

Prisca Eunike, S.Psi. (154114019). Restrukturisasi *Academic Irrational Beliefs* Melalui Konseling Kognitif pada Mahasiswa. Tesis. Surabaya. Magister Psikologi Profesi Universitas Surabaya (2016).

## INTISARI

Prestasi akademik merupakan salah satu faktor yang dapat menentukan kesuksesan mahasiswa dalam menjalankan tugasnya sebagai pelajar di Perguruan Tinggi. Salah satu faktor yang memengaruhi pencapaian prestasi akademik adalah keyakinan yang dimiliki oleh mahasiswa terkait proses belajar-mengajar, yang terbagi menjadi keyakinan akademik yang rasional dan irasional. *Academic irrational beliefs* merupakan keyakinan dan ekspektasi tidak tepat yang dimiliki oleh mahasiswa terkait proses belajar-mengajar yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan dan penurunan prestasi akademik mahasiswa. Hasil survei awal kepada mahasiswa menunjukkan adanya permasalahan *academic irrational beliefs* ini. Sebagai solusi untuk mengatasi permasalahan tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk merekonstruksi *academic irrational beliefs* mahasiswa melalui konseling kognitif dengan teknik *disputing irrational beliefs*.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif yang dilakukan dengan desain eksperimental *one-group pretest-posttest design*. Data kuantitatif diperoleh dari instrumen *Academic Rational Beliefs Scale* (ARBS) dari Egan, Canale, del Rosario dan White (2007) untuk mendeteksi dan memonitor perubahan *academic irrational beliefs* dua orang Subjek penelitian. Data kuantitatif dalam penelitian ini diperkuat oleh data kualitatif yang dikumpulkan melalui wawancara untuk menjelaskan bentuk/pernyataan keyakinan irasional akademik mahasiswa serta untuk menjelaskan proses dan hasil penerapan intervensi. Analisis data sebelum dan setelah intervensi dilakukan dengan menggunakan uji beda *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil penelitian pada tahap asesemen menunjukkan bahwa kedua partisipan memiliki *academic irrational beliefs* pada sebagian dan seluruh aspek ARBS, serta berdampak pada pengaturan waktu dan prestasi akademik yang rendah. Hasil penelitian pada tahap intervensi berdasarkan data statistik menunjukkan tidak adanya perubahan *academic irrational beliefs* pada mahasiswa sebelum dan setelah penerapan intervensi (sig. 0.09). Namun tidak adanya perubahan ini diduga karena jumlah partisipan yang tergolong minim dengan melihat adanya nilai *effect size* yang besar (0.949). Dampak dari intervensi ini memperlihatkan bahwa kedua Subjek akhirnya dapat berpikir dan bersikap lebih rasional dalam menjalankan perkuliahannya bahkan setelah proses *follow-up*. Faktor yang turut memengaruhi keberhasilan intervensi adalah besarnya kebutuhan untuk berubah, sifat kepribadian dan teknik konfrontasi dalam proses konseling.

**Kata Kunci:** *academic irrational beliefs*, keyakinan irasional akademik, mahasiswa, konseling kognitif, *disputing irrational beliefs*

Prisca Eunike, S.Psi. (154114019). Restructuring *Academic Irrational Beliefs* with Cognitive Counseling on University Students. Thesis. Surabaya. Magister of Profession Psychology, University of Surabaya (2016).

### **ABSTRACT**

*Academic achievement is one element in determining a student's success in carrying out his/her duties as a student at the College. One of the factors that affect academic achievement is the belief held by students related to the teaching-learning process, which is divided into academic rational and irrational beliefs. Academic irrational beliefs is an irrational beliefs and expectations held by students related to the teaching-learning process that can cause discomfort and a declines in academic achievement. The results of the initial survey in this study show that university students tend to have an academic irrational beliefs so the purpose of this study is to reconstruct students' academic irrational beliefs by using cognitive counseling with disputing irrational beliefs technique.*

*The method used in this study is quantitative method performed with one-group pretest-posttest experimental design. The quantitative data was obtained from the Academic Rational Beliefs Scale (ARBS) from Egan, Canale, del Rosario and White (2007) to detect and monitor changes in subjects' academic irrational beliefs. There are two university students that became the Subjects of the study. The quantitative data in this study is supported by qualitative data collected through interview to get students' irrational beliefs statements and to explain the process and the results of the intervention. Quantitative data were analyzed using Wilcoxon Signed Rank Test.*

*The results of this study is divided into two parts, assessment and intervention phase. The result from assesment phase showed that both participants have academic irrational beliefs on one and all aspects of ARBS, and its impact are on their time management and low academic achievement. The result from the intervention phase showed that there is a change in participants' academic irrational beliefs before and after the implementation of the cognitive counseling (sig. = 0:09; effect size = 0949). This conclusion is drawn by looking at the big value of the effect size and is supported by an increase in the score and the category of ARBS in both participants. The need for change, personality traits and confrontation techniques in the counseling process are factors that affect the success of cognitive counseling to reconstruct students' academic irrational beliefs.*

**Keywords:** *academic irrational beliefs, cognitive counseling, disputing irrational beliefs, university students*