

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN STRATEGI  
*SELF REGULATED LEARNING* TERHADAP PENINGKATAN  
MOTIVASI BELAJAR**

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII C SMP Negeri 11 Magelang T.A 2016/2017)

**SKRIPSI**



Oleh :  
**INTIKANI**  
**NPM: 12.0301.0018**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG  
2017**

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN STRATEGI  
*SELF REGULATED LEARNING* TERHADAP PENINGKATAN  
MOTIVASI BELAJAR**

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII C SMP Negeri 11 Magelang T.A 2016/2017)

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menyelesaikan Studi  
Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Muhammadiyah Magelang

Oleh :

**INTIKANI**

**NPM: 12.0301.0018**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG  
2017**

**PERSETUJUAN**

**SKRIPSI BERJUDUL**

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN STRATEGI  
SELF REGULATED LEARNING TERHADAP PENINGKATAN  
MOTIVASI BELAJAR**

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII C SMP Negeri 11 Magelang)



Dosen Pembimbing I

Dr. Muhammad Japar, M.Si.,Kons  
NIDN. 0012096606

Magelang, 29 Desember 2016  
Dosen Pembimbing II

Nofi Nur Yuhanita, M.Psi  
NIDN. 0609118701

## PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi dalam rangka menyelesaikan studi pada Program Studi S-1 BK FKIP UMMagelang

Diajukan oleh :

Nama : **Intikani**  
NPM : 12.0301.0018

Diterima dan disahkan oleh Penguji :

Hari : Kamis  
Tanggal : 19 Januari 2017

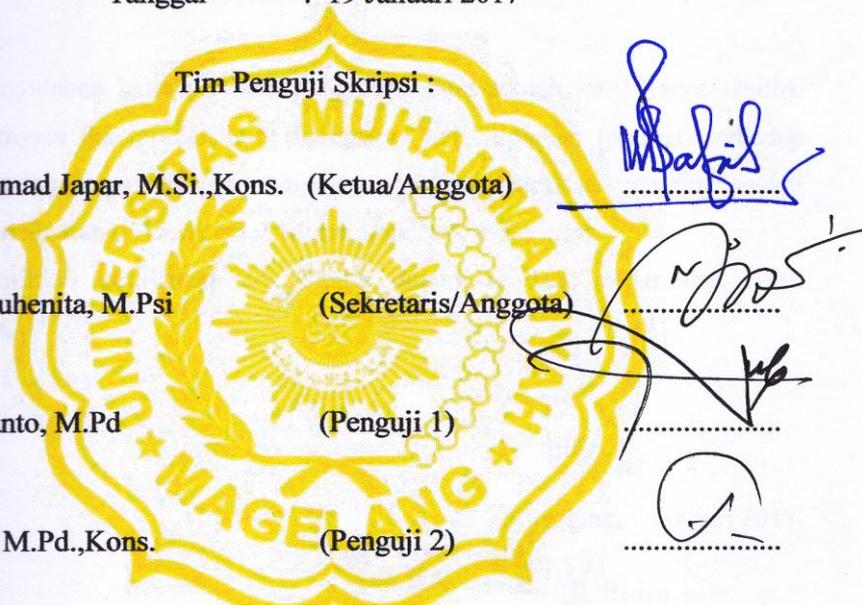
Tim Penguji Skripsi :

1. Dr. Muhammad Japar, M.Si.,Kons. (Ketua/Anggota)

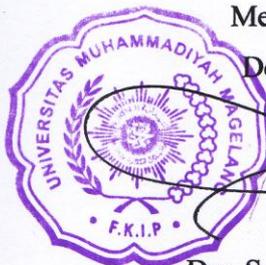
2. Nofi Nur Yuhanita, M.Psi (Sekretaris/Anggota)

3. Drs. Subiyanto, M.Pd (Penguji 1)

4. Drs. Tawil, M.Pd.,Kons. (Penguji 2)



Mengesahkan,  
Dekan FKIP



Drs. Subiyanto, M.Pd  
NIP. 19570807 198303 1 002

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **Intikani**  
NPM : 12.0301.0018  
Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Kelompok dengan Strategi  
*Self Regulated Learning* terhadap Peningkatan  
Motivasi Belajar

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat adalah hasil karya sendiri, apabila ternyata dikemudian hari merupakan hasil jiplakan (plagiat) terhadap karya orang lain, saya bersedia mempertanggungjawabkan dan menerima sanksi berdasarkan atauran di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan.

Magelang, Januari 2017



Intikani

NPM. 12.0301.0018

## MOTTO

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا  
دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ ﴿١٨٦﴾

“Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia memohon kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala perintah-Ku) dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran”.

**Q.S. Al- Baqarah : 186**

## **PERSEMBAHAN**

Dengan segenap rasa syukur kehadiran Allah SWT, skripsi ini dipersembahkan kepada :

1. Alm. Ayah dan Almh. Ibu tercinta (Yuslan dan Romlah), suami tercinta Rahmatul Janatianto serta kedua kakak (Sony Setiawan dan Inviana) yang selalu menjadi semangat dalam setiap langkah perjalananku.
2. Keluarga Awal Prayitno serta keluarga besar.
3. Almamaterku tercinta, Prodi BK FKIP UMMagelang

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Konseling Kelompok dengan Strategi *Self Regulated Learning* Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar”.

Penyelesaian penyusunan skripsi ini berkat bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih kepada :

1. Ir. Eko Muh Widodo, MT., Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang yang telah mengesahkan secara resmi judul penelitian sebagai bahan penulisan skripsi sehingga penulisan skripsi berjalan dengan lancar,
2. Drs. Subiyanto, M.Pd., Dekan FKIP UMMagelang yang telah memberikan ijin dan mengesahkan secara resmi penulisan skripsi kepada penulis untuk melakukan kegiatan penelitian,
3. Sugiyadi, M.Pd., Kons., Kaprodi BK FKIP UMMagelang yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan kegiatan penelitian,
4. Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons. sebagai dosen pembimbing I yang selalu sabar dan bijaksana memberikan bimbingan nasehat serta waktunya selama penelitian dan penulisan skripsi,
5. Nofi Nur Yuhanita, M.Psi., sebagai dosen pembimbing II yang selalu sabar dan bijaksana memberikan bimbingan nasehat serta waktunya selama penelitian dan penulisan skripsi,

6. Retnowati, S.Pd., Kepala Sekolah SMP Negeri 11 Magelang, yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian skripsi di SMP Negeri 11 Magelang,
7. Dra. Hikmatun Burhaniyah, sebagai guru pembimbing kelas VIII SMP Negeri 11 Magelang, yang telah berkenan membantu memberikan ijin, bimbingan dan keleluasaan waktu kepada penulis selama penulis menyelesaikan penelitian skripsi sehingga penulisan skripsi ini berjalan dengan lancar,
8. Saudara-saudaraku Prodi Bimbingan Konseling angkatan tahun 2012 yang tidak bisa disebutkan satu persatu atas kebersamaan dan semangat serta kerjasamanya yang berarti bagi penulis untuk menyelesaikan penulisan skripsi,
9. Berbagai pihak yang telah memberikan bantuan dan dorongan secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang berlipat ganda kepada semuanya. Demi perbaikan selanjutnya, kritik dan saran yang membangun akan penulis terima dengan senang hati. Semoga skripsi ini bermanfaat untuk kita semua, Amin.

Magelang, Januari 2017

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN .....	v
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
ABSTRAKSI .....	xvi
BAB I      PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
BAB II     TINJAUAN PUSTAKA .....	8
A. Motivasi Belajar .....	8
1. Pengertian Motivasi Belajar .....	8

2. Ciri-ciri Motivasi Belajar.....	9
3. Fungsi Motivasi Belajar.....	12
4. Jenis-jenis Motivasi Belajar.....	13
<b>B. Konseling Kelompok dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i></b> .....	<b>16</b>
1. Konseling Kelompok .....	16
a. Pengertian Konseling Kelompok .....	16
b. Tujuan Konseling Kelompok.....	18
c. Ciri-ciri Konseling Kelompok .....	19
d. Tahapan Pelaksanaan Konseling Kelompok.....	22
2. Strategi <i>Self Regulated Learning</i> .....	30
a. Pengertian Strategi <i>Self Regulated Learning</i> .....	30
b. Faktor yang Mempengaruhi Strategi <i>Self Regulated Learning</i> .....	31
c. Strategi <i>Self Regulated Learning</i> .....	35
3. Konseling Kelompok dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i> .....	40
a. Pengertian Konseling Kelompok dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i> .....	40
b. Tahapan Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i> .....	40
<b>C. Pengaruh Konseling Kelompok dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i> terhadap Peningkatan Motivasi Belajar .</b>	<b>42</b>

	D. Kerangka Berpikir .....	45
	E. Hipotesis .....	47
BAB III	METODE PENELITIAN .....	48
	A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	48
	B. Definisi Operasional Variabel .....	49
	C. Subjek Penelitian .....	49
	D. Desain Penelitian .....	50
	E. Metode Pengumpulan Data .....	54
	F. Teknik Analisis Data .....	57
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	59
	A. Hasil Penelitian .....	59
	B. Pembahasan .....	70
BAB V	SIMPULAN DAN SARAN .....	73
	A. SIMPULAN .....	73
	B. SARAN .....	74
	DAFTAR PUSTAKA .....	75
	LAMPIRAN .....	77

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1 <i>Pre test Post test control group design</i> dengan satu perlakuan.....	50
2 Kisi-kisi Modul Konseling Kelompok dengan strategi <i>self regulated learning</i> .....	51
3 Penilaian skor skala motivasi belajar .....	54
4 Kisi-kisi skala motivasi belajar .....	55
5 Daftar Item Valid Skala Motivasi Belajar .....	57
6 Kategori Skor <i>Pre test</i> Motivasi Belajar .....	60
7 Daftar Sampel Penelitian.....	60
8 Hasil Skor <i>Post test</i> Motivasi Belajar .....	63
9 Statistik Deskriptif Variabel Penelitian.....	63
10 Hasil Uji Normalitas.....	65
11 Hasil Uji Anova.....	67
12 Peningkatan Skor <i>Pre test</i> dan <i>Post test</i> Kelompok Eksperimen.....	68
13 Peningkatan Skor <i>Pre test</i> dan <i>Post test</i> Kelompok Kontrol .....	69

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1 Kerangka Berpikir .....	45
2 Rumus Kategori .....	59

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
1	Surat Ijin Penelitian dan Keterangan Pelaksanaan Penelitian.....	78
2	Hasil <i>Try Out</i> Skala Motivasi Belajar .....	81
3	Hasil Uji Validitas dan reliabilitas Instrumen .....	84
4	Skala Motivasi Belajar .....	91
5	Data <i>Pre Test</i> Skala Motivasi Belajar .....	95
6	RPL, Modul, Laporan Pelaksanaan dan Hasil Kegiatan Konseling Kelompok.....	97
7	Jadwal Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i> .....	188
8	Data <i>Post Test</i> Skala Motivasi Belajar .....	191
9	Hasil Uji Normalitas.....	193
10	Hasil Uji Homogenitas .....	197
11	Hasil Uji Anova.....	199
12	Daftar Hadir Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i> .....	203
13	Dokumentasi Kegiatan Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i> .....	209

# **PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN STRATEGI *SELF REGULATED LEARNING* TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR**

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII C SMP Negeri 11 Magelang T.A. 2016/2017)

Intikani

## **ABSTRAKSI**

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* terhadap peningkatan motivasi belajar. Penelitian dilakukan pada siswa kelas VIII C SMP Negeri 11 Magelang T.A. 2016/2017.

Penelitian ini menggunakan *pretest-posttest control group design* dengan satu perlakuan. Sampel yang diambil sebanyak 20 siswa, 10 siswa masuk dalam kelompok eksperimen yaitu kelompok yang diberikan perlakuan (konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning*) dan 10 siswa masuk dalam kelompok kontrol yaitu kelompok yang tidak diberikan perlakuan. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan metode kuesioner. Teknik analisis data menggunakan analisis parametrik *One Way Anova*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* berpengaruh terhadap peningkatan motivasi belajar. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan peningkatan skor skala motivasi belajar antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, dimana peningkatan pemahaman kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Selain itu peningkatan motivasi belajar siswa ditandai dengan perbedaan aspek dan indikator dari motivasi belajar.

Kata kunci : konseling kelompok, strategi *self regulated learning*, motivasi belajar

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan merupakan proses pembelajaran yang di dapat oleh setiap manusia untuk mengerti, paham, dan lebih dewasa serta mampu membuat manusia lebih kritis dalam berpikir, dalam hal ini yaitu peserta didik atau siswa. Berdasarkan UU RI No 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi diri untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Siswa diharapkan dapat menambah kemampuan, pengetahuan, dan pemahaman siswa tentang mata pelajaran dari proses belajar. Salah satu unsur dalam pendidikan yaitu siswa, siswa adalah seorang peserta didik yang berusaha mengembangkan kemampuan yang dimiliki untuk mencapai tujuan dalam hasil belajarnya. Salah satu kewajiban bagi siswa atau peserta didik yaitu belajar.

Gregory A. Kimble (dalam Prawira, 2014: 227) berpendapat bahwa belajar adalah suatu perubahan yang relatif permanen dalam potensialitas tingkah laku yang terjadi pada seseorang atau individu sebagai suatu hasil latihan atau praktik yang diperkuat dengan diberi hadiah (*learning as a relatively permanent change in behavioral potentiality that occurs as a*

*result of reinforced practice*). Memahami pengertian belajar dari Kimble tersebut, belajar merupakan suatu kegiatan untuk mengubah tingkah laku melalui berbagai hasil dari latihan serta diperkuat dengan hadiah atau bentuk penghargaan terhadap hasil yang dilakukan.

Pengertian belajar dari ahli lain, belajar menurut Good dan Brophy (dalam Uno, 2007: 11), menyatakan bahwa belajar merupakan suatu proses atau interaksi yang dilakukan seseorang dalam memperoleh sesuatu yang baru dalam bentuk perubahan perilaku sebagai hasil dari pengalaman itu sendiri. Berdasarkan pengertian dari Good dan Brophy, dapat dipahami bahwa belajar yang dilakukan seseorang sebagai suatu proses untuk mendapatkan sesuatu yang baru sebagai usaha perubahan perilaku menjadi lebih baik.

Proses belajar yang dilakukan oleh siswa, tidak terlepas dari usaha untuk memperoleh prestasi dalam belajar. Prestasi belajar merupakan cerminan dari hasil belajar siswa setelah melakukan usaha belajar. Biggs dan Tefler (dalam Dimiyati, 2006) mengungkapkan bahwa motivasi belajar siswa dapat menjadi lemah disebabkan lemahnya motivasi atau tiadanya motivasi belajar yang akan melemahkan kegiatan belajar, sehingga mutu prestasi belajar akan rendah. Mutu prestasi belajar siswa perlu diperkuat terus-menerus, agar siswa memiliki motivasi belajar yang tinggi, sehingga prestasi belajar yang diraihinya dapat optimal.

Berdasarkan kutipan jurnal penelitian pendidikan (Ghullam, 2011:91), menyatakan bahwa prestasi belajar yang baik merupakan tujuan

dari hasil belajar yang telah dilakukan, namun untuk mendapatkan prestasi belajar yang baik, bukan hal yang mudah bagi siswa. Banyak siswa yang mengalami kesulitan dalam melakukan proses pembelajaran yang berakibat pada rendahnya nilai mata pelajaran sehingga dalam proses belajar, dipengaruhi oleh kemauan, semangat, dan tekad yang disebut dengan motivasi. Motivasi yang menghasilkan alasan mengapa orang melakukan suatu hal atau motivasi yang menghasilkan alasan mengapa seorang siswa harus belajar dengan baik.

Motivasi dan belajar merupakan dua hal yang saling mempengaruhi, inilah motivasi belajar yang mengubah sikap dan perilaku siswa dalam proses belajar. Motivasi memiliki peranan yang penting dalam proses belajar, siswa yang memiliki motivasi yang tinggi dapat meraih hasil belajar yang tinggi. Namun sebaliknya, apabila siswa yang memiliki motivasi yang rendah maka siswa akan mendapatkan hasil belajar rendah.

Siswa yang memiliki motivasi belajar yang rendah ditunjukkan dari beberapa indikator (Asrori, 2008) antara lain: (1) kurangnya perhatian terhadap pelajaran, (2) mengerjakan sesuatu merasa seperti diminta membawa beban berat, (3) sulit untuk dapat jalan sendiri ketika diberi tugas, (4) memiliki ketergantungan kepada orang lain, (5) individu dapat berjalan jika sudah dipaksa, (6) daya konsentrasi kurang, cenderung menjadi pembuat kegaduhan, (7) mudah berkeluh kesah dan pesimis ketika menghadapi kesulitan. Siswa yang memiliki indikator motivasi belajar rendah sebagaimana disebut Asrori, terjadi pada beberapa siswa SMP

Negeri 11 Magelang. Peneliti mendapatkan hasil wawancara dengan guru BK pada tanggal 23 Februari 2016 di SMP Negeri 11 Kota Magelang, bahwa masih ada siswa yang kurang memiliki motivasi belajar. Terbukti dari adanya siswa yang datang terlambat masuk sekolah, siswa kurang semangat dalam mengerjakan soal mata pelajaran yang dianggap sukar, dan ada beberapa siswa kurang memperhatikan, saat guru menjelaskan mata pelajaran yang sedang berlangsung. Selain itu, guru BK juga mengungkapkan bahwa keluarga yang kurang harmonis dapat memberikan pengaruh terhadap motivasi belajar dari diri siswa. Kurangnya perhatian dari kedua orang tua maupun anggota keluarga yang lain dalam menunjang proses kegiatan belajar di rumah memberikan pengaruh terhadap motivasi belajar.

Guru pembimbing telah melakukan usaha untuk mengatasi motivasi belajar bagi siswa yang memiliki motivasi belajar rendah, seperti layanan klasikal dengan tema motivasi belajar, layanan bimbingan kelompok, namun usaha tersebut belum berhasil secara optimal. Siswa melakukan kegiatan belajar misalnya membaca buku di perpustakaan setelah mendapat teguran dan mendapat tugas dari guru mata pelajaran. Peristiwa tersebut memberikan gambaran bagi peneliti untuk melakukan penelitian dengan menggunakan salah satu layanan dalam konseling.

Layanan konseling dapat digunakan untuk membantu siswa dalam mengentaskan permasalahan yang dialami dengan menggunakan salah satu layanan konseling yaitu layanan konseling kelompok. Dalam tesis berikut

ini, merupakan penelitian yang menggunakan layanan konseling kelompok yang dilakukan oleh Failasufah dengan judul penelitian yaitu Efektivitas Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di MAN Yogyakarta III. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan menggunakan konseling kelompok untuk mengatasi motivasi belajar rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor motivasi belajar mengalami peningkatan dari sebelum *treatment* dan sesudah *treatment*.

Upaya untuk membantu siswa yang memiliki motivasi rendah diperlukan misalnya dengan konseling kelompok agar permasalahan siswa dapat diselesaikan dengan baik. Layanan konseling kelompok adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pikiran dan perilaku yang disadari, dibina, dalam suatu kelompok mengungkapkan diri kepada sesama anggota dan konselor, dimana komunikasi antar pribadi tersebut dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan penerimaan diri terhadap nilai-nilai kehidupan dan segala tujuan hidup serta untuk belajar perilaku tertentu ke arah yang lebih baik (Winkel, 2014:198). Permasalahan yang dialami siswa terkait dengan motivasi belajar dapat dipengaruhi oleh berbagai permasalahan, baik itu permasalahan pribadi, keluarga maupun teman sebaya. Proses dalam konseling kelompok dapat dilaksanakan dengan baik oleh masing-masing anggota kelompok agar permasalahan yang dialami dapat terentaskan, sehingga masing-masing anggota kelompok dapat mengembangkan diri dengan baik.

Penelitian lain yang terkait dengan motivasi belajar dengan teknik yang berbeda yaitu dari penelitian tentang penerapan model *self regulated learning* pernah dilakukan oleh Hidayat dengan judul penelitian “Pengaruh Penerapan Model *Self Regulated Learning* Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Penjas di Sekolah Dasar di SD Negeri Cisititu 1 Kota Bandung”. Penelitian ini dilakukan dengan menerapkan model *self regulated learning* terhadap motivasi belajar siswa dalam pembelajaran penjas di sekolah dasar. Hasil dari penelitian yang dilakukan dengan penerapan pendekatan model *self regulated learning* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap motivasi belajar siswa.

Penjelasan mengenai hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Failasufah dan Hidayat, sehingga peneliti bermaksud untuk menguji pengaruh konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning*. Konseling Kelompok dapat digunakan untuk mengentaskan permasalahan yang menjadi penyebab dari motivasi belajar rendah, selain itu peneliti menerapkan strategi *self regulated learning* untuk mengatur regulasi diri dalam belajar. *Self regulated learning* merupakan kombinasi ketrampilan belajar akademik dan pengendalian diri yang membuat pembelajaran terasa lebih mudah, sehingga para siswa lebih termotivasi.

Berdasarkan pernyataan di atas, merupakan hal yang melatar belakangi peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul yaitu pengaruh konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* terhadap peningkatan motivasi belajar.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: apakah ada pengaruh konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* terhadap peningkatan motivasi belajar pada siswa kelas VIII C SMP Negeri 11 Magelang?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan hasil perumusan masalah, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menguji pengaruh konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* terhadap peningkatan motivasi belajar pada siswa kelas VIII C SMP Negeri 11 Magelang.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat teoritis**

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah untuk menambah khazanah keilmuan tentang motivasi belajar.

### **2. Manfaat praktis**

Manfaat yang diharapkan secara praktis dalam penelitian ini adalah sebagai acuan guru pembimbing dalam meningkatkan motivasi belajar melalui konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning*.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Motivasi Belajar**

##### **1. Pengertian Motivasi Belajar**

Motivasi berasal dari kata kerja latin *movere* (menggerakkan). Ide tentang pergerakan ini tercermin dalam ide-ide *common sense* mengenai motivasi, seperti sebagai sesuatu yang membuat diri kita memulai mengerjakan tugas, menjaga diri kita tetap mengerjakannya, dan membuat diri kita menyelesaikannya (Schunk, 2012: 6). Mencermati pengertian motivasi, bahwa motivasi merupakan faktor yang penting untuk membuat diri kita melakukan suatu tindakan. Tindakan yang bersumber dari dorongan dasar atau internal di luar diri individu sebagai upaya untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

Sejalan dengan motivasi, pengertian mengenai motivasi belajar berdasarkan pendapat Alderfer (dalam Failasufah, 2011) adalah kecenderungan siswa dalam melakukan segala kegiatan belajar yang didorong oleh hasrat untuk mencapai prestasi atau hasil belajar sebaik mungkin. Pengertian menurut Alderfer dapat dipahami bahwa motivasi belajar merupakan dorongan yang bersumber dari keinginan untuk mencapai tujuan belajar dalam hal ini untuk mencapai prestasi atau hasil belajar sebaik mungkin.

Pendapat mengenai motivasi belajar berdasarkan pendapat Brophy (dalam Ghullam, 2011) menyatakan bahwa motivasi belajar lebih

mengutamakan respon kognitif yaitu kecenderungan siswa untuk mencapai aktivitas akademis yang bermakna dan bermanfaat serta mencoba untuk mendapatkan keuntungan dari aktivitas tersebut. Memahami pendapat Brophy, bahwa siswa yang memiliki motivasi belajar akan memperhatikan pelajaran yang disampaikan, membaca materi sehingga bisa memahaminya, dan menggunakan strategi-strategi belajar tertentu yang mendukung. Selain itu, siswa juga memiliki keterlibatan yang intens dalam aktivitas belajar, rasa ingin tahu yang tinggi, mencari bahan-bahan yang berkaitan untuk memahami suatu topik, dan menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru.

Berdasarkan pendapat ahli yaitu Alderler dan Brophy dapat dipahami bahwa motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak dari dalam diri siswa yang didasari oleh dorongan internal (dalam) maupun eksternal (luar) untuk mengadakan perubahan tingkah laku, yang menimbulkan kegiatan belajar untuk mencapai tujuan belajar.

## 2. Ciri-ciri Motivasi Belajar

Ada beberapa teori-teori yang perlu diketahui, diantaranya menurut tokoh Mc. Dougall dari teori insting, tindakan manusia dikatakan selalu berkaitan dengan insting atau pembawaan dalam memberikan respons terhadap adanya kebutuhan seolah-olah tanpa dipelajari. Menurut Freud dalam teori psikoanalitik, teori ini mirip dengan teori insting, tetapi lebih ditekankan pada unsur-unsur kejiwaan yang ada pada diri manusia, bahwa

setiap tindakan manusia karena adanya unsur pribadi manusia yakni id dan ego. Selanjutnya, untuk melengkapi uraian mengenai makna dan teori tentang motivasi itu, perlu dikemukakan adanya beberapa ciri motivasi. Motivasi yang ada pada diri setiap orang itu memiliki ciri-ciri sebagai berikut (Sardiman, 2014: 83) :

- a. Tekun menghadapi tugas (dapat bekerja terus-menerus dalam waktu yang lama, tidak pernah berhenti sebelum selesai)
- b. Ulet menghadapi kesulitan (tidak lekas putus asa). Tidak memerlukan dorongan dari luar untuk berprestasi sebaik mungkin (tidak cepat puas dengan prestasi yang telah dicapainya).
- c. Lebih senang bekerja sendiri.
- d. Cepat bosan pada tugas-tugas yang rutin (hal-hal yang bersifat mekanis, berulang-ulang begitu saja, sehingga kurang kreatif).
- e. Dapat mempertahankan pendapatnya (kalau sudah yakin akan sesuatu).
- f. Tidak mudah melepaskan hal yang diyakini itu.
- g. Senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal.

Memahami ciri-ciri dari motivasi menurut Sardiman berdasarkan teori Mc. Dougall dari teori insting dan Sigmund Freud dalam teori psikoanalitik tersebut, diantaranya tekun dalam belajar, ulet menghadapi kesulitan, senang mengerjakan tugas sendiri, cepat bosan dengan tugas-tugas yang rutin sehingga merasa kurang kreatif, dapat mempertahankan pendapatnya, tidak mudah melepaskan hal yang diyakini, senang mencari

dan memecahkan soal-soal untuk selalu mengasah kemampuan dalam mata pelajaran. Ciri-ciri yang telah disebutkan memberikan pemahaman, apabila siswa tidak memiliki ciri-ciri tersebut, maka siswa memiliki motivasi belajar rendah.

Pendapat dari ahli lain mengenai ciri-ciri motivasi belajar berdasarkan pendapat Uno (2007 : 23), dapat diklasifikasikan sebagai berikut :

- a. Adanya hasrat dan keinginan berhasil
- b. Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar
- c. Adanya harapan dan cita-cita masa depan
- d. Adanya penghargaan dalam belajar
- e. Adanya kegiatan yang menarik dalam belajar
- f. Adanya lingkungan belajar yang kondusif

Berdasarkan ciri-ciri motivasi belajar dari pendapat Uno, dapat dipahami bahwa adanya dorongan yang berasal dari dalam diri siswa itu sendiri. Siswa yang memiliki motivasi belajar rendah tidak memiliki ciri-ciri motivasi belajar berdasarkan pendapat Uno tersebut. Selain itu, siswa dipengaruhi oleh keadaan lingkungan sekitar siswa itu sendiri, sehingga motivasi belajar rendah bukan hanya pengaruh dari luar lingkungan diri siswa, namun dapat pula dipengaruhi oleh diri siswa itu sendiri.

Pendapat dari dua tokoh mengenai ciri-ciri motivasi belajar yang telah disebutkan, bahwa adanya siswa yang memiliki ciri-ciri motivasi belajar maka dapat dikatakan memiliki motivasi belajar tinggi.

Sebaliknya, apabila siswa tidak memiliki ciri-ciri motivasi belajar dalam diri siswa, maka siswa tersebut memiliki motivasi belajar rendah. Perlu adanya penanganan khusus untuk menangani masalah motivasi belajar. Penanganan masalah motivasi belajar, seperti konseling kelompok, konseling kelompok dengan *self regulated learning*, dan lain sebagainya.

### 3. Fungsi Motivasi Belajar

Serangkaian kegiatan yang dilakukan oleh masing-masing pihak itu sebenarnya dilatarbelakangi oleh sesuatu atau yang secara umum dinamakan motivasi. Motivasi inilah yang mendorong mereka untuk melakukan suatu kegiatan/pekerjaan. Begitu juga untuk belajar sangat diperlukan adanya motivasi. Hasil belajar akan menjadi optimal, kalau ada motivasi. Makin tepat motivasi yang diberikan, akan makin berhasil pula pelajaran itu. Jadi motivasi akan senantiasa menentukan intensitas usaha belajar bagi para siswa. Sehubungan dengan hal tersebut, ada tiga fungsi motivasi (Sardiman, 2014: 85) antara lain :

- a. Mendorong manusia untuk berbuat, jadi sebagai penggerak atau motor yang melepaskan energi. Motivasi dalam hal ini merupakan penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan.
- b. Menentukan arah perbuatan, yakni kearah tujuan yang hendak dicapai. Dengan demikian motivasi dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuannya.
- c. Menyeleksi perbuatan, yakni menentukan perbuatan-perbuatan apa yang harus dikerjakan yang serasi guna mencapai tujuan, dengan

menyisihkan perbuatan-perbuatan yang tidak bermanfaat bagi tujuan tersebut. Seseorang siswa yang akan menghadapi ujian dengan harapan dapat lulus, tentu akan melakukan kegiatan belajar dan tidak akan menghabiskan waktunya untuk bermain kartu atau membaca komik, sebab tidak serasi dengan tujuan.

Berdasarkan pendapat Hamalik (2007 : 175), motivasi mendorong timbulnya tingkah laku dan mempengaruhi serta mengubah tingkah laku, jadi dapat dirumuskan fungsi motivasi belajar itu adalah :

- a. Mendorong timbulnya tingkah laku atau perbuatan. Tanpa motivasi tidak akan timbul perbuatan seperti belajar.
- b. Sebagai pengarah, artinya mengarahkan perbuatan kepada pencapaian tujuan yang diinginkan dalam belajar.
- c. Sebagai penggerak. Ia berfungsi sebagai mesin mobil, besar kecilnya motivasi belajar menentukan cepat atau lambatnya suatu pekerjaan.

Memahami ketiga fungsi tersebut, bahwa motivasi bersumber dari dalam diri individu yang terwujud melalui perbuatan. Selain ditandai dengan munculnya perbuatan, motivasi sebagai pengarah, dimana dalam menentukan

#### 4. Jenis-jenis Motivasi Belajar

Berbicara tentang macam atau jenis motivasi dapat dilihat dari berbagai sudut pandang berdasarkan pendapat dari Arden N. Frandsen (dalam Sardiman, 2014: 86), yaitu sebagai berikut:

a. Motivasi dilihat dari dasar pembentukannya

1) Motif-motif bawaan

Yang dimaksud dengan motif bawaan adalah motif yang dibawa sejak lahir, jadi motivasi itu ada tanpa dipelajari. sebagai contoh misalnya dorongan untuk makan, untuk beristirahat, dorongan seksual. Motif ini sering kali disebut motif secara biologis. Relevan dengan ini, maka Arden N. Frandsen memberi istilah motif *physiological drives*.

2) Motif yang dipelajari.

Maksudnya motif-motif yang timbul karena dipelajari, sebagai contoh : dorongan untuk belajar suatu cabang ilmu pengetahuan, dorongan untuk mengajar sesuatu di dalam masyarakat. Motif ini sering diisyaratkan secara sosial. Frandsen mengistilahkan dengan *affiliative needs*.

b. Motivasi Intrinsik dan Ekstrinsik

1) Motivasi Intrinsik

Yang dimaksud dengan motivasi instrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirancang dari luar, karena dalam diri setiap individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu sebagai contoh konkret, seorang siswa itu melakukan kegiatan belajar karena betul-betul ingin mendapat pengetahuan, nilai dan ketrampilan agar dapat berubah tingkah lakunya secara konstruktif tidak karena tujuan yang lain-lain.

## 2) Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang aktif dan berfungsinya karena adanya perangsang dari luar. Sebagai contoh seseorang itu belajar, karena tahu besok paginya akan ujian dengan harapan mendapatkan nilai baik, sehingga akan dipuji oleh pacarnya atau temannya.

Berdasarkan pendapat Arden N. Frandsen tentang jenis-jenis motivasi dari sudut pandang berbeda yang menjadi penyebab timbulnya motivasi belajar, memberikan gambaran bagi peneliti bahwa motivasi dari sudut dasar pembentukannya, motivasi dipengaruhi oleh motif bawaan sejak lahir dan motif yang dipelajari seiring dengan berkembangnya kemampuan individu. Selain itu, Motivasi dari pengaruh yang diperoleh terbagi menjadi dua yaitu motivasi dipengaruhi oleh diri sendiri (motivasi intrinsik) dan motivasi yang dipengaruhi oleh orang lain atau dari luar individu itu sendiri (motivasi ekstrinsik). Motivasi menjadi dasar dari penggerak dalam diri seseorang untuk melakukan tindakan. Tindakan yang dilakukan sebagai langkah untuk mencapai tujuan yang akan dicapai.

## **B. Konseling Kelompok dengan Strategi *Self Regulated Learning***

### 1. Konseling Kelompok

#### a. Pengertian Konseling Kelompok

Konseling kelompok (*group counseling*) merupakan proses konseling dengan memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberi umpan balik (*feedback*) dan pengalaman belajar. Konseling kelompok dalam prosesnya menggunakan prinsip-prinsip dinamika kelompok (*group dynamic*).

Pengertian konseling kelompok menurut Ohlsen (dalam Winkel, 2014 : 590), merupakan proses interaksi dalam kelompok konseling yang mengandung banyak unsur terapeutik, yang penekanannya pada pengalaman dan masalah yang disadari, pada penyelesaian persoalan dalam waktu tidak terlalu lama, dan perkembangan yang optimal. Memahami pendapat Ohlsen, bahwa konseling kelompok merupakan proses konseling yang berbeda dengan kelompok terapi, karena penekanannya pada penyelesaian persoalan yang dialami anggota kelompok dan penyelesaiannya dalam waktu yang tidak terlalu lama, selain itu hasil dari proses konseling kelompok mengacu pada perkembangan anggota kelompok yang optimal.

Konseling kelompok menurut Gazda (dalam Latipun, 2010: 118) adalah :

*“Group counseling is a dynamic interpersonal process focusing on conscious thought and behavior and involving*

*the therapy functions of permissiveness, orientation to reality, catharsis, and mutual trust, caring, understanding, acceptance, and support. The therapy functions are created and nurtured in small group through the sharing of personal concerns with one's peer and the counselor."*

Berdasarkan pengertian di atas, maka konseling kelompok secara prinsipil adalah sebagai berikut : Konseling kelompok merupakan hubungan antara (beberapa) konselor dengan beberapa klien, konseling kelompok berfokus pada pemikiran dan tingkah laku yang disadari, dalam konseling kelompok terdapat faktor-faktor yang merupakan aspek terapi bagi klien, konseling kelompok bermaksud memberikan dorongan dan pemahaman kepada klien, untuk memecahkan masalah yang dihadapi klien. Pendapat mengenai konseling kelompok memberikan pemahaman bahwa, suatu proses yang dilakukan beberapa orang dalam satu anggota kelompok untuk memecahkan masalah yang dihadapi masing-masing anggota kelompok, sehingga masalah yang dihadapi anggota kelompok dapat terselesaikan dengan baik serta berkembang sesuai dengan tahap perkembangannya.

Pengertian yang telah dikemukakan oleh Gazda dan Ohlsen, peneliti dapat menyimpulkan bahwa konseling kelompok adalah suatu layanan yang dilakukan oleh konselor atau pemimpin kelompok untuk membantu memecahkan masalah masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok konseling agar tercapai perkembangan pribadi yang optimal.

#### b. Tujuan Konseling Kelompok

Tujuan konseling kelompok menurut Prayitno (dalam Tohirin, 2014: 173), secara umum adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasinya, melalui layanan konseling kelompok, hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa diungkap dan didinamikakan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi siswa secara optimal. Layanan konseling kelompok juga dapat mengentaskan masalah klien (siswa) dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Tujuan lain dari konseling kelompok dikemukakan oleh Shertzer dan Stone (dalam Winkel, 2014 : 593) yaitu konseling kelompok dapat bermanfaat sekali karena melalui interaksi dengan semua anggota kelompok dapat memenuhi beberapa kebutuhan psikologis, seperti kebutuhan untuk menyesuaikan diri dengan teman-teman sebaya dan diterima, kebutuhan untuk bertukar pikiran dan berbagai perasaan, kebutuhan menemukan nilai-nilai kehidupan sebagai pegangan dan kebutuhan untuk menjadi lebih independen serta lebih mandiri.

Berdasarkan tujuan yang dikemukakan oleh Prayitno dan Shertzer & Stone di atas, peneliti dapat memahami bahwa tujuan dari konseling kelompok adalah suatu proses layanan konseling

kelompok yang memunculkan interaksi antar anggota kelompok sebagai proses belajar bagi masing-masing anggota kelompok dalam mengentaskan masalah yang dialami secara bersama-sama untuk mencapai proses perkembangan individu menjadi lebih baik.

c. Ciri-Ciri Konseling Kelompok

Ciri-ciri dari konseling kelompok berdasarkan pendapat Winkel (2014: 592) mengungkapkan beberapa ciri-ciri konseling kelompok antara lain:

- 1) Konseling kelompok dimaksudkan bagi individu yang sedang menghadapi suatu persoalan yang membutuhkan penanganan khusus melalui suatu proses konseling bersama.
- 2) Konseling kelompok mengupayakan perubahan sikap dan perilaku secara langsung dengan membahas dan membicarakan bersama suatu topik atau permasalahan tertentu pada taraf pengolahan kognitif dan penghayatan afektif.
- 3) Pelaksanaan konseling kelompok berlangsung dalam kelompok yang kecil.
- 4) Layanan konseling kelompok lebih bercirikan komunikasi antar pribadi diantara anggota kelompok serta menggali lebih dalam budi dan hati masing-masing individu sebagai anggota kelompok.

Memahami pendapat Winkel, bahwa ciri-ciri konseling kelompok pada poin (1) menjelaskan layanan konseling kelompok sebagai

upaya dalam mengentaskan permasalahan yang dialami anggota kelompok dan penyelesaiannya secara bersama dalam proses konseling tersebut. Selanjutnya, pada poin 2) dapat dipahami bahwa kegiatan konseling kelompok berupaya terwujudnya perubahan sikap melalui pembahasan permasalahan secara tuntas. Poin 3) dan 4) dapat dipahami bahwa konseling kelompok berlangsung pada kelompok kecil dan konseling kelompok bercirikan komunikasi antar pribadi dalam prosesnya, sehingga dapat terbentuknya dinamika kelompok yang dapat menghidupkan suasana keakraban dalam kelompok.

Berbeda dengan pendapat Winkel di atas, terdapat pendapat Wibowo (2005: 38-39) menjelaskan bahwa konseling kelompok memiliki beberapa ciri-ciri, yang membedakannya dengan bimbingan kelompok. Berikut ciri-ciri konseling kelompok :

- 1) Konseling kelompok membahas dan memecahkan masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing individu sebagai anggota kelompok.
- 2) Konseling kelompok memberikan upaya langsung untuk mengubah sikap dan perilaku anggota kelompok.
- 3) Keanggotaan dalam konseling kelompok sangat tergantung kepada kadar kekuatan kebersamaan (*cohesiveness*) serta kesediaan setiap anggota kelompok untuk saling peduli terhadap sesama anggota kelompok yang lain.

- 4) Adanya komunikasi antar pribadi di antara anggota kelompok serta menggali lebih dalam budi dan hati masing-masing anggota kelompok.
- 5) Konseling kelompok merupakan upaya pemberian bantuan kepada individu dalam rangka memberikan kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya, selain bersifat pencegahan konseling kelompok bersifat penyembuhan.
- 6) Konseling kelompok fokus pada tingkah laku masing-masing anggota kelompok dan perkembangan atau perubahan dalam kelompok.
- 7) Pembicaraan dalam konseling kelompok bersifat pribadi dan rahasia.
- 8) Suasana interaksi dalam konseling kelompok bersifat multiarah, mendalam dan tuntas dengan melibatkan aspek kognitif, afektif dan aspek-aspek kepribadian lainnya.

Memahami pendapat Wibowo, bahwa ciri-ciri konseling kelompok antara lain proses konseling kelompok berfokus pada pengentasan masalah masing-masing anggota serta berorientasi pada perubahan tingkah laku kearah yang lebih baik, terwujudnya dinamika kelompok apabila anggota kelompok mewujudkan komunikasi antarpribadi yang efektif, konseling kelompok berupaya pada perkembangan pribadi yang sesuai pada tahap perkembangannya

melalui pembahasan masalah secara tuntas melibatkan aspek kognitif, afektif dan aspek-aspek kepribadian lainnya.

Memahami kedua pendapat dari Winkel dan Wibowo bahwa ciri-ciri konseling dari pendapat Winkel menggambarkan secara umum mengenai konseling kelompok itu sendiri, namun mencermati pendapat Wibowo, ciri-ciri konseling kelompok disajikan secara lebih rinci sehingga memberikan pemahaman secara luas mengenai ciri-ciri konseling kelompok.

d. Tahapan Pelaksanaan Konseling Kelompok

Tahapan kegiatan konseling kelompok terdiri dari berbagai tahap kegiatan yang dapat dilaksanakan. Berdasarkan pendapat Prayitno (dalam Kurnanto, 2014: 150) membagi tahap kegiatan konseling kelompok menjadi empat tahap, yaitu:

1) Tahap I : Pembentukan Kelompok

Tahap pembentukan kelompok sering disebut dengan tahap awal dalam konseling kelompok. Tahap awal adalah saat-saat orientasi dan penggalan yang meliputi penentuan struktur kelompok, pengenalan dan penggalan harapan dan keinginan anggotanya. Dalam tahap ini anggota mempelajari fungsi kelompok, memperjelas harapan-harapan mereka, mempertegas tujuan-tujuan mereka dan mencari posisinya dalam kelompok.

Kegiatan – kegiatan yang harus dilakukan pada tahap awal adalah : mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan konseling kelompok, menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan konseling kelompok., saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri, dan permainan penghangatan/ pengakraban.

## 2) Tahap II : Peralihan

Tahap peralihan merupakan jembatan antara tahap pertama dengan tahap ketiga. Adapun tujuan dari tahap peralihan adalah terbebaskannya anggota dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya, makin mantapnya suasana kelompok dan kebersamaan, makin mantapnya minat untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok.

Kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan pada tahap ini adalah : menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap tiga), membahas suasana yang terjadi, meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota, dan kalau perlu kembali ke beberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).

### 3) Tahap III : Kegiatan

Tahap kegiatan bertujuan membahas suatu masalah atau topik yang relevan dengan kehidupan anggota secara mendalam dan tuntas. Dalam tahap ini konseli belajar materi-materi baru, diskusi dengan baik tentang berbagai topik personal dan kerja terapeutik.

Kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan pada tahap ini adalah : masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah, menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu, anggota membahas masing-masing masalah secara mendalam dan tuntas, dan kegiatan selingan.

### 4) Tahap IV : Penutup

Tahap penutup merupakan penilaian dan tindak lanjut adanya tujuan terungkapnya kesan-kesan anggota kelompok tentang pelaksanaan kegiatan, terungkapnya hasil kegiatan kelompok yang telah dicapai yang dikemukakan secara mendalam dan tuntas, terumuskan rencana kegiatan lebih lanjut, tetap dirasakannya hubungan kelompok dan rasa kebersamaan meskipun kegiatan diakhiri.

Kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan pada tahap ini adalah : pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pemimpin dan anggota kelompok

mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan, membahas kegiatan lanjutan, mengemukakan pesan dan harapan.

Pendapat Prayitno yang telah disebutkan di atas, merupakan kegiatan dari proses konseling kelompok. kegiatan konseling kelompok ini banyak digunakan, maka dari itu penulis menggunakan tahapan konseling kelompok menurut Prayitno dalam kegiatan penelitian.

Pelaksanaan konseling kelompok berdasarkan pendapat Prayitno berbeda dengan tahapan dari kutipan buku karangan Tohirin (2014: 173) yang menempuh tahapan-tahapan sebagai berikut:

1) Tahap Perencanaan

Tahap perencanaan mencakup kegiatan sebagai berikut :

- a) Membentuk kelompok. Ketentuan membentuk kelompok sama dengan bimbingan kelompok. Jumlah anggota kelompok dalam konseling kelompok antara 8-15 orang.
- b) Mengidentifikasi dan meyakinkan klien (siswa) tentang perlunya masalah dibawa ke dalam layanan konseling kelompok.
- c) Menempatkan klien (siswa) dalam kelompok.
- d) Menyusun jadwal kegiatan.
- e) Menetapkan prosedur layanan.
- f) Menetapkan fasilitas layanan.

g) Menyiapkan kelengkapan administrasi.

Berdasarkan tahapan dari point a yaitu membentuk kelompok sampai point g yaitu menyiapkan kelengkapan administrasi merupakan tahapan yang pertama dalam proses kegiatan konseling kelompok. Pelaksanaan tahap perencanaan konseling kelompok dapat memberikan gambaran terhadap pemimpin kelompok sebelum dimulainya kegiatan konseling kelompok. Kegiatan tersebut mencakup hal-hal yang dipersiapkan pemimpin kelompok sebelum memulai tahap kegiatan konseling kelompok.

## 2) Pelaksanaan

Pelaksanaan mencakup kegiatan sebagai berikut:

- a) Mengkomunikasikan rencana layanan konseling kelompok.
- b) Mengorganisasikan kegiatan layanan konseling kelompok.
- c) Menyelenggarakan layanan konseling kelompok melalui tahap-tahap yaitu pembentukan, peralihan, kegiatan, dan pengakhiran.

Pada tahap pelaksanaan yang mencakup tiga tahap dari mulai mengkomunikasikan rencana layanan sampai menyelenggarakan layanan merupakan proses memasuki tahap kegiatan dalam konseling kelompok diantaranya dimulai dari tahap pembentukan, peralihan, kegiatan dan tahap penutup. Pelaksanaan konseling kelompok dapat diselingi dengan

kegiatan game yang sederhana agar anggota kelompok tidak jenuh.

3) Evaluasi

Dalam kegiatan evaluasi mencakup kegiatan sebagai berikut :

- a) Menetapkan materi evaluasi
- b) Menetapkan prosedur evaluasi
- c) Menyusun instrumen evaluasi
- d) Mengoptimalkan instrumen evaluasi
- e) Mengolah hasil aplikasi instrumen.

Kegiatan evaluasi dari point a yaitu menetapkan materi evaluasi sampai pada point terakhir yaitu mengolah hasil aplikasi instrumen dapat dipahami oleh penulis bahwa tujuan kegiatan ini untuk mengevaluasi jalannya konseling kelompok yang telah dilakukan. Konseling kelompok yang telah dilakukan dievaluasi dengan memberikan beberapa pertanyaan kepada anggota konseling kelompok. Jawaban dari anggota kelompok dapat memberikan gambaran kepada pemimpin konseling kelompok sebagai bahan koreksi untuk melaksanakan konseling kelompok lebih baik.

4) Analisis hasil evaluasi

Analisis hasil evaluasi mencakup kegiatan sebagai berikut :

- a) Menetapkan standar norma atau standar analisis.
- b) Melakukan analisis

c) Menafsirkan hasil analisis

Analisis hasil evaluasi merupakan proses kegiatan dimana evaluasi yang telah dilakukan ditetapkan standar norma atau standar analisisnya sesuai dengan standar analisis yang dikehendaki sehingga proses kegiatan konseling kelompok dapat memberikan manfaat baik bagi pemimpin kelompok maupun anggota konseling kelompok.

5) Tindak lanjut

Tindak lanjut mencakup kegiatan sebagai berikut :

- a) Menetapkan jenis dan arah tindak lanjut.
- b) Mengkomunikasikan rencana tindak lanjut kepada pihak-pihak terkait.
- c) Melaksanakan rencana tindak lanjut.

Kegiatan tindak lanjut merupakan langkah yang dilakukan untuk memberikan tindak lanjut yang tepat bagi anggota konseling kelompok. Dilakukan dimulai dari menetapkan jenis dan arah tindak lanjut, mengkomunikasikan rencana tindak lanjut dan melaksanakan kegiatan tindak lanjut. Kegiatan tindak lanjut ini sebagai langkah lanjutan dari kegiatan konseling kelompok apabila diperlukan.

6) Laporan

Dalam kegiatan laporan mencakup kegiatan sebagai berikut:

- a) Menyusun laporan layanan konseling kelompok

- b) Menyampaikan laporan kepada kepala sekolah atau madrasah dan kepada pihak-pihak lain yang terkait.
- c) Mengkomunikasikan laporan layanan.

Tahapan layanan konseling kelompok menurut Tohirin di atas, terdapat beberapa tahapan yang dilakukan dalam kegiatan konseling kelompok. Tahapan dalam konseling kelompok dilakukan secara rinci dari mulai tahap perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, analisis hasil evaluasi, tindak lanjut, dan yang terakhir tahap laporan. Pada tahap pelaksanaan terdapat kegiatan yang dilakukan yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan dan penutup, sehingga dapat dipahami bahwa tahapan konseling kelompok menurut Tohirin menjelaskan secara utuh gambaran tahapan kegiatan dalam konseling kelompok.

Mencermati pendapat Tohirin dan Prayitno mengenai tahapan konseling kelompok di atas, bahwa terdapat persamaan pada tahapan kegiatan. Tahap kegiatan yang sama dalam pelaksanaan konseling kelompok yaitu tahap pembentukan, peralihan, kegiatan dan tahap penutup. Tahapan konseling kelompok merupakan tahapan yang menjadi satu kesatuandimana antara kegiatan yang satu dengan kegiatan yang lainnya tidak dibatasi jeda waktu.

## 2. Strategi *Self Regulated Learning*

### a. Pengertian Strategi *Self regulated learning*

Strategi *Self regulated learning* dalam bahasa Indonesia disamakan dengan strategi pembelajar yang diatur sendiri. Bandura (dalam Alwisol, 2009: 286) berpendapat bahwa dinamika proses beroperasinya *self regulated learning* antara lain terjadi dalam subproses yang berisi *self-observation*, *self-judgement*, dan *self response*. Ketiganya memiliki hubungan yang sifatnya saling berkaitan seiring dengan konteks persoalan yang mereka hadapi. Memahami pengertian menurut Bandura, Strategi *self regulated learning* adalah proses dari berjalannya observasi diri (*self observation*) sebagai proses memahami diri sendiri, perilaku sendiri, dan menjaga apa yang ada dalam diri, keputusan (*judgement*), dimana membandingkan apa yang dilihat dengan suatu standar keputusan, respon diri (*self response*), jika diri kita lebih baik dalam perbandingan dengan standar kita, kita memberi penghargaan jawaban diri pada diri kita sendiri.

Pengertian dari ahli lain Zimmerman (dalam Kosnir, 2007: 221) yaitu :

*Self-regulated learning strategies as "actions and processes directed at acquiring information or skill that involve agency, purpose, and instrumentality perceptions by learners. Self-regulated learning involves the use of motivational and learning strategies to the degree that students are motivationally, metacognitively, and behaviourally active participants in their own learning processes.*

Pengertian dari Zimmerman dapat artikan bahwa *self regulated learning* (strategi pembelajaran mandiri) sebagai tindakan dan proses yang diarahkan pada memperoleh informasi atau keterampilan yang melibatkan lembaga, tujuan, dan persepsi perantaranya oleh peserta didik. *Self regulated learning* melibatkan penggunaan motivasi dan strategi pembelajaran melalui tingkatan bahwa motivasi siswa, meta-kognitif, dan perilaku peserta aktif dalam proses pembelajaran mereka sendiri. Berdasarkan pengertian dari Zimmerman, peneliti dapat memahami bahwa *self regulated learning* merupakan strategi pembelajar yang aktif dari pembelajar itu sendiri sebagai tindakan yang melibatkan motivasi, metakognitif dan perilaku peserta pembelajar yang aktif dalam proses pembelajaran yang dilakukan.

Berdasarkan pengertian di atas, peneliti dapat memahami bahwa *Self regulated learning* adalah suatu proses dimana seseorang aktif berusaha memonitor dan mengatur metakognisi, motivasi dan perilaku untuk menetapkan tujuan belajarnya.

b. Faktor yang Mempengaruhi Strategi *Self Regulated Learning*

Menurut Zimmerman (dalam Puspitasari, 2013) setidaknya terdapat 3 faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* antara lain :

- 1) Faktor Pribadi, siswa dapat menggunakan proses pribadi untuk mengatur strategi perilaku dan lingkungan belajar segera.
- 2) Faktor Perilaku, siswa secara proaktif menggunakan strategi *self evaluation* sehingga mendapatkan informasi dan terus memeriksa melalui umpan balik.
- 3) Faktor Lingkungan, siswa proaktif menggunakan strategi manipulasi lingkungan yang melibatkan intervensi ruang urutan perilaku mengubah respon, seperti menghilangkan kebisingan, mengatur pencahayaan yang memadai, dan mengatur tempat untuk menulis.

Memahami faktor-faktor yang mempengaruhi *self regulated learning* terdapat faktor pribadi, perilaku dan lingkungan, ketiga faktor tersebut saling berhubungan dalam kegiatan aktif dan secara sadar mengatur dirinya dalam belajar. Siswa yang dapat melakukan kegiatan belajar secara aktif memiliki strategi *self regulated learning* yang baik dalam belajarnya, sehingga dapat mencapai tujuan belajar seperti mendapatkan nilai tinggi dengan mudah.

Pendapat lain dari Bandura (dalam Alwisol, 2009: 285-

7) ada dua faktor yang mempengaruhi strategi *self regulated learning*, yaitu :

### 1) Faktor Eksternal

Faktor eksternal mempengaruhi regulasi diri dengan dua cara, pertama faktor eksternal memberi standar untuk mengevaluasi tingkah laku. Faktor lingkungan berinteraksi dengan pengaruh pribadi, membentuk standar evaluasi diri seseorang. Melalui orang tua dan guru anak belajar baik dan buruk, tingkah laku yang dikehendaki dan tidak dikehendaki. Melalui pengalaman berinteraksi dengan lingkungan yang lebih luas anak kemudian mengembangkan standar yang akan dipakai untuk menilai prestasi diri. Kedua, faktor eksternal mempengaruhi regulasi diri dalam bentuk penguatan (reinforcement). Hadiah intrinsik tidak selalu memberi kepuasan, orang membutuhkan insentif yang berasal dari lingkungan eksternal.

### 2) Faktor Internal

Faktor eksternal berinteraksi dengan faktor internal dalam pengaturan diri sendiri. Bandura mengemukakan tiga bentuk pengaruh internal, yaitu :

- a) Observasi diri (self observation): dilakukan berdasarkan faktor kualitas penampilan, kuantitas penampilan, orisinal tingkah laku diri, dan seterusnya. Orang harus mampu memonitor performansinya,

walaupun tidak sempurna karena orang cenderung memilih beberapa aspek dari tingkah lakunya dan mengabaikan tingkah lakunya yang lain.

- b) Proses penilaian atau mengadili tingkah laku (judgemental process): melihat kesesuaian tingkah laku dengan standar pribadi, membandingkan tingkah laku dengan norma standar atau dengan tingkah laku orang lain, menilai berdasarkan pentingnya suatu aktivitas, dan memberi atribusi performansi.
- c) Reaksi diri afektif (self response): berdasarkan pengamatan dan judgement itu, orang mengevaluasi diri sendiri positif atau negatif, dan kemudian menghadahi atau menghukum dirinya sendiri. Bisa terjadi tidak muncul reaksi afektif, karena fungsi kognitif membuat keseimbangan yang mempengaruhi evaluasi positif atau negatif menjadi kurang bermakna secara individual.

Memahami pendapat Bandura, bahwa faktor yang mempengaruhi strategi *self regulated learning* dipengaruhi oleh faktor eksternal yang bersumber pada luar diri individu yaitu lingkungan dan faktor internal yang bersumber dari dalam individu itu sendiri yang didalamnya terdapat observasi diri, proses penilaian dan reaksi diri

afektif. Kedua faktor tersebut saling berpengaruh terhadap diri individu dalam kegiatan khususnya belajar.

Berdasarkan kedua pendapat dari Zimmerman dan Bandura, bahwa pendapat keduanya mengenai faktor yang mempengaruhi strategi *self regulated learning* sama-sama memandang dari sudut pribadi, perilaku dan ingkungan yang saling berperan dalam pembentukan diri individu dalam mengatur diri individu tersebut melakukan kegiatan belajar.

c. Strategi *Self Regulated Learning*

Pengaturan terhadap diri sendiri kaitannya dengan belajar merupakan gambaran dari *Self regulated learning* (pembelajaran yang diatur sendiri). Seorang ahli pencetus teori kognitif sosial yaitu Albert Bandura. Pembelajar seperti halnya siswa dapat terlibat dalam aktivitas belajar dengan dorongan motivasi belajar untuk mencapai hasil belajar yang maksimal. Dalam kenyataannya masih banyak siswa yang kurang memiliki motivasi dalam belajar. Maka dari itu, siswa tidak hanya mengatur perilakunya sendiri, melainkan mengatur proses-proses pendorong motivasi untuk belajar secara efektif.

Secara khusus Ormrod (2008: 38), *self regulated learning* mencakup proses-proses berikut ini, dimana banyak pada dasarnya bersifat metakognitif :

1) Penetapan Tujuan (*goal setting*)

Pembelajar yang mengatur diri tahu apa yang ingin mereka capai ketika membaca atau belajar mungkin mempelajari fakta-fakta yang spesifik, mendapatkan pemahaman konseptual yang luas tentang suatu topik, atau hanya mendapat pengetahuan yang memadai agar bisa mengerjakan soal ujian dikelas. Biasanya, mereka mengaitkan tujuan-tujuan mereka mengerjakan suatu aktivitas belajar dengan tujuan dan cita-cita jangka panjang.

2) Perencanaan (*planning*)

Pembelajar yang mengatur diri sebelumnya sudah menentukan bagaimana baiknya menggunakan waktu dan sumber daya yang tersedia untuk tugas-tugas belajar.

3) Motivasi Diri (*self motivation*)

Pembelajar yang mengatur diri biasanya memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan kemampuan mereka menyelesaikan suatu tugas belajar dengan sukses. Mereka menggunakan banyak strategi agar tetap terarah pada tugas-barangkali dengan menghiasi tugasnya agar lebih menyenangkan, mengingatkan diri mereka sendiri pentingnya mengerjakan tugas dengan baik, atau menjanjikan kepada diri mereka sendiri hadiah tertentu begitu tugas selesai dikerjakan.

4) Kontrol atensi (*attention control*)

Pembelajar yang mengatur diri berusaha memfokuskan perhatian mereka pada pelajaran yang sedang berlangsung dan menghilangkan dari pikiran mereka hal-hal lain yang mengganggu.

5) Penggunaan strategi belajar yang fleksibel (*flexibel use of learning strategies*)

Pembelajar yang mengatur diri memiliki strategi belajar yang berbeda tergantung tujuan-tujuan spesifik yang ingin mereka capai. Sebagai contoh, bagaimana mereka membaca sebuah artikel mejalah tergantung pada apakah mereka membacanya sebagai sebagai hiburan atausebagai persiapan ujian.

6) Monitor diri (*self monitoring*)

Pembelajar yang mengatur diri terus memonitor kemajuan mereka dalam kerangka tujuan yang telah ditetapkan, dan mereka mengubah strategi belajar atau memodifikasi tujuan bila dibutuhkan.

7) Mencari bantuan yang tepat (*appropriate help seeking*)

Pembelajar yang benar-benar mengatur diri tidak selalu harus berusaha sendiri. Sebaliknya, mereka menyadari bahwa mereka membutuhkan bantuan orang lain dan mencari bantuan semacam itu. Mereka khususnyamungkin meminta bantuan

yang akan memudahkan mereka bekerja secara mandiri di kemudian hari.

8) Evaluasi Diri (*self evaluation*)

Pembelajar yang mampu mengatur diri menentukan apakah mereka pelajari itu telah memenuhi tujuan awal mereka. Idealnya, mereka juga menggunakan evaluasi diri untuk menyesuaikan penggunaan berbagai strategi belajar dalam kesempatan-kesempatan dikemudian hari.

Selain itu, para peneliti yang meneliti mengenai *self regulated learning* menyatakan beberapa strategi berikut ini (dalam Ormrod, 2008: 38) :

- 1) Doronglah siswa untuk menyusun beberapa tujuan belajarnya sendiri dan kemudian memonitor kemajuan mereka dalam kerangka tujuan tersebut.
- 2) Berilah kesempatan pada siswa untuk belajar dan berprestasi tanpa arahan atau bantuan guru, termasuk baik aktivitas belajar yang independen di mana siswa belajar secara mandiri (seperti PR, tugas yang dikerjakan secara individual di kelas) maupun aktivitas kelompok dimana siswa saling membantu satu sama lain belajar (seperti tutor yang dilakukan oleh teman kelas (*peer tutoring*), pembelajaran kooperatif *cooperative learning*).
- 3) Sesekali berikan aktivitas-aktivitas (seperti membuat *paper* penelitian atau aktifitas projek) didalamnya siswa memiliki

keleluasaan yang cukup berkenaan dengan tujuan, penggunaan waktu, dan sebagainya.

- 4) Berikan *scaffolding* sesuai kebutuhan untuk membantu siswa menguasai strategi-strategi mengatur diri (misalnya, tunjukkan kepada mereka cara menggunakan *checklist* untuk mengidentifikasi apa yang perlu mereka lakukan setiap hari dan menentukan kapan mereka menyelesaikan semua tugas yang telah diberikan).
- 5) Contohkan proses-proses kognitif yang bersifat *self regulating* dengan menunjukkan penggunaan proses-proses secara lisan dan jelas, dan kemudian berilah umpan balik konstruktif kepada siswa ketika mereka terlibat dalam proses-proses yang serupa.
- 6) Secara konsisten mintalah siswa mengevaluasi performa mereka sendiri, dan bandingkan assesmen diri yang mereka buat dengan assesmen yang dilakukan guru.

Kegiatan pelaksanaan strategi *self regulated learning*, meliputi mendorong siswa untuk menyusun beberapa tujuan belajarnya sendiri, memberikan kesempatan kepada siswa untuk belajar dan berprestasi tanpa arahan atau bantuan dari guru, sesekali diberikan aktivitas-aktivitas untuk melatih kemandirian siswa dalam belajar, memberikan *scaffolding* sesuai kebutuhan untuk membantu siswa menguasai strategi-strategi mengatur diri, memberikan contoh

proses-proses kognitif yang bersifat *self regulating* dengan menunjukkan penggunaan proses-proses secara lisan, dan meminta siswa mengevaluasi performa atau diri mereka sendiri.

### 3. Konseling Kelompok dengan Strategi *Self Regulated Learning*

#### a. Pengertian Konseling Kelompok dengan Strategi *Self Regulated Learning*

Berdasarkan pengertian konseling kelompok dan strategi *self regulated learning* yang telah dibahas, maka dapat disimpulkan bahwa pengertian konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* adalah suatu layanan konseling kelompok untuk membantu memecahkan masalah masing-masing anggota kelompok dengan menerapkan proses memonitor dan mengatur metakognisi, motivasi dan perilaku untuk menetapkan tujuan belajarnya agar tercapai perkembangan pribadi yang optimal.

#### b. Tahapan pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Strategi *Self Regulated Learning*

Pelaksanaan layanan konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* dengan mengadopsi tahapan konseling kelompok yang dikemukakan Prayitno dengan melalui tahapan diantaranya pembentukan, peralihan, kegiatan dan penutup. Berikut ini merupakan tahapan-tahapan dalam konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning*, antara lain:

### 1) Tahap Pembentukan Kelompok

Kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan pada tahap awal adalah : mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan konseling kelompok, menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan konseling kelompok, saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri, dan permainan/pengakraban.

### 2) Tahap Peralihan

Kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan pada tahap ini adalah : menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya, menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap tiga), membahas suasana yang terjadi, meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota, dan kalau perlu kembali kebeberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).

### 3) Tahap Kegiatan

Kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan pada tahap ini adalah : masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah, menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu, anggota membahas masing-masing masalah secara mendalam dan tuntas. Tahap kegiatan dalam membahas masalah akan dilakukan strategi *self regulated learning*, antara lain: kegiatan penetapan tujuan (*goal setting*), kegiatan perencanaan (*planning*), kegiatan motivasi diri (*self*

*motivation*), kontrol atensi (*attention control*), penggunaan strategi belajar yang fleksibel (*flexible use of learning strategies*) dan evaluasi diri (*self evaluation*). Setiap pertemuan peneliti akan memberikan lembar penugasan yang dikerjakan oleh anggota konseling kelompok. Lembar penugasan ditujukan bagi anggota kelompok agar apa yang telah disampaikan pada kegiatan konseling dapat dibahas secara lebih tuntas.

#### 4) Tahap Penutup

Kegiatan-kegiatan yang harus dilakukan pada tahap ini adalah : pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri, pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan, membahas kegiatan lanjutan, mengemukakan pesan dan harapan.

### **C. Pengaruh Konseling Kelompok dengan Strategi *Self Regulated Learning* terhadap Peningkatan Motivasi Belajar**

Motivasi belajar merupakan suatu dorongan yang dipengaruhi oleh diri sendiri maupun dorongan dari luar diri seseorang itu yang menumbuhkan keinginan untuk belajar dan mengembangkan kemampuan serta perilakunya kearah yang lebih baik untuk mencapai tujuan yang diharapkan dalam belajarnya. Motivasi belajar dan hasil belajar merupakan dua hal yang saling berkaitan. Siswa terlibat dalam aktifitas belajar dengan

dorongan dari motivasi belajar untuk mencapai hasil belajar yang maksimal. Namun kenyataannya masih ada siswa yang kurang memiliki motivasi belajar. Siswa yang memiliki motivasi belajar rendah ditandai dengan beberapa indikator diantaranya sebagai berikut kurang memiliki hasrat dan keinginan berhasil dalam belajar, tidak memiliki dorongan dan kebutuhan dalam belajar, tidak memiliki harapan dan cita-cita masa depan, tidak mendapatkan penghargaan dalam belajar, tidak memiliki kegiatan belajar yang menarik, dan lingkungan belajar yang tidak kondusif. Beberapa siswa yang memiliki indikator motivasi belajar rendah ada di SMP Negeri 11 Kota Magelang terbukti dari hasil wawancara dengan guru pembimbing.

Usaha yang telah dilakukan untuk mengatasi motivasi belajar rendah berupa bimbingan belajar belum dapat sepenuhnya mengentaskan masalah penyebab motivasi belajar rendah. Layanan bimbingan belajar yang dilakukan kurang efektif untuk menyelesaikan permasalahan yang menghambat proses belajar, maka dari itu layanan yang tepat dalam menyelesaikan permasalahan yang dialami siswa dengan menerapkan layanan konseling. Layanan konseling dalam hal ini mengingat tidak hanya satu atau dua orang, maka akan lebih efektif dengan menggunakan layanan konseling kelompok.

Konseling kelompok merupakan suatu proses membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal. Selain itu, dalam pelaksanaan konseling kelompok

menggunakan strategi yang digunakan yaitu *self regulated learning*. Strategi *self regulated learning* melibatkan tingkatan dalam diri yaitu motivasi, metakognitif, dan perilaku. Sehingga dalam mengentaskan masalah motivasi belajar rendah juga menggunakan strategi *self regulated learning*, karena strategi *self regulated learning* ada komponen yang mencakup proses-proses yang berdasar pada metakognitif antara lain penetapan tujuan, perencanaan, motivasi diri, kontrol atensi, penggunaan strategi belajar yang fleksibel, monitor diri, mencari bantuan yang tepat dan evaluasi diri.

Berdasarkan penjelasan mengenai kurangnya motivasi belajar yang dapat menghambat prestasi belajar siswa, dan layanan yang dapat digunakan serta strategi yang akan digunakan dalam penelitian, maka peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* untuk meningkatkan motivasi belajar. Pelaksanaan kegiatan konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* bermaksud agar siswa yang memiliki motivasi rendah dapat meningkat sehingga dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Hasil dari kegiatan yang telah dilalui akan memberikan dampak perubahan yang positif bagi siswa, selain dapat mengentaskan masalah yang dialami juga dapat menerapkan strategi belajar yang diatur sendiri sehingga siswa dapat melalui tahap perkembangan diri yang lebih baik.

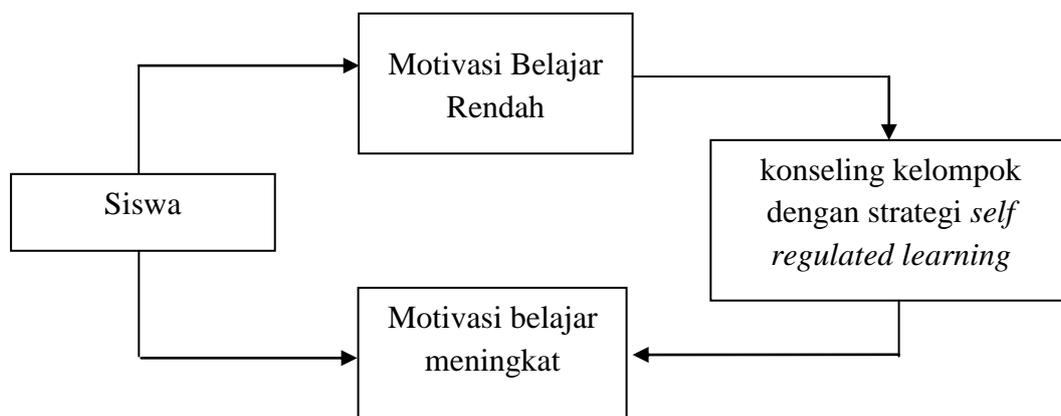
#### **D. Kerangka Berpikir**

Siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi dapat mengatur dirinya dengan baik khususnya dalam belajarnya. Sebaliknya, dengan siswa yang memiliki motivasi belajar rendah tidak memiliki keinginan untuk belajar dalam dirinya. Siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi dapat mengatur kegiatan belajarnya di rumah dengan baik tanpa adanya paksaan dari pihak luar dari siswa misalnya orangtua, sedangkan siswa yang memiliki motivasi belajar rendah dapat memberikan pengaruh buruk terhadap hasil belajarnya. Penyebab dari siswa yang memiliki motivasi belajar rendah dapat dipengaruhi oleh kondisi diri siswa itu sendiri dalam hal keinginan belajar maupun dari luar diri siswa misalnya lingkungan sekitar. Siswa yang memiliki motivasi rendah tersebut harus diberi penanganan yang tepat agar dapat mengatur cara belajarnya dan menumbuhkan keinginan dari dalam diri siswa dalam belajarnya.

Peneliti berupaya menerapkan konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning*. Kegiatan layanan melalui konseling kelompok, siswa dapat mengentaskan permasalahan yang menjadi penghambat motivasi belajar dalam kegiatan belajarnya sehari-hari. Penerapan konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* menekankan pentingnya tanggungjawab personal dan mengontrol pengetahuan dan keterampilan-keterampilan yang diperoleh melalui kegiatan kelompok. *Self Regulated Learning* menekankan pada diri siswa untuk dapat meregulasi dirinya atau menata dirinya secara sadar untuk melakukan kegiatan belajar. Siswa yang

diberi *self regulated learning* secara bertahap dan terus menerus, maka siswa tersebut akan dapat meregulasi diri atau mengatur dirinya secara sadar, sehingga siswa yang memiliki motivasi belajar rendah dapat meningkat lebih baik. Kegiatan yang dilakukan secara sadar dan tumbuh dalam keinginan diri siswa ini dilakukan berulang-ulang maka akan merubah kebiasaan buruk dalam diri siswa, sehingga motivasi belajar dapat meningkat dan akan berpengaruh baik terhadap hasil belajar maupun prestasi belajarnya. Layanan yang diberikan diharapkan dapat membantu siswa yang memiliki motivasi belajar rendah dengan melaksanakan strategi meregulasi diri dalam belajar, sehingga dapat meningkatkan hasil belajarnya.

Lebih jelasnya, maka kerangka pemikiran digambarkan pada bagan berikut ini :



**Gambar 1**  
**Bagan Kerangka Berpikir**

## **E. Hipotesis**

Hipotesis (Sugiyono, 2010:96) merupakan suatu jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian yang telah dinyatakan dalam bentuk pertanyaan. Penelitian ini, merujuk pada teori, deskripsi dan hasil penelitian, sehingga hipotesis dalam penelitian ini adalah konseling kelompok dengan teknik *self regulated learning* berpengaruh terhadap motivasi belajar.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian memiliki peranan sangat penting dalam penelitian. Metode penelitian merupakan kegiatan ilmiah yang dilakukan secara sistematis dalam mengembangkan dan memperkaya khasanah ilmu pengetahuan. Metode penelitian ini menempuh beberapa langkah-langkah sebagai berikut :

#### **A. Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel penelitian merupakan faktor yang berperan dalam peristiwa atau gejala yang diteliti. Ada dua variabel dalam penelitian ini, yaitu:

##### 1. Variabel Terikat

Variabel terikat adalah variabel yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel terikat penelitian ini adalah motivasi belajar.

##### 2. Variabel Bebas

Variabel bebas adalah variabel yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah penerapan konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning*.

#### **B. Definisi Operasional Variabel**

1. Motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak dari dalam diri siswa yang didasari oleh dorongan internal maupun eksternal untuk mengadakan perubahan tingkah laku, yang menimbulkan kegiatan belajar untuk mencapai tujuan dari belajar.

2. Konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* adalah suatu proses konseling yang dilakukan dalam kelompok dengan menerapkan strategi *self regulated learning* atau regulasi diri dalam belajar.

### **C. Subjek Penelitian**

#### 1. Populasi

Populasi (Sugiyono, 2010:117) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subyek/obyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VIII C SMP Negeri 11 Kota Magelang yaitu 32 siswa.

#### 2. Sampel

Sampel (Sugiyono, 2010:118) adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah anggota populasi yang memiliki motivasi belajar rendah. Sampel yang ditentukan sebanyak 20 siswa.

#### 3. Sampling

Penentuan sampel penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik untuk menentukan sampel dari populasi berdasarkan tujuan atau karakteristik yang telah ditentukan berdasarkan pengamatan Guru BK. Karakteristik siswa yang memiliki motivasi rendah (Asrori, 2008):(1) kurangnya perhatian terhadap pelajaran,(2) mengerjakan

sesuatu merasa seperti diminta membawa beban berat, (3) sulit untuk dapat jalan sendiri ketika diberi tugas, (4) memiliki ketergantungan kepada orang lain, (5) individu dapat berjalan jika sudah dipaksa, (6) daya konsentrasi kurang, cenderung menjadi pembuat kegaduhan, (7) mudah berkeluh kesah dan pesimis ketika menghadapi kesulitan. Karakteristik penunjang lain yang dimaksud adalah siswa kelas VIII C SMP Negeri 11 Magelang yang memiliki motivasi belajar rendah berdasarkan pengukuran kuesioner skala motivasi belajar.

#### **D. Desain Penelitian**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen yaitu eksperimen murni (*true experimental*). Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pretest posttest control group design* dengan satu perlakuan. Tujuan dari penelitian eksperimen (Nazir, 2014: 52) adalah untuk menyelidiki ada tidaknya hubungan sebab akibat serta berapa besarnya hubungan sebab akibat dengan cara memberikan perlakuan-perlakuan tertentu pada beberapa kelompok eksperimen dan menyediakan kelompok kontrol untuk perbandingan. Secara umum dapat digambarkan pada tabel berikut :

Tabel : 1  
*Pretest-posttest control group design* dengan satu perlakuan

<b>Kelompok</b>	<b><i>Pretest</i></b>	<b>Treatment</b>	<b><i>Posttest</i></b>
Kelompok Eksperimen	O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
Kelompok Kontrol	O <sub>3</sub>	-	O <sub>4</sub>

**Keterangan :**

O<sub>1</sub> dan O<sub>3</sub> : *Pretest*

X : Treatment (Perlakuan)

- : Tidak diberi perlakuan

O<sub>2</sub> dan O<sub>4</sub> : *Posttest*

Langkah awal penelitian eksperimen ini, dilakukan melalui langkah berikut ini: *pertama* memberikan tes awal (*pretest*) kepada kedua kelompok (O<sub>1</sub> dan O<sub>3</sub>), tujuannya untuk mengukur kondisi awal subjek penelitian sebelum diberi perlakuan. *Kedua*, kelompok eksperimen diberi perlakuan (X) yaitu berupa konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning*, sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan. Sebelum melakukan penelitian, peneliti menyusun modul konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning*. Kisi-kisi modul konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* disajikan dalam tabel 2 berikut ini:

Tabel : 2  
Kisi-kisi Modul Konseling Kelompok dengan Strategi *Self Regulated Learning*

No	Tema	Tujuan	Uraian Kegiatan	Waktu
1.	Hasrat dan keinginan berhasil dalam motivasi belajar dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	a. Siswa mampu memahami hasrat dan keinginan berhasil dalam mencapai peningkatan motivasi belajar. b. Siswa mampu mengetahui cara menetapkan hasrat dan keinginan berhasil dalam belajar c. Siswa mampu mengentaskan masalah yang menjadi penghambat dalam motivasi belajar. d. Siswa memiliki pengalaman melalui konseling kelompok dengan strategi <i>self regulated learning</i> yang digunakan untuk meningkatkan motivasi belajarnya.	Tahap I : Pembentukan Tahap II : Peralihan Tahap III: Kegiatan Tahap IV: Penutup	80 menit
2	Dorongan dan kebutuh-an belajar dalam motivasi belajar dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	a. Siswa dapat memahami dorongan dan kebutuhan dalam belajar yang ada dalam diri siswa b. Siswa dapat memiliki dorongan dan kebutuhan dalam belajar secara sadar c. Siswa mampu mengentaskan masalah yang menjadi penghambat motivasi belajar dengan mengatur dirinya dalam belajar d. Siswa mampu memahami dan menerapkan hasil pertemuan konseling sebelumnya	Tahap I : Pembentukan Tahap II : Peralihan Tahap III: Kegiatan Tahap IV: Penutup	80 menit
3	Harapan dan cita-cita masa depan dalam motivasi belajar dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	a. Agar siswa memahami harapan dan cita-cita masa depan dalam belajar untuk mencapai motivasi belajar b. Siswa dapat menentukan harapan dan cita-cita masa depan sesuai dengan kemampuannya c. Siswa mampu mengentaskan masalah yang menjadi	Tahap I : Pembentukan Tahap II : Peralihan Tahap III: Kegiatan Tahap IV: Penutup	80 menit

---

		penghambat motivasi belajar dengan mengatur diri dalam belajar		
		d. Agar siswa mampu memahami dan menerapkan hasil pertemuan konseling sebelumnya		
4	Penghargaan belajar dalam motivasi belajar dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	<p>a. Agar siswa memahami penghargaan dalam belajar sebagai usaha untuk mencapai motivasi belajar</p> <p>b. Agar siswa mampu memahami dan menerapkan hasil pertemuan konseling sebelumnya</p> <p>c. Siswa mampu mengentaskan masalah yang menghambat motivasi belajar dengan mengatur diri dalam belajar</p>	<p>Tahap I : Pembentukan</p> <p>Tahap II : Peralihan</p> <p>Tahap III: Kegiatan</p> <p>Tahap IV: Penutup</p>	80 menit
5	Kegiatan belajar yang menarik dalam motivasi belajar dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	<p>a. Siswa mampu memahami pentingnya menciptakan kegiatan belajar yang menarik</p> <p>b. Agar siswa dapat melakukan kegiatan yang menarik dalam belajar sebagai usaha untuk mencapai motivasi belajar</p> <p>c. Siswa mampu mengentaskan masalah yang menjadi penghambat motivasi belajar dengan mengatur diri dalam belajar</p> <p>d. Siswa mampu memahami dan menerapkan hasil pertemuan konseling sebelumnya</p>	<p>Tahap I : Pembentukan</p> <p>Tahap II : Peralihan</p> <p>Tahap III: Kegiatan</p> <p>Tahap IV: Penutup</p>	80 menit
6	Lingkungan belajar yang kondusif dalam peningkatan motivasi belajar dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	<p>a. Siswa mampu memahami lingkungan belajar yang kondusif sebagai usaha untuk mencapai motivasi belajar</p> <p>b. Agar siswa mampu memahami dan menerapkan hasil pertemuan konseling sebelumnya</p> <p>c. Siswa mampu mengentaskan masalah yang menjadi penghambat motivasi belajar dengan mengatur diri dalam belajar</p>	<p>Tahap I : Pembentukan</p> <p>Tahap II : Peralihan</p> <p>Tahap III: Kegiatan</p> <p>Tahap IV: Penutup</p>	80 menit

---

*Ketiga*, kelompok penelitian diberikan test akhir (*posttest*) setelah perlakuan selesai dilakukan, tujuannya untuk mengetahui hasil dari perlakuan yang telah diberikan kepada kelompok eksperimen.

#### E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket. Metode angket (Sugiyono, 2010: 199) adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi sejumlah pertanyaan/pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis angket tertutup (*close form questioner*) yaitu angket yang disusun dengan menyediakan jawaban sehingga responden hanya memberi tanda pada jawaban yang dipilih sesuai dengan keadaan sebenarnya.

Angket ini menggunakan model skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS) dengan penilaian sebagai berikut :

Tabel : 3  
Penilaian Skor Skala Motivasi Belajar

Jawaban	Item Favourabel	Item Unfavourabel
SS	4	1
S	3	2
TS	2	3
STS	1	4

Skala dikembangkan dalam kisi-kisi yang memuat tentang motivasi belajar, aspek, indikator, serta jumlah masing-masing item favourabel dan item unfavourabel. Kisi-kisi skala dapat dilihat dalam tabel berikut ini :

Tabel : 4  
Kisi-kisi Skala Motivasi Belajar

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah Item
			+	-	
Ciri-ciri Motivasi Belajar	Adanya hasrat dan keinginan berhasil	Menyelesaikan tugas secara tuntas	1,2,3	7,8,9	6
		Keinginan berhasil	4,5,6	10,11,12	6
	Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar	Belajar dengan tekun	13,14, 15	18,19,20	6
		Dorongan belajar dari luar individu	16,17	21,22,23	5
	Adanya harapan dan cita-cita masa depan	Usaha berprestasi	24,25	29,30,31	5
		Kemauan belajar dari diri sendiri	26,27,28	32,33	5
	Adanya penghargaan dalam belajar	Keberhasilan dari belajar	34,35, 36	39,40	5
		Penghargaan dalam bentuk pernyataan verbal	37,38	41,42,43	5
	Kegiatan yang menarik dalam belajar	Proses belajar yang menarik	44,45	49,50,51	5
		Kreatifitas dalam belajar	46,47, 48	52,53	5
	Lingkungan belajar yang kondusif	Suasana belajar yang tenang	54,55, 56	59,60	5
		Kebersihan lingkungan	57,58	61,62,63	5
	<b>TOTAL</b>			<b>31</b>	<b>32</b>

Sebelum skala digunakan untuk *pretest* dan *posttest*, terlebih dahulu di uji validitas dan reliabilitasnya dengan melaksanakan *try out*. *Try out* (Azwar, 2012:92) adalah kegiatan uji coba yang dilakukan untuk mengetahui valid tidaknya instrumen yang digunakan dengan memberikan instrumen kepada responden. Kegiatan *try out* dilakukan pada hari kamis, tanggal 22 September 2016 pada pukul 09.05 WIB. Skala yang digunakan berisi 63 butir item pertanyaan. Hasil dari *tryout* dianalisis untuk di uji validitas dan reabilitasnya, berikut penjelasan dari uji validitas dan reabilitas :

a. Uji Validitas Instrumen

Data analisis butir item pertanyaan menggunakan bantuan program *SPSS 16.0 for windows*. Jumlah item pada angket adalah 63

item pertanyaan dengan N jumlah 31 (jumlah sampel *try out*). Kriteria item yang dinyatakan valid adalah item dengan nilai  $r_{hitung}$  lebih dari  $r_{tabel}$  pada taraf signifikan 5%. Sehingga berdasarkan hasil *tryout* skala motivasi belajar yang terdiri dari 63 item pertanyaan, diperoleh 45 item pertanyaan valid dan 18 item pertanyaan gugur. Hasil dari uji validitas instrumen disajikan dalam lampiran 3.

Berdasarkan hasil *tryout* tersebut, diperoleh daftar item valid skala motivasi belajar dalam tabel berikut ini :

Tabel : 5  
Daftar Item Valid Skala Motivasi Belajar

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor Item	Jumlah Item
Ciri-ciri Motivasi Belajar	Adanya hasrat dan keinginan berhasil	Menyelesaikan tugas secara tuntas	1,2,3,9	4
		Keinginan berhasil	4,10,11,12	4
	Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar	Belajar dengan tekun	13,14,15,18,20	5
		Dorongan belajar dari luar individu	17,21,22,23	4
	Adanya harapan dan cita-cita masa depan	Usaha berprestasi	24,25,29,30,31	5
		Kemauan belajar dari diri sendiri	26,27,32	3
	Adanya penghargaan dalam belajar	Keberhasilan dari belajar	35,39,40	3
		Penghargaan dalam bentuk pernyataan verbal	37,38,41	3
	Kegiatan yang menarik dalam belajar	Proses belajar yang menarik	45,49,50,51	4
		Kreatifitas dalam belajar	46,47,48,53	4
	Lingkungan belajar yang kondusif	Suasana belajar yang tenang	56,59,60	3
		Kebersihan lingkungan	58,62,63	3
	<b>TOTAL</b>			

#### b. Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *alpha cronbrach* dengan bantuan *SPSS 16.0 for windows*. Instrumen penelitian ini dikatakan reliabel apabila hasil analisis item memperoleh nilai *alpha* lebih besar dari  $r_{\text{tabel}}$  pada taraf signifikan 5% dengan N sebanyak 31 siswa. Berdasarkan hasil perhitungan uji reliabilitas dengan menggunakan program *SPSS 16.0 for windows*, diperoleh koefisien *alpha* pada variabel motivasi belajar sebesar 0,935, sehingga koefisien *alpha* pada variabel motivasi belajar lebih besar dari  $r_{\text{tabel}}$  atau yang berarti item dalam angket tersebut dinyatakan reliabel dan dapat digunakan. Hasil dari uji reabilitas instrumen disajikan dalam lampiran 3.

#### F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan analisis *statistic parametric* atau menggunakan uji Anova (*Analysis of Variance*). Uji Anova digunakan untuk melihat perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. Teknik analisis ini dipilih dengan alasan sampel penelitian yang relatif kecil yaitu 10 siswa pada kelompok eksperimen dan 10 siswa pada kelompok kontrol, sehingga diharapkan dapat diketahui ada pengaruh konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* terhadap peningkatan motivasi belajar.

Analisis data dilakukan dengan bantuan program komputer *SPSS 16.0 for windows*. Kriteria pengambilan keputusan dilakukan dengan membandingkan nilai probabilitas (signifikansi), jika probabilitas  $> 0,05$  , maka  $H_0$  diterima sedangkan jika probabilitas  $< 0,05$  , maka  $H_0$  ditolak.

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Pelaksanaan Penelitian

###### a. Pelaksanaan *Pre test*

Pelaksanaan *pre test* dilakukan pada tanggal 6 Oktober 2016 dengan menyebarkan skala motivasi belajar kepada responden yang berjumlah 20 siswa kelas VIII C yang terdiri dari 10 siswa sebagai kelompok kontrol dan 10 siswa sebagai kelompok eksperimen. Sampel penelitian berjumlah 20 yang memiliki motivasi rendah dan sedang. Rumus kategori (Azwar, 2012 : 146) yang digunakan adalah :

<u>Rumus kategori :</u>	
Nilai indeks maksimal ( $N_{max}$ ) :	skor tertinggi skala x jumlah soal
Nilai indeks minimal ( $N_{min}$ ) :	skor terendah skala x jumlah soal
Jarak interval ( $I$ ) :	$(N_{max} - N_{min}) : 4$
Persentase skor :	$(\text{skor} : \text{jumlah sampel}) \times 100\%$
<u>Kategori</u> : Tinggi :	$\geq (N_{max} - I)$
Sedang :	$((N_{max} - I) - I) - (N_{max} - I)$
Rendah :	$((N_{max} - I) - I) - I - ((N_{max} - I) - I)$
Sangat Rendah :	$\leq (((N_{max} - I) - I) - I)$

Gambar 2  
Rumus kategori

Hal-hal yang dilakukan dalam menganalisis hasil *pre test* salah satunya dengan menyusun kategori skor skala motivasi belajar sebagai berikut :

Tabel : 6  
Kategori Skor *Pre test* Motivasi belajar

Skor	Kategori	Jumlah	Persentase
$\geq 146$	Tinggi	2	10%
111 – 145	Sedang	16	80%
76 – 110	Rendah	2	10%
$\leq 75$	Sangat Rendah	-	-
Jumlah		20	100%

Berdasarkan kategori tersebut maka sampel pada penelitian ini adalah subyek yang memiliki motivasi belajar rendah diperoleh 2 siswa, 16 siswa dengan kategori sedang dan 2 siswa dengan kategori tinggi. Sehingga sampel dalam penelitian berjumlah 20 siswa dengan pembagian 10 siswa sebagai kelompok kontrol dan 10 siswa sebagai kelompok eksperimen.

Tabel : 7  
Daftar Sampel Penelitian

Kelompok Kontrol		Kelompok Eksperimen	
Nama	Skor <i>Pre test</i>	Nama	Skor <i>Pre test</i>
AZM	121	ADT	103
HNF	146	ALV	129
LCK	128	ANS	126
MHM	119	DEA	118
MMF	126	IDR	127
NTH	124	MST	122
NUR	116	NAUF	110
RAG	123	RMA	111
TGR	147	ROB	131
YND	132	ZHA	130

b. Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Strategi *Self Regulated Learning*

Kegiatan konseling kelompok dilaksanakan selama 6 hari yaitu tanggal 13, 27 Oktober 3, 10, 17, 23 November 2016. Pertemuan pertama dilakukan dengan menanyakan masalah yang dialami anggota kelompok, kemudian membentuk kesepakatan untuk pertemuan kedepannya membahas permasalahan secara merata, selanjutnya sesuai kesepakatan membahas masalah kurangnya hasrat dan keinginan berhasil, kemudian pemimpin kelompok memberikan lembar penugasan 1, langkah ketiga pemimpin kelompok memberikan strategi *self regulated learning* yaitu *goal setting* (penetapan tujuan), terakhir dengan melaksanakan evaluasi diri.

Pertemuan kedua berlangsung selama 80 menit di ruang perpustakaan lama, tahap kegiatan dilakukan dengan membahas masalah kurangnya memiliki dorongan dan kebutuhan belajar, kemudian pemimpin kelompok memberikan lembar penugasan 2, pemimpin kelompok memberikan strategi *self regulated learning* yaitu penggunaan strategi belajar yang fleksibel, terakhir dengan melaksanakan evaluasi diri. Pertemuan ketiga tahap kegiatan dilakukan dengan membahas masalah kurangnya memiliki harapan dan cita-cita masa depan, kemudian pemimpin kelompok memberikan lembar penugasan 3, kemudian pemimpin kelompok

memberikan strategi *self regulated learning* yaitu perencanaan (*planning*) dan terakhir evaluasi diri.

Pertemuan keempat pada tahap kegiatan dilakukan dengan membahas masalah tidak mendapatkan penghargaan dalam belajar karena malas belajar, kemudian pemimpin kelompok memberikan lembar penugasan 4, selanjutnya kegiatan terakhir evaluasi diri. Pertemuan kelima diikuti 10 siswa. Tahap kegiatan dilakukan dengan membahas masalah, memberikan lembar penugasan 5, selanjutnya memberikan strategi *self regulated learning* yaitu *self motivation* (motivasi diri) kepada anggota kelompok dan terakhir kegiatan evaluasi diri. Pertemuan keenam pada tahap kegiatan dilakukan dengan langkah-langkah yaitu pemimpin kelompok menanyakan permasalahan yang dialami, memberikan lembar penugasan 6, kemudian pemimpin kelompok memberikan strategi *self regulated learning* yaitu kontrol atensi atau perhatian kepada anggota kelompok, langkah terakhir dengan melaksanakan evaluasi diri.

### c. Pelaksanaan *Post Test*

Kegiatan penelitian diakhiri dengan pengukuran akhir (*post test*). *Post test* dilakukan dengan memberikan lembar skala motivasi belajar yang telah disusun sebelumnya dan telah digunakan pada pengukuran awal (*pre test*). *Post test* dilakukan pada hari Kamis tanggal 24 November 2016, pada semua sampel penelitian yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

Tabel : 8  
Hasil Skor *Post test*

Kelompok Kontrol		Kelompok Eksperimen	
Nama	Skor <i>Post test</i>	Nama	Skor <i>Post test</i>
AZM	131	ADT	130
HNF	149	ALV	158
LCK	130	ANS	172
MHM	124	DEA	139
MMF	129	IDR	159
NTH	128	MST	153
NUR	124	NAUF	128
RAG	122	RMA	138
TGR	145	ROB	150
YND	138	ZHA	155

Langkah selanjutnya adalah melakukan analisis data terhadap hasil skor *post test* dari sampel penelitian baik kelompok kontrol maupun kelompok eksperimen termasuk uji hipotesis dan menyusun laporan hasil penelitian.

## 2. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian

Analisis deskriptif variabel penelitian ini berdasarkan hasil tabulasi jawaban responden dari sampel penelitian baik kelompok kontrol maupun kelompok eksperimen. Analisis ini diolah dengan menggunakan bantuan program *SPSS versi 16.0 for windows*. Analisis data tersebut menghasilkan *statistic descriptive variable* penelitian sebagai berikut:

Tabel : 9  
Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Subyek Variabel	N	Minimum	Maksimum	Mean	Std. Dev
<i>Pre test</i> Kontrol	10	116	147	128,20	10,644
<i>Post test</i> Kontrol	10	122	149	132,00	9,141
<i>Pre test</i> Eksperimen	10	103	131	120,70	9,776
<i>Post test</i> Eksperimen	10	128	172	148,20	14,062
Total	40	103	172	132,28	14,723

Berdasarkan tabel 9 di atas diketahui sampel penelitian berjumlah 20 siswa yang terdiri dari 10 siswa sebagai kelompok kontrol dan 10 siswa sebagai kelompok eksperimen. Nilai minimum kelompok kontrol *pre test* sebesar 116, nilai maksimumnya sebesar 147 dengan rata-rata 128,20 dan standar deviasinya 10,644. Nilai minimum kelompok kontrol *post test* sebesar 122, nilai maksimumnya sebesar 149 dengan rata-rata 132,00 dan standar deviasinya 9,141. Artinya rata-rata skor skala motivasi belajar kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan sedikit mengalami peningkatan.

Nilai minimum kelompok eksperimen *pre test* sebesar 103, nilai maksimumnya sebesar 131 dengan rata-rata 120,70 dan standar deviasinya 9,776. Nilai minimum kelompok eksperimen *post test* sebesar 116, nilai maksimumnya sebesar 172 dengan rata-rata 148,20 dan standar deviasinya 14,062. Artinya setelah diberi perlakuan berupa konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning*, skor skala motivasi belajar mengalami kenaikan yang lebih besar dibandingkan kelompok kontrol. Semakin banyak peningkatan skor skala motivasi belajar maka motivasi belajar siswa semakin meningkat.

### 3. Pengujian Prasyarat Analisis

#### a. Uji Normalisasi Data

Uji normalisasi data dilakukan dengan bantuan program komputer *SPSS 16.0 for windows*. Penentuan normal dan tidaknya distribusi skor yaitu dengan menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov*.

Asumsi yang digunakan apabila nilai signifikansi (*Asymp.sign*) > *Alpha* 5% berarti data berdistribusi normal, sebaliknya apabila signifikansi (*Asymp.sign*) < *Alpha* 5%, maka data tersebut berdistribusi tidak normal. Hasil pengujian normalitas menggunakan tes *Kolmogorov Smirnov* disajikan dalam tabel berikut :

Tabel : 10  
Hasil Uji Normalitas

<b>Subyek Variabel</b>	<b>Nilai Statistik</b>	<b>Sig.</b>	<b>Keterangan</b>
<i>Pre test</i> Kontrol	0,206	0,200	Normal
<i>Post test</i> Kontrol	0,151	0,200	Normal
<i>Pre test</i> Eksperimen	0,207	0,200	Normal
<i>Post test</i> Eksperimen	0,244	0,095	Normal

Berdasarkan uji normalitas data pada tabel 10, diketahui bahwa signifikansi skor *pre test* dan *post test* baik kelompok kontrol maupun kelompok eksperimen adalah lebih dari 0,05. Data penelitian ini memiliki sebaran data normal karena memiliki tingkat probabilitas (p value) lebih besar dari 0,05, sehingga data dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan dengan bantuan program komputer *SPSS 16.0 for windows*. Uji homogenitas ini menggunakan uji *levens test of equality of error variances*. Tujuan dilakukan *Test of Homogeneity* untuk mengetahui apakah sampel yang digunakan mempunyai varians yang sama. Jika sampel tika mempunyai varians yang sama, maka tidak dapat dilakukan uji *one way anova* (Siregar, 2013: 215). Hipotesisnya sebagai berikut :

$H_0$  : Kelompok data skor skala motivasi belajar antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen memiliki varian yang sama (homogen).

$H_a$  : Kelompok data skor skala motivasi belajar antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen memiliki varian yang berbeda (heterogen).

Kriteria pengambilan keputusan dalam uji homogenitas ini adalah apabila signifikansi  $>0,05$  berarti varian bersifat homogen ( $H_0$  diterima), sebaliknya apabila signifikansi  $<0,05$  berarti varian bersifat heterogen ( $H_a$  ditolak).

Berdasarkan uji homogenitas yang telah dilakukan menggunakan uji *levens test of equality of error variances* diketahui bahwa signifikansi 0,372 lebih dari 0,05, dengan demikian varian dalam penelitian ini memiliki sifat homogen ( $H_0$  diterima) sehingga data dapat digunakan untuk penelitian selanjutnya.

#### 4. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan model analisis *Statistic Parametric One Way Anova*. Model analisis ini digunakan karena penelitian ini menganalisa beberapa kelompok sampel dan resiko kesalahannya paling kecil dibandingkan dengan model analisis yang lain.

Hipotesis dalam penelitian ini yaitu :

$H_0$  : Tidak ada perbedaan rata-rata skor skala motivasi belajar antara

kelompok kontrol dan kelompok eksperimen memiliki varian yang sama

$H_a$  : Ada perbedaan rata-rata skor skala motivasi belajar antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen memiliki varian yang sama

Pengambilan keputusan dalam pengujian hipotesis ini menggunakan dua kriteria, yaitu berdasarkan signifikansi dan berdasarkan nilai F. Jika signifikansi  $>0,05$  maka  $H_0$  diterima namun jika signifikansi  $\leq 0,05$  maka  $H_0$  ditolak. Serta jika  $F_{hitung} \leq F_{tabel}$  maka  $H_0$  diterima namun jika  $F_{hitung} > F_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak. Hasil analisis *Anova* adalah sebagai berikut :

Tabel : 11  
Hasil Uji *Anova*

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	4042.675	3	1347.558	10.997	.001
Within Groups	4411.300	36	122.536		
Total	8453.975	39			

Berdasarkan data pada tabel di atas diketahui bahwa signifikansi 0,001 kurang dari 0,05, maka  $H_0$  ditolak. Dengan demikian rata-rata skor skala motivasi belajar antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Nilai  $F_{hitung}$  adalah 10,997 dan  $F_{tabel}$  adalah 2,87 dengan demikian nilai  $F_{hitung} > F_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak. Artinya bahwa ada perbedaan rata-rata skor skala motivasi belajar antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

Data yang telah diperoleh berdasarkan perbandingan nilai F menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata skor skala motivasi belajar kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Hal itu membuktikan bahwa hipotesis ada

pengaruh konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* terhadap peningkatan motivasi belajar dapat diterima. Selain itu, bukti bahwa kelompok eksperimen yang mendapatkan konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* terhadap peningkatan motivasi belajar ditandai dengan adanya peningkatan skor *post test*. Peningkatan skor tersebut disajikan dalam tabel berikut :

Tabel : 12  
Peningkatan Skor *Pre test* dan *Post test* Kelompok Eksperimen

No	<i>Pre test</i>	<i>Post test</i>	Peningkatan	
			Nilai	%
1	103	130	27	26,2%
2	129	158	29	22,4%
3	126	172	46	36,5%
4	118	139	21	17,7%
5	127	159	32	25,1%
6	122	153	31	25,4%
7	110	128	18	16,3%
8	111	138	27	24,3%
9	131	150	19	14,5%
10	130	155	25	19,2%
	Rata-rata		27,5	22,7%
	Minimum		18	14,5%
	Maksimum		46	36,5%

Berdasarkan tabel peningkatan skor *pre test* dan *post test* kelompok eksperimen di atas dapat diketahui bahwa peningkatan skor tertinggi sebesar 46 atau 36,5% dan terendah sebesar 18 atau 14,5%. Rata-rata peningkatan skor sebesar 27,5 atau 22,7%. Adanya peningkatan skor yang menyimpulkan bahwa rata-rata peningkatan skor motivasi belajar dari kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang signifikan.

Tabel : 13  
Peningkatan Skor *Pre test* dan *Post test* Kelompok Kontrol

No	<i>Pre test</i>	<i>Post test</i>	Peningkatan	
			Nilai	%
1	121	131	10	8,2%
2	146	149	3	2,1%
3	128	130	2	1,5%
4	119	124	5	4,2%
5	126	129	3	2,3%
6	124	128	4	3,2%
7	116	124	8	6,8%
8	123	122	-1	-0,2%
9	147	145	-2	1,3%
10	132	138	6	4,5%
	Rata-rata		3,8	3,3%
	Minimum		-2	-0,2%
	Maksimum		10	8,2%

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa peningkatan skor tertinggi sebesar 10 atau 8,2% dan terendah mengalami penurunan sebanyak -2 atau -0,2%. Rata-rata peningkatan skor sebesar 3,8 atau 3,3%. Hal ini menggambarkan bahwa tidak ada peningkatan yang signifikan karena kelompok kontrol tidak diberikan perlakuan (konseling kelompok dengan strategi *strategi self regulated learning*).

Keadaan awal pada kedua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dapat dikatakan setara. Terjadi perbedaan skor skala motivasi belajar antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berdasarkan hasil *post test*. Dimana kelompok eksperimen mengalami peningkatan skor *post test* jauh lebih banyak dari kelompok kontrol.

## B. Pembahasan

Penelitian ini menggunakan analisis statistik parametrik yaitu uji *anova*. Hasil analisis *one way anova* menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* terbukti dapat meningkatkan motivasi belajar pada siswa. Hal ini terbukti berdasarkan perbedaan peningkatan skor *post test* yang signifikan antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen. Selain itu, nilai rata-rata *post test* kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol berbeda, dimana kelompok eksperimen mempunyai nilai rata-rata yang lebih tinggi daripada kelompok kontrol.

Bukti bahwa konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* dapat meningkatkan motivasi belajar yaitu adanya perubahan aspek motivasi belajar pada siswa sebelum diberikan treatment dengan sesudah diberikan treatment. Diantaranya adalah siswa yang sebelumnya kurang memiliki hasrat dan keinginan berhasil dalam belajar menjadi ada keinginan dan kemauan dalam kegiatan belajar serta mengurangi bermain game, siswa yang sebelumnya tidak memiliki dorongan dan kebutuhan dalam belajar menjadi lebih menyadari bahwa ketika belajar nilai ujian semester atau ulangan akan lebih meningkat, siswa yang sebelumnya tidak memiliki harapan dan cita-cita masa depan menjadi lebih mempersiapkan diri mencapai cita-cita yang diinginkan dengan berusaha belajar dengan sungguh-sungguh, siswa yang sebelumnya tidak mendapatkan penghargaan dalam belajar menjadi memperhatikan penjelasan guru dikelas saat pembelajaran berlangsung dan tidak menunda-nunda tugas yang diberikan agar meningkat

hasil belajarnya, siswa yang sebelumnya tidak memiliki kegiatan belajar yang menarik menjadi mulai menyesuaikan dengan gaya belajar yang menyenangkan dan tidak membosankan yang dipilihnya sendiri, dan siswa yang sebelumnya merasa putus asa belajar di lingkungan belajar yang tidak kondusif dalam hal ini sering di ganggu teman menjadi mempunyai semangat belajar dengan mencari tempat yang kondusif dan mengajak teman untuk belajar bersama atau belajar kelompok.

Hasil penelitian didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Failasufah dengan judul penelitian “Efektivitas Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa di MAN Yogyakarta III”. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa skor *output* perhitungan statistik pada *pretest* dan *posttest* kelompok eksperimen mengalami peningkatan dari sebelum diberi treatment dan sesudah diberikan treatment, sedangkan pada kelompok kontrol tidak ada peningkatan yang signifikan antara skor *pretest* dan *posttest*.

Sejalan dengan penelitian di atas, penelitian lain oleh Hidayat dengan judul penelitian “Pengaruh Penerapan Model *Self Regulated Learning* Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Penjas di Sekolah Dasar di SD Negeri Cisit 1 Kota Bandung”. Hasil dari penelitian yang dilakukan dengan penerapan pendekatan model *self regulated learning* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap motivasi belajar siswa yaitu terdapat perbedaan hasil uji-t antara kelompok siswa yang diberikan dengan kelompok siswa yang tidak diberikan strategi *self regulated learning*.

Penelitian di atas didukung oleh pendapat Zimmerman yang mengacu pada teori sosial kognitif Bandura (dalam Schunk, 2012: 232) strategi *self regulated learning* merupakan strategi yang berkaitan dengan motivasi. Murid-murid mengaktifkan dan mempertahankan kognisi, perilaku, dan afektif yang secara sistematis berorientasi pada pencapaian tujuan (motivasi belajar meningkat atau harapan meningkatkan prestasi belajar). Murid-murid yang termotivasi untuk mencapai tujuan belajar melaksanakan aktifitas pengaturan diri yang mereka secara berulang-ulang sehingga diyakini akan membantu mereka. Pendapat tersebut dapat dipahami bahwa strategi *self regulated learning* dapat mempengaruhi peningkatan motivasi belajar, karena ketika individu mengetahui apa yang dilakukan, mereka akan mengubah pengetahuan dan perilaku mereka.

Berdasarkan hal di atas membuktikan bahwa konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* dapat meningkatkan motivasi belajar siswa kelas VIII C SMP Negeri 11 Magelang.

Proses pelaksanaan penelitian juga terdapat kendala atau hambatan yaitu pelaksanaan konseling kelompok tersedia pada jam pelajaran sedangkan untuk kegiatan konseling kelompok memerlukan waktu sekitar 80 menit, tentunya konseling kelompok dilakukan pada jam lain yaitu sepulang sekolah. Waktu pada siang hari atau sepulang sekolah dirasa kurang efektif karena siswa tentunya mengalami lelah akibat kegiatan pembelajaran yang berlangsung dari pagi hari.

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Motivasi belajar adalah keseluruhan daya penggerak dari dalam diri siswa yang didasari oleh dorongan internal (dalam maupun dalam) maupun eksternal (dalam maupun luar) untuk mengadakan perubahan tingkah laku, yang menimbulkan kegiatan belajar untuk mencapai tujuan belajar. Proses dalam mencapai tujuan belajar tidak lepas dari permasalahan yang menyebabkan timbulnya motivasi belajar rendah. Penanganan dalam mengentaskan permasalahan tersebut salah satunya dengan layanan konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning*.

Konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* merupakan suatu layanan konseling kelompok untuk membantu memecahkan masalah masing-masing anggota kelompok dengan menerapkan proses memonitor dan mengatur metakognisi, motivasi dan perilaku untuk menetapkan tujuan belajarnya agar tercapai perkembangan pribadi yang optimal.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa ada pengaruh konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* terhadap peningkatan motivasi belajar pada siswa. Hal ini dibuktikan dari adanya perbedaan peningkatan skor hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol. Sedangkan pada skor *pretest* dan *posttest* kelompok kontrol tidak menunjukkan peningkatan yang

signifikan. Hal ini dapat membuktikan bahwa konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* dapat meningkatkan motivasi belajar siswa.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat peneliti berikan adalah sebagai berikut :

1. Bagi Guru Pembimbing, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menangani siswa yang memiliki hambatan terkait dengan motivasi belajar, maka guru pembimbing dapat menerapkan layanan konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* sebagai upaya untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya, strategi *self regulated learning* dalam menangani siswa yang memiliki hambatan terkait dengan motivasi belajar bukan satu-satunya layanan yang digunakan untuk mengentaskan permasalahan tersebut, sehingga dalam mengatasi permasalahan yang menghambat motivasi belajar dapat menggunakan strategi ataupun teknik lain.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi*. Malang : UMM Press
- Anggi Puspitasari. 2013. “Self Regulated Learning ditinjau dari goal orientation”. *Skripsi* (Tidak diterbitkan). FIP-UNNES
- Asrori, Muhammad. 2008. *Psikologi Pembelajaran*. Bandung : CV Wacana Prima
- Azlina Mohd Kosnin. 2007. “Self-regulated learning and academic achievement in Malaysian undergraduates”. *International Education Journal*. Volume 8 No. 1, 221-228. Faculty of Education, Universiti Teknologi Malaysia
- Azwar, Syaifuddin. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Departemen Pendidikan Nasional. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. 2004. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Pendidikan, Balitbang
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2008. *Psikologi Belajar*. Jakarta : Rineka Cipta
- Failasufah. 2014. “Efektivitas Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa”. *Tesis* (Tidak Diterbitkan) UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
- Ghullam Hamdu dan Lisa Agustina. 2011. “Pengaruh Motivasi Belajar Siswa Terhadap Prestasi Belajar IPA di Sekolah Dasar”. *Jurnal Penelitian Pendidikan*. Volume 12 Nomor 1
- Hamalik, Oemar. 2007. *Psikologi Belajar dan Mengajar*. Bandung : Sinar Baru Algensindo
- Kurnanto, M.Edi. 2014. *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta
- Latipah Eva. 2010. “Strategi Self Regulated Learning dan Prestasi Belajar: Kajian Meta Analisis”. *Jurnal Psikologi* Volume 37, Nomor 1, Juni 2010: 110 – 129. Fakultas Tarbiyah Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga
- Latipun. 2010. *Psikologi Konseling Edisi Refisi*. Malang: UMM Press
- Lubis, Namora Lumongga. 2011. *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*. Jakarta : Kencana

- Moedjiono dan Moh. Dimiyanti. 2006. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta : Rineka Cipta
- Mukhid. 2008.” Strategi Self Regulated learning (Perspektif Teoritik)”. *Jurnal Psikologi*. Volume 3. Number 2 : 222-239
- Nashar. 2004. *Peranan Motivasi dan Kemampuan Awal dalam Kegiatan Pembelajaran*. Jakarta: Delia Press
- Nazir, Moh. 2014. *Metode Penelitian*. Bogor : Ghalia Indonesia
- Ormrod, Jeanne Ellis. 2008. *Psikologi Pendidikan (membantu siswa tumbuh dan berkembang)*. Translated by Amitya Kumara. Jakarta : Erlangga
- Prawira, Purwa Atmaja. 2014. *Psikologi Pendidikan Dalam Perspektif Baru*. Yogyakarta : Ar-Ruz Media
- Sardiman. 2014. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Schunk, Dale H.,dkk. 2012. *Motivasi dalam Pendidikan (Teori, Penelitian dan Aplikasi)*. Jakarta: PT Indeks
- Siregar, Syofian. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif (Dilengkapi dengan Perbandingan Perhitungan Manual & SPSS)*. Jakarta : Kencana
- Sugiyono. 2010. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung : Alfabeta
- Sukmadinata. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Tohirin. 2014. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Uno, Hamzah.B. 2007. *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta : Bumi Aksara.
- Wibowo, Mungin Eddy. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang : Unnes Press
- Winkel, W.S. & M.M. Sri Hastuti. 2014. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi
- Yusup Hidayat dan Didin Budiman. 2010. “Pengaruh Penerapan Pendekatan Model *Self Regulated Learning* Terhadap Motivasi Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Penjas di Sekolah Dasar”. *Jurnal Penelitian Pendidikan*. Universitas Pendidikan Indonesia

# LAMPIRAN

**Lampiran 1**

**Surat Ijin Penelitian dan Keterangan  
Penelitian**



**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG**  
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

Program Studi : Bimbingan & Konseling /Strata 1  
 (Terakreditasi "B" SK BAN-PT No: 0955/SK/BAN-PT/Akred/S/VI/2016)  
 Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PG - PAUD) /Strata 1  
 (Terakreditasi "B" SK BAN-PT No: 1114/SK/BAN-PT/Akred/S/VII/2016)  
 Program Studi : Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) /Strata 1  
 (Terakreditasi "C" SK BAN-PT No: 403/SK/BAN-PT/Akred/S/X/2014)

Jl. Tidar No. 21 Magelang 56126 Telp. (0293) 362082 / 326945 psw 1301 Fax. (0293) 32555

Nomor : 407/FKIP/II.3.AU/F/2016  
 Lampiran : 1 bendel  
 Perihal : IJIN PENELITIAN UNTUK SKRIPSI

Kepada  
 Yth. Kepala SMP Negeri 11 Kota Magelang  
 Di  
Kota Magelang

*Assalamu'alaikum wr wb*

Disampaikan dengan hormat bahwa, guna penyelesaian studi program strata satu (sarjana) diperlukan penulisan skripsi. Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon ijin bagi mahasiswa berikut guna melaksanakan penelitian di instansi yang Bapak/ Ibu pimpin.

Nama Mahasiswa : Intikani  
 N P M : 12.0301.0018  
 Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
 Program Studi : Bimbingan dan Konseling  
 Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Kelompok dengan Strategi *Self Regulated Learning* terhadap Peningkatan Motivasi Belajar  
 Lokasi / Obyek : SMP Negeri 11 Kota Magelang  
 Waktu Pelaksanaan : 13 September 2016 – 10 Desember 2016

Sebagai bahan pertimbangan, berikut ini kami lampirkan proposal / rancangan skripsi. Demikian atas ijin dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum wr wb*



Magelang, 9 September 2016  
 Dekan,

Drs. Subiyanto, M.Pd.  
 NIP. 19570807 198303 1 002



PEMERINTAH KOTA MAGELANG  
DINAS PENDIDIKAN  
SMP NEGERI 11 MAGELANG  
Jalan Tentara Genie Pelajar 20 Telepon (0293) 364440 Magelang



### SURAT KETERANGAN

Nomor : 420/280/230.SMP 11/2016

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMP Negeri 11 Magelang menerangkan bahwa :

Nama : Intikani  
NPM : 12.0301.0018  
Prodi : Bimbingan dan Konseling  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas : Universitas Muhammadiyah Magelang ( UMM )

Nama tersebut di atas benar-benar telah mengadakan penelitian pada tanggal 19 September 2016–24 November 2016 di SMP Negeri 11 Magelang, dengan judul“ Pengaruh Konseling Kelompok dengan Strategi Self Regulated Learning terhadap Peningkatan Motivasi Belajar“.

Demikian surat keterangan ini dibuat sebagai salah satu memenuhi tugas Akhir Skripsi.

Magelang, 08 Desember 2016  
Kepala Sekolah



  
Retnowati, S.Pd  
NIP.19661117 198803 2 012

**Lampiran 2**

**Hasil *Try Out***  
**Skala Motivasi Belajar**

**HASIL TRY OUT**  
**SKALA MOTIVASI BELAJAR**

No	Nama	Nomor Item																																	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	
1	ADT	3	3	2	3	4	4	4	2	4	2	1	3	2	3	2	3	4	4	2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	4	1	2	2	2	4
2	ALAM T	3	2	3	4	4	4	3	3	3	2	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	1	2	1	2	3	2	3	3	4	
3	ALD	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4		
4	ALV	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	1	3	3	3	4	
5	ANS	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4
6	AZM	4	2	4	2	2	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	2	2	4	3	3	3	4	4	3	2	4	4	3	4	
7	DEA	3	2	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	3	3	3	1	2	1	3	3	4	4	4	4	3	1	4	4	4	4	
8	DNT	3	4	4	3	1	4	2	4	4	2	3	4	3	3	4	4	4	1	3	2	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	
9	DIAN	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
10	ELV	2	3	3	2	3	4	4	4	4	2	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	
11	GLH	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	
12	HNF	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	
13	IMN	2	2	3	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	4	3	3	
14	IDR	3	2	2	2	2	4	4	3	2	2	4	3	3	2	3	4	2	1	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	4	2	3	4	4	
15	INT	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	
16	LCK	1	4	3	1	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	2	2	4	3	3	3	2	4	4	3	2	2	4	3	4	4	
17	MHM	3	1	4	2	2	4	2	4	2	4	4	2	3	2	4	4	3	1	4	2	2	4	4	3	2	4	4	3	2	4	4	3	4	
18	MMF	4	4	4	3	3	4	1	3	4	2	4	2	4	2	4	4	4	2	4	3	4	4	1	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	
19	MST	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	2	4	4	4	4	1	2	3	3	
20	NDF	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	2	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	
21	NTH	3	2	3	2	4	4	3	4	4	2	4	4	4	3	4	3	2	3	4	3	3	1	2	2	4	4	4	3	3	2	3	3	4	
22	NUF	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	4	4	3	3	4	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	3	3	4	3	4	1	3	3	4
23	NIC	3	2	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	4	3	4	4	4	3	4	2	3	3	4
24	NUR	3	3	3	3	2	4	2	3	3	2	4	4	4	2	4	4	3	1	4	3	4	3	3	2	3	4	4	2	3	2	3	3	4	
25	NL	3	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	
26	RMA	3	2	2	2	2	4	4	4	2	1	3	1	2	1	3	1	1	1	3	2	2	1	3	1	3	2	3	4	2	3	3	3	4	
27	RAG	4	4	3	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4
28	ROB	3	4	2	3	4	4	3	4	4	2	4	3	3	1	3	4	3	3	3	2	3	1	3	3	4	4	4	3	2	3	4	3	3	
29	TGR	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	
30	YND	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	1	3	3	2	1	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4
31	ZHA	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4
		0,43	0,48	0,67	0,38	0,02	0,28	0,09	0,22	0,71	0,47	0,4	0,39	0,65	0,63	0,5	0,14	0,53	0,48	0,2	0,6	0,65	0,42	0,41	0,72	0,57	0,52	0,45	0,32	0,56	0,39	0,6	0,54	0,27	
	0,367	Valid	Valid	Valid	Valid	Gugul	Gugul	Gugul	Gugul	Valid	Gugul	Valid	Valid	Gugul	Valid	Gugul	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Gugul													

**HASIL TRY OUT**  
**SKALA MOTIVASI BELAJAR**

34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	Jumlah	
2	3	4	3	3	4	2	1	2	1	4	3	2	2	3	3	1	2	1	3	4	3	3	4	4	2	4	4	3	3	168	
3	3	4	2	3	4	4	1	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	4	3	2	3	4	2	4	179	
3	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	227	
3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	177	
3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	212	
1	3	4	3	4	4	2	2	3	3	3	3	3	2	1	2	2	4	3	4	3	2	3	4	3	4	3	4	3	4	196	
3	3	3	4	4	4	4	1	4	4	3	4	4	2	4	4	3	2	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	212	
3	3	4	3	3	4	4	1	4	4	1	2	4	3	3	4	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	2	210
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	240
3	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	229
3	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	198
3	3	3	4	4	3	3	2	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	214
3	3	4	3	3	1	3	3	4	3	3	1	3	2	3	2	2	3	3	3	4	4	2	3	3	2	3	2	3	2	174	
4	3	4	3	3	2	2	1	2	2	3	2	3	3	3	1	2	3	4	3	3	3	2	4	2	1	1	4	2	3	171	
4	3	4	3	3	4	4	1	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	226	
2	3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	4	3	2	3	3	2	4	3	2	4	185	
1	3	4	3	3	4	2	1	2	4	3	3	2	2	1	4	2	1	3	4	4	2	3	4	4	2	4	4	4	1	184	
3	4	4	4	4	4	3	2	1	4	3	4	3	4	1	1	1	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	209
1	2	1	4	4	1	3	1	4	4	4	2	1	2	3	3	2	3	2	3	4	1	4	4	3	4	4	3	4	3	179	
3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	2	3	4	4	3	4	4	4	4	3	225
3	3	4	2	3	4	4	1	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	3	3	4	2	2	3	2	2	3	4	2	4	186	
4	3	3	3	3	2	3	2	3	4	4	3	2	2	3	1	1	1	3	2	3	3	3	3	2	1	1	2	3	3	170	
3	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	216	
3	2	4	3	2	4	3	1	4	3	3	2	3	3	3	4	2	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	198
4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	233
2	3	4	2	1	3	2	1	4	4	4	2	1	2	3	3	4	3	3	4	3	3	2	4	4	1	3	4	4	4	165	
4	3	3	3	3	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	203	
3	3	2	4	3	4	2	1	4	2	4	2	3	3	4	3	1	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	190	
3	3	4	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	210	
4	4	4	4	4	3	3	3	2	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	218	
3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	2	3	4	3	2	203	
0.35	0.43	0.17	0.52	0.59	0.47	0.65	0.44	0.2	0.19	0.18	0.58	0.8	0.58	0.39	0.58	0.59	0.47	0.29	0.54	0.22	0.37	0.59	0.28	0.51	0.72	0.55	0.32	0.51	0.37		
Gugur	Valid	Gugur	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Gugur	Gugur	Gugur	Valid	Gugur	Valid	Gugur	Gugur	Valid	Gugur	Valid	Valid	Valid	Valid	Gugur	Valid	Valid							

## **Lampiran 3**

### **Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen**

## Correlations

### Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N				
Item_1	3.0968	.70023	31	Item_32	3.3871	.55842	31
Item_2	2.9355	.85383	31	Item_33	3.8710	.34078	31
Item_3	3.2581	.68155	31	Item_34	2.9032	.83086	31
Item_4	2.9677	.83602	31	Item_35	3.0968	.47292	31
Item_5	2.9677	.83602	31	Item_36	3.6129	.71542	31
Item_6	3.8065	.40161	31	Item_37	3.3226	.65254	31
Item_7	3.0645	.77182	31	Item_38	3.2903	.69251	31
Item_8	3.5161	.56985	31	Item_39	3.3226	.97936	31
Item_9	3.3871	.71542	31	Item_40	3.1935	.79244	31
Item_10	2.7419	.89322	31	Item_41	2.0323	1.04830	31
Item_11	3.7742	.49730	31	Item_42	3.2903	.82436	31
Item_12	3.1613	.73470	31	Item_43	3.0645	.81386	31
Item_13	3.5806	.56416	31	Item_44	3.3871	.66720	31
Item_14	2.7742	.80456	31	Item_45	2.7419	.81518	31
Item_15	3.6129	.55842	31	Item_46	2.8710	.84624	31
Item_16	3.3226	.74776	31	Item_47	2.7742	.66881	31
Item_17	3.0968	.74632	31	Item_48	3.0000	.85635	31
Item_18	2.3548	.83859	31	Item_49	2.9677	.94812	31
Item_19	3.1935	.70329	31	Item_50	2.6774	1.01282	31
Item_20	2.9677	.75206	31	Item_51	2.9677	.83602	31
Item_21	2.9355	.89202	31	Item_52	3.0968	.70023	31
Item_22	2.7742	.99028	31	Item_53	3.4194	.67202	31
Item_23	3.1613	.77875	31	Item_54	3.6129	.66720	31
Item_24	2.8710	.80589	31	Item_55	3.0968	.78972	31
Item_25	3.4194	.76482	31	Item_56	3.0968	.74632	31
Item_26	3.4839	.76902	31	Item_57	3.7097	.46141	31
Item_27	3.6452	.70938	31	Item_58	3.3871	.66720	31
Item_28	3.2581	.63075	31	Item_59	2.9355	1.03071	31
Item_29	2.9032	1.10619	31	Item_60	3.4839	.81121	31
Item_30	2.9677	.83602	31	Item_61	3.6452	.60819	31
Item_31	3.4194	.56416	31	Item_62	3.3226	.70176	31
				Item_63	3.2258	.88354	31

### Hasil Uji Validitas Instrumen

No Item	r <sub>tabel</sub>	r <sub>hitung</sub>	Ket
1	0,367	0,429	Valid
2	0,367	0,478	Valid
3	0,367	0,671	Valid
4	0,367	0,38	Valid
5	0,367	0,023	Gugur
6	0,367	0,276	Gugur
7	0,367	0,094	Gugur
8	0,367	0,225	Gugur
9	0,367	0,713	Valid
10	0,367	0,475	Valid
11	0,367	0,399	Valid
12	0,367	0,391	Valid
13	0,367	0,647	Valid
14	0,367	0,635	Valid
15	0,367	0,497	Valid
16	0,367	0,141	Gugur
17	0,367	0,528	Valid
18	0,367	0,485	Valid
19	0,367	0,203	Gugur
20	0,367	0,598	Valid
21	0,367	0,649	Valid
22	0,367	0,425	Valid
23	0,367	0,413	Valid
24	0,367	0,719	Valid
25	0,367	0,571	Valid
26	0,367	0,517	Valid
27	0,367	0,448	Valid
28	0,367	0,321	Gugur
29	0,367	0,562	Valid
30	0,367	0,391	Valid
31	0,367	0,595	Valid
32	0,367	0,538	Valid
33	0,367	0,273	Gugur
34	0,367	0,347	Gugur
35	0,367	0,435	Valid
36	0,367	0,171	Gugur
37	0,367	0,523	Valid
38	0,367	0,592	Valid
39	0,367	0,468	Valid
40	0,367	0,65	Valid
41	0,367	0,44	Valid
42	0,367	0,2	Gugur
43	0,367	0,19	Gugur
44	0,367	0,18	Gugur
45	0,367	0,585	Valid
46	0,367	0,795	Valid
47	0,367	0,58	Valid
48	0,367	0,388	Valid
49	0,367	0,582	Valid
50	0,367	0,587	Valid
51	0,367	0,469	Valid
52	0,367	0,294	Gugur
53	0,367	0,544	Valid
54	0,367	0,218	Gugur
55	0,367	0,367	Gugur
56	0,367	0,594	Valid
57	0,367	0,283	Gugur
58	0,367	0,506	Valid
59	0,367	0,715	Valid
60	0,367	0,555	Valid
61	0,367	0,316	Gugur
62	0,367	0,507	Valid
63	0,367	0,37	Valid

## Reliability

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	31	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	31	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.935	.936	63

### Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Item_1	3.0968	.70023	31
Item_2	2.9355	.85383	31
Item_3	3.2581	.68155	31
Item_4	2.9677	.83602	31
Item_5	2.9677	.83602	31
Item_6	3.8065	.40161	31
Item_7	3.0645	.77182	31
Item_8	3.5161	.56985	31
Item_9	3.3871	.71542	31
Item_10	2.7419	.89322	31
Item_11	3.7742	.49730	31
Item_12	3.1613	.73470	31
Item_13	3.5806	.56416	31
Item_14	2.7742	.80456	31
Item_15	3.6129	.55842	31
Item_16	3.3226	.74776	31
Item_17	3.0968	.74632	31
Item_18	2.3548	.83859	31
Item_19	3.1935	.70329	31
Item_20	2.9677	.75206	31
Item_21	2.9355	.89202	31
Item_22	2.7742	.99028	31
Item_23	3.1613	.77875	31
Item_24	2.8710	.80589	31
Item_25	3.4194	.76482	31
Item_26	3.4839	.76902	31
Item_27	3.6452	.70938	31
Item_28	3.2581	.63075	31
Item_29	2.9032	1.10619	31
Item_30	2.9677	.83602	31
Item_31	3.4194	.56416	31

Item_32	3.3871	.55842	31
Item_33	3.8710	.34078	31
Item_34	2.9032	.83086	31
Item_35	3.0968	.47292	31
Item_36	3.6129	.71542	31
Item_37	3.3226	.65254	31
Item_38	3.2903	.69251	31
Item_39	3.3226	.97936	31
Item_40	3.1935	.79244	31
Item_41	2.0323	1.04830	31
Item_42	3.2903	.82436	31
Item_43	3.0645	.81386	31
Item_44	3.3871	.66720	31
Item_45	2.7419	.81518	31
Item_46	2.8710	.84624	31
Item_47	2.7742	.66881	31
Item_48	3.0000	.85635	31
Item_49	2.9677	.94812	31
Item_50	2.6774	1.01282	31
Item_51	2.9677	.83602	31
Item_52	3.0968	.70023	31
Item_53	3.4194	.67202	31
Item_54	3.6129	.66720	31
Item_55	3.0968	.78972	31
Item_56	3.0968	.74632	31
Item_57	3.7097	.46141	31
Item_58	3.3871	.66720	31
Item_59	2.9355	1.03071	31
Item_60	3.4839	.81121	31
Item_61	3.6452	.60819	31
Item_62	3.3226	.70176	31
Item_63	3.2258	.88354	31

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item_1	197.1290	447.583	.402	.934
Item_2	197.2903	443.213	.446	.934
Item_3	196.9677	440.832	.653	.933
Item_4	197.2581	447.065	.346	.934
Item_5	197.2581	459.865	-.016	.937
Item_6	196.4194	455.385	.259	.935
Item_7	197.1613	457.473	.058	.936
Item_8	196.7097	454.813	.199	.935
Item_9	196.8387	438.606	.696	.932
Item_10	197.4839	442.591	.441	.934
Item_11	196.4516	451.723	.379	.934
Item_12	197.0645	448.196	.361	.934
Item_13	196.6452	444.637	.632	.933
Item_14	197.4516	438.723	.612	.933
Item_15	196.6129	448.378	.477	.934
Item_16	196.9032	456.024	.106	.936
Item_17	197.1290	443.649	.502	.933
Item_18	197.8710	443.249	.454	.934
Item_19	197.0323	454.366	.171	.935
Item_20	197.2581	441.265	.574	.933
Item_21	197.2903	435.946	.624	.933
Item_22	197.4516	442.923	.386	.934
Item_23	197.0645	446.796	.382	.934
Item_24	197.3548	435.770	.700	.932
Item_25	196.8065	441.828	.546	.933
Item_26	196.7419	443.531	.490	.933
Item_27	196.5806	446.852	.421	.934
Item_28	196.9677	451.699	.294	.935
Item_29	197.3226	434.559	.525	.933
Item_30	197.2581	446.665	.357	.934
Item_31	196.8065	445.895	.578	.933
Item_32	196.8387	447.406	.519	.934
Item_33	196.3548	456.103	.258	.935
Item_34	197.3226	448.292	.313	.935
Item_35	197.1290	451.383	.417	.934
Item_36	196.6129	455.245	.138	.935
Item_37	196.9032	445.757	.501	.934
Item_38	196.9355	442.862	.571	.933

Item_39	196.9032	441.290	.431	.934
Item_40	197.0323	438.499	.628	.933
Item_41	198.1935	441.295	.399	.934
Item_42	196.9355	453.596	.162	.936
Item_43	197.1613	454.006	.153	.936
Item_44	196.8387	455.273	.150	.935
Item_45	197.4839	440.191	.559	.933
Item_46	197.3548	431.837	.780	.932
Item_47	197.4516	443.789	.559	.933
Item_48	197.2258	446.447	.354	.934
Item_49	197.2581	437.198	.552	.933
Item_50	197.5484	435.523	.554	.933
Item_51	197.2581	443.865	.438	.934
Item_52	197.1290	451.649	.263	.935
Item_53	196.8065	444.761	.521	.933
Item_54	196.6129	454.178	.188	.935
Item_55	197.1290	448.183	.334	.934
Item_56	197.1290	441.516	.571	.933
Item_57	196.5161	454.591	.263	.935
Item_58	196.8387	445.940	.482	.934
Item_59	197.2903	429.413	.691	.932
Item_60	196.7419	441.331	.528	.933
Item_61	196.5806	452.118	.290	.935
Item_62	196.9032	445.224	.482	.934
Item_63	197.0000	446.733	.334	.935

**Lampiran 4**  
**Skala Motivasi Belajar**

Nama : .....

Kelas : .....

No. Absen : .....

## SKALA MOTIVASI BELAJAR

### A. PENGANTAR

Skala ini tidak berisi hal-hal yang membenarkan atau menyalahkan suatu perilaku. Skala ini tidak akan menilai benar atau salah atas pilihan jawaban Anda dan tidak akan mempengaruhi nilai akademis anda maupun hubungan anda dengan orang lain. Jawaban Anda adalah rahasia dan tidak akan diinformasikan kepada pihak lain.

### B. PETUNJUK MENGERJAKAN

Bacalah setiap pernyataan di bawah ini dengan seksama. Setiap pernyataan dalam skala ini dilengkapi empat pilihan jawaban : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS).

1. Sangat Setuju (SS)  
Berarti pernyataan tersebut sangat sesuai dengan keadaan diri Anda.
2. Setuju (S)  
Berarti pernyataan tersebut sesuai dengan keadaan diri Anda.
3. Tidak Setuju (TS)  
Berarti pernyataan tersebut tidak sesuai dengan keadaan diri Anda.
4. Sangat Tidak Setuju (STS)  
Berarti pernyataan tersebut sangat tidak sesuai dengan keadaan diri Anda.

### C. PETUNJUK PENGISIAN

1. Berilah tanda centang (✓) pada kolom pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan diri Anda.
2. Berusahalah untuk tidak melihat atau bertanya kepada teman Anda karena Anda lah yang paling tahu tentang diri Anda sendiri.

#### CONTOH:

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa percaya diri ketika mengerjakan ujian.		✓		

Apabila Anda ingin mengganti jawaban, berilah tanda silang (X) pada jawaban pertama, kemudian beri tanda centang pada jawaban kedua Anda dengan cara:

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa percaya diri ketika mengerjakan ujian.		✓X	✓	

\\ Selamat Mengerjakan \\

No	Butir Item	SS	S	TS	STS
1	Saya lebih giat berusaha ketika menghadapi tugas pelajaran yang sukar				
2	Saya mengumpulkan tugas yang belum selesai daripada menyontek pekerjaan teman				
3	Ketika mendapatkan tugas mata pelajaran, saya langsung mengerjakan dengan sungguh-sungguh				
4	Saya selalu semangat menyelesaikan soal pelajaran yang sukar				
5	Saya lebih senang meniru tugas teman lain yang diberikan bapak/ibu guru				
6	Ketika ulangan harian selalu merasa gugup				
7	Bagi saya niat dalam belajar itu tidak dibutuhkan				
8	Saya selalu mengabaikan mata pelajaran yang sukar				
9	Demi mendapatkan nilai mata pelajaran yang tinggi, saya selalu belajar dengan tekun				
10	Saya siap mengerjakan ulangan harian mendadak karena saya rutin belajar				
11	Bagi saya belajar secara rutin itu merupakan suatu kebutuhan untuk sukses				
12	Ketika teman-teman membaca buku di perpustakaan, saya tertarik untuk ikut bersama				
13	Saya cepat merasa bosan belajar sendiri				
14	Belajar secara rutin terasa berat bagi saya				
15	Berkumpul bersama teman lebih seru untuk bercerita daripada belajar bersama.				
16	Saya akan belajar ketika disuruh untuk belajar				
17	Saat teman-teman belajar di perpustakaan, saya tidak tertarik untuk ikut belajar bersama				
18	Saya mengikuti lomba mata pelajaran karena yakin saya bisa				
19	Demi meraih prestasi, saya akan belajar lebih giat				
20	Saya ingin belajar tanpa disuruh oleh orangtua				
21	Saya berusaha memperoleh nilai yang tinggi agar masuk SMA/SMK favorit				
22	Saya merasa malas mengikuti kegiatan ekstrakurikuler				
23	Saya jarang memiliki target nilai yang tinggi dalam mengerjakan ulangan				
24	Saya merasa putus asa karena tidak dapat mengerjakan tugas mata pelajaran yang diberikan				
25	Karena nilai saya rendah, saya malas berusaha melanjutkan ke sekolah favorit				
26	Ketika diberi pertanyaan oleh guru mata pelajaran saya dapat menjawab dengan benar				
27	Saya mendapat pujian dari bapak/ibu guru karena mendapatkan nilai yang baik di kelas				
28	Ketika berhasil memenangkan suatu perlombaan, saya mendapatkan ucapan selamat dari teman-teman dan guru				

No	Butir Item	SS	S	TS	STS
29	Saya merasa biasa-biasa saja, ketika hasil ulangan saya rendah				
30	Ketika saya malas mengerjakan PR, saya meniru pekerjaan teman				
31	Saya selalu dimarahi orangtua, saat nilai ulangan harian jelek				
32	Saya senang belajar di perpustakaan saat guru berhalangan hadir				
33	Saya membentuk kelompok belajar agar belajar bersama lebih mudah				
34	Saya selalu memanfaatkan waktu luang untuk belajar di tempat yang terbuka seperti di taman sekolah				
35	Saya berinisiatif mengerjakan soal-soal mata pelajaran saat ibu/bapak guru berhalangan hadir				
36	Saya malas belajar di perpustakaan				
37	Saya memanfaatkan waktu luang untuk jajan di kantin sekolah				
38	Ketika bapak ibu guru menjelaskan mata pelajaran, saya merasa mengantuk				
39	Saya lebih senang menyontek pekerjaan teman saat belajar bersama				
40	Saya senang memanfaatkan perpustakaan untuk belajar kelompok dengan teman karena suasananya tenang				
41	Saya melaksanakan piket kelas agar kelas terjaga kebersihannya				
42	Ketika teman-teman ramai di kelas, saya memilih bercerita kepada teman lainnya				
43	Ketika suasana kelas sepi, saya suka bermain game daripada belajar				
44	Saya tidak pernah melaksanakan piket kelas				
45	Saya membuang sampah bungkus permen di laci meja kelas saat pembelajaran berlangsung				

**Lampiran 5**

***Data Pre Test***

**Skala Motivasi Belajar**

**DATA PRE TEST**  
**SKALA MOTIVASI BELAJAR**

NO	NAMA	NO. ITEM																																													TOTAL			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45				
<b>KELOMPOK KONTROL</b>																																																		
1	AZM	3	2	3	2	3	3	4	2	1	3	3	3	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	2	4	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4	121
2	HNF	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	4	146			
3	LCK	2	3	3	2	3	4	4	2	4	2	3	3	2	2	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	4	4	3	2	2	3	3	128					
4	MHM	3	2	3	2	4	4	4	4	1	4	3	1	3	2	4	2	3	3	3	2	3	3	2	4	2	2	3	2	2	1	1	2	3	1	3	2	1	4	4	3	1	4	4	1	119				
5	MMF	3	4	3	2	4	2	3	3	2	2	4	2	4	3	1	2	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	4	1	2	3	3	2	3	1	3	3	3	3	2	2	3	4	126				
6	NTH	3	2	3	4	3	4	4	2	2	3	2	2	2	4	2	2	2	3	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	1	2	2	2	4	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	124			
7	NUR	3	4	4	3	4	1	4	3	4	1	2	3	1	4	3	3	3	1	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	1	1	2	2	3	4	2	3	3	2	2	3	3	2	2	116			
8	RAG	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	2	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	123			
9	TGR	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	147			
10	YND	4	4	4	4	3	3	1	3	3	2	4	3	1	2	2	2	3	3	2	4	3	3	3	1	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	132			
<b>KELOMPOK EKSPERIMEN</b>																																																		
1	ADT	3	3	3	2	3	1	3	1	3	1	3	3	1	1	1	2	4	2	3	4	3	1	2	1	3	3	2	4	3	3	2	2	1	1	3	3	1	2	2	3	3	1	3	2	2	103			
2	ALV	3	3	4	4	3	2	4	3	3	2	3	3	1	3	2	2	3	2	3	2	4	2	4	3	3	4	4	4	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	129		
3	ANS	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	126				
4	DEA	4	1	4	3	3	2	4	4	4	3	3	4	1	2	3	2	2	3	3	2	4	1	3	3	3	4	3	3	3	1	2	2	3	3	2	1	2	2	3	3	1	3	2	1	118				
5	IDR	3	2	3	2	2	2	4	2	3	3	4	2	2	2	4	3	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	4	2	3	2	4	2	3	4	4	127				
6	MST	2	2	3	2	4	3	4	4	4	1	4	4	4	1	1	2	2	1	4	3	4	1	3	4	3	1	4	1	1	4	3	4	1	1	1	3	1	3	4	3	3	3	4	4	3	122			
7	NAUF	3	2	3	4	2	3	4	4	3	2	3	2	1	1	1	1	1	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	110			
8	RMA	3	2	3	2	3	2	4	2	3	2	3	2	3	1	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	1	2	4	3	111
9	ROB	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	1	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	2	3	3	2	3	4	4	3	2	3	3	4	131			
10	ZHA	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	2	4	4	4	2	2	3	3	3	4	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	4	3	2	3	2	130			

## **Lampiran 6**

### **RPL, MODUL, Laporan dan Hasil Konseling Kelompok dengan Strategi *Self Regulated Learning***

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**  
**Layanan Konseling Kelompok 1**

- A. Tema : Meningkatkan hasrat dan keinginan berhasil dalam belajar dengan strategi *SRL*
- B. Topik bahasan : Konseling kelompok (Tugas)
- C. Bidang bimbingan : Pribadi, belajar dan sosial
- D. Fungsi layanan : Pengentasan, pemahaman dan pencegahan
- E. Sasaran layanan : 10 siswa kelas VIIIC
- F. Tempat penyelenggaraan : Perpustakaan lama
- G. Tanggal penyelenggaraan : 13 Oktober 2016
- H. Waktu penyelenggaraan : 80 menit
- I. Tujuan layanan :
1. *Understanding* (pemahaman baru)
    - a. Anggota kelompok dapat memahami permasalahan yang dibahas
    - b. Anggota kelompok dapat mengemukakan permasalahan yang dialaminya.
  2. *Comfortable* (sikap positif)
    - a. Anggota kelompok dapat secara mandiri mengambil keputusan secara tepat.
    - b. Anggota kelompok dapat mengidentifikasi diri dampak alternatif penyelesaian masalah.
  3. *Action* (unjuk kerja/rencana kegiatan)
 

Anggota kelompok dapat membuat rencana dalam penyelesaian masalah.
- J. Kegiatan layanan :
1. Tahap I : Pembentukan Kelompok
    - a. Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan konseling kelompok
    - b. Menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan konseling kelompok
    - c. Saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri

- d. Permainan penghangatan/ pengakraban.
2. Tahap II : Peralihan
    - a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya
    - b. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap tiga)
    - c. Membahas suasana yang terjadi
    - d. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota
    - e. Kalau perlu kembali kebeberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).
  3. Tahap III : Kegiatan
    - a. Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah
    - b. Menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu
    - c. Anggota membahas masing-masing masalah secara mendalam dan tuntas
    - d. Kegiatan selingan.
  4. Tahap IV : Penutup
    - a. Pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
    - b. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan
    - c. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan hasil-hasil kegiatan
    - d. Membahas kegiatan lanjutan
    - e. Mengemukakan pesan dan harapan.
- K. Sumber / bahan dan alat : alat tulis dan buku catatan
- L. Rencana penilaian :
1. Laiseg
 

Mengamati tingkah laku anggota serta kesungguhan dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok kaitannya dengan motivasi belajar rendah.

2. Laijapen

Memonitor perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan motivasi belajar rendah.

3. Laijapan

Memantau perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan peningkatan motivasi belajar.

M. Catatan khusus :

Keputusan hasil kegiatan bukan berdasarkan peneliti tetapi tetap ditentukan pada anggota kelompok

Guru BK Kelas VIII

Dra. Hikmatun Burhaniyah  
NIP. 1967015 199802 2 002

Magelang, 13 Oktober 2016  
Peneliti

Intikani  
NPM.12.0301.0018

**MODUL**

**KONSELING KELOMPOK DENGAN STRATEGI *SELF REGULATED*  
*LEARNING* TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR**



Disusun Oleh :

Intikani

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG  
2016**

**MODUL**  
**KONSELING KELOMPOK DENGAN STRATEGI *SELF REGULATED***  
***LEARNING* TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR**  
**(*Pertemuan ke-1*)**

- A. Tujuan :
1. Siswa mampu memahami hasrat dan keinginan berhasil dalam mencapai peningkatan motivasi belajar.
  2. Siswa mampu mengetahui cara menetapkan hasrat dan keinginan berhasil dalam belajar
  3. Siswa mampu mengentaskan masalah yang menjadi penghambat dalam motivasi belajar.
  4. Siswa memiliki pengalaman melalui konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* yang digunakan untuk meningkatkan motivasi belajarnya
- B. Waktu : 80 menit
- C. Metode : Diskusi
- D. Penulis : Intikani
- E. Materi : Meningkatkan hasrat dan keinginan berhasil dalam motivasi belajar dengan Strategi *Self Regulated Learning*
- F. Uraian Kegiatan :
- 1) Tahap I : Pembentukan Kelompok
    - a. Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan konseling kelompok  
Konseling kelompok (Tohirin, 2014: 172) adalah suatu upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.  
Menurut Prayitno (dalam Tohirin, 2014: 173), secara umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan

berkomunikasinya. Melalui layanan konseling kelompok, hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa diungkap dan didinamikakan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi siswa secara optimal.

b. Menjelaskan asas-asas kegiatan konseling kelompok

Kegiatan konseling kelompok dapat terlaksana dengan mengikuti asas-asas dalam kegiatan konseling kelompok, diantaranya :

1) Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini merupakan asas yang penting dan utama dalam proses konseling baik untuk konselor maupun konseli, oleh karena itu seluruh anggota kelompok dan pemimpin kelompok berkomitmen untuk melaksanakannya.

2) Asas kesukarelaan

Proses konseling berlangsung atas dasar kesukarelaan, baik dari pihak konseli maupun konselor. Konseli diharapkan secara sukarela tanpa ragu-ragu ataupun merasa terpaksa menyampaikan masalah yang dihadapi.

3) Asas keterbukaan

Pelaksanaan kegiatan konseling perlu adanya suasana keterbukaan dari pemimpin kelompok maupun anggota kelompok. Keterbukaan ini bukan hanya sekedar bersedia menerima saran-saran dari luar, diharapkan masing-masing anggota kelompok bersedia membuka diri untuk kepentingan pemecahan masalah yang dialami masing-masing anggota kelompok.

4) Asas kekinian

Masalah-masalah anggota kelompok yang ditangani adalah masalah-masalah yang sedang dirasakan bukan masalah yang lampau dan juga bukan masalah yang mungkin akan dialami di masa yang akan datang.

c. Saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri

Kegiatan saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri dilakukan dengan memperkenalkan keseluruhan peserta yang melakukan proses konseling. Proses memperkenalkan diri dapat dimulai dari pemimpin kelompok agar anggota kelompok merasa tidak canggung dan malu-malu untuk memulai perkenalan dan selanjutnya dilanjutkan kepada masing-masing anggota.

d. Permainan penghangatan/ pengakraban

Permainan penghangatan/pengakraban dilakukan untuk menciptakan suasana kelompok yang hangat dan akrab antar pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

Permainannya yaitu bertema perkenalan yaitu **Siapa Dia?**

Langkah-langkah dalam Ice Breaker Games ini:

- 1) Minta semua peserta untuk berdiri dan membentuk lingkaran
- 2) Minta seorang peserta untuk memperkenalkan nama dan satu hal lain mengenai dirinya dalam bentuk satu kalimat pendek misal: nama saya Retno, hobi baca buku.
- 3) Mintalah peserta kedua untuk mengulang kalimat peserta pertama, baru kemudian memperkenalkan dirinya sendiri, misal: teman saya Retno, hobi baca buku, saya Rahnat, hobi main catur.
- 4) Peserta ketiga harus mengulang kalimat 2 peserta sebelumnya sebelum memperkenalkan diri, demikian seterusnya sampai seluruh peserta memperoleh gilirannya.
- 5) Apabila peserta tidak dapat mengingat nama dan apa yang dikatakan 2 peserta lainnya, maka ia harus menanyakan langsung pada yang bersangkutan: ‘siapa nama Anda?’ atau ‘siapa nama Anda dan apa hobi Anda?’

## 2) Tahap II : Peralihan

- a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya  
Tahapan konseling selanjutnya yaitu kesiapan antar anggota untuk mulai melakukan konseling kelompok pada tahapan berikutnya yaitu tahap kegiatan.
- b. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap tiga)  
Pemimpin kelompok berperan untuk menawarkan kepada anggota kelompok telah siap mengikuti tahapan selanjutnya yaitu tahapan kegiatan, dan anggota kelompok dapat menjawab “siap”, yang menandakan bahwa anggota bersedia melanjutkan tahap kegiatan.
- c. Membahas suasana yang terjadi  
Pemimpin kelompok dapat menanyakan kepada anggota kelompok mengenai suasana yang terjadi yang dirasakan anggota kelompok,
- d. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota  
Proses konseling kelompok akan terasa kurang nyaman apabila ada anggota yang hanya diam saja, maka dari itu pemimpin kelompok berusaha untuk membuat anggota tersebut merasa nyaman dan mau berpartisipasi dan tidak diam saja.
- e. Kalau perlu kembali kebeberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).

## 3) Tahap III : Kegiatan

- a. Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah  
Pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk menyampaikan masalah yang dihadapinya dalam motivasi belajar. Penyampaian masalah dilakukan secara urut maupun acak sesuai dengan kesepakatan bersama. Permasalahan yang menjadi penghambat dalam meningkatkan motivasi belajar yang mencakup diantaranya : kurangnya memiliki hasrat dan keinginan berhasil, kurang memiliki dorongan dan kebutuhan belajar, tidak memiliki harapan dan cita-cita masa depan, tidak mendapatkan penghargaan

dalam belajar, tidak memiliki kegiatan belajar yang menarik, dan lingkungan belajar yang kurang kondusif.

b. Menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu

Penetapan masalah yang akan dibahas dan diselesaikan terlebih dahulu sesuai dengan kesepakatan bersama antara pemimpin kelompok dan anggota kelompok. Permasalahan akan dibahas yaitu kurangnya memiliki hasrat dan keinginan berhasil.

c. Anggota membahas masalah secara mendalam dan tuntas

Pembahasan masalah dalam proses koseling ini yaitu pemimpin kelompok (peneliti) mencoba menerapkan strategi *self regulated learning* dalam menyelesaikan masalah yang menghambat atau mengganggu motivasi belajar. Pemimpin kelompok menerapkan langkah-langkah dalam strategi *self regulated learning*. Strategi ini bertujuan untuk membuat konseli atau anggota kelompok dapat secara sadar mengatur dirinya dalam belajar untuk mencapai tujuan belajarnya. Strategi *self regulated learning* dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- 1) Pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok mengenai permasalahan yang menjadi penyebab kurangnya memiliki hasrat dan keinginan berhasil kepada anggota yang mengalami hal tersebut.
- 2) Langkah selanjutnya, pemimpin kelompok memberikan lembar penugasan 1 (*Terlampir*) kepada anggota kelompok. Lembar tersebut dikerjakan dan hasil jawaban seluruh anggota dibacakan dan dibahas bersama-sama.
- 3) Langkah ketiga, pemimpin kelompok memberikan strategi *self regulated learning* yaitu *Goal Setting* (penetapan tujuan) kepada anggota kelompok.

Teori penetapan tujuan (*goal setting*) merupakan salah satu tahapan dari konseling Behaviorisme. Teori ini dikemukakan oleh Edwin Locke. Teori ini mengatakan bahwa

kita akan bergerak jika kita memiliki tujuan yang jelas dan pasti. Penetapan tujuan seperti halnya individu, kita menetapkan tujuan dan kemudian bekerja untuk menyelesaikan tujuan tersebut. Orientasi terhadap tujuan menentukan perilaku kita. Locke mengemukakan bahwa penetapan tujuan adalah proses kognitif dari keperluan praktis. Salah satu dari karakteristik perilaku yang mempunyai tujuan tersebut terus berlangsung sampai perilaku itu mencapai penyelesaiannya, yaitu sekali orang memulai sesuatu (misalkan pekerjaan) ia terus terus terdorong sampai tercapainya tujuan.

Tahapan kegiatan penetapan tujuan (*goal setting*) sebagai berikut :

- a) Mengungkapkan kembali pernyataan konseli tentang tujuan yang ingin dicapai.
  - b) Mempertegas tujuan yang ingin dicapai.
  - c) Memberikan kepercayaan dan menyakinkan konseli bahwa konselor benar – benar ingin membantu konseli mencapai tujuan.
  - d) Membantu konseli memandang masalahnya dengan memperhatikan hambatan yang dihadapi untuk mencapai tujuan yang ingin dicapai.
  - e) Merinci tujuan menjadi sub tujuan yang berurutan dan operasional.
- 4) Langkah terakhir dengan melaksanakan *Self Evaluation* (Evaluasi Diri)

Evaluasi diri dilakukan dengan sasaran siswa, tujuannya untuk mengetahui hasil dari treatment atau perlakuan yang diberikan kepada siswa oleh peneliti. Evaluasi diri ini dijadikan bahan pertimbangan oleh peneliti untuk memperoleh kesimpulan ataupun hasil dari pemberian treatment atau perlakuan.

- d. Kegiatan selingan.

#### 4) Tahap IV : Penutup

- a. Pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
- b. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan  
Pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk menyampaikan kesan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok. Penyampaian kesan dapat secara urut maupun acak sesuai dengan kesepakatan bersama.
- c. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan hasil-hasil kegiatan
- d. Membahas kegiatan lanjutan  
Kegiatan lanjutan yang dilakukan merupakan kegiatan yang dilakukan dengan melakukan kesepakatan pertemuan selanjutnya.
- e. Mengemukakan pesan dan harapan.



## LAPORAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK 1

- A. Jenis Layanan : Layanan konseling kelompok
- B. Hari/Tanggal : 15 Oktober 2016
- C. Waktu : 13.40 WIB
- D. Tempat : Perpustakaan Lama
- E. Anggota : Kelompok eksperimen
- F. Topik : Motivasi belajar rendah (kurangnya hasrat dan keinginan berhasil dalam belajar)
- G. Tahap Kegiatan :
1. Pembentukan
    - a. Penerimaan secara terbuka dan ucapan
    - b. Berdoa bersama dipimpin pemimpin kelompok
    - c. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling kelompok
    - d. Menekankan pentingnya asas-asas kegiatan yang harus ditaati
    - e. Melakukan perkenalan dilanjutkan dengan permainan untuk menghangatkan suasana
  2. Peralihan
    - a. menjelaskan secara ringkas pelaksanaan konseling tahap selanjutnya
    - b. memastikan kesiapan anggota anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan
    - c. menegaskan janji rahasia terhadap anggota kelompok
  3. Kegiatan
    - a. Setiap anggota kelompok mengemukakan permasalahan yang dihadapi
    - b. Memilih topik yang akan dibahas sesuai dengan kesepakatan bersama
    - c. Anggota kelompok yang permasalahannya dibahas memberikan gambaran sekilas mengenai topik
    - d. Seluruh anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik
    - e. Menyimpulkan topik yang telah dibahas
  4. Penutup
    - a. Menyampaikan bahwa kegiatan akan segera diakhiri

- b. Anggota kelompok mengemukakan pesan dan kesan
  - c. Menyepakati kegiatan berikutnya
  - d. Mengucapkan terima kasih
  - e. Kegiatan konseling kelompok diakhiri dengan berdoa bersama dan berjabat tangan
- H. Tema yang dibahas : Kurangnya hasrat dan keinginan berhasil dalam belajar karena sering main game
- I. Suasana Kegiatan : Dinamika kelompok terbangun, santai dan kondusif
- J. Komitmen :
- Berdasarkan topik yang dibahas anggota kelompok memiliki komitmen :
- 1. Berusaha menumbuhkan motivasi belajar, karena anggota mengetahui bahwa belajar itu lebih penting daripada bermain
  - 2. Mengurangi bermain game sedikit namun pasti sehingga dapat bermain saat waktu senggang dan tidak melupakan kegiatan belajar
- K. Kesan dan Pesan :
- 1. Kesan : senang mengikuti konseling kelompok
  - 2. Pesan : kegiatan konseling kelompok selalu diselingi permainan agar tetap menyenangkan

### HASIL PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK 1

- A. Hari/Tanggal : Kamis, 13 Oktober 2016
- B. Waktu : 13.40 WIB
- C. Tempat : Perpustakaan lama
- D. Topik Masalah : Motivasi belajar rendah (kurangnya hasrat dan keinginan berhasil dalam belajar)
- E. Hasil Pelaksanaan :
1. Tahap Pembukaan
    - PK : Assalamu'alaikum Wr.Wb
    - AK : Wa'alaikumsalam Wr.Wb
    - PK : Terima kasih atas kehadiran teman-teman dan kesediannya untuk mengikuti konseling kelompok pada hari ini dna semoga seterusnya tetap terlaksana. Teman-teman sekalian, sebelum memulai kegiatan pada hari ini, marilah kita awali dengan berdoa.
    - Semua : (Berdoa)
    - PK : Teman-teman, tahukah apa itu kegiatan konseling kelompok itu?
    - AK : Belum, bu.
    - PK : (Menjelaskan pengertian, tujuan dan asas-asas konseling kelompok serta menanyakan kontrak waktu dalam konseling kelompok)
    - PK : (mengajak anggota kelompok untuk melakukan permainan agar tidak merasa jenuh mengikuti konseling kelompok)
  2. Tahap Peralihan
    - PK : (menjelaskan secara ringkas pelaksanaan konseling tahap selanjutnya)
    - PK : Bagaimana teman-teman, apakah sudah siap mengikuti kelompok?
    - AK : siap, bu.

PK : (menegaskan janji rahasia terhadap anggota kelompok)

### 3. Tahap Kegiatan

PK : Baiklah, silahkan teman-teman secara sukarela mengungkapkan permasalahan yang dialami yang berkaitan dengan motivasi belajar. Silahkan dapat secara urut mungkin dari sebelah kanan saya.

AK : (mengungkapkan permasalahan yang dialami terkait dengan motivasi belajar. Permasalahan yang dialami anggota kelompok yaitu kurangnya hasrat dan keinginan berhasil karena sering main game, tidak ada dorongan dan kebutuhan belajar karena tidak bisa fokus saat belajar di sekolah/ rumah, tidak memiliki harapan dan cita-cita masa depan karena mudah menyerah saat mengerjakan tugas yang sukar, tidak mendapatkan penghargaan karena malas belajar, kurang memiliki kegiatan belajar yang menarik karena cepat merasa bosan, lingkungan belajar yang kondusif karena sering diganggu teman dan suasana kelas yang ramai)

PK : Pengungkapan permasalahan telah dilakukan, dan berdasarkan kesepakatan maka akan dibahas terlebih dahulu permasalahan yang pertama yaitu permasalahan ALV dan MUS. Baiklah, yang serupa permasalahannya untuk memberikan gambaran sekilas mengenai apa yang dialami.

AK : (ALV dan MUS memberikan gambaran permasalahannya mengenai kurangnya hasrat dan keinginan berhasil karena sering main game

Semua : (anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik)

PK : Baiklah teman-teman, mari kita simpulkan dari apa yang telah dibahas tadi.

AK : (menyimpulkan permasalahan yang telah dibahas dan

alternatif masalah yang dipilih)

#### 4. Tahap Penutup

PK : teman-teman sekalian, kegiatan konseling kelompok pada hari ini akan diakhiri namun, sebelum diakhiri saya ingin bertanya pada teman-teman, apa kesan dan pesan dari kalian mengenai kegiatan konseling kelompok yang telah dilakukan ini?

AK : (mengungkapkan kesan dan pesan)

PK : selanjutnya, untuk pertemuan yang akan datang, mari kita sepakati bersama waktu dan tempatnya?

PK dan AK : (Menyepakati kegiatan berikutnya)

PK : terima kasih teman-teman semua atas partisipasinya dalam kegiatan konseling kelompok ini.

AK : Iya bu, sama-sama. Terima kasih juga.

PK : baiklah, saya akhiri wassalamu'alaikum wr.wb

AK : Wa'alaikumsalam Wr.Wb.

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**  
**Layanan Konseling Kelompok 2**

- A. Tema : Menumbuhkan dorongan dan kebutuhan belajar dengan strategi *SRL*
- B. Topik bahasan : Konseling kelompok (Tugas)
- C. Bidang bimbingan : Pribadi, belajar dan sosial
- D. Fungsi layanan : Pengentasan, pemahaman dan pencegahan
- E. Sasaran layanan : 10 siswa kelas VIIIC
- F. Tempat penyelenggaraan : Perpustakaan lama
- G. Tanggal penyelenggaraan : 27 Oktober 2016
- H. Waktu penyelenggaraan : 80 menit
- I. Tujuan layanan :
1. *Understanding* (pemahaman baru)
    - a. Anggota kelompok dapat memahami permasalahan yang dibahas
    - b. Anggota kelompok dapat mengemukakan permasalahan yang dialaminya.
  2. *Confortable* (sikap positif)
    - a. Anggota kelompok dapat secara mandiri mengambil keputusan secara tepat.
    - b. Anggota kelompok dapat mengidentifikasi diri dampak alternatif penyelesaian masalah.
  3. *Action* (unjuk kerja/rencana kegiatan)

Anggota kelompok dapat membuat rencana dalam penyelesaian masalah.
- J. Kegiatan layanan :
1. Tahap I : Pembentukan Kelompok
    - a. Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan konseling kelompok
    - b. Menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan konseling kelompok
    - c. Saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri

- d. Permainan penghangatan/ pengakraban.
- 2. Tahap II : Peralihan
  - a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya
  - b. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap tiga)
  - c. Membahas suasana yang terjadi
  - d. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota
  - e. Kalau perlu kembali kebeberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).
- 3. Tahap III : Kegiatan
  - a. Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah
  - b. Menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu
  - c. Anggota membahas masing-masing masalah secara mendalam dan tuntas
  - d. Kegiatan selingan.
- 4. Tahap IV : Penutup
  - a. Pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
  - b. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan
  - c. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan hasil-hasil kegiatan
  - d. Membahas kegiatan lanjutan
  - e. Mengemukakan pesan dan harapan.
- K. Sumber / bahan dan alat : alat tulis dan buku catatan
- L. Rencana penilaian :
  - 1. Laiseg
    - Mengamati tingkah laku anggota serta kesungguhan dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok kaitannya dengan motivasi belajar rendah.

2. Laijapen

Memonitor perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan motivasi belajar rendah.

3. Laijapan

Memantau perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan peningkatan motivasi belajar.

M. Catatan khusus :

Keputusan hasil kegiatan bukan berdasarkan peneliti tetapi tetap ditentukan pada anggota kelompok

Guru BK Kelas VIII

Magelang, 27 Oktober 2016  
Peneliti

Dra. Hikmatun Burhaniyah  
NIP. 1967015 199802 2 002

Intikani  
NPM.12.0301.0018

**MODUL**  
**KONSELING KELOMPOK DENGAN STRATEGI *SELF REGULATED***  
***LEARNING* TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR**  
*(Pertemuan ke-2)*

- A. Tujuan :
1. Siswa dapat memahami dorongan dan kebutuhan dalam belajar yang ada dalam diri siswa
  2. Siswa dapat memiliki dorongan dan kebutuhan dalam belajar secara sadar
  3. Siswa mampu mengentaskan masalah yang menjadi penghambat motivasi belajar dengan mengatur dirinya dalam belajar
  4. Siswa mampu memahami dan menerapkan hasil pertemuan konseling sebelumnya
- B. Waktu : 80 menit
- C. Metode : Diskusi
- D. Penulis : Intikani
- E. Materi : Menumbuhkan dorongan dan kebutuhan belajar dalam motivasi belajar dengan Strategi *Self Regulated Learning*
- F. Uraian Kegiatan :
1. Tahap I : Pembentukan Kelompok
    - a. Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan konseling kelompok  
 Konseling kelompok (Tohirin, 2014: 172) adalah suatu upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.  
  
 Menurut Prayitno (dalam Tohirin, 2014: 173), secara umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasinya. Melalui layanan konseling kelompok, hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa diungkap dan didinamikakan melalui berbagai

teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi siswa secara optimal.

b. Menjelaskan asas-asas kegiatan konseling kelompok

Kegiatan konseling kelompok dapat terlaksana dengan mengikuti asas-asas dalam kegiatan konseling kelompok, diantaranya :

1) Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini merupakan asas yang penting dan utama dalam proses konseling baik untuk konselor maupun konseli, oleh karena itu seluruh anggota kelompok dan pemimpin kelompok berkomitmen untuk melaksanakannya.

2) Asas kesukarelaan

Proses konseling berlangsung atas dasar kesukarelaan, baik dari pihak konseli maupun konselor. Konseli diharapkan secara sukarela tanpa ragu-ragu ataupun merasa terpaksa menyampaikan masalah yang dihadapi.

3) Asas keterbukaan

Pelaksanaan kegiatan konseling perlu adanya suasana keterbukaan dari pemimpin kelompok maupun anggota kelompok. Keterbukaan ini bukan hanya sekedar bersedia menerima saran-saran dari luar, diharapkan masing-masing anggota kelompok bersedia membuka diri untuk kepentingan pemecahan masalah yang dialami masing-masing anggota kelompok.

4) Asas kekinian

Masalah-masalah anggota kelompok yang ditangani adalah masalah-masalah yang sedang dirasakan bukan masalah yang lampau dan juga bukan masalah yang mungkin akan dialami di masa yang akan datang.

c. Saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri

Kegiatan saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri dilakukan dengan memperkenalkan keseluruhan peserta yang

melakukan proses konseling. Proses memperkenalkan diri dapat dimulai dari pemimpin kelompok agar anggota kelompok merasa tidak canggung dan malu-malu untuk memulai perkenalan dan selanjutnya dilanjutkan kepada masing-masing anggota.

d. Permainan penghangatan/ pengakraban

Permainan penghangatan/pengakraban dilakukan untuk menciptakan suasana kelompok yang hangat dan akrab antar pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

Permainannya yaitu menghitung mundur. Langkah – langkah dalam Ice Breaker Games ini sebagai berikut:

- 1) Minta peserta untuk berdiri membentuk suatu lingkaran. Setiap peserta menghitung secara bergiliran mulai dari 1 sampai 30.
- 2) Pada saat menghitung, minta peserta memenuhi peraturan : setiap angka ‘tujuh’ atau ‘ kelipatan tujuh’, angka itu tidak disebutkan, melainkan diganti dengan tepuk tangan.
- 3) Apabila ada peserta yang salah melaksanakan tugasnya, maka permainan dimulai dari awal.
- 4) Sesudah 1 ronde, permainan tahap 1 selesai
- 5) Permainan tahap 2 dimulai dengan cara yang sama seperti di atas, tetapi hitungannya dimulai dari angka 30 mundur terus sampai dengan angka 1. Peraturan yang diterapkan juga sama, yaitu setiap angka ‘tujuh’ atau angka ‘kelipatan tujuh’, angka itu tidak disebutkan, melainkan diganti dengan tepuk tangan.
- 6) Setelah 2 ronde, permainan selesai.

2. Tahap II : Peralihan

a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya

Tahapan konseling selanjutnya yaitu kesiapan antar anggota untuk mulai melakukan konseling kelompok pada tahapan berikutnya yaitu tahap kegiatan.

b. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap tiga)

Pemimpin kelompok berperan untuk menawarkan kepada anggota kelompok telah siap mengikuti tahapan selanjutnya yaitu tahapan kegiatan, dan anggota kelompok dapat menjawab “siap”, yang menandakan bahwa anggota bersedia melanjutkan tahap kegiatan.

c. Membahas suasana yang terjadi

Pemimpin kelompok dapat menanyakan kepada anggota kelompok mengenai suasana yang terjadi yang dirasakan anggota kelompok,

d. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota

Proses konseling kelompok akan terasa kurang nyaman apabila ada anggota yang hanya diam saja, maka dari itu pemimpin kelompok berusaha untuk membuat anggota tersebut merasa nyaman dan mau berpartisipasi dan tidak diam saja.

e. Kalau perlu kembali kebeberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).

3. Tahap III : Kegiatan

a. Anggota membahas masalah secara mendalam dan tuntas

Penetapan masalah yang akan dibahas dan diselesaikan terlebih dahulu sesuai dengan kesepakatan bersama antara pemimpin kelompok dan anggota kelompok. Permasalahan akan dibahas yaitu kurang memiliki dorongan dan kebutuhan belajar.

Pembahasan masalah dalam proses konseling kelompok ini yaitu pemimpin kelompok (peneliti) mencoba menerapkan strategi *self regulated learning* dalam menyelesaikan masalah yang menghambat atau mengganggu motivasi belajar. Strategi ini bertujuan untuk membuat konseli atau anggota kelompok dapat secara sadar mengatur dirinya dalam belajar untuk mencapai tujuan belajarnya. Strategi *self regulated learning* dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1) Pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok mengenai permasalahan yang menjadi penyebab kurang

memiliki dorongan dan kebutuhan belajar kepada anggota yang mengalami hal tersebut.

- 2) Langkah selanjutnya, pemimpin kelompok memberikan lembar penugasan 2 (*Terlampir*) kepada anggota kelompok. Lembar tersebut dikerjakan dan hasil jawaban seluruh anggota dibacakan dan dibahas bersama-sama.
- 3) Langkah ketiga, pemimpin kelompok memberikan strategi *self regulated learning* yaitu *flexibel use of learning strategies* (Penggunaan strategi belajar yang fleksibel)

Penggunaan strategi belajar yang fleksibel merupakan kegiatan yang dilakukan untuk mencapai tujuan belajar sesuai dengan kemampuan dari diri pembelajar.

- a) Belajar tanpa Mood, belajarlal karena kesungguhan kita untuk berubah, jangan belajar hanya dengan berlandaskan mood saja.
- b) Belajarlal di manapun anda suka  
Carilah tempat yang nyaman dan dapat menenangkan pikiran kita sewaktu belajar, dengan keadaan yang nyaman kita akan lebih mudah dalam memahami materi.
- c) Jangan belajar terlalu banyak ketika akan ujian  
Sistem KS (kebut semalam) sangat merusak cara berpikir kita, karena hanya akan menimbulkan tekanan bukan pengetahuan.
- d) Belajar sambil diskusi  
Belajar secara kelompok memang dimaksudkan agar seseorang yang kurang mampu memahami materi bisa berdiskusi dengan orang yang sudah paham, sehingga siswa dapat saling bertukar ide maupun pendapat.
- e) Apabila diperlukan belajar dengan diiringi musik  
Musik memang bisa meningkatkan konsentrasi kita dalam belajar, namun hal ini tidak selalu terjadi pada setiap orang.

Ada beberapa orang yang malah suka keadaan yang hening. Jadi, jika musik bisa membantumu berkonsentrasi.

- f) Jangan hanya menghafal, metode menghafal mungkin bisa menyukseskan kita dalam mencari nilai yang baik. Pahami materi dengan mempelajari konsep-konsepnya, bagaimana hal itu bisa terjadi, mengapa, apa selanjutnya, begitulah cara berpikir yang harus dikembangkan meskipun memakan waktu yang cukup lama.
- g) Jangan malu-malu untuk bertanya, bila kita ada yang belum paham mengenai materi yang diajarkan, cukup dengan acungkan jari dan bertanyalah kepada bapak/ibu guru, jangan malu bertanya bila kita tidak bias.
- h) Coba dan Gagal (Trial and Error)  
Gagal adalah teman kita juga, jadi jangan pernah menghindar darinya. Materi yang sesulit apapun, pasti akan bisa kita kuasai asal tidak ada kata menyerah memahaminya.
- i) Cintailah mata pelajaran yang anda sukai  
Anda tidak bisa dalam fisika (misal), namun anda sangat mencintai pelajaran yang satu ini. Maka dengan kecintaan itu, suatu saat akan menjadikan anda seorang fisikawan hebat, karena sesuatu yang dilakukan sepenuh hati akan menghasilkan hasil yang memuaskan. Sekarang tidak bisa, namun karena kecintaan tersebut anda mempelajarinya setiap waktu, tunggulah hingga mimpi indah tiba.
- j) Kunci semua metode belajar  
Kuncinya terletak pada kesungguhan kita dalam berdo'a, karena saya masih ingat betul ada yang bilang kecerdasan seseorang 73% dari kesungguhan do'anya, sedangkan 27% dari belajar. Intinya do'a sangatlah penting, sebagai bentuk pasrah kita kepada Tuhan.

4) Langkah terakhir melaksanakan *self evaluation* (Evaluasi diri)  
Evaluasi diri dilakukan dengan sasaran siswa, tujuannya untuk mengetahui hasil dari treatment atau perlakuan yang diberikan kepada siswa oleh peneliti. Evaluasi diri ini dijadikan bahan pertimbangan oleh peneliti untuk memperoleh kesimpulan ataupun hasil dari pemberian treatment atau perlakuan.

b. Kegiatan selingan.

#### 4. Tahap IV : Penutup

a. Pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri

b. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan  
Pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk menyampaikan kesan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok.

c. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan hasil-hasil kegiatan

d. Membahas kegiatan lanjutan

Kegiatan lanjutan yang dilakukan merupakan kegiatan yang dilakukan dengan melakukan kesepakatan pertemuan selanjutnya.

e. Mengemukakan pesan dan harapan.



## LAPORAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK 2

- A. Jenis Layanan : Layanan konseling kelompok
- B. Hari/Tanggal : 29 Oktober 2016
- C. Waktu : 13.40 WIB
- D. Tempat : Perpustakaan Lama
- E. Anggota : Kelompok eksperimen
- F. Topik : Motivasi belajar rendah (tidak ada dorongan dan kebutuhan belajar karena tidak bisa fokus saat belajar di sekolah/ rumah)
- G. Tahap Kegiatan :
1. Pembentukan
    - a. Penerimaan secara terbuka dan ucapan
    - b. Berdoa bersama dipimpin pemimpin kelompok
    - c. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling kelompok
    - d. Menekankan pentingnya asas-asas kegiatan yang harus ditaati
    - e. Melakukan perkenalan dilanjutkan dengan permainan untuk menghangatkan suasana
  2. Peralihan
    - a. menjelaskan secara ringkas pelaksanaan konseling tahap selanjutnya
    - b. memastikan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan
    - c. menegaskan janji rahasia terhadap anggota kelompok
  3. Kegiatan
    - a. Anggota kelompok yang permasalahannya dibahas memberikan gambaran sekilas mengenai topik
    - b. Seluruh anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik
    - c. Menyimpulkan topik yang telah dibahas
  4. Penutup
    - a. Menyampaikan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
    - b. Anggota kelompok mengemukakan pesan dan kesan

- c. Menyepakati kegiatan berikutnya
- d. Mengucapkan terima kasih
- e. Kegiatan konseling kelompok diakhiri dengan berdoa bersama dan berjabat tangan

H. Tema yang dibahas : Tidak ada dorongan dan kebutuhan belajar karena tidak bisa fokus dalam belajar

I. Suasana Kegiatan : Dinamika kelompok terbangun, santai dan kondusif

J. Komitmen :

Berdasarkan topik yang dibahas anggota kelompok memiliki komitmen :

1. Berusaha mengerjakan tugas yang diberikan guru dengan mengajak teman belajar bersama
2. Berusaha tidak banyak melihat HP, televisi ataupun media elektronik lain yang dapat mengganggu konsentrasi saat belajar di rumah

K. Kesan dan Pesan :

1. Kesan : merasa senang mengikuti konseling kelompok
2. Pesan : selalu diselingi permainan yang berbeda-beda agar tidak merasa bosan

## HASIL PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK 2

- A. Hari/Tanggal : Kamis, 27 Oktober 2016
- B. Waktu : 13.40 WIB
- C. Tempat : Perpustakaan lama
- D. Topik Masalah : Motivasi belajar rendah (tidak ada dorongan dan kebutuhan belajar karena tidak bisa fokus saat belajar di sekolah/ rumah)
- E. Hasil Pelaksanaan :
1. Tahap Pembukaan
    - PK : Assalamu'alaikum Wr.Wb
    - AK : Wa'alaikumsalam Wr.Wb
    - PK : Terima kasih atas kehadiran teman-teman dan kesediannya untuk mengikuti konseling kelompok pada hari ini dan semoga seterusnya tetap terlaksana. Teman-teman sekalian, sebelum memulai kegiatan pada hari ini, marilah kita awali dengan berdoa.
    - Semua : (Berdoa)
    - PK : Teman-teman, tahukah apa itu kegiatan konseling kelompok itu?
    - AK : Belum, bu.
    - PK : (Menjelaskan pengertian, tujuan dan asas-asas konseling kelompok serta menanyakan kontrak waktu dalam konseling kelompok)
    - PK : (mengajak anggota kelompok untuk melakukan permainan agar tidak merasa jenuh mengikuti konseling kelompok)
  2. Tahap Peralihan
    - PK : (menjelaskan secara ringkas pelaksanaan konseling tahap Selanjutnya)
    - PK : Bagaimana teman-teman, apakah sudah siap mengikuti kelompok?

AK : siap, bu.

PK : (menegaskan janji rahasia terhadap anggota kelompok)

### 3. Tahap Kegiatan

PK : Baiklah, teman-teman pada hari ini sesuai dengan kesepakatan sebelumnya bahwa pada pertemuan kedua ini kita semua akan membahas masalah yang terkait dengan motivasi belajar rendah yaitu tidak ada dorongan dan kebutuhan belajar karena tidak bisa fokus saat belajar di sekolah/ rumah. Mari kita beri kesempatan kepada ROB dan IDR yang serupa permasalahannya untuk memberikan gambaran sekilas mengenai permasalahannya.

AK : (ROB dan IDR memberikan gambaran permasalahannya mengenai sebab dari tidak ada dorongan dan kebutuhan belajar karena tidak bisa fokus saat belajar di sekolah/ rumah)

Semua : (anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik)

PK : Baiklah teman-teman, mari kita simpulkan dari apa yang telah dibahas tadi.

AK : (menyimpulkan permasalahan yang telah dibahas dan alternatif masalah yang dipilih)

### 4. Tahap Penutup

PK : teman-teman sekalian, kegiatan konseling kelompok pada hari ini akan diakhiri namun, sebelum diakhiri saya ingin bertanya pada teman-teman, apa kesan dan pesan dari kalian mengenai kegiatan konseling kelompok yang telah dilakukan ini?

AK : (mengungkapkan kesan dan pesan)

PK : selanjutnya, untuk pertemuan yang akan datang, mari kita sepakati bersama waktu dan tempatnya?

PK dan AK : (Menyepakati kegiatan berikutnya)

PK : terima kasih teman-teman semua atas partisipasinya dalam

kegiatan konseling kelompok ini.

AK : Iya bu, sama-sama. Terima kasih juga.

PK : baiklah, saya akhiri wassalamu'alaikum wr.wb

AK : Wa'alaikumsalam Wr.Wb.

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**  
**Layanan Konseling Kelompok 3**

- A. Tema : Meningkatkan harapan dan cita-cita masa depan dengan strategi *SRL*
- B. Topik bahasan : Konseling kelompok (Tugas)
- C. Bidang bimbingan : Pribadi, belajar dan sosial
- D. Fungsi layanan : Pengentasan, pemahaman dan pencegahan
- E. Sasaran layanan : 10 siswa kelas VIIIC
- F. Tempat penyelenggaraan : Perpustakaan
- G. Tanggal penyelenggaraan : 3 November 2016
- H. Waktu penyelenggaraan : 80 menit
- I. Tujuan layanan :
1. *Understanding* (pemahaman baru)
    - a. Anggota kelompok dapat memahami permasalahan yang dibahas
    - b. Anggota kelompok dapat mengemukakan permasalahan yang dialaminya.
  2. *Comfortable* (sikap positif)
    - a. Anggota kelompok dapat secara mandiri mengambil keputusan secara tepat.
    - b. Anggota kelompok dapat mengidentifikasi diri dampak alternatif penyelesaian masalah.
  3. *Action* (unjuk kerja/rencana kegiatan)
 

Anggota kelompok dapat membuat rencana dalam penyelesaian masalah.
- J. Kegiatan layanan :
1. Tahap I : Pembentukan Kelompok
    - a. Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan konseling kelompok
    - b. Menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan konseling kelompok

- c. Saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri
  - d. Permainan penghangatan/ pengakraban.
2. Tahap II : Peralihan
    - a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya
    - b. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap tiga)
    - c. Membahas suasana yang terjadi
    - d. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota
    - e. Kalau perlu kembali kebeberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).
  3. Tahap III : Kegiatan
    - a. Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah
    - b. Menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu
    - c. Anggota membahas masing-masing masalah secara mendalam dan tuntas
    - d. Kegiatan selingan.
  4. Tahap IV : Penutup
    - a. Pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
    - b. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan
    - c. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan hasil-hasil kegiatan
    - d. Membahas kegiatan lanjutan
    - e. Mengemukakan pesan dan harapan.
- K. Sumber / bahan dan alat : alat tulis dan buku catatan
- L. Rencana penilaian :
1. Laiseg
 

Mengamati tingkah laku anggota serta kesungguhan dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok kaitannya dengan motivasi belajar rendah.

2. Laijapen

Memonitor perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan motivasi belajar rendah.

3. Laijapan

Memantau perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan peningkatan motivasi belajar.

M. Catatan khusus :

Keputusan hasil kegiatan bukan berdasarkan peneliti tetapi tetap ditentukan pada anggota kelompok

Guru BK Kelas VIII

Magelang, 3 November 2016  
Peneliti

Dra. Hikmatun Burhaniyah  
NIP. 1967015 199802 2 002

Intikani  
NPM.12.0301.0018

**MODUL**  
**KONSELING KELOMPOK DENGAN STRATEGI *SELF REGULATED***  
***LEARNING* TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR**  
**(Pertemuan ke-3)**

- A. Tujuan :
1. Agar siswa memahami harapan dan cita-cita masa depan dalam belajar untuk mencapai motivasi belajar
  2. Siswa dapat menentukan harapan dan cita-cita masa depan sesuai dengan kemampuannya
  3. Siswa mampu mengentaskan masalah yang menjadi penghambat motivasi belajar dengan mengatur diri dalam belajar
  4. Agar siswa mampu memahami dan menerapkan hasil pertemuan konseling sebelumnya
- B. Waktu : 80 menit
- C. Metode : Diskusi
- D. Penulis : Intikani
- E. Materi : Meningkatkan harapan dan cita-cita masa depan dalam motivasi belajar dengan Strategi *Self Regulated Learning*
- F. Uraian Kegiatan :
- 1) Tahap I : Pembentukan Kelompok
    - a. Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan konseling kelompok  
 Konseling kelompok (Tohirin, 2014: 172) adalah suatu upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.  
  
 Menurut Prayitno (dalam Tohirin, 2014: 173), secara umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasinya. Hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa diungkap dan

didinamikakan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi siswa secara optimal.

b. Menjelaskan asas-asas kegiatan konseling kelompok

Kegiatan konseling kelompok dapat terlaksana dengan mengikuti asas-asas dalam kegiatan konseling kelompok, diantaranya :

1) Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini merupakan asas yang penting dan utama dalam proses konseling baik untuk konselor maupun konseli, oleh karena itu seluruh anggota kelompok dan pemimpin kelompok berkomitmen untuk melaksanakannya.

2) Asas kesukarelaan

Proses konseling berlangsung atas dasar kesukarelaan, baik dari pihak konseli maupun konselor. Konseli diharapkan secara sukarela tanpa ragu-ragu ataupun merasa terpaksa menyampaikan masalah yang dihadapi.

3) Asas keterbukaan

Pelaksanaan kegiatan konseling perlu adanya suasana keterbukaan dari pemimpin kelompok maupun anggota kelompok. Keterbukaan ini bukan hanya sekedar bersedia menerima saran-saran dari luar, namun untuk kepentingan pemecahan masalah yang dialami masing-masing anggota kelompok.

4) Asas kekinian

Masalah-masalah anggota kelompok yang ditangani adalah masalah-masalah yang sedang dirasakan bukan masalah yang lampau dan juga bukan masalah yang mungkin akan dialami di masa yang akan datang.

c. Saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri

Kegiatan saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri dilakukan dengan memperkenalkan keseluruhan peserta yang melakukan proses konseling, agar anggota kelompok merasa tidak

canggung dan malu-malu untuk memulai perkenalan dan selanjutnya dilanjutkan kepada masing-masing anggota.

d. Permainan penghangatan/ pengakraban

Permainan penghangatan/pengakraban dilakukan untuk menciptakan suasana kelompok yang hangat dan akrab antar pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

Permainan yang dilakukan yaitu permainan bercermin.

Langkah-langkah dalam ice breaker games ini:

- 1) Minta setiap peserta untuk berpasangan, 1 orang menjadi bayangan di cermin dan 1 orang menjadi seseorang yang sedang berdandan di depan cermin.
- 2) Bayangan harus mengikuti gerak – gerak orang yang berdandan.
- 3) Keduanya harus bekerja sama agar bisa bergerak secara kompak dengan kecepatan yang sama.
- 4) Minta peserta untuk mendiskusikan apa pesan dalam permainan ini

2) Tahap II : Peralihan

a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya

Tahapan konseling selanjutnya yaitu kesiapan antar anggota untuk mulai melakukan konseling kelompok pada tahapan berikutnya yaitu tahap kegiatan.

b. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap tiga)

Pemimpin kelompok berperan untuk menawarkan kepada anggota kelompok telah siap mengikuti tahapan selanjutnya yaitu tahapan kegiatan, dan anggota kelompok dapat menjawab “siap”, yang menandakan bahwa anggota bersedia melanjutkan tahap kegiatan.

c. Membahas suasana yang terjadi

Pemimpin kelompok dapat menanyakan kepada anggota kelompok mengenai suasana yang terjadi yang dirasakan anggota kelompok,

d. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota

Proses konseling kelompok akan terasa kurang nyaman apabila ada anggota yang hanya diam saja, maka dari itu pemimpin kelompok berusaha untuk membuat anggota tersebut merasa nyaman dan mau berpartisipasi dan tidak diam saja.

e. Kalau perlu kembali kebeberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).

3) Tahap III : Kegiatan

a. Anggota membahas masalah secara mendalam dan tuntas

Penetapan masalah yang akan dibahas dan diselesaikan terlebih dahulu sesuai dengan kesepakatan bersama antara pemimpin kelompok dan anggota kelompok. Permasalahan akan dibahas yaitu tidak memiliki harapan dan cita-cita masa depan.

Pembahasan masalah dalam proses konseling ini yaitu pemimpin kelompok (peneliti) mencoba menerapkan strategi *self regulated learning* dalam menyelesaikan masalah yang menghambat atau mengganggu motivasi belajar. Pemimpin kelompok menerapkan langkah-langkah dalam strategi *self regulated learning*. Strategi ini bertujuan untuk membuat konseli atau anggota kelompok dapat secara sadar mengatur dirinya dalam belajar untuk mencapai tujuan belajarnya. Strategi *self regulated learning* dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- 1) Pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok mengenai permasalahan yang menjadi penyebab tidak memiliki harapan dan cita-cita masa depan.
- 2) Langkah selanjutnya, pemimpin kelompok memberikan lembar penugasan 3 (*Terlampir*) kepada anggota kelompok. Lembar tersebut dikerjakan dan dibahas bersama-sama.
- 3) Langkah ketiga, pemimpin kelompok memberikan strategi *self regulated learning* yaitu perencanaan (*planning*) kepada anggota

kelompok. Pemimpin kelompok memberikan gambaran seputar siswa yang memiliki perencanaan dalam mencapai prestasi belajar melalui pengaturan jadwal belajarnya dengan baik. Selain itu, siswa dapat menentukan bagaimana baiknya menggunakan waktu dan sumber daya yang tersedia untuk menyelesaikan tugas belajar.

- 4) Langkah terakhir melaksanakan *Self Evaluation* (Evaluasi Diri)  
Evaluasi diri dilakukan dengan sasaran siswa, tujuannya untuk mengetahui hasil dari treatment atau perlakuan yang diberikan kepada siswa oleh peneliti. Evaluasi diri ini dijadikan bahan pertimbangan oleh peneliti untuk memperoleh kesimpulan ataupun hasil dari pemberian treatment atau perlakuan.

- b. Kegiatan selingan.

- 4) Tahap IV : Penutup

- a. Pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
  - b. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan  
Pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk menyampaikan kesan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok.
  - c. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan hasil-hasil kegiatan
  - d. Membahas kegiatan lanjutan  
Kegiatan lanjutan yang dilakukan merupakan kegiatan yang dilakukan dengan melakukan kesepakatan pertemuan selanjutnya.
  - e. Mengemukakan pesan dan harapan.



### LAPORAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK 3

- A. Jenis Layanan : Layanan konseling kelompok
- B. Hari/Tanggal : 6 November 2016
- C. Waktu : 13.40 WIB
- D. Tempat : Perpustakaan
- E. Anggota : Kelompok eksperimen
- F. Topik : Motivasi belajar rendah (tidak memiliki harapan dan cita-cita masa depan karena mudah menyerah saat mengerjakan tugas yang sukar)
- G. Tahap Kegiatan :
1. Pembentukan
    - a. Penerimaan secara terbuka dan ucapan
    - b. Berdoa bersama dipimpin pemimpin kelompok
    - c. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling kelompok
    - d. Menekankan pentingnya asas-asas kegiatan yang harus ditaati
    - e. Melakukan perkenalan dilanjutkan dengan permainan untuk menghangatkan suasana
  2. Peralihan
    - a. menjelaskan secara ringkas pelaksanaan konseling tahap selanjutnya
    - b. memastikan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan
    - c. menegaskan janji rahasia terhadap anggota kelompok
  3. Kegiatan
    - a. Anggota kelompok yang permasalahannya dibahas memberikan gambaran sekilas mengenai topik
    - b. Seluruh anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik
    - c. Menyimpulkan topik yang telah dibahas
  4. Penutup
    - a. Menyampaikan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
    - b. Anggota kelompok mengemukakan pesan dan kesan

- c. Menyepakati kegiatan berikutnya
  - d. Mengucapkan terima kasih
  - e. Kegiatan konseling kelompok diakhiri dengan berdoa bersama dan berjabat tangan
- H. Tema yang dibahas : tidak memiliki harapan dan cita-cita masa depan karena mudah menyerah saat mengerjakan tugas yang sukar
- I. Suasana Kegiatan : Dinamika kelompok terbangun, santai dan kondusif
- J. Komitmen :
- Berdasarkan topik yang dibahas anggota kelompok memiliki komitmen :
- 1. Berusaha menumbuhkan harapan dan cita-cita masa depan, karena tujuan dalam belajar menjadi hasil dalam kegiatan belajar untuk mencapai prestasi belajar.
  - 2. Mulai berusaha lebih giat dalam mengerjakan tugas yang sukar
- K. Kesan dan Pesan :
- 1. Kesan : senang mengikuti konseling kelompok
  - 2. Pesan : kegiatan konseling kelompok selalu diselingi permainan agar tetap menyenangkan

### HASIL PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK 3

- A. Hari/Tanggal : Kamis, 3 November 2016
- B. Waktu : 13.40 WIB
- C. Tempat : Perpustakaan
- D. Topik Masalah : Motivasi belajar rendah (tidak memiliki harapan dan cita-cita masa depan karena mudah menyerah saat mengerjakan tugas yang sukar)
- E. Hasil Pelaksanaan :

#### 1. Tahap Pembukaan

- PK : Assalamu'alaikum Wr.Wb
- AK : Wa'alaikumsalam Wr.Wb
- PK : Terima kasih atas kehadiran teman-teman dan kesediannya untuk mengikuti konseling kelompok pada hari ini dan semoga seterusnya tetap terlaksana. Teman-teman sekalian, sebelum memulai kegiatan pada hari ini, marilah kita awali dengan berdoa.
- Semua : (Berdoa)
- PK : Teman-teman, tahukah apa itu kegiatan konseling kelompok itu?
- AK : Belum, bu.
- PK : (Menjelaskan pengertian, tujuan dan asas-asas konseling kelompok serta menanyakan kontrak waktu dalam konseling kelompok)
- PK : (mengajak anggota kelompok untuk melakukan permainan agar tidak merasa jenuh mengikuti konseling kelompok)

#### 2. Tahap Peralihan

- PK : (menjelaskan secara ringkas pelaksanaan konseling tahap selanjutnya)
- PK : Bagaimana teman-teman, apakah sudah siap mengikuti kelompok?

AK : siap, bu.

PK : (menegaskan janji rahasia terhadap anggota kelompok)

### 3. Tahap Kegiatan

PK : Baiklah, silahkan teman-teman secara sukarela mengungkapkan permasalahan yang dialami yang berkaitan dengan motivasi belajar. Silahkan dapat secara urut mungkin dari sebelah kanan saya.

AK : (mengungkapkan permasalahan yang dialami terkait dengan motivasi belajar dan bersama-sama menyepakati masalah yang akan dibahas terlebih dahulu)

PK : Permasalahan hari ini yang dibahas dari ADT, mari ADT kita persilahkan untuk memberikan gambaran sekilas mengenai permasalahan yang dialami.

AK : (memberikan gambaran permasalahannya mengenai tidak memiliki harapan dan cita-cita masa depan karena mudah menyerah saat mengerjakan tugas yang sukar)

Semua : (anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik)

PK : Baiklah teman-teman, mari kita simpulkan dari apa yang telah dibahas tadi.

AK : (menyimpulkan permasalahan yang telah dibahas dan alternatif masalah yang dipilih)

### 4. Tahap Penutup

PK : teman-teman sekalian, kegiatan konseling kelompok pada hari ini akan diakhiri namun, sebelum diakhiri saya ingin bertanya pada teman-teman, apa kesan dan pesan dari kalian mengenai kegiatan konseling kelompok yang telah dilakukan ini?

AK : (mengungkapkan kesan dan pesan)

PK : selanjutnya, untuk pertemuan yang akan datang, mari kita sepakati bersama waktu dan tempatnya?

PK dan AK : (Menyepakati kegiatan berikutnya)

PK : terima kasih teman-teman semua atas partisipasinya dalam kegiatan konseling kelompok ini.

AK : Iya bu, sama-sama. Terima kasih juga.

PK : baiklah, saya akhiri wassalamu'alaikum wr.wb

AK : Wa'alaikumsalam Wr.Wb.

## RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING

### Layanan Konseling Kelompok 4

- A. Tema : Meningkatkan penghargaan dalam belajar dengan strategi *SRL*
- B. Topik bahasan : Konseling kelompok (Tugas)
- C. Bidang bimbingan : Pribadi, belajar dan sosial
- D. Fungsi layanan : Pengentasan, pemahaman dan pencegahan
- E. Sasaran layanan : 10 siswa kelas VIIIC
- F. Tempat penyelenggaraan : Perpustakaan lama
- G. Tanggal penyelenggaraan : 10 November 2016
- H. Waktu penyelenggaraan : 80 menit
- I. Tujuan layanan :
1. *Understanding* (pemahaman baru)
    - a. Anggota kelompok dapat memahami permasalahan yang dibahas
    - b. Anggota kelompok dapat mengemukakan permasalahan yang dialaminya.
  2. *Confortable* (sikap positif)
    - a. Anggota kelompok dapat secara mandiri mengambil keputusan secara tepat.
    - b. Anggota kelompok dapat mengidentifikasi diri dampak alternatif penyelesaian masalah.
  3. *Action* (unjuk kerja/rencana kegiatan)
 

Anggota kelompok dapat membuat rencana dalam penyelesaian masalah.
- J. Kegiatan layanan :
1. Tahap I : Pembentukan Kelompok
    - a. Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan konseling kelompok
    - b. Menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan konseling kelompok

- c. Saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri
  - d. Permainan penghangatan/ pengakraban.
2. Tahap II : Peralihan
    - a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya
    - b. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap tiga)
    - c. Membahas suasana yang terjadi
    - d. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota
    - e. Kalau perlu kembali kebeberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).
  3. Tahap III : Kegiatan
    - a. Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah
    - b. Menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu
    - c. Anggota membahas masing-masing masalah secara mendalam dan tuntas
    - d. Kegiatan selingan.
  4. Tahap IV : Penutup
    - a. Pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
    - b. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan
    - c. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan hasil-hasil kegiatan
    - d. Membahas kegiatan lanjutan
    - e. Mengemukakan pesan dan harapan.
- K. Sumber / bahan dan alat : alat tulis dan buku catatan
- L. Rencana penilaian :
1. Laiseg
 

Mengamati tingkah laku anggota serta kesungguhan dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok kaitannya dengan motivasi belajar rendah.

2. Laijapen

Memonitor perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan motivasi belajar rendah.

3. Laijapan

Memantau perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan peningkatan motivasi belajar.

M. Catatan khusus :

Keputusan hasil kegiatan bukan berdasarkan peneliti tetapi tetap ditentukan pada anggota kelompok

Guru BK Kelas VIII

Magelang, 13 Oktober 2016  
Peneliti

Dra. Hikmatun Burhaniyah  
NIP. 1967015 199802 2 002

Intikani  
NPM.12.0301.0018

**MODUL**  
**KONSELING KELOMPOK DENGAN STRATEGI *SELF REGULATED***  
***LEARNING* TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR**  
**(Pertemuan ke-4)**

- A. Tujuan :
1. Agar siswa memahami penghargaan dalam belajar sebagai usaha untuk mencapai motivasi belajar
  2. Agar siswa mampu memahami dan menerapkan hasil pertemuan konseling sebelumnya
  3. Siswa mampu mengentaskan masalah yang menjadi penghambat motivasi belajar dengan mengatur diri dalam belajar
- B. Waktu : 80 menit
- C. Metode : Diskusi
- D. Penulis : Intikani
- E. Materi : Penghargaan belajar dalam motivasi belajar dengan *Strategi Self Regulated Learning*
- F. Uraian Kegiatan :
- 1) Tahap I : Pembentukan Kelompok
    - a. Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan konseling kelompok  
 Konseling kelompok (Tohirin, 2014: 172) adalah suatu upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.  
 Menurut Prayitno (dalam Tohirin, 2014: 173), secara umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui layanan konseling kelompok, hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa diungkap dan didinamikakan melalui berbagai

teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi siswa secara optimal.

b. Menjelaskan asas-asas kegiatan konseling kelompok

Kegiatan konseling kelompok dapat terlaksana dengan mengikuti asas-asas dalam kegiatan konseling kelompok, diantaranya :

1) Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini merupakan asas yang penting dan utama dalam proses konseling baik untuk konselor maupun konseli, oleh karena itu seluruh anggota kelompok dan pemimpin kelompok berkomitmen untuk melaksanakannya.

2) Asas kesukarelaan

Proses konseling berlangsung atas dasar kesukarelaan, baik dari pihak konseli maupun konselor. Konseli diharapkan secara sukarela tanpa ragu-ragu ataupun merasa terpaksa menyampaikan masalah yang dihadapi.

3) Asas keterbukaan

Pelaksanaan kegiatan konseling perlu adanya suasana keterbukaan dari pemimpin kelompok maupun anggota kelompok. Keterbukaan ini bukan hanya sekedar bersedia menerima saran-saran dari luar, diharapkan masing-masing anggota kelompok bersedia membuka diri untuk kepentingan pemecahan masalah yang dialami masing-masing anggota kelompok.

4) Asas kekinian

Masalah-masalah anggota kelompok yang ditangani adalah masalah-masalah yang sedang dirasakan bukan masalah yang lampau dan juga bukan masalah yang mungkin akan dialami di masa yang akan datang.

c. Saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri

Kegiatan saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri dilakukan dengan memperkenalkan keseluruhan peserta yang melakukan proses konseling. Proses memperkenalkan diri dapat dimulai dari pemimpin kelompok agar anggota kelompok merasa tidak canggung dan malu-malu untuk memulai perkenalan dan selanjutnya dilanjutkan kepada masing-masing anggota.

d. Permainan penghangatan/ pengakraban

Permainan penghangatan/pengakraban dilakukan untuk menciptakan suasana kelompok yang hangat dan akrab antar pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

Permainannya yaitu tebak apa yang saya katakan. Langkah-langkah dalam Ice Breaker Games ini:

- 1) Sampaikan instruksi permainan ini: **“tebak apa yang saya katakan”**
- 2) Sambil menunjukkan jempol, pembimbing mengucapkan **ini** ayam
- 3) Ketika menunjukkan telunjuk pembimbing mengucapkan **yang ini** sapi
- 4) Kemudian ketika menunjukkan kelingking pembimbing mengucapkan **kalo yg ini** kerbau.
- 5) Tanyakan kepada peserta sudah paham atau belum, praktekan sekali untuk mengetest kepehaman mereka, setelah dirasa paham, barulah pembimbing menjalankan aksinya.
- 6) Peserta diminta menebak apa yang pembimbing katakan, katakan seperti contoh diatas, setelah selesai, katakan” **Kalo yang ini”** tetapi kita menunjuk pada **jari kelingking**. Biasanya peserta akan bingung dan protes. Sampai terjawab dengan benar.
- 7) Ketika peserta telah memahami instruksi diatas, maka ia akan mengikuti kata kunci tanpa memperhatikan jari mana yang kita tunjukkan. Jawaban yang benar adalah bila pembimbing menyebutkan **“ini”**, maka jawabannya adalah **“ayam”** dst.
- 8) Jadi letak seru atau tidaknya permainan ini adalah bagaimana peserta bingung menjawab pertanyaan pembimbing karena tidak memperhatikan instruksi dan kurang konsentrasi.

## 2) Tahap II : Peralihan

- a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya  
Tahapan konseling selanjutnya yaitu kesiapan antar anggota untuk mulai melakukan konseling kelompok pada tahapan berikutnya yaitu tahap kegiatan.
- b. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap tiga)  
Pemimpin kelompok berperan untuk menawarkan kepada anggota kelompok telah siap mengikuti tahapan selanjutnya yaitu tahapan kegiatan, dan anggota kelompok dapat menjawab “siap”, yang menandakan bahwa anggota bersedia melanjutkan tahap kegiatan.
- c. Membahas suasana yang terjadi  
Pemimpin kelompok dapat menanyakan kepada anggota kelompok mengenai suasana yang terjadi yang dirasakan anggota kelompok,
- d. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota  
Proses konseling kelompok akan terasa kurang nyaman apabila ada anggota yang hanya diam saja, maka dari itu pemimpin kelompok berusaha untuk membuat anggota tersebut merasa nyaman dan mau berpartisipasi dan tidak diam saja.
- e. Kalau perlu kembali ke beberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).

## 3) Tahap III : Kegiatan

- a. Anggota membahas masalah secara mendalam dan tuntas

Penetapan masalah yang akan dibahas dan diselesaikan terlebih dahulu sesuai dengan kesepakatan bersama antara pemimpin kelompok dan anggota kelompok. Permasalahan akan dibahas yaitu tidak mendapatkan penghargaan dalam belajar.

Pembahasan masalah dalam proses konseling ini yaitu pemimpin kelompok (peneliti) mencoba menerapkan strategi *self regulated learning* dalam menyelesaikan masalah yang menghambat atau mengganggu motivasi belajar. Pemimpin kelompok menerapkan

langkah-langkah dalam strategi *self regulated learning*. Strategi ini bertujuan untuk membuat konseli atau anggota kelompok dapat secara sadar mengatur dirinya dalam belajar untuk mencapai tujuan belajarnya. Strategi *self regulated learning* dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- 1) Pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok mengenai permasalahan yang menjadi penyebab tidak mendapatkan penghargaan dalam belajar kepada anggota yang mengalami hal tersebut.
- 2) Langkah selanjutnya, pemimpin kelompok memberikan lembar penugasan 4 (*Terlampir*) kepada anggota kelompok. Lembar tersebut langsung dijawab anggota yang mengalami masalah tidak mendapatkan penghargaan dalam belajar dan selanjutnya anggota kelompok menyimak dan membahas bersama-sama.
- 3) Langkah terakhir dengan melaksanakan *Self Evaluation* (Evaluasi Diri)  
Evaluasi diri dilakukan dengan sasaran siswa, tujuannya untuk mengetahui hasil dari treatment atau perlakuan yang diberikan kepada siswa oleh peneliti. Evaluasi diri ini dijadikan bahan pertimbangan oleh peneliti untuk memperoleh kesimpulan ataupun hasil dari pemberian treatment atau perlakuan.

b. Kegiatan selingan.

#### 4) Tahap IV : Penutup

- a. Pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
- b. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan  
Pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk menyampaikan kesan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok. Penyampaian kesan dapat secara urut maupun acak sesuai dengan kesepakatan bersama.

- c. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan hasil-hasil kegiatan
- d. Membahas kegiatan lanjutan  
Kegiatan lanjutan yang dilakukan merupakan kegiatan yang dilakukan dengan melakukan kesepakatan pertemuan selanjutnya.
- e. Mengemukakan pesan dan harapan.



## LAPORAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK 4

- A. Jenis Layanan : Layanan konseling kelompok
- B. Hari/Tanggal : 14 November 2016
- C. Waktu : 13.40 WIB
- D. Tempat : Perpustakaan Lama
- E. Anggota : Kelompok eksperimen
- F. Topik : Motivasi belajar rendah (tidak mendapatkan penghargaan dalam belajar karena malas belajar)
- G. Tahap Kegiatan :
1. Pembentukan
    - a. Penerimaan secara terbuka dan ucapan
    - b. Berdoa bersama dipimpin pemimpin kelompok
    - c. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling kelompok
    - d. Menekankan pentingnya asas-asas kegiatan yang harus ditaati
    - e. Melakukan perkenalan dilanjutkan dengan permainan untuk menghangatkan suasana
  2. Peralihan
    - a. menjelaskan secara ringkas pelaksanaan konseling tahap selanjutnya
    - b. memastikan kesiapan anggota anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan
    - c. menegaskan janji rahasia terhadap anggota kelompok
  3. Kegiatan
    - a. Setiap anggota kelompok mengemukakan permasalahan yang dihadapi
    - b. Memilih topik yang akan dibahas sesuai dengan kesepakatan bersama
    - c. Anggota kelompok yang permasalahannya dibahas memberikan gambaran sekilas mengenai topik
    - d. Seluruh anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik
    - e. Menyimpulkan topik yang telah dibahas
  4. Penutup
    - a. Menyampaikan bahwa kegiatan akan segera diakhiri

- b. Anggota kelompok mengemukakan pesan dan kesan
  - c. Menyepakati kegiatan berikutnya
  - d. Mengucapkan terima kasih
  - e. Kegiatan konseling kelompok diakhiri dengan berdoa bersama dan berjabat tangan
- H. Tema yang dibahas : Tidak mendapatkan penghargaan dalam belajar karena malas dalam belajar
- I. Suasana Kegiatan : Dinamika kelompok terbangun, santai dan kondusif
- J. Komitmen :
- Berdasarkan topik yang dibahas anggota kelompok memiliki komitmen :
- 1. Berusaha mengendalikan rasa merasa malas dalam belajar, karena ketika malas maka hasil belajar akan menurun.
  - 2. Mengurangi bermain game sedikit namun pasti sehingga dapat bermain saat waktu senggang dan tidak belajar
- K. Kesan dan Pesan :
- 1. Kesan : senang mengikuti konseling kelompok
  - 2. Pesan : kegiatan konseling kelompok selalu diselingi permainan agar tetap menyenangkan

### HASIL PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK 4

- A. Hari/Tanggal : Kamis, 10 November 2016
- B. Waktu : 13.40 WIB
- C. Tempat : Perpustakaan lama
- D. Topik Masalah : Motivasi belajar rendah (tidak mendapatkan penghargaan dalam belajar karena malas belajar)
- E. Hasil Pelaksanaan :
1. Tahap Pembukaan
    - PK : Assalamu'alaikum Wr.Wb
    - AK : Wa'alaikumsalam Wr.Wb
    - PK : Terima kasih atas kehadiran teman-teman dan kesediannya untuk mengikuti konseling kelompok pada hari ini dan semoga seterusnya tetap terlaksana. Teman-teman sekalian, sebelum memulai kegiatan pada hari ini, marilah kita awali dengan berdoa.
    - Semua : (Berdoa)
    - PK : Teman-teman, tahukah apa itu kegiatan konseling kelompok itu?
    - AK : Belum, bu.
    - PK : (Menjelaskan pengertian, tujuan dan asas-asas konseling kelompok serta menanyakan kontrak waktu dalam konseling kelompok)
    - PK : (mengajak anggota kelompok untuk melakukan permainan agar tidak merasa jenuh mengikuti konseling kelompok)
  2. Tahap Peralihan
    - PK : (menjelaskan secara ringkas pelaksanaan konseling tahap Selanjutnya)
    - PK : Bagaimana teman-teman, apakah sudah siap mengikuti kelompok?
    - AK : siap, bu.

PK : (menegaskan janji rahasia terhadap anggota kelompok)

### 3. Tahap Kegiatan

PK : sesuai dengan kesepakatan pertemuan sebelumnya bahwa pada hari ini kita akan membahas permasalahan dari NAUF dan ANS. Baiklah untuk permasalahan NAUF dan ANS untuk memberikan gambaran sekilas mengenai permasalahannya.

AK : (memberikan gambaran permasalahannya mengenai tidak mendapatkan penghargaan dalam belajar karena malas belajar)

Semua : (anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik)

PK : Baiklah teman-teman, mari kita simpulkan dari apa yang telah dibahas tadi.

AK : (menyimpulkan permasalahan yang telah dibahas dan alternatif masalah yang dipilih)

### 4. Tahap Penutup

PK : teman-teman sekalian, kegiatan konseling kelompok pada hari ini akan diakhiri namun, sebelum diakhiri saya ingin bertanya pada teman-teman, apa kesan dan pesan dari kalian mengenai kegiatan konseling kelompok yang telah dilakukan?

AK : (mengungkapkan kesan dan pesan)

PK : selanjutnya, untuk pertemuan yang akan datang, mari kita sepakati bersama waktu dan tempatnya?

PK dan AK : (Menyepakati kegiatan berikutnya)

PK : terima kasih teman-teman semua atas partisipasinya dalam kegiatan konseling kelompok ini.

AK : Iya bu, sama-sama. Terima kasih juga.

PK : baiklah, saya akhiri wassalamu'alaikum wr.wb

AK : Wa'alaikumsalam Wr.Wb.

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**  
**Layanan Konseling Kelompok 5**

- A. Tema : Menumbuhkan kegiatan belajar yang menarik dengan strategi *SRL*
- B. Topik bahasan : Konseling kelompok (Tugas)
- C. Bidang bimbingan : Pribadi, belajar dan sosial
- D. Fungsi layanan : Pengentasan, pemahaman dan pencegahan
- E. Sasaran layanan : 10 siswa kelas VIIIC
- F. Tempat penyelenggaraan : Perpustakaan lama
- G. Tanggal penyelenggaraan : 17 November 2016
- H. Waktu penyelenggaraan : 80 menit
- I. Tujuan layanan :
1. *Understanding* (pemahaman baru)
    - a. Anggota kelompok dapat memahami permasalahan yang dibahas
    - b. Anggota kelompok dapat mengemukakan permasalahan yang dialaminya.
  2. *Confortable* (sikap positif)
    - a. Anggota kelompok dapat secara mandiri mengambil keputusan secara tepat.
    - b. Anggota kelompok dapat mengidentifikasi diri dampak alternatif penyelesaian masalah.
  3. *Action* (unjuk kerja/rencana kegiatan)
 

Anggota kelompok dapat membuat rencana dalam penyelesaian masalah.
- J. Kegiatan layanan :
1. Tahap I : Pembentukan Kelompok
    - a. Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan konseling kelompok
    - b. Menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan konseling kelompok
    - c. Saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri

- d. Permainan penghangatan/ pengakraban.
- 2. Tahap II : Peralihan
  - a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya
  - b. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap tiga)
  - c. Membahas suasana yang terjadi
  - d. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota
  - e. Kalau perlu kembali kebeberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).
- 3. Tahap III : Kegiatan
  - a. Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah
  - b. Menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu
  - c. Anggota membahas masing-masing masalah secara mendalam dan tuntas
  - d. Kegiatan selingan.
- 4. Tahap IV : Penutup
  - a. Pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
  - b. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan
  - c. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan hasil-hasil kegiatan
  - d. Membahas kegiatan lanjutan
  - e. Mengemukakan pesan dan harapan.
- K. Sumber / bahan dan alat : alat tulis dan buku catatan
- L. Rencana penilaian :
  - 1. Laiseg
    - Mengamati tingkah laku anggota serta kesungguhan dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok kaitannya dengan motivasi belajar rendah.

2. Laijapen

Memonitor perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan motivasi belajar rendah.

3. Laijapan

Memantau perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan peningkatan motivasi belajar.

M. Catatan khusus :

Keputusan hasil kegiatan bukan berdasarkan peneliti tetapi tetap ditentukan pada anggota kelompok

Guru BK Kelas VIII

Dra. Hikmatun Burhaniyah  
NIP. 1967015 199802 2 002

Magelang, 17 November 2016  
Peneliti

Intikani  
NPM.12.0301.0018

**MODUL**  
**KONSELING KELOMPOK DENGAN STRATEGI *SELF REGULATED***  
***LEARNING* TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR**  
**(Pertemuan ke-5)**

- A. Tujuan :
1. Siswa mampu memahami pentingnya menciptakan kegiatan belajar yang menarik
  2. Agar siswa dapat melaksanakan kegiatan dalam belajar yang menarik sebagai usaha untuk mencapai motivasi belajar
  3. Siswa mampu mengentaskan masalah yang menjadi penghambat motivasi belajar dengan mengatur diri dalam belajar
  4. Siswa mampu memahami dan menerapkan hasil pertemuan konseling sebelumnya
- B. Waktu : 80 menit
- C. Metode : Diskusi
- D. Penulis : Intikani
- E. Materi : Menumbuhkan kegiatan belajar yang menarik dalam motivasi belajar dengan Strategi *Self Regulated Learning*
- F. Uraian Kegiatan :
- 1) Tahap I : Pembentukan Kelompok
    - a. Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan konseling kelompok
 

Konseling kelompok (Tohirin, 2014: 172) adalah suatu upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.

Menurut Prayitno (dalam Tohirin, 2014: 173), secara umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasi. Melalui layanan konseling kelompok, hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan

komunikasi siswa diungkap dan didinamikakan melalui berbagai teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi siswa secara optimal.

b. Menjelaskan asas-asas kegiatan konseling kelompok

Kegiatan konseling kelompok dapat terlaksana dengan mengikuti asas-asas dalam kegiatan konseling kelompok, diantaranya :

1) Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini merupakan asas yang penting dan utama dalam proses konseling baik untuk konselor maupun konseli, oleh karena itu seluruh anggota kelompok dan pemimpin kelompok berkomitmen untuk melaksanakannya.

2) Asas kesukarelaan

Proses konseling berlangsung atas dasar kesukarelaan, baik dari pihak konseli maupun konselor. Konseli diharapkan secara sukarela tanpa ragu-ragu ataupun merasa terpaksa menyampaikan masalah yang dihadapi.

3) Asas keterbukaan

Pelaksanaan kegiatan konseling perlu adanya suasana keterbukaan dari pemimpin kelompok maupun anggota kelompok. Keterbukaan ini bukan hanya sekedar bersedia menerima saran-saran dari luar, diharapkan masing-masing anggota kelompok bersedia membuka diri untuk kepentingan pemecahan masalah yang dialami masing-masing anggota kelompok.

4) Asas kekinian

Masalah-masalah anggota kelompok yang ditangani adalah masalah-masalah yang sedang dirasakan bukan masalah yang lampau dan juga bukan masalah yang mungkin akan dialami di masa yang akan datang.

c. Saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri

Kegiatan saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri dilakukan dengan memperkenalkan keseluruhan peserta yang melakukan proses konseling. Proses memperkenalkan diri dapat dimulai dari pemimpin kelompok agar anggota kelompok merasa tidak canggung dan malu-malu untuk memulai perkenalan dan selanjutnya dilanjutkan kepada masing-masing anggota.

d. Permainan penghangatan/ pengakraban

Permainan penghangatan/pengakraban dilakukan untuk menciptakan suasana kelompok yang hangat dan akrab antar pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

Permainannya yaitu Darat-laut. Langkah-langkah dalam ice breaker games ini:

- 1) Pembimbing menjelaskan instruksi cara permainan
- 2) Ketika pemimpin konseling kelompok menyebutkan "darat" maka siswa yang ditunjuk oleh pemimpin konseling kelompok menyebutkan binatang laut.
- 3) Sebaliknya, ketika pemimpin konseling kelompok menyebutkan "laut" maka siswa yang ditunjuk oleh pemimpin konseling kelompok menyebutkan binatang darat.
- 4) Siswa yang salah dalam menjawab berarti siswa tersebut kurang konsentrasi.

2) Tahap II : Peralihan

- a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya  
Tahapan konseling selanjutnya yaitu kesiapan antar anggota untuk mulai melakukan konseling kelompok pada tahapan berikutnya yaitu tahap kegiatan.
- b. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap tiga)  
Pemimpin kelompok berperan untuk menawarkan kepada anggota kelompok telah siap mengikuti tahapan selanjutnya yaitu tahapan

kegiatan, dan anggota kelompok dapat menjawab “siap”, yang menandakan bahwa anggota bersedia melanjutkan tahap kegiatan.

c. Membahas suasana yang terjadi

Pemimpin kelompok dapat menanyakan kepada anggota kelompok mengenai suasana yang terjadi yang dirasakan anggota kelompok,

d. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota

Proses konseling kelompok akan terasa kurang nyaman apabila ada anggota yang hanya diam saja, maka dari itu pemimpin kelompok berusaha untuk membuat anggota tersebut merasa nyaman dan mau berpartisipasi dan tidak diam saja.

e. Kalau perlu kembali kebeberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).

3) Tahap III : Kegiatan

a. Anggota membahas masalah secara mendalam dan tuntas

Penetapan masalah yang akan dibahas dan diselesaikan terlebih dahulu sesuai dengan kesepakatan bersama antara pemimpin kelompok dan anggota kelompok. Permasalahan akan dibahas yaitu tidak memiliki kegiatan belajar yang menarik.

Pembahasan masalah dalam proses konseling ini yaitu pemimpin kelompok (peneliti) mencoba menerapkan strategi *self regulated learning* dalam menyelesaikan masalah yang menghambat atau mengganggu motivasi belajar. Pemimpin kelompok menerapkan langkah-langkah dalam strategi *self regulated learning*. Strategi ini bertujuan untuk membuat konseli atau anggota kelompok dapat secara sadar mengatur dirinya dalam belajar untuk mencapai tujuan belajarnya. Strategi *self regulated learning* dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- 1) Pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok mengenai permasalahan yang menjadi penyebab tidak memiliki kegiatan belajar yang menarik kepada anggota yang mengalami hal tersebut.

- 2) Langkah selanjutnya, pemimpin kelompok memberikan lembar penugasan 5 (*Terlampir*) kepada anggota kelompok. Lembar tersebut dikerjakan dan hasil jawaban seluruh anggota dibacakan dan dibahas bersama-sama.
- 3) Langkah ketiga, pemimpin kelompok memberikan strategi *self regulated learning* yaitu *self motivation* (motivasi diri) kepada anggota kelompok.

Strategi menumbuhkan motivasi belajar peserta didik sangat ditentukan oleh perencanaan yang dibuat guru dalam pembelajaran. Dengan strategi motivasi yang tepat akan mampu memberikan kesuksesan dalam pembelajaran. Pupuh Fathurohman dan M. Sobry Suintikno (2010) menyatakan ada beberapa strategi untuk menumbuhkan motivasi belajar peserta didik, yaitu:

- a) Mengatur jadwal Belajar.

Mengatur jadwal belajar dalam sehari-hari. Ada baiknya merencanakan belajar di hari sebelumnya, mengatur waktu khusus untuk belajar, dan waktu untuk bermain atau bersantai. Dengan cara ini, Anda tidak akan khawatir tentang hilangnya waktu belajar, bersantai dan waktu bermain.

- b) Fokus lima menit.

Bagian tersulit dari melakukan sesuatu yang positif adalah saat memulainya, karena di bagian itu akan mudah terpengaruh dengan hal-hal yang lebih menyenangkan. Untuk memotivasi diri Anda untuk memulai, berikut ini adalah ide yang sangat efektif yang dapat Anda lakukan: kuncinya adalah harus memastikan bahwa diwaktu 5 menit itu harus benar-benar 100% fokus belajar.

c) Stop/Start di bagian menarik.

Ketika Anda harus berhenti untuk istirahat, seperti makan atau kegiatan lainnya, anda harus berencana untuk berhenti ketika berada di bagian yang menarik dari subjek. Hal ini dimaksudkan agar Anda merasa tertarik dengan apa yang dipelajari dan akan membuat diri anda penasaran, karena di pengaruhi rasa penasaran saat belajar, hal itu akan membuat diri anda jauh lebih mudah untuk kembali belajar karena akan kembali di bagian yang menyenangkan.

d) Singkirkan/menjauh dari gangguan.

Bila Anda punya TV, Hendorphone, Komputer, tempat tidur, majalah dll, yang berada di sekitar anda, maka akan mudah tergoda untuk membuang buku anda. Anda harus menghindari hal-hal tersebut saat akan memulai belajar, dengan menghindari hal itu maka akan lebih mudah fokus pada apa yang sedang dipelajari.

e) Tetapkan Tujuan

Anda harus mempunyai tujuan, ketika ada target untuk bertujuan, akan lebih termotivasi untuk bangkit dalam menghadapi tantangan dan akan mendorong motivasi untuk mencapainya. Itulah sebabnya menetapkan tujuan akan meningkatkan tingkat motivasi anda.

4) Langkah terakhir dengan melaksanakan *Self Evaluation* (Evaluasi Diri)

Evaluasi diri dilakukan dengan sasaran siswa, tujuannya untuk mengetahui hasil dari treatment atau perlakuan yang diberikan kepada siswa oleh peneliti. Evaluasi diri ini dijadikan bahan pertimbangan oleh peneliti untuk memperoleh kesimpulan ataupun hasil dari pemberian treatment atau perlakuan.

b. Kegiatan selingan.

4) Tahap IV : Penutup

- f. Pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
- g. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan  
Pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk menyampaikan kesan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok.
- h. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan hasil-hasil kegiatan
- i. Membahas kegiatan lanjutan  
Kegiatan lanjutan yang dilakukan merupakan kegiatan yang dilakukan dengan melakukan kesepakatan pertemuan selanjutnya.
- j. Mengemukakan pesan dan harapan.



## LAPORAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK 5

- A. Jenis Layanan : Layanan konseling kelompok
- B. Hari/Tanggal : 18 November 2016
- C. Waktu : 13.40 WIB
- D. Tempat : Perpustakaan Lama
- E. Anggota : Kelompok eksperimen
- F. Topik : Motivasi belajar rendah (kurang memiliki kegiatan belajar yang menarik karena cepat merasa bosan saat belajar)
- G. Tahap Kegiatan :
1. Pembentukan
    - a. Penerimaan secara terbuka dan ucapan
    - b. Berdoa bersama dipimpin pemimpin kelompok
    - c. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling kelompok
    - d. Menekankan pentingnya asas-asas kegiatan yang harus ditaati
    - e. Melakukan perkenalan dilanjutkan dengan permainan untuk menghangatkan suasana
  2. Peralihan
    - a. menjelaskan secara ringkas pelaksanaan konseling tahap selanjutnya
    - b. memastikan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan
    - c. menegaskan janji rahasia terhadap anggota kelompok
  3. Kegiatan
    - a. Setiap anggota kelompok mengemukakan permasalahan yang dihadapi
    - b. Memilih topik yang akan dibahas sesuai dengan kesepakatan bersama
    - c. Anggota kelompok yang permasalahannya dibahas memberikan gambaran sekilas mengenai topik
    - d. Seluruh anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik
    - e. Menyimpulkan topik yang telah dibahas

#### 4. Penutup

- a. Menyampaikan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
- b. Anggota kelompok mengemukakan pesan dan kesan
- c. Menyepakati kegiatan berikutnya
- d. Mengucapkan terima kasih
- e. Kegiatan konseling kelompok diakhiri dengan berdoa bersama dan berjabat tangan

H. Tema yang dibahas : Kurang memiliki kegiatan belajar yang menarik karena cepat merasa bosan saat belajar

I. Suasana Kegiatan : Dinamika kelompok terbangun, santai dan kondusif

J. Komitmen :

Berdasarkan topik yang dibahas anggota kelompok memiliki komitmen :

1. Berusaha membuat suasana belajar yang menyenangkan dengan mendengarkan musik, atau diselingi kegiatan yang menarik
2. Memanfaatkan waktu senggang dengan sebaik mungkin

K. Kesan dan Pesan :

1. Kesan : senang mengikuti konseling kelompok
2. Pesan : kegiatan konseling kelompok selalu diselingi permainan agar tetap menyenangkan

### **HASIL PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK 5**

- A. Hari/Tanggal : Kamis, 18 November 2016
- B. Waktu : 13.40 WIB
- C. Tempat : Perpustakaan lama
- D. Topik Masalah : Motivasi belajar rendah (kurang memiliki kegiatan yang menarik karena cepat merasa bosan saat belajar)
- E. Hasil Pelaksanaan :
1. Tahap Pembukaan
    - PK : Assalamu'alaikum Wr.Wb
    - AK : Wa'alaikumsalam Wr.Wb
    - PK : Terima kasih atas kehadiran teman-teman dan kesediannya untuk mengikuti konseling kelompok pada hari ini dna semoga seterusnya tetap terlaksana. Teman-teman sekalian, sebelum memulai kegiatan pada hari ini, marilah kita awali dengan berdoa.
    - Semua : (Berdoa)
    - PK : Teman-teman, tahukah apa itu kegiatan konseling kelompok itu?
    - AK : Belum, bu.
    - PK : (Menjelaskan pengertian, tujuan dan asas-asas konseling kelompok serta menanyakan kontrak waktu dalam konseling kelompok)
    - PK : (mengajak anggota kelompok untuk melakukan permainan agar tidak merasa jenuh mengikuti konseling kelompok)
  2. Tahap Peralihan
    - PK : (menjelaskan secara ringkas pelaksanaan konseling tahap selanjutnya)
    - PK : Bagaimana teman-teman, apakah sudah siap mengikuti kelompok?

AK : siap, bu.

PK : (menegaskan janji rahasia terhadap anggota kelompok)

### 3. Tahap Kegiatan

PK : berdasarkan kesepakatan pertemuan sebelumnya untuk permasalahan RMA akan dibahas pada pertemuan hari ini, untuk itu mari kita persilahkan RMA memberikan gambaran sekilas mengenai permasalahannya.

AK : (memberikan gambaran permasalahannya mengenai kurang memiliki kegiatan belajar yang menarik karena cepat merasa bosan saat belajar)

Semua : (anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik)

PK : Baiklah teman-teman, mari kita simpulkan dari apa yang telah dibahas tadi.

AK : (menyimpulkan permasalahan yang telah dibahas dan alternatif masalah yang dipilih)

### 4. Tahap Penutup

PK : teman-teman sekalian, kegiatan konseling kelompok pada hari ini akan diakhiri namun, sebelum diakhiri saya ingin bertanya pada teman-teman, apa kesan dan pesan dari kalian mengenai kegiatan konseling kelompok yang telah dilakukan?

AK : (mengungkapkan kesan dan pesan)

PK : selanjutnya, untuk pertemuan yang akan datang, mari kita sepakati bersama waktu dan tempatnya?

PK dan AK : (Menyepakati kegiatan berikutnya)

PK : terima kasih atas partisipasinya dalam kegiatan hari ini.

AK : Iya bu, sama-sama. Terima kasih juga.

PK : baiklah, saya akhiri wassalamu'alaikum wr.wb

AK : Wa'alaikumsalam Wr.Wb.

**RENCANA PELAKSANAAN LAYANAN BIMBINGAN DAN KONSELING**  
**Layanan Konseling Kelompok 6**

- A. Tema : Menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dengan strategi *SRL*
- B. Topik bahasan : Konseling kelompok (Tugas)
- C. Bidang bimbingan : Pribadi, belajar dan sosial
- D. Fungsi layanan : Pengentasan, pemahaman dan pencegahan
- E. Sasaran layanan : 10 siswa kelas VIIIC
- F. Tempat penyelenggaraan : Perpustakaan lama
- G. Tanggal penyelenggaraan : 23 November 2016
- H. Waktu penyelenggaraan : 80 menit
- I. Tujuan layanan :
4. *Understanding* (pemahaman baru)
    - c. Anggota kelompok dapat memahami permasalahan yang dibahas
    - d. Anggota kelompok dapat mengemukakan permasalahan yang dialaminya.
  5. *Confortable* (sikap positif)
    - c. Anggota kelompok dapat secara mandiri mengambil keputusan secara tepat.
    - d. Anggota kelompok dapat mengidentifikasi diri dampak alternatif penyelesaian masalah.
  6. *Action* (unjuk kerja/rencana kegiatan)
 

Anggota kelompok dapat membuat rencana dalam penyelesaian masalah.
- J. Kegiatan layanan :
5. Tahap I : Pembentukan Kelompok
    - e. Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan konseling kelompok
    - f. Menjelaskan cara-cara dan asas-asas kegiatan konseling kelompok
    - g. Saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri

- h. Permainan penghangatan/ pengakraban.
- 6. Tahap II : Peralihan
  - f. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya
  - g. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap tiga)
  - h. Membahas suasana yang terjadi
  - i. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota
  - j. Kalau perlu kembali kebeberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).
- 7. Tahap III : Kegiatan
  - e. Masing-masing anggota secara bebas mengemukakan masalah
  - f. Menetapkan masalah yang akan dibahas terlebih dahulu
  - g. Anggota membahas masing-masing masalah secara mendalam dan tuntas
  - h. Kegiatan selingan.
- 8. Tahap IV : Penutup
  - f. Pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
  - g. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan
  - h. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan hasil-hasil kegiatan
  - i. Membahas kegiatan lanjutan
  - j. Mengemukakan pesan dan harapan.
- K. Sumber / bahan dan alat : alat tulis dan buku catatan
- L. Rencana penilaian :
- 4. Laiseg
 

Mengamati tingkah laku anggota serta kesungguhan dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok kaitannya dengan motivasi belajar rendah.

## 5. Laijapen

Memonitor perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan motivasi belajar rendah.

## 6. Laijapan

Memantau perubahan tingkah laku anggota kelompok kaitannya dengan peningkatan motivasi belajar.

M. Catatan khusus :

Keputusan hasil kegiatan bukan berdasarkan peneliti tetapi tetap ditentukan pada anggota kelompok

Guru BK Kelas VIII

Magelang, 23 November 2016  
Peneliti

Dra. Hikmatun Burhaniyah  
NIP. 1967015 199802 2 002

Intikani  
NPM.12.0301.0018

**MODUL**  
**KONSELING KELOMPOK DENGAN STRATEGI *SELF REGULATED***  
***LEARNING* TERHADAP PENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR**  
**(Pertemuan ke-6)**

- A. Tujuan :
1. Siswa mampu memahami lingkungan belajar yang kondusif sebagai usaha untuk mencapai motivasi belajar yang tinggi
  2. Agar siswa mampu memahami dan menerapkan hasil pertemuan konseling sebelumnya
  3. Siswa mampu mengentaskan masalah yang menjadi penghambat motivasi belajar dengan mengatur diri dalam belajar
- B. Waktu : 80 menit
- C. Metode : Diskusi
- D. Penulis : Intikani
- E. Materi : Menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dalam peningkatan motivasi belajar dengan Strategi *Self Regulated Learning*

F. Uraian Kegiatan :

1) Tahap I : Pembentukan Kelompok

- a. Mengungkapkan pengertian dan tujuan kegiatan konseling kelompok  
 Konseling kelompok (Tohirin, 2014: 172) adalah suatu upaya pembimbing atau konselor membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal.

Menurut Prayitno (dalam Tohirin, 2014: 173), secara umum tujuan layanan konseling kelompok adalah berkembangnya kemampuan sosialisasi siswa, khususnya kemampuan berkomunikasinya. Melalui layanan konseling kelompok, hal-hal yang dapat menghambat atau mengganggu sosialisasi dan komunikasi siswa diungkap dan didinamikakan melalui berbagai

teknik, sehingga kemampuan sosialisasi dan berkomunikasi siswa secara optimal.

b. Menjelaskan asas-asas kegiatan konseling kelompok

Kegiatan konseling kelompok dapat terlaksana dengan mengikuti asas-asas dalam kegiatan konseling kelompok, diantaranya :

1) Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini merupakan asas yang penting dan utama dalam proses konseling baik untuk konselor maupun konseli, oleh karena itu seluruh anggota kelompok dan pemimpin kelompok berkomitmen untuk melaksanakannya.

2) Asas kesukarelaan

Proses konseling berlangsung atas dasar kesukarelaan, baik dari pihak konseli maupun konselor. Konseli diharapkan secara sukarela tanpa ragu-ragu ataupun merasa terpaksa menyampaikan masalah yang dihadapi.

3) Asas keterbukaan

Pelaksanaan kegiatan konseling perlu adanya suasana keterbukaan dari pemimpin kelompok maupun anggota kelompok. Keterbukaan ini bukan hanya sekedar bersedia menerima saran-saran dari luar, diharapkan masing-masing anggota kelompok bersedia membuka diri untuk kepentingan pemecahan masalah yang dialami masing-masing anggota kelompok.

4) Asas kekinian

Masalah-masalah anggota kelompok yang ditangani adalah masalah-masalah yang sedang dirasakan bukan masalah yang lampau dan juga bukan masalah yang mungkin akan dialami di masa yang akan datang.

c. Saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri

Kegiatan saling memperkenalkan diri dan mengungkapkan diri dilakukan dengan memperkenalkan keseluruhan peserta yang

melakukan proses konseling. Proses memperkenalkan diri dapat dimulai dari pemimpin kelompok agar anggota kelompok merasa tidak canggung dan malu-malu untuk memulai perkenalan dan selanjutnya dilanjutkan kepada masing-masing anggota.

d. Permainan penghangatan/ pengakraban

Permainan penghangatan/pengakraban dilakukan untuk menciptakan suasana kelompok yang hangat dan akrab antar pemimpin kelompok dan anggota kelompok.

Permainannya yaitu Kisah-kisah Angka. Langkah-langkah dalam Ice Breaker Games ini:

- 1) Mintalah semua siswa untuk berhitung dari nomor satu dan seterusnya sampai selesai.
- 2) Minta setiap siswa mengingat nomor urutnya masing-masing dengan baik
- 3) Kemudian jelaskan bahwa anda akan menyampaikan suatu cerita tertentu dimana dalam sepanjang cerita itu akan disebut sejumlah angka-angka.
- 4) Siswa yang disebut nomer urutnya diminta segera berdiri dan mengatakan “Ya”. Misalnya: teman-teman latihan ini sebenarnya sudah direncanakan sejak *empat* bulan yang lalu, akan tetapi karena ada sedikit hambatan sehingga baru *tiga* bulan yang lalu ada kejelasan dan kemudian dipersiapkan oleh *enam* orang panitia....dst

2) Tahap II : Peralihan

a. Menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya

Tahapan konseling selanjutnya yaitu kesiapan antar anggota untuk mulai melakukan konseling kelompok pada tahapan berikutnya yaitu tahap kegiatan.

- b. Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya (tahap tiga)  
Pemimpin kelompok berperan untuk menawarkan kepada anggota kelompok telah siap mengikuti tahapan selanjutnya yaitu tahapan kegiatan, dan anggota kelompok dapat menjawab “siap”, yang menandakan bahwa anggota bersedia melanjutkan tahap kegiatan.
- c. Membahas suasana yang terjadi  
Pemimpin kelompok dapat menanyakan kepada anggota kelompok mengenai suasana yang terjadi yang dirasakan anggota kelompok,
- d. Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota  
Proses konseling kelompok akan terasa kurang nyaman apabila ada anggota yang hanya diam saja, maka dari itu pemimpin kelompok berusaha untuk membuat anggota tersebut merasa nyaman dan mau berpartisipasi dan tidak diam saja.
- e. Kalau perlu kembali kebeberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).

### 3) Tahap III : Kegiatan

- a. Anggota membahas masalah secara mendalam dan tuntas

Penetapan masalah yang akan dibahas dan diselesaikan terlebih dahulu sesuai dengan kesepakatan bersama antara pemimpin kelompok dan anggota kelompok. Permasalahan akan dibahas yaitu lingkungan belajar yang kurang kondusif.

Pembahasan masalah dalam proses konseling ini yaitu pemimpin kelompok (peneliti) mencoba menerapkan strategi *self regulated learning* dalam menyelesaikan masalah yang menghambat atau mengganggu motivasi belajar. Pemimpin kelompok menerapkan langkah-langkah dalam strategi *self regulated learning*. Strategi ini bertujuan untuk membuat konseli atau anggota kelompok dapat secara sadar mengatur dirinya dalam belajar untuk mencapai tujuan belajarnya. Strategi *self regulated learning* dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut :

- 1) Pemimpin kelompok menanyakan kepada anggota kelompok mengenai permasalahan yang menjadi penyebab lingkungan belajar yang kurang kondusif kepada anggota yang mengalami hal tersebut.
- 2) Langkah selanjutnya, pemimpin kelompok memberikan lembar penugasan 6 (*Terlampir*) kepada anggota kelompok. Lembar tersebut langsung dijawab oleh siswa yang mengalami hal tersebut dan seluruh anggota membahas bersama-sama untuk memberikan masukan.
- 3) Langkah ketiga, pemimpin kelompok memberikan strategi *self regulated learning* yaitu Kontrol atensi atau perhatian kepada anggota kelompok.

Kontrol atensi atau perhatian adalah pemrosesan secara sadar sejumlah kecil informasi dari sejumlah besar informasi yang tersedia. Informasi didapatkan dari penginderaan, ingatan maupun proses kognitif lainnya. Kontrol atensi dalam upaya meningkatkan motivasi belajar merupakan upaya untuk meningkatkan konsentrasi belajar. Adapun beberapa cara untuk meningkatkan konsentrasi dalam belajar yaitu :

- a) Berusahalah membuat ruangan belajar sebagai tempat khusus untuk belajar, tidak ada keributan, mainan, atau pengalih perhatian.
- b) Mulailah dengan sesi belajar yang pendek saja. Tambah waktu belajar lima atau sepuluh menit setiap hari hingga target itu tercapai.
- c) Buatlah target kecil dan beri selamat pada diri sendiri ketika hingga target itu tercapai (maksudnya target dalam tujuan belajar bukan target musuh).
- d) Berusahalah sekuat-kuatnya untuk tertarik dengan apa yang di pelajari, kalau mata pelajaran itu membuat bosan, cari teman yang menyukainya dan tanyakan alasannya.

- e) Tetaplah aktif, misalnya dengan membuat catatan, garis bawahi, tuliskan pertanyaan, warnai, gambar diagram, baca keras-keras, dan uji diri sendiri dengan beberapa pertanyaan yang terkait dengan apa yang kita baca.
- f) Kalau kita mulai lelah atau melamun, berhentilah, dan beri waktu yang cukup untuk diri beristirahat. Berdiri, renggangkan badan, lompat-lompat, kunyah makanan, cemilan atau permen, atau tidur sianglah sebentar jika kita betul-betul membutuhkannya.

4) Langkah terakhir dengan melaksanakan *Self Evaluation* (Evaluasi Diri)

Evaluasi diri dilakukan dengan sasaran siswa, tujuannya untuk mengetahui hasil dari treatment atau perlakuan yang diberikan kepada siswa oleh peneliti. Evaluasi diri ini dijadikan bahan pertimbangan oleh peneliti untuk memperoleh kesimpulan ataupun hasil dari pemberian treatment atau perlakuan.

b. Kegiatan selingan.

4) Tahap IV : Penutup

- a. Pemimpin kelompok menyatakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
- b. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan kesan  
Pemimpin kelompok mempersilahkan anggota kelompok untuk menyampaikan kesan selama mengikuti kegiatan konseling kelompok. Penyampaian kesan dapat secara urut maupun acak sesuai dengan kesepakatan bersama.
- c. Pemimpin dan anggota kelompok mengemukakan hasil-hasil kegiatan
- d. Membahas kegiatan lanjutan  
Kegiatan lanjutan yang dilakukan merupakan kegiatan yang dilakukan dengan melakukan kesepakatan pertemuan selanjutnya.
- e. Mengemukakan pesan dan harapan.



## LAPORAN LAYANAN KONSELING KELOMPOK 6

- A. Jenis Layanan : Layanan konseling kelompok
- B. Hari/Tanggal : 25 November 2016
- C. Waktu : 13.40 WIB
- D. Tempat : Ruang Agama Kristen
- E. Anggota : Kelompok eksperimen
- F. Topik : Motivasi belajar rendah (lingkungan belajar yang kurang kondusif karena diganggu teman dan teman yang ramai saat belajar)
- G. Tahap Kegiatan :
1. Pembentukan
    - a. Penerimaan secara terbuka dan ucapan
    - b. Berdoa bersama dipimpin pemimpin kelompok
    - c. Menjelaskan pengertian dan tujuan konseling kelompok
    - d. Menekankan pentingnya asas-asas kegiatan yang harus ditaati
    - e. Melakukan perkenalan dilanjutkan dengan permainan untuk menghangatkan suasana
  2. Peralihan
    - a. menjelaskan secara ringkas pelaksanaan konseling tahap selanjutnya
    - b. memastikan kesiapan anggota kelompok untuk melanjutkan kegiatan
    - c. menegaskan janji rahasia terhadap anggota kelompok
  3. Kegiatan
    - a. Anggota kelompok yang permasalahannya dibahas memberikan gambaran sekilas mengenai topik
    - b. Seluruh anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik
    - c. Menyimpulkan topik yang telah dibahas
  4. Penutup
    - a. Menyampaikan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
    - b. Anggota kelompok mengemukakan pesan dan kesan

- c. Menyepakati kegiatan berikutnya
- d. Mengucapkan terima kasih
- e. Kegiatan konseling kelompok diakhiri dengan berdoa bersama dan berjabat tangan

H. Tema yang dibahas : lingkungan belajar yang kurang kondusif karena diganggu teman dan teman yang ramai saat belajar

I. Suasana Kegiatan : Dinamika kelompok terbangun,santai dan kondusif

J. Komitmen :

Berdasarkan topik yang dibahas anggota kelompok memiliki komitmen :

1. Belajar diperpustakaan untuk mencari tempat yang kondusif untuk mengerjakan tugas yang diberikan guru.
2. Mengajak teman untuk belajar kelompok untuk mengerjakan tugas yang diberikan guru.

K. Kesan dan Pesan :

1. Kesan : senang mengikuti konseling kelompok
2. Pesan : kegiatan konseling kelompok selalu diselingi permainan agar tetap menyenangkan

### **HASIL PELAKSANAAN KONSELING KELOMPOK 6**

- F. Hari/Tanggal : Kamis, 25 November 2016
- G. Waktu : 13.40 WIB
- H. Tempat : Ruang Agama Kristen
- I. Topik Masalah : Motivasi belajar rendah (lingkungan belajar yang kurang kondusif karena diganggu teman dan teman yang ramai saat belajar)
- J. Hasil Pelaksanaan :
1. Tahap Pembukaan
    - PK : Assalamu'alaikum Wr.Wb
    - AK : Wa'alaikumsalam Wr.Wb
    - PK : Terima kasih atas kehadiran teman-teman dan kesediannya untuk mengikuti konseling kelompok pada hari ini dna semoga seterusnya tetap terlaksana. Teman-teman sekalian, sebelum memulai kegiatan pada hari ini, marilah kita awali dengan berdoa.
    - Semua : (Berdoa)
    - PK : Teman-teman, tahukah apa itu kegiatan konseling kelompok itu?
    - AK : Belum, bu.
    - PK : (Menjelaskan pengertian, tujuan dan asas-asas konseling kelompok serta menanyakan kontrak waktu dalam konseling kelompok)
    - PK : (mengajak anggota kelompok untuk melakukan permainan agar tidak merasa jenuh mengikuti konseling kelompok)
  2. Tahap Peralihan
    - PK : (menjelaskan secara ringkas pelaksanaan konseling tahap Selanjutnya)
    - PK : Bagaimana teman-teman, apakah sudah siap mengikuti kelompok?

AK : siap, bu.

PK : (menegaskan janji rahasia terhadap anggota kelompok)

### 3. Tahap Kegiatan

PK : sesuai dengan apa yang disepakati pertemuan sebelumnya, untuk permasalahan ZHA dan DEA yang serupa permasalahannya untuk memberikan gambaran sekilas mengenai permasalahannya.

AK : (memberikan gambaran permasalahannya mengenai lingkungan belajar yang kurang kondusif karena diganggu teman dan teman yang ramai saat belajar)

Semua : (anggota kelompok ikut aktif dalam pembahasan topik)

PK : Baiklah teman-teman, mari kita simpulkan dari apa yang telah dibahas tadi.

AK : (menyimpulkan permasalahan yang telah dibahas dan alternatif masalah yang dipilih)

### 4. Tahap Penutup

PK : teman-teman sekalian, kegiatan konseling kelompok pada hari ini akan diakhiri namun, sebelum diakhiri saya ingin bertanya pada teman-teman, apa kesan dan pesan dari kalian mengenai kegiatan konseling kelompok yang telah dilakukan ini?

AK : (mengungkapkan kesan dan pesan)

PK : selanjutnya, untuk pertemuan yang akan datang, mari kita sepakati bersama waktu dan tempatnya?

PK dan AK : (Menyepakati kegiatan berikutnya)

PK : terima kasih teman-teman semua atas partisipasinya dalam kegiatan konseling kelompok ini.

AK : Iya bu, sama-sama. Terima kasih juga.

PK : baiklah, saya akhiri wassalamu'alaikum wr.wb

AK : Wa'alaikumsalam Wr.Wb.

**Lampiran 7**

**Jadwal Pelaksanaan**  
**Konseling Kelompok dengan Strategi**  
*Self Regulated Learning*

**JADWAL PELAKSANAAN  
KONSELING KELOMPOK DENGAN STRATEGI  
SELF REGULATED LEARNING**

<b>No</b>	<b>Hari, Tanggal</b>	<b>Waktu</b>	<b>Kegiatan</b>	<b>Keterangan</b>
1	Kamis, 6 Oktober 2016	08.50-09.45	<i>Pre test</i>	Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol
2	Kamis, 13 Oktober 2016	13.40-14.30	Konseling kelompok dengan strategi <i>self regulated learning</i> (Motivasi belajar rendah karena kurangnya hasrat dan keinginan berhasil dalam belajar)	Kelompok Eksperimen
3	Kamis, 27 Oktober 2016	13.40-14.30	Konseling kelompok dengan strategi <i>self regulated learning</i> (Motivasi belajar rendah karena tidak ada dorongan dan kebutuhan belajar)	Kelompok Eksperimen
4	Kamis, 3 November 2016	13.40-14.30	Konseling kelompok dengan strategi <i>self regulated learning</i> (Motivasi belajar rendah karena tidak memiliki harapan dan cita-cita masa depan)	Kelompok Eksperimen
5	Kamis, 10 November 2016	13.40-14.30	Konseling kelompok dengan strategi <i>self regulated learning</i> (Motivasi belajar rendah karena kurang memiliki kegiatan yang menarik dalam belajar)	Kelompok Eksperimen
6	Kamis, 17 November 2016	13.40-14.30	Konseling kelompok dengan strategi <i>self regulated learning</i>	Kelompok Eksperimen

			(Motivasi belajar rendah karena lingkungan belajar yang kurang kondusif)	
7	Rabu, 23 November 2016	13.40-14.30	Konseling kelompok dengan strategi <i>self regulated learning</i>	Kelompok Eksperimen
8	Kamis, 24 November 2016	13.40-14.00	<i>Post test</i>	Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

**Lampiran 8**

***Data Post Test***

**Skala Motivasi Belajar**

**DATA POST TEST**  
**SKALA MOTIVASI BELAJAR**

NO	NAMA	NO.ITEM																																													TOTAL		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45			
KELOMPOK KONTROL																																																	
1	AZM	2	3	3	2	3	3	3	2	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	4	3	3	131	
2	HNF	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	149	
3	LCK	2	2	3	2	3	2	4	3	4	2	4	3	2	3	3	2	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	2	3	3	2	1	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	4	2	130		
4	MHM	4	2	4	4	4	4	4	4	1	3	2	1	3	1	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	4	1	3	2	2	124		
5	MMF	4	4	3	4	3	4	3	2	3	3	4	3	1	2	2	1	3	4	4	4	4	3	3	2	3	3	2	4	3	1	3	3	2	2	2	2	2	1	2	3	3	4	3	3	4	129		
6	NTH	4	4	4	2	4	3	3	3	4	4	4	2	3	4	3	2	1	2	4	4	4	4	3	3	4	3	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	1	1	2	3	128		
7	NUR	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	4	3	3	4	2	2	4	3	3	4	3	3	1	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	4	124			
8	RAG	3	3	3	3	3	2	2	3	2	4	3	2	2	2	3	2	3	2	4	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	2	1	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	122		
9	TGR	2	2	3	2	2	2	4	3	4	2	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	145		
10	YND	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	138	
KELOMPOK EKSPERIMEN																																																	
1	ADT	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	130	
2	ALV	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	2	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	4	158		
3	ANS	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	172
4	DEA	3	4	4	3	4	3	2	4	4	2	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	2	2	4	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	139		
5	IDR	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	2	2	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	159	
6	MST	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	153	
7	NAUF	4	3	3	4	2	3	4	4	4	3	4	2	1	3	3	2	3	2	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	128		
8	RMA	3	2	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	138		
9	ROB	3	3	3	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	150	
10	ZHA	4	4	3	3	4	2	4	4	4	4	4	1	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	2	2	4	3	3	4	3	2	4	3	4	3	3	4	155		

**Lampiran 9**  
**Hasil Uji Normalitas**

## Hasil Uji Normalitas

### Case Processing Summary

Kelompok		Cases					
		Valid		Missing		Total	
		N	Percent	N	Percent	N	Percent
Nilai	PreTestEksperimen	10	100.0%	0	.0%	10	100.0%
	PostTestEksperimen	10	100.0%	0	.0%	10	100.0%
	PreTestKontrol	10	100.0%	0	.0%	10	100.0%
	PostTestKontrol	10	100.0%	0	.0%	10	100.0%

### Descriptives

Kelompok			Statistic	Std. Error	
Nilai	PreTestEksperimen	Mean	120.70	3.091	
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	113.71	
			Upper Bound	127.69	
		5% Trimmed Mean	121.11		
		Median	124.00		
		Variance	95.567		
		Std. Deviation	9.776		
		Minimum	103		
		Maximum	131		
		Range	28		
		Interquartile Range	18		
		Skewness	-.718	.687	
		Kurtosis	-.850	1.334	
		PostTestEksperimen		Mean	148.20
95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound			138.14	
	Upper Bound			158.26	
5% Trimmed Mean	148.00				
Median	151.50				
Variance	197.733				
Std. Deviation	14.062				
Minimum	128				
Maximum	172				

	Range		44	
	Interquartile Range		22	
	Skewness		.000	.687
	Kurtosis		-.764	1.334
PreTestKontrol	Mean		128.20	3.366
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	120.59	
		Upper Bound	135.81	
	5% Trimmed Mean		127.83	
	Median		125.00	
	Variance		113.289	
	Std. Deviation		10.644	
	Minimum		116	
	Maximum		147	
	Range		31	
	Interquartile Range		15	
	Skewness		1.053	.687
	Kurtosis		.058	1.334
PostTestKontrol	Mean		132.00	2.891
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	125.46	
		Upper Bound	138.54	
	5% Trimmed Mean		131.61	
	Median		129.50	
	Variance		83.556	
	Std. Deviation		9.141	
	Minimum		122	
	Maximum		149	
	Range		27	
	Interquartile Range		16	
	Skewness		.946	.687
	Kurtosis		-.215	1.334

**Tests of Normality**

Kelompok		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Nilai	PreTestEksperimen	.206	10	.200 <sup>*</sup>	.896	10	.200
	PostTestEksperimen	.151	10	.200 <sup>*</sup>	.952	10	.689
	PreTestKontrol	.207	10	.200 <sup>*</sup>	.866	10	.090
	PostTestKontrol	.244	10	.095	.886	10	.152

a. Lilliefors Significance Correction

\*. This is a lower bound of the true significance.

**Lampiran 10**  
**Hasil Uji Homogenitas**

## Hasil Uji Homogenitas

### Descriptives

	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
	Lower Bound	Upper Bound		
PreTestEksperimen	113.71	127.69	103	131
PostTestEksperimen	138.14	158.26	128	172
PreTestKontrol	120.59	135.81	116	147
PostTestKontrol	125.46	138.54	122	149
Total	127.57	136.98	103	172
Model				
Fixed Effects	128.73	135.82		
Random Effects	113.80	150.75		

### Descriptives

	Between- Component Variance
Model Random Effects	222.502

### Test of Homogeneity of Variances

Nilai

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1.076	3	36	.372

**Lampiran 11**  
**Hasil Uji *Anova***

## Hasil Uji ANOVA

ANOVA					
Nilai					
	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	4042.675	3	1347.558	10.997	.000
Within Groups	4411.300	36	122.536		
Total	8453.975	39			

## Post Hoc Tests

### Multiple Comparisons

Dependent Variable: Nilai

	(I) Kelompok	J) Kelompok	Mean Difference (I-J)	Std. Error
Tukey HSD	PreTestEksperimen	PostTestEksperimen	-27.500 <sup>*</sup>	4.950
		PreTestKontrol	-7.500	4.950
		PostTestKontrol	-11.300	4.950
	PostTestEksperimen	PreTestEksperimen	27.500 <sup>*</sup>	4.950
		PreTestKontrol	20.000 <sup>*</sup>	4.950
		PostTestKontrol	16.200 <sup>*</sup>	4.950
	PreTestKontrol	PreTestEksperimen	7.500	4.950
		PostTestEksperimen	-20.000 <sup>*</sup>	4.950
		PostTestKontrol	-3.800	4.950
	PostTestKontrol	PreTestEksperimen	11.300	4.950
		PostTestEksperimen	-16.200 <sup>*</sup>	4.950
		PreTestKontrol	3.800	4.950
LSD	PreTestEksperimen	PostTestEksperimen	-27.500 <sup>*</sup>	4.950
		PreTestKontrol	-7.500	4.950
		PostTestKontrol	-11.300 <sup>*</sup>	4.950
	PostTestEksperimen	PreTestEksperimen	27.500 <sup>*</sup>	4.950
		PreTestKontrol	20.000 <sup>*</sup>	4.950
		PostTestKontrol	16.200 <sup>*</sup>	4.950
	PreTestKontrol	PreTestEksperimen	7.500	4.950
		PostTestEksperimen	-20.000 <sup>*</sup>	4.950
		PostTestKontrol	-3.800	4.950
	PostTestKontrol	PreTestEksperimen	11.300 <sup>*</sup>	4.950
		PostTestEksperimen	-16.200 <sup>*</sup>	4.950
		PreTestKontrol	3.800	4.950
Bonferroni	PreTestEksperimen	PostTestEksperimen	-27.500 <sup>*</sup>	4.950
		PreTestKontrol	-7.500	4.950
		PostTestKontrol	-11.300	4.950
	PostTestEksperimen	PreTestEksperimen	27.500 <sup>*</sup>	4.950
		PreTestKontrol	20.000 <sup>*</sup>	4.950

		PostTestKontrol	16.200*	4.950
	PreTestKontrol	PreTestEksperimen	7.500	4.950
		PostTestEksperimen	-20.000*	4.950
		PostTestKontrol	-3.800	4.950
	PostTestKontrol	PreTestEksperimen	11.300	4.950
		PostTestEksperimen	-16.200*	4.950
		PreTestKontrol	3.800	4.950
Games-Howell	PreTestEksperimen	PostTestEksperimen	-27.500*	5.416
		PreTestKontrol	-7.500	4.570
		PostTestKontrol	-11.300	4.232
	PostTestEksperimen	PreTestEksperimen	27.500*	5.416
		PreTestKontrol	20.000*	5.577
		PostTestKontrol	16.200*	5.304
	PreTestKontrol	PreTestEksperimen	7.500	4.570
		PostTestEksperimen	-20.000*	5.577
		PostTestKontrol	-3.800	4.437
	PostTestKontrol	PreTestEksperimen	11.300	4.232
		PostTestEksperimen	-16.200*	5.304
		PreTestKontrol	3.800	4.437

\*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

#### Multiple Comparisons

Dependent Variable: Nilai

	(I) Kelompok	(J) Kelompok	95% Confidence Interval	
			Lower Bound	Upper Bound
Tukey HSD	PreTestEksperimen	PostTestEksperimen	-40.83	-14.17
		PreTestKontrol	-20.83	5.83
		PostTestKontrol	-24.63	2.03
	PostTestEksperimen	PreTestEksperimen	14.17	40.83
		PreTestKontrol	6.67	33.33
		PostTestKontrol	2.87	29.53
	PreTestKontrol	PreTestEksperimen	-5.83	20.83
		PostTestEksperimen	-33.33	-6.67
		PostTestKontrol	-17.13	9.53
	PostTestKontrol	PreTestEksperimen	-2.03	24.63
		PostTestEksperimen	-29.53	-2.87
		PreTestKontrol	-9.53	17.13
LSD	PreTestEksperimen	PostTestEksperimen	-37.54	-17.46
		PreTestKontrol	-17.54	2.54
		PostTestKontrol	-21.34	-1.26
	PostTestEksperimen	PreTestEksperimen	17.46	37.54
		PreTestKontrol	9.96	30.04
		PostTestKontrol	6.16	26.24
	PreTestKontrol	PreTestEksperimen	-2.54	17.54

		PostTestEksperimen	-30.04	-9.96
		PostTestKontrol	-13.84	6.24
	PostTestKontrol	PreTestEksperimen	1.26	21.34
		PostTestEksperimen	-26.24	-6.16
		PreTestKontrol	-6.24	13.84
Bonferroni	PreTestEksperimen	PostTestEksperimen	-41.32	-13.68
		PreTestKontrol	-21.32	6.32
		PostTestKontrol	-25.12	2.52
	PostTestEksperimen	PreTestEksperimen	13.68	41.32
		PreTestKontrol	6.18	33.82
		PostTestKontrol	2.38	30.02
	PreTestKontrol	PreTestEksperimen	-6.32	21.32
		PostTestEksperimen	-33.82	-6.18
		PostTestKontrol	-17.62	10.02
	PostTestKontrol	PreTestEksperimen	-2.52	25.12
		PostTestEksperimen	-30.02	-2.38
		PreTestKontrol	-10.02	17.62
Games-Howell	PreTestEksperimen	PostTestEksperimen	-42.99	-12.01
		PreTestKontrol	-20.43	5.43
		PostTestKontrol	-23.27	.67
	PostTestEksperimen	PreTestEksperimen	12.01	42.99
		PreTestKontrol	4.12	35.88
		PostTestKontrol	.97	31.43
	PreTestKontrol	PreTestEksperimen	-5.43	20.43
		PostTestEksperimen	-35.88	-4.12
		PostTestKontrol	-16.37	8.77
	PostTestKontrol	PreTestEksperimen	-.67	23.27
		PostTestEksperimen	-31.43	-.97
		PreTestKontrol	-8.77	16.37

\*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

## Homogeneous Subsets

Nilai

Kelompok	N	Subset for alpha = 0.05	
		1	2
Tukey HSD <sup>a</sup>			
PreTestEksperimen	10	120.70	
PreTestKontrol	10	128.20	
PostTestKontrol	10	132.00	
PostTestEksperimen	10		148.20
Sig.		.121	1.000

Means for groups in homogeneous subsets are displayed.

a. Uses Harmonic Mean Sample Size = 10,000.

## **Lampiran 12**

### **Daftar Hadir Konseling Kelompok dengan Strategi *Self Regulated Learning***

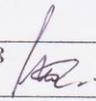
**DAFTAR HADIR PRE TEST**

**Kelompok Eksperimen**

Hari/Tanggal : Kamis, 06 Oktober 2016

Tempat : Ruang Kelas

Waktu : 08.00 WIB

NO	NAMA	KELAS	TANDA TANGAN
1	ADT	VIII C	1 
2	ALV	VIII C	2 
3	ANS	VIII C	3 
4	DEA	VIII C	4 
5	IDR	VIII C	5 
6	MST	VIII C	6 
7	NAUF	VIII C	7 
8	RMA	VIII C	8 
9	ROB	VIII C	9 
10	ZHA	VIII C	10 

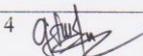
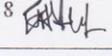
**DAFTAR HADIR PRE TEST**

**Kelompok Kontrol**

Hari/Tanggal : Kamis, 06 Oktober 2016

Tempat : Ruang Kelas

Waktu : 08.50 WIB

NO	NAMA	KELAS	TANDA TANGAN
1	AZM	VIII C	1 
2	HNF	VIII C	2 
3	LCK	VIII C	3 
4	MHM	VIII C	4 
5	MMF	VIII C	5 
6	NTH	VIII C	6 
7	NUR	VIII C	7 
8	RAG	VIII C	8 
9	TGR	VIII C	9 
10	YND	VIII C	10 

**DAFTAR HADIR**  
**KONSELING KELOMPOK DENGAN STRATEGI SELF-REGULATED LEARNING**

Tempat : .....  
 Persetujuan : .....  
 Waktu : 13.40 K/19

NO	NAMA	KELAS	Pertemuan 1	Pertemuan 2	Pertemuan 3	Pertemuan 4	Pertemuan 5	Pertemuan 6
1	ADT	VIII C	13 October '16 Adt	27 October '16 Adt	03 November '16 Adt	10 November '16 Adt	17 November '16 Adt	23 November '16 Adt
2	ALV	VIII C	JUNE	JUNE	JUNE	JUNE	JUNE	JUNE
3	ANS	VIII C	ANS	ANS	ANS	ANS	ANS	ANS
4	DEA	VIII C	DEA	DEA	DEA	DEA	DEA	DEA
5	IDR	VIII C	IDR	IDR	IDR	IDR	IDR	IDR
6	MST	VIII C	MST	MST	MST	MST	MST	MST
7	NAUF	VIII C	NAUF	NAUF	NAUF	NAUF	NAUF	NAUF
8	RMA	VIII C	RMA	RMA	RMA	RMA	RMA	RMA
9	ROB	VIII C	ROB	ROB	ROB	ROB	ROB	ROB
10	ZHA	VIII C	ZHA	ZHA	ZHA	ZHA	ZHA	ZHA

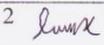
**DAFTAR HADIR POST TEST**

**Kelompok Eksperimen**

Hari/Tanggal : Kamis, 24 November 2016

Tempat : Ruang Kelas

Waktu : 13.40 WIB

NO	NAMA	KELAS	TANDA TANGAN
1	ADT	VIII C	1 
2	ALV	VIII C	2 
3	ANS	VIII C	3 
4	DEA	VIII C	4 
5	IDR	VIII C	5 
6	MST	VIII C	6 
7	NAUF	VIII C	7 
8	RMA	VIII C	8 
9	ROB	VIII C	9 
10	ZHA	VIII C	10 

**DAFTAR HADIR POST TEST**

**Kelompok Kontrol**

Hari/Tanggal : Kamis, 24 November 2016 .....

Tempat : Ruang kelas .....

Waktu : 13.40 WIB .....

NO	NAMA	KELAS	TANDA TANGAN
1	AZM	VIII C	1 
2	HNF	VIII C	2 
3	LCK	VIII C	3 
4	MHM	VIII C	4 
5	MMF	VIII C	5 
6	NTH	VIII C	6 
7	NUR	VIII C	7 
8	RAG	VIII C	8 
9	TGR	VIII C	9 
10	YND	VIII C	10 

## **Lampiran 13**

### **Dokumentasi**

## DOKUMENTASI



Kegiatan Try Out



Kegiatan *Pre test*



Treatment Pertemuan 1



Treatment Pertemuan 2



Treatment Pertemuan 3



Treatment Pertemuan 4



Treatment Pertemuan 5



Treatment Pertemuan 6



Kegiatan *Post Test*