Universitas Indonesia Library >> UI - Skripsi Membership

Efektifitas pelatihan rational emotive therapy (R.E.T.) terhadap peningkatan sel efficacy pada underachiever

Wairata, Martha C., author

Deskripsi Lengkap: https://lib.ui.ac.id/detail?id=20287096&lokasi=lokal

---

Abstrak

Underachiever menurut Worell & Stilwell (1981) adalah siswa yang berprestasi di bawah potensi kecerdasannya. Biasanya para Underachiever menghindari kompetisi, kecuali mereka bisa menang. Dalam proses, pada akhirnya mereka justru kehilangan keterampilan penting yang dibutuhkan, akibatnya mereka makin merasa tidak mampu, yang kemudian meningkatkan ketakutan gagal, dan menurunkan keyakinan akan kemampuan dirinya. Bandura (1986) mengistilahkan keyakinan seseorang akan kemampuannya ini sebagai self efficacy.

Penelitian Hanggoro (1990) membuktikan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan antara self efficacy dengan prestasi belajar. Untuk menumbuhkan self efficacy, siswa perlu dibantu untuk melihat diri mereka dengan jelas dan tepat, dengan meyakinkan siswa bahwa mereka sebenarnya mampu berprestasi di sekolah, khususnya bila memang memiliki potensi kecerdasan yang menunjang.

Pelatihan Rational Emotive Therapy (R.E.T.) merupakan alternatif usaha untuk meningkatkan self efficacy pada underachiever, yang disusun berdasarkan konsep dasar Rational Emotive Therapy dari Albert Ellis. Konsep dasar RET sendiri bertujuan untuk merubah belief (keyakinan) yang sifatnya irrasional, menjadi belief yang rasional. Pada underachiever, kurangnya keyakinan bahwa dirinya mampu merupakan suatu irrasional belief, mengingat potensi kecerdasan yang dimiliki. Dengan diberikannya pelatihan RET ini, diharapkan keyakinan akan kemampuan diri mereka menjadi lebih meningkat, dengan menerapkan konsep-konsep dasar dari Ellis yang pada intinya bertujuan menyerang pemikiran irrasional dengan cara menentangnya sehingga akhirnya menimbulkan insight pada diri subyek bahwa pemikirannya tersebut salah, dan mengakibatkan subyek memutuskan untuk mengganti pernikirannya menjadi rasional.

Sampel penelitian dipilih dari kelompok mahasiswa Fakultas Psikologi UI angkatan 1997 yang saat ini terancam drop out. Untuk memastikan potensi kecerdasannya, kepada subyek diberikan tes Advanced Progressive Matrices (APM). Sedangkan untuk mengukur self efficacy tiap subyek , diberikan skala self efficacy. Untuk melihat efektif atau tidaknya pelatihan ini, dilakukan studi dengan desain eksperimen one group pretest-posttest design. Dalam desain ini dilakukan pembandingan skor self efficacy tiap subyek peserta pelatihan, sebelum dan sesudah pelatihan diberikan. Di samping itu, dilakukan juga evaluasi kualitatif dengan memberikan pertanyaan terbuka kepada seluruh peserta pelatihan tentang ada/tidak-nya manfaat pelatihan bagi diri mereka.

Dari hasil pengolahan data disimpulkan bahwa pelatihan RET terbukti efektif meningkatkan self efficacy pada underachiever. Kesimpulan ini diperkuat dengan hasil analisa data secara kualitatif terhadap jawaban-jawaban subyek pada pertanyaan terbuka. Namun demikian, penafsiran terhadap hal ini relatif terbatas, menimbang jumlah sampel yang relatif sedikit, dengan karakteristik sampel yang khas, yaitu berasal dari Jakarta dan sekitarnya. Untuk melihat efektivitas pelatihan ini lebih lanjut dapat dilakukan beberapa alternatif studi, antara lain studi pada populasi yang sama dengan jumlah sampel lebih banyak, studi pada populasi sama dengan karakteristik masalah yang berbeda, serta studi pada kelompok populasi lain.