

**Penerapan pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*)
dalam Meningkatkan Motivasi Belajar**

Zamila Wavia

UIN AR-RANIRY, Aceh, Indonesia

Email: zamilawavia17@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini mengeksplorasi pentingnya penerapan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) dalam meningkatkan motivasi belajar siswa. Motivasi belajar yang tinggi merupakan faktor krusial yang memengaruhi kinerja siswa dalam proses pembelajaran. Ketika siswa merasa termotivasi, mereka cenderung belajar dengan lebih giat, tekun, dan dapat berkonsentrasi penuh pada materi yang dipelajari. Inisiatif untuk mendorong motivasi belajar di lingkungan sekolah menjadi sangat penting dalam upaya meningkatkan efektivitas pendidikan. Dalam konteks ini, REBT muncul sebagai salah satu pendekatan yang berpotensi efektif dalam membantu siswa mengoptimalkan potensi mereka dalam belajar. Metode analisis isi digunakan dalam penelitian ini untuk mengumpulkan dan menganalisis data dari berbagai sumber yang relevan, dengan fokus pada konsep REBT dan motivasi belajar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan REBT mampu mengubah pemikiran irasional menjadi rasional, meningkatkan kepercayaan diri, dan mencapai kesejahteraan psikologis, yang semuanya merupakan faktor penting dalam memotivasi siswa untuk belajar. Melalui penerapan REBT, siswa yang awalnya memiliki motivasi rendah dapat mengalami peningkatan motivasi dan kinerja belajar mereka. Dengan demikian, pendekatan ini memiliki dampak positif yang signifikan pada prestasi akademik siswa. Ini menunjukkan bahwa REBT bukan hanya relevan dalam konteks pengembangan pribadi, tetapi juga dalam konteks pendidikan, di mana motivasi belajar memainkan peran kunci dalam kesuksesan akademik siswa. Dengan demikian, integrasi REBT dalam lingkungan pendidikan dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan motivasi belajar dan prestasi siswa secara keseluruhan.

Kata kunci: *Emotif Behaviour Therapy (REBT)*, Motivasi belajar

PENDALUAN

Motivasi belajar siswa berkaitan erat dengan keterampilan dan kemampuan seorang guru dalam menumbuhkannya. Oleh sebab itu ketika siswa memiliki motivasi belajar yang baik, tujuan dari proses pembelajaran dalam kelas dapat dikatakan sukses. Tujuan belajar yang mampu diraih oleh siswa adalah hasil dari sebuah motivasi. Usaha yang dilakukan untuk meraih sebuah keberhasilan belajar disebut dengan motivasi. keberhasilan belajar ini dapat berupa sebuah prestasi untuk orang lain maupun diri sendiri, (Hapsyah, Handayani, Marjo & Hanim, 2019).

Tujuan dari kegiatan belajar di sekolah adalah pencapaian prestasi yang gemilang, yakni pencapaian prestasi yang seoptimal mungkin yang mampu di raih oleh setiap peserta didik sesuai dengan kemampuannya masing-masing. Dan untuk itu, diperlukan berbagai

macam kondisi dan situasi yang mampu mendukung demi tercapainya tujuan, Hariyanti (2014). Menurut Bahrudin (Hapsyah, Handayani, Marjo & Hanim, 2019), salah satu bagian penting dalam proses pembelajaran adalah motivasi. Perasaan senang, tumbuhnya rasa semangat dan gairah dalam belajar merupakan salah satu peran yang ada dalam motivasi. Perlu adanya sebuah motivasi yang diberikan ketika proses pembelajaran berlangsung.

Pendekatan Rational Emotive Behavioral Therapy (REBT) dapat meningkatkan motivasi belajar siswa. REBT merupakan cara pandang berbasis manusia yang menjelaskan bahwa individu cenderung berpikir irasional yang salah satunya diperoleh melalui pembelajaran sosial. Berpikir irasional berarti orang cenderung berperilaku buruk, kurang aktualisasi diri, dan mengalami emosi negatif yang diwujudkan dalam bentuk perilaku negatif.

Sebaliknya, berpikir rasional erat kaitannya dengan hal-hal positif seperti kemampuan individu dalam menerima dirinya, berhasil mengaktualisasikan diri, dan menghargai dirinya. Rational Emotional Behavior Therapy (REBT) bertujuan untuk menghilangkan gangguan emosi yang dapat merugikan individu, seperti Kecemasan, kebencian, ketakutan, kegelisahan, dan kemarahan.

Salah satu faktor yang mempengaruhi pentingnya penerapan REBT untuk motivasi belajar siswa. Siswa yang termotivasi, akan belajar lebih giat, tekun dan berkonsentrasi penuh pada pembelajaran dan proses pembelajaran. Mendorong motivasi belajar di sekolah merupakan salah satu hal yang perlu diperkuat dalam inisiatif pembelajaran di sekolah. REBT dalam meningkatkan motivasi belajar merupakan upaya untuk membantu siswa/peserta didik dalam mengoptimalkan dan mengembangkan potensi yang dimilikinya. Artinya siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi tentu saja menghabiskan waktu belajar lebih banyak dibandingkan siswa yang kurang termotivasi belajar. Siswa yang memiliki motivasi belajar yang tinggi akan menyelesaikan tugasnya dengan semangat dan tidak ragu untuk mengumpulkan tugas. Mereka mempunyai keinginan belajar yang kuat dan tidak mudah menyerah meskipun menemui kesulitan dalam menyelesaikan suatu tugas.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penulisan artikel ini adalah kajian literature. Kajian literature ialah dimana penulis melakukan studi kepustakaan terkait variabel yang dibahas (Handayani, 2019). Hasil ditampilkan dalam bentuk penjabaran literatur dan argumentasi

dan penulis. Adapun teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan metode mencari data, yaitu mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, buku, makalah atau artikel atau informasi lainnya yang dianggap relevan dengan penelitian atau kajian. Sedangkan teknik analisis data yang digunakan yaitu Metode analisis isi (content analysis) dimana dalam analisis isi peneliti akan melakukan proses memilih, membandingkan, menggabungkan, memilah berbagai pengertian, hingga ditemukan yang relevan. Teknik pengumpulan datanya dilakukan melalui proses pencarian pada *google scholar* dalam rentang waktu peenerbitan 5 tahun terakhir, yakni tahun 2019-2024 dengan menggunakan kata kunci *Emotif Behaviour Therapy* (REBT), Motivasi belajar. Setelah data terkumpul, proses selanjutnya yakni melakukan proses review artikel untuk menyesuaikan dengan topik penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. *Rational Emotive Behavior Theraphy* (REBT) dan Motivasi Belajar

Pendekatan *Rational Emotive Behavior Theraphy* (REBT) merupakan pendekatan Behavior kognitif yang menekankan pada keterkaitan antara perasaan, tingkah laku dan pikiran, Seplyana (2019). Pada Rational Emotif Behaviour Therapy (REBT) ini bertujuan untuk menghilangkan gangguan emosional yang dapat merusak diri individu seperti: cemas, benci, takut, rasa bersalah dan marah yang mengakibatkan individu berpikir irrasional dan melatih individu agar mampu menghadapi kenyataan hidup secara rasional dan membangkitkan kepercayaan dirinya dan kemampuan diri individu, (Faizah, 2018). Apabila motivasi belajar siswa yang kurang terus menurun maka akan berdampak buruk bagi dirinya. Dampak terburuk yang dapat terjadi adalah siswa tidak dapat naik kelas dan tidak dapat mengembangkan keterampilan yang dimilikinya secara maksimal.

Teori REBT membagi empat keyakinan irasional dan empat keyakinan rasional. Ada 3 tuntutan berbeda pada diri kita sendiri, orang lain, dan kehidupan. Tuntutan merupakan akar dari keyakinan irasional lainnya, seperti keyakinan bahwa siswa akan sangat menderita, keyakinan bahwa siswa tidak dapat mentolerir rasa frustrasi, dan keyakinan bahwa siswa pasti akan mengalami depresi.

Terdapat beberapa penelitian mengenai keefektifan penerapan pendekatan REBT untuk meningkatkan motivasi belajar siswa yang dilakukan oleh beberapa peneliti yang diantaranya ialah penelitian yang dilakukan Hapsyah, Handayani, Marjo, & Hanim (2019)

dengan judul Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar. Hasil penelitian yang dilakukan pada adalah dengan menggunakan pendekatan REBT dapat meningkatkan motivasi belajar siswa yang motivasinya rendah. Teorinya adalah manusia dianggap mampu berpikir rasional dan irasional. Berpikir rasional erat kaitannya dengan hal-hal positif seperti penerimaan diri, keberhasilan aktualisasi diri, dan kemampuan individu dalam menghargai diri sendiri. Sebaliknya, pemikiran irasional adalah kebalikannya siswa tidak mampu menghargai diri sendiri, tidak mampu mencapai aktualisasi diri, dan cenderung memiliki emosi negatif yang bermanifestasi dalam bentuk tindakan negatif.

Motivasi belajar siswa dapat muncul dikarenakan adanya faktor-faktor yang mempengaruhinya, mulai dari faktor eksternal dan juga faktor internal. Faktor internal adalah faktor yang muncul dari dalam diri sendiri seperti faktor fisik maupun psikis. Motivasi eksternal ialah motivasi yang muncul luar diri seperti kerabat, keluarga dan juga guru, faktor ini juga telah terbukti mampu memenuhi kebutuhan psikologis masyarakat dan berkorelasi positif dengan prestasi akademik siswa. Perilaku dan keterampilan peserta didik yang berasal dari dalam diri merupakan faktor penentu keberhasilan belajar dan dapat juga dibantu oleh faktor eksternal atau dorongan eksternal untuk meningkatkan motivasi belajar dengan mengubah gaya belajar menjadi lebih nyaman untuk dilakukan (Fath & Sugito, 2021).

Adapun aspek rasa ingin tahu yang diteliti ialah 1) ketertarikan terhadap bahan dan materi yang disampaikan dan 2) mengajukan pertanyaan terhadap materi yang diajarkan sehingga dengan demikian dapat diartikan bahwa mahasiswa mampu memiliki keberanian dalam mengajukan pertanyaan sehingga tercipta pembelajaran yang aktif dan tercipta pembelajaran dua arah tidak hanya satu arah. Motivasi lainnya berkaitan dengan semangat dalam belajar, motivasi dan semangat belajar mempunyai hubungan yang sangat penting pada kegiatan pembelajaran, ini menunjukkan bahwa baik dosen dan mahasiswa harus menunjukkan semangat yang tinggi pada setiap kegiatan pembelajaran, semangat pendidik dalam mengajar siswa berhubungan erat dengan minat siswa yang belajar.

Motivasi juga menghasilkan kemandirian, dimana kemandirian dalam belajar menjadi hal yang juga penting dalam menggali setiap aspek yang akan dipelajari, Beberapa penelitian telah menjelaskan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kemandirian belajar dengan hasil belajar baik dalam pembelajarn langsung maupun dalam pembelajaran jarak jauh (Nurhayati, 2019). Efek dari motivasi lainnya berupa kesiapan mahasiswa, yang

mana antusias dan siap dalam mahasiswa dalam menjawab. Pantang menyerah juga menjadi efek motivasi yang dihasilkan serta kunci utama setiap mahasiswa untuk mendapatkan hasil terbaik. Hal lain yang menjadi efek dari motivasi adalah percaya diri, dari hal tersebut mahasiswa mampu percaya diri dalam mengerjakan tugas.

B. Langkah-Langkah Pendekatan Teknik REBT Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar

Menurut (Cahyawulan et al., 2019), “Pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) merupakan pendekatan perilaku kognitif yang menekankan pada hubungan antara emosi, perilaku, dan pikiran, salah satunya adalah pembelajaran sosial. Manusia mempunyai kemampuan untuk belajar secara irasional. Pendekatan ini menggunakan banyak teknik pendekatan konseling REBT.

Beberapa teknik tersebut dapat dibagi menjadi tiga aspek: kognitif, afektif, dan perilaku. Berikut teknik yang dapat digunakan dalam Konseling REBT (Wahyunietal., 2022).

1.) Teknik Kognitif

a.) *Dispute* Kognitif

Merupakan suatu upaya untuk mengubah keyakinan irasional konseli melalui teknik bertanya (*questioning*), antara lain pertanyaan untuk membuat argument logis, pertanyaan untuk menguji kenyataan (*reality testing*), pertanyaan untuk pragmatic disputation

b.) Analisis rasional.

Teknik untuk mengajari klien bagaimana mengidentifikasi dan mendiskusikan keyakinan irasional.

c.) *Dispute standart* ganda

Mengajarkan siswa untuk memahami dan menantang standar ganda ketika menyangkut dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungan di sekitarnya.

d.) Skala bencana, tingkat kontribusi 100%.

Urutkan persentase kejadian menyakitkan dari yang tertinggi hingga terendah.

e.) *Devil's advokat* atau pembalikan peran rasional

Suatu teknik yang meminta pencari nasihat untuk memainkan peran sebagai pencari nasihat yang rasional.

- f.) Klien membandingkan keyakinan irasional konselor dengan keyakinan rasional yang diungkapkan secara verbal.
- g.) Membingkai ulang, mengevaluasi kembali, dan mengubah pemikiran klien tentang apa yang menyebabkan kekecewaan dan ketidaknyamanan.

2.) Teknik Emosional

- a.) Imajinasi argumentasi: Konselor meminta para pihak membayangkan kembali situasi yang dimaksud dan melihat apakah emosi dan suasana hati mereka telah berubah.
- b.) Peta regulasi emosi memuat dua kategori emosi yang paralel. yaitu, emosi yang pantas atau tidak merusak diri sendiri dan emosi yang tidak pantas atau merusak diri sendiri.
- c.) Prediksi waktu. Klien diminta membayangkan kejadian tidak menyenangkan yang terjadi saat ini, kemudian membayangkan kejadian tersebut terjadi seminggu, sebulan, atau enam bulan dari sekarang. Hal ini membantu klien menyadari bahwa hidup mereka terus berjalan dan penyesuaian perlu dilakukan.
- d.) Teknik berlebihan. Minta klien untuk membayangkan peristiwa yang paling menyakitkan atau menakutkan dan kemudian membesarkannya ke tingkat tertinggi dengan tujuan agar klien dapat mengendalikan kekuatannya.

3.) Teknik Perilaku

- a.) Perilaku argumentatif yang memberikan kesempatan pada klien untuk memunculkan pemikiran-pemikiran irasional dan mengalami kejadian-kejadian yang menantang keyakinannya.
- b.) Bermain peran: Peran klien adalah melakukan perilaku baru yang konsisten dengan keyakinan rasionalnya.
- c.) Membalikkan peran rasional, dimana penasihat mengambil peran sebagai orang yang tidak rasional dan meminta pencari nasihat untuk mengambil peran sebagai orang yang memiliki keyakinan rasional. Klien melawan keyakinan irasional konselor dengan keyakinan yang diungkapkan secara verbal.

- d.) Pengalaman langsung, dimana klien secara sadar menempatkan dirinya pada situasi yang menakutkan. Proses ini dicapai dengan merencanakan dan menerapkan keterampilan koping yang telah dipelajari sebelumnya.
- e.) Menyerang rasa malu dan beradaptasi dengan kekuatannya dengan secara sadar bertindak dengan cara yang menimbulkan dan mengundang ketidaksetujuan Lingkungan. Dalam hal ini, orang yang mencari nasihat diajarkan untuk mengendalikan dan mencegah perasaan malu.

4.) Teknik pemberian pekerjaan rumah.

Suatu teknik yang dilakukan dalam bentuk pekerjaan rumah atau tugas untuk melatih, membiasakan dan menginternalisasikan nilai-nilai tertentu yang memerlukan perilaku yang diharapkan. Pekerjaan rumah yang diberikan memungkinkan siswa mempelajari materi tertentu dan melakukan latihan tertentu berdasarkan tugas untuk mengurangi atau menghilangkan pikiran dan perasaan yang tidak rasional dan tidak logis serta mengubah aspek kognisi yang tidak sesuai. Ada tiga fase yang dapat digunakan untuk mengimplementasikan REBT, yaitu fase awal, fase perantara, dan fase akhir.

a.) Tahap awal (*beginning stage*)

Dalam tahapan ini terapi diarahkan untuk membangun hubungan untuk mengakrabkan dan kesepahaman untuk menjadi dasar dalam terapi untuk berikutnya.

b.) Tahap tengah (*middlestage*)

Di tahap kedua ini merupakan tahap yang menyita banyak tenaga dan tenaga karena terapis dan klien harus dapat mengidentifikasi masalah dan sekaligus menyelesaikan masalah tersebut.

c.) Tahap Akhir Tahap

Tahapan ini merupakan tahap akhir yang dilakukan oleh terapis, yaitu dimana konselor mengkhiri sesi konselingnya tersebut.

C. Pendekatan Teknik REBT dalam Meningkatkan Motivasi Belajar

Menerapkan pendekatan REBT untuk memotivasi siswa dalam belajar. Menurut Slamet, pengertian belajar adalah proses upaya individu untuk mencapai perubahan baru dalam perilaku kolektifnya sebagai hasil interaksinya sendiri dengan lingkungan.

Salah satu bagian penting dalam proses belajar adalah motivasi. Merasakan kegembiraan dan meningkatkan semangat serta gairah selama belajar merupakan salah satu

peran motivasi. Oleh karena itu, motivasi sangat diperlukan ketika proses pembelajaran berlangsung. Rendahnya motivasi belajar disebabkan oleh persepsi siswa terhadap dirinya sendiri ditinjau dari kemampuan dan keberhasilan belajarnya. Hal ini dapat berdampak negatif jika persepsi kognitif yang ada dalam pikiran mereka adalah persepsi negatif. Mereka adalah siswa yang mempunyai banyak tenaga untuk belajar dan mempunyai motivasi yang tinggi. Artinya, siswa yang bermotivasi tinggi mempunyai waktu lebih banyak untuk belajar. Dibandingkan dengan siswa lain yang mempunyai motivasi belajar yang rendah. Siswa yang termotivasi berkeinginan untuk menyelesaikan tugas dengan cepat dan tidak suka menunggu tugas menumpuk atau menunda-nunda. Mereka sangat bersemangat untuk belajar dan pantang menyerah meskipun menemui kesulitan dalam menyelesaikan suatu tugas. Motivasi belajar siswa erat kaitannya dengan keterampilan dan kemampuan gurunya.

Secara umum pendekatan REBT Setting kelompok efektif untuk meningkatkan kontrol diri siswa dalam pencegahan penyalahgunaan narkoba REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) dapat menjadi pendekatan yang efektif dalam membantu siswa dalam belajar untuk mengubah pemikiran irasional menjadi rasional, meningkatkan kepercayaan diri, mengatasi masalah emosional, dan mencapai kesejahteraan psikologis.

Saat siswa memiliki motivasi rendah maka dengan penggunaan pendekatan REBT dapat menjadikan siswa memiliki motivasi yang tinggi untuk belajar karena teori ini memandang manusia adalah makhluk yang memiliki pemikiran rasional dan irrasional.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian dan pembahasan di atas, REBT merupakan pandangan berbasis manusia yang dapat menjelaskan bahwa individu cenderung berpikir tidak rasional. Disimpulkan dapat meningkatkan motivasi. Dari jumlah tersebut, siswa bisa mendapatkannya melalui ilmu sosial, pikiran irasional adalah kurangnya aktualisasi diri seseorang dan kecenderungan memendam emosi negatif yang bermanifestasi sebagai perilaku negatif. Pemikiran rasional dikaitkan dengan aspek positif seperti penerimaan diri, pencapaian pribadi, dan pemeliharaan diri. *Rational Emotive Behavioral Therapy* (REBT) bertujuan untuk mengatasi gangguan emosi seperti kecemasan, kebencian, ketakutan, dan kemarahan yang dapat menimbulkan kerugian pada individu.¹

¹ Amalia dkk., "Efektivitas Self Esteem Dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Pada Kesehatan Mental Remaja Yatim Di Desa Pulukan, Bali."

Motivasi memengaruhi prestasi siswa, karena dengan motivasi yang tinggi, mereka belajar dengan lebih gigih dan fokus. REBT dapat digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar siswa dengan memperkuat potensi mereka. Penelitian menunjukkan bahwa dengan menggunakan pendekatan REBT, siswa yang awalnya memiliki motivasi rendah dapat meningkatkan motivasi dan kinerja belajar mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Meila, Erlina Rita Sahara, Dwi Latifa Rizqina, dan Ani Qotuz Zuhro'Fitriana. *"Efektivitas Self Esteem Dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Pada Kesehatan Mental Remaja Yatim Di Desa Pulukan, Bali."* *Jurnal Ekonomika Dan Bisnis* 3, no. 2 (2023): 289–94.
- Dryden, Windy, dan Michael Neenan. *Rational emotive behaviour therapy: 100 key points and techniques*. Routledge, 2020. <https://api.taylorfrancis.com/content/books/mono/download?identifierName=doi&identifierValue=10.4324/9781003132493&type=googlepdf>.
- Fitriyani, Yani, Irfan Fauzi, dan Mia Zultrianti Sari. *"Motivasi belajar mahasiswa pada pembelajaran daring selama pandemik covid-19."* *Jurnal Kependidikan: Jurnal Hasil Penelitian dan Kajian Kepustakaan di Bidang Pendidikan, Pengajaran dan Pembelajaran* 6, no. 2 (2020): 165–75.
- Hapsyah, Dina Rahmawati, Riska Handayani, Happy Karlina Marjo, dan Wirda Hanim. *"Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar."* *Jurnal Selaras: Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan* 2, no. 1 (2019): 23–33.
- Harahap, Amir Hamzah, Chofifah Khairi Ananda, Ira Masthura Aziz, dan Dwi Septiani. *"PENDEKATAN REBT (RASIONAL EMOTIVE BEHAVIO*

- THERAPHY) UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA.” Al-Mursyid: Jurnal Ikatan Alumni Bimbingan dan Konseling Islam (IKABKI)* 4, no. 1 (2022).
<https://jurnaltarbiyah.uinsu.ac.id/index.php/almursyid/article/view/1248>.
- Muhadi, M. “EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGANMENGUNAKAN TEKNIK RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPHY (REBT) UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR PADAPESERTA DIDIK KELAS VIII DI SMP NEGERI 8BANDAR LAMPUNG TAHUN PELAJARAN 2016/2017.” PhD Thesis, UIN Raden Intan Lampung, 2017.
<http://repository.radenintan.ac.id/id/eprint/2518>.
- Mu’jizah, Dwi Sari. “Motivasi belajar pada anak keluarga broken home di SMK Piri 1 Yogyakarta.” *Jurnal riset mahasiswa bimbingan dan konseling* 5, no. 7 (2019): 410–17.
- Nurlia, Nurlia, Yusminah Hala, Rachmawaty Muchtar, Oslan Jumadi, dan Mushawwir Taiyeb. “Hubungan antara gaya belajar, kemandirian belajar, dan minat belajar dengan hasil belajar biologi siswa.” *Jurnal Pendidikan Biologi* 6, no. 2 (2017): 321–28.
- Purnaningsih, Felisitas. “Motivasi Belajar Remaja yang Mengalami Broken Home.” *Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling, Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sanata Dharma*, 2016.
- Purwanto, Purwanto. “Pengaruh Konsekuensi Perilaku Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar.” *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan* 13, no. 69 (2007): 1025–40.
- Sardiman, Arief M. “Interaksi dan motivasi belajar mengajar,” 2019.
- Seplyana, Desy. “Implementasi Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Dalam Membantu Mengatasi Kebiasaan Terlambat

Siswa Sma Negeri 6 Model Lubuklinggau.” El-Ghiroh: Jurnal Studi Keislaman 17, no. 02 (2019): 25–43.

Yanti, Laras Melinda, dan Salsabila Maharani Saputra. “*Penerapan Pendekatan Rebt (Rasional Emotive Behavior Theraphy) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa.*” *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)* 1, no. 6 (2018): 247–54.

Zulhendri, Zulhendri, Yusri Wahyuni, dan Mega Iswari. “*Peran bimbingan dan konseling dalam meningkatkan motivasi belajar matematika pada siswa kelas vii smpn 3 pekanbaru.*” *Jurnal Pendidikan Tambusai* 6, no. 1 (2022): 8043–50.