



EFEKTIVITAS KONSELING REALITAS UNTUK MENINGKATKAN MOTIVASI BELAJAR

Manja

Institut Agama Islam Sultan Muhammad Syafiuddin Sambas
manja.tidak.manja@gmail.com

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine whether reality counseling can increase learning motivation. This research is an experimental research with one group pre-test and post-test design. The subjects of this study were 10 students who have low learning motivation and meet several criteria in the research subject. Selection of research subjects based on the results of interviews with counseling teachers. Before and after treatment. The data analysis used the percentage descriptive data analysis technique and the Wilcoxon test. The results showed that the motivation to learn before getting reality counseling was included in the low criteria with a percentage of 48.2%. After receiving reality counseling, it increased to 63% with moderate criteria. Thus there was a positive change of 15.3%. The results of the calculation of the Wilcoxon test before and after getting treatment, obtained $Z_{hitung} = 2.20 > Z_{tabel} = 0$ with a significance level of 5% so that it is stated that H_a is accepted. In other words, reality counseling can increase low learning motivation. The conclusion of this study is that learning motivation can be improved through reality counseling services.

Keywords: *Reality Counseling and Learning Motivation*

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah konseling realitas dapat meningkatkan motivasi belajar. Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian eksperimen dengan desain penelitian *one group pre-test and post-test design*. Subjek penelitian ini adalah 10 orang siswa yang memiliki motivasi belajar rendah dan memenuhi beberapa kriteria dalam subjek penelitian. Pemilihan subjek penelitian berdasarkan hasil wawancara terhadap guru BK. Sebelum dan setelah pemberian *treatment*. Analisis data menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase dan uji *wilcoxon*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi belajar sebelum mendapatkan konseling realitas termasuk dalam kriteria rendah dengan persentase 48,2%. Setelah mendapatkan konseling realitas mengalami peningkatan menjadi 63% dengan kriteria sedang. Dengan demikian terjadi perubahan positif sebesar 15,3%. Hasil perhitungan uji *wilcoxon* sebelum dan setelah mendapatkan *treatment*, diperoleh $Z_{hitung}=2,20 > Z_{tabel}= 0$ dengan taraf signifikansi 5% sehingga dinyatakan bahwa H_a diterima. Dengan kata lain bahwa konseling realitas dapat meningkatkan motivasi belajar yang rendah. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa motivasi belajar dapat ditingkatkan melalui layanan konseling realitas.

Kata Kunci : Konseling Realitas dan Motivasi Belajar

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan upaya sadar dan terencana untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Sehingga dengan pendidikan akan tercipta manusia yang bertanggungjawab, baik terhadap diri sendiri, keluarga, masyarakat, dan bangsa maupun negara. Dalam hal ini, pendidikan berperan sebagai wadah yang membentuk manusia seutuhnya sesuai dengan fungsi pendidikan nasional.

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Bab II Pasal 3 menjelaskan bahwa Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta pandangan bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. (Depag RI 2006, 49).

Siswa yang berhasil atau berkembang menjadi lebih baik tidak hanya membutuhkan kecerdasan kognitif, melainkan juga dibutuhkan perkembangan aspek afektif dan aspek psikomotor. Siswa harus memiliki tanggung jawab belajar yang tinggi dalam mengerjakan tugas tepat waktu, rajin serta tekun. Dengan demikian, untuk mencapai tujuan pendidikan tergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa sebagai peserta didik.

Belajar merupakan suatu proses usaha sadar yang dilaksanakan oleh seseorang guna mendapat suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan dalam interaksinya dengan lingkungan. Menurut Thursan Hakim mengartikan belajar adalah suatu proses perubahan di dalam kepribadian manusia, dan perubahan tersebut ditampakkan dalam bentuk peningkatan kualitas dan kuantitas tingkah laku seperti peningkatan kecakapan, pengetahuan, sikap, kebiasaan, pemahaman, keterampilan, daya pikir, dan lain-lain kemampuan. (Thursan Hakim 2005, 1). Menurut Siti Aisyah mengatakan belajar adalah sebuah kegiatan untuk mencapai kepandaian atau ilmu pengetahuan. (Siti Aisyah, 2015, 34).

Dampak dari setiap perbuatan belajar adalah terjadinya perubahan dalam aspek fisiologis dan psikologis. Perubahan dalam aspek fisiologis, misalnya dapat berjalan, berlari, dan mengendarai kendaraan sedangkan dalam aspek psikologis berupa diperolehnya pemahaman, pengertian tentang apa yang dipelajari, seperti pemahaman dan pengertian tentang ilmu pengetahuan, nilai-nilai yang berlaku di masyarakat. (Sunaryo 2004, 164).

Sikap yang perlu dimiliki siswa adalah tekun dan disiplin, memiliki tanggung jawab terhadap tugas di sekolah. Tidak bermalasan malasan dalam belajar, jika itu terjadi bahwa siswa tersebut memiliki sikap yang tidak bertanggung jawab dan tidak adanya motivasi untuk belajar. Mengatasi masalah itu perlu suatu layanan bimbingan dan konseling. Tujuan layanan bimbingan dan konseling adalah membantu siswa agar dapat mengoptimalkan perkembangannya. Layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan motivasi belajar dapat dilakukan dengan memberikan layanan konseling perorangan atau kelompok.

Usaha yang dilakukan untuk membantu siswa meningkatkan motivasi belajar pada penelitian ini adalah dengan layanan konseling kelompok dengan pendekatan realitas. Teori yang mendasari konseling realitas disebut teori pilihan seperti yang diungkapkan oleh William Glasser bahwa semua motivasi dan perilaku manusia adalah dalam rangka memuaskan salah satu atau lebih dari lima kebutuhan universal manusia, dan bahwa manusia bertanggung jawab atas perilaku yang dilakukan atau dipilihnya. (Stephen Palmer 2011, 525). Teori pilihan merupakan salah satu teori yang menjelaskan tidak hanya bagaimana manusia berfungsi sebagai individu, secara psikologis dan fisiologis, tetapi juga bagaimana manusia berfungsi sebagai kelompok dan bahkan masyarakat.

Penerapan konseling realitas menurut William Glasser dapat dilihat dari kutipan jurnal, yaitu: *William Glasser's model focuses on improving the responsibility level of students by helping them realize that they are in control of themselves. This often increases intrinsic motivation. One of the theories about why achievement will increase as a result of using choice theory and reality theory methods is because student will be more intrinsically motivated to learn.* (William Glasser, 2016).

Penerapan konseling realitas menurut model William Glasser berfokus pada peningkatan tanggung jawab dan menyadarkan kepada siswa bahwa mereka berada dalam kontrol diri. Hal inilah yang dapat meningkatkan motivasi intrinsik siswa (motivasi dari dalam diri sendiri). Siswa akan lebih termotivasi untuk belajar dari dirinya sendiri. Oleh karena itu, rendahnya motivasi belajar dapat ditingkatkan melalui layanan konseling kelompok dengan pendekatan realitas.

Menurut William Glasser dalam W. S. Winkel dan M.M. Sri Hastuti menjelaskan konseling realitas bahwa memfokuskan perhatian pada perilaku seseorang pada saat sekarang dengan menitikberatkan tanggungjawab yang dipikul setiap orang untuk berperilaku sesuai dengan realitas atau kenyataan yang dihadapi. Penyimpangan/ketimpangan dalam tingkah laku seseorang dipandang sebagai akibat dari tidak adanya kesadaran mengenai tanggung jawab pribadi, bukan sebagai indikasi/gejala adanya gangguan dalam kesehatan mental menurut konsepsi tradisional. Bagi Glasser, bermental sehat adalah menunjukkan rasa tanggung jawab dalam semua perilaku. (Winkel W. S. dan Hastuti Sri, 2013, 459).

Tanggung jawab diartikan sebagai kemampuan untuk dapat memenuhi dua kebutuhan psikologis yang mendasar, yaitu kebutuhan untuk dicintai dan mencintai serta kebutuhan menghayati dirinya sebagai orang yang berharga dan berguna, tetapi dengan cara tidak merampas hak orang lain untuk memenuhi kebutuhan mereka.

Konseling realitas merupakan suatu bentuk hubungan pertolongan yang praktis, relatif sederhana dan langsung kepada siswa. Menurut William Glasser dalam Gerald Corey menyatakan bahwa konseling realitas memiliki implikasi secara langsung bagi situasi-situasi sekolah. Glasser pertama kali menaruh perhatian pada masalah-masalah belajar dan tingkah laku. (Corey, 280). Lebih lanjut Gerald Corey menjelaskan keuntungan yang diperoleh dari konseling realitas adalah jangka waktu konseling yang relatif pendek dan berurusan dengan masalah-masalah tingkah laku sadar. (Corey, 281).

Perinsip konseling realitas agar siswa dapat dengan penuh optimis menerima bantuan dari konselor untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan dasarnya dan mampu menghadapi kenyataan tanpa merugikan siapapun. Siswa di hadapkan pada keharusan mengevaluasi tingkah lakunya sendiri dan membuat pertimbangan nilai. Pemahaman dan kesadaran tidak dipandang cukup, rencana tindakan dan komitmen untuk melaksanakannya dipandang sebagai inti proses terapeutik.

Melalui layanan konseling realitas, siswa akan mampu menunjukkan perilaku yang lebih baik dan bertanggung jawab. Konseling realitas dapat diwujudkan dalam kelompok kecil berkisar empat (4) sampai dengan dua belas (12) orang untuk penelitian ini ada 10 orang siswa yang dijadikan sebagai objek penelitian. Anggota kelompok bersama-sama mencari solusi dalam mengatasi permasalahannya. Dimana masing-masing anggota kelompok saling berinteraksi dengan tukar-menukar masalah pribadi untuk mencapai tujuan anggota kelompok yaitu sebagai orang yang berkemampuan dan berguna.

Berdasarkan uraian penjelasan latar belakang permasalahan tersebut, maka perlu adanya penelitian tentang efektivitas konseling realitas untuk meningkatkan motivasi belajar. Penelitian ini dilakukan dengan maksud untuk menemukan layanan bimbingan dan konseling yang tepat bagi siswa yang tidak ada motivasi dalam belajar. Layanan bimbingan dan konseling itu berupa pemberian layanan konseling realitas. Dengan pemberian layanan

tersebut diharapkan siswa yang tidak ada motivasi dalam belajar dapat meningkatkan motivasinya yang diwujudkan dengan berperilaku yang lebih baik serta bertanggung jawab atas masalah-masalah yang dihadapinya sekarang.

METODE PENELITIAN

Peneliti menggunakan jenis penelitian eksperimen. Menurut Arikunto bahwa peneliti dengan cara eksperimen sengaja membangkitkan timbulnya sesuatu kejadian atau keadaan, kemudian diteliti bagaimana akibatnya. (Arikunto, 3). Dengan kata lain, eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu. Eksperimen selalu dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat suatu perlakuan.

Peneliti menggunakan desain penelitian *pre experimental design*. Desain ini dibagi menjadi tiga jenis desain, yaitu *one shot case study*, *one group pre test and post test*, dan *static group comparison*. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan desain *one group pre test and post test*. Di dalam desain ini, observasi dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum eksperimen dan sesudah eksperimen. Objek yang dimaksud adalah seluruh siswa yang memiliki motivasi belajar rendah dan sangat rendah sebanyak 10 orang.

Menurut Arikunto yaitu metode pengumpulan data merupakan cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitannya. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala psikologi dan wawancara. (Arikunto, 149). Alat ukur yang digunakan untuk mengukur motivasi belajar adalah skala motivasi belajar yang dirancang sendiri oleh peneliti dengan berdasarkan komponen-komponen motivasi belajar. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert, yaitu skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang tentang fenomena sosial. (Sugiyono, 93). Bentuk skala likert merupakan bentuk pernyataan tertutup dimana responden telah disediakan beberapa alternatif jawaban dan responden dapat memilih jawaban sesuai dengan kondisinya. Skala likert memiliki kategori kesetujuan dan memiliki skor 1-5, akan tetapi dalam penelitian ini menggunakan jawaban kesesuaian karena kesesuaian lebih tepat untuk menggambarkan keadaan yang diteliti sekarang.

Wawancara dalam penelitian ini terdiri dari dua macam, yaitu wawancara terstruktur dan wawancara tidak terstruktur. Wawancara terstruktur dilakukan untuk identifikasi subyek penelitian. Sedangkan wawancara tidak terstruktur dilakukan pada saat proses konseling dan sebagai alat pengumpulan data yang utama dalam penelitian ini. Wawancara terstruktur dalam pelaksanaannya menggunakan pedoman wawancara yang disusun berdasarkan kisi-kisi pengembangan pedoman wawancara. Pedoman wawancara yang dikembangkan untuk identifikasi subyek penelitian. Sedangkan wawancara tidak terstruktur dilakukan pada saat konseling. (Sugiyono, 317).

Menurut Sugiyono menyatakan bahwa wawancara tidak terstruktur adalah wawancara bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah disusun secara sistematis dan lengkap untuk pengumpulan datanya. (Sugiyono, 320). Pedoman wawancara yang digunakan hanya garis-garis besar permasalahan yang akan ditanyakan berdasarkan pada langkah-langkah konseling realitas. Wawancara tidak terstruktur ini dilakukan saat proses konseling berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Dasar Konseling Realitas

Konseling realitas adalah terapi yang fokus pada perilaku saat ini dan masa yang akan datang, dengan menekankan semua tindakan untuk memenuhi kebutuhan dasar/kebutuhan identitas (*identity*) dengan 3R yaitu *responsibility* (tanggung jawab), *reality* (kenyataan) dan *right* (kebenaran) melalui dinamika kelompok. Lima prinsip konsep dasar konseling realitas untuk menciptakan dan mempertahankan hubungan yang berkualitas yang dibutuhkan orang, dipaparkan sebagai berikut:

Kebutuhan Dasar Perasaan

Dorongan manusia berperilaku untuk memenuhi kebutuhan dasar perasaan tersusun dalam susunan genetik, yaitu terdiri dari: (1) Kelangsungan hidup, kesehatan, dan reproduksi; (2) Cinta dan kepemilikan; (3) Kekuatan/ harga diri; (4) Kebebasan; (5) Kesenangan dan kegembiraan.

Dunia berkualitas

Semua orang memiliki kebutuhan, kebutuhan itu dipenuhi dengan cara-cara yang sangat spesifik. Keinginan untuk memenuhi kebutuhan tertuang dalam album foto batin yang disebut dunia berkualitas. Dunia berkualitas, maksudnya dorongan yang berisi keinginan-keinginan atau hasrat-hasrat spesifik dan unik mengenai bagaimana kita sangat ingin memenuhi kebutuhan-kebutuhan tersebut. Dunia berkualitas berisi gambaran-gambaran atau simbol-simbol orang, tempat, benda, keyakinan, nilai dan idea yang penting atau spesial dan memiliki kualitas. (Palmer, 529).

Frustrasi

Frustrasi dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia diartikan sebagai rasa kecewa akibat kegagalan di dalam mengerjakan sesuatu atau akibat tidak berhasil dalam mencapai suatu cita-cita. (Depdiknas 2008, 425). Frustrasi yang dimaksudkan disini adalah keinginan atau kebutuhan yang dirasakan dan didapatkan dari lingkungannya sehingga menghasilkan perilaku-perilaku yang spesifik. Perilaku dilihat sebagai fisiologi, pikiran dan tindakan yang total dan holistik yang tak terpisahkan. Maka, perilaku itu memiliki tujuan; yaitu, perilaku dimaksudkan untuk menutup celah antara yang diinginkan seseorang dengan yang dirasakannya diperoleh. Sering kali perilaku itu sukses, dan kadang-kadang gagal. Keduanya merupakan usaha terbaik seseorang untuk mencoba memenuhi keinginan dan juga kebutuhannya. (Palmer, 530).

Perilaku Total

Perilaku total lebih dari sekedar tingkah laku atau tindakan. Perilaku total adalah bagaimana orang memilih untuk berusaha mengontrol dunia untuk memenuhi kebutuhannya dan bukan sebagai respons terhadap stimulus. Menurut William Glasser dalam Richard Nelson Jones menyebutkan bahwa perilaku total selalu terdiri atas empat komponen, yaitu bertindak, berpikir, merasakan dan fisiologi yang berkaitan dengan semua tindakan, pikiran dan perasaan, yaitu: 1) Bertindak: komponen *acting* (bertindak) terdiri atas perilaku-perilaku aktif, seperti berjalan atau berlari, yang melibatkan gerakan bagian tubuh tertentu yang disengaja. Akan tetapi, sebagian tindakan tidak disengaja menyertai aktivitas-aktivitas rutin, misalnya menelan saat makan. 2) Berpikir: komponen *thinking* (berpikir) terdiri atas secara sengaja membangkitkan pikiran-pikiran maupun secara tidak sengaja membangkitkan pikiran-pikiran, misalnya dalam mimpi. 3) Merasakan: komponen *feeling* (merasakan) terdiri

atas berbagai macam perasaan yang menyenangkan dan menyakitkan yang dibangkitkan dan dipilih orang. 4) Fisiologi: komponen *physiological* (fisiologis), misalnya berkeringat, mencakup mekanisme-mekanisme tubuh yang disengaja dan tidak disengaja yang dibangkitkan dan dipilih orang, yang terlibat dalam komponen-komponen bertindak, berpikir, dan merasakan dari perilaku total.

Persepsi dan Realitas Terkini

Bagaimana orang-orang memersepsikan dunia di sekitar mereka, maupun bagaimana mereka memersepsikan diri, tentu saja membentuk realitas mereka mengenai dunia dan diri mereka pada titik tersebut. Inilah realitas terkini seseorang. (Palmer, 531).

Memahami persepsi konseli mengenai realitas terkini untuk membantunya mengevaluasi kembali persepsi tersebut. Persepsi itu dipahami oleh konselor sebagai aspek yang sangat penting dalam proses konseling. Misalnya pertanyaan mengenai persepsi yang mungkin ditanyakan konselor pada seorang konseli yang menjalani konseling untuk masalah belajar, contoh seperti ini: bagaimana anda melihat cara belajar anda saat ini? Menurut anda, apa yang diinginkan dalam cara belajar anda? Seperti apa, proses anda melakukan cara belajar yang lebih baik? Apakah yang anda lakukan bisa membantu atau justru menyulitkan anda dalam mendapatkan yang anda katakan, anda inginkan?

Menurut William Glasser dalam Richard Nelson Jones menununjukkan bahwa terdapat sepuluh konsep dasar konseling realitas, yaitu: (Jones 2011, 281). Makhluk yang bisa mengontrol dirinya sendiri. Memberikan atau mendapatkan informasi kepada orang lain. Memerlukan hubungan dengan orang lain. Bermasalah dengan hubungan merupakan realitas saat ini. Berfokus pada perilaku saat ini dan tidak menekankan sejarah masa lalu. Digerakkan oleh lima kebutuhan dasar, yaitu kelangsungan hidup, cinta dan kepemilikan, kekuatan/harga diri, kebebasan, kesenangan dan kegembiraan. Memenuhi kebutuhan dasar hanya dengan memenuhi kebutuhan dunia berkualitas. Menunjukkan perilaku yang disebut dengan perilaku total, terdiri atas empat komponen yang tidak terpisahkan, yaitu bertindak, berpikir, perasaan, dan fisiologi. Perilaku total dinyatakan dengan kata kerja yang dinamai menurut komponen yang paling dapat dikenali, misalnya saya memilih untuk depresi atau saya sedang depresi. Memilih perilaku total, dapat dikontrol secara langsung atas komponen tindakan dan pikiran. Kemudian, dapat mengontrol secara tidak langsung perasaan dan fisiologi.

Berdasarkan paparan di atas, maka konseling realitas ini tidak berpijak pada perinsip filsafat deterministik tentang manusia. Bahwa manusia adalah agen yang dapat menentukan dirinya sendiri. Pada perinsip ini mengatakan bahawa setiap orang memikul tanggung jawab untuk menerima segala konsekuensi dari tingkah lakunya sendiri. Dengan demikian, perilaku seseorang menjadi apa yang telah diputuskannya.

Hakikat Manusia Menurut Teori Konseling Realitas

Hakikat manusia dalam konseling realitas berlandaskan kebutuhan akan identitas. Manusia dalam pembentukan identitas melibatkan keterlibatan orang lain untuk menjelaskan identitas keberhasilan dan identitas kegagalan. Cinta dan penerimaan berkaitan langsung dengan pembentukan identitas. Kebutuhan untuk mencintai dan dicintai serta menghargai diri sendiri maupun menghargai orang lain akan membentuk identitas diri.

Pandangan tentang manusia mencakup pernyataan bahwa suatu kekuatan pertumbuhan yang mendorong untuk berusaha mencapai suatu identitas keberhasilan. Bahwa individu memiliki suatu kekuatan kearah pertumbuhan. Pada dasarnya, orang-orang ingin puas hati dan menikmati suatu identitas keberhasilan, menunjukkan tingkah laku yang bertanggung jawab dan memiliki hubungan interpersonal yang penuh makna. (Corey, 265).

Kemudian menurut William Glasser dalam Latipun menyatakan bahwa hakikat manusia adalah sebagai berikut: a) Perilaku manusia didorong oleh usaha untuk menemukan kebutuhan dasarnya baik fisiologis maupun psikologis. Kebutuhan dasar ini berlaku sama untuk semua orang. kebutuhan dasar seseorang adalah (1) kebutuhan untuk mencintai dan dicintai, dan (2) kebutuhan untuk merasakan bahwa kita berguna untuk diri sendiri dan orang lain. b) Jika individu frustrasi karena gagal memperoleh kepuasan atau tidak terpenuhi kebutuhan-kebutuhannya dia akan mengembangkan identitas kegagalan. Sebaliknya, jika dia berhasil memperoleh kepuasan dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhannya maka akan mengembangkan identitas keberhasilan. c) Individu pada dasarnya memiliki kemampuan untuk mengubah identitasnya dari identitas kegagalan ke identitas keberhasilan. Individu yang bersangkutan adalah pihak yang mampu mengubah dirinya sendiri. d) Faktor tanggung jawab adalah sangat penting pada manusia. Orang yang berusaha memperoleh kepuasan mencapai *success identity* menunjukkan perilaku yang bertanggung jawab. e) Faktor penilaian individu tentang dirinya sangat penting untuk menentukan apakah dirinya termasuk memiliki identitas keberhasilan atau identitas kegagalan. (Latipun 2015, 108-109).

Berlandaskan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa konsep utama konseling realitas adalah manusia sebagai makhluk rasional. Oleh karena itu, manusia memiliki kebutuhan dasar, kemampuan untuk mengubah identitas kegagalan menjadi identitas kesuksesan. Semua itu dicapai dengan menunjukkan perilaku yang bertanggungjawab dan selalu menilai tingkah lakunya sesuai realitas dan kebenaran dalam memenuhi kebutuhannya.

Ciri-ciri Konseling Realitas

Ada delapan ciri-ciri konseling realitas, yaitu: menolak konsep tentang penyakit mental, berfokus pada tingkah laku sekarang, berfokus pada saat sekarang, menekankan pada pertimbangan nilai, tidak menekankan tranferensi, mengarah pada aspek kesadaran, bukan pada aspek ketaksadaran, tidak ada pemberian hukuman, dan menekankan pada tanggung jawab.

Tujuan Konseling Realitas

Ada dua macam identitas diri yang bersifat dinamik yaitu identitas keberhasilan dan identitas kegagalan. Identitas keberhasilan mengacu pada konseli yang melihat dirinya sebagai orang yang berkemampuan dan berguna. Sedangkan, identitas kegagalan menunjukkan pada konseli yang merasa tidak berdaya, tidak mempunyai harapan, merasa tidak berharga, dan tidak dapat bertindak secara bertanggungjawab. Adapun tujuan konseling realitas adalah untuk mencapai identitas keberhasilan.

Menurut Gerald Corey dalam Namora Lumongga Lubis yang menyebutkan bahwa tujuan konseling realitas adalah membantu konseli mencapai otonomi. Otonomi yaitu kematangan emosional yang diperlukan konseli untuk mengganti dukungan eksternal (dari luar individu) dengan dukungan internal (dari dalam diri individu). Kematangan emosional juga ditandai dengan kesediaan bertanggung jawab terhadap tingkah lakunya. (Lubis, 188).

Kemudian menurut Namora Lumongga Lubis yang merumuskan beberapa tujuan konseling realitas secara jelas, yaitu: 1) Menjelaskan kepada konseli hal-hal yang menghambat terbentuknya identitas keberhasilan. 2) Membantu konseli menetapkan tujuan yang ingin dicapai dalam terapi. 3) Konseli dapat melaksanakan rencana-rencananya secara mandiri. (Lubis, 188).

Berdasarkan paparan di atas dapat dikatakan bahwa tujuan konseling realitas adalah mencapai identitas keberhasilan. Untuk mencapai itu konseli harus bertanggung jawab, yaitu kemampuan mencapai kepuasan terhadap kebutuhan dasarnya. Ketika konseli telah mampu

memuaskan kebutuhan dasarnya maka pada waktu yang bersamaan konseli akan dikatakan bertanggung jawab atas tindakan yang dilakukannya.

Peran Konselor

Peran konselor dalam konseling realitas bertindak sebagai guru dan model panutan yang membantu konseli agar dapat menilai tingkah lakunya secara realistis. Mengenai penilaian tingkah laku, konselor dalam hal ini diharapkan mampu memberikan pujian apa bila konseli bertanggung jawab atas perilakunya. Memberikan pujian merupakan penilaian positif.

Penilaian negatif dapat ditunjukkan seorang konselor dalam bentuk ketidaksetujuannya apabila konseli melakukan tindakan tertentu. Memberikan penilaian pada tingkah laku konseli akan sangat membantu pada perubahan tingkah laku. (Lubis, 187). Peran konselor dalam konseling realitas adalah aktif, mendidik, membimbing, mendorong dan menantang konseli untuk mendapatkan tanggung jawab pada tingkah lakunya. Hal ini tentu saja untuk mencapai tujuan terapi.

Teknik-teknik Konseling Realitas

Konseling realitas pada hakikatnya sebagai terapi yang aktif secara verbal dalam menciptakan identitas keberhasilan pada konseli. Ada beberapa teknik yang dapat dilakukan dalam konseling realitas, (Corey, 277) sebagai berikut: Terlibat dalam permainan peran konseli. Menggunakan humor. Mengonfrontasikan konseli dan menolak dalih apapun. Membantu konseli dalam memutuskan rencana-rencana yang lebih spesifik bagi tindakan. Bertindak sebagai model dan guru. Memasang batas-batas dan menyusun situasi terapi. Menggunakan sistem terapi kejutan verbal atau sarkasme yang layak untuk mengonfrontasikan konseli dengan tingkah lakunya yang tidak realistis. Melibatkan diri dengan konseli dalam upaya mencari kehidupan yang lebih baik dan efektif.

Pelaksanaan teknik yang tertulis di atas dilaksanakan secara tidak kaku. Hal ini disesuaikan dengan karakteristik konselor dan konseli yang menjalani konseling realitas. Jadi pada praktiknya, dapat saja beberapa teknik tidak disertakan. Hal tersebut tidak akan berdampak negatif selama tujuan terapi yang sebenarnya dapat tercapai sesuai dengan yang diharapkan. (Lubis, 189).

Prosedur Konseling Realitas

Prosedur konseling realitas ditekankan pada kekuatan dan potensi konseli yang dihubungkan dengan tingkah lakunya pada saat ini dan usaha yang dilakukannya untuk mencapai keberhasilan hidup. Membantu konseli untuk menciptakan identitas keberhasilan, ada beberapa prosedur yang harus diperhatikan oleh konselor. Ada delapan langkah yang dapat dilakukan dalam konseling realitas sebagai berikut: (Gibson, 223) Berteman atau menjadi terlibat, atau mendampingi, menciptakan sebuah relasi untuk memperoleh kondisi hubungan yang baik. Tidak terlalu menekankan sejarah hidup konseli melainkan lebih fokus kepada yang sedang dikerjakan sekarang. Membantu konseli belajar membuat evaluasi tentang perilakunya. Membantu konseli menemukan bahwa yang diinginkannya memang bermanfaat. Sekali konselor telah mengevaluasi perilaku, maka bisa mulai mengeksplorasi perilaku alternatifnya yaitu perilaku yang banyak terbukti berguna. Berkomitmenlah kepada rencana perubahan. Mempertahankan sikap jangan merasa bersalah kalau konselor tidak melakukannya. Namun demikian konseli tetap harus berkomitmen untuk melakukan perubahan dan harus belajar bertanggungjawab menuntaskannya. Tetaplah tegas namun tanpa perasaan menghukum atau terhukum. Ajarkan kepada orang mengerjakan suatu hal tanpa merasa bersalah ketika tidak mengerjakannya, hal ini akan menciptakan sebuah motivasi yang lebih positif. Menolak untuk menyerah. Sekali saja konseli sadar konselor

tidak menyerah dengan dirinya, ia akan merasa didukung dan bersedia terus mengupayakan perubahan yang lebih efisien dan memegang teguh komitmen.

Berdasarkan penjelasan di atas, ada delapan prosedur konseling realitas, yaitu berfokus pada personal, berfokus pada perilaku, berperilaku pada saat ini, pertimbangan nilai, pentingnya perencanaan, komitmen, tidak menerima dalih, dan menghilangkan hukuman.

Motivasi Belajar

Setiap manusia memiliki kepentingan untuk melakukan sesuatu dalam hidupnya, kepentingan seseorang dengan orang lain pasti berbeda-beda, bila seseorang disodorkan tugas yang sama, maka masing-masing memiliki reaksi yang berbeda-beda pula ada yang senang dan antusias menerima tugas yang diberikan dan ada yang sebaliknya tidak sama sekali melaksanakan tugas yang diberikan itu dikarenakan tugas yang diberikan tidak berkaitan langsung dengan kepentingan dirinya.

Adanya perbedaan reaksi yang timbul akibat tugas yang diberikan tersebut menandakan bahwa setiap orang memiliki motif yang berbeda-beda; "Motif dapat dikatakan sebagai daya penggerak dalam dirinya dan dalam subjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi tercapainya tujuan". (Sadirman, A.M. 2007, 73). Dalam psikologi istilah motif sering dibedakan dengan istilah motivasi, motif adalah dorongan atau kekuatan dalam diri seseorang yang mendorong orang untuk bertindak laku atau berbuat sesuatu.

M. Usman Najati seperti dikutip oleh Abdul Rahman Shaleh dan Muhib Abdul Wahab menyatakan motivasi adalah kekuatan penggerak yang membangkitkan aktivitas pada makhluk hidup, dan menimbulkan tingkah laku serta mengarahkannya menuju tujuan tertentu. (Abdul Rahman Shaleh dan Muhib Abdul Wahab 2004, 132).

Martinis Yamin mengutip M.C. Donald mengungkapkan bahwa Motivasi merupakan, perubahan energi dalam diri pribadi seseorang yang ditandai oleh timbulnya perasaan dan reaksi untuk mencapai tujuan. Dalam definisi ini terdapat 3 hal yang saling berkaitan: 1) Motivasi dimulai dengan adanya perubahan energi dalam diri pribadi. 2) Motivasi ditandai dengan timbulnya perasaan. 3) Motivasi ditandai dengan reaksi untuk mencapai tujuan. (Martinis Yamin 2006, 154).

Motivasi adalah kekuatan-kekuatan dari dalam diri individu yang menggerakkan individu untuk berbuat. Jadi suatu kekuatan atau keinginan yang datang dari dalam hati nurani manusia untuk melakukan suatu perbuatan tertentu. (Fadliyanur, 2008). Menurut Ngalim Purwanto menyatakan motivasi adalah pendorongan suatu usaha yang disadari untuk mempengaruhi tingkah laku seseorang untuk agar ia tergerak hatinya untuk bertindak melakukan sesuatu sehingga mencapai hasil atau tujuan tertentu. (Ngalim Purwanto 2010, 71).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi merupakan pendorong bagi perbuatan seseorang baik menyangkut mengapa seseorang melakukan sesuatu dan apa tujuan sehingga ia berbuat demikian. Dorongan tersebut bisa terjadi bila terangsang dari dalam diri maupun di luar diri individu sendiri.

Motivasi juga dapat timbul pada seseorang siswa baik secara sadar maupun tidak sadar dengan tujuan melakukan sesuatu tindakan dalam memenuhi kebutuhan. Motivasi juga dapat dikatakan suatu proses perangsang mengaktifkan motif-motif yang ada pada diri seseorang yang menjadi tingkah laku yang akan memenuhi kebutuhan dan tercapainya suatu tujuan.

Pengertian Belajar

Menurut pendapat Slameto mengungkapkan pengertian belajar yaitu suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. (Slameto 2003, 2). Menurut Oemar Hamalik belajar adalah proses perubahan tingkah laku individu melalui interaksi dengan lingkungan. (Oemar Hamalik, 2005, 36). Belajar adalah proses perubahan tingkah laku sebagai akibat pengalaman atau latihan. Perubahan tingkah laku akibat belajar itu dapat berupa tingkah laku yang baru atau memperbaiki cara meningkatkan perilaku yang ada.

Slameto menyatakan bahwa perubahan tingkah laku dalam pengertian belajar adalah: 1) Perubahan terjadi secara sadar. 2) perubahan belajar dalam belajar bersifat kontinu dan fungsional. 3) perubahan dalam belajar bersifat positif dan aktif. 4) perubahan dalam belajar bukan bersifat sementara. 5) perubahan belajar bertujuan atau terarah. 6) perubahan mencakup seluruh aspek tingkah laku. (Slameto, 2-3).

Berdasarkan definisi di atas dapat dikatakan bahwa belajar adalah suatu usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh perubahan yang baru sebagai pengalaman individu itu sendiri. Perubahan yang terjadi akibat belajar dapat berupa keterampilan, sikap, ataupun pengetahuan.

Belajar merupakan peristiwa yang terjadi secara sadar dan disengaja artinya, seseorang yang sedang melakukan kegiatan belajar pada akhirnya menyadari bahwa ia sedang mempelajari sesuatu, sehingga perubahan yang terjadi pada dirinya merupakan akibat dari kegiatan yang disadari atau disengaja dilakukannya tersebut, yaitu belajar.

Faktor yang Mempengaruhi Belajar

Berhasil tidaknya belajar itu tergantung kepada bermacam-macam faktor. Secara global faktor-faktor yang mempengaruhi belajar siswa dapat dibedakan menjadi tiga macam, yakni: a) faktor internal (faktor dari dalam diri siswa), yakni keadaan atau kondisi jasmani dan rohani siswa. b) faktor eksternal (faktor dari luar siswa), yakni kondisi lingkungan di sekitar siswa. c) faktor pendekatan belajar (*approach to learning*) yaitu jenis upaya belajar siswa yang meliputi strategi dan metode yang digunakan siswa untuk melakukan kegiatan mempelajari materi-materi pelajaran. (Muhibbin Syah 2003, 144-145).

Faktor-faktor di atas dalam banyak hal sering kali berkaitan dan mempengaruhi antara yang satu dan yang lain. Seorang siswa yang bermotif ekstrinsik (faktor eksternal) biasanya cenderung mengambil pendekatan belajar yang sederhana dan tidak mendalam. Sebaliknya, seorang siswa yang beritelegensi (faktor internal) dan mendapat dorongan positif dari orang tuanya (faktor eksternal), mungkin akan memilih pendekatan belajar yang mementingkan kualitas hasil belajar jadi, karena pengaruh faktor-faktor muncul siswa yang berprestasi tinggi dan siswa berprestasi rendah. Dalam hal ini, seorang guru yang kompeten dan profesional diharapkan mampu mengantisipasi kemungkinan akan munculnya sekelompok siswa yang menunjukkan gejala kegagalan dengan berusaha mengetahui dan mengatasi faktor yang menghambat proses belajar mereka.

Tujuan Belajar

Menurut Sardiman A.M. ditinjau secara umum tujuan belajar itu ada tiga jenis yaitu: Untuk mendapatkan pengetahuan. Memiliki pengetahuan dan keterampilan berfikir merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan. Dengan kata lain tidak dapat mengembangkan kemampuan berpikir tanpa bahan pengetahuan hal inilah yang memiliki kecerendungan lebih besar di dalam kegiatan belajar. Adapun jenis interaksi yang digunakan adalah presentasi, pemberian tugas-tugas bacaan. Dengan demikian peserta didik akan diberikan pengetahuan

sehingga bertambahlah pengetahuannya. Penanaman konsep dan keterampilan. Menanamkan konsep juga memerlukan keterampilan, keterampilan yang bersifat jasmani dan rohani. Keterampilan jasmani bisa berupa keterampilan gerak tubuh dari anggota yang belajar. Sedangkan keterampilan rohani lebih rumit karena bersifat abstrak menyangkut keterampilan berpikir serta kreativitas.

Pembentukan sikap. Dalam menumbuhkan sikap mental, prilaku, pribadi peserta didik guru harus lebih bijak dan hati-hati dalam pendekatannya. Untuk itu dibutuhkan kecakapan dalam mengarahkan dan tidak lupa guru itu sendiri yang menjadi model atau contoh. Dalam interaksi belajar-mengajar guru akan senantiasa diobservasi, dilihat, didengar, ditiru semua prilakunya oleh para siswanya. Dari proses observasi tersebut mungkin juga siswa menirukan prilaku gurunya sehingga terjadi proses penghayatan pada setiap diri siswa untuk kemudian di amalkan. Pembentukan sikap mental dan prilaku siswa tidak akan lepas dari penanaman nilai-nilai. Oleh karena itu guru bukan hanya sekedar pengajar tetapi sebagai pendidik yang memindahkan nilai-nilai itu kepada siswa peserta didiknya. Dengan dilandasi nilai-nilai tersebut peserta didik akan tumbuh kesadaran dan kemampuannya. (Sadirman, 26-28). Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan pengajaran merupakan hal terencana dan tidak terpisah dan bermuara pada peserta didik maka itu diperlukan sistem pembelajaran dan lingkungan yang mendukung.

Macam-Macam Motivasi Belajar

Abdul Rahman Shaleh dan Muhibb Abdul Wahab menyatakan bahwa pada umumnya para psikolog membagi motivasi menjadi dua yaitu: 1) Motivasi Intrinsik ialah motivasi yang berasal dari dalam diri seseorang itu sendiri tanpa dirangsang dari luar. Misalnya orang yang gemar membaca, tidak usah ada yang mendorong, ia akan mencari sendiri buku-buku untuk dibaca. Motif intrinsik juga diartikan sebagai motivasi yang pendorongnya ada kaitanya langsung dengan nilai-nilai yang terkandung di dalam tujuan pekerjaan itu. 2) Motivasi Ekstrinsik adalah motivasi yang datang karena adanya perangsangan dari luar, seperti mahasiswa belajar rajin karenakan ujian. Motivasi ekstrinsik ini juga dapat diartikan sebagai motivasi yang pendorongnya tidak ada hubungannya dengan nilai yang terkandung dalam tujuan pekerjaannya . seperti seorang mahasiswa mengerjakan tugas karena takut pada dosen. (Shaleh, 139-140).

Winkel seperti dikutip oleh Martnis Yamin menyatakan bahwa ada beberapa bentuk motivasi ekstrinsik diantaranya: 1) belajar demi memenuhi kewajiban. 2) belajar demi menghindari hukuman yang di ancamkan. 3) belajar demi mendapatkan hadiah yang disajikan. 4) belajar demi meningkatkan gengsi. 5) belajar demi mendapatkan pujian dari orang penting seperti orang tua dan guru. 6) belajar demi tuntutan jabatan yang ingin dipegang demi memenuhi persyaratan kenaikan pangkat atau golongan administratif. (Martinis Yamin, 161).

Siswa yang memiliki motivasi belajar dari dalam dirinya akan memiliki tujuan menjadi orang yang terdidik yang berpengetahuan dan satu-satunya jalan untuk mencapainya adalah belajar, tanpa belajar tidak mungkin apa yang diharapkan tersebut tidak tercapai. Jadi motivasi yang didasari dari kesadaran diri sangat berpengaruh pada hasil belajar ini bukan berarti motivasi ekstrinsik tidak penting dalam belajar, motivasi intrinsik juga penting karena keadaan siswa itu dinamis, berubah berubah, belajar yang kurang menarik bagi siswa, sehingga diperlukan motivasi untuk meningkatkan semangat belajar siswa.

Baik motivasi intrinsik atau ekstrinsik kedua-duanya dapat megerakkan seseorang untuk belajar. Agar aktivitas dalam belajar memberikan kepuasan atau ganjaran di akhir kegiatan belajar sebaiknya motivasi yang mendorong anak didik untuk belajar adalah motivasi intrinsik.

Tujuan Motivasi Belajar

Ngalim Purwanto menyatakan bahwa tujuan motivasi secara umum adalah untuk menggerakkan atau menggugah seseorang agar timbul keinginan dan kemauannya untuk melakukan sesuatu sehingga dapat memperoleh hasil atau mencapai tujuan tertentu. Bagi seorang guru tujuan motivasi adalah untuk menggerakkan atau memacu para siswanya agar timbul keinginan dan kemauannya untuk meningkatkan prestasi belajarnya sehingga tercapai tujuan pendidikan sesuai dengan yang diharapkan dan ditetapkan di dalam kurikulum sekolah. (Purwanto, 73).

Memberikan motivasi kepada siswa berarti menggerakkan siswa untuk melakukan sesuatu oleh sebab itu tindakan memotivasi akan lebih berhasil jika tujuan jelas dan disadari oleh orang yang dimotivasi serta sesuai dengan kebutuhan orang dimotivasi oleh karena itu setiap orang (guru) yang ingin memberikan motivasi harus mengenal dan memahami latar belakang kehidupan orang yang akan dimotivasi.

Fungsi Motivasi Belajar

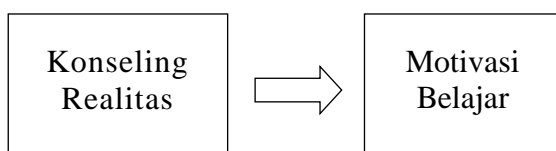
Dalam belajar diperlukan motivasi, hasil belajar pun banyak dipengaruhi oleh motivasi makin tepat motivasi yang diberikan makin berhasil pula proses belajar yang dilakukan siswa tersebut. Motivasi melepas energi atau tenaga seseorang; setiap motivasi erat kaitannya dengan suatu tujuan yang hendak dicapai. Motivasi dapat pula berfungsi sebagai usaha mencapai prestasi seseorang melakukan sesuatu karena adanya motivasi dengan motivasi yang baik dalam belajar tentu akan menunjukkan hasil yang baik. Dengan adanya usaha yang tekun dan dilandasi dengan motivasi yang baik, maka seseorang akan memperoleh prestasi yang baik dan memuaskan. Intensitas motivasi yang dimiliki seseorang siswa akan menentukan tingkat pencapaian prestasi belajar siswa.

Menurut Oemar Hamalik motivasi memiliki 3 fungsi yaitu: Mendorong timbulnya tingkah laku atau perbuatan tanpa motivasi tidak akan timbul sesuatu perbuatan misalnya belajar. Motivasi berfungsi sebagai pengarah artinya menggerakkan perbuatan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Motivasi berfungsi sebagai penggerak, artinya menggerakkan tingkah laku seseorang, besar kecilnya motivasi akan menentukan cepat atau lambat suatu pekerjaan. (Hamalik, 108).

Kerangka Teoritik

Deskripsi kerangka konseptual dan teori-teori yang relevan dalam menjawab permasalahan penelitian ini ialah sebagai berikut:

Gambar 1
Hubungan Antar Variabel



Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan dugaan yang mungkin benar, atau mungkin salah. Hipotesis akan ditolak jika salah atau palsu, dan akan diterima jika fakta-fakta membenarkannya. Menurut Suharsimi Arikunto mengartikan bahwa hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul. (Suharsimi Arikunto 2002, 71). Jawaban sementara terhadap masalah penelitian yang

kebenarannya masih harus diuji secara empiris. (Arikunto, 73) Menurut Winarno Surachmad menjelaskan bahwa hipotesis adalah suatu jawaban dugaan yang dianggap kemungkinannya untuk menjadi jawaban yang benar. (Winarno Surachmad 1983, 68). Lebih lanjut Sugiyono menjelaskan hipotesis penelitian merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah peneliti telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. (Sugiyono 2009, 97).

Berlandaskan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa hipotesis adalah dugaan atau sebagai jawaban sementara terhadap pemecahan masalah penelitian yang masih perlu diuji kebenarannya. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu "Jika konseling realitas dilaksanakan maka dapat meningkatkan motivasi belajar.

Gambaran Motivasi Belajar Sebelum Mengikuti Konseling Realitas.

Gambaran motivasi belajar sebelum diberikan konseling realitas diketahui melalui proses *pre-test* dengan menggunakan skala motivasi belajar. Jumlah item skala yang diisi sebanyak 48 item. Hal ini dilakukan untuk mencari dan mengetahui yang mempunyai kriteria motivasi belajar rendah yang selanjutnya akan diberi *treatment* berupa layanan konseling realitas. Persentase hasil *pre-test* tiap indikator menunjukkan bahwa motivasi belajar mereka menunjukkan persentase terendah yaitu sebesar 48,2%.

Gambaran Motivasi Belajar Setelah Mengikuti Konseling Realitas.

Gambaran motivasi belajar setelah diberikan konseling realitas dikehui melalui proses *post test* dengan menggunakan skala motivasi belajar. Persentase tingkat motivasi belajar setelah dilakukan perlakuan. Adapun hasilnya adalah pada indikator memiliki gambaran yang positif tentang dirinya persentase rata-ratanya 63%.

Gambaran Proses Konseling Realitas.

Treatment dalam penelitian ini berupa konseling realitas yang dilaksanakan dalam tiga tahapan tatap muka. Pertemuan diawali dengan melakukan pembinaan hubungan baik (*rapport*), *pre test*, kemudian dilanjutkan pertemuan konseling maksimal 5 kali pertemuan atau sesuai kebutuhan, dan yang terakhir dilakukan *post test* serta pengakhiran. Dalam setiap pertemuan konseling membahas permasalahan pribadi. Pelaksanaan layanan konseling dilakukan kurang lebih 30-40 menit dan dilakukan penilaian segera oleh peneliti.

Perbedaan Motivasi Belajar Sebelum Dan Setelah Mengikuti Konseling Realitas.

Dari hasil pengukuran yang dilakukan saat *pre test* dan *post test* diperoleh hasil bahwa motivasi belajar dapat ditingkatkan melalui layanan konseling relitas. Peningkatan motivasi belajar dapat dilihat pada tabel perbandingan di bawah ini.

Tabel 1
Perbandingan hasil *pre test* dan *post test*

No	Kode Responden	Pre test		Post Test		Beda
		Persentase	Katagori	Persentas e	Katagori	
1	S1	44	Rendah	69	Tinggi	25%
2	S2	49	Rendah	68	Sedang	19%
3	S3	40	Rendah	48	Rendah	8%
4	S4	51	Rendah	73	Tinggi	22%
5	S5	51	Rendah	65	Sedang	14%

6	S6	52	Rendah	70	Tinggi	18%
7	S7	50	Rendah	50	Rendah	0%
8	S8	45	Rendah	68	Tinggi	23%
9	S9	49	Rendah	72	Tinggi	23%
10	S10	51	Rendah	54	Sedang	3%
Rata-rata		48,2	Rendah	63	Sedang	15,5%

Berdasarkan tabel di atas tampak bahwa motivasi belajar setelah mengikuti layanan konseling realitas mengalami peningkatan. Peningkatan persentase berkisar antara 3% sampai 25%. Sebanyak 5 orang berada pada kriteria tinggi, sebanyak 3 orang berada pada kriteria sedang dan 2 orang pada kriteria rendah.

Perbedaan Motivasi Belajar Berdasarkan Hasil Uji *Wilcoxon*

Penelitian ini jumlah objeknya adalah 10 siswa maka distribusi data tidak normal sehingga tidak menggunakan rumus *z* tetapi menggunakan uji *wilcoxon*. Diperoleh jumlah jenjang terkecil (Thitung) nilainya adalah 0,0. Setelah itu Thitung dibandingkan dengan T tabel dengan taraf signifikansi 5% dan $n = 10$, harga T tabel = 0,0. Sehingga T hitung = 0,0 > T tabel = 0,0 dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga menunjukkan adanya perbedaan antara motivasi belajar sebelum dan setelah diberikan layanan konseling realitas. Perbedaan tersebut mengarah pada hasil yang semakin meningkat. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan diterima yang berarti menunjukkan bahwa konseling realitas berpengaruh positif atau dapat mengatasi rendahnya motivasi belajar.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui keefektifan konseling realitas dalam mengubah motivasi belajar setelah diberikan *treatment*. Berdasarkan latar belakang masalah, peneliti menentukan layanan konseling realitas sebagai *treatment* untuk mengubah motivasi belajar rendah. Layanan konseling yang diharapkan dapat membantu individu agar mampu menentukan arah hidup yang dipilihnya sendiri, mampu memecahkan masalah yang dihadapinya dan yang paling penting adalah mampu menyesuaikan diri secara positif. Glasser dalam Corey menyebutkan bahwa mengajarkan tanggungjawab merupakan inti dalam konseling realitas. (Gerald, 269). Dari keterangan ini dimaksudkan agar konseli dapat menjadi individu yang mandiri dengan memahami keadaan dirinya dan berusaha mengembangkan segala potensi yang dimilikinya dalam menghadapi segala permasalahan hidup. Sesuai dengan pernyataan di atas, berarti konseling ini tepat jika diberikan pada siswa yang sudah diharuskan bisa menghadapi tantangan hidup.

Adapun yang menjadi keterbatasan pada penelitian ini adalah: Keterbatasan metode pengumpulan data, Keterbatasan pada metode pengumpulan data yang digunakan memiliki kemungkinan hasilnya bias karena adanya kecenderungan konseli tidak jujur dan manipulatif. Pengamatan hanya pada saat proses konseling, Aktivitas konseli yang cukup banyak tidak memungkinkan konselor untuk senantiasa mengikuti dan mengamati segala aktivitas yang dilakukan konseli.

PENUTUP

Bahwa motivasi belajar dapat ditingkatkan melalui konseling realitas. kesimpulan diperoleh sebagai berikut: Gambaran motivasi belajar sebelum diberikan konseling realitas yaitu termasuk dalam kriteria motivasi belajar rendah dengan persentase sebesar 48,2%. Gambaran motivasi belajar setelah diberikan konseling realitas yaitu dalam kriteria sedang dengan persentase sebesar 63%. Ada perbedaan motivasi belajar sebelum dan setelah

diberikan layanan konseling realitas. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan antara persentase sebelum dan setelah *treatment*. Sebelum *treatment* menunjukkan persentase sebesar 48,2% dengan kriteria rendah. Setelah diberikan *treatment* menunjukkan persentase 63% dengan kriteria sedang. Perubahannya sebesar 15,5% ditunjukkan dengan hal keyakinan menghadapi segala tantangan dalam menghadapi kehidupan meningkat, dalam hal menerima kekurangan yang ada pada dirinya meningkat, dalam hal menerima kritik meningkat dan juga lebih merasa kehadirannya bisa diterima oleh orang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah. Siti, 2015. *Perkembangan Peserta Didik dan Bimbingan Belajar*, Yogyakarta: Deepublish
- Arikunto, Suharsimi, 2002. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktis*, Jakarta: Rineka Cipta
- Corey. Gerald, 2013. *Teori dan Praktik Konseling & Psikotrapi*, cet. ke-7, terj. E. Koeswara, Bandung: Refika Aditama
- Depag RI, 2006. *UU RI No. 14 TH 2005 Tentang Guru dan Dosen Serta UU RI No 20 TH 2003 Tentang Sidiknas*, Jakarta: Direktorat Pendidikan Madrasah
- Depdiknas, 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Pusat Bahasa
- Fadliyanur, 2008. *Jurnal Teori Motivasi Menurut Islam* di akses dari situs [http:// fadliyanur.multiply.com/journal/item/22](http://fadliyanur.multiply.com/journal/item/22)
- Gibson Robert L. & Mitchell Marianne H., 2011. *Bimbingan dan Konseling*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Glesser William, "Journal of Educational and Instruction Studies in The World, "Effectiveness of students' academic Qualification", dalam www.wjeis.org diakses tanggal 23 Januari 2016
- Hakim Thursan, 2005. *Belajar Secara Efektif; Panduan Menemukan Teknik Belajar, Memilih Jurusan, dan Menemukan Cita-cita*, Jakarta: Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara
- Hamalik, Oemar, 2005. *Kurikulum dan Pembelajaran*, Jakarta: Bumi Aksara
- Latipun, 2015. *Psikologi Konseling*, edisi ke-4, cet. ke-9, Malang: UMM Press
- Lumongga Namora Lubis, 2014. *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, cet. ke-3, Jakarta: Kencana Prenadamedia Group
- Nelson Richard Jones, 2011. *Teori dan Praktik Konseling dan Terapi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Palmer, Stephen, 2011. *Konseling dan Psikotrapi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Purwanto, Ngalm, 2010. *Psikologi Pendidikan*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Rahman, Abdul, Shaleh dan Abdul, Muhib, Wahab, 2004. *Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam* Jakarta: Kencana
- Sadirman, A,M. 2007. *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, Jakarta: Raja Grafindo Persada

- Slamento, 2003. *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*, Jakarta: Renika Cipta
- Sugiyono, 2009. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta
- Sunaryo, 2004. *Psikologi untuk Keperawatan*, Jakarta: EGC
- Surachmad, Winarno, 1983. *Pengantar Penelitian Metode dan Tehnik*, Bandung: Tarsito
- Muhibbin Syah, 2003. *Psikologi belajar*, Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Winkel W. S. dan Hastuti Sri M.M., 2013. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*, cet. ke-2 Edisi Revisi, Yogyakarta: Media Abadi
- Yamin, Martinis, 2006. *Profesionalisme Guru dalam Implementasi KBK*, Jakarta: Gaung Persada