

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK
MENGUNAKAN *TEKNIK SELF REGULATED LEARNING*
UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA**
(Penelitian pada Siswa kelas X Tata Busana di SMK Muhammadiyah 1 Borobudur)

SKRIPSI



**Disusun Oleh :
Wibawa Bayu Priambada
13.0301.0020**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2018**

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK
MENGUNAKAN STRATEGI *SELF REGULATED LEARNING*
UNTUK MENINGKATAN MOTIVASI BELAJAR SISWA**

(Penelitian pada Siswa Kelas X Tata Busana di SMK Muhammadiyah 1
Borobudur)

SKRIPSI

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

Oleh :

WIBAWA BAYU PRIAMBADA
NPM: 13.0301.0020

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2018**

PERSETUJUAN

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN
TEKNIK *SELF REGULATED LEARNING* UNTUK
MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA**

(Penelitian pada Siswa Kelas X Tata Busana SMK Muhammadiyah 1 Borobudur)

Oleh :

Nama : Wibawa Bayu Priambada

NPM : 13.0301.0020

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang

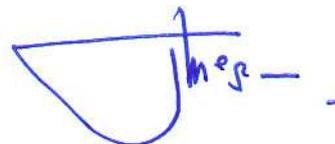
Magelang, 1 Agustus 2018

Pembimbing I



Prof. Dr. Muhammad Japar, M.Si.,Kons.
NIP. 19580912 198503 1 006

Pembimbing II



Hijrah Eko Putro, M.Pd.
NIK. 128406089

PENGESAHAN

PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK MENGGUNAKAN TEKNIK *SELF REGULATED LEARNING* UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA

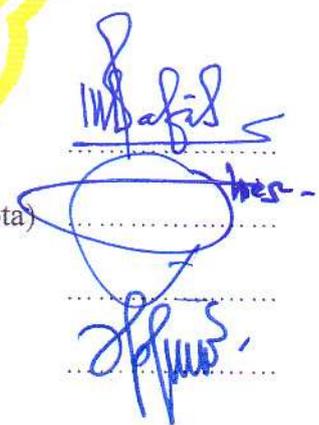
Oleh :
Wibawa Bayu Priambada
13.0301.0020

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi dalam rangka menyelesaikan studi pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Magelang

Diterima dan disahkan oleh Penguji
Hari : Jumat
Tanggal : 10 Agustus 2018

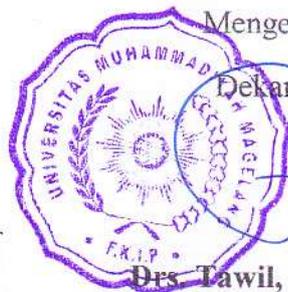
Tim Penguji Skripsi :

- 1 Prof.Dr. Muhammad Japar, M.Si.,Kons. (Ketua/Anggota)
- 2 Hijrah Eko Putro, M.Pd. (Sekretaris/Anggota)
- 3 Drs. Tawil, M.Pd.,Kons. (Anggota)
- 4 Dewi Liana Sari, M.Pd. (Anggota)



Mengesahkan,

Dekan FKIP



Drs. Tawil, M.Pd.,Kons.

NIK. 19570108 198103 1 003

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : **Wibawa Bayu Priambada**
N.P.M : 13.0301.0020
Judul Skripsi : Pengaruh Layanan Konseling Kelompok menggunakan teknik *self regulated learning* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat adalah karya sendiri, apabila ternyata di kemudian hari diketahui merupakan hasil penjiplakan (plagiat) terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib yang berlaku

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak dipaksakan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Magelang, 1 Agustus 2018

Yang Menyatakan



Wibawa Bayu Priambada

NPM 13.0301.0020

MOTTO

Maka Maha Tinggi Allah Raja Yang sebenar-benarnya, dan janganlah tergesa-gesa membaca Al qur'an sebelum disempurnakan mewahyukannya kepadamu, dan katakanlah: “Ya Tuhanku, tambahkanlah kepadaku ilmu pengetahuan”.

Q.S. Thaha : 114

PERSEMBAHAN

Dengan kehadiran Allah, skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Keluargaku yang selalu memberikan kasih sayangnya dan tak pernah henti mendoakan yang terbaik untuk saya.
2. 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 Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Self Regulated Learning* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa”. Penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan berkat bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ir. Eko Muh Widodo, MT., Rektor Universitas Muhammadiyah Magelang
2. Nuryanto, ST., M. Kom Dekan FKIP UMMagelang
3. Sugiyadi, M.Pd., Kons., Kaprodi BK FKIP UMMagelang
4. Prof. Dr. Muhammad Japar, M.Si., Kons. dan Hijrah Eko Putro, M.Pd sebagai dosen pembimbing skripsi
5. Munif Hanafi, S.S. Kepala Sekolah SMK Muhammadiyah 1 Borobudur dan Latriyati, S.Pd. dan Mutia Radyartati, S.Psi. sebagai guru BK di SMK Muhammadiyah 1 Borobudur.
6. Semua pihak yang penulis tidak bisa disebutkan satu per satu, terima kasih atas motivasi, bimbingan, dan bantuannya.

Masukan dan saran untuk perbaikan penulisan ini diterima dengan senang hati, semoga skripsi ini bermanfaat untuk kita semua.

Magelang, 1 Agustus 2018
Penulis

Wibawa Bayu Priambada
NPM. 13.0301.0020

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENEGASAN.....	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAKSI.....	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Motivasi Belajar.....	9
1. Pengertian Motivasi Belajar.....	9
2. Ciri-ciri Motivasi Belajar.....	10
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar.....	12
4. Fungsi Motivasi Belajar.....	13
5. Prinsip-prinsip Motivasi Belajar.....	14
B. Konseling Kelompok.....	16
1. Pengertian Konseling Kelompok	16
2. Tujuan Konseling Kelompok.....	18
3. Asas-Asas Konseling Kelompok	20
4. Tahapan Pelaksanaan Konseling Kelompok.....	22
C. <i>Self Regulated Learning</i>	27
1. Pengertian Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	27
2. Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	29
3. Konseling Kelompok dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	34

D. Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik Self Regulated Learning untuk Meningkatkan Motivasi Belajar.....	36
E. Penelitian Terdahulu yang Relevan.....	37
F. Kerangka Berpikir.....	38
G. Hipotesis.....	40
BAB III METODE PENELITIAN.....	41
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	41
1. Variabel Terikat	41
2. Variabel Bebas	41
B. Definisi Operasional Variabel.....	41
C. Subyek Penelitian	42
1. Populasi	42
2. Sampel.....	42
3. Sampling	42
D. Desain Penelitian	43
E. Metode Pengumpulan Data	46
F. Teknik Analisis Data	49
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Pelaksanaan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
2. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3. Pengujian Prasyarat Analisis.....	Error! Bookmark not defined.
4. Pengujian Hipotesis.....	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan	Error! Bookmark not defined.
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	51
A. Simpulan	51
B. Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	53

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1 <i>Pre test Post test control group design</i> dengan satu perlakuan.....	43
2 Kisi-kisi Modul Konseling Kelompok dengan strategi <i>self regulated learning</i>	44
3 Penilaian skor skala motivasi belajar.....	46
4 Kisi-kisi skala motivasi belajar	47
5 Daftar Item Valid Skala Motivasi Belajar	48
6 Kategori Skor <i>Pre test</i> Motivasi Belajar.....	52
7 Daftar Sampel Penelitian	52
8 Hasil Skor <i>Post test</i> Motivasi Belajar	56
9 Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	57
10 Hasil Uji Normalitas	59
11 Hasil Uji Anova	61
12 Peningkatan Skor <i>Pre test</i> dan <i>Post test</i> Kelompok Eksperimen	62
13 Peningkatan Skor <i>Pre test</i> dan <i>Post test</i> Kelompok Kontrol.....	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1 Kerangka Berpikir	40
2 Rumus Kategori	51
3 Hasil <i>Pre test</i> kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.....	53
4 Hasil <i>Post test</i> kelompok kontrol dan kelompok eksperimen	57
5 Peningkatan skor <i>Pre test</i> dan <i>Post test</i> Kelompok Eksperimen.....	63
6 Peningkatan skor <i>Pre test</i> dan <i>Post test</i> Kelompok Kontrol.....	64

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
1	Surat Ijin Penelitian dan Keterangan Pelaksanaan Penelitian	72
2	Hasil <i>Try Out</i> Skala Motivasi Belajar.....	76
3	Hasil Uji Validitas dan reliabilitas Instrumen	79
4	Skala Motivasi Belajar.....	86
5	Data <i>Pre Test</i> Skala Motivasi Belajar.....	92
6	RPL, Modul, Laporan Pelaksanaan dan Hasil Kegiatan Konseling Kelompok.....	95
7	Jadwal Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	189
8	Data <i>Post Test</i> Skala Motivasi Belajar	192
9	Hasil Uji Normalitas	195
10	Hasil Uji Homogenitas	198
11	Hasil Uji Anova	200
12	Daftar Hadir Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	205
13	Dokumentasi Kegiatan Pelaksanaan Konseling Kelompok dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	209

**PENGARUH LAYANAN KONSELING KELOMPOK
MENGUNAKAN *TEKNIK SELF REGULATED LEARNING*
UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR SISWA**
(Penelitian pada Siswa kelas X Tata Busana di SMK Muhammadiyah 1 Borobudur)

Wibawa Bayu Priambada

ABSTRAKSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok menggunakan teknik *self regulated learning* terhadap peningkatan motivasi belajar siswa. Penelitian ini dilakukan pada kelas X Tata Busana di SMK Muhammadiyah 1 Borobudur TA 2017/2018.

Penelitian ini menggunakan *pretest posttest control group design* dengan satu perlakuan. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 33 siswa. Sampel yang diambil sebanyak 20 orang siswa, 10 orang siswa masuk ke dalam kelompok eksperimen yaitu kelompok yang diberikan perlakuan (konseling kelompok menggunakan *self regulated learning*) dan 10 orang siswa masuk kelompok kontrol yaitu kelompok yang tidak diberikan perlakuan. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Teknik analisa data menggunakan analisis parametrik *One Way Anova*.

Kesimpulan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling kelompok menggunakan teknik *self regulated learning* berpengaruh secara positif terhadap peningkatan motivasi belajar siswa. Hal ini diketahui bahwa signifikansi 0,009 kurang dari 0,05 yang artinya ada perbedaan peningkatan skor motivasi belajar antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol, dimana peningkatan pemahaman kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol.

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

ABSTRACT

This research aims to examine the influence of counseling in group, using self-regulated learning techniques to improve student learning motivation. This research was conducted in 10th grade of Fashion Design (Tata Busana) in SMK Muhammadiyah 1 Borobudur 2017/2018.

This research uses pretest posttest control group design with treatment unit. the sample use 20 students as 10 people get into the experimental group is the group given treatment (counseling group using self-regulated learning) and the other 10 students get into the control group is the group that is not given treatment. sampling using one way anova parameter analysis.

The results of this research showed that group counseling using self-regulated learning techniques have an effect on the improvement of students' learning motivation. it is know that the significance 0,009 less than 0,05 which mean that there in the increase of learning motivation score between the experimental group and the control group, where the increase of group experimental understanding is higher than the control group.

Keywords: group counseling, self regulated learning techniques, learning motivation

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan pada dasarnya adalah usaha sadar untuk menumbuh kembangkan potensi sumber daya manusia peserta didik dengan cara mendorong dan memfasilitasi kegiatan belajar mereka. Berdasarkan Undang-Undang RI Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 Ayat 1 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. Melalui belajar peserta didik akan menghasilkan manusia-manusia cerdas dan terampil untuk mempersiapkan diri demi masa depan. Salah satu unsur dalam pendidikan adalah siswa, siswa adalah peserta didik yang berusaha mengembangkan kemampuan yang ia miliki untuk mencapai tujuan dalam hasil belajarnya. Salah satu kewajiban siswa atau peserta didik adalah belajar.

Belajar merupakan suatu proses yang tidak akan pernah berhenti selama manusia itu hidup, tidak akan pernah ada manusia yang mendapat kesuksesan tanpa melalui proses belajar. Dalam proses belajar yang dilakukan siswa dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal siswa. Faktor internal yakni keadaan/kondisi jasmaniah dan rohani siswa,

sedangkan faktor eksternal yaitu kondisi lingkungan disekitar siswa (dirumah, disekolah dan dimasyarakat).

Dalam melakukan aktivitas belajar seorang siswa memerlukan adanya dorongan tertentu agar kegiatan belajar dapat menghasilkan prestasi belajar sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Dorongan dalam belajar ini merupakan suatu hal yang diperlukan bagi siswa untuk dapat berkembang dan mampu mencapai hasil belajar yang lebih baik yaitu motivasi belajar. Dalam belajar motivasi memegang peranan yang penting karena motivasi yang dimiliki siswa akan menentukan hasil yang dicapai dari kegiatan pembelajaran.

Motivasi merupakan suatu kekuatan atau tenaga atau daya atau suatu keadaan yang kompleks dan kesiapsediaan dalam diri individu untuk bergerak ke arah tujuan tertentu, baik disadari maupun tidak disadari. Menurut Walgito (2004: 220) motif berasal dari bahasa latin *movere* yang berarti bergerak atau *to move* yang berarti kekuatan dalam diri organisme yang mendorong untuk berbuat (*driving force*). Motif sebagai pendorong tidak berdiri sendiri tetapi saling terkait dengan faktor lain yang disebut dengan motivasi. Dimiyati dan Mudjiono (2009: 80) mendefinisikan bahwa motivasi dipandang sebagai dorongan mental yang menggerakkan dan mengarahkan perilaku manusia.

Dari pengertian diatas dapat dipahami bahwa motivasi pada dasarnya merupakan dorongan efektif yang mengarahkan perilaku individu untuk mencapai tujuan tertentu. Motivasi akan menentukan berhasil atau tidaknya kegiatan belajar siswa. Untuk itu agar dapat mencapai prestasi belajar yang optimal siswa harus memiliki motivasi belajar yang tinggi.

Motivasi untuk belajar merupakan kondisi psikis yang dapat mendorong seseorang untuk belajar. Besarnya motivasi setiap siswa dalam belajar berbeda-beda. Motivasi belajar merupakan hal yang penting bagi siswa, motivasi belajar sangat dibutuhkan dalam pembinaan perkembangan anak agar mendapat hasil belajar yang maksimal.

Ada dua motivasi dalam belajar yaitu motivasi ekstrinsik dan motivasi intrinsik, Uno (2010 : 4) motif intrinsik timbulnya tidak memerlukan rangsangan dari luar karena memang telah ada dalam diri individu sendiri, yaitu sesuai atau sejalan dengan kebutuhannya. Sedangkan motif ekstrinsik timbul karena adanya rangsangan dari luar individu.

Dari pendapat Uno tersebut dapat dipahami dengan jelas bahwa motivasi belajar itu ada yang bersifat intrinsik yang timbul dari dalam diri siswa sendiri sesuai kebutuhannya, ada juga yang bersifat ekstrinsik yang muncul karena adanya rangsangan dari luar individu.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan di SMK Muhammadiyah 1 Borobudur pada tanggal 15 Mei 2017 di kelas X Tata Busana bahwa masih ada siswa yang kurang memiliki motivasi belajar. Kurangnya motivasi belajar terlihat ketika siswa diberikan materi pelajaran cenderung tidak mengikutinya dengan baik, siswa asik bercanda dengan teman sebangku, dan ketika ada jam kosong digunakan untuk jajan dikantin dari hal itu dapat terlihat bahwa kemauan/motivasinya dalam belajar kurang kuat sehingga perlu upaya untuk meningkatkan motivasi siswa dalam proses pembelajaran.

Selain itu, keterangan dari wali kelas Ibu Ruti Hartiningsih mengungkapkan bahwa ketika anak asik bercanda dapat membuat suasana kelas tidak kondusif dan mengganggu teman-teman yang sedang memperhatikan pelajaran dengan baik. Dan membuat nilai dari beberapa siswa menurun./

Kondisi ini mengakibatkan keinginan untuk melihat perubahan tingkah laku yang didasarkan pada kemauan individu sendiri, peneliti mencoba menggunakan teknik *self regulated learning* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

Penggunaan teknik ini membantu para siswa agar mereka mampu mengatur dan mengarahkan dirinya sendiri, mampu menyesuaikan dan mengendalikan diri, terutama apabila menghadapi tugas-tugas yang sulit. Schunk (1998) mengemukakan bahwa siswa dikatakan melakukan teknik *self regulated learning* dalam belajar bila mereka secara sistematis mengatur perilaku dan kognisinya dengan memperhatikan aturan yang dibuat sendiri, mengontrol berjalannya suatu proses belajar dan mengintegrasikan pengetahuan, melatih untuk mengingat informasi yang diperoleh, serta mengembangkan dan memperhatikan nilai-nilai positif belajarnya.

Disamping itu, *self regulated learning* menekankan pentingnya inisiatif karena *self regulated learning* merupakan proses belajar yang terjadi atas dasar inisiatif. Siswa yang memiliki inisiatif menunjukkan kemampuan untuk menggunakan pemikiran, perasaan, strategi dan tingkah lakunya yang ditunjukkan untuk mencapai tujuan (Zimmerman, 2002). Apabila

menggunakan teknik *self regulated learning* ini berhasil maka dapat dijadikan pedoman untuk meningkatkan motivasi belajar.

Teknik *self regulated learning* merupakan proses aktif dan konstruktif siswa dalam menetapkan tujuan untuk proses belajarnya dan berusaha untuk memonitor, meregulasi, dan mengontrol kognisi, motivasi, dan perilaku yang kemudian semuanya diarahkan dan didorong oleh tujuan dan mengutamakan konteks lingkungan.

Teknik *self regulated learning* dikatakan berhasil apabila siswa yang mempunyai motivasi belajar rendah mampu mengontrol dirinya sehingga dapat memiliki motivasi belajar yang tinggi serta mampu menerima materi pelajaran secara optimal dan bertanggung jawab atas usaha yang dilakukannya. Dalam pelaksanaannya teknik *self regulated learning* ini dilakukan melalui konseling kelompok. 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). Proses dalam konseling kelompok dapat dilaksanakan dengan baik oleh masing-masing anggota kelompok agar permasalahan yang dialami oleh dapat terentaskan, sehingga masing-masing anggota kelompok dapat mengembangkan diri dengan baik.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Konseling Kelompok Menggunakan *Teknik Self Regulated Learning* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka permasalahan yang dapat diidentifikasi adalah :

1. Beberapa siswa belum dapat berkonsentrasi dengan baik ketika pelajaran sedang berlangsung.
2. Beberapa siswa kurang memanfaatkan waktu luang untuk membaca pelajaran yang sudah diterangkan.
3. Beberapa siswa merasa bosan dengan cara mengajar guru mata pelajaran.

C. Pembatasan Masalah

Supaya penelitian ini dapat dilakukan lebih fokus maka penulis memandang penelitian yang diangkat perlu dibatasi variabelnya. Oleh karena itu penulis membatasi diri hanya berkaitan dengan “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Self Regulated Learning* untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Siswa di SMK Muhammadiyah 1 Borobudur Kelas X Tata Busana”. Peningkatan motivasi belajar dipilih karena akan membantu proses belajar dari siswa tersebut sehingga membuat mereka mendapatkan nilai yang bagus.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh konseling kelompok dengan teknik

self regulated learning untuk meningkatkan motivasi belajar siswa kelas X SMK Muhammadiyah 1 Borobudur?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah

1. Untuk mengetahui motivasi belajar sebelum dan sesudah diberikan konseling kelompok dengan teknik *Self Regulated Learning*
2. Untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok menggunakan teknik *self regulated learning* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Secara Teoritis

Manfaat teoritis yang diharapkan dari penelitian ini adalah untuk menambah khasanah keilmuan bimbingan konseling khususnya tentang upaya peningkatan motivasi belajar siswa menggunakan teknik *self regulated learning*.

- a. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi ilmiah bagi kalangan akademis Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Magelang.
- b. Mengoptimalkan teknik *self regulated learning* untuk meningkatkan motivasi belajar siswa sehingga nantinya dapat digunakan untuk pengembangan penelitian lebih lanjut.

2. Secara Praktis

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

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Motivasi Belajar

1. Pengertian Motivasi Belajar

Motivasi berasal dari kata kerja Latin *movere* (menggerakkan). Ide tentang penggerakkan ini tercermin dalam ide-ide *common sense* mengenal motivasi, seperti sebagai sesuatu yang membuat diri kita memulai pengerjaan tugas, menjaga diri kita tetap mengerjakannya, dan membantu diri kita menyelesaikannya (Schunk, 2012: 6). Mencermati pengertian motivasi diatas bahwa motivasi merupakan dorongan yang membuat kita melakukan suatu tindakan untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

Sejalan dengan pengertian motivasi menurut Schunk, pengertian mengenai motivasi belajar menurut Uno (2011: 23) adalah dorongan internal dan eksternal pada siswa-siswa yang sedang belajar untuk mengadakan perubahan tingkah laku, pada umumnya dengan beberapa indikator atau unsur yang mendukung. Pengertian menurut Uno dapat dipahami bahwa motivasi belajar merupakan dorongan yang ada pada diri seseorang untuk melakukan aktivitas yang ingin dicapai.

Pendapat lain mengenai motivasi belajar menurut Sardiman (2009: 73) adalah daya penggerak yang ada didalam diri seseorang untuk melakukan aktifitas-aktifitas tertentu demi tercapainnya suatu tujuan.

Memahami pendapat Sardiman bahwa suatu perasaan yang muncul dalam diri umumnya ditandai dengan perasaan senang dan bergairah saat melakukan aktivitas belajar.

Berdasarkan pendapat ahli yaitu Schunk, Uno, dan Sardiman dapat dipahami bahwa motivasi belajar adalah daya penggerak yang ada dalam diri seseorang baik bersifat intrinsik maupun ekstrinsik yang dapat menimbulkan kegiatan belajar serta berperan dalam hal menumbuhkan rasa semangat belajar siswa untuk mencapai tujuan belajar.

2. Ciri-ciri Motivasi Belajar

Motivasi belajar pada umumnya memiliki beberapa ciri-ciri yang mempunyai peranan besar dalam keberhasilan seseorang dalam belajar. Ciri-ciri motivasi belajar menurut Uno (2010: 23) adalah sebagai berikut: (1) Adanya hasrat dan keinginan berhasil, (2) Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar, (3) Adanya harapan dan cita-cita masa depan, (4) Adanya penghargaan dalam belajar, (5) Adanya kegiatan yang menarik dalam belajar, (6) Adanya lingkungan belajar yang kondusif (7) Dapat mempertahankan pendapatnya, (8) Tidak mudah melepaskan hal yang diyakini, (9) Senang mencari dan memecahkan masalah soal-soal

Berdasarkan ciri-ciri motivasi belajar yang dikemukakan oleh Uno, dapat dipahami bahwa adanya dorongan yang berasal dari dirinya 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 sehingga motivasi belajar rendah bukan hanya pengaruh dari luar lingkungan diri siswa namun dapat pula dipengaruhi oleh siswa itu sendiri.

Pendapat dari ahli lain mengenai ciri-ciri motivasi belajar berdasarkan pendapat Sardiman (2010: 83) adalah: (1) Tekun dalam menghadapi tugas(dapat bekerja terus menerus dalam waktu yang lama,bersungguh-sungguh dalam menyelesaikan suatu pekerjaan dan tidak berhenti sebelum selesai), (2) Ulet menghadapi kesulitan (tidak mudah putus asa). Berkemauan keras untuk mencapai tujuan dan cita-cita yang ingin dicapainya, (3) Menunjukkan minat terhadap macam-macam masalah belajar. Minat sangat besar pengaruhnya terhadap aktivitas belajar. Siswa akan sangat mudah mempelajari dan menghafal pelajaran yang menarik minatnya, (4) Lebih senang bekerja mandiri (tidak bergantung pada orang lain,memiliki kemauan serta bertanggung jawab sendiri dalam menyelesaikan masalah belajarnya sendiri), (5) Cepat bosan pada tugas-tugas yang rutin (hal-hal yang bersifat mekanis,berulang-ulang begitu saja,sehingga kurang kreatif).

Memahami ciri-ciri motivasi belajar menurut Sardiman maka dapat disimpulkan yaitu tekun menghadapi tugas, ulet menghadapi kesulitan,minat terhadap masalah belajar, senang bekerja mandiri, cepat bosan pada tugas-tugas yang rutin sehingga merasa kurang kreatifitas. Ciri-ciri yang telah disebutkan memberikan pemahaman apabila siswa tidak memiliki ciri-ciri tersebut, maka siswa memiliki motivasi belajar yang rendah.

Pendapat dari dua tokoh mengenai ciri-ciri motivasi belajar yang telah dikemukakan tersebut, bahwa adanya siswa yang memiliki ciri-ciri

motivasi belajar maka dapat dikatakan memiliki motivasi belajar yang tinggi. Sebaliknya, apabila siswa tidak memiliki ciri-ciri motivasi belajar dalam dirinya maka siswa tersebut memiliki motivasi belajar yang rendah. Perlu adanya penanganan khusus untuk menangani masalah motivasi belajar. Penanganan masalah motivasi belajar seperti konseling kelompok, konseling kelompok menggunakan teknik *self regulated learning* dan lain sebagainya.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar

Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar diantaranya adalah motivasi yang berasal dari dalam diri pribadi seseorang yang disebut motivasi intrinsik dan motivasi yang berasal dari luar diri seseorang yang disebut motivasi ekstrinsik.

Menurut pendapat Djamarah (2011: 149) yaitu

a. Motivasi Intrinsik

Yang dimaksud dengan motivasi intrinsik adalah motif-motif yang menjadi aktif atau berfungsinya tidak perlu dirangsang dari luar karena dalam setiap diri individu sudah ada dorongan untuk melakukan sesuatu. Sebagai contoh murid belajar menghadapi ujian karena dia senang pada mata pelajaran yang diujikan itu.

b. Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik adalah motif-motif yang aktif dan berfungsi karena adanya perangsang dari luar. Sebagai contoh murid belajar dengan keras dalam menghadapi ujian dengan harapan mendapatkan nilai yang bagus sehingga ia akan mendapatkan pujian dari guru atau

temannya. Memahami pendapat Djamarah mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar dibedakan menjadi 2 yaitu motivasi yang berasal dari dalam diri (intrinsik) dan motivasi yang berasal dari luar (ekstrinsik) dimana baik motivasi yang berasal dari luar maupun dalam berperan sebagai daya penggerak untuk melakukan suatu aktifitas.

4. Fungsi Motivasi Belajar

Dalam proses belajar mengajar motivasi belajar berfungsi sebagai pendorong, pengarah dan sekaligus sebagai penggerak didalam diri siswa untuk melakukan aktivitas belajar. Fungsi motivasi belajar menurut pendapat Hamalik (2012: 175) sebagai berikut:

- a. Mendorong timbulnya kelakuan atau suatu perbuatan. Tanpa motivasi maka tidak akan timbul sesuatu perbuatan seperti belajar.
- b. Motivasi berfungsi sebagai pengarah, artinya mengarahkan perbuatan pencapaian tujuan yang diinginkan.
- c. Motivasi berfungsi sebagai penggerak. Besar kecilnya motivasi akan menentukan cepat atau lambatnya suatu pekerjaan.

Motivasi juga dikatakan sebagai pendorong usaha dalam pencapaian prestasi. Adanya motivasi yang baik dalam belajar akan menunjukkan hasil yang baik pula.

Dengan kata lain, bahwa dengan adanya usaha yang tekun dan terutama didasari adanya motivasi, maka seseorang yang belajar itu akan menghasilkan prestasi yang baik.

Berdasarkan pendapat Djamarah (2011: 157) fungsi motivasi belajar adalah sebagai berikut:

- a. Motivasi sebagai pendorong perbuatan, jadi motivasi sebagai pendorong perbuatan ini mempengaruhi sikap apa yang seharusnya siswa ambil dalam rangka untuk memuaskan rasa ingin tahu dari sesuatu yang ia pelajari.
- b. Motivasi sebagai penggerak perbuatan. Motivasi dalam hal ini merupakan penggerak dari setiap kegiatan yang akan dikerjakan oleh siswa
- c. Motivasi sebagai pengarah perbuatan, yakni kearah tujuan yang ingin dicapai. Dengan demikian motivasi dapat memberikan arah dan kegiatan yang harus dikerjakan sesuai dengan rumusan tujuannya.

Dari pendapat Hamalik dan Djamarah dapat disimpulkan bahwa dasarnya fungsi motivasi dalam belajar adalah sebagai pendorong dan pengarah siswa untuk melakukan aktifitas dalam mencapai tujuan belajar yang diinginkan.

5. Prinsip-prinsip Motivasi Belajar

Menurut Djamarah (2008: 153) prinsip-prinsip motivasi belajar adalah sebagai berikut:

- a. Motivasi sebagai dasar penggerak yang mendorong aktivitas belajar

Bila siswa sudah termotivasi untuk belajar, maka dia akan melakukan aktivitas belajar dalam rentangan waktu tertentu. Oleh

karena itulah, motivasi diakui sebagai dasar penggerak yang mendorong aktivitas belajar seseorang.

- b. Motivasi intrinsik lebih utama daripada motivasi ekstrinsik dalam belajar

Siswa yang sudah terbiasa belajar berdasarkan motivasi intrinsik dia akan belajar dengan rajin tanpa diperintah oleh orang lain beda halnya dengan siswa yang belajar berdasarkan motivasi ekstrinsik dia akan menunggu perintah terlebih dahulu baru belajar dan belajarnya dia pun ingin mendapatkan nilai yang bagus.

- c. Motivasi dapat memupuk optimisme dalam belajar

Siswa yang mempunyai optimisme dalam belajar selalu yakin dapat menyelesaikan setiap pekerjaan yang dilakukan.

- d. Motivasi melahirkan prestasi dalam belajar

Baik buruknya prestasi belajar siswa dipengaruhi oleh tinggi rendahnya motivasi. Jika siswa mempunyai motivasi yang baik dia akan dengan senang hati mempelajari mata pelajaran yang disukainya tersebut sehingga ketika ulangan nanti dia mendapatkan prestasi yang baik.

- e. Motivasi berupa pujian lebih baik daripada hukuman

Seorang siswa yang diberikan pujian akan sangat senang karena dia telah diberi penghargaan atas hasil usahanya. Hal ini memberikan semangat kepada siswa untuk lebih meningkatkan prestasi belajarnya.

f. Motivasi berhubungan erat dengan kebutuhan dalam belajar

Tak bisa dihindari bahwa siswa masih berkeinginan untuk mempelajari ilmu pengetahuan yang belum dia kuasai, oleh karena itulah siswa harus belajar dengan giat supaya dapat memenuhi kebutuhannya demi memuaskan rasa ingin tahu terhadap ilmu pengetahuan yang belum ia kuasai.

B. Konseling Kelompok

1. 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.

Pengertian konseling kelompok menurut Natawidjaja (dalam Wibowo, 2005: 32) yang mengemukakan bahwa konseling kelompok merupakan upaya bantuan kepada individu dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya. Bersifat pencegahan dalam arti bahwa konseli yang bersangkutan mempunyai kemampuan untuk berfungsi secara wajar dalam masyarakat, akan tetapi mungkin memiliki titik lemah dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran dalam berkomunikasi dengan orang lain.

Memahami pendapat Natawidjaja peneliti memahami bahwa konseling kelompok adalah suatu layanan konseling yang diberikan oleh

konselor untuk membantu individu dalam rangka membantu perkembangan diri konseli.

Pengertian tersebut sejalan dengan pendapat Nurihsan (2006: 24) yang mengatakan bahwa konseling kelompok adalah suatu bantuan kepada individu dalam situasi kelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan, serta diarahkan pada pemberian kemudahan dalam perkembangan dan pertumbuhannya. Memahami pendapat Nurihsan bahwa konseling kelompok adalah bantuan terhadap individu yang memberikan pengarahan dalam perkembangan dirinya.

Menurut pendapat Gazda (dalam Kurnanto, 2014: 8) mengungkapkan bahwa konseling kelompok merupakan suatu proses interpersonal yang dinamis yang memusatkan pada usaha dalam berfikir dan tingkah laku-tingkah laku, serta melibatkan pada fungsi-fungsi terapi yang dimungkinkan, serta berorientasi pada kenyataan-kenyataan, membersihkan jiwa, saling percaya mempercayai, pemeliharaan, pengertian, penerimaan dan bantuan. Fungsi-fungsi dari terapi itu diciptakan dan dipelihara dalam wadah kelompok kecil melalui sumbangan perorangan dalam anggota kelompok sebaya dan konselor. Konseli dalam anggota kelompok adalah individu normal yang mempunyai berbagai masalah yang tidak memerlukan penanganan perubahan kepribadian lebih lanjut.

Konseli konseling kelompok menggunakan interaksi kelompok untuk meningkatkan pengertian dan penerimaan terhadap nilai-nilai dan

tujuan-tujuan tertentu dan untuk mempelajari atau menghilangkan sikap-sikap serta perilaku tertentu. Dari pendapat Gazda mengenai pengertian konseling kelompok peneliti menyimpulkan bahwa layanan konseling kelompok pada hakikatnya adalah suatu proses antar pribadi yang dinamis, terpusat pada pikiran dan perilaku yang disadari, dibina dalam suatu kelompok kecil 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 dari sebelumnya.

Dari pendapat Gazda, Natawidjaja, dan Nurihsan yang mengemukakan tentang pengertian konseling kelompok peneliti dapat memahami bahwa konseling kelompok adalah proses konseling yang dilakukan dalam situasi kelompok, dimana konselor memfasilitasi perkembangan konseli dan membantu konseli mengatasi masalah yang dihadapinya secara bersama-sama.

2. Tujuan Konseling Kelompok

Tujuan konseling kelompok menurut Prayitno (dalam Tohirin, 2014: 173), secara umum 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. Layanan konseling kelompok juga dapat mengentaskan masalah klien (siswa) dengan memanfaatkan dinamika kelompok.

Tujuan konseling kelompok menurut Winkel dan Hastuti (2009: 592) adalah sebagai berikut:

- a. Masing-masing anggota kelompok memahami dirinya dengan baik dan menemukan dirinya sendiri. Berdasarkan pemahaman diri itu dia lebih rela menerima dirinya sendiri dan lebih terbuka terhadap aspek-aspek positif dalam kepribadiannya.
- b. Para konseli mengembangkan kemampuan berkomunikasi satu sama lain sehingga mereka dapat saling memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang khas pada fase perkembangan mereka.
- c. Para konseli memperoleh kemampuan pengatur dirinya sendiri dan mengarahkan hidupnya sendiri, mula-mula dalam kontak antar pribadi di dalam kelompok dan kemudian juga dalam kehidupan sehari-hari di luar kehidupan kelompoknya.
- d. Para konseli menjadi lebih peka terhadap kebutuhan orang lain dan lebih mampu menghayati perasaan orang lain. Kepekaan dan penghayatan ini akan lebih membuat mereka lebih sensitif juga terhadap kebutuhan-kebutuhan dan perasaan-perasaan sendiri.
- e. Masing-masing anggota kelompok menetapkan suatu sasaran yang ingin mereka capai, yang diwujudkan dalam sikap dan perilaku yang lebih konstruktif.

- f. Para konseli lebih menyadari dan menghayati makna dan kehidupan manusia sebagai kehidupan bersama, yang mengandung tuntutan menerima orang lain dan harapan akan diterima orang lain.
- g. Masing-masing konseli semakin menyadari bahwa hal-hal yang memprihatinkan bagi dirinya sendiri kerap juga menimbulkan rasa prihatin dalam hati orang lain. Dengan demikian dia tidak merasa terisolir, atau seolah-olah hanya dialah yang mengalami ini dan itu.
- h. Para konseli belajar berkomunikasi dengan anggota-anggota yang lain secara terbuka, dengan saling menghargai dan menaruh perhatian. Pengalaman bahwa komunikasi demikian dimungkinkan akan membawa dampak positif dalam kehidupan dengan orang-orang yang dekat dikemudian hari.

Dari pendapat Prayitno, Winkel dan Hastuti peneliti dapat menyimpulkan bahwa tujuan dari konseling kelompok diatas adalah untuk melatih kemampuan berkomunikasi siswa, rasa tenggang rasa, rasa kepedulian, serta terentaskannya masalah yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok sehingga anggota kelompok dapat berkembang dengan optimal.

3. Asas-Asas Konseling Kelompok

Dalam Pelaksanaan kegiatan Konseling kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar kegiatan konseling kelompok. Menurut Prayitno (2004:13).

- a. Asas Kerahasiaan yaitu para anggota harus menyimpan dan merahasiakan informasi apa yang dibahas dalam kelompok, terutama hal-hal yang tidak boleh diketahui oleh orang lain.
- b. Asas Keterbukaan yaitu para anggota bebas dan terbuka mengemukakan pendapat, ide, saran, tentang apa saja yang yang dirasakan dan dipikirkannya tanpa adanya rasa malu dan ragu-ragu.
- c. Asas Kesukarelaan yaitu semua anggota dapat menampilkan diri secara spontan tanpa malu atau dipaksa oleh teman lain atau pemimpin kelompok.
- d. Asas Kenormatifan yaitu semua yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh bertentangan dengan norma-norma dan kebiasaan yang berlaku.
- e. Asas kegiatan yaitu partisipasi semua anggota kelompok dalam mengemukakan pendapat sehingga cepat tercapainya tujuan bimbingan kelompok.
- f. Asas Kekinian yaitu membahas permasalahan yang dialami oleh siswa pada saat ini atau yang sedang terjadi.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan Konseling kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar pelaksanaan dan lebih menjamin keberhasilan kegiatan Konseling kelompok sehingga mencapai tujuan yang diharapkan. Dimana setiap anggota kelompok menjunjung tinggi kerahasiaan tentang masalah yang dibicarakan dalam kelompok, membahas permasalahan yang sedang dialami oleh anggota

kelompok, bersikap terbuka dan sukarela dalam mengemukakan masalahnya, berpartisipasi aktif dalam kegiatan, dan bertindak sesuai dengan aturan yang telah disepakati.

4. Tahapan Pelaksanaan Konseling Kelompok

Konseling kelompok dilaksanakan secara bertahap. Terdapat enam tahap dalam konseling kelompok, yaitu tahap pembentukan kelompok, tahap permulaan, tahap transisi, tahap kerja, tahap akhir serta tahap evaluasi dan tindak lanjut Corey dan Yalom, (Latipun, 2010: 158)

a. Prakonseling: Tahap Pembentukan Kelompok

Tahap ini merupakan tahap persiapan pelaksanaan konseling kelompok. Pada tahap ini pembentukan kelompok yang dilakukan dengan seleksi anggota dan menawarkan program kepada calon peserta konseling sekaligus membangun harapan kepada calon peserta.

b. Tahap I: Tahap Permulaan (*Orientasi dan Eksplorasi*)

Pada tahapan ini mulai menentukan struktur kelompok, mengeksplorasi harapan anggota, anggota mulai belajar fungsi kelompok, sekaligus menegaskan tujuan kelompok.

c. Tahap II: Tahap Transisi

Pada tahap ini diharapkan masalah yang dihadapi masing-masing siswa dirumuskan dan diketahui apa sebab-sebabnya. Anggota kelompok mulai terbuka, tetapi sering terjadi pada fase ini justru terjadi kecemasan, resistensi, konflik bahkan ambivalensi tentang anggotanya dalam kelompok atau enggan jika harus membuka diri.

Tugas pemimpin kelompok adalah mempersiapkan mereka bekerja untuk dapat merasa memiliki kelompoknya.

d. Tahap III: Tahap Kerja Kohesi dan Produktivitas

Pada tahap ini jika masalah yang dihadapi oleh masing-masing anggota kelompok diketahui, langkah berikutnya adalah menyusun rencana-rencana tindakan. Penyusunan tindakan ini disebut pula produktivitas. Kegiatan konseling kelompok terjadi yang ditandai dengan: membuka diri lebih besar, menghilangkan defensifnya, terjadinya konfrontasi antar anggota kelompok, modeling, belajar perilaku baru, terjadi transferensi.

e. Tahap VI: Tahap Akhir (Konsolidasi dan Terminasi)

Anggota kelompok mulai mencoba melakukan perubahan-perubahan tingkah laku dalam kelompok. Setiap anggota kelompok memberi umpan balik terhadap yang dilakukan oleh anggota kelompok lain. Umpan balik ini sangat berguna untuk perbaikan (jika diperlukan) dan dilanjutkan atau diterapkan dalam kehidupan klien jika dipandang telah memadai. Karena itu implementasi ini berarti melakukan pelatihan dan perubahan dalam skala yang terbatas.

f. Setelah Konseling: Tindak Lanjut dan Evaluasi.

Setelah berselang beberapa waktu, konseling kelompok perlu dievaluasi. Tindak lanjut dilakukan jika ternyata ada kendala-kendala dalam pelaksanaan di lapangan. Mungkin diperlukan upaya perbaikan

terhadap rencana-rencana semula, atau perbaikan terhadap cara pelaksanaannya.

Tahapan layanan konseling kelompok menurut Corey dan Yalom diatas terdapat beberapa tahapan yang dilakukan dalam kegiatan konseling kelompok. Tahapan dalam konseling kelompok dilakukan secara rinci dari mulai tahap pembentukan, tahap permulaan (orientasi dan eksplorasi), tahap transisi, tahap kerja koheisi dan produktivitas, tahap akhir, tahap tindak lanjut evaluasi sehingga dapat dipahami bahwa tahapan konseling kelompok menurut Corey dan Yalom menjelaskan gambaran tahapan kegiatan dalam konseling kelompok.

Pelaksanaan layanan konseling berdasarkan pendapat Prayitno (Kurnanto, 2014: 150) membagi tahap kegiatan konseling kelompok menjadi empat tahap yaitu:

a. Tahap Pembentukan Pembentukan Kelompok

Tahap pembentukan kelompok sering disebut dengan tahap awal dalam konseling kelompok. Tahap awal adalah saat-saat orientasi dan penggalian yang meliputi penentuan struktur kelompok, pengenalan dan penggalian 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.

b. Tahap Peralihan

Tahap peralihan merupakan jembatan antara tahap pertama dan tahap ketiga. Adapun tujuan dari tahap peralihan adalah terbebaskannya dari perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap berikutnya, 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 keberapa aspek pada tahap pertama (tahap pembentukan).

c. Tahap 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.

d. Tahap Penutup

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

Pendapat Prayitno yang telah disebutkan diatas, 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.

Mengamati pendapat Corey, Yalom dan Prayitno mengenai tahapan konseling kelompok diatas menggambarkan secara utuh tahapan kegiatan-kegiatan dalam konseling kelompok. Diantaranya terdapat persamaan pada tahap pembentukan kelompok, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap penutup. Tahapan dalam konseling kelompok merupakan tahapan yang menjadi satu kesatuan dimana antara kegiatan yang satu dengan yang lainnya tidak dibatasi jeda waktu.

C. Self Regulated Learning

1. Pengertian Strategi *Self Regulated Learning*

Istilah *self regulated learning* berkembang dari teori kognisi sosial Bandura 1997 (Latipah, 2010: 112). Menurut teori kognisi sosial, manusia merupakan hasil struktur kausal yang interdependen dari aspek pribadi (*person*), perilaku (*behaviour*), dan lingkungan (*enviroment*). Ketiga aspek determian ini saling berhubungan sebab-akibat, dimana seseorang berusaha untuk meregulasi diri sendiri (*self regulated*), hasilnya berupa kinerja atau perilaku dan perilaku ini berdampak pada perubahan lingkungan dan demikian seterusnya Bandura(Latipah, 2010:112).

Zimmerman 2004 (Fasikhah dan Fatimah, 2013:144) mendefinisikan *self regulated learning* sebagai kemampuan pebelajar untuk berpartisipasi aktif dalam proses belajarnya, baik secara metakognitif, secara motivasional dan secara behavioral. Secara metakognitif, individu yang meregulasi diri merencanakan,

mengorganisasi, mengintruksi diri, memonitor dan mengevaluasi dirinya dalam proses belajar. Secara motivasional, individu yang belajar merasa bahwa dirinya kompeten, memiliki keyakinan diri (*self efficacy*) dan memiliki kemandirian. Sedangkan secara behavioral, individu yang belajar menyeleksi, menyusun, dan menata lingkungan agar lebih optimal dalam belajar.

Self regulated learning menyangkut penerapan dari model umum regulasi dan regulasi diri (*self-regulation*) dalam proses belajar. Ada empat asumsi mengenai *self regulated learning* yang dipakai Wolters, et.al (2003:2-5). Pertama, asumsi aktif dan konstruktif. Siswa sebagai partisipan yang aktif konstruktif dalam proses belajar, baik itu aktif pemahaman, tujuan, maupun strategi aktif dari informasi yang tersedia dilingkungan dan pikirannya sendiri. Kedua, *self-regulated learning* sebagai potensi untuk mengontrol. Siswa sanggup memonitor, mengontrol, meregulasi aspek tertentu dari kognitif, motivasi dan perilaku sesuai karakteristik lingkungan jika memungkinkan. Ketiga, asumsi tujuan, kriteria, atau standar. Asumsi tersebut digunakan untuk menilai apakah proses harus dilanjutkan bila perlu ketika beberapa kriteria atau standar berubah. Keempat, asumsi bahwa aktivitas *self regulated learning*, merupakan penengah (*mediator*) antara personal dan karakteristik konteks dan prestasi atau performa yang sesungguhnya. *Self regulation* ada kognitif, motivasi, dan perilaku yang dimiliki individu, merupakan perantara hubungan antar person, konteks bahkan prestasi.

Berdasarkan asumsi diatas *self regulated learning* adalah proses aktif dan konstruktif dengan jalan siswa menetapkan tujuan untuk proses belajarnya dan berusaha untuk memonitor, meregulasi dan mengontrol kognisi, motivasi dan perilaku yang kemudian semuanya diarahkan dan didorong oleh tujuan dan disesuaikan dengan konteks lingkungan Piatrich (Wolters dkk,2003:5)

Memahami pendapat diatas, maka peneliti menyimpulkan bahwa yang dimaksud dengan *self regulated learning* adalah proses aktif dan konstruktif siswa dalam menetapkan tujuan untuk proses belajarnya dan berusaha untuk memonitor, meregulasi, dan mengontrol kognisi, motivasi dan perilaku yang kemudian semuanya diarahkan dan didorong oleh tujuan dan mengutamakan konteks lingkungan.

2. 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 utuk 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 :

a. 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.

b. Perencanaan (*planning*)

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

c. 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.

d. 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.

e. 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.

f. 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.

g. 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.

h. 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 (Ormrod, 2008: 38).

- a. Doronglah siswa untuk menyusun beberapa tujuan belajarnya sendiri dan kemudian memonitor kemajuan mereka dalam kerangka tujuan tersebut.
- b. Berilah kesempatan pada siswa untuk belajar dan berprestasi tanpa arahan atau bantuan guru, termasuk baik aktivitas belajar yang independen dimana siswa belajar secara mandiri (seperti PR, tugas yang dikerjakan secara individual dikelas) maupun aktivitas kelompok dimana siswa saling membantu satu sama lain belajar (seperti tutor yang dilakukan oleh teman sekelas, pembelajaran kooperatif).
- c. Sesekali berikan aktivitas-aktivitas (seperti membuat paper penelitian atau aktifitas proyek) didalamnya siswa memiliki keleluasaan yang cukup berkenaan dengan tujuan, penggunaan waktu dan sebagainya.
- d. 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).

- e. Contohkan proses-proses kognitif yang bersifat self regulating dengan menunjukkan penggunaan proses-proses secara lisan dan jelas, kemudian berilah umpan balik konstruktif kepada siswa ketika mereka terlibat dalam proses-proses yang serupa.
- f. 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 regulated learning* dengan menunjukkan penggunaan proses-proses secara lisan dan meminta siswa mengevaluasi performa atas 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 monitor 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 permaian/pengakraban.

2) Tahap Peralihan

Kegiatan-kegiatan yang dilakukan pada tahapan ini adalah menjelaskan kegiatan yang akan ditempuh pada tahap selanjutnya, 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 sampai 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 selanjutnya dan mengemukakan pesan dan harapan.

D. Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik Self Regulated Learning untuk Meningkatkan Motivasi Belajar.

Motivasi belajar merupakan dorongan yang berasal dari diri sendiri ataupun dorongan yang berasal dari luar diri seseorang untuk menumbuhkan keinginan belajar dan mengembangkan kemampuan perilaku dirinya kearah yang lebih baik untuk mencapai tujuan dalam belajarnya. Motivasi belajar dan hasil belajar merupakan hal yang saling berkaitan. Siswa terlibat dalam aktivitas belajar dengan dorongan dari motivasi belajar untuk mencapai hasil belajar yang maksimal. Namun pada kenyataannya terdapat siswa yang memiliki motivasi belajar rendah. Siswa yang memiliki motivasi belajar rendah ditandai dengan beberapa indikator diantaranya siswa yang cenderung cuek ketika diberikan materi pelajaran, suka bermain dikelas, suka mengganggu temannya dikelas, dan suasana kelas yang kurang kondusif.

Usaha untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa dapat dilakukan dengan 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 *self regulated learning*.

Teknik *self regulated learning* adalah suatu cara untuk melatih siswa agar mampu secara aktif dan konstruktif belajar menetapkan tujuan untuk proses belajarnya dan berusaha mengatur, mengawasi, mengontrol dirinya

sendiri baik secara kognisi, motivasi dan perilaku dengan memperhatikan lingkungan.

Melalui teknik *self regulated learning* siswa mampu menetapkan dan memiliki tujuan dalam belajarnya, mengatur waktu belajar, mengawasi dan mengontrol dirinya sendiri secara kognisi, motivasi dan perilaku dengan memperhatikan lingkungannya, memiliki strategi belajar yang tepat bagi dirinya, serta mampu mengevaluasi dirinya terhadap apa yang sudah dipelajari dan dilakukannya. Setelah menggunakan teknik *self regulated learning* diharapkan siswa yang mempunyai motivasi belajar rendah dapat berubah.

E. Penelitian Terdahulu yang Relevan

Ada 2 tinjauan tentang penelitian yang terdahulu yang digunakan sebagai bahan pembelajaran, yaitu :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Iqbal Ulum dengan judul *Strategi Self Regulated Learning* untuk Menurunkan Tingkat Prokratinasi Akademik Siswa di SMA Negeri 1 Ngamprah Bandung. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya penurunan tingkat prokratinasi akademik pada siswa.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Dwi Sumanti dengan judul *Pengaruh Pelatihan Teknik Self Regulated Learning* terhadap Peningkatan Kemandirian Belajar di SMP Negeri 4 Magelang. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya perubahan indikator dalam aspek kemandirian belajar pada siswa sebelum dan sesudah diberikan pelatihan.

Beberapa penelitian di atas, mendorong peneliti untuk membantu meningkatkan motivasi belajar siswa dengan memberikan teknik *self regulated learning*. Berkaitan dengan hal tersebut peneliti melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Menggunakan Teknik *Self Regulated Learning* Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Pada Siswa”.

Perbedaan penelitian yang penulis lakukan dengan penelitian terdahulu yaitu pada aspek permasalahannya. Menurut penelitian di SMA Negeri 1 Ngamprah Bandung yang diteliti yaitu prokratinasi akademik siswa, SMP Negeri 4 Magelang yang diteliti peningkatan kemandirian belajar siswa, sedangkan penelitian yang penulis lakukan di SMK Muhammadiyah 1 Borobudur meneliti tentang meningkatkan motivasi belajar siswa.

F. Kerangka Berpikir

Siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi dapat mengatur jadwal belajarnya dengan baik. Sedangkan 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. Sedangkan siswa yang memiliki motivasi belajar rendah tidak dapat mengatur jadwal kegiatan belajarnya dengan baik sehingga memberikan dampak buruk terhadap hasil belajarnya.

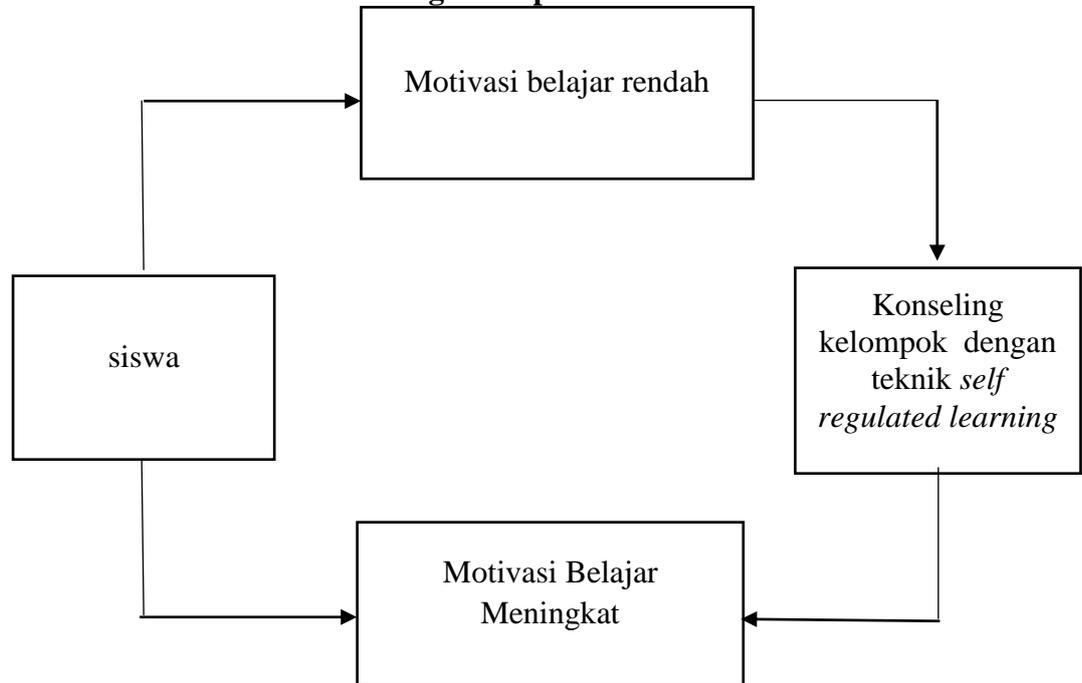
Penyebab dari siswa yang memiliki motivasi belajar rendah dapat dipengaruhi oleh kondisi siswa itu sendiri dalam hal keinginan belajar maupun dari luar diri siswa misalnya lingkungan sekitar. Siswa yang memiliki

motivasi rendah tersebut harus diberi penanganan yang baik supaya dapat mengatur cara belajarnya dan menumbuhkan keinginan siswa dalam belajar.

Peneliti berupaya menerapkan konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning*. Kegiatan layanan 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 siswa mampu menetapkan dan memiliki tujuan dalam belajarnya, mengatur waktu belajar, mengawasi dan mengontrol dirinya sendiri secara kognisi, motivasi dan perilaku dengan memperhatikan lingkungannya, memiliki strategi belajar yang tepat bagi dirinya, serta mampu mengevaluasi dirinya terhadap apa yang sudah dipelajari dan dilakukannya. Setelah diberikan konseling kelompok menggunakan *self regulated learning* tersebut diharapkan siswa yang memiliki motivasi rendah dapat berubah.

Lebih jelasnya, maka kerangka pemikirannya digambarkan pada bagian berikut :

Gambar 1
Kerangka berpikir



G. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada pengaruh konseling kelompok menggunakan teknik *self regulated learning* untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa kelas X Tata Busana SMK Muhammadiyah 1 Borobudur.

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 teknik *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 menggunakan teknik *self regulated learning* adalah suatu proses konseling yang dilakukan dalam kelompok dengan menerapkan teknik *self regulated learning* atau regulasi diri dalam belajar.

C. Subyek Penelitian

1. Populasi

Populasi (Sugiyono, 2013:62) adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subyek/obyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari. Populasi dalam penelitian adalah seluruh siswa kelas X Tata Busana SMK Muhammadiyah 1 Borobudur yaitu 33 siswa.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMK Muhammadiyah 1 Borobudur yang berjumlah 20 yang terdiri dari 10 orang kelompok eksperimen dan 10 orang kelompok kontrol.

3. Sampling

Penentuan sampel penelitian ini adalah menggunakan teknik *random sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dimana semua individu dalam populasi baik secara sendiri-sendiri atau bersama-sama diberi kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai anggota sampel.

D. Desain Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen yaitu eksperimen murni. Desain penelitian yang digunakan adalah *pretest posttest control group design* dengan satu perlakuan. Tujuan dari penelitian eksperimen (Nazir, 2009: 64) 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.

Tabel 1

Pretest-posttesd control group design dengan satu macam perlakuan

Kelompok	<i>Pre-test</i>	Treatment	<i>Post-test</i>
Kelompok Eksperimen	O ₁	X	O ₂
Kelompok Kontrol	O ₃	-	O ₄

Keterangan:

O₁ dan O₃ : *Pretest*

X : Treatment (Perlakuan)

- : Tidak diberi perlakuan

O₂ dan O₄ : *Posttest*

Langkah *pertama* pada penelitian eksperimen ini adalah memberikan tes awal (*pretest*) kepada kedua kelompok (O₁ dan O₃), tujuannya adalah untuk mengukur kondisi awal subyek penelitian sebelum diberikan perlakuan. Langkah *kedua*, kelompok eksperimen diberi perlakuan (X) yaitu berupa konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning*, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan

perlakuan. Sebelum melakukan penelitian, peneliti menyusun modul konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning*. Kisi-kisi modul konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning*. Kisi-kisi modul konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* disajikan dalam tabel berikut ini :

Tabel : 2
Kisi-kisi Tahapan Pelaksanaan 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 permasalahan yang menjadi penghambat dalam motivasi belajar. d. Siswa memiliki pengalaman melalui konseling kelompok dengan <i>strategi self regulated learning</i> yang digunakan untuk meningkatkan motivasi belajar.	Tahap I : Pembukaan Tahap II : Peralihan Tahap III : Kegiatan Tahap IV : Penutup	75 menit
2.	Dorongan dan kebutuhan belajar dalam motivasi belajar dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	a. Siswa mampu memahami dorongan dan kebutuhan dalam belajar yang ada pada 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 pertwmuian konseling sebelumnya.	Tahap I : Pembukaan Tahap II : Peralihan Tahap III : Kegiatan Tahap IV : Penutup	75 menit

3.	Harapan dan cita-cita masa depan dalam motivasi belajar dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	<p>a. Siswa mampu memahami harapan dan cita-cita masa depan dalam belajar untuk mencapai motivasi belajar.</p> <p>b. Siswa dapat memahami dan menentukan harapan serta cita-cita sesuai dengan kemampuannya.</p> <p>c. Siswa mampu mengentaskan masalah yang menjadi penghambat motivasi belajar.</p> <p>d. Siswa mampu memahami dan menerapkan hasil pertemuan konseling sebelumnya.</p>	Tahap I : 75 menit Pembukaan Tahap II : Peralihan Tahap III : Kegiatan Tahap IV : Penutup
4.	Penghargaan belajar dalam motivasi belajar dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	<p>a. Siswa dapat memahami dan memperoleh penghargaan dalam belajar sebagai usaha untuk mencapai motivasi belajar.</p> <p>b. Siswa mampu memahami dan menerapkan hasil pertemuan konseling kelompok sebelumnya.</p> <p>c. Siswa mampu mengentaskan masalah yang menghambat motivasi belajar dengan cara mengatur diri dalam belajar.</p>	Tahap I : 75 menit Pembukaan Tahap II : Peralihan Tahap III : Kegiatan Tahap IV : Penutup
5.	Kegiatan belajar yang menarik dalam motivasi belajar dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	<p>a. Siswa mampu memahami pentingnya menciptakan suasana dan kegiatan belajar yang menarik.</p> <p>b. Siswa dapat melakukan dan menciptakan 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>	Tahap I : 75 menit Pembukaan Tahap II : Peralihan Tahap III : Kegiatan Tahap IV : Penutup
6.	Lingkungan belajar yang kondusif dalam peningkatan motivasi belajar dengan Strategi <i>Self Regulated Learning</i>	<p>a. Siswa mampu memahami dan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif sebagai usaha untuk mencapai motivasi belajar.</p> <p>b. 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>	Tahap I : 75 menit Pembukaan Tahap II : Peralihan Tahap III : Kegiatan Tahap IV : Penutup

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

Angket adalah teknik pengumpulan data dengan mengirim suatu daftar pertanyaan kepada responden untuk diisi.

Jenis angket yang digunakan adalah angket tertutup yaitu angket yang menghendaki jawaban pendek dan jawabannya diberikan dengan membubuhkan jawaban tertentu. Dalam angket tersebut terdapat item positif dan item negatif. Angket ini menggunakan model skala likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju(S), kurang setuju(KS), 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
KS	2	3
STS	1	4

Angket 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	19,20,21	6	
		Dorongan belajar dari luar individu	16,17,18	22,23,24,	6	
	Adanya harapan dan cita-cita masa depan	Usaha berprestasi	25,26,27,33,34,35,28	36	8	
		Kemauan belajar dari diri sendiri	29,30,31,32	37,38,39	7	
	Adanya penghargaan dalam belajar	Keberhasilan dari belajar	40,41,42	46,47,48	6	
		Penghargaan dalam bentuk pernyataan verbal	43,44,45	49,50	5	
	Kegiatan yang menarik dalam belajar	Proses belajar yang menarik	51,52,54	59,60	5	
		Kreatifitas dalam belajar	54,55,56,57,58	61,62,63,64,65	10	
	Lingkungan belajar yang kondusif	Suasana belajar yang tenang	66,67	71,72,73	5	
		Kebersihan lingkungan	68,69,70	74,75,76	6	
	TOTAL			39	37	76

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 dengan memberikan instrumen kepada responden. Kegiatan *try out* dilakukan pada hari selasa, tanggal 7 November 2017 pada pukul 08.00 WIB. Skala yang berisi 76 butir item pertanyaan. Hasil dari *try out* 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 22,0 for windows*. Jumlah item pada angket adalah 76 item pertanyaan dengan N jumlah 33 (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 *try out* skala motivasi belajar yang terdiri dari 76 item pertanyaan, diperoleh 50 item pertanyaan valid dan 26 item pertanyaan gugur. Hasil dari uji validitas instrumen disajikan dalam lampiran.

Berdasarkan hasil *try out* 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	2,3	7,8	4	
		Keinginan berhasil	6	10,11,12	4	
	Adanya dorongan dan kebutuhan dalam belajar	Belajar dengan tekun	13,14, 15	19,20	5	
		Dorongan belajar dari luar individu	16,17	22,23	4	
	Adanya harapan dan cita-cita masa depan	Usaha berprestasi	27,28	33,34,35, 36	6	
		Kemauan belajar dari diri sendiri	29	37,39	3	
	Adanya penghargaan dalam belajar	Keberhasilan dari belajar	40,41,42	47,48	4	
		Penghargaan dalam bentuk pernyataan verbal	43,44,45	50	4	
	Kegiatan yang menarik dalam belajar	Proses belajar yang menarik	52,53	59,60	4	
		Kreatifitas dalam belajar	54,55	61,62,63, 64,65	7	
	Lingkungan belajar yang kondusif	Suasana belajar yang tenang	67	72	2	
		Kebersihan lingkungan	68,70	75	3	
	TOTAL			23	27	50

b. Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan *alpha cronbrach* dengan bantuan *SPSS 22.0 for windows*. Instrumen penelitian ini dikatakan reliabel apabila hasil analisis item memperoleh nilai *alpha* lebih besar dari rtabel pada taraf signifikan 5% dengan N sebanyak 33 siswa. Berdasarkan hasil perhitungan uji reliabilitas dengan menggunakan *SPSS 22.0 for windows*, diperoleh koefisien *alpha* pada variabel motivasi belajar sebesar 0,936, sehingga koefisien *alpha* pada variabel motivasi belajar lebih besar dari rtabel atau berarti item dalam angket tersebut dinyatakan reliabel dan dapat digunakan. Hasil dari uji reabilitas instrumen disajikan dalam lampiran.

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 teknik *self regulated learning* untuk meningkatkan motivasi belajar.

Analisis data dilakukan dengan bantuan program komputer *SPSS 22.0 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 V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Motivasi belajar adalah daya penggerak yang ada dalam diri siswa baik bersifat intrinsik maupun ekstrinsik yang dapat menimbulkan kegiatan belajar serta berperan dalam hal menumbuhkan rasa semangat belajar siswa untuk mencapai tujuan belajar. Pada proses mencapai tujuan belajar siswa tidak pernah lepas dari hambatan yang menyebabkan timbulnya motivasi belajar yang rendah. Penanganan dalam mengentaskan permasalahan tersebut salah satunya dengan layanan konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning*.

Konseling kelompok adalah proses konseling yang dilakukan dalam situasi kelompok, dimana konselor memfasilitasi perkembangan konseli dan membantu konseli mengatasi masalah masalah yang dihadapinya secara bersama-sama.

Konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* merupakan suatu layanan konseling untuk membantu memecahkan masalah tiap anggota kelompok dengan menerapkan proses memonitor, meregulasi, mengontrol kognisi, motivasi dan perilaku untuk menetapkan tujuan belajarnya supaya tercapai perkembangan pribadi yang optimal.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning* berpengaruh secara positif terhadap peningkatan motivasi belajar pada siswa. Hal ini

dibuktikan dengan 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 :

4. Bagi Guru Pembimbing, untuk meningkatkan motivasi belajar pada siswa guru pembimbing dapat menerapkan layanan konseling kelompok dengan strategi *self regulated learning*
5. Bagi Peneliti Selanjutnya, strategi *self regulated learning* bukan satu-satunya layanan yang dapat digunakan untuk mengentaskan masalah yang berkaitan dengan motivasi belajar, sehingga peneliti berikutnya dapat menggunakan teknik atau strategi lain untuk mengentaskan masalah yang berhubungan dengan motivasi belajar.
6. Kelemahan dari teknik *self regulated learning* yang di teliti yaitu pada tahapan pelaksanaan pertama yang mulai pelaksanaan tahapan jam 08.00 pagi diundur menjadi jam 10.00 pagi, selanjutnya pada tahapan keempat sampai keenam diganti pada bulan Januari karena bulan Desember ada pelaksanaan ujian dan libur.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggi Puspitasari.2013. ”*Self Regulated Learning* ditinjau dari goal orientation”.
Skripsi (Tidak Diterbitkan). FIP-UNNES
- Azwar, Syaifuddin. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2*. Yogyakarta:
Pustaka Pelajar
- Bimo, Walgito. 2004. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Djamarah, Syaiful Bahri. 2008. *Psikologi Belajar Edisi Revisi*. Jakarta : Rineka
Cipta
- _____. 2011. *Psikologi Belajar Edisi Revisi*. Jakarta : Rineka Cipta
- Fasikhah,S.S., dan Fatimah,Siti. 2003. “*Self Regulated Learning* dalam
Meningkatkan Prestasi Akademik pada Mahasiswa”. *Journal Ilmiah
Psikologi Terapan*. Vol.01,No.01,142-152.
- Failasufah. 2014. “Efektivitas Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan
Motivasi Belajar Siswa.”. *Tesis* (Tidak Diterbitkan) UIN Sunan Kalijaga
Yogyakarta.
- Hartono, dkk.2012. *Psikologi Konseling*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Hamalik, Oemar. 2012. *Psikologi Belajar dan Mengajar*. Bandung: Sinar Baru
Algesindo.
- Kurnanto, M.Edi. 2014. *Konseling Kelompok*. Bandung: Alfabeta
- Latipun. 2008. *Psikologi Konseling Edisi Ketiga*. Malang:UMM Press
- _____. 2010. *Psikologi Konseling Edisi Refisi*. Malang: UMM Press
- 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.
- Moedjiono dan Moh. Dimyanti. 2006. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta :
Rineka Cipta
- Mukhid,2008.”Strategi *Self Regulated Learning* (Perspektif Teoritik)”. *Jurnal
Psikologi*. Volume 3. Number 2:222-239

- M, Sardiman A. 2010. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Nazir, Moh. 2009. *Metode Penelitian*. Bogor : Ghaila Indonesia
- Nurihsan, Ahmad Juntika. 2006. *Bimbingan dan Konseling dalam berbagai latar kehidupan*. Bandung: Refika Aditama
- Omrod, Jeanne Ellis. 2008. *Psikologi Pendidikan (membantu siswa tumbuh dan berkembang)*. Translated by Amitya Kumara. Jakarta : Erlangga
- Prayitno. 2004. *Layanan Bimbingan Kelompok Konseling Kelompok*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Purdie, N., Hattie, J., dan Douglas, G. 1996. "Student Conception of Learning and Their Use of Self Regulated Learning Strategies : A cross Cultural Comparison". *Journal of Educational Psychologi*, Vol. 88, 87-100
- Sardiman, 2009. *Interaksi Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta : PT Rajawali
- Sumantri, Mohamad Syarif. 2015. *Strategi Pembelajaran*. Jakarta : Rajawali Press
- Sugiyono. 2013. *Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis dan Disertasi*. Bandung : Alfabeta
- Shunck, H. Dale, Pintrich, H. Paul, Meece, L. Judith. 2012. *Motivasi dalam Pendidikan Teori, Penelitian dan Aplikasi*. Jakarta : PT Indeks
- Schunk, D. H., & Zimmerman, B. J. 1998. *Self-regulated learning: From teaching to selfreflective practice*. New York, NY: Guilford Pres
- Tohirin. 2014. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (Berbasis Integrasi)*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Undang – Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional
- Uno, Hamzah B. 2010. *Teori Motivasi & Pengukurannya*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- _____. 2011. *Teori Motivasi dan Pengukurannya*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Wibowo, Mungin Eddy. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang : Unnes Press

Winkel, W.S dan MM. Sri Hastuti. 2009. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta : Media Abadi.

_____. 2014. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi

Wolters, C.A., Pintrich, P.R., dan Karabenick, S.A. 2003. *Assesing Academic Self-Regulated Learning*. Conference on Indicators of Positive Development: Child Trends.

Zimmerman, B.J. (2002). Becoming a self regulated learner: An overview. *Theory into Practice*, 41, 64-70.