



Implementasi *Rational Emotive Behavior Therapy* pada Orangtua dalam Mendampingi Anak Belajar Masa Covid-19

Sela Pebriyanti*✉

* UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Diterima: 27 06 2020 :: Disetujui: 30 06 2020 :: Publikasi online: 30 06 2020

Abstrak Saat ini Indonesia sedang berjuang melawan Covid-19, dalam mengantisipasi penyebaran lebih banyak pemerintah menerapkan berbagai upaya salah satunya terkait dengan sistem pembelajaran yang biasanya aktivitasnya dilakukan di sekolah kampus atau lembaga pendidikan lainnya kini pembelajaran tersebut untuk sementara waktu di rumah kan atau belajar di rumah dalam hal ini tentu saja peran orang tua dalam mendampingi belajar anak sangat dibutuhkan. namun terkadang khususnya ibu sering bingung dalam membagi waktu untuk selalu mendampingi anak belajar, terlebih ia harus mengurus keperluan keluarga sehingga tidak jarang respon yang ditunjukkan terhadap anak kurang baik. Penelitian ini berfokus pada respon seorang ibu rumah tangga dalam mendampingi belajar anak masa covid-19. Adapun pendekatan yang digunakan penelitian ini rasional emotif *behavior therapy*. Dalam proses penelitian peneliti menggunakan metode kualitatif deskriptif. tujuan penelitian ini yakni agar dapat mengetahui implementasi REBT terhadap orang tua dalam mendampingi belajar anak masa covid-19. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan REBT ketika di implementasikan cukup membuat perubahan terhadap perilaku serta rasionalitas atau pola pikir dalam mendampingi belajar anak.

Kata kunci: Implementasi REBT, pendampingan orangtua

Abstract Currently Indonesia is struggling against Covid-19, in anticipation of the spread of more governments, implementing various efforts, one of which is related to the learning system that is usually carried out in campus schools or other educational institutions. Now the learning is temporarily at home or at home learning this is of course the role of parents in assisting children's learning is needed. but sometimes especially mothers are often confused in allocating time to always accompany the child to learn, especially he must take care of family needs so that it is not uncommon for the response shown to children to be less good. This research focuses on the response of a housewife in assisting the learning of children in the co-19 period. The approach used in this study is rational emotive behavior therapy. In the research process researchers used descriptive qualitative methods. the purpose of this study is to be able to know the implementation of REBT towards parents in assisting the learning of children in the co-19 period. The results showed that the use of REBT when implemented sufficiently made changes to the behavior and rationality or mindset in assisting children's learning.

Keywords: REBT implementation, parental assistance

Pendahuluan (Introduction)

Negara Indonesia dan beberapa Negara lainnya sedang berjuang melawan virus Corona. Dilansir dari kompas.com WHO mengatakan covid-19 merupakan salah satu penyakit yang menular secara cepat. virus ini ditandai dengan gangguan pernapasan baik ringan maupun sedang (Kompas.com). Arum Sutrisni putri, Minggu 22 Maret 2020. Indonesia menjadi salah satu negara yang terkena virus tersebut. Virus ini telah memakan korban jiwa yang tidak sedikit dalam mengantisipasi penularan atau pencegahan virus untuk tidak menjadi semakin banyak tentunya pemerintah melakukan berbagai cara agar tentunya mengurangi penyebaran virus semakin luas. Dilansir dari liputan6.com presiden Joko Widodo pada tanggal 15 Maret 2020 di

istana kepresidenan Bogor berbicara mengenai covid-19, dengan menghimbau kebiasaan untuk masyarakat Indonesia agar tetap berada dirumah dan juga bekerja dari rumah dengan memanfaatkan teknologi sehingga mampu mengatasi penyebaran Covid-19. Hal ini juga berlaku bagi mahasiswa dan pelajar, memanfaatkan sosial media atau teknologi dalam belajar pada masa pandemik ini. (liputan6.com)

Dalam sistem pembelajaran yang dilakukan di rumah karena masa pandemic ini. Khususnya bagi anak-anak tentunya peran orang tua sangat dibutuhkan dalam pendampingan atau mengawasi ketika anaknya belajar. Meski pada dasarnya ketika belum ada wabah ini pun sudah seharusnya orang tua selalu ada untuk mendampingi anaknya hanya saja yang membedakan yakni sebelumnya mereka belajar di sekolah dan dibimbing oleh guru sehingga sebagai orang tua tentunya akan merasa sangat terbantu terlebih apabila orang tua mempunyai kesibukan dan tidak selalu bisa mendampingi anaknya belajar sehingga tidak jarang mereka mendatangkan guru privat ke rumah karena mereka menyadari bahwa pendidikan memang sangatlah penting.

Dalam mendukung dan mendorong pendidikan anak menjadi lebih baik peran orang tua sangat diperlukan. Pendampingan orang tua terhadap anak akan pendidikan menurut Emi tidak diragukan lagi. Akbar mengungkapkan bahwa pendampingan orang tua dalam proses pendidikan anak dalam hal belajar mampu memberikan dampak positif seperti semangat anak dalam belajar akan berkembang maka peran kedua orang tua menduduki peringkat paling atas terhadap kesuksesan pembelajaran bagi anak (Fajar ahmad Dwi Prasetyo, 2018, p. 13).

Dalam proses pendampingan belajar tentunya orang tua tidak serta merta dapat selalu menemani anaknya belajar khususnya seorang ibu, karena kesibukan sebagai ibu rumah tangga yang mengurus keperluan keluarga seperti suami dan anak-anak dan mengurus makan dan tentunya terkadang tidak sempat menemani anaknya belajar.

Metode

Artikel ini menggunakan penelitian kualitatif dengan subjek ibu rumah tangga di desa negeri ratu kecamatan pubian kabupaten Lampung tengah. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Analisis data menggunakan model Milles and Huberman.

Hasil Penelitian dan Analisis (Result and Analysis)

Pendekatan yang digunakan dalam upaya pemberian bantuan terhadap ibu DA terkait dengan permasalahan yang sedang ia rasakan maka dalam hal ini pendekatan yang digunakan yaitu terapi *rational emotive behavior therapy*, agar klien mampu selalu memiliki pikiran yang rasional serta mampu menunjukkan perilaku yang sebaik-baiknya dalam mendampingi anaknya belajar masa covid-19. Dengan demikian saya tentunya sangat mengharapkan agar klien saya mampu memiliki pikiran yang rasional serta perilaku yang seharusnya.

Rational Emotive Behavior Therapy (REBT)

Pendekatan rasional emotif behavior terapi adalah pendekatan behavior kognitif yang menekankan pada indikator perasaan, tingkah laku dan pikiran. Rasional emotif behavior terapi diusung oleh seorang tokoh yaitu Albert Ellis ia mengatakan bahwa manusia adalah individu yang memiliki pikiran rasional dan irasional. Dua kategori ini bisa didapatkan melalui proses belajar (Sondi Silalahi, 2018, p. 33). Konsep dasar REBT dikenal dengan rumus abc. Dimana a yang dimaksud adalah attention even dan b adalah believe, emotional konsekuensi sebagai c. Dari abc kemudian dilanjutkan d sebagai disputing kedudukannya sebagai penerapan konseling guna membantu klien dalam menyelesaikan permasalahannya. Tujuan dari disputing ini menantang keyakinan irasional klien. Setelah disputing dilakukan maka akan menghasilkan efek yaitu hasil dari a b c dan d (Yessi Ari Estiani Sutopo, 2017, pp. 15–16). REBT bertujuan membantu individu memahami bahwa hidup harus dengan pikiran rasional dan lebih produktif dan mengajarkan untuk mengoreksi kesalahan pikiran dan mereduksi emosi yang salah,

membantu individu mengubah kebiasaan berpikir dan bertindak laku irasional. Lebih spesifiknya rebt bertujuan agar individu dapat menikmati hidup dalam hal memiliki minat diri, dinas sosial, pengetahuan diri, toleransi, fleksibel, memiliki penerimaan, dapat menerima ketidakpastian, dapat menerima diri sendiri, dapat mengambil resiko, dan mampu memilih harapan yang realistis (Indah Purwati, 2016, pp. 13–14).

Peran dan Fungsi Konselor

Konselor pendekatan ini berperan sangat penting dalam pelaksanaan konseling, yaitu: (a) Mengedukasi konseli dengan banyak bercerita dan menjelaskan apa yang sedang dialami oleh konseli. (b) Menentang kepercayaan-kepercayaan konseli yang irasional secara jelas dan langsung. (c) Menantang konseli menggunakan pemikiran rasionalnya. (d) Secara terus-menerus meyakinkan bahwa keyakinan irasional itulah yang menyebabkan konseli mendapatkan masalah. (e) Memberi semangat konseli dengan pendekatan yang dapat memperbaiki cara berfikirnya (Achmad Miftahudin, 2019, pp. 40–41).

Peran orangtua

Keluarga merupakan aktor utama yang berperan dalam mempengaruhi kehidupan seorang anak. Kedudukan dan posisi ini bersifat fundamental sekali karena keluarga sebagai wadah untuk membentuk watak karakter dan akhlak bagi setiap anak. Pada umumnya kata orang tua adalah orang yang dituakan namun orang tua di mata masyarakat diartikan sebagai orang yang telah melahirkan kita yaitu ibu dan bapak sebagai pusat kehidupan bagi anak sehingga setiap reaksi emosi anak dan tingkah laku atau pikirannya adalah hasil dari ajaran yang diterima anak dari orang tuanya disinilah letak peranan terpenting pengaruh dari setiap orang tua (Abdul Wahib, 2015). Idealnya semua orang tua didunia memiliki peran dan tanggung jawab terhadap tugas pertumbuhan dan perkembangan anaknya. Mulai dari melahirkan, mengasuh, dan membesarkan (Anif Rahmawati, 2019, p. 23). Diketahui bahwa orang tua memegang peran penting yang dapat mempengaruhi keberhasilan setiap anak oleh karena itu orang tua memiliki kewajiban untuk mendidik dan sebagai madrasah ula dalam tumbuh kembangnya anak (Ni'mah, 2016, p. 17). Tugas penting orang tua yaitu mendampingi anaknya sebagaimana salah satu faktor dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak adanya pendampingan sangat berpengaruh terhadap tingkah laku yang ditampilkan oleh anak dalam belajar. Motivasi belajar dari orang tua mampu meningkatkan kan anak untuk mengikuti kegiatan pendidikan hal ini diciptakan apabila terjadi ikatan emosional batin antara orang tua dan anak seperti hubungan yang dibangun dalam rumah (Fajar ahmad Dwi Prasetyo, 2018, p. 16). Secara lebih dijelaskan pada tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1. Peran Orangtua dalam Mendampingi Belajar Anak

Nama	ibu DA (nama panggilan)
Alamat	Desa Negeri Ratu, Kecamatan Pubian, Kabupaten Lampung Tengah
Usia	40 tahun
Pekerjaan	ibu rumah tangga
Jumlah anak	3 (bersaudara) Anak pertama usia 15 tahun (SMP) Anak kedua usia 12 tahun (SD) Anak ketiga usia 6tahun (TK)
Registrasi klien	dari observasi langsung kondisi di desa yang di mana karena adanya wabah covid-19 ini, mau tidak mau terpaksa beberapa kegiatan harus dilakukan di rumah agar terhindar dari virus tersebut. Salah satunya yakni sekolah-sekolah harus terpaksa di dialihkan untuk belajar di rumah. berangkat dari hal inilah yang membuat konselor berinisiatif untuk melakukan komunikasi yang lebih intens terhadap orang tua khususnya ibu dalam hal mendampingi anak belajar di rumah masa covid-19 ini
Latar belakang masalah	adanya virus Corona yang sedang terjadi di Indonesia tentunya cukup meresahkan dan membuat sedih terlebih virus ini sangat mudah dalam

penularannya. Covid-19 ini sudah menelan beberapa korban jiwa dan demi menghindari korbannya menjadi lebih banyak, langkah-langkah yang diterapkan pemerintah agar memutuskan rantai penularan virus tersebut salah satunya yakni pemerintah mengambil langkah terhadap anak, mahasiswi yang sedang menempuh pendidikan sekolah yakni sementara waktu sistem pembelajaran yang dilakukan yakni belajar dari rumah yang di mana pembelajaran bisa dilakukan via online. sebagai orang tua tentunya dalam mendampingi anak belajar sudah menjadi keharusan. disamping peran guru dalam memberikan pembelajaran di sekolah untuk anak-anak tentunya orang tua sangat berperan dalam tumbuh kembang anak. orang tua sudah pasti akan sangat berpengaruh bila dalam proses belajar sang anak orang tua sering mendampinginya sehingga ketika sang anak mengalami kesulitan dalam hal memahami pelajaran orang tua dengan sigap mampu memberi penjelasan. namun kondisinya terkadang tidak memungkinkan terlebih lagi apabila ia seorang ibu yang memiliki beberapa anak serta kesibukannya yang harus mengurus segala urusan rumah tangga tentu membuat ia tidak bisa handle semua dengan sebaik mungkin inilah yang sedang dialami oleh ibu DA iya sering merasa bingung, cemas, serta sering berkeluh kesah dalam membagi waktu untuk bisa selalu menemani anak apabila ia sedang belajar. terkadang tidak jarang karena sudah kelelahan dengan aktivitas ia merasa jengkel dan menunjukkan sikap yang tidak sabar terhadap anak ketika ia meminta sang ibu untuk terus membersamainya saat ia belajar. dalam hal seperti ini tentunya ibu tersebut tanpa sadar sudah memperlihatkan perilaku yang kurang baik dalam merespon keinginan sang anak.

Perilaku yang tidak rasional Klien sering tidak mampu mengontrol emosi seperti terkadang marah, bingung, cemas ketika saat sang anak sering memintanya menemani belajar dalam waktu yang memang tidak terlalu mendukung seperti ketika sang ibu sedang memasak.

Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap seorang ibu rumah tangga di kecamatan pubian kabupaten Lampung tengah. Terkait permasalahan dalam mendampingi anaknya belajar semasa covid-19 ini ia mengutarakan keresahan yang ia rasakan yakni kadang ia merasa bingung, cemas, sering berkeluh kesah ketika sang anak memintanya untuk selalu berada di dekatnya ketika ia sedang belajar. Namun dalam konteks ini memang waktunya kurang tepat yakni ketika sang ibu sedang memasak dan sedang sibuk mengurus rumah seperti berberes sehingga tidak jarang ia menunjukkan sikap yang kurang baik dengan mengatakan belum bisa menemani belajar, dengan sikap tersebut tentunya akan membuat anak kecewa karena mengalami penolakan terlebih anak tersebut masih belum cukup mengerti kondisi ibu (Wawancara terhadap ibu DA didesa negeri ratu, kec. pubian, kab.lampung tengah). Menunjukkan sikap kurang baik terhadap anak tentunya akan berdampak pada perkembangan sang anak ketika belajar terlebih lagi abila sang anak masih diusia sangat dini yakni 6tahun. Dalam memiliki pemikiran yang selalu rasional sehingga bisa menambahkan sikap yang positif tentunya dalam konteks ini tidaklah mudah. Mungkin membutuhkan terapi agar memiliki pikiran yang selalu rasional dan perilaku yang baik salah satu terapi yang fokus kepada hal ini yakni Rational emotive behavior therapy.

Terkait penelitian tentang terapi REBT sebenarnya sudah dilakukan banyak beberapa penelitian diantaranya Yakni Vivi Aryanti, Ike febriany Darmawan dengan judul efektivitas REBT mengatasi kecemasan orang tua terhadap masa depan anak retardasi mental (Vivi Aryanti, 2018, pp. 195–204). Ada juga penelitian dari Yuni supianti Arif, India Krishna dengan judul rational emotive behavior therapy terhadap penurunan stress ibu dengan anak leukimia.(Yuni supianti Arif, 2014, pp. 203–208) dari beberapa penelitian yang telah dilakukan

sebelumnya membuat peneliti semakin tertarik dengan REBT. Dalam permasalahan yang dialami oleh ibu di atas dalam mendampingi anaknya belajar, peneliti lebih menggunakan REBT dalam pemberian bantuan terhadap ibu yang telah diwawancarai oleh peneliti. Pemberian bantuan menggunakan terapi REBT agar bisa diimplementasikan dalam keseharian sehingga diharapkan mampu membuat ibu selalu memiliki pikiran rasional dan perilaku yang positif sehingga mengurangi kegelisahan- kegelisahan yang ia rasakan.

Perkembangan Kasus

Setelah mencoba memberikan bantuan dengan pendekatan terapi rasional emotif behavior pendampingan belajar anak masa covid-19, pada tahap selanjutnya saya mencoba untuk membuat laporan terkait proses yang telah dicapai oleh klien. (a) Pada tahap awal bertemu dengan ibu DA, dalam membangun komunikasi saya tidak merasa kesulitan dikarenakan klien cukup mengenal saya karena kami berada dalam satu desa yang sama. Kedekatan yang terjalin tentunya sangat membantu saya dalam menggali informasi terkait dengan permasalahan yang sedang dialami oleh klien. Saya juga menjelaskan maksud dan tujuan saya ketika mendatangi client di rumahnya. dalam poses ini tentunya dalam mematuhi peraturan pemerintah terkait dengan antisipasi virus Corona demi kebaikan bersama kami menerapkan psical distancing serta memakai masker. (b) Pada tanggal 16 april 2020, ini merupakan tahap kedua saya mendatangi rumah ibu DA. pada tahap ini saya lebih memfokuskan menggali informasi terkait permasalahan yang dialami ibu DA, disini saya mencoba mulai memberikan bantuan terkait permasalahan tersebut. Saya memberikan kesempatan kepada ibu DA selama kurang lebih 15 menit untuk bercerita dan berkeluh kesah tentang permasalahan yang ia rasakan." Ibu DA bercerita saya sering bingung ketika saya diminta anak saya ya untuk selalu mendampingi ketika ia ingin belajar, saya takut saat dia bertanya saya tidak mampu menjawab pertanyaannya secara baik, karena kan saya sudah lama lulus sekolah dan untuk mendampingi anak belajar memang sangat jarang bagi saya cukuplah dia belajar di sekolah dan di dampingi oleh gurunya. Tetapi karena masa covid-19 ini kan sementara waktu kebijakan pemerintah yang biasanya anak pergi ke sekolah untuk belajar secara langsung oleh guru sekarang sementara waktu dialihkan untuk belajar dari rumah demi memutus mata rantai penularan covid. sebenarnya saya sangat senang dapat mendampingi sang anak saat ia belajar tapi terkadang anak saya meminta saya mendampingi belajar dalam waktu yang di mana saya lagi sibuk masak dan mengurus kesibukan di rumah. Belum lagi saya bingung harus membagi waktu untuk kedua kakaknya yg memang sering meminta saya menemani mereka saat belajar. kondisi seperti inilah terkadang membuat saya tidak bisa mengontrol emosional dengan baik dan membuat saya cemas, dan sering berkeluh kesah dan memperlihatkan sikap dan kurang menerima saat anak saya yang TK meminta untuk ditemani belajar". Setelah klien selesai bercerita disinilah saya mulai memberikan kurang lebihnya bantuan dengan pendekatan terapi rasional emotif behavior. dalam hal ini saya mencoba mengajak ibu agar selalu mampu berpikir rasional dan menunjukkan perilaku atau sikap yang sebaiknya dalam proses pendampingan belajar sang anak karena sikap yang ditunjukkan oleh ibu terhadap anaknya tentunya sangat mempengaruhi sang anak terlebih ketika anak sedang belajar. Saya mencoba memberikan pengertian terhadap ibu DA bagaimana pun aktivitas yang sedang ia lakukan ketika sang anak meminta untuk ditemani belajar ibu DA semaksimal mungkin harus berupaya menunjukkan sikap yang baik dan penuh penerimaan agar anak tidak merasa sedih. dalam tahap ini upaya yang dilakukan tentu belumlah berjalan maksimal dikarenakan klien sudah ingin mengakhiri pertemuan dikarenakan ia harus memasak. Sehingga kami memutuskan untuk melakukan kegiatan di hari selanjutnya yakni 19 April. (c) Pada tanggal 19 April 2020, di tahap pertemuan yang ketiga ini saya cukup senang karena kalian sudah mulai menunjukkan perubahan, klien mengatakan ia mencoba menerapkan sikap sebaik mungkin meskipun belum sepenuhnya ia mampu mengontrol emosionalnya dengan baik. iya masih sering menunjukkan sikap yang kurang baik seperti berkeluh kesah di depan sang anak saat anaknya meminta ibu DA menemaninya belajar. Di hari yang sama saya sempat sedikit bertanya terhadap anak klien yaitu anak pertamanya iya membenarkan bahwa sang ibu DA

sering menunjukkan sikap yg kurang cepat respon. Disini saya menyelipkan sedikit masukan terhadap ibu DA bagaimna seharusnya merespon ketika sang anak meminta ditemani belajar meski dalam keadaan yg sibuk , ibu DA harus selalu menunjukkan sikap lemah lembut serta penuh penerimaan dan memberikan pengertian terhadap sang anak ketika ia belum bisa menemani belajar, terlebih anak ibu DA masih dalam usia 6 tahun yang dimana secara kognitif masih benar-benar dalam tahap perkembangan yang sangat bagus. Sebab perlakuan yang diberikan oleh sang ibu terhadap anak tentunya akan sangat berpengaruh bagi tumbuh kembang sang anak. (d) Pada tanggal 20 April 2020 ini merupakan pertemuan ke 4, dalam pertemuan ini saya mencoba untuk memberikan pemantapan terhadap klien agar bisa menerapkan serta berpikir secara rasional dan memperlihatkan sikap yang baik terhadap anak ketika ia meminta sang ibu untuk menemaninya belajar. saya mencoba membuat klien mampu membuang pikiran yang irasional dan sikap yang kurang baik misalnya berpikir bahwa sudah seharusnya ibu DA selalu mendampingi sang anak belajar agar anak merasa nyaman dan tidak terlalu bingung ketika mendapati pelajaran yang cukup sulit ia memiliki tempat untuk bertanya dengan jawaban yang ibu berikan tentunya akan membuat anak cukup tenang dan dan mengajak ibu tersebut menunjukkan sikap penerimaan terhadap sang anak, iya selalu didampingi agar anak tersebut merasa dipenuhi kebutuhannya, terlebih jika yang meminta adalah anak yg terakhir yg usia 6 tahun yg masih di kelas TK yang dimana tentunya belajarnya jauh lebih ringan atau dapat dikatakan lebih mudah dibandingkan pembelajaran kedua kakaknya yg sudah tingkatan SMP dan SD . disini saya berusaha untuk memberikan pengertian kembali terhadap ibu DA agar ia mampu menghilangkan rasa cemas, bingung, dan mampu menghilangkan keluh kesah hingga mampu mengontrol emosinya dengan sebaik mungkin sehingga ia mampu menunjukkan perilaku atau sikap yang baik Dalam mendampingi sang anak. Dalam pertemuan ke-4 ini saya berusaha seoptimal mungkin membantu dan mengupayakan bantuan terhadap ibu DA dengan menggunakan pendekatan terapi rasional emotive behavior therapy. Menurut saya hasil yang saya dapat cukup baik dan membuahkan perubahan meski tidak secara total.

Tantangan konselor

Dalam pelaksanaan pemberian bantuan terhadap klien tantangannya Yakni harus benar-benar mengatur waktu pertemuan sebaik mungkin karena sang ibu cukup sibuk mengurus anak belum lagi kesibukan ibu mengurus kebutuhan suami yg berangkat kerja, memasak dan berberes-beres rumah. Tentunya dalam menentukan tahap pertemuan pun harus diputuskan dan mencari waktu yg tepat.

Selama proses pelaksanaan kegiatan saya dengan klien, terdapat perkembangan pada diri klien diantaranya, (a) Klien merasa jauh lebih baik ketika ia mencoba menerapkan pikiran rasional serta menyikapi dengan penuh keterbukaan serta penerimaan terhadap sang anak ketika ia meminta untuk ditemani saat belajar. (b) Klien mulai menyadari sikap yang ditunjukkan ke anak seharusnya tidak menunjukkan keluh kesah, bingung, karena tentunya akan berdampak pada daya tangkap sang anak saat ia belajar. Terlebih jika anak tersebut masih di dalam fase-fase perkembangan yg sangat bagus yang dimana usia anaknya masih sktran 6 tahun. (c) Klien sudah mampu lebih bisa mengontrol emosionalnya agar ia terhindar dari pikiran yang kurang rasional. klien menyadari bahwa apabila ia menghilangkan perilaku atau respon yang kurang rasional maka tentunya kestabilan secara emosional akan ia peroleh serta bisa memenuhi kebutuhan sang anak secara psikologisnya terlebih ia menyadari bahwa sebelum covid-19 melanda iya kurang memperhatikan dan mendampingi sang anak ketika belajar karena ia merasa cukuplah apa yang sudah guru berikan di sekolah Dan kini ia menyadari bahwa peran ibu dalam perkembangan psikologisnya sangatlah penting dan memang sudah menjadi keharusan ia membimbing atau mendampingi selalu sang anak demi terpenuhi semua kebutuhan yang diinginkan sang anak agar ia menjadi anak yang cerdas tentunya. (d) Klien merasa cukup terbantu dengan bantuan yang diberikan oleh konselor terutama dengan selalu berpikir rasional dan berperilaku sebaik mungkin dengan anak dan klien merasa diberikan atau diingatkan kembali dengan perannya sebagai orang tua yang seharusnya.

Simpulan dan Saran (Conclusion and Recommendation)

Pelaksanaan kegiatan konseling dengan mengimplementasikan REBT dalam keseharian terhadap klien cukup memberikan pengaruh dan perubahan terhadap klien. Saat belum diberikan bantuan klien memang mengaku merasakan gejala dalam diri seperti bingung, cemas, berkeluh kesah atau tidak bisa mengontrol emosionalnya dengan baik saat sang anak selalu meminta didampingi saat ia belajar karena terkadang sang anak tidak melihat kondisi sang ibu jika ternyata sedang sibuk dengan urusan dan kegiatan ibu rumah tangga sehingga terkadang membuat klien menunjukkan sikap yang kurang baik atau kurang bisa menerima dengan sepenuhnya saat mendampingi sang anak terlebih klien terkadang sudah cukup lelah atau terkuras energinya dengan memasak dan mengurus keperluan keluarga seperti menyiapkan makanan atau sarapan. Sehingga tentunya saja cenderung menunjukkan pikiran yang kurang rasional dan sikap atau perilaku yang cukup kurang baik maka dengan itu dalam persoalan dan kondisi yang dialami oleh klien cara menekan dan menghilangkan perilaku yang tidak rasional tersebut yakni dengan mencoba mengimplementasikan REBT dalam keseharian. Walaupun hasil yang ditunjukkan tentunya tidak secara total merubah perilaku klien namun setidaknya ada perubahan yang klien tunjukkan meski bertahap dan tidak secara spontan bisa menghilangkan pikiran serta perilaku yang kurang rasional.

Daftar Rujukan (References)

- Abdul Wahib. (2015). Konsep Orangtua Dalam Membangun Kepribadian Anak. *Jurnal Paradigma*, 2(1).
- Achmad Miftahudin. (2019). *Konseling rational emotive behavior therapy (REBT) untuk mengatasi inferiority pada seorang anggota komunitas keluarga mahasiswa Blitar di Surabaya*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Anif Rahmawati. (2019). *Orangtua Karir dan Pendidikan Anak*. Universitas Islam Negeri Sunan Ampel.
- Fajar ahmad Dwi Prasetyo. (2018). Pendampingan orangtua dalam proses pembelajaran anak (studi deskriptif tentang tingkat optimalisasi pendampingan orangtua dalam proses belajar anak menurut persepsi siswa kls X SMK N 1 Nanggulan tahun ajaran 2017/2018). *Skripsi*. Program Studi Bimbingan dan Konseling. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Indah Purwati. (2016). *Implementasi pendekatan rational emotive behavior therapy (REBT) untuk meningkatkan motivasi belajar dengan menggunakan konseling kelompok pada peserta didik kelas VII B di SMPN 21 bandar Lampung*. Institut Agama Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Ni'mah. (2016). *Peranan Orangtua Dalam Membimbing Anak Untuk Melaksanakan Sholat 5 Waktu Dilingkungan Pasar Kahayan Palangka Raya (Studi Kasus Terhadap 5 Kepala Keluarga Yg Berprofesi Sebagai Pedagang)*. Institut Agama Islam Negeri Palangka Raya.
- Sondi Silalahi. (2018). *Konseling Rational Emotive Behavior Therapy Dalam Mengembangkan Kepercayaan Diri Pada Korban Penyalahgunaan Napza Di Rehabilitas Berbasis Masyarakat Mandiri Cirebon Jawa Barat" Jurusan Bimbingan Dan Penyuluhan Islam Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi*. UIN Syarif Hidayatullah.
- Vivi Aryanti, I. febiany D. (2018). efektivitas REBT mengatasi kecemasan orang tua terhadap masa depan anak retardasi mental. *Jurnal RAP UNP*, 9(2).
- Yessi Ari Estiani Sutopo. (2017). *Penggunaan Konseling Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa (Studi Kasus Siswa Kls XI Di SMA Negeri 1 Seputih Raman Lampung Tengah Tahun Pelajaran 2016/2017*. Universitas Lampung.
- Yuni supianti Arif, I. K. (2014). Rational emotive behavior therapy terhadap penurunan stress ibu dengan anak leukemia. *Jurnal Ners*, 9(2).

