suatu kelompok dan ingin masuk dalam kelompok tersebut. 2) Ukuran kelompok yaitu: begitu juga dengan ukuran kelompok, semakin besar ukuran kelompok, berarti semakin banyak orang yang berperilaku dengan menggunakan cara tertentu sehingga semakin banyak yang mau mengikutinya. 3) Norma Sosial Deskriptif yaitu: situasi tertentu yang dianggap efektif yang dipengaruhi oleh perilaku individu itu sendiri. 4) Norma Injungtif yaitu Norma yang menetapkan apa yang harus dilakukan, tingkah laku apa yang diterima atau tidak diterima pada situasi tertentu yang dipengaruhi oleh tingkah laku.

Bentuk sikap konformitas seseorang terhadap orang lain yang mempengaruhinya itu berbeda-beda, tergantung pada siapa saja dan bagaimana proses pengaruh sosial itu dilakukan. Bentuk-bentuk konformitas yaitu: Penerimaan (acceptance) yaitu

bentuk sikap konformitas yang dilakukan oleh individu dengan melakukan persamaan sikap, perilaku dan juga keyakinan di depan kelompok. Pemenuhan (compliance) yaitu bentuk sikap konformitas yang dilakukan individu demi mendapatkan pujian serta menghindari hukuman dari sekelompoknya. Kepatuhan (obedience) yaitu rela melakukan tindakan apa saja, walaupun individu tidak ingin melakukannya karena adanya tekanan dari kelompok dan ingin memenuhi harapan dari kelompok tersebut Robert Baron & Byrne, (2005).

### **METODE PENELITIAN**

Rancangan penelitian ini yaitu strategi gimana cara peneliti mengatur kegiatan atau proses berjalanya suatu kegiatan pada saat melakukan penelitian mengenai hal-hal yang akan diteliti. Penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan “metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah diterapkan” (Sugiyono, 2018:08). Metode kuantitatif ini digunakan untuk mengungkap sikap konformitas pada siswa kelas VIII C di SMPN 1 Mataram. Pada penelitian ini menggunakan design penelitian *one grup pre-test* dan *post-test design* dimana di dalam rancangan ini hanya terdapat satu kelompok subyek yaitu kelompok eksperimen sebagai kelompok yang dikenakan perilaku. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* sebagai variabel bebas (*independent variabel*) dan sikap konformitas sebagai variabel terikat

(*dependent variabel*). “Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Variabel ini sering disebut variabel pengaruh, sebab fungsinya mempengaruhi variabel lain. Sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kuantitatif dalam proses pengumpulan datanya diperlukan waktu yang cukup untuk mendapatkan data yang valid. Data dalam penelitian ini berasal dari data angket atau kuensioner yang diberikan kepada siswa kelas VIII C SMPN 1 Mataram, pada bab ini akan diuraikan data hasil penelitian tentang Pengaruh Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* Terhadap Sikap Konformitas Pada Siswa Kelas VIII C di SMPN 1 Mataram baik sebelum dan sesudah diberikan *treatment* (perlakuan). Untuk mendapatkan data yang dimaksud, peneliti melakukan persiapan dengan alat atau instrument pengumpulan data yang di butuhkan. Selanjutnya agar peneliti dapat berjalan dengan baik maka peneliti mempersiapkan pengambilan data secara langsung.

Menyusun instrument penelitian bertujuan untuk mempermudah penelitian memperoleh data yang diperlukan dalam pelaksanaan penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket sebagai metode pokok, sedangkan metode observasi, wawancara dan dokumentasi sebagai metode pelengkap. Instrumen angket disusun sendiri berdasarkan indikator variabel tentang sikap konformitas yang terdiri dari: (1) Kekompakan, (2) Kesepakatan, dan (3) Ketaatan. Sebagaimana telah diuraikan,

instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket tertutup yang secara langsung dijawab oleh responden dengan item pernyataan sebanyak 27, adapun angket yang digunakan terdiri dari 4 alternatif jawaban option yaitu: Selalu, Sering, Kadang-kadang dan tidak pernah, dengan pemberian skor sebagai berikut: a) Selalu skor 4 (empat); b) Sering skor 3 (tiga); c) Kadang-kadang skor 2 (dua); dan d) Tidak pernah skor 1 (satu), bentuk pernyataan di dalam angket ini adalah positif. Setelah siswa mengisi instrumen angket, kemudian jawabannya akan di cocokkan sesuai dengan skor masing-masing item dan akan dijumlahkan. Sebelum itu, peneliti harus menentukan nilai intervalnya. Untuk menentukan nilai interval yang diinginkan peneliti harus menentukan nilai tertinggi angket yaitu  $4 \times 27 = 108$  sedangkan untuk menentukan nilai terendah angket yaitu  $1 \times 27 = 27$ . Maka dari itu, nilai tertinggi dikurangi dengan nilai terendah dan hasilnya dibagi sesuai dengan jumlah kategori angket ya itu  $108 - 27 = 81$ , maka hasilnya akan dibagi 4 menjadi  $81 : 4 = 20,25$ . Jadi interval dalam penelitian ini adalah 20,25. Sehubungan dengan analisis data yang menggunakan analisis statistik, maka hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yang diajukan berbunyi: Ada Pengaruh Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* Terhadap sikap Konformitas pada Siswa Kelas VIII C di SMPN 1 Mataram Tahun Pelajaran 2022/2023, maka perlu diubah dulu ke dalam hipotesis nol ( $H_0$ ) sehingga berbunyi: Tidak Ada Pengaruh Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* Terhadap sikap Konformitas pada Siswa Kelas VIII C di SMPN 1 Mataram. Menyusun tabel nilai *Pre-test* dan *Post-test* di maksud untuk mengetahui nilai yang diperoleh sebelum dan sesudah pemberian treatment dengan cara konseling kelompok. Tabel kerja

untuk menghitung nilai t terlihat hasil dari sampel 12 orang siswa yang memiliki sikap konformitas tinggi sehingga mengalami penurunan. Jumlah  $N = 12$  dengan hasil *pre-test* sebanyak 1.119, *post-test* sebanyak 895, Gaind (d) sebanyak 224,  $xd$  nol, dan hasil  $Xd^2$  sebanyak 675,45.

Berdasarkan hasil perhitungan *t-test* yang diperoleh melalui analisis, ternyata nilai  $t_{hitung}$  diperoleh = 8,226 kemudian dikonsultasikan dengan nilai  $t_{table}$  dengan  $d.b (N-1) = 12-1 = 11$  dengan taraf signifikansi 5% = 2,201. Dengan demikian nilai  $t_{hitung}$  hasil penelitian ini lebih besar dari nilai  $t_{table}$  yakni  $8,226 > 2,201$ , maka hipotesis diterima pada taraf signifikansi 5% sehingga penelitian ini dinyatakan “Signifikan”. Berarti Ada Pengaruh Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* Terhadap Sikap Konformitas Pada Siswa Kelas VIII C di SMPN 1 Mataram.

Dari hasil pengujian nilai t di atas, dimana  $t_{hitung} = 8,226$  lebih besar dari pada  $t_{tabel} 2,201$  dengan taraf signifikansi 5%, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif diterima, maka kesimpulan analisis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Ada Pengaruh Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* Terhadap Sikap Konformitas Pada Siswa Kelas VIII C di SMPN 1 Mataram artinya hasil penelitian ini adalah *signifikan*.

## SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan landasan teori dan hasil analisis data, maka dapat di simpulkan bahwa: Ada Pengaruh *Konseling Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* Terhadap Sikap Konformitas Pada Siswa Kelas VIII C Di SMPN 1 Mataram Tahun Pelajaran 2022/2023. Pengaruh tersebut dapat dilihat dari adanya perbedaan nilai antara setelah

siswa mengikuti Konseling kelompok (*pos-test*) dengan sebelum siswa mengikuti Konseling kelompok (*pre-test*). Dari hasil analisis data: nilai t-test setelah diperoleh  $t_{hitung} = 8,226$  sedangkan  $t_{tabel}$  dengan taraf signifikansi 5% pada db  $(N-1) = 12-1 = 11$  menunjukkan  $t_{hitung} = 2,201$  ini menunjukkan bahwa nilai ( $t_{hitung} > t_{tabel}$ ) yaitu ( $8,226 > 2,201$ ). Dengan demikian hipotesis alternatif diterima sedangkan hipotesis nol ditolak.

Berdasarkan kesimpulan yang diperoleh dari hasil penelitian ini, maka peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut: Bagi kepala sekolah, hendaknya lebih mengenal situasi dan kondisi dan lebih menerapkan Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* untuk mencegah sikap konformitas pada siswa. Kepada guru Bimbingan dan Konseling, hendaknya pelaksanaan Konseling *Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT)* dilakukan secara intensif dan terprogram, karena terbukti bahwa konseling *REBT* ini akan membantu siswa dalam mencegah sikap konformitas. Kepada Guru Bidang studi agar tetap memberikan bimbingan kepada siswa untuk membantu dalam mengurangi sikap konformitas pada siswa di lingkungan sekolah. Kepada peneliti selanjutnya, diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu referensi, pedoman/acuan untuk mengadakan penelitian lebih lanjut. Dan kepada diri sendiri, semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat ke depannya serta dapat diaplikasikan pada lingkungan sekolah apa bila terdapat siswa yang memiliki sikap konformitas.

#### DAFTAR PUSTAKA

Apsari, A. R., & Purnamasari, S. E. (2017). *Hubungan Antara Konformitas Dengan Perilaku Seksual Pranikah pada Remaja. Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 19(1), 1-12

Arikunto, S. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT RINEKA CIPTA.

Baron, Robert A, Byrne, Donn. 2005. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.

Hariadi Ahm dan Jessica Festi Maharani. 2023. Pengaruh Teknik Role Playing Terhadap Kontrol Diri dalam Bermedia Sosial Siswa SMP Kota Mataram Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 8 No 2 Edisi Oktober 2023. Hal 2089 – 2079. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

Hariadi Ahmad dan Aluh Hartati. 2016. *Panduan Pelatihan Self Advocacy Siswa SMP untuk Konselor Sekolah*. LPP Mandala. Mataram

Hariadi Ahmad dan Mustakim. 2022. Hubungan Kesetabilan Emosi Dengan Pengambilan Keputusan Karir Siswa Sma Negeri Kota Mataram. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 7 No 2 Edisi Oktober 2022. Hal 1664 – 1677. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

Hariadi Ahmad, Ahmad Zainul Irfan dan Dedi Ahlufahmi. 2020. *Hubungan antara Pola Asuh Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Siswa*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 5 No 1 Edisi April 2020. Hal 950 – 966. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.

- Hariadi Ahmad, Aluh Hartati dan Jessica Festy Maharani. 2020. *Pengaruh Dukungan Psikologis Awal pada Remaja dalam Pencegahan Covid 19*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 5 No 2 Edisi Oktober 2020. Hal 1091 – 1106. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.
- Hariadi Ahmad, Lidya Wurru dan Jessica Festy Maharani. 2021. *Hubungan antara Keharmonisan Keluarga dengan Perilaku Agresif pada Siswa Madrasah Aliyah Raudlatussshibyan NW Belencong*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 6 No 1 Edisi April 2021. Hal 1205 – 1212. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.
- Hariadi Ahmad. 2013. *Pengembangan Panduan Pelatihan Self Advocacy Siswa SMP*. Malang. Program Studi Bimbingan dan Konseling, Pascasarjana, Universitas Negeri Malang. (Tesis, Tidak diterbitkan)
- Hariadi Ahmad. 2021. *Hubungan Kestabilan Emosi Dengan Kontrol Diri Siswa Sekolah Menengah Pertama*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 6 No 2 Edisi Oktober 2021. Hal 1354 – 1364. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.
- Hariadi Ahmad. 2022. *Pengaruh Media Visual terhadap Sikap Kemandirian SMA di Kabupaten Lombok Barat*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 7 No 1 Edisi April 2022. Hal 1508 – 1514. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.
- Hariadi Ahmad. 2023. *Hubungan Etika Pergaulan dengan Konsep Diri Siswa SMA di Kabupaten Sumbawa Barat*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 8 No 1 Edisi April 2023. Hal 1933 – 1945. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.
- Hasrul dan Hariadi Ahmad. 2021. *Mereduksi Prasangka Etnik Siswa dengan Teknik Restructuing Cognitive Suatu Krangka Konseptual*. Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling Vol. 6 No 1 Edisi April 2021. Hal 1213 – 1222. Prodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi Universitas Pendidikan Mandalika.
- Komalasari, G., Wahyuni, E., & Karsih. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks.
- Kusno, Sutarto, Muzanni, A., Ahmad, H., Rahman, A., Hardiani, N. 2022. *Improving Content Knowledge and Technological Skill of University Instructors: A Case Study for Online Learning Implementation during and after the COVID-19 Pandemic*. Hong Kong journal of Social Sciences. Volume 59, Spring-Summer 2022, Pages 232-241. City University of Hong Kong Press.
- Mardison, S. (2016). *Konformitas Teman Sebaya Sebagai Pembentuk*

*Perilaku Individu. Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan dan Konseling Islami*, 2(1), 78-90.

- Margono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sari, W. R. (2016). *Penerapan Teknik Shaping Untuk Mengurangi Sikap Konformitas Teman Sebaya Kelas VIII SMP Negeri 1 Kerek* Doctoral dissertation, State University of Surabaya.
- Sartika, M., & Yandri, H. (2019). *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Konformitas Teman Sebaya*. Indonesian Journal of Counseling and Development, 1(1), 9-17.
- Subhan El Hafiz, Meutia Naully, Rahma Fauzia, ddk. (2018). *Psikologi Sosial: Pengantar. Dalam Teori & Penelitian*. Jakarta: Jakarta Selatan. Hak Cipta.
- Sugiyono. (2010). *Metde Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R& D*. Bandung: ALFABETA, CV.
- Sugiyono. (2013). *Metde Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R& D*. Bandung: ALFABETA, CV.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan pendekatan kuantitatif, Kualitatif, dan R&d*. Bandung: ALFABETA, cv.
- Sugiyono. (2018). *Metde Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R& D*. Bandung: ALFABETA, CV.
- Suharsimi, 2014. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.



**UNIVERSITAS PENDIDIKAN MANDALIKA**  
**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN DAN PSIKOLOGI**  
**Realita Jurnal Bimbingan dan Konseling**

Gedung Dwitiya Lt.3. Jln Pemuda 59A Mataram-NTB 83125 Tlp (0370) 638991

e-mail: [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id); web: [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

---

## PEDOMAN PENULISAN

1. Naskah merupakan hasil penelitian, pengembangan atau kajian kepustakaan di bidang pendidikan, pengajaran, pembelajaran, bimbingan dan konseling, dan Psikologi
2. Naskah merupakan tulisan asli penulis dan belum pernah dipublikasikan sebelumnya dalam jurnal ilmiah lain,
3. Naskah dapat ditulis dalam Bahasa Indonesia atau Bahasa Inggris.
4. Penulisan naskah mengikuti ketentuan sebagai berikut:

Program	MS Word	Margin kiri	3.17 cm
Font	Times New Roman	Margin kanan	3.17 cm
Size	12	Margin atas	2.54 cm
Spasi	1.0	Margin bawah	2.54 cm
Ukuran kertas	A4	Maksimum	20 halaman
5. Naskah ditulis dengan **sistematika** sebagai berikut: Judul (huruf biasa dan dicetak tebal), nama-nama penulis (tanpa gelar akademis), instansi penulis (program studi, jurusan, universitas), email dan nomor telpon penulis, abstrak, kata kunci, pendahuluan (tanpa sub-judul), metode penelitian (tanpa sub-judul), hasil dan pembahasan, simpulan dan saran (tanpa sub-judul), dan daftar pustaka.

**Judul** secara ringkas dan jelas menggambarkan isi tulisan dan ditulis dalam huruf kapital. Keterangan tulisan berupa hasil penelitian dari sumber dana tertentu dapat dibuat dalam bentuk catatan kaki. Fotocopy halaman pengesahan laporan penelitian tersebut harus dilampirkan pada draf artikel.

**Nama-nama penulis** ditulis lengkap tanpa gelar akademis.

**Alamat instansi** penulis ditulis lengkap berupa nama sekolah atau program studi, nama jurusan, nama perguruan tinggi, kabupaten/kota, dan provinsi. Penulis yang tidak berafiliasi pada sekolah atau perguruan tinggi dapat menyertakan alamat surat elektronik/email

**Abstrak** ditulis dalam 2 (dua) bahasa: Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia. Naskah berbahasa Inggris didahului abstrak berbahasa Indonesia. Naskah berbahasa Indonesia didahului abstrak berbahasa Inggris. Panjang abstrak tidak lebih dari 200 kata. Jika diperlukan, tim redaksi dapat menyediakan bantuan penerjemahan abstrak kedalam bahasa Inggris.

**Kata kunci** (key words) dalam bahasa yang sesuai dengan bahasa yang dipergunakan dalam naskah tulisan dan berisi 3-5 kata yang benar-benar dipergunakan dalam naskah tulisan.

**Daftar Pustaka** ditulis dengan berpedoman pada Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Universitas Pendidikan Mandalika.

<b>REALITA JURNAL</b>	<b>VOLUME 9</b>	<b>NOMOR 1</b>	<b>EDISI April 2024</b>	<b>P ISSN : 2503 - 1708 E ISSN : 2722 - 7340</b>
---------------------------	---------------------	--------------------	-----------------------------	--



*Alamat Redaksi.*

Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Ilmu Pendidikan dan Psikologi  
Universitas Pendidikan Mandalika  
Gedung Dwitiya, Lt. 3 Jalan Pemuda No. 59A Mataram  
Telp. (0370) 638991  
Email : [realita@undikma.ac.id](mailto:realita@undikma.ac.id)  
Web : [e-journal.undikma.ac.id](http://e-journal.undikma.ac.id)

