

ABSTRAK

Cony Anggreini. 2019. “Efektivitas Pendekatan *Rational Emotive Behaviour Therapy* Format Kelompok untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa”. Tesis. Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Kejenuhan belajar merupakan suatu kondisi di mana siswa merasa lelah baik secara fisik maupun emosional hingga mengakibatkan menurunnya kualitas belajar pada siswa. Kejenuhan belajar dapat menghambat tugas-tugas perkembangan siswa sehingga harus segera diatasi agar proses pembelajaran bisa berjalan dengan efektif. *REBT* memandang adanya keyakinan-keyakinan irasional yang akhirnya akan mengakibatkan tingkah laku yang negatif dalam proses pembelajaran. Salah satu upaya untuk mengatasi kejenuhan belajar yang dialami siswa ialah melalui pendekatan *REBT* format kelompok. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas pendekatan *REBT* format kelompok untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan *The Non Equivalent Control Group*. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 13 Padang dengan 8 siswa kelompok eksperimen dan 8 orang siswa kelompok kontrol yang terindikasi mengalami kejenuhan belajar dengan kategori tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Instrumen yang digunakan berupa skala kejenuhan belajar yang telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas penelitian. Data dianalisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dan *Kolmogorov Smirnov 2 Independent Samples*.

Temuan pada hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan *REBT* format kelompok efektif dalam menurunkan kejenuhan belajar siswa, di mana setelah diberikan perlakuan, kejenuhan belajar siswa kelompok eksperimen berada pada kategori rendah. Hal ini terlihat dari perbedaan yang signifikan skor rata-rata *posttest* antara kelompok eksperimen yang menggunakan pendekatan *REBT* format kelompok dengan kelompok kontrol yang menggunakan layanan konseling format kelompok tanpa pendekatan *REBT*.

Kata Kunci: Kejenuhan Belajar, *Rational Emotive Behaviour Therapy*.